

E 51125  
nr. 253

Januar 2021 | 4 Euro  
Freies Geistesleben  
Urachhaus

# a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

**JOSEF ULRICH**  
Du darfst dein Leben  
ändern

**WAS IST WESENTLICH?**

**DIE RAUSSMÜHLE**  
Eine Insel im Meer  
des Vergessens





Mario Betti  
**Das Doppelantlitz der Biografie**  
Lebenslauf und Mysterienort.  
195 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag  
€ 22,- (D) | ISBN 978-3-7725-0134-0  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

Mario Betti beschreibt, wie drei Grundelemente eine jegliche Biografie des Menschen maßgeblich prägen und ihr Gestalt geben: die *innere Stimme*; die *Freiheit*, sich dem zu stellen, was einem entgegenkommt; und der in alle Ereignissen eines Lebens hineinverwobene individuelle *rote Faden*.

Das Prinzip der Metamorphose durchzieht die ganze Evolution von Erde und Mensch bis zu den Gesetzen des Lebenslaufs und der Karma-Gestalt des einzelnen Menschen. Bei näherer Betrachtung umspannt dieses Prinzip auch seelische und geistige Werdegeseetze im Rahmen unserer Biografie. Die Aufdeckung dieser Wandlungen ist in gegenwärtiger Zeit, in der die Menschheit unbewusst die Schwelle der geistigen Welt überschreitet, von eminenter Bedeutung. Denn sie ist eine konkrete Hilfe zur Bewältigung des Alltags in schicksalsschwerer Zeit. Dieses Buch ist ein Versuch, die Doppel- poligkeit unserer Biografie – als Lebenslauf und als Mysterienort an der Schwelle – zu einer Synthese zu führen.

Freies Geistesleben : *Wissenschaft und Lebenskunst*

«Welcher junge Mensch, früher oder später, macht sich nicht auf die Suche zu sich selbst, wenn ihn der Wein der Zeit nicht zu trinken macht?»

*Mario Betti*

# EINEN ANFANG FINDEN

Wie kann ich hier überhaupt beginnen? Das frage ich mich den ganzen Tag schon und habe es eigentümlich schwer, darauf eine passende Antwort zu finden. Aber ohne Anfang kann ich gar nicht beginnen. Nichts geschieht ohne Anfang. Wie andere Schriftstellerinnen und Schriftsteller vor ihnen müssen Judith Hermann und Martin Mosebach ein befreiendes Glücksgefühl erlebt haben, als sie den ersten Satz ihrer Geschichten fanden:

«Mein erster und einziger Besuch bei einem Therapeuten kostete mich das rote Korallenarmband und meinen Geliebten.»

So heißt der erste Satz der ersten Erzählung *Rote Korallen* des ersten Werkes *Sommerhaus, später* von Judith Hermann. Und beim älteren Martin Mosebach heißt der erste Satz seines Romans *Der Mond und das Mädchen* nicht minder, wenn auch anders, bestimmt:

«Wer eine Wohnung sucht, hat es mit einem der seltenen Augenblicke zu tun, in denen der Mensch wirklich einmal glauben darf, über die Zukunft seines Lebens zu entscheiden, denn im Wohnen, so vieldeutig dies Wort eben ist, liegt doch das ganze Leben beschlossen.»

Bei Judith Hermann handelt der erste Satz vom Verlust, aber darin findet sie den Anfang ihrer Erzählung. Bei Martin Mosebach handelt es von der sehr alltäglichen Suche einer Wohnung, in der aber ein «ganzes Leben beschlossen» werden kann, ja sogar auch ist.

Für manche kann in einem winzigen Haiku über einen einzigen, flüchtigen Augenblick etwas wie eine halbe Ewigkeit «beschlossen» sein: Es ist ein Moment des Lebens, das uns voll aufnimmt, in dem wir eine Bleibe finden können. Zum Glück fand ich meinen Anfang für dieses Grußwort zum neuen Jahrgang unseres Lebensmagazins *a tempo* in folgendem Haiku der erst 1985 geborenen japanischen Dichterin Ayaka Satō: \*

初春のアップルパイや窓全開

hatsu-haru no / appuru-pai ya / mazo zenkai

Apple Pie / zum Jahresbeginn / das Fenster weit geöffnet

Halten wir unsere Fenster weit offen für das, was das neue Jahr, im Frühling, Sommer, Herbst oder auch Winter uns Schönes, Erhebendes, Belebendes, Weiterbringendes, Erstaunliches und auch Beglückendes schenken kann! Dafür braucht es nicht so viel. Für Ayaka Satō genügte ein gedeckter Apfelkuchen. Wir alle, liebe Leserin, lieber Leser, werden das Kleine mit etwas Aufmerksamkeit finden, das uns die Weite und Frische schenkt. Und vielleicht ist ja auch unser Lebensmagazin für Sie wie ein geöffnetes Fenster zur Welt, die uns nährt und erfüllt!

Von Herzen grüßt Sie im neuen Jahr,  
Ihr

Jean-Claude Lin

Jean-Claude Lin

Liebe Leserin,  
lieber Leser!



\* Zitiert nach *Du rouge aux lèvres. Haïjins japonaises*, traductions de Makoto Kimmoku & Dominique Chipot, La Table Ronde, Paris 2008. Deutsche Fassung von JCL.



editorial 03

**Einen Anfang finden**  
von Jean-Claude Lin

im gespräch 06

**Du darfst dein Leben ändern**  
Josef Ulrich im Gespräch  
mit Michael Stehle

thema 12

**Impulse. Spielen lernen  
für eine freundliche Welt**  
von Wolfgnag Held

augenblicke 14

**Die Raußmühle.**  
**Eine Insel im Meer des Vergessens**  
von Uschi Groß & Wolfgang Schmidt

herzräume 20

**Die kleine Elli**  
von Brigitte Werner

erlesen 21

**Astrid Seeberger – Lebensliteratur**  
gelesen von Anne Overlack

mensch &amp; kosmos 22

**Was durch Merkur geschehen kann**  
von Wolfgang Held

alltagslyrik – überall ist poesie 23

**... süße Beeren im Schnee ...**  
von Christa Ludwig

kalendarium 24

**Januar 2021** von Jean-Claude Lin

was mich antreibt 27

**Was ist es ...?**  
von Caroline Grafe

unterwegs 28

**Was ist wesentlich?**  
von Daniel Seex und Jean-Claude Lin

kindersprechstunde 30

**Nur ein Schnupfen – oder doch Corona?**  
von Genn Kameda



32 blicke groß in die geschichte  
**Ziemlich beste Feinde**  
von Konstantin Sakkas

34 von der rolle  
**Ein amerikanischer (Alb-)Traum:  
Taxi Driver**  
von Elisabeth Weller

35 hörenswert  
**Spätromantische Entdeckungen**  
von Thomas Neuerer

36 wundersame zusammenhänge  
**Hören**  
von Albert Vinzens

38 literatur für junge leser  
**«Die Magie von Winterhaus»**  
von Ben Guterson  
gelesen von Simone Lambert

39 mit kindern leben  
**Omaglück – Kinderglück**  
von Bärbel Kempf-Luley und Sanne Dufft

40 sehenswert  
**Die Kammer des Schreckens.**  
**Ein neuer Fernsehfilm nach  
Ferdinand von Schirach**  
von Konstantin Sakkas

41 eine seite lebenskunst  
**Alles wird gut. Ein Rezept**

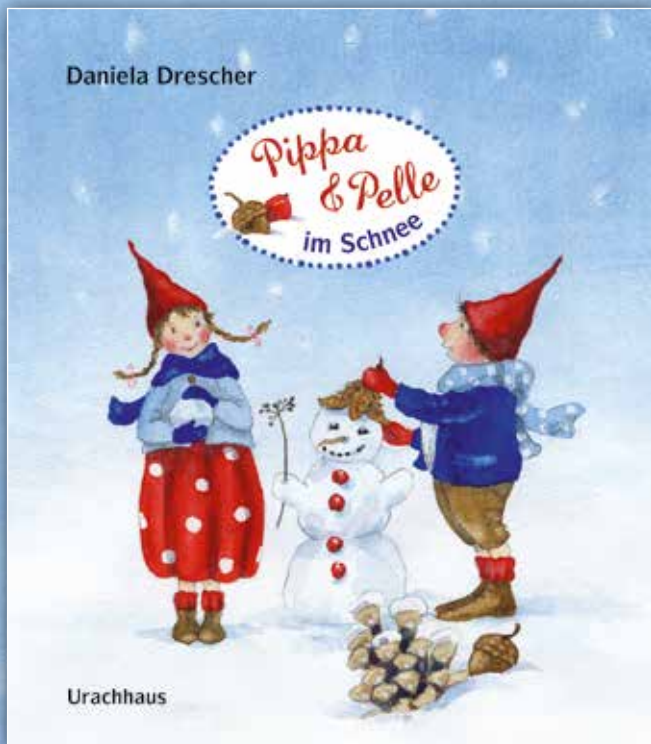
42 sudoku &amp; preisrätsel

43 tierisch gut lernen  
**Rosa und der eigene Wille**  
von Renée Herrnkind  
und Franziska Viviane Zobel

44 empfehlen sie uns

45 suchen &amp; finden

46 ad hoc | impressum  
**Eine gemütliche Geschichte**  
von Uchris Schmidt-Lehmann



# Winterfreude mit *Pippa und Pelle!*

Es hat geschneit! Doch davon lassen sich Pippa und Pelle natürlich nicht abhalten, das Haus zu verlassen. Im Gegenteil, sofort werden der Schlitten und die Skier geholt und ein Schneemann gebaut. Mit roten Backen und Nasen stapfen die beiden durch die winterliche Natur – und dann sind da ja auch noch die Tiere, die sich im Winter freuen, wenn man an sie denkt...

Daniela Drescher

**Pippa und Pelle im Schnee**

4. Auflage | Format: 14 x 16 cm | 12 Seiten, unzerreißbare Hartpappe

€ 8,- (D) | ab 2 Jahren | ISBN 978-3-8251-7936-6

[www.urachhaus.de](http://www.urachhaus.de)









# DU DARFST DEIN LEBEN ÄNDERN

## Josef Ulrich

im Gespräch mit Michael Stehle | Fotos: Wolfgang Schmidt

**Michael Stehle** | Lieber Herr Ulrich, seit 35 Jahren arbeiten Sie als Kunsttherapeut, seit vielen Jahren zudem als Psychoonkologe und haben viel mit Menschen zu tun, die in ihrem Leben einen neuen Weg einschlagen – und aus ganz unterschiedlichen Beweggründen auch einschlagen müssen. Wenn Sie Rilkes Vers «Du musst dein Leben ändern» umformulieren würden in «Du darfst dein Leben ändern», wie ginge der Satz dann weiter? «Du darfst dein Leben ändern, weil ...»

**Josef Ulrich** | Weil du durch deine Selbsterkenntnis und durch deine mit Herzenskräften getragenen Willenskräfte Entwicklungen ermöglichst, die dazu führen, dass sich deine Lebensenergie heilsam entfalten kann. Viele Menschen, mit denen ich hier in der Klinik Öschelbronn arbeite, haben irgendwann völlig überraschend die Diagnose Krebs bekommen. Diese Situation kann man gleichsetzen mit vielen anderen Krankheiten, mit denen man ebenfalls überraschend konfrontiert wird.

Weltweit gibt es ja immer wieder neue Ereignisse, mit denen wir umgehen dürfen. Die Frage, wie wir diese

Immer wieder stehen wir vor Herausforderungen – Krisen, Krankheiten und Schicksalsschläge verändern unser vertrautes Leben. Wie können wir dann unsere körperlichen und auch unsere seelischen Kräfte fürs Heute und Morgen stärken? Für Josef Ulrich, der sich nach dem Studium der Malerei und Kunsttherapie zunächst Projekten in sozialen Brennpunkten wie dem Jugendstrafvollzug widmete und später als Dozent für Kunsttherapie an Ärzteseminaren im In- und Ausland tätig war, können heilsame Entwicklungswege aus Krisen gemeinsam gefunden und begangen werden. 2002 absolvierte er die Ausbildung zum Psychoonkologen, baute in der Klinik Öschelbronn den Bereich Psychoonkologie auf und leitet dort Gesundheitsseminare mit dem Themenschwerpunkt Salutogenese und Krebs.

Ereignisse anschauen, wie wir sie bewerten und wieweit wir daraus Fragen entwickeln, habe ich als sehr individuell erlebt. Es gibt Menschen, die sagen: «Ich lasse alles tun, was mir gesagt wird. Dann bin ich so schnell wie möglich wieder die bzw. der Alte.» Andere sagen: «Ich habe das deutliche Signal der Krankheit bekommen, dass etwas aus der Balance geraten ist, da will etwas neu wahrgenommen, beobachtet werden.» Und es gibt Menschen, die sagen: «Ich weiß ganz genau: Wenn ich so weitermache wie bisher, wird sich das Gleiche immer wieder ereignen, ich brauche eine Verhaltensänderung.» Wenn ein Mensch hierher zu uns kommt, ist die nächste Frage, wie weit er seinen Wahrnehmungshorizont öffnet, wie weit er bereit ist, wahrzunehmen. Viele Menschen sind primär erst einmal in der Vergangenheit zu Hause und entdecken dann die eine oder andere Überforderung, die sie erkennen lässt: «Jetzt brauche ich andere Verhaltensweisen, meine bisherigen Gewohnheiten und Muster haben mich hierhin gebracht. Ich muss herausfinden, wie ich selbst das Steuer über mein Schicksal in die Hand bekomme.» Andere wiederum lassen solche Themen gar nicht zu. >

› **MS** | In Ihrem Büro hängt der Spruch: «Die Energie folgt der Aufmerksamkeit.» Was verbinden Sie mit diesen Worten?

**JU** | Der Fokus der Aufmerksamkeit spielt eine wichtige Rolle. Gerade in der Onkologie machen viele Patienten die Erfahrung, dass sie eine Computertomographie zur Diagnoseklärung bekommen. In der Regel gibt es dann zwei Möglichkeiten der Antwort: Man hat einen Tumor entdeckt – oder eben nicht. Ich habe in den letzten 35 Jahren gelernt, dass wir eigentlich fünf Antworten brauchen.

Die ersten Antworten haben wir gerade gehört, das Ja oder Nein. Wenn die Antwort ein Ja ist, wendet sich der Fokus der Aufmerksamkeit sofort auf den pathologischen Aspekt, auf das, was da erkrankt ist.

Ich habe aber die große Bitte, dass wir den Menschen deutlich machen: Wenn du zum Beispiel 80 Kilo wiegst und lebensbedrohliches Tumorgewebe gefunden wurde, wiegt dieses betroffene Gewebe vielleicht 80 Gramm. Und was ist mit dem Rest? Mehr als 79 deiner 80 Kilo bestehen aus gesunden Zellen! Diese zweite Antwort hat also mit der Aufmerksamkeit auf das Gesunde zu tun.

Die dritte Antwort lautet: Du bist jetzt hier – und du bist lebendig. Und lebendig sein heißt: Nichts ist, sondern alles ist im ständigen Wachsen, Entwickeln und Werden. Aus zellbiologischer Sicht können wir heute sagen: Wenn du 65 Jahre alt bist, warst du davon wahrscheinlich viele Jahrzehnte lang gesund. Und dort, wo jetzt die Krankheit ist, hat sich dein Organismus möglicherweise sehr oft schon gesund reorganisiert. Da ist also sehr viel Gesundes in dir. Es gibt zahlreiche Regenerationsprozesse, die in jeder Sekunde milliardenfach im Körper stattfinden.

Die vierte Antwort ist: Die Kraft, die dich über so viele Jahrzehnte gesund erhalten hat, ist mit dem Auftreten der Krankheit nicht aus deinem Organismus verschwunden, sondern sie ist ja nachweislich dokumentierbar und in über 99 Prozent immer noch existent.

Der fünfte Aspekt hat etwas mit dem großen Panorama zu tun und ist sehr entscheidend: Die Art, wie du die Welt siehst, wie du denkst, was du fühlst, wie du handelst, welche Rituale du hast, welchen Lifestyle du pflegst – all das moduliert die ersten vier Punkte: Du bist wertvoll, wichtig und von zentraler Bedeutung. Es bedarf aber eben – um über die erste Antwort von Ja oder Nein hinauszukommen – der Hinwendung zu sich selbst, der Auseinandersetzung mit sich selbst.

**MS** | Ein Sprichwort sagt: Ärzte leben davon, sich mit einer Krankheit zu beschäftigen, Patienten leben davon, sich mit der Gesundheit zu beschäftigen. Wie sieht diese Hinwendung zur eigenen Gesundheit unter Berücksichtigung der Selbstheilungskräfte aus?

**JU** | Viele erleben das erst einmal als eine Öffnung des Raumes der Hoffnung, wenn sie sich bewusst machen, dass sie nicht nur krank, sondern auch gesund sind. In der Ausbildung der Onkologen existiert das Thema Selbstheilungskräfte aber leider nur minimalistisch, auch im Medizinstudium ist es kaum existent. Ich habe in meiner Arbeit mit Menschen, die mit einer prognostizierten Lebenserwartung von zwei Tagen oder drei Wochen zu mir kamen, immer wieder erstaunliche Krankheitsverläufe erlebt, die zeigen, was das Leben alles bereithalten kann. Die Öffnung für dieses





ständige Wunder der Heilung in uns ist für viele Menschen eine enorme Kräftigung und Stärkung des Selbstvertrauens. Es ist für jeden Menschen wichtig zu erkennen: Ich bin wertvoll, ich bin von Bedeutung, ich bin zentraler Mitgestalter in meiner Entwicklung – und an der Entwicklung der Welt.

**MS** | Wie sieht für den Menschen Josef Ulrich die Welt aus, in der er leben möchte?

**JU** | Ich möchte in einer Welt leben, in der ich Respekt und Achtung vor der Würde des Menschen immer weiter entwickeln kann. Ich möchte in einer Welt leben, in der Wertschätzung für die Individualität und ihre Begabung existiert. Und ich möchte in einer Welt leben, in der wir Menschen uns wieder vom stark kognitiv und spezialisiert geprägten «Kopffüßler», die wir heute ja oft geworden sind, weg entwickeln und die Erkenntnis gewinnen: Alles Gestalten auf der Erde vollzieht sich durch den Menschen in dominanter Weise. Es sind, wie Rose Ausländer schreibt, immer die Menschen:

**Immer sind es die Menschen  
Du weißt es  
Ihr Herz ist ein kleiner Stern  
Der die Erde beleuchtet.**

Und ich wünsche mir, dass wir diese Kräfte in uns miteinander teilen können und auf diese Weise heilsame Entwicklungswege wahrnehmen und fühlen und erleben.

Die Inder haben das in ihrem Gruß «Namaste». Sie halten die Hände vor dem Herzen und verneigen sich. Einstein hat einmal Gandhi gefragt: «Was bedeutet dieser Begriff Namaste?» Kurz zusammengefasst hat Gandhi geantwortet: «Ich verneige mich vor dem Göttlichen in dir.» Ich glaube, wenn wir uns in dieser Haltung begegnen, in der jeder Mensch dieses Namaste in sich trägt, die göttliche Kraft, dann darf der Mensch so sein, wie er ist, und dann findet eine Begegnung immer auf der Grundlage der Neugierde für den Mitmenschen statt. >

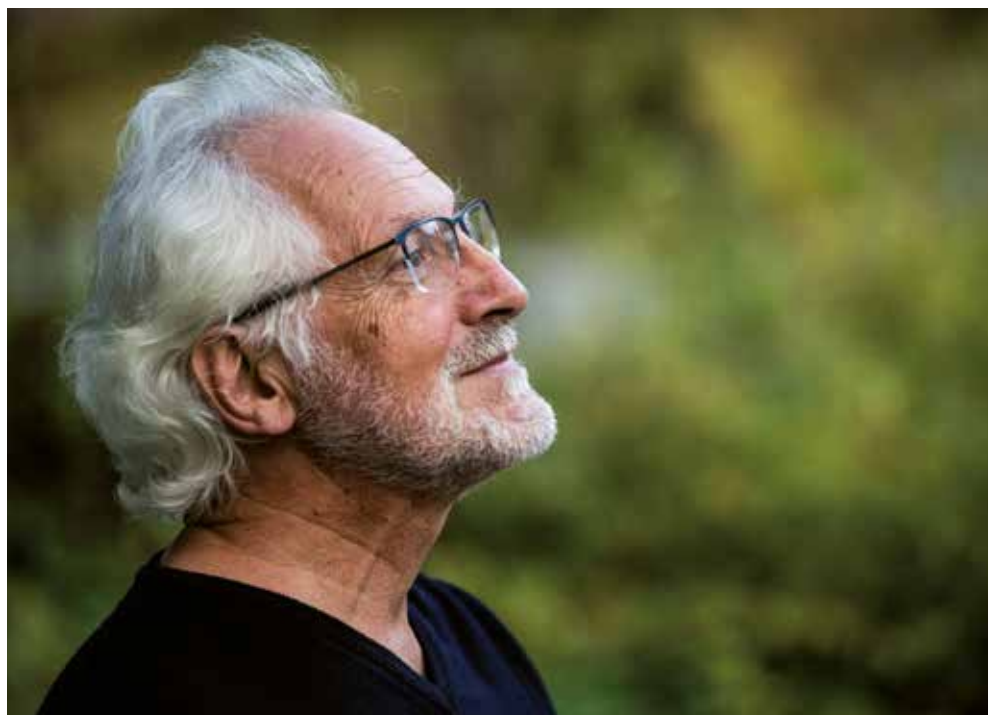
› **MS** | Als wir uns anlässlich des Films *Sein* gemeinsam mit dem Regisseur Bernhard Koch getroffen haben, hat er berichtet, dass Ihr Buch *Selbsteilungskräfte* der ursprüngliche Impuls für ihn war, diesen Film zu machen. Sie selbst sind dann ja ebenfalls im Film aufgetreten.

**JU** | Die Begegnung mit Bernhard Koch und die Möglichkeit, einen kleinen Beitrag zu seinem Film liefern zu können, war eine große Bereicherung für mich. Bei diesen fünf Menschen, die im Film portraitiert werden und die sich zur Verfügung gestellt haben, aus ihrem Leben die Tür zum Herzen zu öffnen, ist mir eine Gemeinsamkeit besonders aufgefallen. Jede bzw. jeder von ihnen ist in seiner Biografie mit einer Erkrankung an einen Punkt gekommen, an dem sie oder er gespürt und gewusst hat: Ich selbst darf mitgestalten! Ich selbst kann an der anstehenden Entwicklung aktiv teilnehmen. Es hat also eine Hinwendung zu sich selbst stattgefunden.

Und das hat jeder dieser fünf Menschen genutzt und dadurch auch die Fähigkeit entwickelt, Antworten zu geben auf das, was er vorher war. Es hat mich sehr begeistert, dass das Potenzial der Selbstantwort, der Selbstverantwortung als unmittelbare Unterstützung des Heilungsprozesses vorhanden und erlebbar war.

**MS** | Eine solche Offenheit bringt sicher nicht jeder Patient mit, dem Sie begegnen. Wie gehen Sie auf Menschen zu, die es schwer haben, eine ernste Erkrankung als Tatsache anzunehmen?

**JU** | Die Entweder-oder-Mentalität, die Haltung, man sei entweder gesund oder krank, verbaut uns viel. Sobald wir das Leben betrachten, werden wir immer darüber hinausgeführt – und hineingeführt in die Aufgabe, anzuerkennen, dass das Leben ein ständiger Wandel und eine ständige Entwicklung ist. Und wir werden hineingeführt



» Worauf richten wir die Aufmerksamkeit? Pathologie will wahrgenommen werden, aber nachhaltige Heilung verlangt Salutogenese, Entwicklung von Heilungsprozessen.





in die Aufgabe zu erkennen: Jede Pflanze entfaltet sich anders, abhängig davon, wo sie steht und welche Erde, welches Licht und Wasser ihr zur Verfügung stehen. Ebenso ist es bei den Tieren, die abhängig von ihrem Lebensraum sind. Beim Menschen gibt es ein zweifaches Umfeld: Da sind die äußere Natur und die eigene innere Natur, die Innenwelt. Wenn wir alles zusammen wahrnehmen, ist das hilfreich für heilsame Prozesse – und hilfreich, aus der Polarisierung herauszukommen. Das würde bedeuten, das man anerkennen kann: Ja, ich bin krank – und gleichzeitig gesund. Es gibt eine Geschichte eines alten Indianers, der mit zwei Wölfen ringt und seinem Enkel davon erzählt. Der Enkel fragt seinen Großvater: «Welcher Wolf gewinnt?» Und der Großvater sagt: «Der, den ich nähre.»

Es stellt sich also die Frage: Worauf richte ich meine Aufmerksamkeit? Pathologie will wahrgenommen werden, aber nachhaltige Heilung verlangt Salutogenese, Entwicklung von Heilungsprozessen. Und das wiederum verlangt das Gesamtbild, das Loslösen vom Entweder-Oder, das zuvor schon erwähnte Panorama. Der Begriff «Panorama» stammt aus dem Altgriechischen: *pan* steht für «alles, ganz», der zweite Teil kommt von *horao*, «sehen». Es geht darum, die Komplexität zu sehen, die Multidimensionalität wie an einem runden Tisch miteinander zu teilen und heilsame Prozesse zu entwickeln. Das Loslassen des Absoluten und des Wenn-Dann, das Schwarz-Weiß, das Krank oder Gesund.

**MS |** Was kann erreicht werden, wenn Ihre Patienten sich auf die Überwindung dieser Gegensätze einlassen?

**JU |** Es sind die ganz besonderen Momente, in denen ich im Gespräch mit Krebspatienten höre: «Sie werden mich jetzt für verrückt halten, aber ich bin der Krankheit dankbar, weil sie in mir Möglichkeiten eröffnet hat, eine Entwicklung zugelassen hat, die ich nicht für denkbar gehalten hätte.» Jeder Mensch, der zu dieser Erkenntnis gekommen ist, steht damit vor der nächsten Aufgabe. Und die ist verbunden mit der Frage: Was kann ich tun, damit diese Entwicklung Kontinuität bekommt, ohne dass ich dafür die Krankheit brauche? Es geht darum, aus der eigenen Ich-Erkrankung heraus eine Bewusstwerdung stattfinden zu lassen. Ein nachhaltiger Heilungsprozess ist immer auch Bewusstwerdung. ■



## Die Energie folgt der Aufmerksamkeit

Dass der Gesundheitszustand eines Menschen oder sein Krankheitsverlauf auch von seiner Lebenseinstellung und der seelischen Verfassung abhängt, wird in der Medizin mehr und mehr anerkannt. Wie aber lerne ich so zu denken, dass es sich positiv auf meine Gesundheit auswirkt und trotzdem authentisch ist? Wie lerne ich, der zu werden, der ich sein möchte? Josef Ulrich nimmt den Leser mit auf einen Weg, der ihn in das Zentrum seiner ureigenen Impulse führt und es somit ermöglicht, wertvolle Heilungspotenziale des Organismus zu erschließen.

**Eine leicht verständliche Anleitung zu einem «gesunden Denken» – für alle, die Krankheiten überwinden oder vorbeugen wollen.**

Josef Ulrich  
**Selbstheilungskräfte**  
 Quellen der Gesundheit und Lebensqualität  
 5. Auflage, 256 Seiten, mit zahlreichen  
 Farbabbildungen, kartoniert | € 24,- (D)  
 ISBN 978-3-8251-8008-9

# IMPULSE

## Spielen lernen für eine freundliche Welt

von Wolfgang Held

Eine Zugfahrt von Stuttgart nach Basel. Das Ticket mit dem Handy zu kaufen gelingt mir nicht, also warte ich auf den Schaffner, denn im IC kann man ja auch im Zug noch ein Ticket nachlösen. Wenig später kommen gleich «zwei Offizielle», eine jüngere Frau in Ausbildung und ein älterer Herr: «Wohin möchten Sie? Basel? Da kommen aber 17 Euro für die Buchung im Zug drauf.» Ich schaue etwas verwundert. «Wussten Sie das nicht?» – «Nein.»

Jetzt geschieht das Überraschende: Der Uniformierte wendet sich an seine Auszubildende: «Jetzt haben wir hier einen sogenannten «schwierigen Fahrgast». Er hat kein Ticket und müsste demnach diesen Aufpreis bezahlen.» Es folgt eine Gesprächspause, in der sich die Auszubildende und ich anschauen und wir dann beide den Blick zum Schaffner richten. «Du siehst aber», erklärt dieser weiter, «dass er es mit dem Handyticket versucht hat, einen netten Eindruck macht – und wir ihm diesen Aufpreis deshalb erlassen.» Dann zeigt er auf ihren Ticketcomputer. «Hier musst du drücken, damit der Zuschlag wegfällt.» Erstaunt nehme ich das Ticket zum regulären Preis entgegen, Zugbegleiter und Auszubildende wünschen eine gute Fahrt und wenden sich in aller Ruhe den anderen Reisenden zu.

Der Fahrschein ist im Lauf der Zeit zu Altpapier geworden, diese Erfahrung aber nicht. Jemand bricht aus seinem Regelwerk aus und macht, ohne eigentlichen Anlass, ohne eigenen Vorteil die Begegnung menschlicher. Tatsächlich: Wie oft vergessen wir, dass wir Menschen unter Menschen sind, dass das, was Partnerschaft und Familie im Kleinen sind, im Großen die ganze Menschheit ausmacht. Wenn aber in solch einem Moment, ein Mensch die Tür aufmacht zu dieser großen Gemeinschaft, dann ist es wie eine kleine geheime Geburt – die Geburt von etwas Neuem. Es lohnt sich, solche Momente festzuhalten, sie im Innern zu bewahren. Wenn die Mitwelt mal weniger nett ist, wenn man an Menschen, manchmal sogar an der Menschheit verzweifeln möchte, dann kann man sie hervorholen. Sie sind wie eine «seelische Apotheke» für alle Fälle.

Hier noch eine Geschichte überraschender Freundlichkeit (aus der Vor-Corona-Zeit): Ich bringe ein Ehepaar nach Zürich zum Flughafen. Viel zu selten machen die beiden Vielbeschäftigten Urlaub, und auch jetzt gibt es wieder viele Gründe, eigentlich zu Hause zu bleiben. Doch diesmal geben sie nicht den Pflichten nach, jetzt ist es endlich Zeit für eine Woche Griechenland. Beim Einchecken dann der Schock: Der Flug war schon gestern! Sie, denen nie solch ein Fehler unterläuft, hatten sich im Datum geirrt. Sie gehen zum Schalter, um neue Tickets zu kaufen. So einfach wollen sie den Urlaub nicht aufgeben. Dann der Schock: «3.000 Schweizer Franken extra und die Reise könne losgehen», meint die Dame der Fluggesellschaft. Das Paar schaut sich an und dann denken sie laut miteinander nach: die Reise doch bleiben lassen und sich den Papierstößen zu Hause am Schreibtisch widmen ... Die Dame am Flugschalter folgt dem Gespräch der beiden, schaut zu ihm, zu ihr, und sagt

plötzlich: «Na gut, 300 Schweizer Franken!» Als wären wir auf einem Bazar bietet sie die Tickets für ein Zehntel an. Das Paar staunt nicht schlecht und fragt, wie das denn möglich sei. «Ein solcher Sonderpreis sei eigentlich für «renitente Passagiere» gedacht. Beschwerden seien schlecht für die Stimmung, schlecht fürs Geschäft und mit einem günstigen Ticket könnte man sie am einfachsten beruhigen, wenn es notwendig würde», erklärt die Dame am Schalter. Und sie ergänzt: «Ich sehe nicht ein, dass ich dieses Geschenk immer nur für solche «Stinkstiefel» nehmen soll. Jetzt bekommen



Foto: Eliza / photocase.de



Sie das, weil Sie sonst ja gar nicht in den Urlaub fahren.» Wieder schiebt jemand kurzentschlossen die Regeln zur Seite und folgt seiner Eingebung. So sehr die Ersparnis natürlich das Paar erfreute, noch mehr war es der Entschluss zur Verwandlung. Die Erinnerungen an den Urlaub würden irgendwann verblassen – diese Anteilnahme und Improvisation des Musters tut es nicht.

Typisch an diesen Beispielen ist, dass es zweimal «Profis» waren – der Mann im Zug, die Frau am Flughafen –, die ihre Regeln und Vorgaben nur allzu gut kennen und sie gerade aus dieser Kenntnis dann beiseitelassen.

Wo wir menschlich sind, weil es das Gegenüber, die Welt und auch uns selbst glücklicher macht, beginnt Gemeinschaft zu gedeihen. Dann geht es nicht um Freundlichkeit aus Erfolgsberechnung, wie es der amerikanische Bestsellerautor Dale Carnegie in seinem Buch *Wie man Freunde gewinnt* predigte, sondern um den Entschluss, seinem Herzen zu folgen. Wir spüren glücklicherweise schnell, wie ernst diese Freundlichkeit gemeint ist.

Zurzeit ist ja viel von Ansteckung die Rede. Die freundliche Geste, die großzügige Handlung, all das wirkt auch «ansteckend», aber lebensfördernd statt hemmend – wie das Lachen. Manchmal hat es eine lange Inkubationszeit: Jemand ist überraschend freundlich zu uns – und wir tragen dieses gute Erlebnis durch die Tage. Dann dauert es einige Wochen und in einer ähnlichen Lage ist man schließlich selbst jemand anderem gegenüber wohlwollender, verständnisvoller. Freundlichkeit wirkt nachhaltig in die Zukunft hinein. Wir können uns zwar vornehmen, freundlich zu sein und dann diesem Vorsatz folgen. Aber das ist nur die halbe Miete. Wenn wir dann tatsächlich unser Gegenüber anlächeln, interessiert sind, zählt der Moment, zählt das Engagement im Augenblick. Deshalb ist die Freundlichkeit so wertvoll, weil sie keiner Regel folgt, sondern immer neu, immer etwas anders ist. Und es geschieht nicht von selbst – hierin sind wir alle täglich Lernende.

Der Computerentwickler Joseph Weizenbaum hat den Dreischritt Lehrling – Geselle – Meister geprägt: Als Lehrling lernt man die Regeln. Als Geselle beherrscht man sie, und als Meister weiß man, wann sie angepasst werden sollen. Sein Beispiel: die Krankenschwester auf der Intensivstation sieht die Werte auf dem Monitor einer Kranken, doch anstatt, gemäß der Regel nur ein Medikament zu geben, setzt sie sich neben die Patientin, weil sie fühlt, dass jetzt zudem Beistand noch viel mehr bewirkt.

Diesen Widerspruch kann man gut von Kindern lernen, wenn sie spielen. Auch hier gelten strenge Regeln: Man darf nicht auf dem Teppich laufen, weil er heute ein Meer ist. Alle wissen es. Man darf die gelben Kissen nicht berühren, weil sie schlafende Löwen sind ... Wann aber darf ein Kind die Regeln ändern, ohne als «Spielverderber» vom Platz gestellt zu werden? Na klar, wenn dadurch das Spiel interessanter wird, wenn der Übertritt das Spiel steigert. Wer also plötzlich einen Tierarzt spielt, kann die schlafenden Löwen, die nämlich auch krank sind, sehr wohl berühren, um sie zu heilen.

Die Regeln kennen und beachten ist wie das Standbein, sie den Umständen entsprechend anzupassen wie das Spielbein. Wie beim Gehen kommen wir nur durch die Anwendung beider voran. Wo wir so die Routine um der Mitmenschen willen durch spontane Freundlichkeit beiseite schieben, da steigert sich das Spiel, da kommt Neues in die Welt und sie wird reicher – für den konkreten Moment und fürs Später. ■

Wolfgang Held ist Beauftragter für Kommunikation am Goetheanum in Dornach, Autor zahlreicher Bücher und seit der ersten Ausgabe unseres Magazins mit seinen bereichernden Texten vertreten: [www.wolfgangheld.de](http://www.wolfgangheld.de)



## Mit welcher Zahl sind Sie verbunden?

- 1 – die Zahl des Ganzen
- 3 – die Königin der Zahlen
- 13 – der Schritt ins Ungewisse
- 25 – bei sich und über sich hinaus
- 31 – die Zahl der Vermittlung

Welche Zahl zwischen 1 und 31 ist Ihre ganz persönliche Zahl?  
Welche Bedeutung trägt sie in sich?

**«Alles ist Zahl», meinten schon die Pythagoräer im alten Griechenland. Insbesondere ist jeder Mensch mit einer der Zahlen 1 bis 31 von Geburt an verbunden. Welche Eigenschaften hat die Zahl unseres Geburtstages in der Ordnung der Dinge und des Lebens? Wolfgang Held gibt überraschende Einblicke in die faszinierende Welt der Zahlen.**

Wolfgang Held  
**Alles ist Zahl**  
Was uns die Zahlen 1 bis 31 erzählen.  
falter 43 | 206 Seiten, Leinen mit Schutzumschlag  
€ 18,- (D) | ISBN 978-3-7725-2543-8  
© auch als eBook erhältlich  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

**Freies Geistesleben**  
*Wissenschaft und Lebenskunst*





# DIE RAUSSMÜHLE

## Eine Insel im Meer des Vergessens

von Uschi Groß (Text) & Wolfgang Schmidt (Fotos)

Ist es möglich, die Zeit anzuhalten? Oder wenigstens das Tempo, mit dem wir hier in unseren hochtechnisierten Ländern unterwegs sind, etwas zu entschleunigen? In der Nähe von Heilbronn gibt es einen magischen Ort, der dies zumindest für die Dauer des Besuches schafft und den Besuchenden mitnimmt auf eine Reise in vergangene Zeiten.



«Mach bloß kein Quatsch, sonst steig' ich dir aufs Dach!» Wer kennt sie nicht, diese eher spaßig gemeinte Drohung? Die meisten vermutlich, ohne zu ahnen, welche existenzielle Bedeutung ursprünglich diesem geflügelten Wort zugrunde lag. Frank Dähling hat viel über alte Riten geforscht und weiß: «Wenn früher ein Mitglied des Dorfes gegen eine Grundregel verstoßen hatte, wurde ihm über dem Herd ein Loch ins Dach geschlagen. Und das durfte er nicht flicken! Ihm wurde damit für eine bestimmte Zeit das Herdrecht abgesprochen, d.h. er musste sich «einbetteln» bei den anderen. Daher kommt der Spruch.» In der Raußmühle am Rande von Eppingen hat er viele solcher Bräuche zusammengetragen und ein «Archiv für die Geschichte des ländlichen Lebens» aufgebaut.

Ein Nachmittag mit dem kapitalismuskritischen Frank Dähling ist wie ein spannender Spaziergang durch sein Leben. Der mittlerweile 76-jährige Mühlenherr ist ein leidenschaftlicher Sammler. Sein Fundus an Wissen mit den dazugehörigen Berichten und Anekdoten scheint unendlich. Es wurde ihm zur Lebensaufgabe, nach dem Wesen der Dinge zu suchen und ihre Geschichten zu erzählen, für sie «eine Insel

der Erinnerung zu schaffen im steigenden Meer des Vergessens», wie er es nennt. Seit 45 Jahren ist er Bewahrer und Forscher zugleich. Sein besonderes Augenmerk liegt auf dem Ursprünglichen, kommerzielle Marktmechanismen oder künstlerische Inszenierungen sind ihm ein Graus.

Ins Mühlengehöft geht's durch ein zweiflügeliges schmiedeeisernes Tor. In der Form eines Hufeisens legen sich die Gebäude schützend um einen großen Hof mit einer offenen Seite hin zur Aue des kleinen Flüsschens Elsenz. An den Hauswänden hängen und lehnen Unmengen von Heurechen, Spaten, Mistgabeln. Dazwischen stehen Milchkannen, eine Mostpresse oder auch mal Philosophisches auf eine Mauer oder ein Brett geschrieben (*siehe das abschließende Foto*). Daneben kleine Verschläge, jeder gefüllt mit Heu und einem Wassereimer. In diese werden am Abend mit bühnenreifem Auftritt zielstrebig die sechs Ziegen verschwinden – nicht ohne dass die Böcke unter ihnen noch zur guten Nacht knallend ihre beeindruckenden Hörner aneinanderschlagen. Sie bewohnen mit zwanzig Schafen, einer Hand voll Hühner, fünf Katzen und Hündin Linda zusammen mit Frank Dähling und

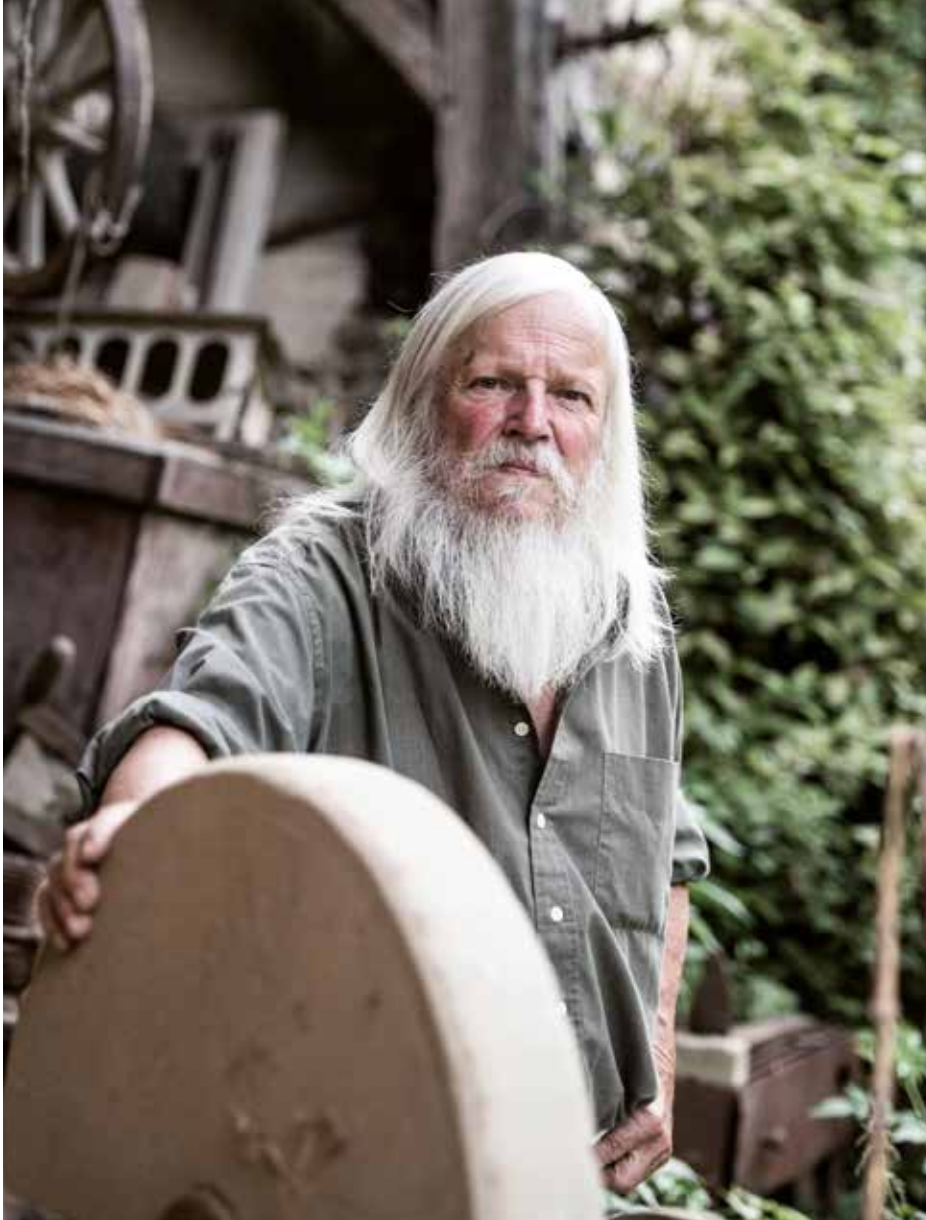
seiner Lebensgefährtin Heidi Böck die Raußmühle. Nicht zu vergessen natürlich der Hahn, der trotz leichter Gehbehinderung stolz über den Hof schreitet und nach Lust und Laune zu jeder Tageszeit ein stattliches Krähen von sich gibt. Auf den Ziegenbehausungen stehen Bienenkästen und Bienenkörbe aus Stroh. Jedes Stück darf hier einfach so sein und erzählt aus zurückliegenden Jahrzehnten und Jahrhunderten des bäuerlichen Lebens.

Begonnen hat alles Mitte der 70er-Jahre, als der politisch aktive und bis dahin quer durch Europa tingelnde junge Dähling beschloss, nahe seiner Geburtsstadt Pforzheim doch noch sesshaft zu werden und die Ideen eines anderen, selbstbestimmten Lebens als Selbstversorger im Kleinen umzusetzen. Die Raußmühle hatte eine neue Leidenschaft in ihm geweckt und schien ihm der geeignete Ort dafür.

Erstmals 1334 in Dokumenten benannt, war sie bis 1958 noch von einem Müller mit Wasserrecht betrieben worden. Die Monopolisierung des Wasserrechts durch den Staat machte jedoch ein gewinnbringendes Wirtschaften unmöglich. Die Elsenz wurde umgeleitet. Nach einer Zeit als Schrottplatz >







Alltagsgegenstände, gesammelt auf Reisen, Flohmärkten oder in Abbruchhäusern: alle Arten von Werkzeugen, Gebrauchsutensilien wie Holzkrüge, riesige geflochtene Rückentragen, um beispielsweise den Mist auf den Weinberg oder Eier auf den Markt zu bringen. Manche mit rückenfreundlicher Abstellkonstruktion. In einer Ecke stehen Holzstühle, deren Lehnen kunstvoll mit sogenannten «Neidköpfen» verziert sind. Stühle, die den Hausherrn vor bösen Absichten seiner Gäste schützen sollten. In einer anderen Nische hängen unzählige, mit Namen, Jahreszahlen oder Schutzsymbolen beschriftete Maltersäcke, die ihren Besitzern sowohl zum Transport des Kornes in die Mühle und auch als Währung dienten: ein Drittel Maltersack Weizen für die Reparatur eines Pfluges. Kuriositäten und Skurriles, wohin man schaut. Sogar eine



› blieb schließlich eine traurige Ruine übrig, die abgerissen werden sollte. Frank Dähling sah die Geschichte(n) dahinter und suchte kreative Wege, die Mühle zu retten: Er stellte einen Antrag auf Denkmalschutz und konnte daraufhin 1979 die Mühle samt Nebengebäuden erwerben. Die Weichenstellung war weitreichend und veränderte sein Leben grundlegend: Nach wilden Jahren mit Studien der Philosophie, Ethnologie und Paläontologie an den Universitäten in Mainz, Paris und Heidelberg wurde aus dem freischaffenden Kunstmaler ein Restaurator, Brauchtumsexperte und experimenteller Objektmacher.

1996 erhielt er für die Restaurierungen des Anwesens den Titel *Europäisches Kulturerbe*, was ihm einen kleinen Geldpreis einbrachte und vor allem die Durchführung Europäischer Workcamps mit Studierenden ermöglichte. Schmunzelnd erzählt er von den babylonisch anmutenden Baustellen:

«Aber im Gegensatz zum Turmbau zu Babel ist unser Gebäude nicht eingefallen. Die Zusammenarbeit hat super geklappt.» Mit Hilfe der «internationalen Hofgemeinschaften auf Zeit», zu denen sich, wie Dähling erzählt, überraschend viele Frauen angemeldet hatten, wurden Tonnen von Balken und Brettern verarbeitet, um die 30 Meter lange und 15 Meter hohe Scheunenruine zum Museum zu restaurieren. «Die Werkzeuge und die Geschichte ihrer Entwicklung sind für mich das Wichtigste. Man nennt das die materielle Sachkultur der bäuerlichen Welt. Diese Welt hat bis vor 50 Jahren gegolten. In meiner Kindheit führen noch die Ochsespanne – heute haben wir eine Agrarindustrie übelster Art, mit Überdüngung, Nitrat im Wasser und Artensterben».

Das Staunen wächst, sobald er die Tore ins Museum der bäuerlichen Kultur öffnet. Auf drei Stockwerken finden sich tausende



mittelalterliche Rauchküche hat Frank Dähling aus dem Haus der Familie Uhland in Kleingartach ausgebaut und detailgetreu in seinem Museum wieder aufgebaut.

Zu jedem Gegenstand auf seinem Gelände weiß er eine Geschichte zu erzählen und holt ihn damit für kurze Momente aus der Versunkenheit, bewahrt ihn vor dem Vergessen. Sprichwörter bekommen auf einmal einen Sinn, beispielsweise das Kerbholz. «Die zwei Holzstäbe dienten als Rechnung und als Quittung. Die ausstehende Schuld wurde in beide eingeritzt – solange sie nicht beglichen war, hatte man also noch was auf dem Kerbholz.» Es ist faszinierend, seinen Erzählungen zu folgen und dabei der Alltagsklugheit unserer Vorfahren nachzuspüren. Bei allem ist Dähling eines sehr wichtig: «Ich habe kein Heimatmuseum! Ich bin ein Erforscher der Ent-

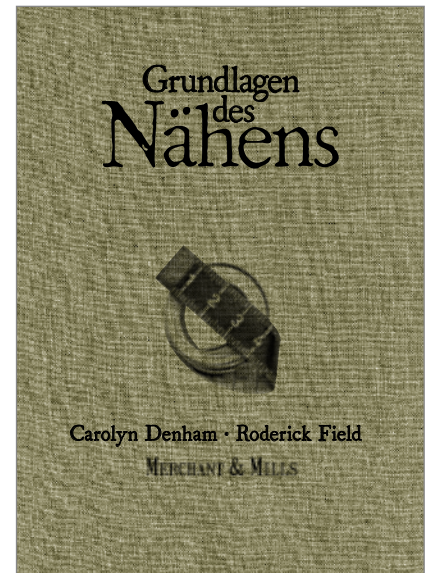


wicklung der Werkzeuge. Ich habe z.B. einen Dreschschlitten aus Portugal. Oder einen Dreschstock aus Syrien. Das ist die Geschichte des ländlichen Lebens, aber nicht nur die unserer Gegend.» Auch Vorträge und Ausstellungen über «Alltagsmagie – Riten, Schutzzauber und Bauopfer» gehören mittlerweile zu seinem Fachgebiet. Aktuell erforscht er mit einem Kollegen sogenannte «Brauchbücher», die Niederschriften ländlicher Heiler und Schamanen.

Ortswechsel. Bei der Führung durch das fünfstöckige Mühlengebäude auf der anderen Seite des Hofes geht die Zeitreise weiter. Man lernt das Winkelzahnradgetriebe kennen, das die Kraft der Mühlräder übersetzt auf den Antrieb der Mühlsteine, das Königsrad, den Rüttelschuh und den Löffelelevator, der das Korn über fünf Etagen nach oben befördert. Nur klappern hört man die Mühle nicht. Noch nicht. Denn noch fehlt das Wasser im neu ausgegrabenen Mühlkanal. Aber das soll sich im kommenden Sommer ändern. Trotz aller bürokratischer Widrigkeiten. Frank Dähling ist ein Macher und ein Kämpfer. Seit 2009 unterstützt zudem ein Förderverein den Erhalt des kulturhistorischen Dählingschen Lebenswerkes ideell und projektbezogen, aber auch ganz praktisch bei Arbeitseinsätzen, wie der Heuernte oder dem Scheren der Schafe.

Ein Besuch in der Raußmühle ist in unserer effizient und digital durchorganisierten Zeit etwas ganz Besonderes. Man taucht ein in längst vergangene Welten. Man kann regelrecht spüren wie beschwerlich vieles war, wie mühsam das Überleben, wie hart die langen Arbeitstage. Aber eine leise Frage blitzt dazwischen auch immer wieder auf: Würde es uns und der Welt nicht gut tun, das Wesen der Dinge in unserem Leben und ihre Sinnhaftigkeit wieder mehr in den Mittelpunkt zu stellen ...? ■

Informationen zu Führungen und Ausstellungen unter [www.raussmuehle.de](http://www.raussmuehle.de)



## Alles, was man zum gekonnten Nähen kennen sollte

Zeitloses Design und Nähkunst – dafür steht die britische Marke *Merchant & Mills*, die ein umfangreiches Sortiment zum Selberrähen bereithält. Doch welche Nähkenntnisse sind nötig, damit Knopf, Kragen & Co. richtig sitzen? In diesem Handbuch rund ums Nähen sind die wesentlichen Grundkenntnisse – vom Gebrauch der Nähmaschine bis hin zu trickreichen Lösungen – übersichtlich und anregend vereint. So macht Schneidern Freude.

**Verständliche Anleitungen mit illustrierten Arbeitsschritten in einem handlichen Notizbuchformat – für Anfänger und Fortgeschrittene, als Ergänzung zum Nähkurs oder zum Nachschlagen von der nachhaltigen Kleiderdesignerin Carolyn Denham und dem Fotografen Roderick Field.**

Carolyn Denham | Roderick Field  
**Grundlagen des Nähens**  
 Aus dem Englischen von Bernadette Mayr  
 160 Seiten, mit zahlreichen teils farbigen Abbildungen, flexibles Leinen  
 € 16,- (D) | ISBN 978-3-7725-2850-7

**Freies Geistesleben**  
*Ideen für ein kreatives Leben*



WENN DU EINEN RIESEN STEHST  
SCHAU NACH DEM STAND DER SONNE  
ES KÖNNT DER SCHATTEN  
EINES ZWERGES SEIN.







# DIE KLEINE ELLI

von Brigitte Werner

Die Morgenluft ist frisch und klar. Gelsenkirchen, die Stadt, in der ich nun lebe, hat einen alchimistischen Glanz, der Grau in Gold verwandelt. Auf meinem Weg zu einem mir noch fremden Frühstücksort, entdecke ich ruhige Straßen mit alten Bäumen und alten Villen, friedliche Ecken zwischen tristen Häuserzeilen. Und irgendwann, einige Abbiegungen weiter, Wiesen und Felder, winkende Sonnenblumen, eine Zufahrt zu einem Gehöft, das eine wunderbare Kulisse für einen altmodischen Film mit einer friedlichen Familie abgeben würde, direkt am Parkplatz ein Gatter mit einer ganzen Herde Ziegen, die herbeispringen und mich mit ihren sonderbaren Pupillen neugierig anschauen und Futter erwarten. Ich vertröste sie auf später, sie sind bereit, mir zu glauben.

Der Ruhrpott hat sich für ein Schlummerschläfchen zurückgezogen und träumt sich ins Irgendwo. Im Hofladen steht eine alte Theke, darauf Gläser und Flaschen mit Köstlichkeiten, im Regal duftendes Brot, Käse und Wurst, alles wie in einem alten Kaufmannsladen aus einem Film, den man unbedingt zu Ende sehen will. Die Tische in der Stube sind alle besetzt, draußen ist es kühl, aber sonnig, und in der dunstigen Luft schwirren Insekten und welke Blütenblätter. Ich suche mir einen Tisch und genieße mit geschlossenen Augen die Frische, die Gerüche von Laub und Heu und Tier – und von Kaffee. Ich fühle den Wind in meinem Gesicht, ich höre die Ziegengespräche, das



Foto: Addictive Stock / photocase.de

Geschirrgeklapper, ich höre, dass weitere Gäste in den Innenhof kommen, und ich verankere diesen Moment fest als Gegenmittel für trübe Augenblicke.

Etwas später kommt das Frühstück. Ich staune es an. Riesige, duftende Brotscheiben, der Käse hat ein sattes Gelb, der Honig ist dunkelbraun, die Butter in einem kleinen Steinguttöpfchen. Ich bin in einer anderen, schon fast vergessenen Zeit gelandet. Ich erinnere mich an Ferien auf einem Gutshof, als ich sieben Jahre alt war. Das reinste Paradies mit Schaf, Huhn, Kuh und Katze und duftendem Brot. Am Nebentisch sitzt ein Ehepaar, das sehr lieb miteinander ist, sie sind sicher schon weit über siebzig, und er kümmert sich um sie in einer rührend fürsorglichen Weise. Sie nickt und lächelt und nickt, sie nippt an ihrem Kaffee und probiert ihren Kuchen. Er gießt nach und sie lächelt. Ihr schneeweißes Haar leuchtet, ihre Augen leuchten und ihr rosa Kostüm leuchtet auch. Ihr Gesicht ist sanft und kindlich froh.

Als er kurz im Café verschwindet, strahlt sie mich an. Ich strahle zurück. Da steht sie auf, kommt entschlossen an meinen Tisch, mustert mich aufmerksam und sagt lächelnd: «Ich bin die kleine Elli. Wissen Sie noch?» Ich weiß nicht, aber ich nicke. Dann dreht sie sich voller Freude

einmal im Kreis, lächelt die Büsche an, den weißen Phlox, den Zaun, sieht mich an und strahlt: «Hallo, ich bin die kleine Elli. Wir kennen uns doch!» – «Ja», nicke ich. «Wie schön, dass wir uns wiedersehen.» Da nickt sie auch, breitet die Arme aus und ruft: «Ich bin doch die kleine Elli.» – «Ich bin die Brigitte», sage ich und würde sie gerne in den Arm nehmen. Da kommt ihr Mann zurück, sie läuft trippelnd auf ihn zu, ruft freudig: «Hallo, ich bin die kleine Elli. Wir kennen uns doch.» Er lächelt und nickt, nimmt liebevoll ihren Arm, führt sie zu ihrem Tisch zurück, reicht ihr ein Glas Orangensaft und sagt: «Ja, kleine Elli, wir kennen uns schon eine ganze Weile.» – «Ja, ruft sie begeistert, eine ganze Weile.» Sie nickt heftig, schaut mich stolz an und winkt mir zu. Ich winke zurück. Ein Zauber liegt über diesem Hof, und es ist nicht nur dieses sanfte Lichtgefliir, ich bin gerade die kleine Brigitte, immer zu klein, spindeldünn und ängstlich, aber immer schon eine Jägerin, eine Sammlerin dieser kleinen, kostbaren, besonderen Momente, deren Zauber ich stets tief wahrgenommen, aber noch nicht begriffen hatte. Die kleine Elli zeigt mir, man findet sie auch ohne zu suchen. ■

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



# ASTRID SEEBERGER – LEBENS LITERATUR

von Anne Overlack

Diese Autorin steckt tief drin in ihren Büchern. Und sie lebt definitiv kein beliebtes Leben. Wer als 17-Jährige das Land seiner Herkunft verlässt und anderenorts noch einmal auf eigene Faust neu beginnt, ist entschlossen und mutig. «Ich wollte keine Deutsche sein. Ich wollte zu keinem Land gehören, das so Schreckliches verbrochen hatte. Als ich nach Stockholm kam, erst siebzehn Jahre alt, war ich voller Euphorie. Und frei.» So benennt Astrid Seeberger wesentliche Motive für ihren Neubeginn in Schweden, wo sie Ende der sechziger Jahre Philosophie, Theater- und Filmwissenschaften – mit dem erklärten Ziel, einmal Schriftstellerin zu werden – studierte und dann auch noch Medizin am Karolinska Institut in Stockholm.

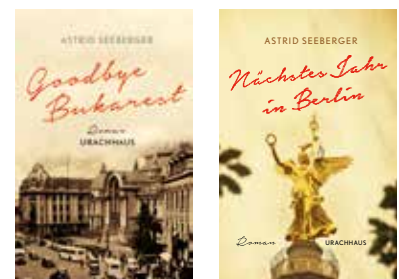
Inzwischen liegt hinter der 1949 geborenen Ärztin eine erfolgreiche Karriere als Spezialistin für Nierenkrankheiten. Ihr erstes Buch hat Astrid Seeberger schließlich erst 2010 im schwedischen Original publiziert. In *Schamlose Neugier* erzählt sie vom Umgang mit ihren schwerkranken Patienten und unterweist die Lesenden in der «Kunst des heilsamen Gesprächs». Schon in dieses erste Buch hat die Autorin sich «schamlos» eingebracht und das, was sie in Gesprächen und der Auseinandersetzung mit Dritten an Lebenserfahrung gewonnen hat, auf sehr persönliche Art mit ihren Lesern geteilt.

Danach war es Zeit für eine noch intensivere Auseinandersetzung mit der eigenen Familie und deren literarische

Anverwandlung. Nach minutiöser Recherchearbeit hat Seeberger die Geschichte ihrer Familie in zwei Romanen abgebildet, wobei sich die faszinierte Leserin in mir immer wieder gefragt hat, inwieweit sich hier Fiktion und Realität ineinander verschränken bzw. welchen Anteil literarische Erfindung und gelebtes Leben haben. 2016 erschien *Nächstes Jahr in Berlin*, Zeichen der nachgetragenen Liebe zur Mutter, vor deren «traurigem Flüchtlingsgesicht» sie als junges Mädchen Reißaus genommen hatte. Vier Jahre später geht es dann in *Goodbye, Bukarest* um die abenteuerliche Lebensgeschichte des älteren Bruders der Mutter, Bruno, von dem die Mutter behauptet hatte, er sei vor Stalingrad gefallen. Erst nach deren Tod erfährt Astrid, dass Bruno nur totgeschwiegen wurde und macht sich auf die Suche nach dem verschollenen Onkel. Das zentrale Motiv ihrer verzweifelten Spurensuche erklärt sie ihrem Gefährten und Geliebten Lech, dem all ihre Bücher gewidmet sind, so: «Bruno und ich gehören irgendwie zusammen. Vielleicht, weil er vor seinem Vater geflohen ist, und ich vor meiner Mutter.»

Und dann geht es von der kleinen schwedischen Insel nach Berlin, von Berlin über Moskau in ein sowjetisches Straflager in der kasachischen Steppe, dann weiter nach Bukarest, später nach München. So bunt wie die Orte, so aufregend ist die Geschichte Brunos, die die Fährtenleserin Astrid im Lauf des ganzen Jahres 2015 bei

den unterschiedlichsten Gesprächspartnern einsammelt und auf unvergleichlich spannende und ebenso poetische Weise erzählt. In der Orchestrierung ihrer Erzählung zieht Seeberger alle Register ihres Könnens als feinfühliges Psychologin, die ihre Figuren zu glaubwürdigen und authentischen Charakteren entwickelt, die durch die Wirren des von Gewalt und Diktatur beherrschten 20. Jahrhunderts ihre trotzig kleinen Lebensbahnen gezogen haben und jetzt in den Erinnerungserzählungen der verschiedenen Weggefährten wieder auferstehen. Bruno ist schon vor Jahrzehnten verstorben, wie Astrid am Ende ihrer Recherche erfährt. Aber zuvor hat er sein Leben gelebt, stolz, unbeirrt, erd- und naturverbunden, bedingungslos in der Liebe und Zuneigung zu seinen Allernächsten. ■



Der Roman *Goodbye, Bukarest* von Astrid Seeberger, übersetzt von Gisela Kosubek, ist im Verlag Urachhaus erschienen (244 Seiten, geb. mit Schutzumschlag, 22,- Euro, ISBN 978-3-8251-5230-7).

Hier wird auch *Nächstes Jahr in Berlin* wieder aufgelegt werden und im Februar 2021 erscheinen (252 Seiten, geb. mit Schutzumschlag, 22,- Euro, ISBN 978-3-8251-5261-1)

# WAS DURCH MERKUR GESCHEHEN KANN

von Wolfgang Held

Mit den Begegnungen der Planeten am Nachthimmel ist es wie mit den Begegnungen unter Menschen, sie haben ihren Vor- und Nachklang – sprichwörtlich «bahnen» sie sich an und setzen sich dann in weiteren Stellungen fort. So, wie menschliche Begegnungen häufig erst durch ihren Vorlauf und ihr Echo verständlich werden, so lassen sich die Ereignisse am Himmel durch ihr Vorher und Nachher besser lesen. Denn alles, was man am Himmel sieht und so ruhig und unbewegt erscheint, ist doch die Momentaufnahme einer Bewegung, beziehungsweise sehr vieler unterschiedlich schnell laufender Bewegungen. Indem wir eine vorangehende oder folgende Konstellation in den Blick nehmen, wächst das Bewusstsein für diesen Fluss, wird aus dem einzelnen Ton mit einem Male eine Melodie, um es in der Sprache der Musik zu skizzieren.

Auch beim Himmelsschauspiel der großen Konjunktion von Jupiter und Saturn lohnt es sich, den Blick für dessen Vergangenheit und Zukunft zu weiten. Dazu gibt es einen interessanten Tipp des Philosophen Byung-Chul Han in seinem Buch *Der Duft der Zeit*. Es ist ein Hinweis über die Schönheit: Man erlebe sie nicht direkt, sondern vor allem im Nachklang. Man halte inne und erinnere sich an etwas. Dann könne als eine Art Fluoreszenz die Schönheit einer Sache nachglimmen. Deshalb, so Han, sage man «das <war> schön» und weniger «das <ist> schön».

Anfang Januar, wenn nun Jupiter und Saturn wieder 2 Grad voneinander entfernen stehen, ist solch ein Moment des Erinnerns an die große Konjunktion. Es sind die letzten Tage, an denen Jupiter und Saturn noch als Doppelgestirn sichtbar sind, dann verschwinden sie im Sonnenlicht. Doch jetzt fügt sich ein dritter Planet dazu. Merkur, der Planet der Beziehung stellt sich zu diesen letzten Zügen der Konjunktion und steigert so die Gemeinschaft der beiden fernen Planeten zu einem Dreiklang. Merkurs Gegenwart lässt sich dabei als Schlüssel verstehen,

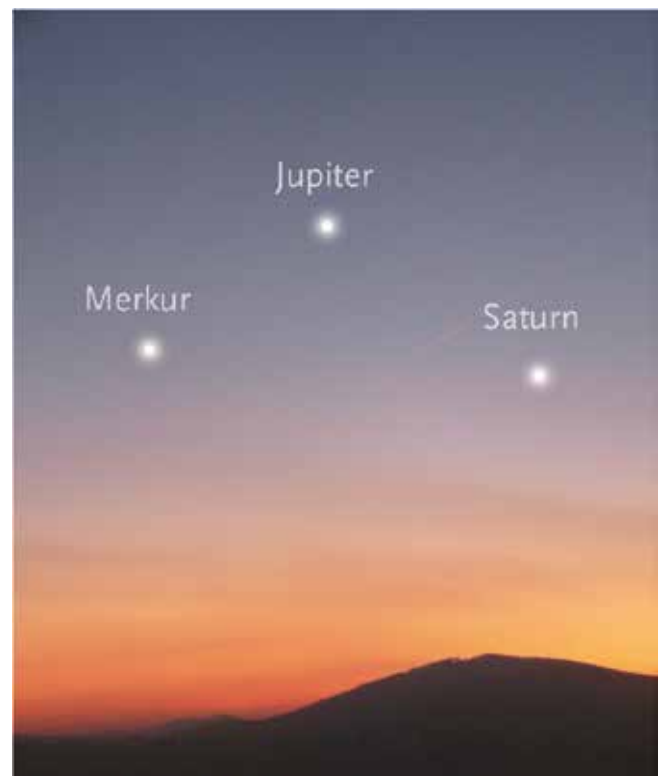


Abbildung: Wolfgang Held

um die Konjunktion von Jupiter und Saturn nicht nur als ein Himmelsereignis zu nehmen, sondern als etwas, was sich auch in der Seele ereignen kann. Jupiter als Planet der Weisheit und Urteilskraft und Saturn als Wandler der Innerlichkeit und Empfindungsfähigkeit repräsentieren zwei Seiten der Persönlichkeit – ihre nach außen gerichtete extrovertierte Seite und ihre nach innen gekehrte sensible Seite. Wenn beide im Gleichgewicht sind, wenn man sich aktiv nach außen wendet und sich zugleich selbst wahrnimmt und reflektiert, dann ist man mit sich selbst in Übereinstimmung, dann ist die Persönlichkeit gesund.

Doch wie gelingt diese Integration von Außen und Innen? Merkur gibt eine Antwort: Durch Beweglichkeit und Beziehung, das sind die merkurialen Tugenden. Merkur fragt danach, ob man eine Beziehung zu seinen Beziehungen hat, ob man also über seine menschlichen Beziehungen nachdenkt und davon ein Bild gewinnt. Das ist die saturnische Reflexion, sich hineinzufühlen in die Art, wie man in seinen Beziehungen zu anderen lebt. Jupiter kommt ins Spiel, wenn man aus dieser inneren Erfahrung über sich selbst, sich jetzt wieder zum anderen Menschen hinwendet. Es ist ein merkurialer Pendelschlag, der den Ausgleich zustande bringt von der Selbsterfahrung und der Erfahrung des anderen – oder um es planetarisch zu formulieren: Jupiter und Saturn kommen durch Merkur zusammen. ■

Wolfgang Held studierte Pädagogik und Mathematik und war viele Jahre Mitarbeiter in der Mathematisch-Astronomischen Sektion am Goetheanum in Dornach. Er ist Beauftragter für Kommunikation und Autor zahlreicher Bücher: [www.wolfgangheld.de](http://www.wolfgangheld.de)



# ... SÜSSE BEEREN IM SCHNEE ...

von Christa Ludwig

Warum ich ohne Lyrik nicht leben kann? Weil niemand ohne Lyrik leben kann. Weil Sprache, geformte Sprache, verdichtete Sprache, Dichtung, Poesie überall ist, allen Menschen angeboten. Man muss nur hin und wieder um sich schauen und in alle Richtungen lauschen. Zum Beispiel zurück:

Winter, viel Schnee, ich ziehe meine beiden kleinen Söhne im Schlitten hinter mir her, Konstantin, zweieinhalb, sicher in die Wolldecke der Rückenlehne gekuschelt, vor ihm der kleine Bruder. Ich sehe, dass Konstantin, nach links geneigt, eine Hand in den Schnee hält. Das ist nicht ungewöhnlich. Ich gehe weiter, blicke aber bald wieder zurück. Er hat den Handschuh ausgezogen und lässt die bloße Hand durch den Schnee gleiten. Aber er mag doch keine kalte Nässe! «Was machst du?», frage ich. «Ich suche», sagt er. «Was suchst du?», frage ich. Und er sagt, während ich rückwärts langsam weitergehe: «Beeren ... Beeren im Schnee ... süße Beeren im Schnee ...»

Oder man muss hinaufschauen. Und sehen, was die Kinder sehen. Einige Jahre später: Fünf/sechs Mütter und zehn/zwölf Kinder warten auf den Kindergartenbus. Es ist ein klarer Herbsttag, wolkenlos. Aber es sind nur 60 km Luftlinie bis zum Flughafen Zürich, da bleibt der Himmel nicht lange ungetrübt blau. Flugzeuge haben ein Gitter gemalt. Alexander, fünf Jahre, sagt: «Guckt mal, jetzt ist der liebe Gott im Gefängnis.» Alle Kinder und Mütter blicken nach oben. Was denken sie? Jenny, sechs Jahre, ergänzt: «Oder wir. Vielleicht sind wir im Gefängnis.» Kinderweisheit? Oder Teil eines Gedichts!

Flieger am Himmel / Sie haben den Himmel vergittert / Haben sie ihn eingesperrt? / Haben sie ihn ausgesperrt? / Haben wir einen Zaun gezogen zwischen / seiner Schöpfung und unserer? / Wir haben die Erde verlassen. / Haben wir uns eingesperrt? / Haben wir uns ausgesperrt? / Verlassen.

Oder man muss Louise zuhören. Das ist das Leichteste von allem. Sie sorgt selbst dafür, dass man ihr zuhört. Und sie nicht aus den Augen lässt. Louise mit dem Downsyndrom, die aber kaum jemals down ist – also Louise, sechs Jahre, mit dem Highsyndrom. Sie ist so gern bei uns. Und sie isst so gern bei uns – und nicht nur bei uns. Essen ist eine ihrer zahlreichen Leidenschaften, unten denen sie im Gegensatz zu den meisten Menschen niemals leidet. Der Tisch ist bereits gedeckt. Also kann die Begrüßungseuphorie noch gesteigert werden. Gerade ist sie mit Mama-Papa-Bruder eingetroffen, hat die Arme ausgebreitet und um uns geschlossen, hat sich im Kreis gedreht, getanzt und gelacht, gewunken, gesungen – und schon geht's zum Abendessen. Große Runde, wie sie es liebt. Louise, angemessen exponiert, an der Stirnseite des weiten ovalen Tisches, und ich weiß ja, was sie gern isst, und habe es in ihre Sichtweite gestellt. Ihre leuchtenden blauen Augen schweifen in die Runde und dann über den Tisch, und sie sagt: «Oma-Opa-Obazda!» Kann man das Wort «Glückseligkeit» klangvoller steigern?

Im Laufe dieses Jahres darf ich den allseits vorhandenen Gedichten nachspüren, dabei nicht schlicht aufspüren, wo überall Poesie verborgen ist, sondern aufblättern, welchen alltäglichen «Nutzwert» Lyrik für mich hat. Ich werde es beweisen: Gedichte sind so vielseitig anwendbar wie ein Schweizer Taschenmesser. ■

Mehr über [Christa Ludwig](http://www.christaludwig.net) und ihre Bücher unter [www.christaludwig.net](http://www.christaludwig.net)  
Zuletzt sind im literarischen Imprint Oktaven des Verlags Freies Geistesleben [Ein Bündel Wegerich](#), ein Roman über die letzten Lebensjahre der Dichterin Else Lasker-Schüler, und ihre Erzählung [Alle Farben Weiß](#), über eine unerwartete Entdeckung einer jungen Restauratorin, erschienen.

# JANUAR

## DIE BOTSCHAFT

«Sich in dieser Welt nicht zu fürchten ist vielleicht die Botschaft, die uns nicht die Vernunft, sondern nur jene verheißungsvolle Fähigkeit geben kann, die wir – etwas verlegen – Glauben nennen.»

Friedrich Dürrenmatt  
zitiert von Günter Baumann  
in *Reclams Literatur-Kalender* 2021.

DO 31  
☾ 23<sup>h</sup>

Dezember 2020

Silvester

FR 01  
☾ 20<sup>h</sup>

Januar 2021

Neujahrstag

SA 02

SO 03

39. Woche nach Ostern

Vor 33 Jahren (1988) starb die Dichterin Rose Ausländer in Düsseldorf. Am 11. Mai 1901 wurde sie als Rosalie Beatrice Scherzer in Czernowitz in der Bukowina geboren.

☉ 08:26 / 16:27  
☾ 21:22 / 11:18

Kaspar

MO 04

KW 01

1821 Elizabeth Ann Seton † in Emmitsburg/Maryland, amerik. Ordensgründerin der Sisters of Charity u. erste amerik. Heilige (\* 28.08.1774 in New York City).

Balthasar

DI 05

1921 Friedrich Dürrenmatt \* in Stalden im Emmental, Schweizer Dramatiker. Sein erstes Theaterstück «Es steht geschrieben» verursachte 1947 in Zürich einen Theater-skandal. 1956 kam «Der Besuch der alten Dame» auf die Bühne und brachte weltweiten Ruhm († 14.12.1990 in Neuenburg).

Letzte der 13 Heiligen Nächte beginnt.

MI 06

● Letztes Viertel

Epiphania / Heilige Drei Könige

In Baden-Württemberg, Bayern und Sachsen-Anhalt ges. Feiertag.

DO 07

☾ 10<sup>h</sup>

SO 10

40. Woche nach Ostern

☾ 4<sup>h</sup>  
1971 Coco Chanel †, franz. Modeschöpferin (\* 19.08.1883). Vor 5 Jahren (2016) starb der britische Musiker, Sänger, Produzent, Schauspieler und Maler David Bowie in New York City (\* 08.01.1947 in London).

☉ 08:24 / 16:36  
☾ 05:35 / 13:53

MO 11

KW 02

☾ 18<sup>h</sup>, ☾ 21<sup>h</sup>

DI 12

MI 13

● Neumond 06:00, ☾ 23<sup>h</sup>

DO 14

☾ 4<sup>h</sup>, ☾ 10<sup>h</sup>

FR 15

SA 16

Winterabend.  
Mit kleinen Stichen erscheint  
das Lächeln der Puppe.



SO 17

41. Woche nach Ostern

☉ 08:18 / 16:47  
☾ 10:48 / 21:45

MO 18

KW 03

☼ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Steinbock. 1871 Kaiserproklamation in Versailles. Gründung des Deutschen Reiches.

DI 19

☼ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Wassermann. Beginne mit der Monatstugend «Diskretion – wird zu Meditationskraft.»  
1921 Patricia Highsmith \*, amerik. Schriftstellerin. 1950 erschien ihr erster Roman «Strangers on a Train» (Zwei Fremde im Zug), 1955 erschien «The Talented Mr. Ripley» (Der talentierte Mr. Ripley). († 04.02.1995 in Locarno/CH).

MI 20

● Erstes Viertel  
1921 Mary Watson Whitney † in Waltham/Mass.), amerik. Astronomin (\* 11.09.1847 in Waltham/Mass.).

DO 21

☾☿ 10<sup>h</sup>

FR 22

SA 23

1921 Marija Gimbutas \* in Vilnius als Marija Birutė Alseikaitė, litauisch-amerikanische Prähistorikerin, Archäologin und Ethnologin. Sie promovierte 1946 in Tübingen über «Die Bestattung in Litauen in der vorgeschichtlichen Zeit» († 02.02.1994 in Los Angeles).

SO 24

42. Woche nach Ostern

☉☿ 4<sup>h</sup>, ☼ größte östliche Elongation

☉ 08:11 / 16:58  
☾ 12:57 / 04:36

MO 25

KW 04

Vor 66 Jahren (1955) beendete die UdSSR offiziell den Kriegszustand mit Deutschland.

Gedenktag der Schauung des Paulus vor Damaskus

DI 26

MI 27

☾☿ 17<sup>h</sup>

Gedenktag der Opfer des Nationalsozialismus

DO 28

☉ Vollmond 20:16, ☾☿ 13<sup>h</sup>, ☾☿ 21<sup>h</sup>

FR 29

☉☿ 3<sup>h</sup>  
1921 Deutschland werden Reparationen von 226 Mrd. Goldmark auferlegt.

SA 30

☾☿ 3<sup>h</sup>  
1921 Hildegard Rössel-Majdan \* in Moosbierbaum, österr. Opernsängerin († 15.12.2010 in Wien).

SO 31

43. Woche nach Ostern

1971 Wiederaufnahme des Telefonverkehrs zwischen West- und Ostberlin nach 19-jähriger Unterbrechung.

☉ 08:01 / 17:11  
☾ 20:29 / 09:44

MO 01

Februar | KW 05

DI 02

Mariä Lichtmess

Redaktion: Lin



Foto: Anjo de Haan | Die Nicolaaskerk in Oldenzijn / Groningen

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 ☾.

winteravond –  
met kleine steekjes krijgt pop  
een nieuwe glimlach

Ingrid Kunschke

# Wie leben wir mit den Verstorbenen?

Was geschieht mit der Seele eines uns lieben Menschen nach seinem Tod? Kann es noch ein gemeinsames Leben mit den Verstorbenen geben? Wie können wir das in Erfahrung bringen?

Iris Paxino erzählt lebensnah und bewegend aus ihren eigenen Erfahrungen mit Verstorbenen und als psychologische Begleiterin von Hinterbliebenen.

**Nun bereits in 7. Auflage!**  
**16.000 verkaufte Exemplare!**



Iris Paxino  
**Brücken zwischen Leben und Tod**  
Begegnungen mit Verstorbenen  
236 Seiten, gebunden mit  
Schutzumschlag | € 22,- (D)  
ISBN 978-3-7725-2882-8  
☞ auch als eBook erhältlich  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)



## WAS TREIBT MICH AN ...?

von Caroline Grafe

... das erste Grün im Frühjahr, dieses zartlinde, das nur für ganz kurze Zeit bleibt – eine Neugeburt der Natur –, die ersten Erdbeeren vom Feld, das erste Mal offene Schuhe tragen, ein Sommerkleid, das erste Bad im See (ein berauschendes Gefühl von Freiheit – jedes Jahr aufs Neue), der Geruch von frischem Sommerregen, Blätterrascheln im Herbst unter den Füßen und Schneeknirschen im Winter, das Meer und die Berge (das Meer ein bisschen mehr), mich einfach treiben lassen bei Spaziergängen, Musik und Singen (obwohl ich es gar nicht kann) und tanzen – einfach für mich, beobachten, meine Freundinnen und Freunde und natürlich meine Eltern und meine Familie, die mir dieses Grundvertrauen in die Welt und in mich gaben.

Die ganz kleinen Dinge: ein Kinderlachen. Ja, Lachen überhaupt, das überraschende, unverhoffte Lächeln Fremder auf der Straße, im Bus, das kurze Gespräch mit der Verkäuferin, die ganz unerwartete Postkarte im Briefkasten, eine wohltuende Massage nach der ich mich anschließend körperlich und seelisch wieder ganz bei mir finde.

Und dann gibt es da noch diese «Bucket List» ... Da sind so viele Orte, Plätze, Länder, Kulturen, die ich noch nicht kenne und die ich Stück für Stück entdecken möchte. Es gibt so viel Schönes auf dieser Welt ...

Manchmal sind die Tage hell, weil etwas Angenehmes bevorsteht, manchmal sind

sie dunkler. Dann habe ich die Kraft meiner Gedanken und Erinnerungen und die Vorfreude auf lichtere Zeiten. Ja, die Vorfreude und die Sehnsucht, auch sie treiben mich an. Und Bücher. Literatur kann so vieles. Mit Büchern kann ich reisen, kann Neues erfahren, Denkräume finden, sie untereinander vernetzen wie Landkarten, merke mir Sätze, schreibe sie auf, lerne Figuren, Charaktere kennen, die mich dann ein Leben lang begleiten.

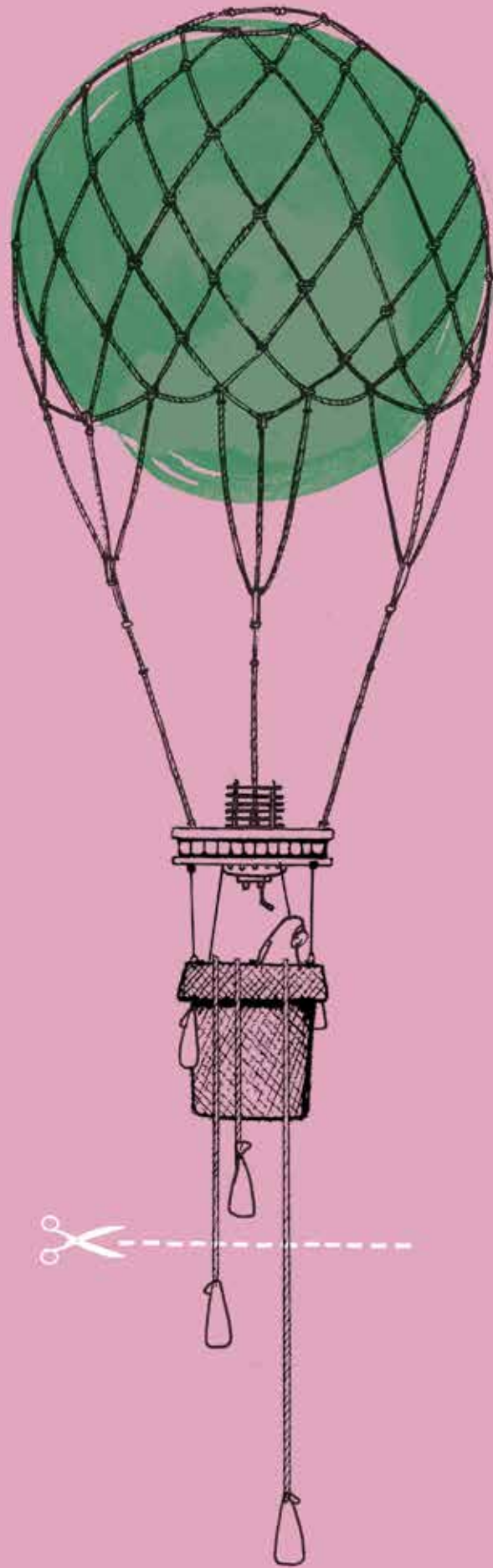
Ich bin ein Mensch, der mitunter schlecht mit Veränderungen kann, aber ich habe gelernt, damit umzugehen. Habe gelernt, dass sie auch oft viel Positives mit sich bringen und das Gleichbleiben auch Stillstand bedeutet, Neues dagegen aufregend, sinngebend und hoffnungsvoll sein kann. Ich muss dann immer an diese Zeilen von Rilke denken, die mir schon so oft geholfen haben: «Man muß nie verzweifeln, wenn einem etwas verloren geht, ein Mensch oder eine Freude oder ein Glück; es kommt alles noch herrlicher wieder. Was abfallen muß, fällt ab; was zu uns gehört, bleibt bei uns, denn es geht alles nach Gesetzen vor sich; die größer als unsere Einsicht sind und mit denen wir nur scheinbar im Widerspruch stehen. Man muß in sich selber leben und an das ganze Leben denken, an all seine Millionen Möglichkeiten, Weiten und Zukünfte, dem gegenüber es nichts Vergangenes oder Verlorenes gibt.»



Es ist im Alltag nicht immer leicht umzusetzen, diese Gelassenheit aufzubringen, aber dann nehme ich mir Zeit. Zeit nur für mich alleine. Innezuhalten. Ich habe gelernt, auch mal «Nein» zu sagen, mir ganz bewusst Ruhepausen und Oasen zu schaffen. All das und vielleicht noch einige Dinge mehr, die ich jetzt doch vergessen habe und die aber im richtigen Augenblick aufblitzen und mir etwas zuflüstern, sie sind es, die mich immer und immer wieder antreiben und mir zeigen, was für ein herrliches Wunder dieses Leben doch ist.

Ach ja, und gerade – ganz konkret – ist es dieses Licht am Ende des Tunnels, dieses Vorausschauen in eine Zeit, wenn dieses verdammte Virus uns wie ein hoffentlich ferner, böser Albtraum vorkommen wird und ich endlich die Menschen wiedersehen und umarmen kann, die ich nun schon so lange vermisste. ■

**Caroline Grafe** studierte deutsche und romanische Literaturen in Konstanz mit Studienaufenthalten in Heidelberg, Lausanne und Lyon. Nach Stationen im kulturinstitutionellen Bereich und im Verlagswesen, leitet sie seit 2019 ihr eigenes Unternehmen, das Lit.Quartier | Büro für Text und Literaturvermittlung in Stuttgart. Ab April 2021 wird sie zudem das Team des Verlags Freies Geistesleben als freie Lektorin unterstützen.





# WAS IST WESENTLICH?

## Warum es von Bedeutung sein kann, etwas bei dieser Frage im eigenen Leben zu verweilen

von Jean-Claude Lin

Es gibt manche Tage, an denen man eine Aufgabe nach der anderen erledigt hat, eine Besprechung auf die nächste folgte oder viele E-Mails beantwortet und Telefonate geführt werden mussten. Fast pausenlos war man mit etwas Dringendem befasst. Abends kann es dann passieren, dass man sich dennoch fragt: Was war von all dem wesentlich, was bleibt von all dem Beschäftigtsein?

Irgendwie war alles notwendig, es drängte sich uns auf, aber das Gefühl von etwas Bleibendem, Wesentlichem will nicht so recht aufkommen. Dann kann sich eine Stimmung der Müdigkeit, ja sogar der Trauer in uns ausbreiten – bis wir auf einen Moment an einem derart beschäftigten Tag stoßen, an dem spontane, wirkliche Freude zu erleben war. Dies kann so flüchtig gewesen sein, wie das zufriedene Lächeln einer Kollegin, mit der ein kniffliges Problem behandelt und gemeinsam eine Lösung dafür gefunden wurde. Dieses eine, im Nachhinein bewusst gemachte Lächeln erstrahlt dann über die Ereignisse des ganzen Tages. Die Müdigkeit beginnt, einer aufkommenden neuen Energie zu weichen. Statt Traurigkeit oder gar Trauer spürt man Heiterkeit und Freude.

Es ist bemerkenswert, wie der Blick für das Wesentliche und Bleibende erst im Rückblick, in der Rückschau bewusst wird. Und oft werden wir feststellen, dass dieses Wesentliche sich besonders dann bemerkbar macht, wenn wir zur Freude eines ande-

ren Menschen etwas beitragen konnten. Manchmal allerdings ist es auch wichtig – und im Nachhinein wesentlich –, dass wir uns selbst eine Freude machen! Sich zum Beispiel einen Abend gönnen, um Leonard Cohens Wiedergabe seines Liedes «Hallelujah» (live in London 2008) zu erleben und einige der vielen Coverversionen dieses bemerkenswerten Liedes auch Jahre später noch bewegt zu hören.

Lenken wir immer wieder unsere Aufmerksamkeit auf das Wesentliche, lernen wir, das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden, so legen wir den Grundstein zur Zukunftsfähigkeit unseres Ich. Denn das Ich entzündet sich an allem Wesentlichen, lebt in und mit allem Wesentlichen. Zu Beginn mag uns das nicht so leichtfallen. Aber sich auf den Weg zu machen, ist von unermesslicher Bedeutung. ■

**Schaffe dir Augenblicke innerer Ruhe und lerne in diesen Augenblicken das Wesentliche von dem Unwesentlichen zu unterscheiden.**

Rudolf Steiner

In seinem grundlegenden Buch zur inneren Entwicklung des Menschen «Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?»

# NUR EIN SCHNUPFEN – ODER DOCH CORONA?

von Dr. med. Genn Kameda

In den Wintermonaten sind Husten und Schnupfen in der Kinderarztpraxis an der Tagesordnung. Viele Eltern brauchen in erster Linie eine Krankschreibung und wissen selbst ganz gut, was bei grippalen Infekten zu tun ist. Doch nun stellt sich ein neuer Patient vor – die große Unsicherheit: Was, wenn es doch Corona ist?

Ja, Corona hält die Welt in Atem – aber was können wir tun, dass es uns nicht den Atem nimmt? Natürlich sind die Sorge vor Ansteckungen und die Hygieneempfehlungen auch im Alltag unserer Kinder gegenwärtig.

**Umgang mit Infekten** Es ist nun mal so: Keine Kindheit ohne Schnupfen & Co und das ändert sich auch in Corona-Zeiten nicht. Problematischer ist es natürlich, wenn weitere Symptome wie gelblicher Schnupfen, Halsschmerzen und Husten dazukommen. Dann ist die Verunsicherung groß.

Wann kann das Kind wieder in Kindergarten, Schule und Hort betreut werden? Meist wird es so gehandhabt, dass das Kind nach einigen Tagen, wenn die Symptome abgeklungen sind, wieder in die Kita gehen kann. Allerdings gibt es nicht immer verbindliche Regeln, sodass es für die Eltern schwer ist, die richtige Entscheidung zu fällen – von der fehlenden Betreuung mal ganz zu schweigen. Und für die Kinder kann es durchaus problematisch sein, wenn sie

ständig zu Hause bleiben müssen, obwohl sie sich gar nicht richtig krank fühlen.

Das Abwägen ist deshalb besonders anspruchsvoll, da die Symptome bei Kindern in der Regel ja sehr mild sind – oder sogar ganz ausbleiben. Zur Beruhigung der elterlichen Nerven: Das relevante Infektionsgeschehen spielt sich nicht in der Schule oder in der Kita (Stand November 2020) ab! Studien haben gezeigt, dass das Erkrankungs- und Ansteckungsrisiko bei Kindern unter 10 Jahren extrem gering ist – und auch Kinder unter 14 Jahre infizieren sich sehr selten. Mit diesem Wissen können wir das Risiko für Kinder heute besser einschätzen. Trotzdem ist es oft schwer, sich nicht von Sorgen und Ängsten anstecken zu lassen und trotz Pandemie zuversichtlich in die Zukunft zu blicken.

**Infektionsrisiko bei Kindern** Was sind die Corona-Symptome bei Kindern? Dazu gibt es unterschiedliche Angaben wie Schnupfen, Husten und Fieber. Klar ist, dass die Krankheitsverläufe bei Kindern – im Gegensatz zu Erwachsenen – lediglich in 0,6 Prozent der Fälle schwer sind. 13 Prozent der infizierten Kinder bleiben ganz ohne Symptome.

Internationale Studien benennen den Anteil der infizierten Kinder unter 10 Jahren zwischen 0,6 und 1 Prozent. Daher ist auch die Infektionsgefahr in Kindergärten und Grundschulen bislang als sehr gering

einzustufen. Das Robert-Koch-Institut geht davon aus, dass sich das Infektionsgeschehen nur zu ca. 0,7 Prozent in diesen Einrichtungen abspielt.

Bis September 2020 wurden beim Robert-Koch-Institut 3 Kinder bzw. Jugendliche bis 19 Jahre gemeldet, die verstorben sind, alle hatten eine Grunderkrankung. Aktuell liegt die Sterblichkeit von SARS-CoV2 bei Menschen unter 70 Jahren in Deutschland laut einer Studie, die erst kürzlich von der WHO veröffentlicht wurde, bei 0,05 Prozent in Deutschland und bei Kindern entsprechend deutlich darunter.

**Mehr Zeit in der Krise?** Bis heute ist das ganze Ausmaß der Kollateralschäden des Lockdowns wie fehlende soziale Kontakte, psychische Probleme (Ängste, Einsamkeit, Hoffnungslosigkeit), sogar Misshandlung und/oder Missbrauch noch gar nicht erfasst. Es gehört aber zu den Besonderheiten dieser Pandemie, dass es auch positive Effekte gab. So gab es in den Familien (natürlich nicht in allen) manche schöne Überraschung: Viele Familien erzählten, dass es eine Wohltat gewesen sei, wieder mehr Zeit füreinander zu haben. Beziehungen innerhalb der Familie wurden neu entdeckt oder bestärkt. Kinder hatten Zeit, sich zu entwickeln ... Da kann man schon nachdenklich werden: Sollte das nicht der Normalzustand sein?





Foto: Charlotte Fischer

Wenn allerdings der Job einfach nur nach Haus verlagert wurde, ist klar, dass es auch viel Überforderung gab. Und wer mehr als ein Kind zu betreuen hatte, kam noch mehr unter Druck. Inzwischen wissen wir, dass vor allem viele Mütter am Rand der totalen Erschöpfung waren, um Home-Office, Home-Schooling und Haushalt unter einen Hut zu bringen. Das stellt auch Fragen an die Qualität der Gleichstellung und -berechtigung in unserer Gesellschaft ...

**Am Gespräch wachsen** Auch im Sozialen hat sich durch Corona für Familien viel geändert. Aus Angst vor Ansteckung treffen Kinder seltener ihre Freunde, besuchen die Großeltern nicht mehr, gehen weniger raus, sind weniger alleine unterwegs. Die Erwachsenen beschäftigen sich oft rund um die Uhr mit dem Thema.

Ständiges Checken der Fallzahlen hilft allerdings nicht, den Anspannungs- und Stresspegel zu reduzieren. Viele Menschen merken auch: sich «normal» über Corona auszutauschen wird schwieriger, schon jetzt wirkt die Gesellschaft wie gespalten. Dabei zeigt auch die internationale Forschung, dass es ganz verschiedene Meinungen und Perspektiven gibt. Aber wenn schon die Experten uneins sind, wie sollen Eltern dann wissen, was gut und richtig ist? Da hilft nur: Wir müssen das Gespräch in der Familie suchen, wie wir den Alltag gestalten: Abstand zu anderen Kindern, Maskentragen, Besuchen von Risikopersonen? Indem wir diese Fragen offen ansprechen, ohne Angst und Schrecken zu verbreiten, kommen wir zu einer lebendigen Auseinandersetzung und fangen an, mit dem Virus leben zu lernen.

**Ohne Zuversicht geht es nicht** Es ist für Kinder existenziell, dass wir uns nicht gedanklich von Angst und Panik infizieren lassen. Kinder erleben ja alles viel intensiver, leben viel mehr im Moment. Sie können nicht relativieren, was gerade geschieht. Sie verstehen oft nicht, warum sie so wichtige und schöne Ereignisse wie Schul- oder Familienfeiern nur noch aus der Distanz erleben dürfen. Schon jetzt ist die Zahl der psychisch belasteten Kinder und Jugendlichen dramatisch gestiegen. Ängste, Kopfschmerzen, Schlafstörungen und andere psychosomatische Symptome haben zugenommen.

Daher ist es gerade jetzt unsere Aufgabe als Eltern, Austausch, Begegnung, Wärme und Geborgenheit zu schaffen – und Zuversicht zu vermitteln. Die Geschichte hat schon oft gezeigt, dass man Krisen nur meistern kann, wenn man sich anpasst und sein eigenes Verhalten ändert und überdenkt. So entsteht Entwicklung. Das gilt sowohl für den Mikrokosmos Familie, als auch für den Makrokosmos Menschheit. Lassen wir uns von diesem Gedanken Mut machen! ■

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



## Wie schützen wir uns gegen Viren?

Jahr für Jahr erkranken viele Menschen an Influenza, der »echten Grippe«, die immer wieder auch einen schweren Verlauf nimmt.

Markus Sommer zeigt auf, welche Möglichkeiten eine integrative Medizin bietet, um diese Erkrankungen wirksam zu behandeln.

**«Wissen und Fähigkeiten, um sich selbst zu helfen, aber auch Erkenntnis, wo fachkundige Begleitung nötig ist, soll dieses Buch vermitteln. Grippe und Erkältungskrankheiten werden immer wieder in unserem Leben auftreten. In vielen Fällen können wir dazu beitragen, dass wir sie gut überwinden und gerade dadurch sogar langfristig gesünder werden.»**

Markus Sommer

Markus Sommer  
**Grippe und Erkältungskrankheiten ganzheitlich heilen**  
 (3., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage)  
 208 Seiten, kartoniert | € 24,- (D)  
 ISBN 978-3-8251-8017-1

 **Verlag Urachhaus**  
[www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)



# ZIEMLICH BESTE FEINDE

von Konstantin Sakkas

Vor 150 Jahren entstand im Krieg mit Frankreich das einige Deutschland. Aber auch Frankreich modernisierte sich. Heute ist die Freundschaft beider Länder das Herzstück der Europäischen Union.

Bismarck, sagte der große sozialdemokratische Bundespräsident Gustav Heinemann in seiner Rede zu hundert Jahren Reichsgründung 1971, habe die deutsche Einheit mit Blut und Eisen erzwungen, aber «er gehöre nicht in die schwarz-rot-goldene Ahnenreihe derer, die mit der Einheit zugleich die Freiheit» wollten.

Diese Worte setzten den Ton für das Urteil von Politik und Geschichtswissenschaft in den kommenden, von «Achtundsechzig» und der Bielefelder Schule geprägten, Jahrzehnten. Wer wie ich in den Neunziger Jahren zur Schule ging und in den Nullerjahren studierte, wurde mit einem denkbar kritischen, negativen Blick auf Bismarck und die Reichseinigung sozialisiert.

Seit etwa zehn Jahren kann man eine Wandlung des öffentlichen Bildes der Reichseinigungszeit feststellen. Das schlägt sich in der musealen und städtebaulichen Preußenrenaissance (Stadtschlösser Potsdam und Berlin) nieder, aber auch und besonders in der Literatur. Historikerinnen und Historiker wie Christoph Nonn, Hedwig Richter oder Christoph Jahr zeichneten zuletzt ein spürbar ausgewogenes, nuanciertes Bild der Einigung Deutschlands,

die politisch zwischen Herbst 1870 und Frühjahr 1871 vollzogen wurde. Der Krieg gegen Frankreich aber, in dessen Windschatten dieser Prozess stattfand, bleibt im deutschen kollektiven Gedächtnis weiterhin großenteils unbeachtet.

In Frankreich dagegen ist die Erinnerung an «70/71» ungleich präsenter, was auch daran liegt, dass dort mit dem Sturz Kaiser Napoleons III. 1870 zugleich die Monarchie dauerhaft abgeschafft wurde. Als Geburtsstunde der Dritten Republik markiert 1870 für Frankreich also einen vergleichbaren Wendepunkt wie die Novemberrevolution 1918 für Deutschland. Die Demütigung durch Deutschland befreite das Land zugleich von den Schrecken des Bonapartismus und führte zum Entstehen des Frankreichs von heute. Das Land deprovinzialisierte sich, die Dialekte verschwanden, der Laizismus wurde 1905 Gesetz.

In Deutschland dagegen wird der Triumph von 1870 weniger als der Modernisierungsstartschuss gelesen, der er hier nämlich genauso (wenn nicht noch mehr) war, denn als Beginn eines Irrwegs, der in die Urkatastrophe des Ersten und den Zivilisationsbruch des Zweiten Weltkrieges führte.

Die These vom «deutschen Sonderweg» gilt zwar auch in Fachkreisen mittlerweile und mit guten Gründen als überholt. Dennoch fällt es Deutschland immer

noch schwer, an den Krieg mit Frankreich und die Proklamation des Kaiserreichs im Spiegelsaal zu Versailles unter Fahnenrauschen und Kanonendonner einigermaßen entspannt zu erinnern. Die Einigung Deutschlands war die offene Frage in Mitteleuropa Mitte des 19. Jahrhunderts, und man kann nicht sagen, dass Otto von Bismarck der Welt seine zugleich brutale und fortschrittliche Antwort auf diese Frage aufgedrängt hätte; die liberale Revolution von 1848, aus bundesrepublikanischer Sicht die eigentliche, wenn auch unvollendete Geburtsstunde des modernen Deutschlands, war gescheitert, in allen deutschen Staaten hatte die Reaktion gesiegt. Mit seinem Sieg über Österreich 1866 hatte Bismarck immerhin auch einige allzu gestrig regierte deutsche Mittelstaaten beseitigt und Preußen einverleibt. Der logische nächste Schritt war der Zusammenschluss des neu errichteten Norddeutschen Bundes (dessen Gründungsdatum, der 1. Juli 1867, ist übrigens das Gründungsdatum des heutigen Deutschland als Völkerrechtssubjekt) mit den vier bündnisfrei gebliebenen süddeutschen Staaten Bayern, Württemberg, Baden und Hessen-Darmstadt.

Die Errichtung eines einigen Deutschland wäre freilich gegen außenpolitische Widerstände kaum zu stemmen gewesen. Das wusste Bismarck, das wissen auch wir heute. Und es zu wissen, aber nicht auszusprechen, ist vielleicht der blinde Fleck



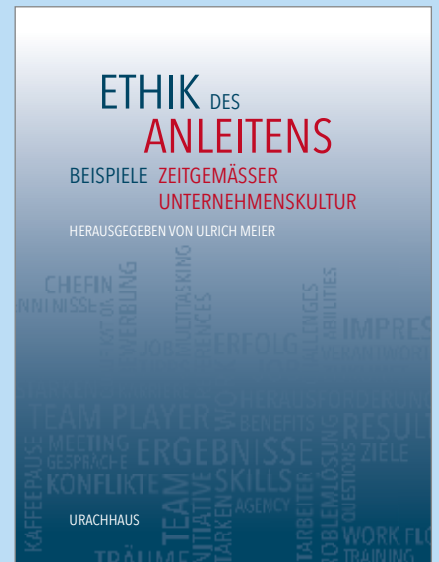
der deutschen Geschichtspolitik. Der Krieg mit Frankreich, dessen Kaiser Napoleon III. nach vielen außenpolitischen Abenteuern vor einem drohenden innenpolitischen Bankrott stand, war wahrscheinlich unabwendbar; Bismarcks zwiespältiges Verdienst liegt darin, diesen Krieg von Anfang an heimlich betrieben und ihn militärisch, diplomatisch und wirtschaftlich klug vorbereitet zu haben.

Trotzdem – oder gerade deswegen – hat der «Siebzigerkrieg» der politischen Kultur in Deutschland nichts mehr zu sagen, ebenso wenig der außenpolitischen Selbstverortung. Dabei ist es vielleicht die größte Merkwürdigkeit der deutschen Geschichte des 20. Jahrhunderts, dass Deutschland es schaffte, die Errungenschaft von 70/71 durch zwei Niederlagen, deren letztere total und katastrophisch war, hindurchzuretten. 1918 wie 1945 gab es alliierte Pläne, die deutsche Einheit aufzulösen und das Reich in seine Einzelteile zu zerlegen. Aber trotz allen Größenwahns und selbst trotz der Menschheitsverbrechen der NS-Zeit war man auf alliierter Seite zu sehr von der Notwendigkeit eines einigen Deutschlands in der Mitte Europas überzeugt. Und so gab man Deutschland die Chance, die Straße, die es 1870 eingeschlagen hatte, weiterzuwandeln. Freilich nun auf leisen, friedlichen Sohlen und nicht mehr in Kürassierstiefeln.

Die deutsch-französische Erbfeindschaft war dabei die erste Hypothek, die nach 1949 konsequent aus dem Weg geräumt wurde. Wer heute durch Berlin-Mitte geht, findet am Tiergarten eine sonderbare Konstellation: Am Großen Stern erinnert die Siegessäule, flankiert von den martialischen Statuen Moltkes, Roons und Bismarcks, an die Schlachtensiege Preußen-Deutschlands in den drei Einigungskriegen, allen voran an die Demütigung Frankreichs. Siebenhundert Meter weiter aber, an der Ecke Klingelhöferstraße/Tiergartenstraße, hat die dort ansässige Konrad-Adenauer-Stiftung eine Plakette angebracht, die in den Worten Charles de Gaulles an den Erzbischof von Reims an die symbolische Versöhnung Frankreichs und Deutschland am 17. Juli 1962 erinnert: «Exzellenz, Bundeskanzler Adenauer und ich kommen in Ihre Kathedrale, um die Versöhnung Frankreichs mit Deutschland zu besiegeln.»

Hier schließt sich der Kreis. Fast sechzig Jahre liegen nun zwischen der Versöhnung von Reims, mehr als 35 Jahre zwischen dem historischen Händehalten Mitterands und Kohls bei Verdun 1984 und heute. Frankreich und Deutschland, einst die Erbfeinde par excellence: heute sind sie das Zwillingsspaar, das die Europäische Union am Leben erhält, eine Union des Friedens, des Freihandels und der Menschenrechte. Gäbe es Liebesgeschichten zwischen Ländern, der Weg, den Frankreich und Deutschland von 1870 bis 2020 erst gegen- und dann miteinander gegangen sind, wäre eine der größten politischen Romanzen überhaupt. ■

**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.



## Zeitgemäße Unternehmensführung

Die Beiträge von Jutta Hodapp (Prozessbegleiterin), Adriaan Bekman (Organisationsberater), Erich Colzman (Unternehmer) und Ulrich Meier (Seminarleiter) verfolgen das Ziel, aufgrund konkreter Erfahrungen innerhalb unterschiedlicher Praxisfelder die Sensibilität für eine zeit- und menschengemäße Führung innerhalb moderner Organisationen zu schaffen.

**Angemessenes und zeitgemäßes Führen oder Anleiten von Mitarbeitern in Betrieben ist ein Thema, das zusehends an Bedeutung gewinnt. Modelle wie das kollegiale oder horizontale Führen haben das autoritäre Führen «von oben nach unten» längst abgelöst. Wie können solche Modelle praktisch angewandt werden?**

Ulrich Meier  
**Ethik des Anleitens**  
 Beispiele zeitgemäßer Unternehmenskultur  
 112 Seiten, kartoniert  
 € 20,- (D) | ISBN 978-3-8251-5132-4  
 (e) auch als eBook erhältlich

# EIN AMERIKANISCHER (ALB-)TRAUM: TAXI DRIVER

von Elisabeth Weller

«Redest du mit mir?», fragt Robert de Niro alias Travis Bickle sein Spiegelbild. Mit dem Colt in der Hand gibt er den King of Cool: Wir haben sofort die knarzige Synchronstimme Christian Brückners im Ohr und die magische Mimik des zweifachen Oscarpreisträgers Robert de Niro vor Augen. Die Spiegelszene erlangte Kultstatus. Sie entstammt Martin Scorseses Film *Taxi Driver* aus dem Jahr 1976. Er erhielt die Goldene Palme in Cannes und machte die 13-jährige Jodie Foster zum Star. Unvergleichlich kess mimt sie mit Schlapphut, Hotpants und Zahnlücke eine Prostituierte, die Travis retten will, ohne dass sie daran Interesse hätte. Lieber würde die sogar über Kenntnisse des Women's Liberation Movement verfügende Lolita mit Travis in eine Kommune nach Vermont ziehen. Aber der Taxifahrer Bickle fühlt sich berufen, sie aus den Klauen ihres Zuhälters zu befreien. Harvey Keitel spielt ihn zwielichtig mit Indianermähne und einem beunruhigend langen, rotlackierten kleinen Fingernagel.

Travis, daran lässt die Kamera keinen Zweifel, kommt direkt aus der Hölle. Sein Taxi taucht im nächtlichen New York aus einer weißen Rauchwolke auf. Robert de Niros leinwandfüllendes Gesicht schillert rot. Das gelbe Gefährt mit der schwarzweißen Banderole ist das Symbol der Einsamkeit des schlaflosen Vietnam-heimkehrers. Die Kamera nimmt nackte Beine leichtbekleideter Frauen auf hohen Hacken ins Visier. «Wenn es dunkel wird, taucht das Gesindel auf. Ich hoffe, eines Tages wird ein großer Regen diesen ganzen Abschaum von der Straße spülen», sagt Travis aus dem Off.

Reinigung verspricht sich Travis durch Betsy (Cybill Shepherd). Die kühle, blonde Traumfrau scheint einem Hitchcock-Film entspringen zu sein. Scorsese platziert sie wie eine Puppe an ihren Schaufensterplatz des Wahlbüros von Präsidentschaftskandidat Palantine. Wir denken an *Valentine's Day*. Aber Betsy erlöst Travis nicht von seinem Leiden. Der Abgewiesene verwandelt sich zum kriegerischen Punk. Mit Irokesenschnitt sagt er, vor dem Spiegel stehend, zu sich selbst: «Redest du mit mir?»



Foto: cw-design / photocase.de

Diese Gespaltenheit, aber auch die expressionistischen Lichtpunkte der regennassen nächtlichen Windschutzscheibe sind die Marker dafür, dass es sich um einen Neo-Noir-Film handelt, der sich nicht mehr der realistischen Kinokonvention Hollywoods verpflichtet fühlt. Der Realitätsbezug verschwimmt und Nichtgesehenes kommt zum Vorschein: Die bildliche Auflösung spiegelt die innere Zerrissenheit des traumatisierten Travis.

Scorseses überzeichnete Gewalt bietet keine Identifikationsmöglichkeit. Das ausgiebige Blutbad, das Travis anrichtet, endet nicht mit der Bestrafung des Gewalttäters, sondern macht ihn groteskerweise zum Helden. Am Ende findet sogar noch die «heilige» Betsy Gefallen an dem Underdog, der mit seinem kruden Kreuzzug zwei Luden liquidiert und die minderjährige «Hure» in den Schoß ihrer Familie zurückgeführt hat. Der Film obduziert das finstere Herz Amerikas, das dieses Verbrechen zum Kavaliersdelikt erklärt.

Das Drehbuch von Paul Schrader, der zwei Jahre später als Regisseur von *American Gigolo* (1980) bekannt wurde, lässt keinen Zweifel daran, dass der absurde Akt von Selbstjustiz mit dem öffentlichen Klima latenter Gewalt in Zusammenhang steht. *Taxi Driver* war der Schlüsselfilm des New Hollywood. Seine traumhaft-hypnotischen Bilder offenbaren nicht nur den Abgrund seines Antihelden, sondern sprechen auf subtile Weise von der kranken Psyche einer ganzen Nation nach Vietnam. ■

*Taxi Driver* (US 1976) von Martin Scorsese, mit Robert de Niro, Jodie Foster, Harvey Keitel, Cybill Shepherd, Drehbuch: Paul Schrader, Musik: Bernard Herrmann.

Der Film kann unter [www.moviepilot.de](http://www.moviepilot.de) gestreamt oder gekauft werden (2,99 bis 8,99 Euro) ist aber auch als DVD erhältlich: ab 1,95 Euro (Blu-Ray: ab 6,73 Euro)

Elisabeth Weller ist Literaturvermittlerin und leitet literarische Salons im Literaturhaus Stuttgart: [www.elisabethweller.de](http://www.elisabethweller.de)



# SPÄTROMANTISCHE ENTDECKUNGEN

von Thomas Neuerer

Franz Schmidt wurde 1874 in der KuK-Monarchie geboren. Er war als Komponist, Cellist, Pianist und Dirigent tätig. In seiner Funktion als Orchestermusiker spielte er u.a. unter Gustav Mahler im Wiener Hofopernorchester. Neben vier Sinfonien umfasst sein musikalisches Werk zwei Opern, das Oratorium *Das Buch mit den sieben Siegeln*, konzertante Stücke für Klavier und Orchester, Kammermusik sowie Orgelwerke.

Gelebt hat Franz Schmidt in einer Epoche, da die europäische Avantgarde bereits vielfältig spross; in Wien, wo Schmidt wohnte, waren das die Vertreter der zweiten Wiener Schule mit Alban Berg, Arnold Schönberg und Anton Webern als Protagonisten. Davon ist Franz Schmidt jedoch mit seiner strahlenden, optimistischen Klangsprache als einer der letzten Vertreter der Spätromantik im deutsch-österreichischen Kulturraum weit entfernt.

Es gab allerdings auch andernorts nationale Sonderwege, die ähnlich wie der Franz Schmidts weiterhin der Spätromantik verpflichtet blieben – so etwa Jean Sibelius in Finnland, Hugo Alfvén in Schweden oder Carl Nielsen in Dänemark.

Schmidts Sinfonien sind gefällig und überwiegend heiter im Ton, gelegentlich durchaus etwas üppig. Das klingt ein wenig, als hätten Richard Wagner, Robert Schumann und Felix Mendelssohn Pate

gestanden – auch zu Richard Strauss lassen sich Parallelen erkennen. Die Melodien sind, insbesondere in den schnellen Sätzen, charmant und verspielt gearbeitet, sie können aber auch rauschhaft geraten. Ohrwürmer sind sie indes nicht. Die langsamen Sätze strahlen zumeist eine angenehme Ruhe und Friedlichkeit aus. Man mag sich beim Hören vielleicht eine bukolische Szene vorstellen. Die kompositorische Faktur, der Aufbau ist meisterhaft, wenn auch etwas akademisch. Die Orchesterbesetzung ist groß, wie in der Spätromantik üblich, allerdings nie monumental.

Man benötigt etwas Zeit, um mit der musikalischen Welt Franz Schmidts warm zu werden. Sie erschließt sich nicht sofort. Insbesondere dann nicht, hört man sie im Spiegel der Zeit. Macht man hier Abstriche, dann kann man diese Sinfonien goutieren. Zu danken ist dafür aber vor allem Paavo Järvi mit den bestens disponierten HR-Sinfonikern, die hingebungsvoll und detailverliebt musizieren. Damit geraten die Sinfonien tatsächlich zu Preziosen.

Paavo Järvi selbst dürfte durch seinen Vater Neeme Järvi schon sehr früh mit Schmidt vertraut worden sein, da dieser in den 90er Jahren bereits alle Sinfonien mit amerikanischen Orchestern aufgeführt hat und aufnehmen ließ.

Vom sinfonischen Quartett Franz Schmidts dürfte die Vierte diejenige sein,



die am tiefstinnigsten ist. Obschon in Dur gesetzt wie alle drei vorausgegangenen Sinfonien, wirkt sie ein wenig düster. Geschuldet mag dies dem Umstand sein, dass Schmidt während der Arbeit an dieser Sinfonie zwei tragische Schicksalsschläge verkraften musste: die Totgeburt seines Enkelkinds und kurz darauf auch den Tod der Tochter.

Die Sinfonien wurden zwischen 2013 und 2018 in Konzerten aufgezeichnet. Das Klangbild ist sehr transparent und breit, dabei hell und mit angenehmem Volumen. Paavo Järvi und die Plattenfirma Deutsche Grammophon lassen Franz Schmidt die Bedeutung zukommen, die er schon längst verdient hat. Tatsächlich sind diese Aufnahmen übrigens eine Katalog-Premiere beim Plattenlabel mit der gelben Kartusche. Und für manche Hörenden wird es auch eine lohnende Premiere sein, Franz Schmidt zu entdecken. ■

Franz Schmidt: Sinfonien Nr. 1–4  
Radio-Sinfonie-Orchester Frankfurt unter der  
Leitung von Paavo Järvi  
Deutsche Grammophon 2019.  
Bestellnummer: 00028948383368

# HÖREN

von Albert Venzens

Die Abramović-Methode ist etwas anderes als die Technik, mit der sich die divahafte Künstlerin seit Jahrzehnten erfolgreich vermarktet. Marina Abramović ist für ihre spektakulären Aktionen bekannt, bei denen sie die Verbindung von Körper und Geist zu totaler Präsenz steigert. Nun hat sie eine Methode entwickelt, dies mit anderen Menschen zu teilen.

Ich erhielt kurzfristig eine Einladung nach Frankfurt, um in der Alten Oper diese Methode kennenzulernen. Die Alte Oper ist doch ein Konzerthaus! Was hat diese bildlaute Aktionistin damit zu tun? Ich erfuhr, dass meine Ohren erst durch ihre Hörmethode für ein klassisches Konzert gerüstet seien. – Wenn im Konzert etwas kein Problem ist, dachte ich widerborstig, dann sind es meine Ohren. Wollte mich die Künstlerin provozieren? Das wollte sie, denn ich erfuhr weiter, das Projekt verpflichtete zur Teilnahme an mehrstündigen Workshops, die von Mittwoch bis Samstag dauerten. Zweitausend Menschen, ausverkauft. Am Sonntagabend zur Belohnung dann ein fünfstündiges klassisches Konzert.

Ziemlich verrückt, fand ich, fuhr nach Frankfurt, eilte vom Bahnhof direkt in die Alte Oper und gab Uhr, Handy und Geldbeutel ab. Weg mit diesen zivilisatorischen Relikten, die meine Präsenz und meinen Musikgenuss torpedierten. Die freundliche

junge Frau an der Garderobe lächelte und meinte, sie werde gut auf die Sachen aufpassen. Rein in den Saal, Reiskörner sortieren, fremden Menschen in die Augen schauen, wie seinerzeit Marina Abramović im MoMA in New York – sie allerdings hundert Tage lang und täglich acht Stunden. Ich übte stundenlanges Gehen in Zeitlupe oder stand mit Hunderten dicht an dicht auf einem Podest wie die Kaiserpinguine im antarktischen Winter. Ich merkte, dass mich die Frage, was das alles mit der Verbesserung meiner Hörfähigkeit zu tun habe, bald nicht mehr interessierte. Ich hatte den Fehdehandschuh genommen und war ins Üben vertieft.

Wer ein Musikinstrument spielt, hat viel Zeit dafür aufgewendet. Musiker sind wie Handwerker, Tischler oder Goldschmiede, sie haben eine strenge Lehre absolviert, um Meisterschaft zu erlangen. Nach Jahren des Lernens können diese Handwerker mit Blattgold, Sägen oder eben mit ihren Musikinstrumenten umgehen. Das alles ist klar. Weniger klar war mir, dass zudem Schreiben, Gehen, Denken, Sehen oder eben auch Hören wie das Spielen auf einem Instrument ständig geübt sein wollen. Kinder haben mühsam das Atmen und Gehen gelernt, nun glauben sie, diese Kunst als Erwachsene für alle Zeiten zu beherrschen. Die Folge davon sind Atem-

und Gehprobleme. Anscheinend gibt es viele ähnliche Probleme.

Gerade beim Hören scheinen wirkliche und eingebildete Fähigkeiten weit auseinanderzuliegen. Würden wir besser aufeinander hören, wäre die Welt anders, menschlicher. Ein Manager sagte einmal, er habe sich stets nur auf das Reden vorbereitet. Dass er sich besser auf das Zuhören konzentriert hätte, sei ihm erst viel zu spät aufgegangen. Wo die klügsten Worte nichts mehr vermögen, vollbringt das Zuhören kulturspezifische Quantensprünge. Dass ich dem anderen ein Lächeln schenke, ist eine löbliche Tugend. Wie wär's, wenn wir in Zukunft nicht nur lächeln und hier und dort mal ein Ohr leihen, sondern dieses Ohr – am besten beide Ohren – mit dem Lächeln gleich mit verschenken? Gutes Zuhören hat eine medizinisch gute Wirkung, es kostet nichts und steigert dennoch unser Wohlfühl-Bruttoprodukt.

Nach dem ersten Workshoptag ging ich wie auf Wolken aus dem großen Saal der Alten Oper durch die Frankfurter Innenstadt zu meinem Übernachtungsort. Ich war ganz im Gehen angekommen. Langsam zog die Skyline an mir vorbei. Die Stadt selbst war nicht mehr einfach nur laut wie sonst, sondern ihre Geräuschkulisse klang wie ein modernes Mysterium. Mein Atem ging ruhig, das Denken war klar wie selten.



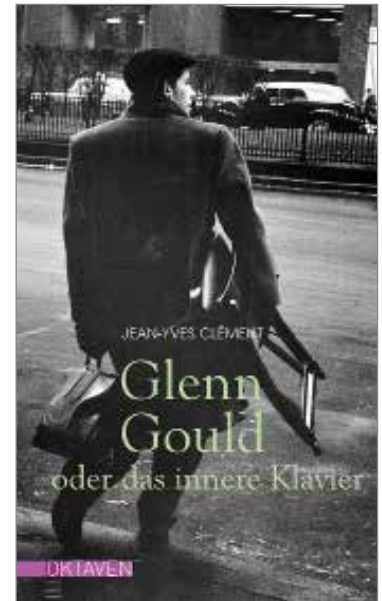
Hatte mich die Künstlerin verzaubert? Manche verehren Marina Abramović, andere halten sie für eine Hexe. Ich hatte sie während all der Übstunden nicht zu Gesicht bekommen, obwohl im Veranstaltungsprogramm genau dies angekündigt gewesen war. Mir war das inzwischen egal, denn ich war durch die Abramović-Methode reich beschenkt worden, ich war bei mir selbst angekommen – und das war das Wichtigste.

Nach dem zweiten Workshoptag war bei mir der Groschen endgültig gefallen. Die serbische Performancerin hatte mit ihrem Anliegen zurecht eins der führenden Konzerthäuser Europas ausgewählt. Musik entsteht, wenn in jedem von uns, ob auf der Bühne oder im Zuhörerraum, Körper und Geist präsent sind. Musik beginnt nicht im Instrument und geht als Wellen auf dem Weg und erreicht irgendwann meine Ohren. Vielmehr entsteht diese Kunst im und zwischen den Menschen. Sie, die Musik, und genauso der kunstvolle Raum, in dem sie bei einem Livekonzert erklingt, nehmen ihren Anfang in der geistig-körperlichen Präsenz der im Raum Versammelten. Unsere Übungen ohne Zeit und Ziel ließen uns das Wunder unserer Schädel, Körper und Seelen, unserer Muskeln und Bewegungen, ließen uns unsere Anwesenheit in Fleisch und Blut erleben. Das fehlt im Leben sonst – und Uhr, Smartphone und Geldbeutel behindern uns anscheinend auf der Suche nach solchen Erlebnissen. Musik, wirkliche Worte, sie sind *in* uns und wollen von innen heraus zum Leben erweckt werden.

Zweitausend Menschen hatten etwas vom Sinn der Abramović-Methode erfahren. Damit sei ein Anfang gemacht, meinte die Künstlerin nach dieser Woche, jetzt wolle sie damit in die Sportarena. Der technologische Fortschritt habe uns zu «emotionalen Invaliden» gemacht, äußerte Marina Abramović im Katalog zum Frankfurter Projekt, diese Invalidität müsse überwunden werden, indem wir gemeinsam etwas dagegen unternehmen. Deshalb diese Performance in Frankfurt, bei der 35 Facilitators ganze Hundertschaften an die Hand nahmen und sich mit ihnen in Aufmerksamkeit übten beim Sortieren von Reiskörnern und Linsen, beim achtsamen meditativen Gehen, beim In-die-Augen-fremder-Menschen-Blicken, wo sich das Fremde bald in Vertrautheit und Bewunderung auflöste. Mir scheint, dass dieses Üben tatsächlich in noch viel größerem Rahmen realisiert werden kann, allein oder mit Hilfe von Künstlern. «Wenn wir diese Welt verändern wollen», kommentierte Marina Abramović ihr Projekt, «können wir das nicht tun, indem wir kritisieren. Wir selbst müssen es tun!»

Kein Jahr ist es her, dass ich durch die Methode dieser Künstlerin – die sie aus dem Wissen Indigener neu zusammengestellt hat – gemeinsam mit Menschen zu neuen Ufern aufgebrochen bin. Es fühlt sich an als lägen Jahrzehnte dazwischen. ■

Albert Vinzens ([www.vinzens.eu](http://www.vinzens.eu)), aufgewachsen in den Graubündner Bergen, ist Schriftsteller und lebt in Kassel. Wer auf scheinbar Unscheinbares im Alltag achtet, kann Erstaunliches entdecken. Dieser und weitere Beiträge handeln von solchen Entdeckungen.



## Die Musik in den Himmel heben

Glenn Gould ist weit mehr als jene pianistische Ausnahmerecheinung, welche die meisten Musikliebhaber in aller Welt bis heute in ihm sehen. Zeit seines Lebens war er im Dienst an der Musik auch in verschiedenen anderen Kunstsparten höchst engagiert: im Gestalten von Radio- und Fernseh-sendungen, im Schreiben musik-ästhetischer Texte, im Komponieren und Dirigieren. Die Musik war für ihn ein Glaubensbekenntnis, das Reinheit und Einsamkeit im Leben erforderte und kein Karrierestreben zuließ.

**Jean-Yves Clément hebt in klarer und einfühlsamer Weise diese kreative Persönlichkeit in den Blick, die von Jugend an auf allen möglichen Wegen – gegen den Widerstand einer physisch-psychischen Hochempfindlichkeit – nach der absoluten Musik strebte.**

Jean-Yves Clément  
**Glenn Gould oder das innere Klavier**  
 Aus dem Franz. von Maja Ueberle-Pfaff.  
 181 Seiten, mit Fotos von Don Hunstein,  
 mit farbigem Lesebändchen, gebunden  
 mit Schutzumschlag | € 22,- (D)  
 ISBN 978-3-7725-3002-9  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

OKTAVEN  
 Leben Literatur Liebe

# DIE MAGIE VON WINTERHAUS

gelesen von Simone Lambert

Der dritte Band der Trilogie um das Winterhaus und die Waise Elizabeth Somers, die in dem außergewöhnlichen Hotel ihr Zuhause und im Hoteldirektor Norbridge Falls ihren Großvater gefunden hat, glänzt mit den bewährten Elementen: Eine mit magischen Kräften begabte Heldin, ihr hochtalentierter Freund Freddy, eine Erzfeindin aus der eigenen Verwandtschaft und ein Grandhotel, das aufgrund seiner Geschichte und seines Programms eine ganze Welt für sich ist. Ein gigantisches Puzzle mit 35.000 Teilen spielt eine besondere Rolle, Rätsel sind zu lösen, die aus alten Büchern, Briefen und Tagebuchaufzeichnungen stammen; der Roman enthält wieder Wort- und Sprachspiele wie Palindrome, Stereogramme oder Anagramme. Dazu gesellen sich seltsame Hotelgäste, die Verdacht erregen, und eine Prise Grusel würzt die Geschichte. Bezaubernde, bizarr-elegante Illustrationen von Chloe Bristol und ein aufwändig gestalteter Schutzumschlag runden das Ganze ab.

Zeitpunkt des Finales ist diesmal nicht Weihnachten, sondern Ostern. Elizabeth und Norbridge sind beunruhigt, denn die Zeichen mehren sich, dass der Geist von Gracella, Schwarzmagierin und Elizabeths Großtante, die am Ende des zweiten Bandes starb und in einem der unterirdischen Gänge von Winterhaus eingeschlossen und begraben ist, zurückkehrt, um die Herrschaft über Winterhaus zu übernehmen und ihre gehasste Familie zu vernichten.

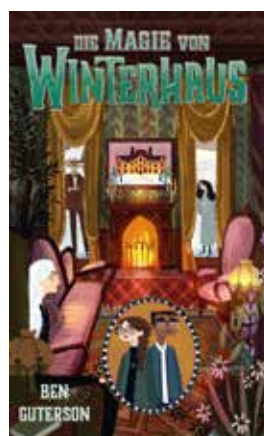
Während Freddy und Elizabeth im Auftrag von Norbridge einen Führer durch das Haus und seine Geschichte entwerfen, naht der dritte Vollmond nach Gracellas Tod und damit ihre letzte Möglichkeit, doch noch ins Leben zurückzukehren. Elizabeth, der Gracellas Konflikte um Identität und Anerkennung nicht fremd sind, die sich mit ihrer Gabe ebenfalls manchmal unverstanden fühlt, erkennt, dass alles, was passiert bzw. was die Menschen, die sich in Winterhaus treffen, tun, von Gracella beeinflusst und gelenkt ist.

In der Osternacht erscheint Gracellas Geist, als Elizabeth die gestellten Rätsel gelöst hat. Wie wird die Zwölfjährige die drei Wünsche, die sie nun frei hat, nutzen ...?

Das Geschehen ist komplex; der Autor nimmt die losen Fäden der beiden vorangegangenen Romanerzählungen auf, verbindet sie mit neuen Charakteren, Geheimnissen und Gefahren und bringt sie zu einem guten Ende. Sicher eingebettet ist das Abenteuer in einen familiären Zusammenhalt, der auch diesmal um weitere Familienmitglieder wächst.

Das moderne Märchen um Elizabeth an diesem magischen Ort Winterhaus begründet die schicksalhafte Verbindung von drei verlassenen Kindern: Elizabeths Eltern sind tot, Freddys Eltern schließen ihren Sohn zumeist von ihrem Leben aus und Elana hat sich gegen ihre Eltern entschieden, die sie für schwarzmagische Zwecke missbraucht haben. Die Freunde beschließen gemeinsam, die Zukunft von Winterhaus und ihre eigene in ihre Hände zu nehmen.

Ben Guterson hat einen spannenden Abschluss der Trilogie verfasst, mit mysteriösen Orten, magischen Objekten, versteckten Hinweisen und Momenten der Gefahr. Der Roman thematisiert das Erwachsenwerden auf Grundlage einer idealistischen Haltung, die der Unschuld der Kinder – und der «fundamentalen Güte» des Ortes Winterhaus – angemessen ist. Mitgefühl und Vergebung sind die Werte, die Elizabeth sich erarbeitet. Charmant, witzig und anrührend schön. ■



Ben Guterson  
Die Magie von Winterhaus

Illustriert von Chloe Bristol  
Übersetzt von Alexandra Ernst

411 Seiten, geb. mit Schutzumschlag  
20,- Euro  
ISBN 978-3-7725-2893-4  
Verlag Freies Geistesleben  
(ab 11 Jahren)  
auch als eBook erhältlich

Wer [Winterhaus](#) (Band 1) und [Die Geheimnisse von Winterhaus](#) (Band 2) von Ben Guterson noch nicht gelesen hat, sollte dies unbedingt nachholen.



# OMAGLÜCK – KINDERGLÜCK

von Bärbel Kempf-Luley und Sanne Dufft

Kürzlich feierte meine älteste Enkelin Nora ihren 9. Geburtstag. Ein besonderer, wie mir scheint. 3 x 3. Die letzte einstellige Zahl. Ein bisschen ist es so, als würde ich selbst 9 Jahre alt.

Vor fast 10 Jahren kam mein ältester Sohn mich besuchen. Eine Woche zuvor war sein jüngerer Bruder ausgezogen und hinterließ eine Lücke, die ich wehmütig und traurig einerseits und neugierig und abenteuerlustig andererseits erlebte. 21 Jahre lang war ein großer Teil meines Lebens ausgefüllt vom Handeln und Denken als Mutter. Sein Auszug schien auch meinem Leben neue Möglichkeiten zu eröffnen. Was möchte denn ich eigentlich, wenn ich das ganz für mich allein entscheiden darf?

Und nun saß da also mein großer Sohn und stellte mir eine Frage, die eine Weile brauchte, um vom Ohr zum Gehirn zu wandern. «Was würdest du davon halten, wenn du Oma würdest?»

Oma?

Ich?

Jetzt?

In meinem Kopf purzelten Fragen über Fragen durcheinander. Wie ist das so als Oma? Was bedeutet es für mich? Was muss ich tun? Was wird erwartet? Kann ich mich auf einen Winzling einlassen? – Ich wusste in diesem Augenblick nicht, dass ich eigentlich Freudensprünge machen sollte. Das wusste ich erst in dem Moment, als Nora auf der Welt war und ich sie in meinen Armen hielt. Ich wurde überrollt von einer großen Welle Wärme, Liebe und Freude. Unbeschreiblich. Ich betrachtete dieses winzige Wesen wie ein Wunder und versprach ihr sofort und bedingungslos, dass ich für sie da sein werde und sie auf ihrem Lebensweg begleiten und behüten möchte.

Ich schob Nora im Kinderwagen durch Straßen und Wald und sang ihr dabei Kinderlieder vor. Mal schlief sie dabei tief und fest ein, mal schaute sie mich aus großen, dunklen Augen an. Ich sang laut und hemmungslos, denn ein Kinderwagen rechtfertigt das.



Ich hatte lange nicht mehr gesungen, und es machte mir großen Spaß. Ein bisschen hatte ich den Verdacht, dass Nora es so geduldig zuließ, weil sie meine Begeisterung spürte. «Na, lassen wir der Oma halt den Spaß.»

Das war aber erst der Anfang einer großen Entdeckungsreise. Ich entdeckte die Welt neu, indem ich mich auf den Blickwinkel meiner winzigen Enkelin einließ. Wieso weht die Gardine am Fenster? Was ist das für ein Blatt am Weg? Was krabbelt da herum? Die Welt, die mir als Erwachsene so selbstverständlich geworden war, brachte mich wieder zum Staunen, Bewundern und machte mich ehrfürchtig. Und angesichts dieser großen, großen Welt fühlte ich mich erneut ziemlich klein.

Ich hatte mich gefragt, welche Abenteuer mein Leben noch bringen würde und lernte, dass die Abenteuer des Lebens überall und in jedem Moment greifbar sind. Wir müssen es nur begreifen und dann zugreifen. – Ich erlebte noch einmal mein eigenes Kindsein. Und erlebe es immer noch.

Inzwischen habe ich drei Enkelkinder. Nora, Lucy und Samuel. Jedes der drei Kinder ist anders und einzigartig. Jedes lehrt mich auf eine andere Weise neu schauen und entdecken. Aber Nora war die Erste und somit feiere ich mit ihr meinen 9-jährigen Geburtstag als Oma. Mit Kerzen und Kuchen und Spielen und Lachen und albern sein. – Als Oma darf ich nämlich wieder Kind sein. ■

**Bärbel Kempf-Luley** wuchs mit drei älteren Brüdern im Westertal auf, lebt nun seit vielen Jahren im Chiemgau, 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. Zusammen mit ihr wird sie hier im neuen Magazinjahr davon erzählen, wie wunderbar bunt und aufregend das Leben mit Kindern sein kann.

**Sanne Dufft** arbeitete in der Heilpädagogik mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen (und Fähigkeiten!) in Nordirland und studierte Kunsttherapie in Nürtingen. Sie lebt mit ihrer Familie in Tübingen und illustriert ihre eigenen Bücher sowie jene Geschichten, die sie inspirieren: [www.sanne-dufft.de](http://www.sanne-dufft.de)

# DIE KAMMER DES SCHRECKENS

## Bestsellerautor Ferdinand von Schirach lässt erneut die Zuschauer über Recht und Unrecht abstimmen

von Konstantin Sakkas

Der Entführungsfall Jakob von Metzler erschütterte 2002 die Bundesrepublik. Nicht nur die Tat selbst. Durfte Wolfgang Daschner, Polizeivizepräsident von Frankfurt, dem Entführer Magnus Gaefgen Gewalt androhen, damit dieser ihm das Versteck des Entführungsofopfers preisgebe? Oder hätte dies die Legalisierung von Folter bedeutet?

Das Gericht entschied damals: Die Androhung von Gewalt durch Daschner war Unrecht. Ferdinand von Schirach, zuverlässiger Lieferant rechtsphilosophischer Debat-tenstücke (*Terror, Schuld, zuletzt Gott*), stellt die Frage nun erneut. In bewährter Manier überlässt er den Zuschauern an den Fernbedienungen die Antwort.

*Feinde* sind zwei Filme. Der eine, *Gegen die Zeit*, erzählt die Geschichte aus der Warte des ermittelnden Polizisten, der andere, *Das Geständnis*, jene aus der des Entführers. Sie werden parallel ausgestrahlt. Lisa von Bode, 12-jährige Tochter aus wirklich reichem Hause (Alix Heyblom), wird von dem ehrgeizigen Wachmann Georg Kelz (Franz Hartwig) entführt. Das Lösegeld zahlen die Eltern bereitwillig. Doch der Ermittler Peter Nadler (gut besetzt mit dem denkbar unmachohaften Bjarne Mädel) fürchtet, das Mädchen könnte schon tot sein. Der rasch verdächtige Kelz, der «mehr sein will, als er ist», schweigt. Als ihn der geplagte Nadler nachts in der Dusche des Untersuchungsgefängnisses einem Waterboarding unterzieht, bricht «der durch und durch verkommene Mensch» zusammen: er verrät Lisas Aufenthaltsort und gesteht offiziell.

Was er da noch nicht weiß: Lisa ist tot. Der Schornstein des wohlpräparierten Verstecks, eines «alten Küchentrakts» mit Matratze, Essen, sogar einer Spielkonsole für das Mädchen und Heizofen, wurde im brandenburgischen Schneegestöber von einer Plane zugedeckt. Die giftigen Gase können nicht abziehen. Das Mädchen erstickt an Kohlenmonoxid.

Regisseur Nils Willbrandt wählt seine Bildsprache mit Bedacht. Das Versteck sieht mit seinen gelben Kacheln aus wie eine Gaskammer und hat mit 20 Quadratmetern auch ähnliche Maße. Der Duschaum im Zellentrakt, in dem Nadler Kelz auf eine Holzpritsche schnallt, erinnert an einen Strafbunker im KZ.

Rauch und Kammern sind im Film allgegenwärtig. Strafverteidiger Biegler (grandseigneurial-verschlagen Klaus Maria Brandauer) ist Raucher und klagt über seine «Staublunge». In seinem Haus brennt großbürgerlich der Kamin. Das Fahrrad, das ihm sein Hausarzt und Buddy verordnet,

schenkt ihm seine Ex-Exfrau Elly (Ulrike Kriener) mittels eines Kärtchens. Darauf: «Garage» und ein Herzchen. In der Garage – auch eine «Gaskammer» – steht das Rad.

Die Kammer in *Feinde* steht wohl metaphorisch für die moralische Kammer des Schreckens, in die eine Legalisierung der Folter führte. Schirachs Haltung ist eindeutig: «Die Zuschauer müssen sehen, dass ihre persönliche Emotionalität niemals Gesetz werden darf.» Rettungsfolter darf es nicht geben, denn wer bestimmt, wo die anfängt? Wenn der Täter nur dann reden würde, wenn er nicht ihn, sondern dessen 12-jährige Tochter vor seinen Augen foltern würde, so nimmt Biegler den Kommissar ins Verhör, «tun Sie das auch?»

Im Film ist das Urteil klar: Kelz wird freigesprochen, sein unter Gewalt zustande gekommenes Geständnis ist nicht gerichtsfest, die bloßen Indizien reichen nicht aus. Wieder in Freiheit macht er, streng gescheitelt und mit freiem Oberkörper, auf seinem Balkon Dehnübungen. Die Reminiszenz an *Schindlers Liste* ist nicht zu übersehen. Die Botschaft dieses Bildes: der Schutz der Menschenwürde gilt auch für die Amon Göths dieser Welt. ■



Ferdinand von Schirachs *Feinde – Gegen die Zeit* wird am 3. Januar 2021 um 20:15 Uhr in der ARD ausgestrahlt; Ferdinand von Schirachs *Feinde – Das Geständnis* parallel dazu in allen dritten Programmen. Regie: Nils Willbrandt.

Im Anschluss sendet Das Erste um 21:45 Uhr die Dokumentation *Ferdinand von Schirach: Feinde – Recht oder Gerechtigkeit?* von Susanne Laermann und Jan Vogelsang. | [www.ard.de](http://www.ard.de)



# ALLES WIRD GUT

Eine Suppe aus Möhren, Orangen, Ingwer und Kokosmilch, mit der schlechte Laune sogleich verfliegt – und wohlige Wärme an kalten Tagen mit jedem Löffel genossen werden kann.

## Zutaten

1 kg Möhren  
 3 Zwiebeln  
 2 Orangen  
 1 Bund Koriandergrün  
 1 l Gemüsebrühe  
 2 Knoblauchzehen  
 1 EL frischer geriebener Ingwer  
 1 Schuss Limettensaft  
 1 Messerspitze Chilipulver  
 etwas Rapsöl  
 200 ml Kokosmilch aus der Dose  
 (Asia-Laden)  
 Salz  
 Pfeffer

Sie können diese Suppe auch sehr scharf machen, indem Sie mehr Chilipulver begeben.

## Zubereitung

Eine der Möhren beiseitelegen, die anderen ebenso wie die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Orangen halbieren und auspressen. Den Koriander waschen und hacken. Möhren und Zwiebeln in etwas Öl anbraten und mit der Brühe ablöschen. Den Knoblauch schälen und in die Suppe pressen. Den Ingwer mit Chilipulver, Limetten- und Orangensaft und einem Drittel des gehackten Koriandergrüns zugeben. Alles zusammen eine Viertelstunde lang köcheln lassen.

Inzwischen die übrige Möhre putzen und in Scheiben schneiden. In etwas Öl in einer Pfanne andünsten und bissfest garen.

Die Suppe pürieren, Kokosmilch einrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Wenn die Suppe zu breiig ist, etwas Wasser oder Gemüsebrühe angießen.

Die Suppe in tiefe Teller oder Suppentassen füllen und mit Möhrenstückchen und Koriander garnieren.



Dieses Rezept stammt aus dem Buch [Genussküche fürs Herz](#), in dem Annette Bopp, Corinna Handt und Susanne Reiner-Leiß 140 Rezepte aus der Praxis der deutschen Herzschen zusammen-gestellt haben, um sich herzig und dabei doch genussvoll zu ernähren (mit Fotos von Nele Braas, 304 Seiten, geb., 24,90 Euro, aethera® im Verlag Urachhaus, ISBN 978-3-7725-5050-8).



## Unser SUDOKU im Januar

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

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

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

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

Einsame Hunde

mittel

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

Aus «Einsame Hunde», hrsg. von Jean-Claude Lin

## PREISRÄTSEL Mensch und Musik

Musik ist mehr als Töne. Sie ist Bewegung und Zustand, formt Akustik zu Inhalt, schafft Sinnlichkeit aus Proportion. Schon seit den Anfangstagen der Menschheit begleitet wie gestaltet sie unseren zivilisatorischen Werdegang und prägt dabei zugleich das Menschsein an sich. Musik ist mehr als Töne. Sie ist Sprache und Denken mit Klängen.

Einigen «sprachmächtigen» Klangdenkerinnen und -denkern wollen wir dieses neue Rätseljahr widmen und uns zwölf «Menschen und Musik» ein wenig nähern. So auch jenem Meister des Kunstliedes, der am 31. Januar 1797 als dreizehntes von sechzehn Kindern ins Haus «Zum roten Krebsen» auf dem Himmelfortgrund bei Wien als Sohn eines Lehrers geboren wird und dessen ganz eigener Kompositionsstil sich nicht nur durch «himmlische Längen» des Verweilens und der Ausdehnung auszeichnet, sondern auch durch eine tiefe Verwurzelung im Gesang. Weit mehr als 1000 Werke verzeichnet das umfassende Œuvre dieses frühromantischen Komponisten, darunter sieben Sinfonien, zehn Opern, sechs Messen und vierzehn

Klaversonaten, doch sind es bis heute vor allem die gut 600 Lieder, in denen sich das konsequent in die Zukunft weisende kunstvolle Verhältnis von Text und Klang, von Sprache und Musik des ehemaligen Sängerknaben der Wiener Hofkapelle und Schülers Antonio Salieris auf das Eindrücklichste zeigt.

«Je mehr ich es jetzt einsehe, was er war, je mehr sehe ich ein, was er gelitten hat.» In diese Worte fasste der Maler und enge Freund Moritz von Schwind die Tragik des zu Lebzeiten wenig Beachteten, dessen Abende zumeist im Bekanntenkreis musizierend verliefen und in deren Tradition bis heute in so manchem Salon der warme und wache Geist seiner Kunst erklingt. «Unvollendet» blieb er, vom umschwärmten Goethe verkannt, als er am 19. November 1828 mit nur 31 Jahren verstarb und in der Nähe seines verehrten Beethovens bestattet wurde, den er selbst noch ein Jahr zuvor als einer von 36 Fackelträgern zu Grabe geleitet hatte. «Eine Straße muss ich gehen, die noch keiner ging zurück», lässt der Dichter Wilhelm Müller seinen einsamen Wanderer auf dessen «Winterreise» durch

die eiskalte Landschaft klagen, gepeinigt von unerwidelter Liebe und verschmäht gar vom Tod. Wohl selten zuvor ist das schauerlich Schöne unserer menschlichen Existenz, ihre Einsamkeit wie ihre Hoffnung so trefflich in klingende Worte gefasst worden. Und wie kaum eine andere Musik vermag dieser Liederzyklus op. 89 des Gesuchten ein klein wenig wärmenden Hörergnuss an kalten Wintertagen zu schenken. ■

Sebastian Hoch

Lösungswort:

-----  
-----

Das Lösungswort senden Sie bitte an:

Redaktion *a tempo*

Landhausstraße 82 | 70190 Stuttgart

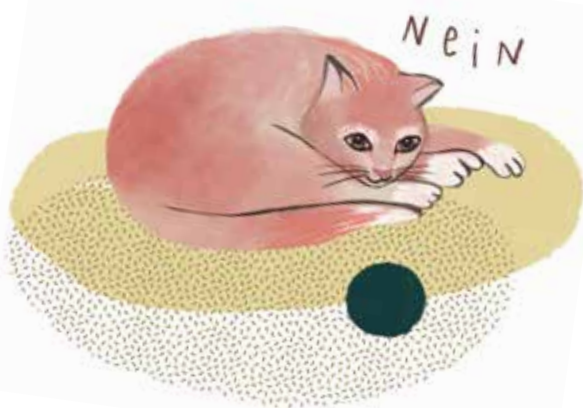
oder an: [raetsel@a-tempo.de](mailto:raetsel@a-tempo.de)

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

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir mit herzlichen Grüßen ins neue Rätseljahr 5 Exemplare des Buches *Auf Flügeln des Gesanges. Eine Liebeserklärung an die Musik* von Ulrike und Michael Ladwein.



# ROSA UND DER EIGENE WILLE



von Renée Herrnkind

Psychologen und Pädagogen sind sich einig: Tiere fördern die emotionale, geistige und soziale Entwicklung von Kindern. Und irgendwann hören wohl alle Eltern diesen Satz: «Mama, Papa! Ich will einen Hund, eine Katze, ein Pferd, ein Häschen, ein ...!» Nicht immer können Familien ein Haustier aufnehmen. Gut zu wissen, dass auch ein sporadischer Kontakt mit Tieren bereits positive Wirkungen auf Selbstbewusstsein und Einfühlungsvermögen bei Kindern hat. Und gut zu lesen in dieser Kolumne im Jahr 2021, welche Erfahrungen Mädchen und Jungen machen, die mit Tieren leben.

Rosa ist die kooperativste kleine Katze, die mir jemals begegnet ist. Schon in ihrem Babynest auf dem Heuboden über dem Pferdestall genießt sie wohligh schnurrend den täglichen Besuch der Reitermädchen. Kinderhände kralen den Katzenbabybauch, streicheln zärtlich das winzige Kinn, betten die gerade mal 300-Gramm-Katze vorsichtig auf den Kinderbauch.

Tag für Tag erobern die Kitten unter den aufmerksamen Blicken der Katzenmama immer mehr Räume auf dem Reiterhof, galoppieren im Side-Step durch die Stallgasse und springen entschlossen auf imaginäre Mäusenacken. Die Kinder sind fasziniert und kommentieren die Fortschritte im Katzenleben durchaus sachkundig. Schließlich erleben sie hautnah, wie ein Katzenkindergarten die wichtigsten Fähigkeiten für das spätere Leben von Miez und Mauz geradezu im Zeitraffer lehrt. Als der Bauer schließlich sagt: «Natürlich dürft ihr ein Kätzchen mitnehmen» – gibt es kein Halten mehr. Die dreifarbige Glückskatze zieht um in ihr neues Zuhause. Statt Heuboden Kinderzimmer, statt Mäusejagd Wollknäuel und Papierkügelchen fangen.

Laura (5) hat sich schon soooooo sehr gefreut. Endlich ist sie nicht mehr die Kleinste im Familiensystem. Endlich kann sie bemuttern – und bestimmen. Rosa lässt

sich im Puppenwagen rumfahren, durchs Haus tragen und zum Spielen animieren, selbst wenn die kleinen Katzenaugen fast schon zufallen vor Müdigkeit. Elterliche Hinweise auf die Bedürfnisse des Katzenbabys müssen schon recht energisch vorgetragen werden, damit Rosa ihre Ruhe finden kann. «Rosa will das doch auch», behauptet die Tochter voller Überzeugung und Tatenrang. Am nächsten Morgen ist Laura auffällig ruhig und Rosa schläft friedlich und ganz ungestört im Körbchen. Beim Frühstück ragen die Pullover-Ärmel weit über die Handrücken der Fünfjährigen. Den Mutteraugen entgehen die ersten Kratzspuren auf der Kinderhand dennoch nicht. Einen Kommentar verkneift sich die Erziehungsberechtigte wohlweislich.

Nachmittags steht die Tür zum Kinderzimmer offen. Gesprächsfetzen wecken das elterliche Interesse. Laura ist unüberhörbar in Verhandlungen mit Rosa getreten. Sie kauert vor dem Katzenkorb und fragt mit Säuselstimme: «Wollen wir spielen?» Die Antwort der Babykatze fällt offenbar nicht zu ihrer vollen Zufriedenheit aus, denn der Dialog geht weiter. «Ach Rosa, es

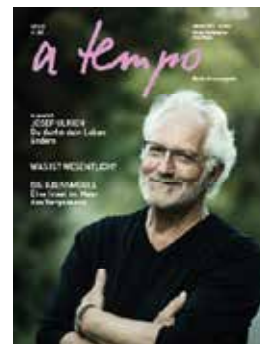
ist doch wirklich schön, wenn ich dich im Puppenwagen spazieren fahre.» Vorsichtig streckt die Fünfjährige ihre Hände aus, um Rosa hochzunehmen. Die Entschlossenheit des ersten Tages ist gewichen. Angelegte Katzenohren werden vom Kindergartenkind durchaus wahrgenommen und nun auch verstanden. Allerdings bleibt Laura dran. «Und wenn ich dir den kleinen Ball kullere?», fragt sie. Rosa gähnt nur und zeigt dabei ihre makellosen Milchzähne. Ob das Kind mit denen auch schon Erfahrungen gemacht hat, fragt sich die Mutter. Zumindest kommt das Signal an. Mit einem tiefen Seufzer lässt sich Laura auf den Po plumpsen, legt ihren Kopf auf den Korb und streckt vorsichtig die Hand aus. «Aber kralen magst du jetzt doch», kommentiert sie die Schmuseeinheit.

Abends sitzen die Eltern bei einem Glas Wein zusammen. Kind und Katze schlummern. «Was heute hier gelaufen ist, hätte ein studierter Pädagoge nie so gut hingekriegt wie Rosa», schmunzelt die Mutter. Laura hat verstanden, dass sie Lebewesen nicht zum Objekt ihrer eigenen Wünsche machen kann. Lektion gelernt – danke Rosa. ■

Renée Herrnkind ([www.facebook.com/renee.herrnkind](https://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](http://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](mailto: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](mailto: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.

Gestalte HEUTE  
das MORGEN:

Werde  
Waldorf-  
Erzieher\*in



[www.waldorfkindergarten.de](http://www.waldorfkindergarten.de)





Vereinigung der  
Waldorfkinderergärten

mit allen  
Sinnen...



Camphill  
Werkstätten  
Hermannsberg

Wunsch-  
teppich

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




Macht Spaß. Macht Sinn.

Die Natur schützen mit dem  
NABU. Mach mit!

[www.NABU.de/aktiv](http://www.NABU.de/aktiv)

## KLEINANZEIGEN

Eurythmietherapie-Ausbildung Wien – Berufsbegleitend von August 2021-24. Anmeldung bis April 21. Info, Kontakt: [eurythmie-therapie@eurythmie-wien.at](mailto:eurythmie-therapie@eurythmie-wien.at) [www.eurythmie-wien.at/eurythmie-therapie](http://www.eurythmie-wien.at/eurythmie-therapie)

UrsprünglichesGriechenland! Sonne. Ruhiges Traumhaus am Meer! Natur pur! Ganzjahresziel Wilde Máni! 2 individuelle FeWos, Tel. 01 77/3 02 14 76

[gemeinschaften.de](http://gemeinschaften.de) | Tel. 07 7 64/93 39 99 Ökodorf

Ich schreibe für Ihre Webseite: Tel.: 0 71 64/9 15 25 85 [www.claudia-stursberg.de](http://www.claudia-stursberg.de)

Helpen Sie mit, die Bienen zu schützen: [www.aurelia-stiftung.de](http://www.aurelia-stiftung.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](mailto:woltmann@geistesleben.com)

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

Unsere Preise und Metadaten finden Sie unter: [www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de)  
Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!

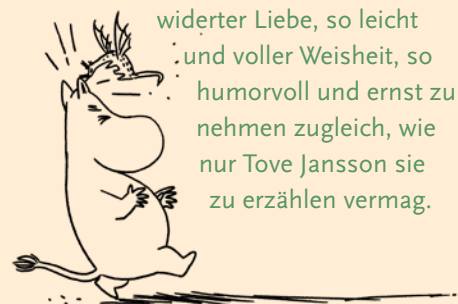


## Von wahrer Freundschaft

An einem Spätsommertag fängt Mumin aus Versehen einen kleinen Drachen – den letzten auf der Welt! Er wünscht sich, dass der Drache ihn gernhat, ihn allein. Doch der ist so eigenwillig, wie Drachen nun mal sind. Zu Mumin mag er nicht nett sein – dagegen sitzt er bald auf Schnupferichs Schulter und schnurrt vor Wohlbehagen wie ein Kätzchen ...

Eine verzwickte Lage für den Schnupferich, der ja Mumin's Freund ist. Was kann er tun, um Mumin über seinen Schmerz hinwegzuhelfen? Zum Glück ist er so feinfühlig wie einfallsreich!

Eine wunderbare Geschichte von Sehnsucht, Freundschaft und uner-



widerter Liebe, so leicht und voller Weisheit, so humorvoll und ernst zu nehmen zugleich, wie nur Tove Jansson sie zu erzählen vermag.

Cecilia Davidsson (Text)

Cecilia Heikkilä (Illustration)

Die Mumins und der letzte Drache

Nach einer Erzählung von Tove Jansson  
Aus dem Schwedischen von Birgitta Kicherer  
40 Seiten, Halbleinen, Format: 20 x 26,5 cm  
ab 4 Jahren | € 18,- (D) | ISBN 978-3-8251-5262-8



# EINE GEMÜTLICHE GESCHICHTE

von Uchris Schmidt-Lehmann

Rumms! Die Haustür fällt ins Schloss, und die dreizehnjährige Franziska kommt in die Küche gestürmt. «Mama, ich könnte die ganze Welt umarmen! Hatte doch tatsächlich mein Smartphone beim Bäcker liegen lassen, weil Fritzi mir plötzlich die Augen zuhielt. Erst bei der Bushaltestelle fiel es mir ein, bin dann zurückgerannt, und auf halbem Weg kommt mir eine alte Frau schon damit entgegen!» – «Gut, dass du noch nicht in den Bus gestiegen bist», sagt sie und gibt es mir. «Eigentlich mag ich die Dinger gar nicht, aber ich wusste ja, dass du dich freust!»

«Na, das ist doch mal eine nette Story», meint ihre Mutter, die sich beeilt, das Essen auf den Tisch zu bringen. «Ach übrigens, weißt du, was Ätymologie ist?», fragt Franziska. «Nee, meinst du vielleicht Etymologie, mit E?» Die Tochter befragt bereits ihr Smartphone, ist aber schnell enttäuscht: «Hat er nicht drauf!» – «Wozu brauchst du das Wort denn?», will ihre Mutter wissen. «Wir sollen eine gemütliche Geschichte schreiben, und falls wir nicht mehr so genau wissen, was Gemütlichkeit eigentlich bedeutet, sollen wir mit der Ety-dingsda des Wortes arbeiten.» – «Na dann viel Spaß! Ihr habt ja eine gründliche Lehrerin!»

Als alle am Küchentisch sitzen, fragt Franziska: «Papa, hättest du gewusst, was Etymologie ist?» – «Na klar! Du brauchst nur zu deinem Großvater zu gehen, der hat das entsprechende Wörterbuch. Was willst du denn nachschlagen?» – «Gemütlichkeit! Soll angeblich etwas typisch Deutsches sein.» – «Oh ja, damit geh mal zum Opa. Der freut sich so, wenn du ihn besuchst!» – «Wenn er bloß nicht immer wollte, dass ich mein Handy ausschalte, so lange ich bei ihm bin», beschwert sich die Tochter. «Meinst du nicht, dass du es überlebst?», sagt die Mutter. «Wenn du es nun verloren hättest, dann ...» – «OK, bin überschnurrt! Er macht doch auch keinen Mittagsschlaf, oder?» – «Nein. Lass das Telefon aber doch einfach hier, wenn du zu ihm gehst.» Franziska schaut erschrocken in zwei wohlmeinende Gesichter. Aber dann ist sie auch schon auf der Treppe nach oben und verschwindet in Großvaters Zimmer.

«Hi, Opa! Kann ich mal eben in dein Etymologie-Wörterbuch schauen? Wir sollen über ›Gemütlichkeit‹ eine Geschichte schreiben.» – «Ja gern! Hast du auch daran gedacht, dass...?» – «Hab ich diesmal sogar in der Küche gelassen!» – «Sehr gut! In der obersten Bücherreihe, gleich da vorn.»

Zielstrebig hat Franziska es bereits aufgeschlagen: «Hier steht es ja. Angeblich eine typisch deutsche Wesensart. Hat zwei Wortwurzeln: a) Sammelbegriff zu ›Mut‹ (Demut, Gleichmut, Hochmut etc. Anm. d. Verf.). Gesamtheit der seelischen Stimmungen und Kräfte, und b) angenehm, gleichen Sinnes, lieb», liest sie laut vor.

Der Großvater freut sich, noch etwas hinzugelehrt zu haben – und Franziska freut sich, dass sich schon eine Idee für ihre gemütliche Geschichte anbahnt und strahlt ihren Großvater an: «Ich finde, mein Besuch bei dir ist richtig gemütlich, oder?» – «Wenn du dazu auch etwas Mut brauchtest, ganz bestimmt!», antwortet der schmunzelnd. ■

Wir freuen uns über diese erneute Textzusendung von Frau Schmidt-Lehmann für diese Rubrik und laden auch Sie gerne dazu ein – seien Sie also mutig ;-)

Vorfreude auf die **Februar**-Ausgabe



## IMPRESSUM

*a tempo* Das Lebensmagazin  
der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com) | [www.urachhaus.com](http://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](mailto:redaktion@a-tempo.de)  
[www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de) | [www.facebook.com/atempo.magazin](https://www.facebook.com/atempo.magazin)  
[instagram @atempo\\_magazin](https://www.instagram.com/atempo_magazin)

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

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



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

# 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.

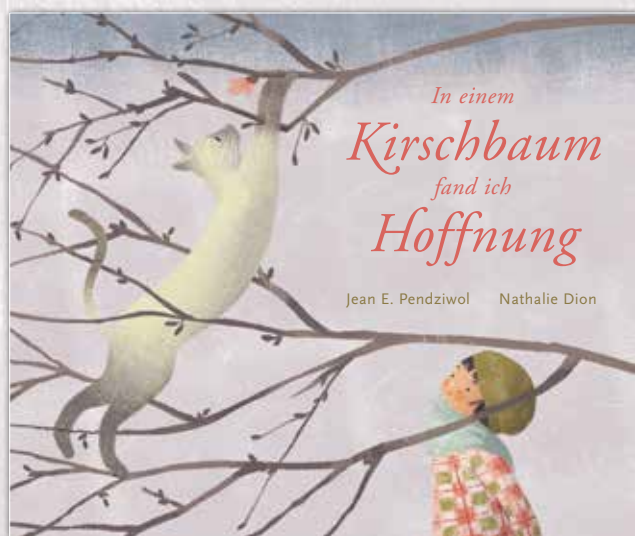
Susin Nielsen  
Adresse unbekannt  
Aus dem Englischen von Anja Herre  
284 Seiten, gebunden  
€ 17,- (D) | ab 11 Jahren  
ISBN 978-3-8251-5226-0  
☞ Auch als eBook erhältlich

«Ein wunderbares ethnisches und  
charakterliches Kunterbunt!»  
*Süddeutsche Zeitung*

«Einfühlsam und spannend erzählt!»  
*taz*







## Hoffnung finden unter heulenden Wölfen

Mit dem eigenen Schatten spielen, dem heulenden Wind zuhören, die Wolken in den Schneeflocken schmecken – selbst in der Finsternis ist das Licht nicht fern. Und auf den kahlen Zweigen bereiten sich im Winter die Knospen zum Blühen vor ...

Jean E. Pendziwol und Nathalie Dion erzählen in bezaubernden Worten und Bildern von der alldurchdringenden Poesie des Lebens, die Hoffnung bringt.

Jean E. Pendziwol

**In einem Kirschbaum fand ich Hoffnung**

Illustriert von Nathalie Dion.

Aus dem Englischen (Kanada) von Richard Rosenstein.

44 Seiten, gebunden | ab 3 Jahren | € 16,- (D)

ISBN 978-3-7725-2917-7 | [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)



**Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen**