

E 51125
nr. 130

zum mitnehmen oktober | 2010

Freies Geistesleben
Urachhaus

a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

GREGOR RISI

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

thema

KEPLERS MONDREISE

VON TRÄUMEN, HEXENWAHN UND EINER NEUEN ZEIT

augenblicke

IM WALD

DER SANFTEN RIESEN





Foto: J. Hinrichsen



Monika Kiel-Hinrichsen
Helmut Hinrichsen

PUBERTÄTS- SPRECHSTUNDE



- Jugendliche verstehen
- Praxiserprobte Hilfen
- Pubertät als Chance

Urachhaus

www.urachhaus.com

Das umfassende Nachschlagewerk

In diesem Ratgeber finden Eltern und Erziehende Antworten auf nahezu alle Fragen zu dieser spannungsreichen, im wahrsten Sinne energiegeladenen Entwicklungsphase. Dabei zeigen die Autoren, wie die eher schwierigen Seiten der Pubertät als Chance für Eltern und Jugendliche erkannt und genutzt werden können.

- Themen und Probleme der Pubertät werden sowohl aus der Sicht der Erwachsenen als auch der Jugendlichen geschildert.
- Leicht verständlich dargestelltes Hintergrundwissen über Phänomene und Krisen der Pubertät: Mutproben, Körperkult, Missbrauch, Gewalt, Mobbing, Ess-Störungen, Borderline-Störungen, selbstverletzendes Verhalten, Selbstmord, Sekten, Subkultur, Langeweile und Abhängen, Klauen, Lügen, Extremismus und Radikalismus u.a.
- Informationen für Eltern mit «besonderen Kindern»: Pubertät und Hochbegabungen; seelenpflegebedürftige in der Pubertät.
- praxiserprobte Hilfen: Anleitung zur gewaltfreien Kommunikation, Streitschlichtung und Konfliktbewältigung, Aspekte der Suchtprophylaxe und Stufenmodell zum Umgang mit Suchtproblemen, hilfreiche Adressen u.a.
- Orientierungshilfen für Lehrer: Pubertätstypen bei Schülern. Und: Wie sieht eine «gute Schule» für pubertierende Jugendliche aus? ... sowie viele weitere Themen.

Monika Kiel-Hinrichsen | Helmut Hinrichsen: **Pubertätssprechstunde**. Jugendliche verstehen – Praxiserprobte Hilfen – Pubertät als Chance
480 S. zzgl. 8-seitiger Farbteil, geb. | € 25,- (D) | ISBN 978-3-8251-7653-2 | ab 11. Oktober neu im Buchhandel

Urachhaus. Kompetenz in Sinnfragen

DIE QUAL DER WAHL

Neulich hatte ich das Vergnügen, mir einen Abend lang zwei TV-Diskussionsrunden nacheinander ansehen zu dürfen. Beide Male ging es um die Frage der nachträglichen bzw. vorsorglichen Sicherheitsverwahrung. Die beiden großen öffentlich-rechtlichen Sender überboten sich gegenseitig im Ausmalen der Gefahren, die drohen, wenn man besonders gefährliche Straftäter wieder in die Freiheit entlasse. Nach so einem Abend ist man zunächst einmal erledigt. Nicht nur wegen des extremen Spektrums der Meinungen, Argumente und Positionen, die da vertreten waren. Viel erschreckender sind die Abgründe, die sich bei diesem Thema auftun. Da sitzen gezeichnete Menschen, denen Furchtbarstes widerfahren ist, neben kühl und verwaltungsklug argumentierenden Juristen oder profilierungssüchtigen Journalisten und diskutierten über den Umgang mit den Tätern, die für dieses Leid verantwortlich sind. Ein Moderator formuliert schließlich die Frage: Gibt es Menschen, die einfach hoffnungslos «böse» sind?

Ach, wenn der Mensch doch so simpel zu definieren wäre! Leider und zum Glück ist er es nicht. Selbst ein Goethe sagte zu seinem Privatsekretär Eckermann: «Es gibt keine Verbrechen, so groß sie auch sein mögen, die zu begehen ich mich an gewissen Tagen nicht fähig gefühlt habe.» Nach heutigen Maßstäben wäre Goethe demnach eindeutig ein Kandidat für die vorsorgliche Sicherungsverwahrung!

An diesem Beispiel zeigt sich das große Dilemma der menschlichen Freiheit. Der Mensch ist nicht gut oder böse, faul oder arbeitswillig, moralisch oder unmoralisch, egoistisch oder altruistisch – er ist immer beides und noch viel mehr. Er trägt das gesamte Spektrum der Möglichkeiten mit all seinen Widersprüchen in sich.

Worauf kommt es dann letztlich an? Darauf, was der Mensch aus sich macht, welche Wahl er trifft. Wir sprechen von der «Qual der Wahl». Doch diese Qual ist in Wahrheit eine riesen-große Chance. Eine Chance, die als einziges Wesen auf dieser Welt nur der Mensch hat. Nur er hat die Freiheit dazu.

Wir sollten für diese Freiheit dankbar sein und ihre Möglichkeiten ernst nehmen – auch und gerade da, wo wir an ihre Grenzen gelangen und in Abgründe blicken.

Aus Stuttgart grüßt Sie herzlich, Ihr

Frank Berger

Frank Berger

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,



06 im gespräch

GREGOR RISI

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

In allen westlichen Industriestaaten ist eine erhebliche Zunahme von Anträgen zur Rente wegen Erwerbsunfähigkeit festzustellen, deren Ursachen unklar sind. Der Arzt Gregor Risi erstellt medizinische Gutachten für Invaliden- und Unfallversicherungen und erforscht die dahinterliegenden Probleme. Wie ist dieser Trend zu erklären? Welche gesellschaftlichen und individuellen Perspektiven gibt es?



10 augenblicke

IM WALD DER SANFTEN RIESEN



«Selten ist wohl ein Geschöpf auf Erden so schmächtig verkannt worden wie der Gorilla», schreibt der ehemalige Frankfurter Zoodirektor, Naturschützer und Tierfilmer Bernhard Grzimek. Denn trotz ihrer ungeheuren Kraft sind die mächtigen Menschenaffen scheue, friedliebende Wesen. Christian Kaiser ist in ihre durch den Menschen gefährlich gewordene Heimat gereist und ermöglicht dadurch auch uns einen Besuch bei den sanften Riesen.

16 glücksfälle

EIN BLICK UND EIN LÄCHELN

17 mensch & rhythmus

DIE 22 – DIE ZAHL DER SONNE

18 thema

KEPLERS MONDREISE

24 sprechstunde

BLAUBEEREN – EIN GESUNDES GESCHENK DES WALDES

27 weiterkommen

WAS UNS SINNLICH MACHT

DIE SEITEN DER ZEIT

editorial 3 | inhalt / impressum 4 | im gespräch 6 | augenblicke 10 | glücksfälle 16 | mensch & rhythmus 17 | thema 18 | kalendarium 20 | sonne, mond & sterne 23 | sprechstunde 24 | am schreibstisch 26 | weiterkommen 27 | aufgeschlagen 28 | serie: querebet – ein jahr im garten 30 | literatur für junge leser 32 | die kinderseite 33 | preisrätsel / sudoku 34 | kulturtipp 35 | suchen & finden 36 | ausblick / buchhandel 38

Herausgeber

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

Redaktion

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

Redaktionsanschrift

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

Leserservice

Maria A. Kafitz
07 11 | 2 85 32 20
redaktion@a-tempo.de

Anzeigenservice

Irmgard Feuss
Tel. 07 11 | 50 87 40 33
Fax 0711 | 50 87 40 34
ifeuss@anzeigenservice.info

Ansprechpartner Buchhandel

Simone Patyna
07 11 | 2 85 32 32

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

Abonnements

Antje Breyer
07 11 | 2 85 32 00

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

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

Druck:

12 Wege zum Schöpferischen im Menschen

Rudolf Steiner Impulse



ISBN 978-3-7725-2701-2



ISBN 978-3-7725-2702-9



ISBN 978-3-7725-2703-6



ISBN 978-3-7725-2704-3

Werde ein Mensch mit Initiative



ISBN 978-3-7725-2705-0



ISBN 978-3-7725-2706-7



ISBN 978-3-7725-2707-4



ISBN 978-3-7725-2708-1

Grundlagen – Ressourcen – Perspektiven



ISBN 978-3-7725-2709-8



ISBN 978-3-7725-2710-4



ISBN 978-3-7725-2711-1



ISBN 978-3-7725-2712-8

Rudolf Steiner – **Impulse** : **Werde ein Mensch mit Initiative** | Grundlagen – Ressourcen – Perspektiven. | Zwölf Wege zum Schöpferischen im Menschen. | *Impulse 1 bis 12.* | Herausgegeben von Jean-Claude Lin mit Einleitungen von Mario Betti, Jörg Ewertowski, Ruth Ewertowski, Lydia Fechner, Bernardo Gut, Wolfgang Held, Martin Kollwijn, Olaf Koob, Jean-Claude Lin, Andreas Neider, Nothart Rohlfis und Gottfried Stockmar. | 12 Bände (insgesamt 768 Seiten, kartoniert) in Schmuckkassette | € 39,90 (D) | ISBN 978-3-7725-2700-5 | Alle Bände (je 64 Seiten, kartoniert) sind auch einzeln zum Preis von je € 4,- (D) erhältlich. | *Jetzt neu im Buchhandel!*

Verlag Freies Geistesleben : Wissenschaft und Lebenskunst

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

GREGOR RISI im Gespräch mit Doris Kleinau-Metzler

Unser Sozialsystem beinhaltet die kollektive Übernahme individueller Armutsrisiken wie Krankheit, Alter und Arbeitsunfähigkeit durch ein allgemeines Versicherungssystem – eine solidarische Versorgung, die uns in Mitteleuropa inzwischen selbstverständlich geworden ist. In allen westlichen Industriestaaten ist in den letzten Jahren eine erhebliche Zunahme von Anträgen zur Rente wegen Erwerbsunfähigkeit festzustellen, deren Ursachen unklar sind. Der Arzt Gregor Risi ist an der *asim (Academy of Swiss Insurance Medicine)* der medizinischen Fakultät der Universität Basel tätig, die u.a. medizinische Gutachten für Invaliden- und Unfallversicherungen erstellt und diese Probleme zudem erforscht. Wie ist dieser Trend zu erklären, zumal sich der Arbeitsschutz und die Arbeitssicherheit massiv verbessert haben? Welche gesellschaftlichen und individuellen Perspektiven gibt es, damit eine frühe Rente nicht zur biographischen Sackgasse wird?

Doris Kleinau-Metzler | Herr Risi, was sind Ursachen für mehr Rentenanträge wegen Erwerbsminderung?

Gregor Risi | Die Genehmigung einer Rente erfolgt bei Vorliegen einer Krankheit, welche die Erwerbsfähigkeit einschränkt. Deshalb ist zuvor die Frage zentral, was eigentlich Krankheit ist. Krankheitsdefinitionen sind Erklärungsmodelle, die stark kultur- und zeit(geist)abhängig sind – man denke etwa an die Hysterie, die um 1900 verbreitet war. Viele Krankheiten sind Beschreibungen von Symptomen; die Erklärungsansätze gehen oft von einem reduzierten Menschenbild aus, das sich an Laienbegriffen und Vorstellungen der Technik orientiert, wie «die Batterien sind leer». Krankheiten sind aber ein Spektrum, und an den Rändern klar definierter Krankheitsbilder (wie beispielsweise Koronare Herzkrankheit) gibt es große Unschärfen, wo es mehr um Befindlichkeit geht und die subjektive Wahrnehmung gegenüber den objektiven Befunden dominiert. Letzteres scheint mir ein zentrales Problem bei den zunehmenden Rentenanträgen und spiegelt womöglich die fortschreitende Individualisierung – die Selbstwahrnehmung zählt. Sehr deutlich ist dies beispielsweise bei chronischen Rückenschmerzen, wo die klinisch/radiologischen

Befunde und die gefühlte Befindlichkeit häufig weit auseinanderklaffen.

DKM | Sind die Schmerzen dann nur vorgetäuscht?

GR | Simulanten, die nur vortäuschen, erlebe ich in der Regel nicht; der Schmerz ist für diese Menschen ein Fakt. Das subjektive Schmerzerleben kann sich jedoch vom objektiv vorliegenden Befund gänzlich abkoppeln und verselbstständigen. Als Erklärungsansätze verstehen wir immer besser, dass Umgebungsfaktoren wie schlecht empfundene Arbeitsbedingungen, biographische und soziale Probleme, schlechte Ausbildung und ökonomische Unsicherheit die Chronifizierung von Schmerzen und Krankheiten stark begünstigen. So werden manche Menschen nicht mehr mit der heute geforderten Flexibilität und Intensität der Arbeitsleistung fertig. Die heute erwartete, vor allem geistige Flexibilität mag für bestimmte – gut ausgebildete – Berufsgruppen ideal sein, für viele Menschen ist es schon von der Persönlichkeitsanlage her eine Überforderung. – Früher hatte man zudem oft eine Lebensstellung bei einer Firma, war sozial eingebunden und wusste, was erwartet wurde und was einen



Fotos: Wolfgang Schmidt

erwartet. Jetzt machen Arbeitnehmer die Erfahrung, dass ganze Bereiche privatisiert oder Firmen von großen internationalen Konzernen aufgekauft werden; damit ändert sich die Firmenkultur, und Entscheidungen über Arbeitsverhältnisse werden weit weg getroffen, was zur Anonymisierung und Entfremdung führt. Dazu kommt, dass heute die Familiensituation möglicherweise schwieriger geworden ist; Scheidungen, Immigrationshintergrund u. Ä. überfordern die Menschen. Wie bei Krankheitsbildern ist es auch zeitabhängig, was man aushalten kann, sich zumutet, um weiter arbeiten zu können; ein gutes Beispiel sind die Jahre nach dem Zweiten Weltkrieg, als Menschen trotz traumatischer Kriegserfahrungen den Wiederaufbau leisteten. Heute besteht zudem die Tendenz, alle Probleme des Individuums primär mit innerpsychischen und innerkörperlichen Prozessen zu erklären und ihn als Einzelfigur zu betrachten und zu behandeln. **Aber der Mensch ist nicht denkbar als Einzelfigur, er kann als soziales Wesen überhaupt nur mit dem und durch den anderen existieren.**

Für manche Menschen scheint die Rente auch attraktiv als (einzig sichere) Einkommensquelle, besonders wenn sie aus einem Umkreis kommen, in dem es bereits Vorbilder dafür gibt, wie

Untersuchungen über den sozialen Hintergrund ergeben haben. Die Rente wird sozusagen zur «Lebensarbeitsstelle», die es sonst nicht mehr gibt: Man will durch die Rente Sicherheit, sieht aber nicht die biographische Sackgasse, die damit verbunden ist. Unser System fortlaufender Krankschreibung durch jeden behandelnden Arzt, wie es in der Schweiz möglich ist, legt den Akzent bisher zu wenig auf umfassende, den ganzen Menschen und seine Situation einbeziehende Rehabilitation und Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess.

DKM | Also viele Gründe, sowohl individuell als auch sozial, die zu einer chronischen Erkrankung und dem Wunsch nach Invalidenrente führen können. Was meinen Sie mit «biographischer Sackgasse»?

GR | Wer keine Arbeit hat, hat oft keine feste Tagesstruktur, hat keine Kollegen, ist nicht eingebettet in betriebliche soziale Abläufe und fachliche Anforderungen, aus denen er immer wieder lernen kann. Er erhält keine Anerkennung, die für jeden Menschen wichtig ist, und steht außerhalb des Geschehens in der aktiven Welt. Das führt in der Regel zu einer Spirale nach unten – der innere und ►



▶ soziale Halt geht weitgehend verloren. Diese Menschen sind nach kurzer Zeit so entwöhnt von einem normalen Alltag, dass eine Wiedereingliederung schwierig wird.

DKM | Sie schildern die Frühverrentung auch als eine Sackgasse, die aber von vielen Betroffenen zunächst kaum gesehen wird, weil sie eine baldige Änderung ihrer Situation, ihres Leidens bei der Arbeit wollen. Aus diesem Hintergrund entsteht die Frage, ob der Rentenanspruch auch eine gewisse Fixierung auf das Erreichen des Status als Rentner fördert?

GR | Wir müssen uns klar machen, was für ein gewaltiger und historisch noch relativ neuer Schritt die Vergesellschaftung des Armutsrisikos ist. Bettelnde Invalide und Körperbehinderte sehen wir kaum mehr auf der Straße. Die Kehrseite dieser Kollektivierung des sozialen Risikos ist, dass dadurch auch soziales Handeln kollektiviert und institutionalisiert wird – weg vom Einzelnen. Doch das ist nur bedingt möglich, denn soziales Handeln geschieht immer zwischen Menschen – von mir zu dir. Dass die Gemeinschaft durch verpflichtende Geldumverteilung die Verantwortung für individuelle Risiken übernimmt, wird deshalb auch als Zwangssolidarität erlebt. Parallel dazu identifizieren sich immer weniger Menschen mit eben dieser Gemeinschaft und suchen eher in Konsum oder Einzel- und Gruppeninteressen Orientierung – ein gewisses Paradox.

Mit keiner Geldzahlung ist aber zu erreichen, dass ich Sinn in meinem Leben sehen kann, mich gebraucht und anerkannt in der Gemeinschaft fühle, sondern das hängt wesentlich von einer befriedigenden Tätigkeit und guten Beziehungen ab. Eine gute Arbeit und Einbindung ist extrem

gesundheitsfördernd. Entscheidend ist dabei auch, was wir uns selbst zumuten an Belastungen, an Lernbereitschaft und welchen Stellenwert wir der Arbeit in unserem Leben geben. Da kann es manchmal hilfreich sein, wenn in diesem Prozess, der individuell und gesellschaftlich vor sich geht, von außen Grenzen gesetzt werden, um die Willenskräfte des einzelnen Menschen anzusprechen, so wie es auch bei der Erziehung von Kindern notwendig ist.

DKM | Sollte deshalb das Unterstützungssystem für Renten infolge von Erwerbsminderung eingeschränkt werden?

GR | Nicht unbedingt. Was wir brauchen, ist ein differenziertes Anreizsystem. Aufseiten des Einzelnen sind Wege aus der kollektiven Anonymisierung heraus wichtig, damit jeder mehr Verantwortung für sich und für das Ganze übernehmen muss. Erfahrungen in unterschiedlichsten Kontexten zeigen, dass je anonymier die Akteure in diesen Systemen sind, desto größer das Missbrauchsrisiko, weil die direkte soziale Verantwortlichkeit und Sichtbarkeit fehlt. Mehr Offenheit müsste jedoch auch vonseiten der Arbeitgeber gefördert werden, indem sie beispielsweise einen bestimmten Anteil an der Invalidenrente zahlen und damit motiviert werden, in den Firmen Arbeitsplätze so zu gestalten, dass sie auch für eingeschränkt arbeitsfähige Menschen eine Möglichkeit zur Arbeit bieten.

DKM | Die Realität ist andererseits: Nicht wenige, die arbeiten, leiden unter Stress und sehnen die Zeit der Rente herbei, um zur Ruhe zu kommen, mehr Zeit zu haben für das, was ihnen wichtig ist, denn die Erwartungen an die Arbeitsleistung sind in fast

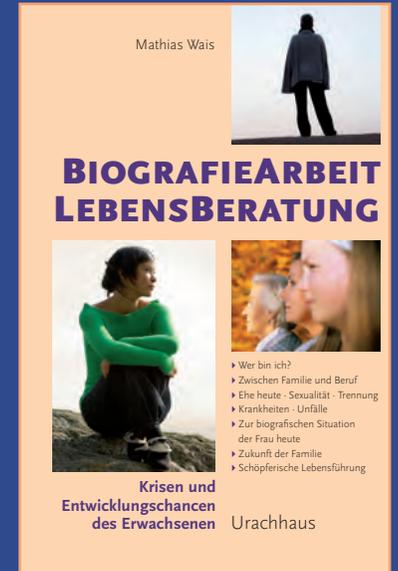


allen Berufsbereichen, von der Kindergärtnerin bis zum Computerfachmann, in den letzten Jahren gestiegen.

GR | Ja, viele Menschen haben das Gefühl, dass die Beschleunigung ihnen von außen aufgezwungen wird – und dann nur Flucht hilft, auch Flucht in Krankheit oder Rente. Damit findet eine Art Umverteilung statt: Die internationalen Unternehmen steigern die Anforderungen an die Arbeit (und damit ihre Gewinne), die Gemeinschaft fängt die auf, die dabei auf der Strecke bleiben. Hier wären staatliche Regelungen notwendig und letztlich wirtschaftlich eine Dezentralisierung von Macht. Gerade hier habe ich als Konsument aber auch eine zentrale Rolle: Der Markt besteht aus Konsumenten, also jedem Einzelnen. Ich bestimme durch meinen Konsum direkt, welche Produktionsformen, welche Firmenkulturen ich unterstütze – eine Art Basisdemokratie, womit ich sehr effizient Nachhaltigkeit in Bezug auf Umwelt und soziale Standards fördern kann.

Zudem müssen Grundlagen für eine andere Kultur der Arbeit gelegt werden: In der Arbeitswelt müsste beispielsweise eine gewisse Flexibilität selbstverständlich sein, die dem Einzelnen mehr Wahl ermöglicht – vom Job-Sharing, Teilzeitarbeit bis zu längeren Auszeiten (zumal ja nicht mehr genügend Arbeit für alle da ist). Das System krankt, wenn ich eine Entlastung von einer Arbeit nur erreiche, wenn ich eine Krankheit vorweisen kann. – Wir haben weltweit eine massive Überproduktivität, die wir auch durch unnötig übersteigerten Konsum absorbieren, womit wir teils künstlich einen Arbeitsbedarf schaffen, allerdings zum Preis eines gigantischen Raubbaus an der Umwelt – und möglicherweise an uns selbst. Diese Verwerfungen in der Arbeitswelt werden rasant zunehmen, sodass wir wohl mehr und mehr mit Personen konfrontiert sind, die wir nicht im ersten Arbeitsmarkt benötigen. Wir werden also Wege finden müssen, wie wir diese Schwachen in einer Art parallelem Arbeitsmarkt trotzdem beschäftigen können, weil Geld erhalten fürs Nichtstun – von Ausnahmen abgesehen – eigentlich krankmachend ist. Erfreulich ist, dass es bereits sehr viele Initiativen gibt, die nachhaltige Produktion und Sozialbezüge intensiv und innovativ fördern – das gibt Hoffnung. ■

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN



Mathias Wais
Biografiearbeit und Lebensberatung
 Krisen und Entwicklungschancen des Erwachsenen
 390 Seiten, gebunden
 € 25,- (D) | ISBN 978-3-8251-7758-4
 Neuausgabe 2010 jetzt aktuell im Buchhandel!

Schöpferischer Umgang mit allen Lebenslagen

Biografiearbeit als Grundlage einer zeitgemäßen Lebensberatung erweist sich zunehmend als entscheidende Hilfe in zahlreichen Krisensituationen: bei Partnerschafts- und Berufsproblemen, Erziehungskonflikten, Trennungen bis hin zur Konfrontation mit schweren Schicksalsschlägen, Krankheit und Tod.

Immer geht es darum, die eigentlichen Lebensthemen und den inneren Zusammenhang, den roten Faden, der eigenen Biografie mit ihren Möglichkeiten – seien sie verwirklicht oder nicht –, Wendepunkten und Zukunftsperspektiven zu erkennen und zu ergreifen.

Einige Themen: Wer bin ich? | Zwischen Familie und Beruf | Ehe heute, Sexualität, Trennung | Krankheiten, Unfälle | Zur biografischen Situation der Frau heute | Zukunft der Familie | Schöpferische Lebensführung





IM WALD DER SANFTEN RIESEN

Christian Kaiser (Text & Fotos)

Claude dreht sich zu mir um. Der Wildhüter hat seinen Finger auf den Mund gelegt. Das heißt: Sei still! Wir haben nach stundenlanger Suche und anstrengendem Marsch bergauf durch den Regenwald ein Nest aus Zweigen und Blättern gefunden. Claude nimmt ein paar pechschwarze Haare vom dicht bewachsenen Boden auf, in der Nähe liegt ein dampfender Haufen. Gorilladung! Wir sind unserem Ziel also näher gekommen, als ich dachte. Da vorne! Claudes Machete weist in die richtige Richtung, doch durch das Dickicht der Blätter sehe ich zunächst nichts. Um mich herum summen Fliegen. Endlich aber erkenne ich einen Gorilla – und er ist nicht allein.

Die Entwicklungshelfer der *Deutschen Welthungerhilfe* hatten mir voller Stolz während der letzten Tage ihre Projekte gezeigt: neu errichtete Schulen, Krankenstationen, Straßen. Die Männer hatten mir abgeraten, hierher zu kommen. Zu unsicher sei es in diesem unwegsamen Gebiet entlang der Grenze. Doch die Sehnsucht, meine «schwarzen Vettern» nach Jahren wiederzusehen war zu groß. Der Auftrag, Bilder von Hilfsprojekten der Welthungerhilfe zu machen, war der äußerliche Anlass für meine Reise, ein Wiedertreffen mit den sanften Riesen der innerliche.

Mit Claude, dem Wildhüter, und Mahaburi, dem Chauffeur, fahre ich morgens in der desolaten und mehrfach geplünderten Provinzhauptstadt Goma los. Auf der Straße kommen uns Bauern mit ihren selbst gebauten hölzernen Lastenrollern entgegen. Hier im

Kongo nennt man sie «Chukudu». Hier, wo ein Fahrrad bereits ein edles Fortbewegungsmittel ist, wird viel aus Holz und Schrott gebaut. Bergab werden die Chukudus immer schneller, die Piloten leisten sich gern ein nicht ungefährliches Wettrennen. Der Kopilot rennt hinterher oder schiebt bei Bedarf den Roller samt aufgetürmter Fracht aus Gemüse und mannshohen Säcken voll Holzkohle.

Schlafende Riesen

Ich verdränge alle Gefahren der Anreise, denn die sanften schwarzen Riesen nehmen die ganze Aufmerksamkeit gefangen. Jetzt zur Mittagszeit halten sie ihren Mittagsschlaf. Dicht aneinandergekuschelt liegen die Tiere – mittendrin der Silberrücken. Der Patriarch der Gorillagruppe hat sich bequem ausgestreckt und ist von seinem Harem umringt.

Die Mitglieder der Sippe von Silberrücken Humba geben sich der vollkommensten Entspannung hin. Nur die Mütter blinzeln ab und zu und sehen nach ihren balgenden Kindern. Der Pascha lässt sich kralen.

Nach diesem Regenwaldschlummerstündchen wendet sich die Familie wieder ihrer Hauptbeschäftigung zu: fressen. Die Mittagsruhe ist beendet. Humba, der zentnerschwere Kerl, erhebt sich zuletzt. Der Silberrücken ist breit wie mein heimischer ▶



► Küchentisch. Seine Finger sind dicker als bayrische Weißwürste. Die Anwesenheit von uns Menschen scheint dem Herrentier nicht bedrohlich zu sein. Nachdem er uns aus seinen bernsteinfarbenen Augen kurz betrachtet hat, gähnt er nur einmal deutlich. Überraschend lang und spitz sind seine imposanten Eckzähne. Ich halte den Atem an. Ein kleines Affenkind kommt neugierig auf uns zugekrabbelt. Große braune Augen verpackt in schwarzes Fell. Das Kleine erschrickt plötzlich ohne ersichtlichen Anlass, stößt einen gellenden Schrei aus. Alarm! Humba, der knapp 200 kg schwere Affenvater, wird plötzlich hellwach. Achtung! Vorsicht auf allen Seiten! Das kann gefährlich werden. Denn droht Gefahr, verwandelt sich der sonst sanfte Kerl urplötzlich in einen argen Wüterich. Wir müssen uns ganz ruhig verhalten, sonst könnte der Herr unsere Anwesenheit doch noch als Bedrohung empfinden. Jetzt heißt es: Blickkontakt vermeiden. Die Augen zu Boden senken. Eine Demuthaltung einnehmen und abwarten. «Niemals fliehen», hatte Claude vorher erklärt. Humba richtet sich auf den Hinterbeinen auf, er ist plötzlich groß wie ein Mensch, aber doppelt so breit. Er ist riesig! Der Silberrücken trommelt auf seine Brust ein und sein Trommeln hallt weit durch den Wald. Dann dreht er um und wendet uns seinen Rücken zu. Das heißt Entwarnung. Die erfahrene Mutter des Kleinen hat ihren Ausreißer zu unserem Glück auf den Arm genommen. Humba widmet sich wieder dem Genuss von Lianen und

rupft den wild rankenden Bewuchs, der sich über eine Baumkrone gewunden hat, gleich im Ganzen herunter. Es scheint ihm gut zu schmecken. Eines der Weibchen sammelt wilden Sellerie am Boden. Das Grünzeug sieht lecker aus. Die Gorillamutter stillt ihren kleinen Abenteuerer. Friedlich futterndes Familienleben inmitten üppigen Grüns. Die drei Mütter, die das Fell ihrer Kinder andächtig mit filigranen Bewegungen ihrer eigentlich riesigen Hände durchkämmen, blicken sich immer wieder aufmerksam um. Nur das motorische Surren der Fliegen ist jetzt noch zu hören. Angesichts dieser unglaublichen Stille geht es dem Betrachter plötzlich ganz ähnlich. Die Harmonie scheint uns in diesem Moment vollkommen.

Das unruhige Herz Afrikas

Genetisch sind Gorillas und Menschen zu etwa 97 % identisch, und Teile unseres Speisezettels ähneln sich durchaus. Von Ameisen einmal abgesehen. Gorillas sind, nimmt man die Krabbeltierchen raus, reine Pflanzenfresser, die den ganzen Tag Unmengen an Grünzeug zu sich nehmen, um ihre kräftigen Körper fit zu halten. Und diese Unmengen finden sie (noch) mitten im Virunga Nationalpark, in dem wir die Familienszene beobachten dürfen. Benannt wurde der Park nach den über 4000 Meter hohen Virunga-Vulkanen in der Demokratischen Republik Kongo. Er liegt im Grenzgebiet zu Ruanda und Uganda. Verteilt auf drei



Länder am Äquator, im unruhigen Herzen Afrikas, leben die letzten 650 bis 700 Berggorillas in einer Region, deren Klima so kontrastreich ist – tagsüber tropisch und feuchtwarm, nachts empfindlich kühl – wie die Konflikte zahlreich.

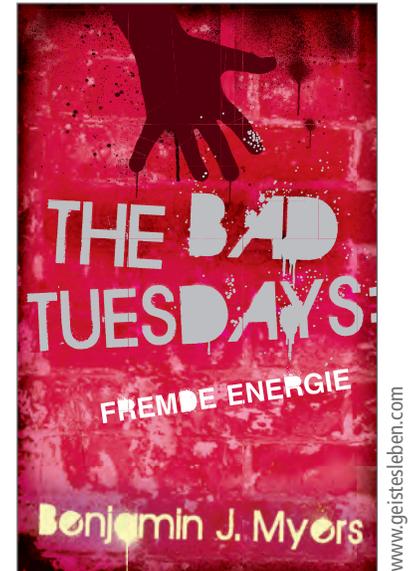
Im Jahre 1902 sah der deutsche Hauptmann von Beringe, Mitglied der deutschen Schutztruppe Ostafrikas, die ersten Berggorillas. Vor 50 Jahren ging der amerikanische Verhaltensforscher George B. Schaller für ein Jahr in den Kongo, um das Verhalten der Gorillas im Freiland zu studieren. Sein Ziel war es, die Gorillas durch intensives Beobachten und friedliches Verhalten an menschliche Nähe zu gewöhnen. Auf ihn folgte die Amerikanerin Dian Fossey, die nach wenigen Monaten ins Nachbarland Ruanda ausweichen musste und dort später Opfer eines brutalen, nie aufgeklärten Überfalls wurde. Dian Fossey bewegte sich Tag für Tag auf allen vieren, um von den Tieren anerkannt zu werden und legte mit ihren Untersuchungen den Grundstein der Langzeitstudien an frei lebenden Gorillas.

Bürgerkrieg, Not und Hunger

Die Demokratische Republik Kongo führt regelmäßig die Listen der notleidenden Staaten weltweit an. Nach einer jahrzehntelangen Welle grausamster Bürgerkriege geriet das Land ins Chaos. Davon hat es sich bis heute nicht erholen können. Verfeindete ethnische und politische Gruppen bekriegen sich bis aufs Messer – sie dienen hier wahlweise als Werkzeug oder grausame Waffe.

Die zentralafrikanische Bevölkerung wächst allen Widrigkeiten zum Trotz rasch. Die Nahrung wird knapp. Die meisten Lebensmittel, besonders aber Gas zum Kochen, sind unbezahlbare Mangelware. Doch Bohnen, Möhren und Mais wachsen auf der fruchtbaren vulkanischen Erde wie von selbst. Fleisch liefern in den Ortschaften Ziegen und Hühner. In den schwer erreichbaren Dörfern kommen die gewilderten Tiere des Waldes auf den Speiseplan. Gekocht wird in den bescheidenen Hütten auf Holzkohlefeuern. Und die Produktion dieser Holzkohle ist straff organisiert und nicht immer legal. Den Händlern sind die bewaffneten Patrouillen der Wildhüter, die ihre Heimat und ihre Tiere zu schützen versuchen, ein Dorn im Auge. So wurden die Gorillas zum Ziel ihrer Wut.

Lautlos gehen die Wilderer vor. Bei einer einzigen Patrouille fanden die Wildhüter mehr als 500 ihrer Schlingen. Diese an frischen Bambusschösslingen befestigten Fallen wirken meist tödlich. Immer wieder reißen verzweifelte Gorillas, die sich darin verfangen haben, so lange an ihnen herum, bis sie eine Hand verlieren – und wenig später ihr Leben.



Benjamin J. Myers
The Bad Tuesdays: Fremde Energie
 Aus dem Englischen von Alexandra Ernst.
 359 Seiten, gebunden mit SU
 € 16,90 (D) | ab 14 Jahren
 ISBN 978-3-7725-2502-5

www.geistesleben.com

«Man kann sich der Dunkelheit nicht nähern, ohne dass die Dunkelheit auf einen aufmerksam wird.»

Zu welchem Zweck verschleppt die Verbogene Symmetrie Tausende von Kindern? Chess, Box und Splinter folgen ihnen im Auftrag von Mevrad auf dem Horrorweg durch den Saugwurm und werden nicht nur mit der grausam raffinierten Technik der Symmetrie konfrontiert. Auf Surapoor lebt auch ein archaisches Volk ...

Mit *Die Verbogene Symmetrie* startete Benjamin J. Myers seine temporeichen Serie *The Bad Tuesdays* um die Geschwister Chess, Box und Splinter. Mit *Fremde Energie* geht es ebenso rasant weiter.

«Absolut phantastisches Buch! Genauso spannend wie das erste. B. J. Myers ist ein genialer Schriftsteller!»

Diane Wagner, Echternach

Treffen Sie Benjamin J. Myers auf der Frankfurter Buchmesse! Sa, 9.10. und So, 10.10. zu Gast bei uns, Halle 3.1, Stand D 124 sowie am So, 10.10., 12:00 – 13:00 Uhr im Lesezelt.



► Die Soldaten, die wir auf dem Weg im Geländewagen überholen, sind zu Fuß unterwegs. Auf nackten Füßen die einen, andere haben wegen der Hitze die schweren Armeestiefel geschultert. Ein hölzerner Roller wird hinterhergeschoben; auf dem Roller glänzt der rote, kunstlederne Aktenkoffer ihres Obersten, der in tadelloser Uniform seine Truppe antreibt. Hier im Gebiet des Kivusees stoßen Welten an- und aufeinander.

Claude mahnt zur Rückkehr. Wir kommen an einer geplünderten Schutzhütte vorbei. Im Jahr 1993 bin ich schon einmal hier gewesen. Damals hatte eine BBC-Filmcrew Unterkunft bezogen, auch Touristen stand das kleine hölzerne Gebäude für Übernachtungen zur Verfügung. Die Hütte war mit Hilfe der *Frankfurter Zoologischen Gesellschaft*, die sich auch hier mit Herz und Sachverstand engagiert, errichtet worden. Mit den so erzielten Einnahmen sollte zur Erhaltung des Schutzgebiets beigetragen werden. Der Wald war viel dichter und höher gewachsen, «damals» vor dreizehn Jahren. Vieles davon wurde abgeholzt und zur erwähnten Holzkohle verarbeitet. Wir machen einen Stopp bei der Station der Parkverwaltung und der Wildhüter. Hier soll ich Grüße von der Vorsitzenden des deutschen Vereins *Berggorilla & Regenwald Direkthilfe* ausrichten. Im Gebäude aus der Kolonialzeit sitzt die Administration des Nationalparks. Der Chef empfängt uns und lässt ein dunkles, sehr erfolgreiches Erfrischungsgetränk feilbieten. Vor dem Gebäude nehmen die Wildhüter des Parks unter dem Fahnenmast Haltung an. Ich werde gebeten, eine Ansprache zu halten. Nun ja, ich versuche es zumindest: «Meine Herren, ich möchte Ihnen im Namen des Vereins unseren Dank aussprechen. Neue Uniformen, Regenjacken sowie Gummistiefel sind für Sie bereitgestellt worden. Wir wissen, dass Sie hier eine wichtige und komplizierte Aufgabe erfüllen, und wünschen Ihnen weiterhin viel Erfolg im Kampf

gegen die Wilderer.» Ich blicke in stolze Gesichter und kann nur ahnen, wie wichtig für die Männer dieser «Job» ist.

Während der Rückfahrt machen wir eine Pause auf einem Marktflöckchen; hier soll ein rascher Einkauf die Familien von Claude und Mahaburi mit frischem Gemüse versorgen. Während sie ihre Besorgungen machen, umringen bewaffnete Kerle das einzige motorisierte Fahrzeug. Sie wollen nichts von mir, sie wollen sich nur den langen Fußmarsch nach Goma ersparen. Die ungebetenen Passagiere steigen bei einem Halt kurz vor der Stadtgrenze von der Ladefläche und sind im Nu verschwunden – wie die Gorillas, wenn der Nebel in den Wäldern hängt und die Sicht verschleiert oder wenn ihre Heimat weiterhin von Bürgerkriegen und Rodungsarbeiten bedroht wird.

«Ihr Flugzeug von Kigali nach Frankfurt steht jetzt für Sie bereit.» Die Stimme reisst mich aus meinen Gedanken. In der Maschine träume ich weiter vom Urwald und den sanften Riesen. Eine freundliche Stimme weckt mich: «Erfrischung gefällig?» ■

Für Interessierte sind Informationen zu finden unter:

www.gorillacd.org

(Offizielle, englischsprachige Seite des Virunga Nationalparks im Kongo)

www.berggorilla.de

(Berggorilla & Regenwald Direkthilfe e. V.)

www.berggorilla.de/deutsch/aktuell/handys.html

(Nicht nur für alle Vieltelefonierer ein wichtiger Hinweis: Mit alten Mobiltelefonen kann den Gorillas geholfen werden!)

Wichtige Hinweise gibt zudem die Zoologische Gesellschaft Frankfurt | Stiftung Hilfe für die bedrohte Tierwelt, Bernhard-Grzimek-Allee 1 | 60316 Frankfurt
Telefon ++49 (0) 69/ 94 34 46 0, E-Mail: info@zgf.de, www.zgf.de





EIN BLICK UND EIN LÄCHELN . . .

von Maria A. Kafitz

Knallorange, menningrot, rotbraun, braun oder sogar gorillabraun-schwarz – hinter diesen Nuancen verbergen sich keine Farbrends für die aktuelle Herbstmode 2010; in diesen Farbnuancen leben auf den Inseln Sumatra und Borneo jene «Waldmenschen», die wir unter dem Namen Orang (Mensch) Hutan (Wald) kennen.

Doch die Orangutans oder Orang-Utans, wie sie hierzulande geschrieben werden, heißen in ihrer Heimat u. a. «Mawas», «Maia» oder «Kahiyu», denn in Indonesien benutzt man das Wort «Orangutan» eigentlich für Verrückte und Gewalttäter. Und eben jene sind nicht in den Farbnuancen knallorange, menningrot, rotbraun, braun oder gorillabraun-schwarz zu finden, sondern meist in jeansblau, militärgrün oder hemdfarbenbunt.

In ähnlichen Farben wird 1989 auch Willie Smits auf einem Markt in Balikpapan auf Borneo unterwegs gewesen sein. Dem promovierten Forstwirt, der «in Sachen Holz und Landwirtschaft» schon einige Zeit in Indonesien arbeitete und forschte, begegnete seine Lebensaufgabe hinter Gittern: «Auf einmal hielt mir jemand einen kleinen Käfig vors Gesicht, aus dem mich die traurigsten Augen anblickten, die ich je gesehen habe. Ein Händler wollte mir diesen jungen Orang-Utan verkaufen. Ich ging nach Hause, doch diese Augen ließen mich nicht mehr los. Deshalb kehrte ich abends zu dem Markt zurück und fand den kleinen Orang-Utan dort im Dunkeln auf einem Misthaufen. Der Händler hatte ihn als «verdorbene Ware» weggeworfen. Ich nahm das Orang-Utan-Mädchen mit nach Hause.»

Er nahm Uce, wie er das kleine Knäuel nannte, nicht nur mit nach Hause, Smits hegte und pflegte es mit dem aus tiefstem Herzen gefassten Entschluss, dass es zurück in den Urwald, zurück in sein wahres Leben müsse. – Dieses Zurück erwies sich jedoch als schwierig, da damals viele der Orang-Utans in Tiergärten oder

Touristencamps landeten oder in Gebieten ausgewildert wurden, in denen es auch wilde Orang-Utans gab, die dann mit eingeschleppten Krankheiten aus dem menschlichen Umfeld infiziert wurden. **Und so begann das, was ein wahrer Glücksfall nicht nur für Uce werden sollte:** Denn zu Smits wurden weitere Orang-Utans gebracht und mit Hilfe einer Initiative indonesischer Schulkinder, die auch heute noch in die Projekte einbezogen werden, und notwendigen Spenden konnte genügend Geld gesammelt werden, um 1991 die *Borneo Orangutan Survival Foundation*, kurz BOS, zu gründen. In ihr verbindet sich die Liebe zu den vom Aussterben bedrohten Tieren mit dem Sachverstand für Leute, Land und Holzwirtschaft. Zuvor galt es für Forstwissenschaftler und Ökologen als unumstößliche Tatsache, dass Regenwälder, die vom Menschen für Palmölplantagen o. Ä. abgeholzt oder niedergebrannt wurden, für immer verloren seien. Dann wagte BOS ein Experiment, das anfangs als «naiver Traum» belächelt wurde, heute aber «funktionierende Realität» ist: Es wird Land gekauft, das mit Brief und Siegel und allen erforderlichen staatlichen Garantien für immer unangetastet bleibt; es werden ansässige Bauern angestellt und auch Politiker in die Renaturierung eingebunden; es wird geforscht, gepflanzt und begrünt. Und während hier der Regenwald wiederkommt, werden in den Aufzucht- und Pflegestationen die Nachfolgerinnen und Nachfolger von Uce, die meist in erbärmlichem Zustand gefunden oder aus den Fängen von Tierhändlern befreit werden, gehegt, gepflegt und behütet – schon Hunderte konnten so gerettet werden. Dann kommt der Moment für den Smits und seine Helferinnen und Helfer leben. Es ist der Tag, an dem die Orang-Utans zurück in den Urwald, zurück in ihr wahres Leben können: die Transportkiste öffnet sich, ihr Blick trifft im Grün auf riesige Bäume, ein Lächeln huscht über ihr Gesicht – Glück! ■



DIE 22 – DIE ZAHL DER SONNE

von Wolfgang Held

Voraussichtlich wird es im Mai 2013 das nächste Mal sein, dass die Sonnenflecken auf der Sonne wieder ihre größte Ausdehnung erreicht haben. Während gegenwärtig fast keine der typischen Dunkelzonen auf ihrer Oberfläche zu finden sind, sollten gemäß Hochrechnung in etwa drei Jahren am meisten Flecken, die durchaus größer werden können als die Erde, zu finden sein. Erstmals waren es vermutlich chinesische Astronomen, denen im ersten Jahrhundert v. Chr. an der untergehenden Sonne diese rätselhaften Flecken auffielen.

Für die Menschen der Antike muss es ein Schock gewesen sein, dass das zentrale Gestirn, in den meisten Religionen Symbol für Liebe und Weisheit, dass diese «gottähnlichste Erscheinung der Natur» Verunreinigungen besitzen sollte.

Blickt man mit einem Filter auf dem Fernrohr – dessen Erfindung im 17. Jahrhundert die Sonnenfleckenforschung beginnen ließ – auf die Sonne, erscheinen diese fleckenartigen Gebilde von 1000 bis 50.000 km Größe als schwarze Einschlüsse. Die dunkle Farbe täuscht jedoch, denn auch innerhalb der Flecken liegt die Temperatur noch bei 4000° C und strahlt entsprechend hell. Gegenüber der Umgebung, deren Temperatur 6000° C besitzt, wirken die Flecken allerdings dunkel und kalt. Heftige Magnetstrudel bremsen in ihnen den Zufluss von «frischer» Wärme und Licht aus dem Innern der Sonne.

Nach einigen Wochen oder Monaten lösen sich die Flecken wieder auf, neue bilden sich an andern Orten aus.

Die Häufigkeit ihres Erscheinens folgt einem langwelligen Rhythmus. Durchschnittlich alle 11 Jahre zeigt sich auf der Sonne ein Maximum an Sonnenflecken. Dieser Sonnenfleckenzyklus ist Ausdruck eines umwälzenden inneren Vorgangs der Sonne. Er ist noch wenig verstanden, führt aber dazu, dass sich alle 11 Jahre das

gesamte Magnetfeld der Sonne umpolt. Nach 22 Jahren besitzt das Magnetfeld dann wieder seine gleiche Ausrichtung, weshalb der eigentliche Zyklus der Sonne, der sogenannte «Hale-Zyklus», 22 Jahre dauert.

Um ihn und das Auftreten der Sonnenflecken wahrzunehmen, braucht man nicht unbedingt ein Fernrohr. Wer in Nordeuropa Polarlichterscheinungen verfolgt oder sich als Meteorologe für die Dicke der äußersten Lufthaut der Erde interessiert, der wird den gleichen 11-jährigen Rhythmus, dem der 22-jährige Rhythmus als ein 2/4-Takt zugrunde liegt, feststellen. Wie das Polarlicht steht auch die Dicke der Exosphäre in unmittelbarem Zusammenhang mit den Sonnenflecken. **Die Erde atmet regelrecht im Rhythmus der Sonnenflecken.**

Es ist interessant, an welcher anderen Stelle die 22 noch auftritt: Mit der aramäischen Schrift aus dem 18. Jh. v. Chr. existiert eines der frühesten Alphabete der menschlichen Kultur. Aus ihm entwickelte sich das hebräische Alphabet, aus dem auch die Kabbala hervorging, jene Lehre, nach der jedem Buchstaben ein Zahlenwert zugeordnet wird (1, 2, 3 ... bis 10; 10, 20, 30 ... bis 100; 100, 200, 300 bis 400). 22 Buchstaben – Vokale kannte man bei den antiken Schreibsystemen nicht – umfasst das hebräische Alphabet und somit auch 22 Zahlen. In diesem Alphabet, diesen «heiligen Zeichen» sei, so die antike Vorstellung, der Geist der ganzen Welt versammelt, weshalb die Schrift auch alles zu benennen und zu fassen vermag.

Damit ist die Brücke zur Sonne und ihrem 22-jährigen Rhythmus gefunden, denn auch die Sonne scheint auf die ganze Welt, repräsentiert die ganze Welt. So scheint die Zahl 22, die Summe aus den vollkommenen Zahlen 10 und 12, selbst von sonnenverwandter Größe zu sein. ■

KEPLERS MONDREISE

VON TRÄUMEN, HEXENWAHN UND EINER NEUEN ZEIT

von Elmar Schenkel

Der größte Autor der Literaturgeschichte ist wohl der Traum. Kein anderer Schriftsteller hat ein so vielseitiges und überraschendes Werk hinterlassen, noch dazu in allen Sprachen. Anfang des 17. Jahrhunderts bediente sich dieser Künstler auch des berühmten Astronomen Johannes Kepler. Als Galileo sein Fernrohr auf den Mond richtete, schrieb Kepler einen Traum nieder, in dem sich Wissenschaft und Zauberei vereinten, um die erste Science Fiction hervorzubringen.

Seit der Antike hatte es Mondreisen imaginärer Art gegeben. Lukian (um 150 n. Chr.) gilt als ihr Erfinder. Doch die Sicht auf den Mond änderte sich radikal, als Galileo durch sein neues Teleskop auf den Mond schaute. 1609 erkannte er, dass der Mond nur ein Himmelskörper wie alle anderen war und keine transparente Scheibe oder Kristallkugel, wie man zuvor geglaubt hatte. Johannes Kepler jedoch, ein großer Denker mit schwachen Augen, setzte noch eins drauf. Er wagte eine Reise zum Mond, die er als Traum verhüllte, denn Kepler und Galileo hatten viele und starke Feinde. Die katholische Kirche und große Teile des Protestantismus lehnten die neue Astronomie ab. Kepler musste also auf der Hut sein vor der Inquisition.

Es ist ein merkwürdiger Text, den der kaiserliche Mathematiker und Astronom am Hof zu Prag verfasst. Er habe sich, schreibt er, aufgrund der politischen Spannungen mit der legendären Gründerin Prags beschäftigt, der Kräuterfrau und Zauberin Libussa. Er habe in die Sterne geschaut und sei dann eingeschlafen. Nun aber träumte ihm von einem Buch. Und hier beginnt die Geschichte des jungen Duracotus, der im fernen Island wohnt, und dessen Mutter eine Kräuterfrau wie Libussa ist. Die Mutter lebt davon, dass sie für die Seeleute ausfahrender Schiffe kleine Beutelchen mit Zauberkräutern füllt, zum Schutz gegen Stürme. Doch Duracotus öffnet heimlich ein solches Säckchen. Die Mutter bestraft ihn, indem sie ihn an einen Kapitän verkauft. Der wiederum bringt ihn auf die Insel des großen dänischen Astronomen Tycho Brahe, wo er in die Grundlagen der kosmischen Wissenschaft eingeführt wird. Nach langen Jahren kehrt Duracotus nach Island zurück. Seine Mutter, die ihre Strenge bereut, erklärt ihm die Geheimnisse der nächtlichen Welt des Mondes, sozusagen als Wiedergutmachung, denn sie hat einen direkten Kontakt zu

einem Mond-Dämon. Dieser gibt nun den beiden eines Nachts sein Wissen über den Mond weiter ...

In solch einem Schachtelwerk, das man fast postmodern nennen könnte, liegen Keplers Erkenntnisse über den Mond verborgen. Der Dämon ist nämlich kein anderer als die Verkörperung der neuen Astronomie. Wir erfahren, wie lange Mondnächte und -tage dauern, wie das Klima und die Landschaft beschaffen sind, und dass Menschen nur unter bestimmten Bedingungen an bestimmten Tagen im Jahr zum Mond fahren können, dass sie abgehärtet sein müssen wie Seefahrer, also am besten Spanier sind (Deutsche dagegen nicht, sie waren als fett und versoffen verschrien). Die einzelnen Etappen einer Mondreise werden beschrieben: der Abflug wie auf einer Kanonenkugel, das Verlassen des irdischen Gravitationsfelds und das Eintreten in die Schwerelosigkeit. Den Mondfahrern müssen anfangs Opiate verabreicht werden, da sie sonst den Schock des Abschusses nicht überleben. All diese Auskünfte, durch 223 Fußnoten kommentiert, weisen auf spätere Science Fiction wie auf die amerikanischen Apolloflüge zum Mond voraus. Allerdings sieht der Träumer auch reptilienähnliche Mondwesen, die sich in Höhlen verstecken, andere ziehen sich vor der Hitze in die Gewässer zurück. Keplers Traum endet abrupt mit einem Regenfall, der den Schläfer wieder in die triste Wirklichkeit Mitteleuropas zurückbringt.

Das Entscheidende ist: Dieser Text zeigt ein kopernikanisches Universum, die Erde wird relativiert, indem sie vom Mond aus gesehen wird. Vom Mond aus erscheint nun die Erde selbst wie ein Mond.

Kepler deutet auch an, dass ihm dieser Text viel Unheil gebracht habe. Was meinte er damit? Kepler glaubte, seine streitsüchtige Mutter sei unter einem schlechten Stern geboren. Es ist ein Wunder, wie es einer aus dieser armen Familie zum kaiserlichen





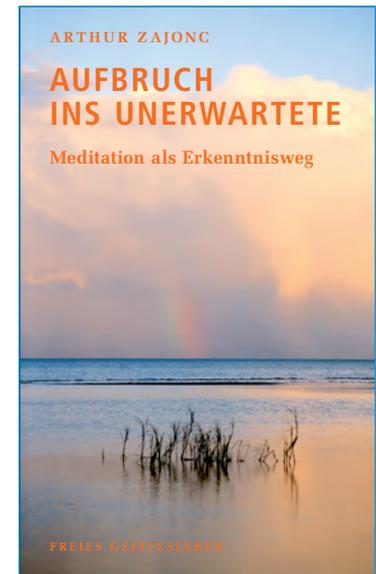
Foto: Philippe Seitz, Berlin

Hofmathematicus bringen konnte. Kepler arbeitete in *Somnium* einiges von diesen Dingen ein, vor allem seine Mutter, die auch mit Kräutern handelte. Arglistige Zeitgenossen warteten jedoch nur auf eine solche Gelegenheit, ihm eins auszuwischen – und dazu war die zänkische Mutter ein ideales Werkzeug. Man sagte ihr üble Dinge nach. Im nahen Leonberg wurden 1615/16 in wenigen Monaten sechs Frauen als Hexen verbrannt. Nichts leichter, als verdächtig zu werden, wenn man etwa rote Haare hatte, Triefaugen oder Warzen. Wer zu schön oder launisch war oder nicht regelmäßig in die Kirche ging, war zudem schnell als Hexe verschrien. So erging es auch Katharina Kepler, die damals fast siebzig war. Sie stritt mit einer Frau, ein Wort gab das andere, und die Frau schrieb nun alles auf, was man gegen Frau Kepler sagte. Gerüchte und Verdächtigungen nahmen zu. Katharina musste eine Hexe sein, sie wurde angepöbelt, ein Prozess gegen sie aufgenommen, sie versteckte sich und wurde aber schließlich gefangen gesetzt. Der berühmte Sohn schaltete sich immer wieder ein. 1621 wurde seine Mutter noch einmal unter Androhung von Folter verhört. Doch Katharina gestand nichts. Kurz nach ihrer Freilassung starb sie. Kepler war sich sicher, dass sein Mondmanuskript als Beleg für die Hexenhaftigkeit der Mutter gedient hatte.

Nichts macht so deutlich wie dieser Traum vom Mond, dass Kepler zwischen den Zeiten stand: Er war Astrologe und moderner Astronom, er glaubte an Hexen, wusste aber, dass seine Mutter keine war. Er sah die Zeichen eines heraufziehenden riesigen Konflikts zwischen geistigen und materiellen Mächten. 1618 führte der Prager Fenstersturz zum Dreißigjährigen Krieg. Kepler entdeckte die elliptischen Bahnen der Planeten, doch er blieb ein Gefangener in den Ellipsen seiner Zeit.

Somnium aber wurde sein Fahrzeug in die Zukunft. Von nun an begannen Menschen sich vorzustellen, wie es auf dem Mond wäre und wie man ihn erreichen könnte. Autoren erfanden Flugmaschinen, um dorthin zu gelangen – von Cyrano de Bergerac bis Jules Verne und H.G. Wells. Die Science Fiction war geboren – aus dem Geiste eines tiefgehenden europäischen Konflikts, aus Traum und Wissenschaft. Der Mond aber wurde Zuflucht. Schon Kepler hatte erkannt: «Verjagt man uns von der Erde, so wird mein Buch als Führer den Auswanderern und Pilgern zum Monde nützlich sein.» ■

Elmar Schenkel ist Professor für Englische Literatur an der Universität Leipzig mit dem Schwerpunkt Wechselbeziehungen zwischen Literatur, Naturwissenschaften und Religion. Er ist Leiter des «Studium universale», Schriftsteller und Übersetzer. Zuletzt erschienen seine Bücher «Cyclomanie. Literatur und Fahrrad» sowie eine Biographie zu Joseph Conrad, «Fahrt ins Geheimnis». Zudem ist er regelmäßiger Mitarbeiter der russischen Kinderzeitschriften «Schrumdi» sowie freier Mitarbeiter der «Frankfurter Allgemeine Zeitung».



www.geistesleben.com

Arthur Zajonc
Aufbruch ins Unerwartete
 Meditation als Erkenntnisweg.
 326 Seiten, gebunden mit SU
 € 24,90 (D)
 ISBN 978-3-7725-2284-0
 jetzt neu im Buchhandel!

Der Raum der Kreativität

Wer mit dem Meditieren beginnt, wendet sich der Erneuerung, der inneren Ruhe und der Einsicht zu. Kontemplative Übungen können aufgenommen werden mit dem Ziel, aus den reichen Ressourcen des Herzens und des Geistes Gelassenheit zu schöpfen. Der meditative Weg jedoch führt weiter – dorthin, wo Erkenntnis und Liebe eins werden.

Arthur Zajonc nimmt den Leser mit auf eine anregende, vielseitige Reise in das meditative Leben. Er verbindet praktische Anleitungen mit der Führung und Inspiration der großen spirituellen Lehrer von Rudolf Steiner bis Rumi und von Goethe bis zu den Weisen Asiens. Eingehend beschreibt er Stufe für Stufe des Weges und führt viele Übungen an. Besonders diejenigen aus der modernen Mathematik und Physik regen zu einem inneren Umschwung, einer Öffnung an, durch die Unerwartetes eintreten kann. Zajonc zeigt Meditation als ein Mittel, Wissenschaft neu zu definieren – eine wertvolle und für unsere Zeit so wichtige Chance, die Fähigkeit der Introspektion, aber auch eines innerlichen Blicks in die Phänomene der Welt neu zu erlangen.

OKTOBER

SO 03

27. Woche nach Ostern
1900 Thomas Wolfe *, Autor des Romans «Schau heimwärts, Engel» († 15.09.1938)

☉ 06.25/17.56
☾ 00.24/15.42

Tag der Deutschen Einheit

SO 10

28. Woche nach Ostern
♃♄♅ 1^h

☉ 06.37/17.40
☾ 10.24/18.36

MO 04

KW 40

MO 11

KW 41

Gedenktag für Franz von Assisi

Columbus Day in den USA

DI 28

DI 05

DI 12

1492 Kolumbus entdeckt Amerika, d.h. er betritt die Antilleninsel Guanahani, der er den Namen San Salvador gibt.

in Spanien ges. Feiertag

MI 29

MI 06

♄♅♆ 16^h

MI 13

Michaeli

Beginn der Frankfurter Buchmesse (bis 10. Oktober)
Besuchen Sie uns in Halle 3.1, Stand D124

Do 30

September

DO 07

● Neumond 19.44
♄♅♆ 7^h, ♄♅♆ 10^h

Do 14

● Erstes Viertel

FR 01

● Letztes Viertel
☉♄♅ 2^h, ♄♅♆ 24^h

Simchat Tora, Fest der Gesetzestreue.
Abschluss der jährlichen Tora-Vorlesungen u. Beginn eines neuen Zyklus; zugleich Erntedankfest

FR 08

♄♅♆ 13^h
1910 Maria Konopnicka †, poln. Dichterin (* 23.05.1842)

FR 15

1960 Felice Bauer †, Verlobte und Briefpartnerin von Franz Kafka.

SA 02

SA 09

♃♄♅ 19^h
1970 Jean Giono † in Manosque / Provence, Schriftsteller
(* 30.03.1895 ebenfalls in Manosque)

SA 16

Die (für Sonntag) angegebenen Zeiten für Auf- und Untergang von Sonne und Mond sind in mittel-europäischer Zeit (MEZ) und gelten genau für Kassel. Bei Konjunktion (♄) und Opposition (♅) der Wandelsterne (Sonne ☉ und Mond ☾) und Planeten: Saturn ♄, Jupiter ♃, Mars ♄, Venus ♀, Merkur ☿) ist die Zeit in ganzen Stunden ebenfalls in MEZ angegeben. Der zunehmende Mond ist durch das Zeichen ☾, der abnehmende durch das Zeichen ☾ gekennzeichnet.
In der Nacht vom 30. auf den 31. Oktober endet die Sommerzeit. Bis dahin ist allen angegebenen Zeiten eine Stunde hinzuzufügen.

Ein Jahr der Farbe X: Weder drinnen noch draußen

«In der Malerei hat es eigentlich gar keinen Sinn, davon zu sprechen, irgendetwas ist drinnen oder draußen, oder die Seele ist innen und außen. Die Seele ist immerfort im Geistigen, wenn sie in der Farbe lebt. Es ist sozusagen das freie Bewegen der Seele im Kosmos, was in der Malerei erlebt wird.»

Rudolf Steiner
* 27. Februar 1861
† 30. März 1925

Von der Raumperspektive zur Farbperspektive, Dornach, 2. Juni 1923. In: **Das Wesen der Farbe**, Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1973

SO 17

29. Woche nach Ostern
1760 Claude-Henri de Rouvroy, Graf von Saint-Simon *,
franz. Sozialphilosoph († 19.05.1825)

☉ 06.49/17.25
☾ 15.09/00.47

MO 18

KW 42
Vor 66 Jahren (1944) wurde der Komponist Viktor Ullmann
in Auschwitz-Birkenau ermordet (*01.01.1898).
1955 José Ortega y Gasset †, span. Philosoph
(* 09.05.1883)

Lukas der Evangelist

DI 19

MI 20

☾♋♌ 6^h

DO 21

☾♌♍ 13^h
1760 Katsushika Hokusai *, japan. Maler († 10.05.1849)

FR 22

SA 23

☉ Vollmond 02.37, ☾♌♍ 12^h, ☾♍♎ 20^h
♍, Sonne tritt in das Tierkreiszeichen Skorpion.
Beginne mit der Monatstugend:
«Geduld – wird zu Einsicht.»

SO 24

30. Woche nach Ostern

☉ 07.01/17.11
☾ 17.21/08.46

MO 25

KW 43
☾♍♎ 9^h, ☾♎♏ 14^h

DI 26

Vor 33 Jahren (1977) starb die Schauspielerin Elisabeth
Flickenschildt (* 16.03.1905).

in Österreich ges. Feiertag
(1955 Ende der Besetzung, Neutralität)

MI 27

DO 28

Simon u. Judas, Apostel
in Tschechien Feiertag
(1918 Gründung der Tschechoslowakai)

FR 29

in der Türkei nationaler Feiertag
(Unter Kemal Atatürk wird die Türkei 1923 Republik)

SA 30

☉ Letztes Viertel
1910 Henri Dunant †, Begründer des Roten Kreuzes
(* 08.08.1828)

SO 31

31. Woche nach Ostern
☾ Sonne tritt in das Sternbild Waage.

Ende der Sommerzeit

☉ 07.13/16.58
☾ – /14.07

MO 01

KW 44

Reformationstag
in Brandenburg, Mecklenbg.-Vorpom.,
Sachsen, Sachsen-Anhalt u. Thüringen
ges. Feiertag

Allerheiligen
in Baden-Württembg., Bayern, Nordrh.-Westf.,
Rheinland-Pfalz u. dem Saarland ges. Feiertag

Redaktion: Lin

ERSTE HILFE

Wo immer du

Du warst nicht unerreichbar

Meine Gierhand riss dich zurück

Aus dem schmutzigen Meersaum

Im Rundnetz

Über den Strand zu den Felsen

Zog ich dich Riese.

Wie schienst du mir unzerstört

Ich wärmte deinen Leib mit meinem Leibe

Meinen Atem stieß ich dir in den Mund

Nur dass deine Augen unter dem roten Garn

Die schon erstarrten hart wie Kieselsteine

Nichts spiegelten

Nicht den Himmel

Noch meine zornigen Tränen.

Marie Luise Kaschnitz
* 31. Januar 1901 in Karlsruhe
† 10. Oktober 1974 in Rom

Gedichte
Ausgewählt von Peter Huchel
Bibliothek Suhrkamp 436
Frankfurt am Main 1975

Claude Monet
* 14. November 1840
† 05. Dezember 1926

La Manneporte
Das Felsentor, 1883
65 x 81 cm, The Metropolitan Museum of Modern Art, New York

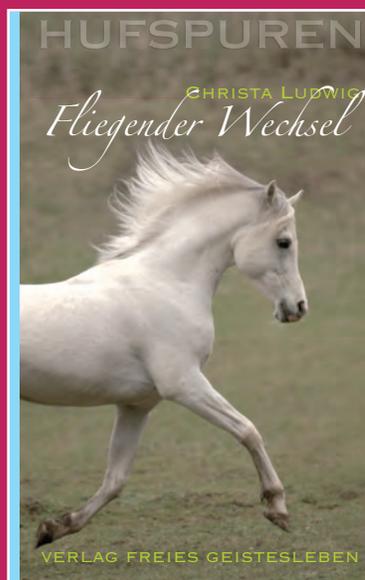


HUFSPUREN

Der Himmel auf Pferden



... erzählt von Christa Ludwig



ISBN 978-3-7725-2361-8



ISBN 978-3-7725-2362-5



ISBN 978-3-7725-2365-6



ISBN 978-3-7725-2366-3

Alle Bände: Mit slw-Fotos von Wolfgang Schmidt | je 219 Seiten, gebunden | je Band € 12,- (D) | Für alle Pferdenarren ab 12 Jahren!
Der Himmel auf Pferden ist der neue und abschließende Band der *Hufspuren*-Reihe von Christa Ludwig. Informationen zu allen sechs Bänden finden Sie auf unserer Homepage unter www.geistesleben.com | Treffen Sie Christa Ludwig auf der Frankfurter Buchmesse: So, 10.10.2010 zu Gast bei uns, Halle 3.1, Stand D 124 sowie am gleichen Tag von 12:00 – 13:00 Uhr im Kinderbuchforum, Halle 3.0, Stand K 389.

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

Sabine Dillner, Bulletin Jugend & Literatur

Verlag Freies Geistesleben: Bücher, die mitwachsen

DIE FISCH

ZWEI LICHTFÄDEN KOMMEN ZUSAMMEN

von Liesbeth Bisterbosch

Das bei Weitem hellste Licht am funkelnden Sternhimmel ist Jupiter. Über dem Planeten stehen vier Sterne, die ein dunkles Himmelsgebiet begrenzen: das große, leere Viereck des Pegasus. Diese Gruppe ist im Herbst am Abend gut sichtbar und trägt den Beinamen «Herbstviereck».

Jupiter befindet sich jetzt (April 2010 bis März 2011) im weitläufigen Sternbild der Fische beim westlichen Fisch, einem Grüppchen lichtschwacher Sterne (auf der Karte gelb markiert). Dank des deutlichen Herbstvierecks lässt sich seine Position zwischen den Sternen gut verfolgen. Die zwei weißen Kreise auf der Karte begrenzen das kleine Gebiet, in dem sich Jupiter hin und her bewegt. **Wie groß das Sternbild der Fische doch ist!**

Die Mythen über die Fische handeln von einem drachenartigen Ungeheuer, das die Fruchtbarkeitsgöttin bedroht. Sie stürzt sich in die Meeresfluten und wird gerettet. Die syrische Göttin war eine Frau mit einem Fischschwanz, in der griechische Mythe ist sie Aphrodite. Sie und ihr kleiner Sohn, Eros, wurden von den Fischen ans andere Ufer getragen. In einer anderen griechischen Mythe verwandelten die beiden sich in Fische, die durch ein Seil miteinander verbunden waren.

Der älteste überlieferte Text über das Sternbild der Fische stammt von dem Griechen Aratos (270 v. Chr.). In seinem Lehrgedicht *Phainomena* sind einige Sätze dem Ichthys (Fischen) geweiht. Die langen Bänder an jedem der beiden Fischschwänze vereinen sich zu einer gemeinsamen Linie. Ein schöner und großer Stern markiert diese Stelle. Der griechische Astronom Hipparch sprach ein Jahrhundert später von dem *syndesmos ton ichthyon* (das Zusammenkommen der Fische) und auch vom *syndesmos ton linon* (das Zusammenkommen der gesponnenen Flachsfäden). Das griechische Wort *syndesmos* bringt das Zusammenkommen (*syn*) des einen



Bandes (*desmos*) mit dem anderen zum Ausdruck. Die lateinische Übersetzung lautet *nodus*, Knoten. Auf den gedruckten Himmelskarten (ab 1515) finden wir häufig an der Stelle des tiefsten Sterns der Fische (auf unserer Abbildung orangefarben) einen großen Knoten oder eine Schleife eingezeichnet. Auch dieser Stern ist lichtschwach. In dem Gebiet, wo die beiden zarten Lichtfäden miteinander zu einer einzigen Schnur versponnen werden, kann jedoch manchmal ein schöner und großer Planet bewundert werden!

Die Babylonier nannten das unseres Herbstvierecks IKU, das Ackerfeld. Zu Frühlingsbeginn waren seine vier Sterne in der Morgendämmerung sichtbar. Ihr Sternbild Simmah, die Schwalbe, war bereits früher aufgegangen. Die Schwalbe bedeckte ein größeres Gebiet als der westliche Fisch. Die Sterne rechts oberhalb des gelb markierten Fisches gehörten ebenfalls zur Schwalbe. Diese Sterne des Vogels gehen bereits vor IKU auf. Anunitu, eine Himmelsgöttin mit einem Fischschwanz, wurde nach IKU sichtbar. Anunitu bedeckte das gesamte Gebiet links von IKU und außerdem das Gebiet oberhalb des «roten Fisches». Auch die Schwalbe und die Himmelsgöttin waren durch Fäden miteinander verbunden! Unsere Abbildung zeigt die Position der beiden Fäden beim Aufgang. Wie schön fließen die Bänder der Schwalbe und der Himmelsgöttin ineinander. Wenn hier der Morgenplanet Dilbat (Venus) in seinem größten Glanz prangt, bietet der Osthimmel einen wunderbaren Anblick.

Auf unserer Karte haben wir in diesem Gebiet über dem Knotenstern einen kleinen Kreis eingezeichnet. An einem Tag im Jahr befindet sich die Sonne hier. Vor 2000 Jahren war dies am Frühlingsbeginn der Fall. Die aktuelle Position der Sonne am 21. März ist beim westlichen Fisch. Jupiter befindet sich nun nahezu dem Frühlingspunkt der Sonne. Seine dunkle Periode ist vorbei, die helle Periode beginnt. ■

Abbildung: Unter dem großen, leeren Viereck des Pegasus stehen der westliche Fisch und das jetzige kleine Himmelsgebiet des Jupiter. Die lichtschwachen Sterne der Fische sind zweimal vergrößert und mit einer Farbe markiert: Der westliche Fisch und sein Lichtfaden sind gelb, der nördliche rot. Der orangefarbene Pfeil zeigt, wo die beiden Lichtfäden miteinander verwoben sind.

BLAUBEEREN

EIN GESUNDES GESCHENK DES WALDES

von Markus Sommer



Es ist schön, etwas geschenkt zu bekommen. Am Geburtstag und an Weihnachten kann man damit rechnen, aber besonders erfreulich ist es, wenn es unerwartet geschieht.

Das passiert manchmal, wenn wir durch den Wald streifen. Die Pilzsucher kennen das, wenn sie im Spätsommer oder im beginnenden Herbst «auf die Pirsch» gehen und plötzlich vor einer Gruppe köstlicher Steinpilze stehen. Vielen aber sind Pilze zu unsicher – man könnte ja auch einen giftigen erwischen. Und außerdem muss man sie nach dem Pflücken noch putzen und braten. Wenn wir dagegen Beeren finden, kann das ein unmittelbares Glücksgefühl auslösen. Reife Himbeeren sind vielleicht nicht zu übertreffen, aber wenn wir auf einer sonnigen Waldlichtung ein ganzes Feld von Blau- oder Heidelbeeren entdecken, gibt es meist kein Halten mehr – bis Zunge und Zähne tief blau gefärbt sind. Wenn wir die leicht abgeplatteten, dunkelblauen Kugeln in den Mund schieben und langsam mit der Zunge gegen den Gaumen drücken, bis aromatischer Saft aus den platzenden Beeren dringt, fragen wir uns vielleicht, warum Blaubeeren nicht immer so köstlich schmecken? Genau so wie jetzt waren sie doch früher immer! Tatsächlich sind die «Kulturheidelbeeren», die wir in den Geschäften bekommen, zwar viel größer als die echten Blaubeeren, ihr Saft ist aber ebenso blass wie ihr Aroma. Das Innere der «richtigen» Blaubeeren ist dagegen durch und durch dunkelblau. So können sie die Sonnenkraft ganz besonders einfangen. Bei Sonnenschein wärmen sie sich weit über die Umgebungstemperatur auf. In dem berühmten, vielbändigen botanischen Werk von G. Hegi, *Illustrierte Flora von Mitteleuropa*, findet man in Band V im Kapitel über die Heidelbeere, dass an einem sonnigen Tag einmal «im Inneren eines Korbes mit Heidelbeeren (um 11 Uhr) eine Temperatur von 40 Grad Celsius» gemessen worden sei, obwohl die Lufttemperatur weit darunter lag.

Unbestreitbar ist der Duft über besonnten Heidelbeerpflanzen ganz wunderbar, wofür aber nicht nur die Früchte verantwortlich sind, sondern auch die Kiefernadeln, die meist den Boden an den Stellen bedecken, wo Blaubeeren wachsen. Dann ist da aber noch eine dunklere, fülligere Duftkomponente, die an Erde erinnert, auf die nach langer Sommerhitze gerade die ersten Regentropfen fallen. Dieser Duft stammt von den Wurzelpilzen, der «Mykorrhiza», die dicht die Wurzeln der kleinblättrigen Pflanze umgeben. Denn nirgendwo berühren die Wurzeln direkt die Erde, überall stecken sie in «Pilzfilz». Eigentlich haben wir also gleichzeitig Beeren *und* Pilze entdeckt. Die Wurzelpilze der Heidelbeere helfen dabei, dem Gestein Mineralien zu entziehen, welche die Pflanzen aufnehmen. Sie tragen zur Verwitterung des steinigen Untergrunds (meist ist es Granit und dessen Verwandte, denn Blaubeeren lieben kieseligen Boden) und zur Humusbildung bei. Allerdings ist der in Heidelbeerflächen entstehende Humus sehr sauer und dies führt – ebenso wie die teppichartig dichte Verflechtung von Wurzeln und Pflanzen – dazu, dass in einem Blaubeerbestand kaum anderes als Blaubeeren wachsen kann.

Damit haben wir ein Motiv erkannt, das bei den Heilwirkungen der Pflanze wieder auftaucht. Früher waren getrocknete Heidelbeeren fester Bestandteil der Hausapotheke, denn sie helfen recht gut bei leichteren Darmverstopfungen und Durchfallerkrankungen. Zwei Teelöffel der getrockneten Beeren werden mehrere Stunden in einem Glas kaltem Wasser eingeweicht, dann wird der blaue Saft getrunken und die gequollenen Beeren gegessen. Das kann nicht nur den Bauch beruhigen, es schmeckt auch (auf jeden Fall besser als manch andere Durchfallmittel). Meist liegt einer Darmverstopfung eine Störung des mikrobiellen Gleichgewichts der Darmwand zugrunde. Fremde Keime, die dort nicht hingehören, haben sich aus-



Fotos: Markus Sommer und Anne Sommer-Solheim

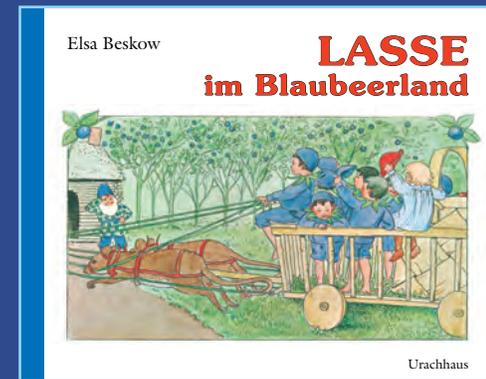
gebreitet. Während man früher in solchen Fällen oft zu bakterientötenden Antibiotika griff, die aber zu oft das Ungleichgewicht noch vertieften, werden heute eher sogenannte «Probiotika» gegeben. Das sind Medikamente und Lebensmittel, die nützliche Bakterien enthalten, welche Bestandteil unserer gesunden Darmflora sind. Wenn es genug von ihnen gibt, können sie die Störfriede verdrängen – ähnlich wie es die Heidelbeerpflanzen am Waldboden tun. (Übrigens können die den Heidelbeeren verwandten Preisel- und Kranbeeren (engl. Cranberries) gerade dadurch Blasenentzündungen vorbeugen, dass sie die Bildung eines dichten Bakterienfilms auf der Blasenschleimhaut verhindern, wenn wir die Beeren essen oder ihren Saft trinken.)

Während die Linderung eines leichten Durchfalls zwar angenehm, aber doch nicht besonders Aufsehen erregend ist, haben die Blaubeeren in den letzten Jahren Publicity in ernsterem Zusammenhang erlangt. Krebszellen, also Zellen, die einfach wuchern, ohne sich um ihre Umgebung zu kümmern, sollen durch Blaubeersaft in vielen Fällen zu einer Apoptose veranlasst werden. Das ist ein Vorgang der Selbstaflösung, der bei allen gesunden Zellen auftreten kann, wenn sie zu alt oder geschädigt sind, um ihre ursprünglichen Aufgaben zu erfüllen. Krebszellen zeichnen sich normalerweise dadurch aus, dass sie *keine* Apoptose mehr vollziehen können. Dadurch können sie zu einer Gefahr für uns werden.

Die «Heidelbeerkraft» kann offenbar dazu beitragen, dass wir wieder «Herr im eigenen Haus» werden und «Eindringlinge» zurückdrängen können. Vermutlich ist nie eine Krebskrankheit allein durch Blaubeeren geheilt worden, aber wenn ein Bestseller *Krebszellen mögen keine Himbeeren* heißt, so kann man hinzufügen: Sie mögen auch keine Blaubeeren! Und das kann wahrscheinlich zur Vorbeugung beitragen und im Krankheitsfall nützlich sein.

Da vor allem die Farbstoffe der Heidelbeeren, die «Anthozyane» für diese Wirkungen verantwortlich sind, trägt es zu unserer Gesundheit bei, wenn wir uns ab und an vom Wald beschenken lassen – und nicht nur die blassen entfernten Heidelbeerverwandten im Geschäft kaufen. Lange Zeit hat man sich vor den Waldbeeren gefürchtet, weil man annahm, sie könnten den Fuchsbandwurm und damit die schwere Erkrankung Echinokokkose übertragen. Studien konnten aber nicht belegen, dass Menschen, die an Echinokokkose leiden, häufiger Waldbeeren gegessen haben als Gesunde (eher scheint das Einatmen von trockenem Erdstaub beim Pflügen, vor allem aber die Haltung von unzureichend entwurmtten Hunden und Katzen eine Rolle zu spielen). Wer ganz sicher sein möchte, der sollte die Beeren kurz erhitzen. Auch als Kompott oder Marmelade sind sie eine gesunde Delikatesse! ■

Die Bücher des Arztes Markus Sommer sind zu finden unter: www.urachhaus.de/urheber/markus-sommer

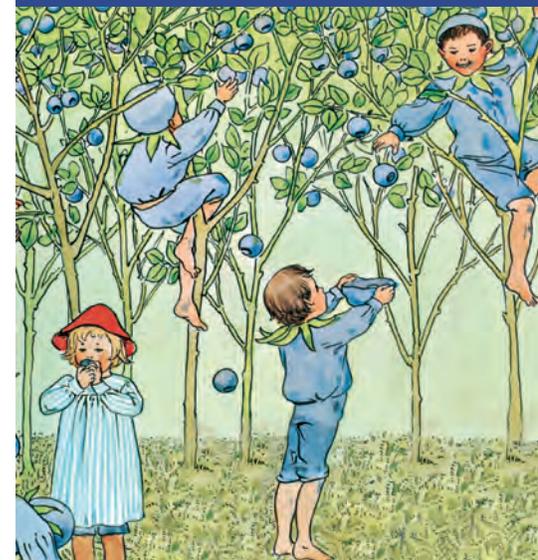


Elsa Beskow
Lasse im Blaubeerland
 24 Seiten, Halbleinen
 Format: 29 x 23,5 cm
 € 14,50 (D) | ab 4 Jahren
 ISBN 978-3-8251-7676-1
 www.urachhaus.com



«Kinder in kurzen, blauen Anzügen mit grünem Kragen oder in rotweißen Kleidchen mit Puffärmeln: Im kleinen Souvenirshop des Stockholmer Rathauses hatten sie mich plötzlich angelacht. Das Buch, dem sie entstiegen waren, fand ich schließlich in einer Eppendorfer Buchhandlung: Elsa Beskows *Lasse im Blaubeerland*. Vier Jahre später lese ich nun meiner Tochter vom Reich des Königs der Blaubeeren und von der Preiselbeeren-Mutter vor. Beeren essend, erfreuen wir uns gemeinsam an Lassens Glück und träumen davon, selbst einmal das verzauberte Land zu besuchen.»

Leserzuschrift an DIE ZEIT,
 Rubrik «Was mein Leben reicher macht»





BODIL BREDSORFF – STARKE INDIVIDUALITÄT

von Frank Berger

Zu den markantesten dänischen Autorinnen gehört ohne Zweifel Bodil Bredsdorff. Die Kritik lobt ihre knappe, präzise, unsentimentale Sprache, die gleichwohl poetisch ist und zugleich fähig, eine ungeheure Ladung zu transportieren. Es sind die großen, existenziellen Themen, meistens für Zehn- bis Dreizehnjährige, erzählt mit einem fein ausgeprägten Gefühl für Kinder. «Ich wünschte, Bredsdorffs Erzählungen wären länger. Gerade wenn man es sich bequem gemacht hat und alles serviert bekommt, schließt sie die Tür und lässt nur einen Spalt offen. Ich glaube, sie tut das mit Absicht, und es funktioniert», staunt die Kritikerin Zenia Johnsen. Bredsdorffs Trilogie *Die Kinder von der Krähenbucht* – die Geschichte eines Mädchens, das völlig auf sich gestellt seinen Weg finden muss – wurde in mehrere Sprachen übersetzt und trugen ihr den Kinderbuchpreis des dänischen Kultusministeriums ein. Bodil Bredsdorff wurde am 3. März 1951 in Hillerød geboren und besuchte dort neun Jahre lang die städtische Schule Frederiksborg. Nach einem mehrmonatigen Abstecher zum Gymnasium machte sie 1967 an der staatlichen Schule Frederiksborg den Realschulabschluss. Im selben Jahr wurde sie an der Schule für Kunsthandwerk in Kopenhagen angenommen und begann dort eine Ausbildung zur Werbezeichnerin. «Die ersten zwei Jahre habe ich noch durchgehalten, aber dann konnte ich buchstäblich nicht mehr länger stillsitzen. Also begann ich als Vorpraktikantin, wie das damals hieß, in verschiedenen Kindereinrichtungen. 1974 schloss ich meine Ausbildung zur Pädagogin an der Hochschule für Kindergartenpädagogik ab. Im letzten Jahr an der Hochschule schrieb ich meine Prüfungsarbeit über Bilderbücher, und in diesem Zusammenhang bat mich der Verlag *Fremad* (»Vorwärts«), in einer Gruppe mitzuarbeiten, die die Programmleitlinien des Verlags für die Herausgabe von Bilderbüchern festlegen sollte. Von meinem

damaligen Lektor dazu ermutigt, schrieb ich schließlich selbst ein Kinderbuch, *Da, wo Linda wohnt*, das 1975 erschien. Viele Jahre habe ich als freischaffende Mitarbeiterin für Danmarks Radios B&U-Redaktion (Kinder- und Jugendredaktion) gearbeitet, aber ich war auch schon Putzfrau, Köchin, habe Bücher übersetzt, in Verlagen gearbeitet, aber auch als Friseurin in Christiania (die alternative Wohnsiedlung in Kopenhagen, die sich selbst als »Freistadt Christiania« bezeichnet), wo ich fünf Jahre lang gelebt habe. Während der 80er Jahre arbeitete ich aushilfsweise als Pädagogin auf der kinderpsychiatrischen Station des städtischen Krankenhauses in Glostrup. Gleichzeitig absolvierte ich eine Ausbildung zur Gestalttherapeutin an der Gestaltakademie Skandinavien. Seit einigen Jahren widme ich mich ausschließlich dem Schreiben von Büchern und halte Autorenlesungen und Vorträge.

Wenn ich mir anschau, welche Bücher den größten Eindruck auf mich gemacht haben, so wird deutlich, dass es darin durchgängig in irgendeiner Form um das Thema »Überleben« geht. Als Kind waren es Titel wie *Heimatlos* von Hector Malot, *Sieben kleine Heimatlose* von Laura Fitinghoff, *Wolfsblut* von Jack London und nicht zuletzt Laura Ingalls Wilders Kindheitserinnerungen *Unsere kleine Farm*, die bekanntermaßen mit Laura im großen Wald beginnen. – Als Erwachsene sind es Titel wie *Gratwanderung* von Evgenija Ginzburg, *Trotzdem Ja zum Leben sagen* von Viktor Frankl, *Erledigt in Paris und London* von George Orwell, die mir am Herzen liegen. Und natürlich mag ich auch die Autoren, von deren Sprache ich eine Gänsehaut bekomme, wie zum Beispiel Vladimir Nabokov und Anatoli Kim und ebenso John Fante, deren Bücher mir durch Mark und Bein gehen ...» ■

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

WAS UNS SINNLICH MACHT

von Jean-Claude Lin

Das Schöne an den Sudokus in der Reihe der *Einsamen Hunde* ist, dass sie uns sinnlich machen. Ein Sudoku ist zunächst nur dazu angetan, unseren intellektuellen Ehrgeiz aufzustacheln. Aber es tut dies, im Unterschied zu sonstigen Formen der intellektuellen Betätigung, auf sehr übersichtliche Art und Weise. Wir brauchen dazu keine mühsam erworbene Vorbildung mitzubringen. Wir brauchen nur unser denkendes, unser logisches, deduktiv vorgehendes Vermögen zu betätigen. Eine einzige Regel müssen wir nur dabei berücksichtigen, die äußerst simpel ist:

Setze in jedes leere Feld eine Zahl von 1 bis 9, sodass in jeder Zeile und jeder Spalte und jedem 3 x 3-Quadrat die Zahlen 1 bis 9 nur einmal vorkommen.

Die in einem gültig aufgestellten Sudoku-Rätsel vorgegebenen Zahlen erlauben uns, alle anderen fehlenden Zahlen der 9 x 9 Felder einzeln und eindeutig zu erschließen. Den Schlüssel dazu haben wir im eigenen Denken. Wir müssen nur klar und konsequent dieses Denken betätigen.

Bei den *Einsamen Hunden* aber, den Sudoku-Rätseln der japanischen Meisterkomponisten des in Tokio ansässigen Verlags Nikoli, der den Namen «Sudoku» überhaupt kreierte, ist die bloß intellektuelle Herausforderung nicht allein befriedigend. Erst Form und Symmetrie und zuweilen eine Prise Witz machen ein wirklich befriedigendes Sudoku aus. Nur so lässt sich der Rätselfreund nicht nur im Kopf ansprechen. Er ist auch mit seinen Sinnen in der Wahrnehmung von Form, Figur, Balance, Bewegung engagiert. Eine Vielfalt von Ideen gibt sich solchermaßen in einfacher sinnlicher Gestalt der gesetzten Zahlen kund.

Der intellektuelle Reiz wird dabei nicht vernachlässigt. Die Sudoku-Rätsel sind als solche zum Lösen schwer genug, um unseren deduktiven Scharfsinn herauszufordern. Aber wir kön-

nen immer wieder an formvollendet gesetzten Zahlen den zusätzlichen Reiz erfahren: Wie mag jetzt dieses so bewusst geformte Sudoku aufgehen? Solche Sudokus ziehen uns besonders an, sie machen uns neugierig, sie näher kennenzulernen. Wir wollen sie nicht einfach lösen, enträtseln, mit der Macht des Intellektes bloßlegen. Nein, wir wollen sie auch in ihrem Erscheinungsbild, in ihrer Schönheit genießen. Nicht umsonst sollen sie sich so herausgeputzt haben. Schließlich wissen wir, der Mensch lebt nicht allein im Kopf. Als bloßes Kopfwesen wäre der Mensch tatsächlich ein «einsamer Hund»! Er hat auch einen Sinn für die schöne Gestalt, an die er sein Herz heften kann.

Im neuen, mittlerweile achten Band der *Einsamen Hunde* sind wie in dem vorangehenden 100 schwere bis extrem schwere Sudoku-Rätsel in neun Schwierigkeitsgrade von Level 2 bis Level 10 enthalten. In vielen von ihnen wird man die Lösung nur dann finden können, wenn man die Zahlenpaare herausfindet, die es ermöglichen, andere Zahlen ihren Feldern zuzuordnen, bevor schließlich die Einzelzuordnung der gepaarten Zahlen möglich wird.

Im noch viel komplexeren Leben erfahren wir es vielfach ebenso: Erst die *Paare* sorgen oft dafür, dass wir im Leben weiterkommen! Ein besonders schönes Beispiel eines solchen auf Paare angewiesenen Sudokus in diesem Band ist das Rätsel 078 mit den zwei Nullen (Schwierigkeitsgrad: Level 9). Da müssen erst viele Paare ausgemacht werden, um zur Lösung zu gelangen. – Heitere Paarbildung also wünscht Ihnen Ihr Herausgeber der *Einsamen Hunde*! ■

Der neue Band, «Einsame Hunde – extrem 2. Die schönsten Sudokus aus Japan», herausgegeben von Jean-Claude Lin, erscheint Anfang Oktober (160 Seiten, in Leinen gebunden, 9,90 Euro, ISBN 978-3-7725-2058-7)



VOM SUCHEN UND FINDEN

Leo und seine Eltern sind vom Land in die Stadt gezogen – aus einem alten, gemütlichen Haus in ein großes, modernes Mietshaus. Wie soll er sich hier bloß zu Hause fühlen? Zum Glück ist da seine neue Nachbarin Lena.

Mit ihrer Hilfe erwachen die alten Umzugskartons zum Leben, und die beiden bauen das schönste aller Häuser.

Ein wunderbar einfühlsames Bilderbuch, bestens geeignet für alle Kinder, die Schwierigkeiten damit haben, sich vor oder nach einem Umzug mit der neuen Umgebung anzufreunden.



LIBBY GLEESON (TEXT)
FREYA BLACKWOOD (ILLUSTRATIONEN)
Leo und Lena
und das schönste Haus der Welt

32 Seiten, durchgehend farbig, gebunden

14,90 Euro

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7744-7

neu im Buchhandel!

Querbeet

OKTOBER

VON ZWIEBELN, KNOLLEN UND BLEICHEN KNOSPEN

von Ralf Lilienthal

Im Oktober geraten die Dinge und Wesen in Bewegung. Am Himmel ziehen Wolken in schnell wechselnder Formation. Und Vögel – große Schwärme oder unauffällige Einzelflieger. Über den Getreidestoppeln steigen bunte Kinderdrachen auf. Anderes dagegen fällt. Reife Äpfel zum Beispiel, mit einem dumpfen, wohlvertrauten Laut, oder Blätter. Heute vom alten Kastanienbaum auf dem Marktplatz, morgen von einem gelb gewordenen Kupferhorn in unserem Garten. Unruhe erfasst auch den Gärtner. Sein Blick schweift über das letzte Aufflackern des Staudenfarbenfeuers, über die ersten Anzeichen des alljährlichen Vergehens und fällt dann auf einen Tuff Herbstzeitlosen im extensiv genutzten Mähwiesenstück. **Die Herbstzeitlose ist ein Anachronismus zu dem jetzt überall anhebenden Herbst-Trauerspiel.** Obwohl als verlässlicher Jahreszeitenbote anerkannt, tut sie doch so, als ginge sie der allgemeine Abschied vom blühenden Leben gar nichts an.

Herbstzeitlose werden zu den Zwiebeln und Knollen gezählt, und wer es nicht genauer weiß, könnte in ihr einen verspäteten Frühlingskrokus sehen. Herbstkrokusse gibt es zwar jetzt auch (Safrankrokus), die Herbstzeitlose (*Colchicum*) wird botanisch aber anders subsumiert.

Im Frühjahr, wenn sie mit Frucht und Blättern zwischen den Gräsern steht, interessiert sich kein Mensch für sie. Etwas beleidigt zieht sie sich dann wieder unter die Erde zurück. Dass sie dadurch den ersten beiden Mähgängen des Landwirts oder Hausgärtners entgeht, kommt ihr gerade recht. Dieser gelungenen kalenderzyklischen Variante schickt das Knollengewächs dann im September oder Oktober ihre bleichlilafarbenen Blütenbüschel hinterher. Die Römer haben ihr einen treffenden Namen verliehen: «*Filius ante patrem*» («Sohn vor dem Vater») hieß sie dort.



So zerbrechlich die Herbstzeitlose auch wirkt, sie ist doch alles andere als wehrlos, denn sie ist giftig! Kühe sollen nach ihrem Verzehr blutige Milch geben, dem Menschen droht Schlimmeres. Dass die Heilkundigen daraus eine Medizin gegen Rheuma und Ischias zu gewinnen vermochten, mag immerhin trösten; ihre vollkommene Duftlosigkeit allerdings nicht. Doch wer sie einmal im fahlen Dämmerlicht bei Nebel oder durch den Rauch eines Kartoffelfeuers von Ferne betrachtet hat, tröstet sich angesichts solcher Herbstmelancholie darüber hinweg. Der Gärtner pflanzt das eigenwillige Knollengewächs übrigens im Sommer, während ihrer Ruhezeit, und achtet dabei auf einen ausreichend feuchten Boden. Wer das verpasst hat, wird auch im Oktober noch die ein oder andere Sorte blühend und im Topf erhalten.

Volles Programm hingegen gibt es bei allem, was im Frühjahr des nächsten Jahres aus den Speicherorganen von Zwiebel oder Knolle erblüht. Da sind die prächtigen «Paukenschläge»: hohe Tulpen in starken Farben, Riesenlauch (*Allium*) mit tennisballgroßen, lilafarbenen Blütenkugeln oder, näher am Boden, bullige, stets vom Umknicken bedrohte Hyazinthen.

Leiser und zarter kommen die vielen Kleinen und Wilden daher. Winterlinge und Schneeglöckchen, Märzbecher, Zwiebeliris, Puschkinia, Traubenhyaazinthen und Scilla, Milchsterne und Schachbrettblumen und natürlich die Kompaktformen und wilden Arten von Tulpe, Narzisse und Krokus. Doch welche der unzähligen Arten und Sorten wir auch bevorzugen, Pflanztechnik und die Ansprüche an den Standort sind weitgehend identisch. Viele Vertreter dieser gärtnerischen Gruppe stammen aus den Steppen- oder Gebirgsregionen der Welt und finden dort ähnliche Wasserverhältnisse vor. Der Winter ist schneereich und feucht, das Frühjahr kalt und kurz, die Sommermonate sind



Fotos: Christiane Bach – www.fotografie-bach.de

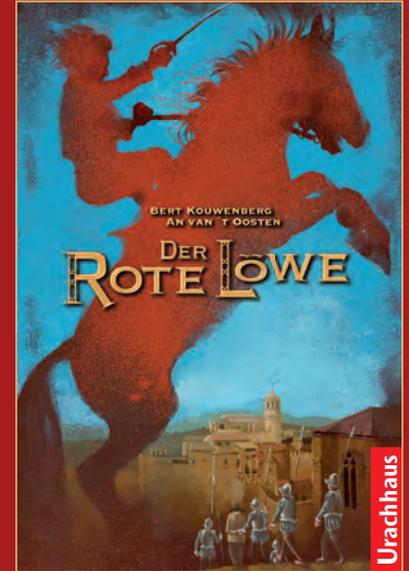
trocken. Das heißt für unsere regenreichen Sommer: Bereiten wir ihnen durch großzügige Sand- oder Lavagranulat-Gaben und einen tiefgelockerten Boden trockene Füße. Pflanzvorbereitungen? Kontrolle ist wichtig, denn eine einzelne faulige Zwiebel gefährdet den ganzen Tuff. Während die hartschaligen Knollen von Winterling oder *Anemona blanda* zwei Tage im warmen Wasserbad quellen sollten, geht es bei allen anderen gleich zur Sache. Pflanztiefe? Doppelter Durchmesser! Kompostgaben kommen immer gut, gedüngt wird aber eher mäßig oder gar nicht. Und was den stets drohenden Wühlmausfraß betrifft – hier hilft letztlich nur die mechanische Barriere eines feinmaschigen Drahtkorbs.

Übrigens, gerade unter den Zwiebelblumen gibt es eine Reihe sehr reiselustiger Gesellen: Hasenglöckchen zum Beispiel oder Elfenkrokus und Blausterne. Schneeglöckchen wandern auch, d.h. sie lassen ihre Samen ein Stück weit mitnehmen! Von Ameisen etwa. Auf dem Weg in den Bau bleibt dann gelegentlich ein Saatkörnchen auf der Strecke, keimt und bildet den Anfang einer neuen Schneeglöckchenkolonie.*

Wer im Mai oder Juni Chicoree ausgesät hat, bei dem steht jetzt das spannende Geschäft des «Bleichens» auf der Tagesordnung. Vorsichtig, am besten mit einer Grabgabel, heben wir die langen Wurzeln verletzungsfrei aus dem Boden und schneiden die frischgrünen Blätter auf ca. 2 cm zurück. Dann nimmt man ein etwas tieferes Gefäß, füllt es mit einem Sand-Erde-Gemisch, steckt die Wurzeln ein, wässert und stellt das Ganze für mindestens drei Wochen an einen dunklen, mäßig kühlen Ort (10 – 15° C). Dann kann geerntet werden. Durch den Bleichvorgang wird das gallenbittere Gewächs gezähmt und gibt dann herb-fruchtigen Salaten eine unverwechselbare Note. Eine letzte Oktobersorge sollte den Nistkästen gelten. Die sind jetzt endgültig verwaist und verlangen, bevor sie von dem einen oder anderen Sänger als Winterunterschlupf aufgesucht werden, nach Wasserstrahl, Seifenlauge und Bürste. Auch für neue Kästen ist jetzt höchste Zeit.** ■

* Schneeglöckchenzwiebeln stellen unsere Geduld vor eine große Herausforderung. Sie vermehren sich nur sehr allmählich, und auf das typische Bild einer aus Dutzenden Einzelpflanzen bestehenden Kolonie wartet man oft Jahre. Die einfachste Methode: in der Blüte oder direkt danach einzelne Tuffs aus einem dichten Pflanzenteppich abstecken und am neuen Ort einpflanzen.

** Vor Auswahl und Kauf der Nisthilfen bitte durch lokale oder überregionale Naturschutzorganisationen gut beraten lassen.



www.urachhaus.com

Bert Kouwenberg | An van 't Oosten
Der Rote Löwe

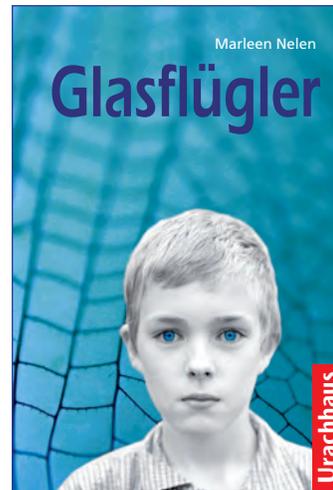
Aus d. Niederländischen v. Marianne Holberg
Mit Illustrationen von Mark Janssen
333 Seiten, gebunden
€ 15,90 (D) | ab 11 Jahren
ISBN 978-3-8251-7731-7
jetzt neu im Buchhandel!

Wer lüftet das Geheimnis des «Roten Löwen»?

Vor Entsetzen wagen Rafael und Pablo kaum zu atmen. Der Gerichtsdienner hat gerade einen Steckbrief an die Tür genagelt. Ihr Freund Mateo wird von der Inquisition gesucht!

Rafael und Pablo sind verzweifelt. Der «Rote Löwe» ist der Einzige, der ihnen helfen kann. Unzählige Menschen hat der Freiheitskämpfer schon aus den Fängen der Inquisition gerettet, die ganz Spanien in Angst und Schrecken versetzt und alle, die sich nicht den Mund verbieten lassen, in Lebensgefahr bringt. Doch wo sollen sie den «Roten Löwen» suchen?

Für Rafael und Pablo beginnt eine gefährliche Reise, die den Leser quer durch die Wirren Spaniens im späten 16. Jahrhundert und durch seine berühmten mittelalterlichen Städte führt.



MARLEEN NELEN
Glasflügler

Aus dem Niederländischen
von Thomas A. Ostheim

256 Seiten, gebunden
14,90 EURO

Verlag Urachhaus
ISBN 978-3-8251-7738-6
(ab 12 Jahren)

GLASFLÜGLER

gelesen von Simone Lambert

Die Welt der Insekten ist der Ort seines inneren Exils: Der vierzehnjährige Nour setzt sich bewusst ins Abseits, als seine Mutter Tille ihn und Len, seinen Vater, verlässt. Len ist ein hochbegabter Violinist – und es ist sein neuer Agent, mit dem Tille sich nach Amerika absetzt. Nour schwänzt die Schule und fängt währenddessen Käfer, Larven und Schmetterlinge. Weil auch Len in Trennungsschmerz versunken ist, fällt dem das Verhalten seines Sohnes lange nicht auf. Bis es fast zu spät ist für eine Versetzung. Ein Umzug soll die Situation wieder regulieren, bringt aber eigene Probleme mit sich. In dem sozial schwierigen Umfeld einer Hochhaussiedlung wird Nour von Anko, einem Mitschüler, verbal und körperlich attackiert. Als ein Einbrecher Nours Vitrinenschrank und damit seine Insektensammlung komplett zerstört, bricht die Wut aus Nour heraus ...

Nour weiß, dass seine Entscheidung, sich aus der Schule und aus sozialen Bezügen zurückzuziehen, nicht nur Schulprobleme verursacht, sondern ihn auch seelisch gefährdet. Seine unbedingte Konsequenz bezeugt die Kraft seines Widerstands, aus dem er allein nicht wieder herausfindet. Marleen Nelen weiß sehr genau jene widersprüchlichen Verhaltensweisen zu benennen, die Nour unerreichbar werden lassen, ohne dass sein Wunsch nach Anteilnahme und Verständnis für den Schmerz der Verlassenheit abreißt. Erst Ankos Zerstörungswut unterbricht gewaltsam Nours Zugang zu seiner wissenschaftlichen Fluchtwelt, die er mit niemandem teilen muss. Doch es gibt für Nour bereits einen guten Grund, aus seiner Isolation herauszuspähen: die temperamentvolle, intelligente Jutta, die ihren eigenen Kopf hat. Ihre gemeinsame Insektensuche im Garten ihrer Eltern ist die Beschreibung einer Annäherung, die durch spielerische Freiheit und Charme besticht.

Dies ist keine Problemliteratur. Der Schwerpunkt dieser Erzählung liegt auf den sensiblen, präzisen und auch humorvollen Beobachtungen des Heranwachsenden. Die Zeit scheint stillzustehen, wenn sich Nour geduldig und mit scharfem Blick auf seinen stummen Gegenstand einlässt und die Schönheit und Perfektion der filigranen Lebewesen bewundert, bevor er sie präpariert. Die junge belgische Autorin und Fotografin Marleen Nelen schaut mit Nüchternheit und Sinn für Feinheiten auf drei Menschen, die ihrem Leben eine neue Richtung geben. Viele Details und Nuancen fügt sie dabei zu exakten Zustandsbeschreibungen, bevor sich aus ihnen Handlung entwickelt – und sie versteht es, die aufgerufenen Bilder auch sprachlich zu verdichten.

Es gibt kein *happy end* in diesem Buch. Die Hoffnung, mit der der Leser dieses Buch beschließt, liegt nicht in einer Aufhebung der Trennung, sondern darin, dass es weitergeht. Für Len, für Tille und auch für Nour.

Marleen Nelens erster ins Deutsche übertragener Roman *Expedition ins Ungewisse* war eine Abenteuergeschichte, die die erste Weltumsegelung aus der Perspektive eines verwaisten, leib-eigenen Schiffsjungen erzählte. Ständige Schauplatzwechsel und existenzielle Bedrohungen legten das Schwergewicht auf die Ereignisebene. *Glasflügler* dagegen, ihr zweites übersetztes Buch, ist weit mehr introspektiv und poetisch – aber mindestens ebenso spannend zu lesen. ■

Simone Lambert lebt bei Hamburg, hat am Institut für Jugendbuchforschung der Goethe-Universität Frankfurt Germanistik studiert, war Buchhändlerin in der Amselhof Buchhandlung Alt Niederursel bei Frankfurt am Main und ist als Rezensentin von Kinder- und Jugendliteratur für verschiedene Zeitungen und Zeitschriften tätig.

Hallo Kinder!

Schön früh hat der Herbst dieses Jahr seine Vorboten geschickt und mit Wind, Regen und auch Kälte ziemlich plötzlich den Sommer beendet. Und doch, wenn jetzt die Sonne vom Himmel lacht und alles in ein warmes, mildes Licht taucht, dann leuchten noch einmal die Farben mächtig auf im Garten, und die Natur schenkt ihre letzten Erntegaben, bevor sie sich zurückzieht. Kein Wunder, dass man vom goldenen Oktober spricht und dass man in dieser Zeit das Erntedankfest feiert. Felder, Beete und Bäume sind abgeerntet und die Vorratskeller gut gefüllt: Säfte, Marmeladen, Kompott, süß-sauer eingelegtes Gemüse, getrocknete Kräuter und nicht zuletzt auch gedörrtes (getrocknetes) Obst. Da kann dann der Winter kommen, wenn man so gut vorgesorgt hat.

Euch wünsche ich aber erst mal noch goldene Herbsttage **SUSANNE**

Es ist ein schöner Brauch, zum Erntedankfest Brot zu backen. Ich habe für euch ein Rezept für ein besonderes Brot rausgesucht, nämlich ein Früchtebrot – oder, wie man im Schwäbischen sagt, «Hutzelbrot». Hutzeln nennt man hier die getrockneten Birnen. Allerdings sind im schwäbischen Hutzelbrot noch viele andere gute Sachen drin, und zwar:

125 g getrocknete Aprikosen / 250 g getrocknete Birnen / 250 g getrocknete Feigen / 250 g getrocknete Pflaumen (ohne Stein!) oder Äpfel / 125 g Korinthen / 250 g Rosinen / 250 g Zucker / 225 ml Wasser / 1 Päckchen Hefe / 250 g Mehl / 1 TL gem. Anis / 1 TL Zimtpulver / 1 Spur gem. Nelken / 1 Spur gem. Kardamom / 1 Spur gem. Ingwer / 250 g gehackte Haselnüsse oder Walnüsse / Fett fürs Backblech

Und so wird's gemacht:

Das getrocknete Obst in kleine Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. Die Korinthen und die Rosinen dazugeben. Die Früchte mit dem warmen Zuckerwasser einweichen und 24 Stunden ziehen lassen. Am nächsten Tag die Früchte mit der Flüssigkeit in einen Kochtopf umfüllen. Etwas Wasser dazu. Alles erhitzen und etwa 5 Minuten kochen lassen. Die Früchte in ein Sieb abgießen, die Flüssigkeit auffangen. Die Flüssigkeit nochmals erhitzen. Davon eine Tasse wegnehmen, etwas abkühlen lassen und die Hefe darin auflösen. Das Mehl mit dem Anis-, dem Zimt-, dem Nelken-, dem Kardamom- und dem Ingwerpulver mischen und auf eine Arbeitsfläche sieben. In der Mitte eine Mulde drücken, die aufgelöste Hefe hineingießen. Alles mit etwas Kochbrühe zu einem

festen Hefeteig verkneten. Den Teig zugedeckt etwa 30 Minuten gehen lassen. Die Nüsse und die Früchte nach und nach unter den Teig kneten. Den Backofen auf 200° C vorheizen und das Backblech einfetten. Nun das Ganze ca. 50 Minuten backen. Das Hutzelbrot nach dem Auskühlen gut einpacken und noch einige Tage liegen lassen, dann kann es noch etwas durchziehen und schmeckt noch besser! (Eignet sich hübsch verpackt übrigens wunderbar als Mitbringsel oder Geschenk, auch zu Weihnachten.)

So lautet mein neues Rätsel:

*Versonnen stapf ich durch den Wald,
Die Dämmerung naht, es wird schon kalt.
Das Herbstlaub raschelt unterm Fuß,
Die Sonne schickt den letzten Gruß:
Goldene Strahlen durch Zweige und Äste –
Doch halt, sind hier noch andere Gäste ...?
Am Waldesboden zwischen Wurzelwerk
Sitzt hingekauert ein kleiner ...*

Schickt die Lösung bis zum 21. Oktober 2010 an:

**a tempo Susanne,
Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart**

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir zehnmal das Bilderbuch *Schabernack im Wichtelwald* von Elsa Beskow.

Der Deich war natürlich die Lösung unseres Augusträtsels, das haben die meisten von euch auch gewusst – und unter denen hat die Glücksfee diesmal folgende **Gewinnerinnen** und **Gewinner** gezogen: • **Jonas Schuhmann** aus Laatzen • **Maja Viehl** aus Trierweiler • **Janka Kroll** aus Sarchem, Hitzacker • **Emilio Vukusic** aus Ludwigsburg • **Maja de Amicis** aus Ludwigsburg • **Uta-Marei Martz** aus Welschingen • **Alina Hartmann** aus Gauting • **Susanne Roth** aus Frankfurt • **Ciara Lange** aus Icking • **Arne Frödes** aus Dietersheim



DAS a tempo PREISRÄTSEL

Der in diesem Monat vorgestellte Erfindergeist veränderte unseren Alltag, als er am 4. Juni 1937 in einem der in der Großen Depression beinahe bankrott gegangenen *Humpty Dumpty*-Märkten in Oklahoma City eine gleichermaßen einfache wie praktische, nicht zuletzt jedoch vor allem Gewinn bringende Neuheit einführte und mit großem Werbeinsatz vorstellte. Der am 15. November 1898 geborene untriebige Kaufmann Sylvan Nathan Goldman hatte seine meist weibliche Käuferschaft und deren Kauflust ausgiebig beobachtet und für «minder optimal» befunden. Daher veränderte er gemeinsam mit seinem Angestellten Fred Young einen einfachen Klappstuhl auf jene besondere und findige Art, welche die Kassen der sich neu etablierenden Supermärkte – auch hier war Goldman Vorreiter – üppiger klingeln ließen. Allerdings musste die Kundschaft erst durch «Scheineinkäufer» animiert werden, da man dem Nutzen der Erfindung zunächst misstraute. 1940 meldete Goldman, der sich wegen des rasch einsetzenden Erfolgs seiner Erfindung nun vor allem auf die Vermarktung derselben verlagert hatte, diese als Patent an – bereits acht Jahre später fanden sich die ersten Exemplare auch in Deutschland und sind mittlerweile nach der Deutschen liebstem Kind, dem Auto, die zweithäufigsten «Vehikel». Goldman selbst, am 27. November 1984 verstorben, machte seine Erfindung zum hundertfachen Millionär und sie steht sinnbildlich für das, was im US-amerikanischen Handel mit «Giant Economy Size» umschrieben wird. Um kleinere Freuden geht es beim Gewinn unseres Preisrätsels. Die Lösung, Goldmans Erfindung, lässt sich aus den hervorgehobenen Buchstaben durch Sortieren bilden und mit etwas Glück kann dann eines der zehn verlostten Bücher *Auf hellen Wegen* von Erika Beltle gewonnen werden. ■ (mak)

1 Als was ist der Mensch nicht denkbar?

__ __ __ __ __

2 Was bedeutet Orang und Hutun?

__ __ __ __ und __ __

3 Wie wird der eigentliche Zyklus der Sonne genannt?

__ __ __ __ __ __

Lösungswort:

Das Lösungswort einsenden an: *a tempo* Preisrätsel · Landhausstr. 82 · 70190 Stuttgart oder an: raetsel@a-tempo.de
Einsendeschluss ist der 21. Oktober 2010 (Datum des Poststempels), der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Das Lösungswort der September-Ausgabe lautet PFLASTER. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

数独

DAS a tempo SUDOKU

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

SQUARE MAGIC 065 «Denn was innen, das ist außen ...»

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

JC's classical hand-crafted sudoku. Urdruck a tempo 10 | 2010

SQUARE MAGIC 064 Lösung

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

Will you still need me ...

Für alle Sudoku-Liebhaberinnen und -Liebhaber:
www.einsamehunde.de



DER TAMBOURSG'SELL

2010 – zum 150. Mal jährt sich Gustav Mahlers Geburtstag. Dies ist Anlass für die Musikindustrie, vor allem Archivschatze preiswert anzubieten. Daneben entstehen neue spannende Zyklen (David Zinman mit dem Tonhalle-Orchester Zürich / RCA) und werden besondere Einzelaufnahmen veröffentlicht (Roger Norrington mit dem RSO Stuttgart / Hänssler). – **So viel Mahler auf Tonträgern gab es nie!**

Bei Deutsche Grammophon sind zwei bedeutende Mahler-Zyklen zum Liebhaberpreis erschienen: Interpretationen unter Leonard Bernstein mit den traditionellen Mahler-Orchestern in Amsterdam, New York und Wien sowie Interpretationen unter Giuseppe Sinopoli mit dem Philharmonia Orchestra London. Entstanden sind die Aufnahmen vorwiegend in den achtziger und neunziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts.

Bernsteins Interpretationen sind emotional und sehr persönlich, dabei überaus klangprächtig. Sein intuitives Verständnis führt zu einer äußerst intensiven und unmittelbaren Darstellung. Auf ein Kuriosum in Bernsteins Mahler-Zyklus sei hingewiesen: Im letzten Satz der 4. Symphonie lässt Bernstein den Gesangspart von einem Knaben-Sopran singen. Damit erhält dieser Satz eine Fragilität, die in der üblichen Besetzung mit Frauenstimme nicht zu erreichen ist. Bernsteins Entscheidung überzeugt im Hinblick auf den unschuldigen, kindlich-naiven Text des Wunderhorn-Lieds, das Mahler diesem Satz zugrunde legte.

Wer sich vertiefend mit Bernsteins Mahler-Bild befassen möchte, dem sei eine Dokumentation empfohlen, die 1985 von der BBC produziert wurde: *The little Drummer Boy* – ein filmischer Essay. Anhand musikalischer Beispiele stellt Bernstein in 85 Minuten seine Auffassung über den Komponisten und Menschen Mahler dar. Zentral ist für Bernstein Mahlers «Jiddischkeit», wofür er so über-

zeugende wie streitbare Argumente hat. Bernstein verdeutlicht in seinem filmischen Essay, welchen Einfluss das Judentum auf Mahlers Werk hat. Für die englischsprachige DVD sind deutsche Untertitel in guter Übersetzung einblendbar.

Der Mahler-Zyklus Giuseppe Sinopoli mit dem Philharmonia Orchestra London steht in deutlichem Kontrast zu Bernstein. Die Interpretationen sind weniger emotional denn analytisch, was mit einer außergewöhnlichen Transparenz des Orchestersatzes einhergeht, der deutlich weiter aufgefächert erscheint als bei Bernstein. Bei Sinopoli ist ein wunderbar detailreiches Panorama zu erleben, bei dem die Klang- und Farbwelt der Mahlerschen Symphonik mit außergewöhnlicher Leuchtkraft herausgearbeitet ist. Deutlich stellt Sinopoli einen Brückenschlag zur Zweiten Wiener Schule her, die stark durch Mahler beeinflusst ist, indem er das Brüchige, Disparate und Dissonante nicht «überspielt».

Der Sinopoli-Edition sind erfreulicherweise noch Mahlers Orchesterlieder und *Das Lied von der Erde* (mit der Staatskapelle Dresden) beigegeben. Besonders eindrucksvoll sind die Lied-Interpretationen mit Bernd Weikl als Solist.

Ob man nun Bernsteins biografisch motivierten Ansatz schätzt oder den Sinopoli, dessen Verständnis mehr werkimmanent intendiert ist und die Zweite Wiener Schule mit Schönberg, Berg und Webern im Blick hat, beide Gesamteinspielungen sind zu empfehlen. ■

Die Mahler-Box mit Bernstein in der Collectors Edition (11 CDs) ist ab 28 Euro zu haben, die mit Sinopoli in der Serie Eloquence (12 CDs) ab 20 Euro. Die DVD ist ab 16 Euro erhältlich. Erschienen bei Deutsche Grammophon. Und wer etwas zum Leben Mahlers lesen möchte, der kann dies ab dem 11. Oktober im Buch von Frank Berger, «Gustav Mahler – Vision und Mythos», tun (312 Seiten, mit zahlreichen Schwarzweißfotos und Notenbeispielen, Leinen mit Schutzumschlag, 24,90 Euro, ISBN 978-3-7725-2378-6).



Gustav Mahler. Radierung von Emil Orlik, 1903. © picture-alliance

von Thomas Neuerer



Richard Scrimger

Flussfahrt in die Nacht

Aus dem Englischen von Michael Stehle
317 Seiten, gebunden
€ 14,90 (D) | ab 11 Jahren
ISBN 978-3-8251-7692-1

Endlich Ferien! Um der Langeweile zu entfliehen, beschließen die Freunde Jules, Chris und Carl, ein Floß zu bauen und damit den Fluss hinunterzufahren. Sie starten in eine Odyssee voller Überraschungen, werden von einer Bande bedroht und bringen eine Poolparty ordentlich durcheinander. Als Carl entführt wird, beginnt eine fieberhafte Verfolgungsjagd mit Hindernissen – und Jules muss sich immer wieder um Kopf und Kragen reden, um Chris und sich aus brenzligen Situationen zu retten.

«Der Geist Huckleberry Finns schwebt über allem, was sie an diesem einen Tag erleben – dem letzten ihrer Kindheit. Richard Scrimger beweist sein großartiges Gespür für die Träume und Ängste der Jugendlichen. Richard Scrimger ist Kolumnist, Autor von Sachbüchern, Romanen und – besonders erfolgreich – Kinderbüchern. In allen Genres beherrscht er die Kunst, ernste Themen mit mitreißendem Humor zu verbinden.»

CanLitNews

Kleinanzeigen

Erste Biobäckerei in Lima/Peru, mit erfahrenerm deutschen Bäckermeister **sucht dringend Bäcker Gesellen**, motiviert und mit Lust auf Neues. E-Mail: los7enanos@gmx.ch

Akut ins Krankenhaus?
www.integrativmedizin-hamburg.de

www.Seewalde.de – Urlaub an Wald & See

Ferienhaus an der Ostsee – idyll. Holzhaus für 4–6 Pers., behindertenger., Lehmofen, Garten. Tel. 04 31/52 15 61; www.ferienhausostsee.eu

Dresden im Herbst und im Asdvent: schöne 3Zi-FeWo, 2–5 Pers., ab 40,- €/N, Citynähe, Tel. 0 61 51/5 11 16

Gästezimmer: www.bel-etage-berlin.de

Allergikerfreundliche Naturfarben in Profiqualität
www.biofarben.de

Ich will Licht sein: www.gnosis.de

www.creativ-in-skulptur-plastik.eu Bildhauer-
ausbildung, Steinhaukurse, Indivi. Arbeits-
angebot, Kinderkurse, Tel. 0 70 52/92 01 68

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

Sich finden – im Suchen! Künstlerische
Zeiten: Tage, Wochen, Monate, Jahre ...
www.freieschule.com

Ökodorf, 07764/933999, www.gemeinschaften.de

Novembertagung der Freien Ausbildung zur biologisch-dynamischen Landwirtschaft: 5. bis 7.11. Kassel, 25 Euro Teiln.beitrag. Wir suchen Teilnehmer und Spender: BLZ 24050110, KN 3005626; Kontakt: 01 70/4 52 81 88, www.novembertagung.de

Praktikum für Schüler/innen ab 16 in GB, IRL, F, individuelle Vermittlung, freie Zeitwahl, Tel. 0 54 06/89 91 17, www.horizoninternational.de

Neue Berufe für neue Zeiten. T. 0 57 33/96 24 10

Erziehungskompetenz stärken – Elternberater/in Frühe Kindheit. Beginn der nächsten Weiterbildung des IPSUM-Instituts-München am 15/16. Oktober 2010. Schwerpunkte: «Der individuelle Weg des Kindes ins Leben / Pflege, die Babys ruhig und zufrieden macht.» Auch einzeln buchbar. Näheres: Tel. 0 89/92 72 96 76; www.ipsum-institut.de

Kunsttherapieausbildung in Thüringen – 2 Jahre berufsbegleitend, Infos: Tel. 0 36 06/50 78 42

Arbeiten – Leben – Zukunft auf dem Lande: Eine gut eingeführte Internatsherberge in Niedersachsen wird aus Altersgründen zum Kauf angeboten. Existenziell gesichert und vor allem mit eigenen Ideen erweiterungsfähig. Zuschriften und Anfragen an: bakalesa@web.de oder an: Redaktion a tempo, Landhausstr. 82, 70190 Stuttgart (Betreff: Zukunft auf dem Lande)

verLOCKEND, edle Pelzschaf Manufaktur auf Gotland. Handgestricktes und Handgefertigtes für Groß und Klein. Info und Fellprobe unter www.verlockend.eu oder 05844-976393

ANTHROPOSOPHISCHES GRUNDLAGENJAHR BERLIN 2011

in 7 Modulen von

März bis Oktober 2011 **Anthroposophie**

erkennen

erleben

erfahren

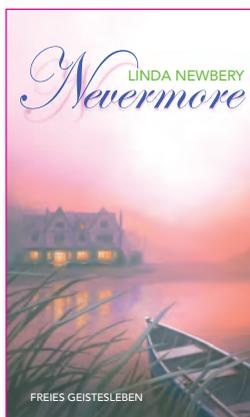
Kontakt

Kaspar Hauser Forum Berlin | Sonja Zausch

Rolandstraße 18–19 | 13156 Berlin-Pankow

www.agljahr.de

T 030 474693 03 F 030 474693 04 E info@khf-berlin.de



Was ist das Geheimnis des düsteren englischen Herrenhauses Roven Mere? Warum werden seine Besitzer Lord Rupert Evershall, seine Frau und seine Tochter Greta von Woche zu Woche zurückerwartet und treffen doch nie ein? Nur einer kann es wissen: Finnigan, der seltsame Verwalter.

«Ein romantisches Mädchenbuch zum Wünschen und Träumen.»
AG Jugendliteratur u. Medien der GEW

Linda Newbery: **Nevermore**. Aus dem Englischen von Eva Riekert.
245 Seiten, gebunden mit SU | €15,90 (D) | ab 12 Jahren
ISBN 978-3-7725-2294-9 | www.geistesleben.com

Zeit Signale

**Zukunft wollen
Aufbruch wagen
ZeitKongress**
Vorträge, Podium, Workshops

Freitag 12. 11. 2010 18.30 - 21.30 Uhr
Samstag 13. 11. 2010 9.00 - 18.30 Uhr
Universität Stuttgart-Vaihingen

mit

Birgitt Bender, (Bündnis 90/Die Grünen) - **Dr. med., Dr. rer. soc., a. Prof. Stefan Brunnhuber**, (Europ. Inst. für Medizin, Salzburg) - **Prof. Dr. Roland Geitmann**, („Mehr Demokratie“) - **Dr. med. Michaela Glöckler**, (Med. Sektion Goetheanum / Schweiz) - **Renate Hartwig**, („Patient informiert sich“) - **Inger Hermann**, (Referentin Hospiz) **Prof. Dr. Margrit Kennedy**, (MonNetA) - **Henning Köhler** (Janusz-Korzak-Institut) - **Dr. med. Stefan Schmidt-Troschke**, („Ärzte für Individuelle Impfscheidung e.V.“) **Judith Storf**, (Patientenvertreterin im „Gem. Bundesausschuss“) - **Urban Vogel**, (Samarita Solidargemeinschaft e.V.) - **Prof. Götz W. Werner**, („Unternimm die Zukunft“) - **Dr. Johannes Würz**, (Forschungsinstitut d. Naturwiss. Sektion Goetheanum / Schweiz)

Information und Anmeldung:
www.gesundheitaktiv-heilkunst.de
gesundheit aktiv . anthroposophische heilkunst e. v.
Tel.: 070 52 - 93 01-0

Aktuelle Informationen zu Veranstaltungen, Aktionen, Büchern und Broschüren finden Sie unter
www.gesundheitaktiv-heilkunst.de

Wenn Sie inserieren möchten, wenden Sie sich an unseren Anzeigenservice unter:
Tel. 07 11/50 87 40 33 / Fax 0711/50 87 40 34
oder: ifeuss@anzeigenservice.info
(Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!)
Unsere Mediadata finden Sie auch unter:
www.a-tempo.de

Wir sind eine moderne weltoffene Gemeinschaft von rund 250 Menschen mit oder ohne Behinderung, die ihre Wurzeln in der gelebten Antroposophie findet.

**AUSBILDUNG
HEILERZIEHUNGSPFLEGER/IN**
STAATLICH ANERKANNT

- LEBEN** Leben Sie in Großfamilien, Arbeiten mit in der Landwirtschaft, den Werkstätten oder Haushalten.
- ARBEITEN**
- LERNEN** Lernen Sie den Aufgaben der Gegenwart und Zukunft zu begegnen.
- HEILEN** Voraussetzung ist ein mittlerer Bildungsabschluss und ein Vorpraktikum von 12 Monaten.
- ERZIEHEN**
- PFLEGEN**

Bewerbung bitte an:
Dorfgemeinschaft Tennental
Diana Dürr & Michael Dackweiler
Ita-Wegman-Str. 7
75392 Deckenpfronn
Fon 07056 926-0
info@tennental.de

„Ich mache die Ausbildung im Tennental, weil mir nirgendwo sonst so viele außergewöhnliche Menschen begegnet sind.“
Marlies Towers, Seminaristin

www.tennental.de

Das Therapie- Kultur- und Urlaubszentrum auf der sonnigen Vulkaninsel LANZAROTE
www.centro-lanzarote.de
Tel: 0034 928 5128-42 • Fax: -44 • info@centro-terapia.com

ab 295 € für eine Woche
Eridanos
Zentrum für Salutogenese auf Teneriffa
Ferien und Kuren in biographischen Krisen, bei Burnout, Depression, Traumafolgen
Prävention und Therapie bei chronischen Erkrankungen
Regenerieren - Meditieren - Neue Impulse schöpfen
(0034) 922 50 62 96 www.eridanos.org

Beste Rohmaterialien, Gerätschaften und Zubehör für Hobby, Schulen, Kirchen und Werkstätten:
EXAGON
Industriepark 202, 78244 Gottmadingen
Tel. 07731/97 70 07, Fax 07731/97 70 09
E-Mail: exagon@t-online.de
Internet-Shop: www.exagon.ch

SEKEM
besuchen und sich begeistern lassen!
neu!
Kairo & Alexandria & Siwa & MersaMatruh & SEKEM
SEKEMpur • SEKEMpur & Dahabeya •
SEKEM & Luxor • SEKEM & Wüste •
SEKEM & DesertLodge • SEKEM & RotesMeer in
Sahl Hasheesh **** El Gouna ***** Safaga ****
und in Hurghada im Gästehaus des Deutschen Honorarkonsuls

Kairo&Wüste&Luxor&SEKEM mit Dr. Jana Loose*
*Ägyptologin und Vorstand der AG der Niederlande
plus begleitet durch erfahrenen Reise-/Expeditionsarzt

SEKEMplus individuelle Termine und Ziele Programm 2010/11

Oktober 10. und 17. und 31.
November 6.* / 7. und Dezember 19. / 26.
2. Januar und 20. Februar
17./24. April und 1. Mai
Anmeldeschluss in der Regel 4 Wochen vorher!

SEKEM-Reisen
Tel 0 75 56/93 17 77; Fax 0 75 56/93 13 85
info@sekem-reisen.de - www.sekem-reisen.de

DIE NÄCHSTE AUSGABE NOVEMBER 2010 ERSCHEINT AM 21. OKTOBER 2010

sprechstunde

DIE SCHLEHE – TODESSYMBOL UND VERMITTLER VON AUFERSTEHUNGSKRÄFTEN

augenblicke

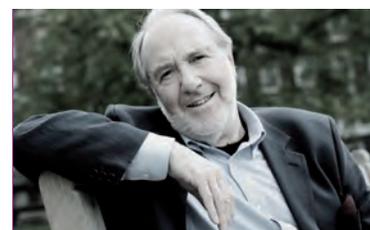
«KRIMINELLES MÜNCHEN»

im gespräch

ANTHONY READ – DER VATER VON SHERLOCK HOLMES' GEHEIMEN HELFERN

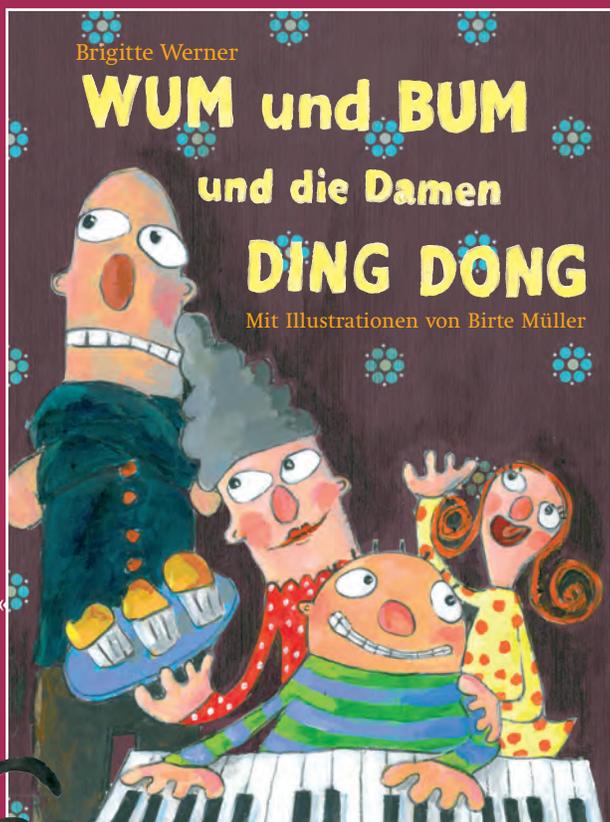
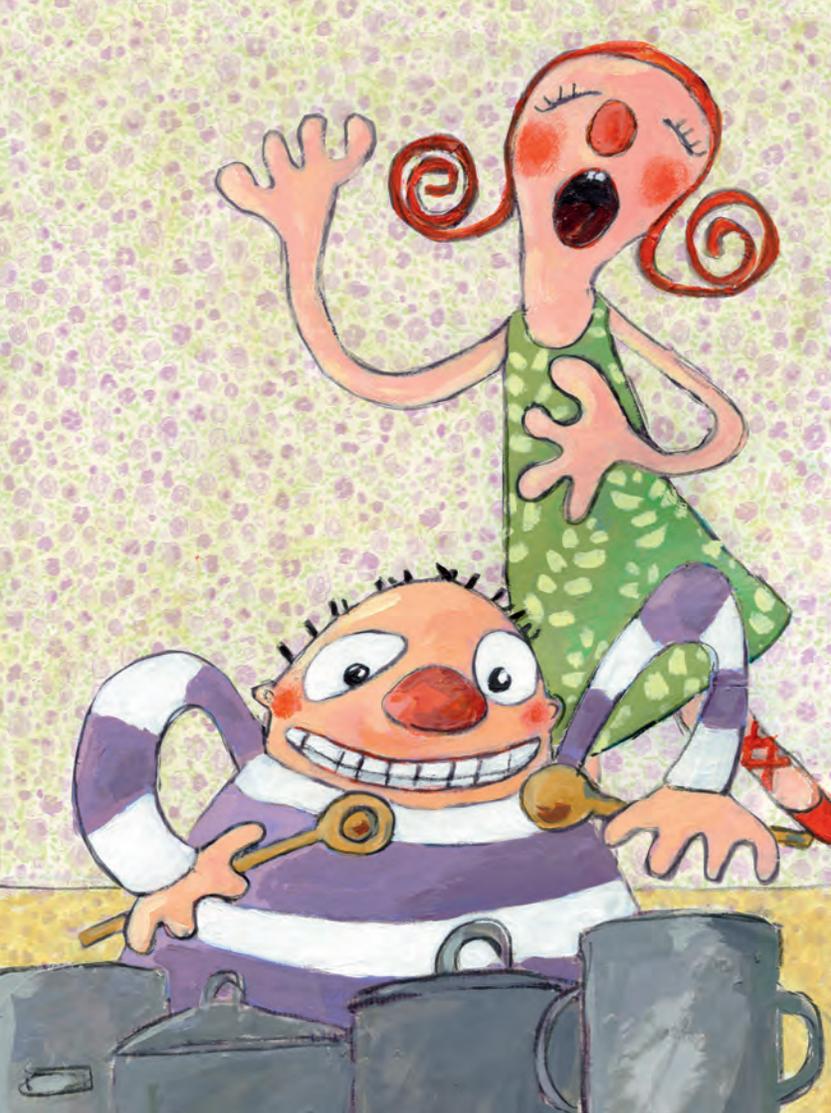


Schon als sechsjähriger Junge wusste Anthony Read, dass er Schriftsteller werden möchte – nein, dass er Schriftsteller wird! Er hat schließlich an der Central School of Speech and Drama studiert und war bereits mit achtzehn Jahren Theaterdirektor. Autor wurde er tatsächlich auch und erfreut nicht nur die kleinen Krimifans mit seinen Abenteuern der *Baker Street Boys* rund um die jugendlichen Helfer von Sherlock Holmes.



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

Aachen: Schmetz Junior | **Ahrensburg:** Stojan | **Alsfeld:** Buch 2000 | **Ansbach:** Fr. Seybold's | **Asperg:** Lesezeichen | **Bad Aibling:** Lesezeichen | **Bad Hersfeld:** Hoehlsche Weinstraße und Klausstraße | **Bad König:** Paperback Literaturbuchhandlung | **Bad Nauheim:** Lädchen am Goldstein | **Bad Nenndorf:** Nenndorfer Buchhandlung | **Bad Orb:** Spessart Buchhandlung | **Bad Schwalbach:** Lichtblick – Bücherkiste | **Bad Wildungen:** Buchhandlung Bing | **Balingen:** Neue Buchhandlung | b2 Biomarkt | **Berlin:** Bücherkabinett | Braun & Hassenpflug | Kaesebiere Hofbuchhandlung | **Betzdorf:** Sarrazin | **Bexbach:** buchkultur – Schwartz | **Bielefeld:** Buchtipp | Lebensbaum | **Bietigheim:** Buchhandlung Exlibris | Pinocchio | **Blankenheim:** Bücherecke | **Blaubeuren:** Buchhandlung Holm | **Blekedede:** Hohmann | **Bochum:** Bücherstube Lesezeichen | **Bonn:** Buchhandlung am Paulusplatz | **Böhl-Iggelheim:** Buchhandlung Böhler Bücherwurm | **Braunschweig:** Graff | **Bremen:** Morgenstern Buchhandlung | **Bruchsal:** Buchhandlung am Kübelmarkt | **Brühl:** Bücherinsel Brühl | **Bühl/Baden:** Papillon | **Butzbach:** Hess Natur | **Buxtehude:** Schwarz auf Weiß | **Celle:** Sternkopf & Hübel | **Chemnitz:** Buchhandlung Schulz | **Darmstadt:** Bessunger Buchladen | Lesezeichen | Schirmer | tegut ... (Weiterstadt) | **Diepholz:** Buchhandlung Schöttler | **Dillenburg:** Buchhandlung Rübezahl OHG | **Dortmund:** Niehörster | **Dreieich:** Sprendlinger Bücherstube | **Dresden:** Buchhandlung & Antiquariat Reimers | **Duisburg:** Roskothlen | **Düsseldorf:** Buchhandlung am Wehrhan | Regenbogenbuchhandlung | **Echzell:** Allerleirauh Buchhandlung | Buch und Spiel | **Eckernförde:** Spielkiste | **Emden:** Lesezeichen | **Engstingen:** Libro | **Erlangen:** Kornblume | **Eschwege:** Buchhandlung Braun | **Essen:** Alex liest Agatha | Kinderkram v. Brinkmann | **Fellbach:** Rampp | **Filderstadt:** Spielzeug und Bücher | Filderklinik | Oesterlin | **Finntrop:** Bh. Am Rathaus | **Finning:** Finninger Buchhandlung | **Flensburg:** Regenbogen | **Forchheim:** 's blaue Stäffala | **Frankenberg:** Buchhandlung I. Jakobi | **Frankfurt/M.:** Amselhof | Hillebrecht | Naturkost Eschersheim | **Freiburg:** Buch- und Medienservice Burkhart | **Freudenstadt:** Buchhandlung Leseinsel | **Fulda:** Paul + Paulinchen | Rathaus Buchhandlung | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gelnhausen:** Schatzkiste | **Geldern:** Buchhandlung Keuck GmbH | Der Bücherkoffer | **Gera:** Fr. Brendel's Buchhandlung | Kanitz'sche Buchhandlung GmbH | **Gladbeck:** Humboldt | **Göttingen:** Hertel | **Großostheim:** Büchertreff | **Grünstadt:** Garamond Buchhandlung | **Haan:** Grütener Buchhandlung | **Hamburg:** Buchhandlung Nautilus (Altona) | Buchhandlung Christiansen | Ida von Behr | Hier + Jetzt | Kibula | Nautilus Buchhandlung | Rudolf Steiner Buchhandlung | Weiland Mercado (Altona) | **Hannover:** Bücherstube Bothfeld | Morgenstern Buchhandlung | Tao | **Heidelberg:** Eichendorff-Buchhandlung | Lichtblick | Wieblingen Buchladen | **Heidenheim:** Buchhandlung Konold | Buchhandlung Masur | **Heilbronn:** Naturata | Kinderparadies | **Heilsbrunn:** Buchhandlung am Turm | **Henstedt-Ulzburg:** Buchhandlung Rahmer | **Herdecke:** Herdecker Bücherstube | **Herdwangen:** Drei Meilenstiefel | **Herford:** Provinzbuchladen | **Hermsdorf:** Buchhandlung Hofmann | **Herrenberg:** Buchhandlung Schäufele | **Hof:** Die kleine Buchgalerie (im Altstadt-Hof) | Kleinschmidt | **Hofheim:** Buchhandlung am alten Rathaus | Die Bücherkiste | **Horneburg:** Horneburger Bücherstube | **Husum:** Buchhandlung Delf | Schlossbuchhandlung | **Idstein:** Hexenbuchladen | **Immenstaad:** Bücherstube Sabine Bosch | **Kaiserslautern:** Blaue Blume | **Kaltenkirchen:** Fiehlend | **Kandern:** Buchhandlung Berger | **Karben:** Karbener Bücherstube | **Karlsruhe:** Kaufladen | Kunsthandlung Gräff | Spinnrad | **Kassel:** Martinus-Buchhandlung | **Kehl:** Baumgärtner | **Keltern:** Tast | **Kempten:** Fingerhütchen | Kölsche Buchhandlung | Lesezeichen | **Kiel:** Buchhaus Weiland | Die Kinderstube | Mittendrin | **Koblenz:** Artem andere | Buchhandlung Heimes | **Köln:** Buchhandlung Stein | Maßstab | Naturata (Lutz Göbel) | **Köngen:** Köngener Bücherstube | **Konstanz:** BuchKultur Opitz | **Krefeld:** Der Andere Buchladen | **Landshut:** Bücherinsel | Bücher Pustet | **Landstuhl:** Buchhandlung Stützel KG | **Langen:** Litera GmbH | **Lauffen:** Hölderlin | **Lauterbach:** Das Buch | Lesezeichen | **Leipzig:** Shakunda Mineralien- und Buchhandlung | **Leonberg:** Bücherwurm | Röhm im Leo-Center | **Leverkusen:** Gottschalk | **Lienen:** Teuto-Apotheke | **Lindau:** Buchhandlung Altemöller | **Ludwigsburg:** Paradies-Gärtchen | **Lübeck:** Buchhandlung Arno Adler | **Lüdinghausen:** Buchladen Reminghorst | **Lüneburg:** Das Lädchen an der R.Steiner Schule | Perl | **Mainz:** Diehl Buchhandlung | Nimmerland | **Magdeburg:** BioLaden Alles Natur | **Mannheim:** Der Bücher-Wirth | Naturata | Quadrate Buchhandlung | Xanthippe | **Marburg:** Lesezeichen | **Markdorf:** Wällischmüller | **Markt Schwaben:** Tagwerk MS Bio-Markt | **Meerbusch:** Buch- und Kunstkabinett Mönter | **Melle:** Naturprodukte Tiarks | **Mendig:** Waldecker | **Mosbach:** Kindler's | **Mülheim a. d. R.:** Buchhandlung Tara | **Müllheim:** Beidek | Naturkost Löwenzahn | **München:** Hugendubel Nymphenburg | Kunst + Spiel | **Münsingen:** Bh. Im Pflügerhaus | **Münster:** Buchhandlung Laurin | Wunderkasten | **Nagold:** Zaiser | **Nastätten:** Bücherland | **Neu Wulmstorf:** Bücherforum | **Neubiberg:** Lentner'sche | **Neunkirchen:** Bücher König | **Neunkirchen-Seelscheid:** Krein | **Neustadt:** Neustadter Bücherstube, Cherdron & Speckert | **Niederfischbach:** Buche | **Niefern-Öschelbronn:** Bücherstube Johanneshaus | **Nordhausen:** Gerhard Rose | **Nürnberg:** Buchladen | Bücher Raum | Bücherstube Martin | Bücherwurm | Gostenhofer Buchhandlung | Buchhandlung Else Weidinger | Hugendubel | KaKuze-Buchladen | **Nürtingen:** Buchhandlung im Roten Haus | **Offenburg:** Akzente | Phantasia | **Oldenburg:** Plaggenberg | **Oldenburg/Holst.:** Buchhandlung Glöss | **Oppenheim:** Buchhandlung am Marktplatz | **Osnabrück:** Altstaedter Bücherstube | Dombuchhandlung | **Ottersberg:** Froben | Kunst- und Bücherversand | **Pforzheim:** Gondrom | Kulturhaus Osterfeld e.V. | **Pfullendorf:** Heygster | **Pirnasens:** Jung & Bucheit | **Poing:** Mehr fürs Lesen | **Prien:** BUKS Buch und Kinderspiel | **Prüm:** Buchhandlung Hildesheim | **Ransbach:** Kannenbäcker Bücherkiste | **Rendsburg:** Buchhandlung Albers | Coburg'sche Buchhandlung | **Roetgen:** Lesezeichen | **Rödermark / Ober Roden:** Seitenansicht | **Rosenheim:** Buchhandlung Bücherfamulus | **Saarbrücken:** Janus | Naturata | Spiel & Kunst | **Schopfheim:** Grünkern | **Schleswig:** Die Eule | **Selm:** Möller | **Siegen:** Buchhandlung Bücherkiste | Pustelblume | **Sinzig:** Lesezeit, Bücher & Wein | **Soest:** Rittersche | **St. Blasien:** Törle-Maier | **St. Wendel:** EkZ | **Steinen:** Buchhandlung Schmitt | **Steinenbronn:** Steinenbronn Buchhandlung | **Stuttgart:** Buch & Spiel im Markt am Vogelsang | Buchhandlung am Urachplatz | Engel | Pörksen | Heidehof Buchhandlung | Klaus Ebert | Konrad Wittwer – Unibuch Hohenheim | Tausendschön | **Tettanng:** Lernwerkstatt Brunold | Montfort Buchhandlung | **Tittmoning:** Buch & Kunst am Gerberberg | **Trier:** Impuls | Gegenlicht Buchhandlung | **Tübingen:** Kornblume Bio-Laden | **Tuttlingen:** Greuter | **Überlingen:** Naturata | Odilia | Überlinger Antiquariat | **Ulm:** Jastram | **Usingen:** MOMO-Naturkost | **Versmold:** Buchhandlung Krüger | **Viersen:** Dülkener Büchereck | **Villingen-Schwenningen:** Bücherstube | Naturata | Natur und fein | **Waiblingen:** Der Laden | **Wächtersbach:** Dichtung & Wahrheit | **Wangen i. A.:** Ceres, Bücher und Naturwaren | **Wedel:** Wolland | **Wermelskirchen:** Bücher vom Stein | **Wetzlar:** Kunkel | **Wiesbaden:** Aeon | erLesen | **Wiesloch:** Dörner | Eulenspiegel | **Winterbach:** Buchhandlung in der Stütze | **Witten:** Krüger | **Wittlich:** Buchhandlung und Antiquariat Rieping | Hofladen | **Wolfsburg:** Buchhandlung Sopper | **Wuppertal:** Bücherladen | Grüner Laden | **Würzburg:** Buchladen Neuer Weg | **SCHWEIZ:** **Arlesheim:** anthrosana | Buchhandlung Nische | Farbenspiel | **Basel:** Bider & Tanner | Sphinx | **Bern:** Anthrovita | Paul Haupt | **Buchs:** GMG Buchhandlung | **Dornach:** Buchhandlung am Goetheanum | Libro | Pfister | Rudolf-Steiner-Buchhandlung | **Egg:** Vögelin | **Goldach:** Bigler | **Ins:** Schlössliaden | **Kriens:** idée livre | **Liestal:** Rapunzel | **Muri:** Colibri | **Reinach:** Hauptstraße 8 | **Schaffhausen:** Allerleirauh | Gesundheit & Entwicklung GmbH | **St. Gallen:** Rösslior Bücher | **Thuis:** Kunfermann | **Wetzikon:** Buchhandlung Kolb | **Will:** Ad:Hoc | **Zofingen:** Mattmann | **Zürich:** Buchhandlung Beer | Im Licht | **ÖSTERREICH:** **Feldkirch:** Cervantes & Co, Buch und Wein | **Gallneukirchen:** Bücherinsel | **Graz:** Moser | **Innsbruck:** Wagner'sche Buchhandlung | **Kirchschlag:** Buchhandlung Mayrhofer | **Leibnitz:** Hofbauer KG | **Linz:** Paireder | Buchhandlung Freie Waldorfschule | **Lustenau:** Bücherwurm | **Oberndorf:** Flachgauer | **Salzburg:** Buch + Spiel | **Schiedlberg:** Bacopa | **Voitsberg:** Harmonie | **Wien:** Bücherstube der Goetheanistischen Studienstätte | Bücherzentrum | Gläsernes Dach | Herder | Lebens-Raum | Morawa Wollzeile | OM Esoterik | **LUXEMBURG:** Alinea | Ars Libri | Ernster | Naturata | **BELGIEN:** **Antwerpen:** De kleine Prins | **NIEDERLANDE:** **Den Haag:** De Haagse Boekerie | **Zeist:** De Nieuwe Boekerie | **Amsterdam:** Zailing Boekerie



Wenn vier ganz besondere Menschen zusammen in einem Haus wohnen und jeder wirklich ganz besonders ist, dann ... ja dann kann es Ärger geben! Brigitte Werner und Birte Müller erzählen und illustrieren eine Geschichte für Kinder ab vier Jahren und für alle, die noch verstehen, dass manchmal die allereinzige zweite Lösung besser ist als die erste.

«Schöner können Konflikte in der Nachbarschaft oder auch in der Familie nicht beschrieben werden. Ob jung oder alt oder genau dazwischen: alle werden sich irgendwie wiedererkennen.»

Amazon-Kundenrezension

«Auf wunderbar originelle Art eine kleine, feine, weise Geschichte übers Miteinanderauskommen. Zum Lachen und Nachdenken. Auch gut für meine Schwiegermutter ...»

buecher.de-Kundenrezension

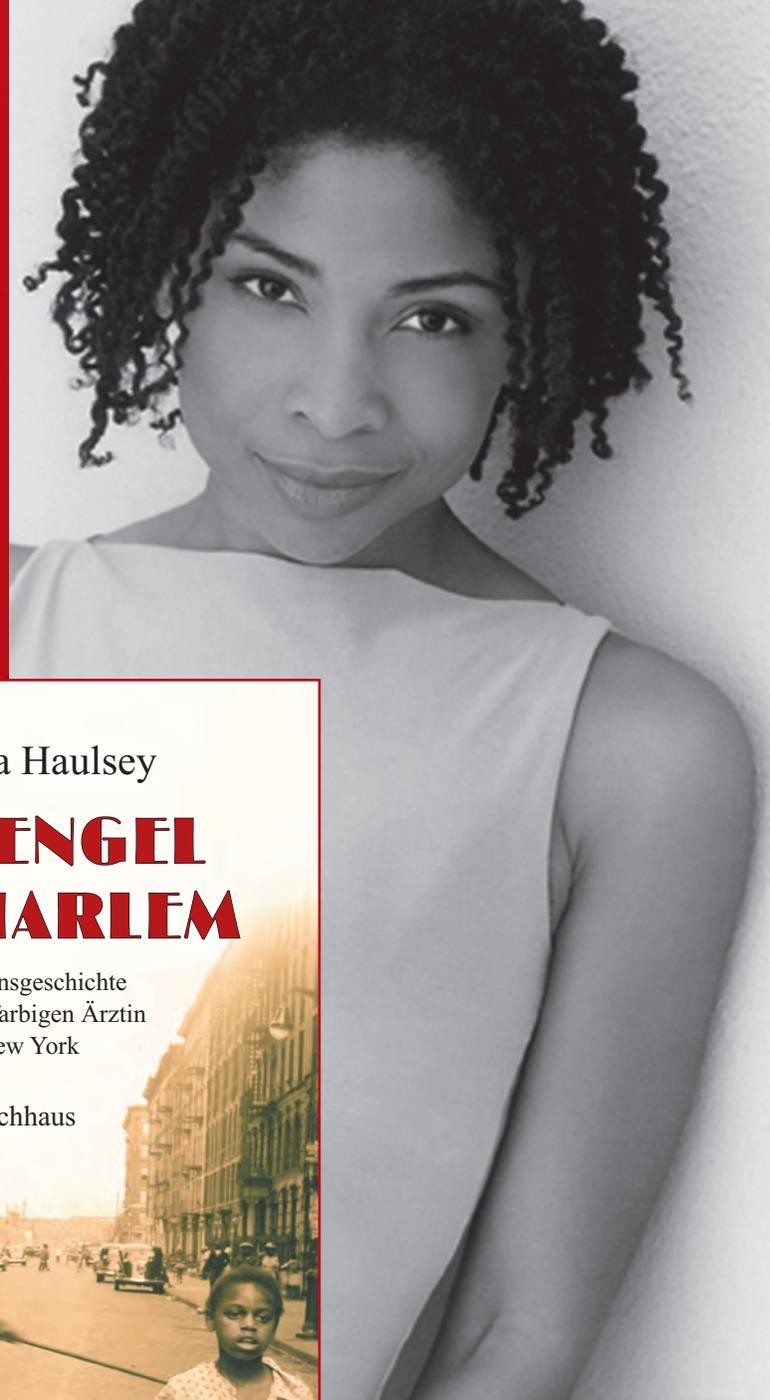
Brigitte Werner
WUM und BUM und die Damen DING DONG
 Ein Bilderbuch mit Illustrationen von Birte Müller.
 34 Seiten, gebunden
 € 15,90 (D) | ab 4 Jahren
 ISBN 978-3-7725-2145-4
 jetzt neu im Buchhandel!



Verlag Freies Geistesleben: *Bücher, die mitwachsen*



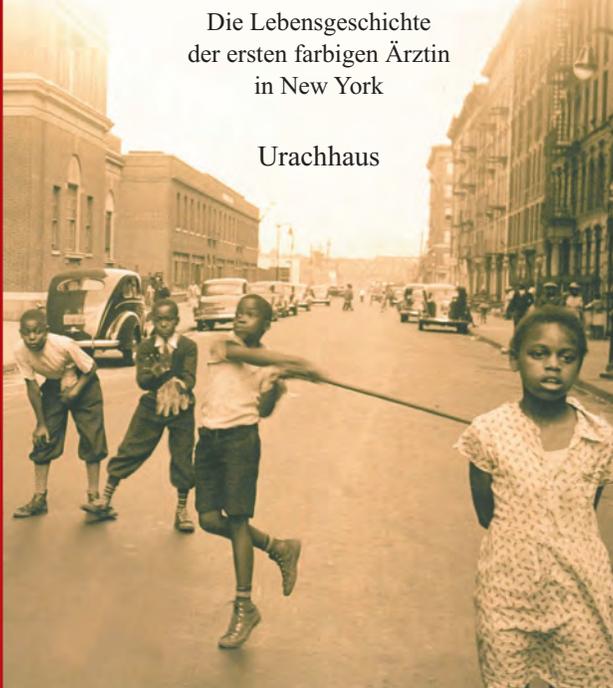
*Als ich in dieses Meer aus Gesichtern
blickte, verstand ich, dass es nicht
darauf ankam, Wunder zu vollbringen.
Wichtig war vielmehr, den Mut zu
haben, selbst das Wunder zu sein.*



Kuwana Haulsey
**DER ENGEL
VON HARLEM**

Die Lebensgeschichte
der ersten farbigen Ärztin
in New York

Urachhaus



Kuwana Haulsey
Der Engel von Harlem
Die Lebensgeschichte der ersten
farbigen Ärztin in New York
416 Seiten, geb. mit SU
ca. € 21,90 (D)
ISBN 978-3-8251-7698-3

ab 11. Oktober neu im Buchhandel!
www.urachhaus.com

May Chinn träumt davon, Pianistin zu werden. Als ein rassistischer Professor ihre Hoffnung auf eine große Karriere zerstört, studiert sie Medizin. Auch hier stößt sie auf heftigen Widerstand – und trotzdem wird sie 1921 die erste schwarze Ärztin New Yorks.

Eine faszinierende Biografie!

Urachhaus. Bücher für die Glücksmomente des Lebens