

E 51125  
nr. 236

zum mitnehmen

august | 2019

Freies Geistesleben  
Urachhaus

# a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

NANA GÖBEL  
Eine Schule für  
die Welt

ERLESENE  
REISEBEGLEITUNG

JOHANNES KEPLER  
und die Harmonie  
der Welt





## UNSERE SEITEN DER ZEIT IM AUGUST 2019

- 04 im gespräch **Eine Schule für die Welt**  
Nana Göbel im Gespräch mit Jean-Claude Lin
- 08 augenblicke **Erlesene Reisebegleitung**  
von Maria A. Kafitz
- 13 mensch & kosmos **Königliche Versammlung**  
von Wolfgang Held
- 14 thema **Johannes Kepler. 400 Jahre Harmonices Mundi**  
von Wolfgang Held
- 16 kalendarium **August 2019**
- 18 tierisch intelligent **Täuschungsmanöver**  
von Walther Streffer
- 19 illustre gäste **Herman Melville** von Daniel Seex
- 20 sprechstunde **Begleitung und Bestattung**  
von Markus Sommer
- 23 einfach machen! **Gewusst wie**  
von Birte Müller
- 24 literatur für junge leser **Daniela Drescher: «Giesbert hört das Gras wachsen»** gelesen von Simone Lambert
- 25 mein buntes atelier **Beerenkoblde** von Daniela Drescher
- 26 am schreibttisch **Von Wurzeln und Flügeln**  
von Anke Klaaßen
- 27 kulturtipp **Immer mehr zu lieben. Clara Schumann wird gefeiert**  
von Sebastian Hoch
- 29 suchen & finden | sudoku
- 30 weiterkommen **Was die Pfefferminze alles kann**  
von Markus Sommer

## impressum

**a tempo** – Das Lebensmagazin  
der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com) | [www.urachhaus.com](http://www.urachhaus.com)

Herausgeber: Jean-Claude Lin

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

Gestaltung & Bildredaktion:  
Maria A. Kafitz

Redaktionsanschrift:  
**a tempo** | Landhausstraße 82 | 70190 Stuttgart  
Tel.: 07 11 / 2 85 32 20 | Fax: 07 11 / 2 85 32 10  
E-Mail: [redaktion@a-tempo.de](mailto:redaktion@a-tempo.de)  
[www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de) | [www.facebook.com/atempo.magazin](https://www.facebook.com/atempo.magazin)

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

Ansprechpartner Buchhandel:  
Simone Patyna | Tel.: 07 11 / 2 85 32 32  
E-Mail: [simone.patyna@geistesleben.com](mailto:simone.patyna@geistesleben.com)

Abonnements & Auslagestellen:  
Dagmar Seiler | Tel.: 07 11 / 2 85 32 26  
E-Mail: [abo@a-tempo.de](mailto:abo@a-tempo.de)

**a tempo** erscheint monatlich und liegt in über 2000 Einrichtungen des Kulturlebens und im Buchhandel aus: Eine Auswahlliste an Adressen für Deutschland, Österreich und die Schweiz finden Sie unter [www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de) in der Rubrik «Wie bekomme ich **a tempo**?».  
Auf Wunsch kann **a tempo** nach Hause geschickt werden durch Erstattung der Porto- und Verpackungskosten (25 Euro für 12 Ausgaben, 30 Euro für Auslandsversand). Bankverbindung auf Anfrage.  
Zudem erscheint **a tempo** auch als ePub-Magazin – erhältlich in allen bekannten eBook-Shops.

Druck: Körner Druck / Sindelfingen

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

© 2019 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

# ANDREAS, JOHANNES, PAUL

... **Christa und Nana.** Fünf Freunde – zwei Holländer, zwei Deutsche und ein Engländer – waren im Frühjahr 1976 im Auto von Holland nach Stuttgart aufgebrochen, um mit einem sechsten Freund – einem weiteren Andreas – zusammen bei den Damen und Herren des «Haager Kreises», der *Internationalen Konferenz der waldorfpädagogischen Bewegung*, vorstellig zu werden. So könnte die Geschichte auch erzählt werden, nur dass der Name des Engländers nicht Johannes, sondern die französische Form hatte und noch dazu einen römischen Zusatz. Sie wollten von ihrer Intention berichten, etwas für die Förderung eines weltweiten freien Schulwesens zu unternehmen. Nur wenige Wochen nach der feierlichen Eröffnung der ersten Waldorfschule in Stuttgart für die Kinder der Arbeiter der Waldorf-Astoria-Zigarettenfabrik am 7. September 1919 hatte Rudolf Steiner einige Male darauf hingewiesen, dass diese Gründung schön und gut sei, dass aber für die Welt damit noch wenig getan sei. Es müssten, so meinte er, in wenigen Monaten zehn und mehr solcher Schulen entstehen, wenn für den Gang der gesellschaftlichen Entwicklung nachhaltig Fruchtbare gedeihen sollte. Noch wichtiger als die Gründung einiger weniger Waldorfschulen sei es aber, ein Verständnis für die Notwendigkeit eines wirklich freien Schulwesens in der Welt unter den Menschen zu wecken. Dafür könnte ein «Weltschulverein» aktiv werden – wenn nur eine genügend große Anzahl Menschen für diese Idee gewonnen werden könnte.

Nana Göbel, unsere Gesprächspartnerin in diesem Monat, hatte ich im Oktober 1975 in Den Haag bei der ersten «Internationalen Tagung der Waldorfschüler und Ehemaligen» an der 1923 gegründeten ersten niederländischen Waldorfschule, der *Vrije School*, kennengelernt. Wir waren beide erst neunzehn Jahre alt, ein Alter, von dem Stephen King in der Einleitung seines Romanzyklus *Der Dunkle Turm* sagt: «Pass auf, Welt, ich rauche TNT und trinke Dynamit, und wenn dir dein Leben lieb ist, geh mir aus dem Weg – hier kommt Stevie.» Die Welt wollten wir allerdings nicht in die Luft jagen, aber verändern durchaus – und vor allem etwas für die freie Entfaltung des Menschen tun. Wenn aber etwas von dieser Kraft des King'schen Neunzehnjährigen zu spüren war, dann unbedingt bei der rothaarigen Nana. Ich hingegen fiel nur dadurch auf, wie sie mir später in Erinnerung rief, dass ich bei einem Plenum auf dieser Tagung ein Exemplar der Bibel aus der Tasche zog, um etwas aus dem Johannesevangelium zu zitieren. Aber aus dieser Begegnung der sechs Freunde entstand schließlich die Keimzelle für die Gründung der *Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners* im Herbst 1976. Dreiundvierzig Jahre lang also ist Nana Göbel beherzt und unermüdlich für die Förderung von Waldorfschulen und -Kindergärten weltweit tätig – und somit auch für ein freies Bildungswesen. Das ist ein Grund zur Freude! Mögen viele Menschen diese Freude im Wirken für die freie Entfaltung des Menschen miterleben.

Liebe Leserin,  
lieber Leser!

Von Herzen grüßt Sie,  
Ihr

*Johannes Lin*

Johannes Lin



# EINE SCHULE FÜR DIE WELT

## Nana Göbel

im Gespräch mit Jean-Claude Lin | Fotos: Wolfgang Schmidt

In Berlin scheint die ganze Welt zuhause zu sein. Wer hier durch die Straßen geht, um zum verabredeten Interview ins Büro von Nana Göbel zu kommen, der läuft einmal quer durch die Vielfalt der Kulturen. Für Nana Göbel, die nach ihrem Studium der klassischen Archäologie, Geschichte und Ägyptologie in Tübingen, München und Bonn als Mitarbeiterin in der Jugendsektion am Goetheanum in Dornach tätig war, dann in der GLS Gemeinschaftsbank und in der Gemeinnützigen Treuhandstelle in Bochum im Vorstand arbeitete, ist Berlin genau der passende Ort, denn auch sie ist in der ganzen Welt zuhause. Vor allem aber ist sie seit vielen Jahren für die [Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners](http://www.freunde-waldorf.de) (www.freunde-waldorf.de) unterwegs, ist eine detailreiche Kennerin der weltweiten Waldorfschulbewegung und sorgt mit ihrem engagierten Team dafür, dass auch in armen Regionen der Erde Kinder eine Chance zum Lernen in Freiheit bekommen.

**Jean-Claude Lin** | Liebe Nana Göbel, Sie sind in zahlreichen Ländern der Welt für die *Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners* unterwegs, um freie Schulen finanziell zu unterstützen, und das seit vielen Jahren. Wie hat sich die Lage der Kinder in der Welt in dieser Zeit geändert?

**Nana Göbel** | Das ist keine ganz einfache Frage, weil die Frage nach «der Lage der Kinder in der Welt» mir etwas zu groß für eine Antwort ist. Ich kann aber durchaus sagen: Es gibt Länder, in denen Bildung und Erziehung leider keine große Rolle spielen, weshalb zum Beispiel Kinder in ländlichen Gegenden nicht gefördert werden. Für Kinder in solchen Regionen, zum Beispiel im Hochland von Kenia oder an der Grenze zu Uganda, ist die Lage nach wie vor katastrophal. Das gilt auch fürs ländliche Indien. Aber auch die Schulform in den Städten – gerade in Kenia und Indien – hat sich leider nicht geändert. Noch immer dominiert die koloniale britische Schule, die im Wesentlichen aus Auswendiglernen besteht. Das gilt übrigens auch für die französischen Kolonialgebiete. In den wirtschaftlich prosperierenden Ländern, also zum Beispiel den sogenannten «Tiger States»,\* gibt es dagegen Zugang zur Bildung für die Majorität der Kinder, egal ob in der Stadt oder auf dem Land, und es gibt Bemühungen, einen anderen Zugang zur Schule zu finden. In einem Land wie Singapur oder Korea bestand natürlich Bildung

auch lange nur aus dem Auswendiglernen von Inhalten. Heute – auch auf Druck der großen Unternehmen – ist klar, dass man durch bloßes Reproduzieren von Lerninhalten nicht die Fähigkeit erwirbt, Probleme zu lösen. Insofern bemühen sich solche höherindustrialisierten Staaten, andere Bildungsformen zu finden. Das zeigt sich dann auch in den Pisa-Resultaten. Die Lage der Kinder und ihr Zugang zu Bildung ist also nach wie vor äußerst verschieden auf dieser Erde.

**JCL** | Weltweit sind Waldorfschulen zu finden – besonders in Asien haben sie großen Zulauf. Wie kommen Menschen gerade dort, aber auch in Afrika oder Südamerika darauf, eine Schule zu gründen, deren Pädagogik 1919, also vor hundert Jahren, in Deutschland für Arbeiterkinder ins Leben gerufen wurde? Was ist das Besondere, was schätzen sie an dieser Pädagogik?

**NG** | Es gibt heute in etwa 80 Ländern, wenn man nach offiziellen Listen geht – aber meiner Kenntnis nach in fast 100 Ländern – Waldorfinitiativen. Das sind

\* Zu den vier «Tigerstaaten» zählen Südkorea, Taiwan, Hongkong und Singapur, die sich in den letzten Jahren schnell und erfolgreich wirtschaftlich entwickelt haben.



natürlich keine entlegenen Länder, sondern das sind Länder mit einem Potenzial an bildungsaffinen Menschen. Die Waldorfbewegung – und das ist ja so spannend – hat sich relativ schnell ausgebreitet. Schon 1928, nicht einmal 10 Jahre nach der Gründung der ersten Schule, gab es die erste Waldorfschule außerhalb von Europa. Das ist doch schnell! Schon 20 Jahre nach der Gründung, also 1939, gibt es die erste Waldorfnitiative in Lateinamerika und in Indonesien. Das bedeutet: Der Impuls der Waldorfpädagogik, nämlich eine menschenwürdige, altersgemäße, individualisierende Bildung zu verankern, findet Freunde von Anfang an. Wenn man jetzt für die Zeit nach 1989 schaut, und besonders ins 21. Jahrhundert, dann ist das quantitative Wachstum enorm. Daran kann man auch merken, dass die Sorgen der Eltern gigantisch werden.

**JCL** | Welche Art von Sorgen meinen Sie?

**NG** | Schulgründungen entstehen entweder durch engagierte Lehrer oder durch Eltern mit großen Sorgen. Die Sorgen betreffen vor allem die «Qualität» der staatlichen Schule. Das ist übrigens auch in vielen europäischen Ländern so. Sie bemerken, dass ihre Kinder, vor allem in den unteren Klassen, wie ein-trocknen, dass sie keine Lust auf Lernen haben, obwohl jedes Kind eigentlich lernen will, und dass sie immer blässer und müder werden. Und sie merken: Diese Art von Bildung fördert mein Kind nicht. Das ist die eine Sorgen-Seite, und zwar von Leuten, die Zugang zu staatlichen Schulen hätten. Die andere

Seite ist jene – und das ist zum Beispiel in den USA häufig so –, dass Eltern feststellen, dass ihre Kinder mit Informationen zugemüllt werden, die sie durch allerhand technische Geräte bekommen, aber leiblich nicht gesund sind. Das heißt, die Gesundheitskräfte nehmen ab, und zudem lernen die überforderten Kinder nirgends, all die Informationen zu sortieren oder unterscheidungsfähig, urteilsfähig zu werden. Deshalb würde ich sagen: Es ist die Sorge um die Gesundheit der Kinder, es ist die Sorge um die Lernlust der Kinder, um den Erhalt von Kindheit, die dazu führt, eine Alternative zu suchen – oder eben selbst zu schaffen.

**JCL** | Auch in China breitet sich die Waldorfpädagogik in einem sehr hohen Tempo aus. Wie ist das möglich – in einem Land, das nicht gerade für die Stärkung und Förderung der Freiheit des Individuums bekannt ist, eines der zentralen Anliegen der Waldorfpädagogik?

**NG** | Erstens ist die individuelle Entwicklung auch Teil der konfuzianischen Weltanschauung. Zweitens ist die heutige chinesische Regierung zwar nach wie vor eine kommunistische Regierung, nimmt ihr kulturelles Erbe aber ernster, als es beispielsweise zu Zeiten von Mao der Fall war. Gleichzeitig – und das gilt für Gesamtasien – geht es niemals nur um individuelle Entwicklung, sondern es geht immer auch um Gemeinschaftsfähigkeit, weil es eine asiatische Grundfrage ist, wie der Einzelne dem Gesamten dienen kann. Und diese Frage stellt sich natürlich ►

- in China heute ganz genauso. Das heißt, eine Waldorfpädagogik in China wird immer fragen: Wie kann ich einerseits den Einzelnen fördern und andererseits dadurch die Gemeinschaft? Die Nachfrage, insbesondere bei gut ausgebildeten Eltern, die oft auch im Ausland studiert haben, ist groß. Das hängt mit einer anderen Sorge als den zuvor erwähnten zusammen, die auch die chinesische Regierung bewegt, nämlich der Frage, wie eine kreativere Bildung chinaweit etabliert werden kann. Meiner Einschätzung nach ist die Regierung so lange an der Waldorfpädagogik interessiert, wie sie beobachten kann, ob darin pädagogische Elemente liegen, die auch sinnvoll ins staatliche Schulwesen übernommen werden können, weil sie zu einem größeren Kompetenzspektrum führen als die rein akademische Bildung. Denn es ist eines der großen Probleme des chinesischen Schulsystems: Es setzt zu sehr nur auf kognitive Fähigkeiten und vergisst dabei den moralischen, den fühlenden, den handwerklich und künstlerisch begabten Menschen.

**JCL** | Wenn die *Freunde der Erziehungskunst* die Anfrage bekommen, eine Initiative finanziell oder anderweitig zu unterstützen, worauf achten Sie, um zu einem Urteil zu kommen?

**NG** | Das ist eine gute Frage! Ich schaue immer zuerst: Wie ist das Verhältnis zwischen Kindern und Lehrern? Ist das Verhältnis so, dass dadurch Lernen möglich ist? Der Bildungsforschung ist ja inzwischen völlig klar, dass die Beziehung zwischen Kind und Lehrer die Brücke des Lernens ist und ohne diese Beziehung Lernen gar nicht stattfinden kann. Dann betrachte ich auch nüchtern, ob es sich wirklich um «Schule» handelt oder um, wie ich es nenne, «Entertainment». Ist das



Lernen methodisch erarbeitet, wird geübt usw.? Das ist *ein* Gesichtspunkt. Der zweite Gesichtspunkt ist: Wie arbeiten die beteiligten Menschen zusammen? Da es sich ja um freie Schulen handelt, funktionieren sie nur gemeinsam. Wie arbeiten Lehrer und Eltern zusammen? Die sind ja die Hauptakteure. Wenn das freudig funktioniert und mit einer gemeinsamen Vision wie in vielen, vielen Schulen Lateinamerikas, dann ist das ein positives Signal. Dann schaue ich mir an: Welche Kompetenzen gibt es in den Lehrer-Eltern-Gemeinschaften? Sind da Anwälte, Architekten, Bauingenieure etc. zu Gange, die auch das Äußere dieser Schule bewältigt kriegen? Welche Beziehung haben die Lehrer zum Staat? Arbeiten sie mit den Schulbehörden zusammen? Sind sie gesprächsfähig? Kriegen sie eine Genehmigung für ihre Schule? Wenn das alles prima ist und wenn ich dann die Kinder sehe und merke: Wunderbar, die brauchen eine gute Schule, dann werde ich aktiv. Wenn das nicht der Fall ist, tue ich aber auch etwas, dann ist es keine Finanzierung, die die Folge ist, sondern dann ist es die Frage: Wie kann ich den Leuten helfen, mehr Kompetenzen auszubilden? Vielleicht bedarf es eines pädagogischen Mentors, der Fortbildungsmöglichkeiten eröffnet, oder ich suche einen erfahrenen Geschäftsführer, der ihnen beibringt, wie man Strukturen schafft. Ich helfe also auf jeden Fall – aber nicht immer mit Geld.

**JCL** | In Ihrem großen Werk *Die Waldorfschule und ihre Menschen. Weltweit*\*\* ist ein durchgehendes Thema die Lehrerbildung.

Das ist auch ein großes und drängendes Thema in Deutschland: Wo kommen die Lehrer her, die die entsprechenden pädagogischen Kenntnisse und Fähigkeiten haben? Welche besonderen Ansätze gibt es da im außereuropäischen Raum?

**NG** | Ich sehe vor allem im europäischen Raum einen wunderbaren Ansatz, und zwar in Finnland. Die Finnen haben vor einer geraumen Zeit beschlossen, dass der Lehrerberuf solch ein wichtiger Beruf ist, dass Lehrer genauso gut bezahlt werden müssen wie Juristen und Ärzte. Und sie haben beschlossen, nur die besten Studenten ins Pädagogikstudium zuzulassen. Das heißt, wenn man in Finnland Lehrer werden will, ist das nicht wie oftmals hier, weil einem nichts anderes einfällt, sondern weil der Lehrerberuf ein so geschätzter Beruf ist, dass er gesellschaftlich gleichwertig angesehen wird wie andere wunderbare Berufe, die die Leute gerne ergreifen. Für uns heißt das in erster Linie: Wir müssen an der gesellschaftlichen Reputation der Lehrer etwas tun – und an deren finanzieller Ausstattung und an der Ausrichtung des Studiums. All das würde natürlich auch unserer Republik und dem Rest Europas gut zu Gesicht stehen.

**JCL** | Haben Sie noch einen Wunsch, der von Europa aus in die Welt gehen könnte, um die Lage der Kinder zu verbessern?

**NG** | Von Europa – und nur von Europa – könnte ausgehen, dass man Bildung nicht mehr nur nach Nützlichkeitsgesichtspunkten anschaut, sondern dass man Bildung tatsächlich als eine Entfaltungsaufgabe anschaut, also den werdenden Menschen in den Mittelpunkt rückt. ■



## 100 Jahre Erziehung zur Freiheit

Zum 100-jährigen Jubiläum der Gründung der ersten Waldorfschule zeigen die *Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners e.V.* mit ihrem Band *100 Jahre Erziehung zur Freiheit*, was die Waldorfpädagogik in einem Jahrhundert auf der ganzen Welt bewegt hat. In dem Band erzählen die Menschen, die sich überall auf der Welt für Waldorfschulen und -kindergärten engagieren, wie Waldorfpädagogik in ihrem Land gelebt wird und welchen Herausforderungen sie sich stellen.

**Berichte aus 80 Ländern schildern die spezifischen Situationen und das Besondere der Waldorfpädagogik in den jeweiligen Ländern. Ein Teil der Texte wird mit Fotos bebildert, die im Rahmen der Kooperation mit der Leica Camera AG für den Fotoband *Insights Worldwide – Einblicke Weltweit* (Kehrer Verlag, Heidelberg) entstanden sind.**

**100 Jahre Erziehung zur Freiheit**  
**Waldorfpädagogik in den Ländern der Welt**  
 Herausgegeben von Nana Göbel und Christina Reinthal für die *Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners*.  
 208 Seiten, durchgehend farbig,  
 Klappenbroschur | **Jubiläumspreis € 25,- (D)**  
 ISBN 978-3-7725-2919-1  
**Ab 22. August im Buchhandel erhältlich!**  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

\*\* Zum 100. Geburtstag der Waldorfschulbewegung erschien im Frühjahr von Nana Göbel das große dreibändige Werk *Die Waldorfschule und ihre Menschen. Weltweit – Geschichte und Geschichten 1919 – 2019* (2107 Seiten, mit zahlreichen Fotos, Leinen mit Schutzumschlag, 3 Bände im Schuber, 79,- Euro, ISBN 978-3-7725-7919-6).



# ERLESENE REISE- BEGLEITUNG

von Maria A. Kafitz (Text) & Sebastian Hoch (Fotos)

Im Süden Frankreichs liegen zahlreiche Sehnsuchtsorte vieler Reisender – und auch der ein oder andere Literat lässt seine Geschichten in dieser wild-schönen Region spielen, in der schon die Landschaft wie eine Liebeserklärung ans Leben erscheint.

Manchmal gehen Wirklichkeit und Fiktion eine Liaison miteinander ein. Manchmal plant man vorfreudig eine Reise, packt quasi schon die Koffer, und auf dem Verlagsschreibtisch landet ein Manuskript, dessen Geschichte dort angesiedelt ist, wohin man sich in ein paar Tagen auf den Weg machen wird. Mitnehmen? Liegen lassen? Mitnehmen!

Die Entscheidung war ähnlich schnell gefallen wie zuvor jene fürs Reiseziel, da es dem Autor Dimitri Verhulst – dank der Übersetzung von Rainer Kersten – schon auf den ersten Seiten gelang, mich dort zu packen, wo ich ungern Widerstand leiste: bei meiner Neugierde. Und bei meiner Neigung zu traurigen Geschichten. Verhulst, so viel wusste ich bereits über ihn, stachelt gerne mit seinen provokanten und doch poetischen Texten zum Hinterfragen des Vertrauten an, weil er will, dass «Literatur der Ort ist, an dem man neue Themen und neue Tabus entdeckt», wie er es in einem Interview im Magazin *ekultura* sagte. Ich wollte daher nicht erst nach meiner Rückkehr erfahren, was sich hinter dem Titel *Den Sommer kannst du auch nicht aufhalten* verbarg. Und so kamen Pierre, Anfang 60, ausnahmslos allen weltlichen Genüssen zu- und in gleichem Maße gesellschaftlichen Konventionen abgeneigt, und Sonny, fast 16, mehrfach behindert und Sohn der großen, wilden und tragischen Liebe von Pierre, mit ins Gepäck. Sie reisten also wieder – diesmal als



meine Begleiter – in den hinreißend schönen Südosten Frankreichs, in dem sich wilde Schluchten mit sanften Hügeln abwechseln und ein UNESCO-Weltkulturerbe ans nächste reiht. Und sie kamen so erneut nach Avignon – jener Stadt, in der Sonnys Mutter und Pierre Pläne für eine gemeinsame Zukunft ausheckten und sich innig-leidenschaftlich liebten. Ich drehte mich mit ihnen zwar nicht zum Ohrwurm «Sur le pont d'Avignon» auf der weltberühmten Brücke *Saint-Bénézet*, dafür wunderten wir uns aber über den mächtigen ehemaligen Papstpalast, der mehr einer Trutzburg denn einem Gotteshaus gleicht. Gemeinsam schlenderten wir weiter durch die Gassen – vorbei an den großen und unzähligen kleinen Theatern, die das kulturelle Leben dieser Stadt auch jenseits des 1947 gegründeten und seither jährlich in den letzten drei Juliwochen stattfindenden renommierten *Festival d'Avignon* prägen. In unmittelbarer Nähe des *Théâtre des Corps Saints* fand ich schließlich tatsächlich auch das *Balthazar*, in dem Pierre trotz der mittäglichen Sommerhitze sicher umgehend gleich mehrere Gläser Wein bestellt hätte. Ich genoss stattdessen bei einem Kaffee und Wasser die reizvolle Verschränkung von Wirklichkeit und Fiktion: «Das *Balthazar* war immer noch an der alten Stelle und sah auch immer noch genauso aus, mit gelben Markisen, unter denen Pierre sich bei jedem Besuch geradewegs in einem Gemälde von van Gogh gefühlt hatte.»

Die Markisen waren zwar nicht mehr gelb, leuchteten dafür aber runderneuert in sattem Rotweinrot, was Pierre vermutlich zu einem traurigen Toast veranlasst hätte. «Die Erinnerung erinnert sich an mich; ich lebe und bin damit Vergangenheit», lässt ihn Verhulst nach dem wehmütigen Besuch mit Sonny im *Balthazar* abends ins Notizbuch schreiben.

Ich verband glücklicherweise keine schmerzlichen Erinnerungen mit Avignon – und so waren meine Stunden dort getragen von der heiteren Stimmung im Café, in dem ich noch Stunden hätte sitzen können, um die Paare und Einzelgänger, die Touristen und Geschäftsleute an den Tischen zu beobachten und mir dabei vorzustellen, wie sie wohl reagieren würden, wenn Pierre tatsächlich gleich lamentierend um die Ecke gebogen käme, während er Sonny im Rollstuhl übers holprige Kopfsteinpflaster ruckelt ...

Doch es wurde langsam Zeit für mein eigentliches Reiseziel, das rund 50 Kilometer nordwestlich gelegene Städtchen Uzès, das ich Verhulst gerne ins Manuskript geschrieben hätte. Es besitzt so viel Charme und ja, durchaus auch reichlich Romantik, ist dennoch unkitschig und trotz seines wiederkehrenden Filmkulissendaseins (u.a. *Cyrano de Bergerac* mit Gérard Dépardieu wurden hier gedreht) lebendig und zugleich unaufgeregt, dass seine ungewöhnlichen Protagonisten und ihre Geschichte dort wunderbar hingepasst hätten. ▶



► Andere Literaten haben Uzès bedacht, so beispielsweise Jean Baptiste Racine (1639–1699), der Großmeister der französischen Klassik, der in seinen *Briefen aus Uzès* Zeugnis vom damaligen Leben, von den Bräuchen, aber auch von den politischen und religiösen Verwicklungen ablegt. Oder der Literaturnobelpreisträger André Gide (1869–1951), dessen Großeltern in Uzès lebten, bei denen er manch heißen Sommer verbrachte. In seinem autobiographischen Roman *Stirb und Werde* kehrt er an den Ort seiner Kindheit zurück. Anlässlich seines 150. Geburtstags feiern sie ihn 2019 dort mit Lesungen und der Ausstellung *Les 1000 visages d'André Gide*. 1926 notierte er: «Ach, mein kleines Uzès! Lägst du in Umbrien, dann würden die Touristen aus Paris angereist kommen, um dich zu sehen!»

Doch die nur rund 8.000 Einwohner zählende Kleinstadt liegt nicht in Umbrien, sondern sie thront – gesäumt von Weinbergen, Olivenhainen und Platanenalleen – auf einem Hügel im Département Gard im Languedoc. An Touristen mangelt es dem Städtchen dennoch nicht, was an der Schönheit von Landschaft und Architektur liegt, vor allem aber an der aktiven und rührigen Stadtverwaltung und den Bürgerinnen und Bürgern, die das ganze Jahr hindurch das Gemeindeleben überaus abwechslungsreich gestalten. Das Fest samt Ausstellung rund um André Gide ist nämlich kein singuläres Sonderereignis, das nur alle Jubeljahre mal stattfindet. Nein. Wer einen Blick in den Kultur- und Veranstaltungskalender der Stadt wirft, staunt, was in diesem eigentlich kleinen Ort alles los ist: ob Floh- oder

Antiquitätenmärkte, ob Lesungen oder Ausstellungen aller Kunst- und Stilrichtungen, ob Konzerte von Pop bis Klassik oder Tangotanz im Mondschein, ob Nachtmärkte oder Sommerkinoabende – für alle Interessenslagen ist etwas dabei.

Und das Schönste daran ist: All dies ist nicht nur für die Besucher gedacht, die meist nach einem Tag wieder verschwinden, sondern vor allem auch für die Menschen, die hier leben und arbeiten. Sie sind wesentlicher Teil all dieser Aktivitäten – und das nicht nur, weil ihre zahlreichen Läden und hübschen Cafés, ihre gepflegten Hinterhöfe und üppig blühenden Gärten stadtumspannende Ausstellungs- oder Veranstaltungsflächen sind. Sie sind Mitgestalter ihrer Stadt, wie es mir die Schwestern Carla und Pauline vom reizenden Café *Aust* erzählen, in dem die beiden seit Anfang 2018 ihre Leidenschaft für Kuchen & Co. ausleben und ständig neue Kreationen in der kleinen Backstube ausprobieren, während die Räume ihres Cafés für Wechselausstellungen oder Lesungen vom Eröffnungstag an fester Bestandteil des kulturellen Geschehens wurden.



Aber auch jenseits dieser hier scheinbar «normalen Sonderaktivitäten», die das Leben immer etwas aufregender machen, ist Uzès ein überaus anregender Ort, der zudem auf eine lange Geschichte zurückblickt: Bereits um 450 v. Chr. als keltisches Oppidum (eine befestigte Siedlung) gegründet und später als römisches Militärlager ausgebaut, entwickelte sich Castrum Uctiense im 5. Jahrhundert zu einer Stadt mit regem und florierendem Handel, die in den spätantiken Urkunden bereits als Bischofssitz verzeichnet wurde und dies bis zur Französischen Revolution blieb. Und noch eine weitere historische Besonderheit weist diese kleine Stadt auf, denn 1632 wurde sie zur «Premier Duché de France» ernannt, zum ersten Herzogtum Frankreichs. Auch diesbezüglich veränderte die Revolution im Lauf der Geschichte die privilegierten Befugnisse





zwar nachhaltig, aber der Nachkomme des ehemaligen Herzogs residiert mit seiner Familie Crussol d'Uzès noch heute regelmäßig in seinem prachtvollen Ahnensitz, hisst dann als Zeichen die Fahne seiner einst mächtigen Vorfahren und lässt sich ansonsten die Besichtigung seines verwinkelten Anwesens mit dem hübschen Innenhof und der Renaissancefassade samt Aussichtsturm teuer bezahlen.

Ein günstigerer und für einen prächtigen Panoramablick über die ganze Stadt bestens geeigneter Aussichtspunkt ist der *Tour du Roi*, der allerdings nur konditionsstarken und vor allem schwindelfreien Personen empfohlen sei. Er befindet sich im heutigen *Jardin Médiéval d'Uzès*, einem liebevoll angelegten Kräuter- und Heilpflanzengarten, der wie eine stille Oase mitten in der Stadt liegt. Am Rand der Stadt steht ein weiterer bemerkenswerter Turm, der für ganz Frankreich einzigartig ist: der 42 Meter hohe romanische, über fünf Stockwerke mit Bogenöffnungen gestaltete *Tour Fénestrelle*. Der Glockenturm gehört zur einstigen mittelalterlichen Kathedrale *St. Theodorit*, die nach der Zerstörung im 17. Jahrhundert durch einen

Neubau ersetzt werden musste; er ist der einzige freistehende Rundturm der Grande Nation und das Wahrzeichen von Uzès.

Von hier aus kann, wer Ruhe und menschenleere Natur sucht, einen Spaziergang durch die bewaldeten Hügel ins Tal zu jener Quelle unternehmen, deren Wasser bereits von den findigen Römern in der Antike über den legendären *Pont du Gard* bis nach Nîmes geleitet wurde.

Mich zieht es nach einem kleinen Bummel durch die in den frühen Abendstunden meist einsamen engen Seitengassen, deren hübsche Häuser mit zartbunten Fensterläden geschmückt sind, zum Ausklang meiner Uzès-Tage ins Herz der Stadt: zum *Place aux Herbes*. Auf diesem von Arkaden umsäumten Platz möchte man mittwochs und samstags an den Marktständen am liebsten gleich für mehrere Leben einkaufen und vergisst abends in den Cafés und Restaurants für einen Augenblick manche Mühen und Verletzungen des Lebens. Ich nehme das Manuskript aus der Tasche, bestelle nach dem Kaffee doch noch ein Glas Rosé, proste Pierre und Sonny zu und beginne, die letzten Seiten zu lesen. ■



## Nichts geschieht ohne Grund

Können wir vermeiden, was nicht aufzuhalten ist? Können wir uns gegen die Liebe wehren? Pierre konnte es nicht. Er konnte der Leidenschaft und vor allem der Liebe nicht entkommen – und doch ihr Ende nicht aufhalten. Aber Pierre kann und will davon erzählen. Und so schenkt er dem behinderten Sonny zum 16. Geburtstag bei einem Trip in die Provence die Geschichte der wildzärtlichen und alles ändernden Liebe zu dessen Mutter und reist mit ihm dabei an die Ränder des Lebens.

**Gefühlvoll und provokant – mal überbordend, mal frech im Ton – erzählt Dimitri Verhulst die schmerzliche Geschichte einer wilden tiefen Liebe und nimmt uns dabei mit auf einen Road Trip durch die Schönheit der Provence und das Leben selbst.**

Dimitri Verhulst

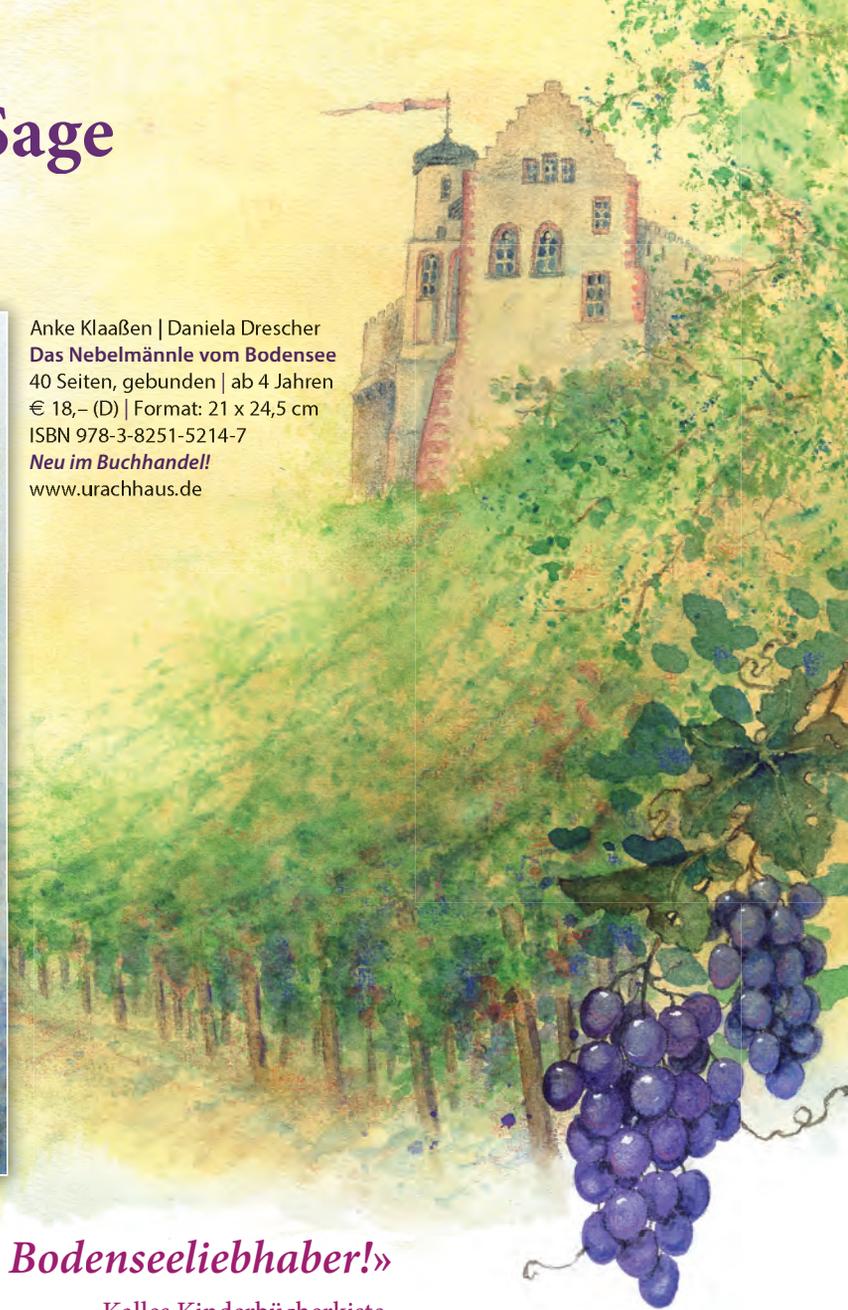
**Den Sommer kannst du auch nicht aufhalten**  
Roman

Aus dem Flämischen von Rainer Kersten  
138 Seiten, mit Lesebändchen, gebunden,  
Fadenheftung mit Schutzumschlag  
€ 18,- (D) | ISBN 978-3-7725-3010-4  
☞ auch als eBook erhältlich  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

# Die geheimnisvollste Sage vom Bodensee



Anke Klaaßen | Daniela Drescher  
**Das Nebelmännle vom Bodensee**  
40 Seiten, gebunden | ab 4 Jahren  
€ 18,- (D) | Format: 21 x 24,5 cm  
ISBN 978-3-8251-5214-7  
*Neu im Buchhandel!*  
[www.urachhaus.de](http://www.urachhaus.de)



«Ein tolles Kinderbuch – nicht nur für Bodenseeliebhaber!»

Kalles Kinderbücherkiste

Warst du schon mal am Bodensee? Und alles hing voll grauer Schwaden? Dann hat das Nebelmännle wohl gerade eines seiner rauschenden Nebelfeste gefeiert – mit Wassernymphen, Wellenkuglern und allem drum und dran.

Alte Sagen erzählen, wie ein Ritter von Bodman den Nebel loswerden wollte. Als der silberbärtige Nebelwicht dann jedoch wirklich fort war, hatte sich auch alle Freude verabschiedet ...

**Anke Klaaßen erzählt den Sagenstoff schwungvoll für Kinder von heute und Daniela Dreschers prächtige Bilder fangen das Glitzern der märchenhaften Welt der Ritter und Naturgeister auf zauberhafte Weise ein.**



Buchtrailer

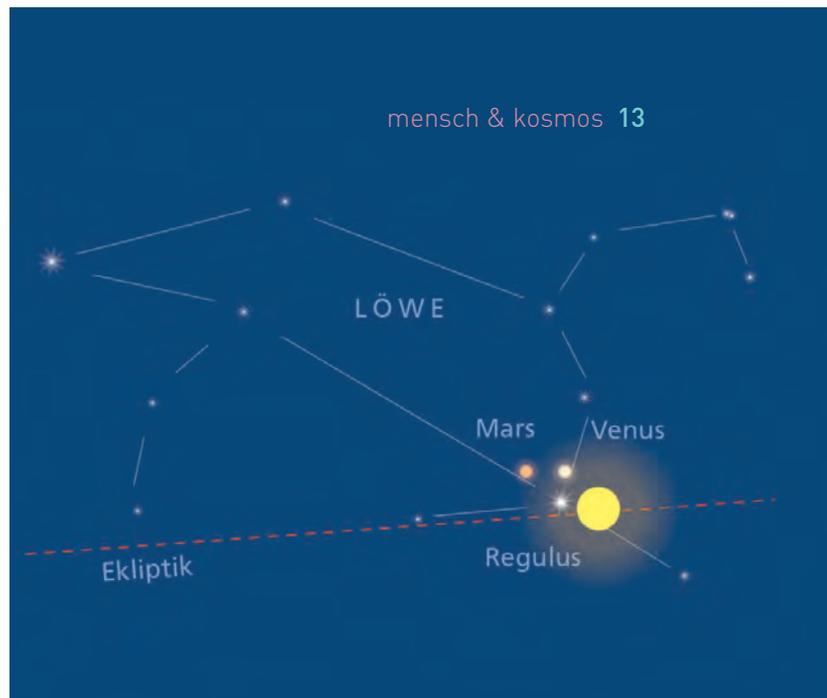


# KÖNIGLICHE VERSAMMLUNG

von Wolfgang Held

Es gibt nur einen hellen Stern im Tierkreis, der auf der Sonnenbahn liegt und somit jedes Jahr in den Glanz der Sonne eintaucht. Mit gutem Recht trägt er deshalb den Namen «Regulus», also Königsstern. Es ist der Hauptstern des Löwen, dieses markanten Tierkreisbildes, durch das die Sonne am 23. August zieht.

Als der Tierkreis in der Antike bestimmt wurde, stand die Sonne zum Frühlingsanfang im Stier. Ob in der Minoischen Kultur auf Kreta oder auch im Alten Ägypten, überall nimmt deshalb das Stiersymbol eine zentrale Stellung ein. Der Stier galt in diesen Kulturen als Bild für all die Willenskraft, die man auf der Erde braucht, die einem die Erde aber auch zu schenken vermag. Stand die Sonne in dieser Frühzeit zum Frühlingsanfang im Stier, so stand sie drei Tierkreisbilder weiter zur Zeit der Sommersonnenwende im Löwen. Regulus, der Hauptstern des Bildes, das Herz des Löwen, markierte den höchsten Sonnenpunkt und hat vermutlich auch wegen dieser thronenden Stellung seinen königlichen Namen erhalten. Zudem ist ja das ganze Bild «Löwe» ein König. Nicht nur, weil man den Löwen als König der Tiere versteht, er vom Mykenischen Löwentor bis zum Stadttor des antiken Babylon und dem Palast des chinesischen Kaisers die großen Pforten der Geschichte beherrschte, der Löwe ist noch aus einem anderen Grund königlich: Als



einzig Wildkatze vermag er seine Angriffslust und Aggressivität so zu zügeln, dass er in einer Gemeinschaft leben kann. Panther, Leopard oder Gepard sind Einzelgänger.

Dieses Jahr betonen nun Mars, Venus und Sonne gemeinsam diesen Königsstern des Löwen. Um den 21. August sind sie eng bei ihm versammelt. Man kann dieses Königstreffen zwar nicht beobachten, aber man kann in diesen Augusttagen zur Sonne schauen und um sie den Löwen mit Regulus, Mars und Venus denken. Mars und Venus sind die beiden planetarischen Nachbarn der Erde. Beide spiegeln eine Seite der Erde. Venus hat mit 12.103 km Durchmesser beinahe die gleiche Größe, und Mars hat mit einer Rotationsperiode von 24 Stunden und 37 Minuten etwa die gleiche Tageslänge wie die Erde. Einmal räumlich, einmal zeitlich spiegeln sich in den sonst so fremden Himmelskörpern «irdische Verhältnisse».

In der Malerei gibt es eine bekannte mythische Begegnung von Venus und Mars. Botticelli hat sie gemalt. Man sieht auf dem Gemälde Venus, die Göttin der Schönheit und Liebe, mit wachem Blick. Ihr gegenüber schlummert Mars, der Kriegsgott. Vier junge Faune spielen mit seinen Waffen und seinem Helm, einer von ihnen bläst dem schlafenden Mars sogar mit einem Horn ins Ohr. Doch selbst dieser Lärm kann den so entspannt und friedlich daliegenden Gott des Krieges nicht wecken. Woher kommt der Friede, der ihn so verzaubert hat? Das Antlitz von Venus und der feine Faltenwurf ihres Gewandes könnten eine Antwort sein ...

Das Gemälde verrät viel über das Zusammenspiel von Kraft und Güte. Was in Mars als zerstörerische Leidenschaft tobt, das kehrt sich bei Venus nach innen. Im August nun ereignet sich dieses Zusammenspiel im Tierkreisbild Löwe. ■

**Wolfgang Held** studierte Pädagogik und Mathematik. Er ist Beauftragter für Kommunikation am Goetheanum und Autor zahlreicher Bücher. Im Verlag Freies Geistesleben erschien u.a. [So kommt das Neue in die Welt](#) (103 Seiten, kartoniert, 10,- Euro, ISBN 978-3-7725-2876-7).

# JOHANNES KEPLER

## 400 Jahre Harmonices Mundi

von Wolfgang Held

Wer kurz- oder weitsichtig ist, kennt die Einteilung seiner Brillengläser in ein, zwei oder mehr Dioptrien. Sie geht auf den Astronomen Johannes Kepler (1571 – 1630) zurück, der in seinem Buch *Dioptrice* dafür das wissenschaftliche Fundament legte. Eine neue Art zu denken und zu rechnen, die von Kepler angestoßen wurde, hat ihren Ausgangspunkt in einem ganz praktischen Problem des damaligen Alltags: Wenn vor Keplers Haus ein Weinhändler vorfuhr, ließ er sich mit eigenen Flaschen und Schläuchen vom großen Weinfass etwas abfüllen. Was den Astronomen daran störte, war die Art der Messung: Vor und nach dem Abzapfen wurde eine Stange mit gleichmäßigen Markierungen ins bauchige Fass getaucht, und die abgezapfte Weinmenge wurde mithilfe dieser Markierungen berechnet. Das hieß aber: Wer bei halbvollem Weinstand bedient wird, hat Glück und erwischt den Bauch des Fasses und zahlt daher weniger. Wie also, so beginnt Kepler zu überlegen, muss die Skala beschaffen sein, um die bauchige Form des Fasses mit abzubilden? Kepler entwickelt so, beinahe nebenbei, als Erster die Integralrechnung.

Doch sein eigentliches Interesse gilt den Sternen und Planeten und der Suche nach der verborgenen Musik in ihrem Lauf. Sein Buch hierzu trägt den vollständigen Titel: *Joannis Kepleri Harmonices Mundi Liberi Quinque* («Johannes Keplers Weltharmonik in fünf Büchern»). Im Sommer 1619, vor 400 Jahren also, veröffentlicht Kepler das umfangreiche Werk. Die Wurzeln des Buches reichen in Keplers Jugend, denn schon als junger Mann vermutet

er die platonischen Körper als Ordnungskraft für die Planetenabstände. Nun schreibt er in seiner Vorrede zu *Harmonices Mundi*: «Jetzt hält mich nichts mehr zurück. Jawohl, ich überlasse mich heiliger Raserei! ... Wohlan, ich schreibe ein Buch für die Nachwelt. Mir ist es gleich. Es mag hundert Jahre seines Lesers harren.»

Was ihn seit seiner Jugend antreibt, ist die Idee und die Suche, wie und wo im Weltall sich eine Harmonie finden lasse. Denn diese Harmonie sei das Echo der Schöpfung, sie zeige, dass ein Gott alles geschaffen habe – und wir, die wir die Harmonie erkennen können, seien deshalb selbst göttlichen Ursprungs. «Gott wollte die Harmonie uns erkennen lassen, als er uns nach seinem Ebenbild erschuf, damit wir Anteil bekämen an seinen eigenen Gedanken», schreibt Kepler in einem Brief. Und viele Jahre später formuliert er noch einfacher: «Die Geometrie ist einzig und ewig, ein Widerschein aus dem Geiste Gottes. Dass die Menschen an ihr teilhaben, ist mit eine Ursache dafür, dass der Mensch ein Ebenbild Gottes ist.»

Um dieser Teilhabe willen versucht Kepler zu verstehen, warum etwa die Saiten einer Geige oder Gitarre wohlklingen, wenn ihr Längenverhältnis 2 : 3 oder 1 : 4 ist, aber nicht, wenn ihr Verhältnis 2 : 7 beträgt. In seiner «Weltharmonik» schlägt er die Brücke von der Geometrie zur Musik. Verhältnisse, die schön klingen, so zeigt Kepler, sind diejenigen, die sich konstruieren lassen. Was in seiner Seele als die Liebe zu Pythagoras und dessen Idee von Harmonie und Freundschaft der Dinge lebt, will

Kepler mit seinem wachen, nüchternen mathematischen Geist zusammenbringen. «Ich will nichts aus der Mystik der Zahlen beweisen und halte dies auch nicht für möglich», so grenzt er sich von den vielen Zahlenspekulationen der damaligen Zeit ab – und sucht auf Umwegen und manchmal auch Irrwegen, die Schönheit und Harmonie des Weltalls, von der er so überzeugt ist, zu beweisen.

Es ist nicht nur die Spannung zwischen altem spirituellem Wissen und moderner, auf Beweis und Rechnung fußenden Wissenschaft, die an Kepler zerrt. Gleiches gilt auch persönlich. Gerade in den Jahren der Veröffentlichung von *Harmonices Mundi* ist er in eine Vielzahl schwerer Probleme, Tragödien und Herausforderungen verstrickt. In der Welt bahnt sich der Dreißigjährige Krieg an, und Kepler warnt in seinen Kalendern, die damals immer auch einen astrologisch-prophetischen Teil hatten, vor der religiösen Rechthaberei und dem Abgrund, der sich dadurch auftut. Er selbst verliert dadurch – zu seinem großen Leid – die Erlaubnis, am kirchlichen Abendmahl teilzunehmen. 1618 ist Linz sein Lebensort, und dort ereilt ihn die Nachricht, seine Mutter werde durch vielfältigen Rufmord angeklagt, eine Hexe zu sein. Er muss immer wieder nach Württemberg eilen, um sie mit all seiner Autorität als Europas führendem Astronom vor Gericht zu verteidigen. Außerdem verlieren er und seine zweite Frau in diesen Jahren zwei Kinder in frühestem Alter.

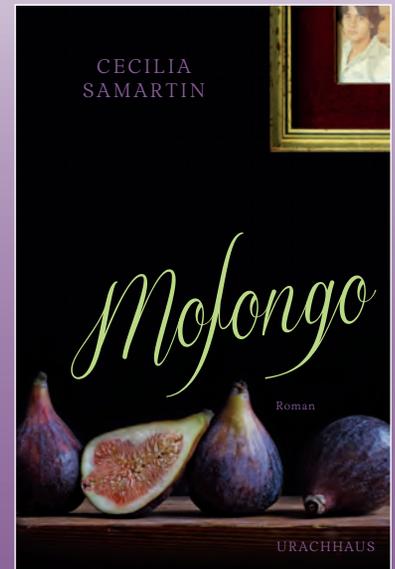
All diese düsteren Wolken halten ihn jedoch nicht davon ab, an eines der tiefen Geheimnisse des Kosmos zu rühren: Warum laufen die Planeten gerade so und nicht

anders um die Sonne? Verborgenen in all den harmonischen und geometrischen Überlegungen findet sich im Werk *Harmonices Mundi* das heute sogenannte «3. Keplersche Gesetz»: «Die Quadrate der Umlaufzeiten zweier Planeten verhalten sich wie die Kuben der großen Halbachse der Ellipse». Das klingt kompliziert, zeigt aber zugleich Keplers geniale Art zu denken. Wieder nimmt er zur Erklärung der Phänomene eine höhere Perspektive ein. Jetzt, in den *Harmonices Mundi*, will er seiner Jugendidee, dass die einzelnen Planetenbahnen untereinander in Beziehung stehen, die Treue halten; also vergleicht er sie miteinander. Dabei entdeckt er, dass die Quadrate der Umlaufzeiten der Planeten der dritten Potenz, also den Kuben, der mittleren Abstände zur Sonne entsprechen. Kepler macht die Zeit zur Fläche, und die Abstände macht er zum Raum. Im doppelten Sinne nimmt er eine höhere Perspektive ein und findet so den geheimnisvollen Zusammenhang von Sonnenabstand und Umlaufgeschwindigkeit der Planeten. Welch ein Einfall!

Johannes Kepler, der an der Schwelle zur Neuzeit steht und zu den Begründern der modernen Wissenschaft gehört, repräsentiert die Verbindung von Ideenkraft und mathematischer Präzision. Dass er es dann bei seinen vielen Überlegungen zur Harmonie im Planetensystem zuließ, dass sich Ungenauigkeiten in die Zahlen schlichen, zeigt vielleicht auch eine Sehnsucht in ihm, in einer rationalen Wissenschaftswelt den Hymnus auf eine harmonisch aufgebaute Schöpfung – in der Nachfolge der griechischen Astronomen und Philosophen Pythagoras, Proklos und Ptolemäus – nicht verklingen zu lassen. ■

**Wolfgang Held**, 1964 geboren, studierte Pädagogik und Mathematik und war viele Jahre Mitarbeiter in der Mathematisch-Astronomischen Sektion am Goetheanum in Dornach. Seit der ersten Ausgabe schreibt er für unser Magazin a tempo, aktuell die Rubrik «mensch & kosmos». Im Verlag Freies Geistesleben erschien u.a. sein Buch *Alles ist Zahl – Was uns die Zahlen 1 bis 31 erzählen*.

Foto: johoelken / photocase.de



## Ein bewegender Familienroman

Abuela Lola ist alt und soll in ein Pflegeheim, aber davon will sie nichts wissen. Ihr Enkel Sebastian hat einen Herzfehler und ist in seine Lehrerin verliebt. Nachdem er herausgefunden hat, dass auch sein Vater ein Auge auf sie geworfen hat, hängt der Haussegen ziemlich schief. Doch Lola weiß, wie sie die Welt mit ihren verführerischen Kochkünsten wieder in Ordnung bringen kann ...

*Ein faszinierender, vielschichtiger Familienroman. Man verschlingt ihn wie ein kulinarisches Meisterwerk – garniert mit einer Prise typisch südamerikanischem magischem Realismus.*

Cecilia Samartin  
**Mofongo**  
Roman

Aus dem Englischen von Gloria Ernst  
416 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag  
€ 22,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7848-2  
☞ auch als eBook erhältlich  
[www.urachhaus.de](http://www.urachhaus.de)

# AUGUST



**Rembrandt** Harmenszoon van Rijn  
\* 15. Juli 1606 in Leiden  
† 4. Oktober 1669 in Amsterdam

**Badende Frau** (Hendrickje Stoffels)  
1654, Öl auf Holz, 61,8 x 47 cm  
National Gallery, London

## Mit Rembrandt durch das Jahr 8 :

### Pietät vor der Natur

«Wenn man Frans Hals sieht, bekommt man Lust zum Malen, wenn man Rembrandt sieht, möchte man es aufgeben. [...] weil die Empfindung wieder anfängt, die Hauptsache zu werden in der Kunst, ist uns Rembrandt näher als irgendeiner der großen Meister. Und ein zweites Moment lässt uns ihn so eminent modern erscheinen. Das ist seine Pietät vor der Natur.»

**Max Liebermann** in einem Brief an Woldemar von Seidlitz, 1894, zitiert nach der im Rowohlt Taschenbuch Verlag 2006 u. 2015 erschienenen Monographie *Rembrandt* von Christian Tümpel.

## SO 28

15. Woche nach Ostern

☾♁ 10<sup>h</sup>  
1869 Carl Gustav Carus †, dt. Arzt und Maler (\* 03.01.1789). Letzte Etappe der diesjährigen Tour de France von Rambouillet auf die Champs-Élysées in Paris.  
⊙ 04:40 / 20:16  
☾ 00:56 / 16:59

## MO 29

KW 31

Martha, Schwester des Lazarus

## DI 30

☾♁ 15<sup>h</sup>  
1419 Erster Prager Fenstersturz.  
Beginn der Hussitenkriege.

## MI 31

Juli

☾♁ 5<sup>h</sup>, ☾♁ ♀ 22<sup>h</sup>  
1919 Weimarer Verfassung durch die Deutsche Nationalversammlung beschlossen.  
1919 Primo Levi \*, ital. Schriftsteller u. Überlebender des Holocaust. 1947 erschien sein autobiograph. Bericht «Se questo è un uomo» / «Ist das ein Mensch?» († 11.04.1987).

## DO 01

● Neumond 04:12, ☾♁ ♀ 22<sup>h</sup>  
1819 Hermann Melville \* in New York City, amerik. Schriftsteller. 1851 erschien sein Romanepos «Moby Dick», 1853 seine Erzählung «Bartleby der Schreiber» († 28.09.1891).

In der Schweiz Bundesfeiertag

## FR 02

1612 Saskia van Uylenburg \* in Leeuwarden, Rembrandts erste Frau († 14.06.1642 in Amsterdam).

## SA 03

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

Wegen der Sommerzeit ist allen hier angegebenen Zeiten eine Stunde hinzuzuzählen.

## SO 04

16. Woche nach Ostern

Vor 75 Jahren (1944) wurde Anne Frank in Amsterdam verhaftet.

⊙ 04:50 / 20:05  
☾ 08:59 / 22:08

## MO 05

KW 32

## DI 06

1619 Barbara Strozzi \* in Venedig, Komponistin u. Sängerin († 11.11.1677 in Padua).  
1945 Atombombe auf Hiroshima  
1969 Theodor W. Adorno †, dt. Philosoph, Soziologe, Musikwissenschaftler u. Komponist (\*11.09.1903).

## MI 07

● Erstes Viertel  
1869 Gründung der Sozialdemokratischen Arbeiterpartei in Eisenach

## DO 08

1769 Charles Messier entdeckt Komet «1769 Messier», den Großen Kometen von 1769.

## FR 09

☿ Größte westl. Elongation  
1919 Ernst Haeckel †, dt. Zoologe (\* 16.02.1834).  
Vor 77 Jahren (1942) wurde die dt.-jüdische Philosophin und Ordensschwester Edith Stein im KZ Auschwitz-Birkenau ermordet (\* 12.10.1891).  
1945 Atombombe auf Nagasaki

## SA 10

☾♁ 0<sup>h</sup>  
1519 Ferdinand Magellan beginnt von Sevilla aus seine geplante Weltumseglung.

**SO 11**

17. Woche nach Ostern

☾ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Löwe.  
1519 Johann Tetzel †, Dominikaner (\* um 1460).  
1919 Andrew Carnegie †, amerik. Industrieller u. Philanthrop (\* 25.11.1835).  
🕒 05:01 / 19:52  
🌙 17:33 / 00:55

**MO 12**

KW 33

☾☾☾ 11<sup>h</sup>  
1569 Polen u. Litauen in Realunion vereinigt (Union von Lublin).  
Vor 75 Jahren (1944) fand das Massaker von Sant'Anna di Stazzema durch deutsche Truppen statt.

**DI 13**

☾☾☾ 22<sup>h</sup>  
1919 George Shearing \*, brit. Komponist und Jazz-Pianist († 14.02.2011 in New York City).

**MI 14**

♀ obere ☾☾ 7<sup>h</sup>  
1869 Carl Graf von Keyserlingk \*, Landwirt († 29.12.1928).  
Gutsbesitzer in Schlesien. Auf seine Einladung entstand der «Landwirtschaftliche Kurs» Rudolf Steiners in Koberwitz zur Begründung der biologisch-dynamischen Landwirtschaft.

**DO 15**

☾ Vollmond 13:29, ☾☾♀ 14<sup>h</sup>  
1769 Napoleon Bonaparte \*, franz. Feldherr u. Kaiser († 05.05.1821).  
1969 Beginn des legendären dreitägigen Rock-Festivals in Woodstock / Bethel im US-Bundesstaat New York.  
**Mariä Himmelfahrt / In kath. Ländern ges. Feiertag**

**FR 16**

☾☾☾ 2<sup>h</sup>  
1419 Wenzel IV. †, König von Böhmen u. röm.-dt. König (\* 26.02.1361).

**SA 17**

1961 Ludwig Mies van der Rohe †, dt.-amerik. Bauhaus-Architekt (\* 27.03.1886).

**SO 18**

18. Woche nach Ostern

☾ 05:12 / 19:39  
☾ 21:09 / 07:54

**MO 19**

KW 34

1919 Malcom Stevenson Forbes \*, amerik. Industrieller, Ökonom, Verleger († 24.02.1990).

**DI 20**

In Ungarn ges. Feiertag (Stephenstag)

**MI 21**

**DO 22**

**FR 23**

🕒 Letztes Viertel  
☾☾☾ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Jungfrau. Beginne mit der Monatstugend «Höflichkeit – wird zu Herzenstakt.»

**SA 24**

♀☾☾ 18<sup>h</sup>, ☾☾♀ 19<sup>h</sup>

Bartholomäus, Apostel in Indien, einer der 12 Jünger Jesu.  
In der Ukraine Nationalfeiertag [1991 unabhängig].

**SO 25**

19. Woche nach Ostern

1819 James Watt †, schott. Erfinder (\* 19.01.1736 jul. / 30.01.1736 greg. in Greenock).  
Vor 75 Jahren (1944) Massaker von Maillé, 30 km südlich von Tours, durch deutsche Truppen.  
☾ 05:23 / 19:24  
☾ - / 15:50

**MO 26**

KW 35

☾☾☾ 23<sup>h</sup>

In England gesetzl. Bankfeiertag.

**DI 27**

1969 Erika Mann † in Zürich, Schriftstellerin, Schauspielerin, Kabarettistin u. Journalistin (\* 09.11.1905 in München).

**MI 28**

**DO 29**

1619 Jean-Baptiste Colbert \* in Reims, franz. Staatsmann († 06.09.1683 in Paris).  
Gedenktag der Enthauptung Johannes des Täufers.  
In der Slowakischen Republik Nationalfeiertag (Aufstand 1944).

**FR 30**

● Neumond 11:37  
☾☾☾ 3<sup>h</sup>, ☾☾☾ 13<sup>h</sup>, ☾☾♀ 19<sup>h</sup>

**SA 31**

Vor 33 Jahren (1986) starb der engl. Bildhauer u. Zeichner Henry Moore (\* 30.07.1898).

Redaktion: Lin

京にても京なつかしやほととぎす

Kyō nite mo / Kyō natsukashi ya / hototogisu\*

In Kyoto

sich sehnd nach Kyoto

Vogel der Zeit

Ein Haiku von Matsuo Bashō

\* 1644 in Akasaka, † 28.11.1694 in Osaka

\* Während seines Aufenthaltes in der Hauptstadt Kyoto sehnt sich Bashō beim Ruf des Vogels, der in Japan «hototogisu» genannt wird und meistens mit «Kuckuck» übersetzt wird, nach dem alten Kyoto. Der «cuculus poliocephalus» wird auch «Gackelkuckuck», «Kleiner Kuckuck» oder «Rötelkuckuck» genannt. Hier greifen wir die Nachdichtung von Lucien Stryk auf in seiner bei Penguin Classics erschienenen Auswahl der Haiku von Bashō in dem Band «On Love and Bartley – Haiku of Bashō»: Bird of time – / in Kyoto, pining / for Kyoto.



# TÄUSCHUNGSMANÖVER

von Walther Streffer

In der kognitiven Tierpsychologie ist die Fähigkeit, sich in die Lage eines anderen zu versetzen, ein heißdiskutierter Bereich, der bisher als typisch menschlich galt. Das soll am Lernprozess einer jungen Saatkrähe dargestellt werden.

Saatkrähen leben in Kolonien. Aufgrund ihrer guten Gedächtnisfähigkeit lernt eine junge, flügge Krähe sehr schnell alle Mitglieder der Gruppe individuell kennen und kann sich an diese erinnern; sie erlernt die arttypischen stimmlichen Äußerungen der Artgenossen und kann so akustisch mit diesen kommunizieren.

Wenn die junge Saatkrähe satt ist, beginnt sie überzähliges Futter entweder angeborenermaßen oder durch Nachahmung in der Erde zu verstecken. Sie kann sich an Ort, Inhalt und Zeit ihrer Futterlagerung erinnern, was einem episodischen Gedächtnis entspricht. Das geschieht anfangs in sorgloser Weise, also ohne dabei auf andere Krähen zu achten. Dann aber stellt die junge Krähe zum ersten Mal fest, dass ihr Versteck geplündert worden ist – oder sie sieht, wie eine andere Krähe das Futter stiehlt. Durch diese schlechte Erfahrung beginnt der Lernprozess, beim Nahrungsverstecken darauf zu achten, ob und gegebenenfalls von wem sie beobachtet wird.

Falls sie sich nun während des Nahrungsversteckens beobachtet fühlt, gräbt sie das Futter wieder aus, um es an einen unge-

störten Platz zu bringen. Durch genaues Beobachten der älteren Artgenossen lernt sie jedoch, dass es vorteilhaft ist, das Futter nicht vor den Augen der anderen auszugraben. Sie verhält sich deshalb so, als hätte sie nichts bemerkt und bewegt sich in der Nähe des Verstecks so unauffällig wie möglich hin und her. Sobald aber jene Krähe, von der sie beobachtet wurde, wegfliht, gräbt die junge Krähe das Futter schnell wieder aus und versteckt es an einer anderen Stelle.

Eine Steigerung der neu gelernten Fähigkeit ist nun, wenn die junge Krähe Scheinverstecke anlegt, um die anderen zu täuschen, zum Beispiel statt des Futters einen Stein vergräbt. Derartige Täuschungsmanöver erfolgen stets im Einklang mit höher entwickelten kognitiven Fähigkeiten: Die junge Krähe kennt die Artgenossen inzwischen gut; sie lernt das Verhalten der anderen einzuschätzen, deren Absichten zu erkennen und das eigene Vorhaben durch Täuschungsaktionen immer besser zu verbergen.

Der Fähigkeit, eigene Absichten verbergen zu können, geht vermutlich eine andere voraus, nämlich seine Absichten kund zu tun. In jedem Falle muss man sich in die Artgenossen hineinversetzen können, was zugleich

ein gewisses Maß an Selbstwahrnehmung bedeutet. Aufgrund der Vorsicht und des entwickelten Misstrauens ahnen Krähen offenbar manche Reaktion der anderen voraus und greifen ihnen durch Täuschungsaktionen vor. Krähen scheinen mentale Repräsentationen auszubilden, was Artgenossen wissen und fühlen. So hängen verschiedene Lernfaktoren eng zusammen und zeigen, wie vielfältig die Intelligenzbildung im Tierreich auch durch Täuschung vorangetrieben werden kann.

Es konnte inzwischen nachgewiesen werden, dass nicht nur Rabenvögel, sondern auch Papageien, Menschenaffen, Elefanten und Delfine sich in ihre Artgenossen hineinversetzen können. Schimpansen scheinen nicht nur vorausschauend zu planen, sondern sich auch vorstellen zu können, wie ein Artgenosse in einer bestimmten Situation handeln würde.

Besonders innerhalb von sozial lebenden Gruppen ist diese Fähigkeit sehr wichtig, und ohne sie wären Scheinhandlungen, um beispielsweise Artgenossen zu täuschen, nicht möglich. Eine wichtige Voraussetzung für derart kluges Handeln ist die soziale bzw. emotionale Intelligenz der Tiere, die weltweit immer mehr Beachtung findet. ■

Walther Streffer war lange Jahre als Buchhändler und Antiquar tätig. Er ist Mitglied der Deutschen Ornithologen-Gesellschaft, des BUND sowie weiterer Naturschutzorganisationen und Autor zahlreicher Bücher, so u.a. des Buches [Über die Art hinaus. Die Bedeutung intelligenter Individuen für die Evolution der Tiere](#) (366 Seiten, geb. mit Schutzumschlag, 49,- Euro, Verlag Freies Geistesleben ISBN 978-3-7725-2694-7).

# HERMAN MELVILLE

GEBOREN AM 1.8.1819



Illustration: Daniel Seex / www.thejoyofseex.com

« Was auch immer die Zukunft bringt,  
fürchte dich nicht davor, etwas zu tun. »



Bild: Anne Sommer-Solheim

# BEGLEITUNG UND BESTATTUNG

von Markus Sommer

Man sagt ein Mensch sei von uns gegangen, wenn er gestorben ist. Und doch scheint er erst einmal noch da zu sein. Kurz nachdem Atem und Herzschlag zur Ruhe gekommen sind, sieht er so aus wie zuvor. Allerdings regt sich nichts mehr und manchmal entspannen sich auch die Gesichtszüge allmählich, wenn sie zuvor angestrengt wirkten. «Er (oder sie) selbst» aber ist weder durch Ansprache zu erreichen, noch antwortet er. Das ist im tiefen Schlaf oder gar Koma allerdings auch nicht anders. Dennoch ist uns allen klar, dass Entscheidendes gegangen ist und nicht wiederkommen wird.

Poetisch spricht man davon, jemand habe im Vorgang des Sterbens «seine Seele ausgehaucht» und tatsächlich sind das Fehlen des Atems und aller Zeichen seelischer Reaktionsfähigkeit erst einmal die deutlichsten Veränderungen, die wir wahrnehmen. Der letzte Augenblick des Lebens besteht oft in einem tiefen Ausatmen. Das Leben ist dagegen nicht von einem Augenblick zum anderen gewichen. Noch über Stunden bleiben Muskeln erregbar, Haare wachsen noch und die Hornhaut des Auges bleibt bis zum dritten

Tag nach dem Tod so lebendig, dass sie entnommen und nach einer Transplantation auf dem Auge eines Lebenden anwachsen kann, um ihm zu neuer Sehfähigkeit zu verhelfen.

Es mag ein instinktives Wissen um solche Zusammenhänge gewesen sein, durch welche sich in vielen Regionen der Erde Traditionen gebildet haben, frühestens drei Tage nach dem Tod die Bestattung stattfinden zu lassen – und oft auch noch in diesem Zeitraum besondere Abschiedsrituale wie beispielsweise eine Aufbahrung und schließlich Aussegnung durchzuführen. Nur in sehr warmen Klimaten ist es üblich, die Bestattung früher zu vollziehen. Ein anderer Grund für solche Traditionen mag in der Tatsache liegen, dass ein tiefes Koma mit sehr flacher Atmung nicht ohne weiteres vom Tod zu unterscheiden war und man vorsichtshalber vor eine Bestattung noch innehalten wollte.

Auch für Angehörige ist es hilfreich, wenn ein allmählicher Abschied ermöglicht wird. In meiner Zeit als Klinikarzt war ich oft betroffen davon, wenn kurz nach dem Tod das Zimmer geräumt und ein Verstorbener abgedeckt und sofort «in den Keller» oder gar

in einen Kühlraum verbracht wurde. Glücklicherweise haben sich die Zeiten geändert und Ruhe und Respekt für diesen bedeutsamen Lebensmoment treten mehr ins allgemeine Bewusstsein. Heute ist es fast überall möglich, wenigstens einen Tag lang im Sterbezimmer oder einem Abschiedsraum eine Zeit der Ruhe und der Begleitung durch stille Anwesenheit zu ermöglichen. Oft verändern sich dabei noch einmal die Gesichtszüge – und nicht selten erscheint ein Lächeln um die Mundwinkel oder ein feierlich-ernster Zug.

Erst unlängst habe ich erlebt, dass eine alte Frau starb, die infolge einer fortschreitenden Hirnerkrankung schon viele Jahre nicht mehr sprechen konnte und auch ihre Gehfähigkeit schon lange eingebüßt hatte. Ihr Sohn hat sich aufopferungsvoll Tag und Nacht um sie gekümmert, ohne sie auch nur einen Tag allein zu lassen. Zwar war er vollkommen erschöpft und dennoch verzweifelt über den Tod der Mutter. Er rief ihr zu, dass sie zurückkommen solle, weil er sie doch brauche. Aber er erhielt keine Antwort. Dafür nahm er jedoch wahr, dass es hell und friedlich um sie wirkte und er den Eindruck hatte, sie selbst

sei noch gar nicht ganz verschwunden. Das änderte sich erst nach zwei Tagen, als die Spannkraft der Gesichtsmuskeln nachließ und er spürte, dass der Körper, der da im Bett lag, nicht mehr die Mutter war, sondern wie eine Hülle wirkte, deren geistiger Kern nun an einem anderen Ort weilte. Jetzt war es auch leichter für ihn als der Bestatter kam und sie sorgsam in den Sarg legte, der aus dem Haus getragen wurde. Die Bestattungsfeier wurde zu einem richtigen Fest, bei dem Bilder aus dem reichen Leben der Verstorbenen gezeigt wurden, in einer Ansprache ihre Biographie vergegenwärtigt wurde und in einem Ritual davon die Rede war, dass der sterbliche Leib nun den vergänglichen Elementen übergeben wird, die Seele aber in ein Reich des Lichtes eingeht. Als schließlich der Sarg in die Erde gesenkt wurde, ließen die Trauergäste Ballons los, die in den Himmel stiegen. Für alle wurde so spürbar, dass das eigentliche Wesen der Verstorbenen einen anderen Weg nimmt als ihr Leib, der sie ein Leben lang getragen, der ihr aber zuletzt zu einer Last geworden war. Der Sohn, der zunächst so verzweifelt gewesen war, sagte mir, dass er gar nicht mehr traurig sei und den Moment des Abschieds jetzt nicht mehr nur als Verlust empfunden habe, sondern dass er das Gefühl hatte, der Seele seiner Mutter nun auf andere Weise begegnen zu können.

Anfangs waren die Hinterbliebenen gar nicht sicher gewesen, ob sie eine Trauerfeier abhalten sollten, aber jetzt erlebten sie wie gut dies ist. Menschen, die durch die Verstorbene verbunden waren, begegneten sich nach langer Zeit wieder – oder manchmal sogar zum ersten Mal. Sie konnten miteinander von

der Verstorbenen sprechen, und vor allem war die Freude spürbar, dass es diese besondere Frau gegeben hat. Jeder wusste andere Aspekte ihres Wesens zu schildern.

Immer wieder erlebe ich, dass ein bewusstes Gestalten der Tage nach dem Tod und eine angemessene Abschiedsfeier einen großen Trost darstellen können und mit dem Gefühl verbunden sind, dem Verstorbenen gerecht zu werden. Dass dabei heute vieles ganz persönlich gestaltet wird und viele nicht mehr glauben, alles einfach an eine Institution – sei es Krankenhaus, Kirche oder Bestatter – abgeben zu müssen, scheint mir ein großer Fortschritt zu sein. Eine Patientin, die wusste, dass ihre Krankheit nicht heilbar war, hat schon Jahre vor ihrem Tod einen Sarg ausgesucht und mit Blumen, dem See, auf den sie aus ihrem ihr Fenster schaute, und die von ihr geliebten, schneebedeckten Berge gemalt. In anderen Fällen haben Angehörige nicht nur Teile der Trauerfeier gestaltet, sondern ihren Verstorbenen im Sarg auf Moos gebettet, alle Blumen, die er liebte und sogar einen Zweig mit einem Apfel daran in den Sarg gelegt. Bei einer anderen Patientin, die daheim gestorben war, haben Verwandte und Nachbarskinder Bilder gemalt und ihr als Abschiedsgeschenk mitgegeben. Überhaupt erlebe ich immer wieder, dass es gerade Kindern helfen kann, wenn der Tod eines Angehörigen nicht verborgen wird, sondern sie aktiv den Abschied mitbegleiten können. Manchmal glaube ich gar, dass sie, die erst vor wenigen Jahren die Erde betreten haben, es als selbstverständlich ansehen, dass ein Mensch auch wieder zurück in die Welt seines Ursprungs gehen kann. ■

**Markus Sommer** ist niedergelassener Arzt mit klinischer Erfahrung in den Bereichen Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geriatrie, Neurologie und in der praktischen Anwendung von Homöopathie und Anthroposophischer Medizin.



## Begegnungen mit faszinierenden Substanzen

Es gibt kaum einen Lebensbereich, in dem wir uns die Eigenschaften von Metallen nicht zunutze machen. Doch auch jenseits ihres alltäglichen Einsatzes vermögen uns die Metalle durch ihren vielschichtigen Charakter und ihre tiefen Beziehungen zum menschlichen Leben immer wieder in ihren Bann zu ziehen.

*Mit faszinierenden Fotos, hochinteressanten und teilweise überraschenden Informationen bringt Markus Sommer uns Lesern die Welt der Metalle und Mineralien nahe. Sein Buch schenkt uns tiefe Einblicke in ihr faszinierendes Wesen und ihre erstaunlichen Heilungspotenziale. Ein Buch für alle, die den Geheimnissen der Metalle und Mineralien nachspüren möchten.*

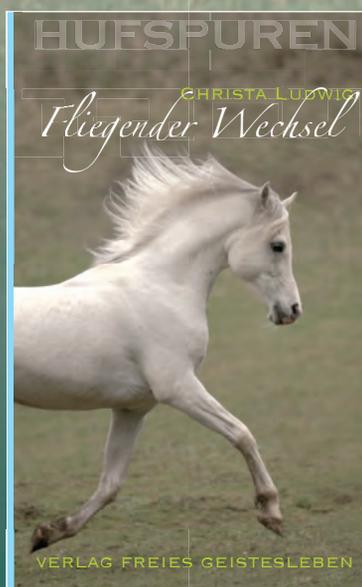
Markus Sommer  
**Metalle und Mineralien als Heilmittel**  
 Begegnungen mit faszinierenden Substanzen  
 624 Seiten, mit zahlr. Farbfotos, gebunden  
 € 36,- (D) | ISBN 978-3-8251-8002-7  
 www.urachhaus.de

# HUFSPUREN

# Der Himmel auf Pferden



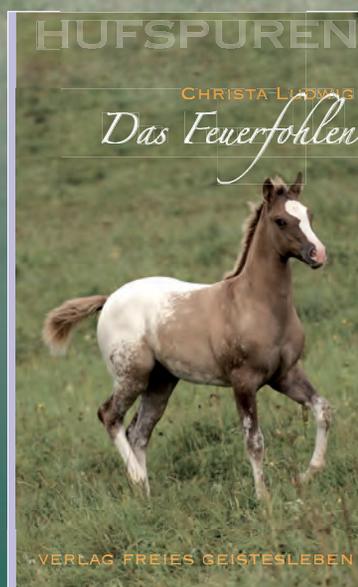
... erzählt von *Christa Ludwig*



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 s/w-Fotos | je 219 Seiten, gebunden | je Band € 14,- (D) @ auch als eBook erhältlich | Für alle Pferdenarren ab 12 Jahren!  
Informationen zu allen sechs Bänden der *Hufspuren*-Reihe von Christa Ludwig finden Sie auch unter [www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

«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**



# GEWUSST WIE

von Birte Müller

Eigentlich liebe ich Zeitschriften mit Basteltipps schon seit meiner Kindheit. Aber damals wie heute kann ich mich darüber aufregen, wenn auf den Bildern perfekte Gegenstände abgebildet sind, die man als Laie gar nicht herstellen kann. Ich habe die hübschen Schachteln aus der Weihnachtsausgabe eines Frauenmagazins Mitte der 80er-Jahre noch vor Augen. Unter dem Bild stand in etwa: «Die Kästen wurden mit farbigem Papier bezogen. Einfach zurechtschneiden und aufkleben.» Erst mal musste ich mühselig Schuhkartons und gemustertes Papier besorgen – und dann sahen meine Schachteln richtig ätzend aus, wie wir es damals ausdrückten. Was für eine Enttäuschung! Heute weiß ich, dass man die Kanten und Ecken umkleben muss, dass man Buchbinderleim benötigt oder wenigstens Kleister und natürlich Wäscheklammern zum Fixieren. Das hat einem vom Magazin aber keiner gesagt – und von meinem Vater wollte ich es nicht hören, keinesfalls!

Heute hat man die Möglichkeit, sich bei YouTube Anleitungen anzusehen. Man findet unendlich viele Filmchen zu allen erdenklichen Selberrmachen-Themen. Von wenigen Sekunden bis zu mehreren Stunden kann man anderen zuschauen, wie sie etwas basteln. Dabei gibt es hauptsächlich zwei Kategorien: Einmal sind da die sehr kurzen Hochglanzvideos mit überdurchschnittlich hübschen 20-Jährigen, die bei den Anleitungen die fummeligen Stellen des Arbeitsprozesses schlichtweg überspringen. An das perfekte Ergebnis der perfekten Frau kommt man niemals heran. Dann gibt es noch die viel zu langen Filme, in denen wir bei unscharfer Wackelkamera mittelalten Damen zuschauen dürfen, die uns zeigen wollen, wie man etwas macht, was sie selbst auch gerade das erste Mal ausprobieren. Ich kann mich köstlich darüber amüsieren, dass man sich für andere bei etwas filmen lässt, mit dem man sich gar nicht richtig auskennt und wovon man wahrscheinlich selbst nur einmal ein YouTube-Video gesehen hat. Das Lustigste ist, wenn der filmende Mann aus dem Off kluge Ratschläge gibt. Das Ergebnis sieht man oft

gar nicht, denn der angekündigte Teil 2 der ganzen Aktion wurde nie eingestellt.

Zum Glück habe ich meistens ohnehin eine ganz eigene Vorstellung davon, wie mein Ergebnis sein soll, oder ganz anderes Material, sodass es in der Regel auch bei mir heißt: «Einfach machen!» Filmen lasse ich mich dabei aber bestimmt nicht – und alle Bilder, die ich hier zeige, sind ganz echt und selbst gemacht! ■

**Tetrapack Upcycling** Das Beziehen eines Kastens mit Papier ist im Prinzip einfach, aber wirklich Übungssache. Ich kleistere gerne das Papier von allen Seiten ein, so wird es weich und elastisch und lässt sich besser glattstreichen. Eine unendliche Quelle schöner und kostenloser Papiere sind alte Tapetenmusterbücher. Aber Achtung: Auf vielen Tapetenoberflächen lässt sich nicht kleben, darum sind Überlappungen schwierig und man muss sehr genau zuschneiden.

Ich habe Tetrapacks mit Tapete beklebt, als Geschenkverpackung oder Blumenvase. Leider ist die Oberfläche meist so glatt, dass fast nichts daraufgeklebt werden kann, wenn man nicht erst mühselig die Beschichtung abziehen oder anschmirgeln will. Wer dazu zu faul ist, benutzt einfach Heißkleber.

Birte Müller ([www.illuland.de](http://www.illuland.de)) lebt und arbeitet als Bilderbuchillustratorin, Autorin und Kolumnistin in Hamburg.





# GIESBERT HÖRT DAS GRAS WACHSEN

gelesen von Simone Lambert

*... Was ist schon eine Klebrigkeit  
In der großen Ewigkeit?*

*Wichtig sind doch solche Sachen,  
die uns Bauchgekribbel machen. ...*

So lautet einer der Knittelverse, den Giesbert (nase)weise am Ende eines erlebnisreichen Tages dichtet.

Die Fortsetzung von *Giesbert aus der Regentonne* um den Wicht, der mit anderen Vertretern des kleinen Volkes im Garten der Erzählerin lebt, entzückt mit neuen zauberhaften Geschichten aus dem Gartenleben.

Giesbert hatte, damit schloss der erste Band, für den Winter seine Regentonne verlassen und war in die häusliche Badewanne umgesiedelt. Das Ende des Winters, Frühling und Frühsommer, sind die Jahreszeiten, in denen der zweite Band spielt – nach Sommer und Herbst, die das glühende Hintergrundbild des ersten Bandes gegeben haben.

Giesbert macht nun Erfahrungen im Schnee und lernt neue Tiere kennen. Jedem Tier verleiht Daniela Drescher dabei einen eigenen Charakter. Der große stumme Protagonist aber ist der Garten, an dem der stete Wandel erlebt wird. Dass Giesbert ein Teil davon ist, wird deutlich, als er eine tote Amsel findet und ihr, unbefangen und mit Anmut, ein schönes Begräbnis verschafft: Die Würde des Rituals verhilft den Freunden, wieder Freude zu empfinden.

Giesbert begegnet diesmal einem Wiesel, dem klugen Raben Konrad, der auch nicht alles

weiß, einem wilden Ziegenbock und eines Nachts fragt ihn sogar ein Wolf nach dem Weg – höflich, würdevoll, beschämt, dass er die Orientierung verloren hat. Ein besonderes Vergnügen bereitet Giesbert der Hase, als er ihn überreden kann, ihn bei einem Lauf reiten zu dürfen. Es folgt ein wildes Rennen, das er nicht vergessen wird. Und Giesbert, der sein Geburtsdatum nicht kennt, beschließt, Geburtstag zu feiern. Fast aber wird daraus nichts, denn er verstaucht sich den Fuß ...

Er ist ein liebenswerter kleiner Kerl, mitfühlend und einsatzbereit, manchmal tollpatschig, aber immer gutwillig. Er hört «das Gras wachsen», er spürt genau, was andere bewegt, und versucht zu helfen und zu beglücken. Drollig sieht er aus mit seinen dünnen Armen und Beinen, seinem runden Bauch und der knubbeligen Nase; allein sein Schattenriss vor einem Sternenhimmel bringt den Betrachter zum Lächeln. Sein Anblick, wenn er staunend, still und neugierig eine neue Situation, ein neues Abenteuer zu verstehen sucht, berührt.

In den dreizehn episodischen Kapiteln verflechten sich drei Welten: die der Menschen, vertreten durch die Erzählerin, die der Tiere, die in Haus und Garten leben (Haustiere wie wilde Tiere), und die des kleinen Volkes – Wesen, teils sehr alt, und junge Wichte wie der kleine Giesbert, die wie der Geist eines Ortes oder einer Pflanze sind.

Mehr noch als im ersten Band wird der Zusammenhalt beschrieben, die gegenseitige Hilfe, die einen schützenden Kokon um die

Lebewesen bildet und (Gartenbewohner wie Leser) glücklich macht. Giesbert kann sogar den eigenbrötlerischen staubigen Eckenwicht ein Zugeständnis abringen. Er findet immer wieder Wege, die Dinge zu regeln: das ist das Wesen des Optimisten!

Man kann als Leser nicht genug bekommen von diesem liebenswerten Kerlchen, das sich am Ende des Tages ein Schnittlauchbrot gönnt. Seine kleinen Abenteuer begründen eine Vertrautheit, die die Hoffnung auf mehr Geschichten weckt. Viel Vergnügen! ■



Daniela Drescher  
**Giesbert hört das Gras wachsen**  
 104 Seiten, gebunden  
 Format: 24 x 17 cm  
 18,- Euro  
 ISBN 978-3-8251-5174-4  
 Verlag Urachhaus

(ab 5 Jahren)

# Liebe KINDER!

*Wenn ich Marmelade koche, dann ist das immer eine ziemlich klecksige und klebrige Angelegenheit. Das liegt daran, dass ich – aus Versehen natürlich – mit den geernteten Beeren aus dem Garten auch immer ein paar Beerenkoblde in die Küche mitbringe. Und sind die Wichte erst mal im Haus, dann gibt es für sie kein Halten.*

*Sie planschen in den Marmeladengläsern, schaukeln ausgelassen auf den Löffeln, stibitzen Beeren aus der Schüssel und hinterlassen überall Marmeladenfußspuren.*

*Oh je ... jetzt muss ich aber zusehen, dass ich sie alle wieder in den Garten hinaus bekomme und meine Küche sauber mache.*

*Danach gönne ich mir aber mindestens eine dicke Scheibe Brot mich leckerer Stachelbeermarmelade! Liebe Grüße und habt alle einen schönen August, eure*

*Daniela*





## VON WURZELN UND FLÜGELN

von Anke Klaatzen

Bevor unsere Kinder zur Welt kamen, flogen durch meine Drehbücher und Geschichten auffallend viele Vögel, Libellen, Fledermäuse und geflügelte Menschen. Und auch ich selbst ließ mich immer wieder wie ein Zugvogel durch die Länder treiben. Die Flügel meines Fernwehs trugen mich und mein Notizbuch vom Bodensee über den malaysischen Regenwald bis in die Weite der mongolischen Steppe. Ich folgte der Zugvogelroute der Kraniche durch Frankreich und Spanien bis zur Meerenge von Gibraltar. Zurück in Deutschland tauschte ich meine Wohnung gegen einen kleinen Campingbus namens Fuchur – auch ein Flügeltier, benannt nach dem Glücksdrachen aus der *Unendlichen Geschichte* von Michael Ende. Ein rollender Schreibtisch sozusagen, mit einem Fenster, dessen Ausschnitt ich jeden Tag neu bestimmen konnte.

Dem Schreiben am klassischen Schreibtisch – und sei er im Drachenbauch – geht bei mir meist eine lange Zeit der «Freiluftschreiberei» voraus, eine Zeit des Sammelns und Zuhörens, in der Stadt, aber vor allem in der Natur. Und irgendwann kommt der Tag, an dem sich alles langsam zu einer Geschichte fügt. Das Strandgut, die gesammelten Worte vom Wegesrand verweben sich mit meinen eigenen Gedanken zu etwas Neuem.

So war es auch bei *Das Nebelmännle vom Bodensee*. Der Bodensee war der Ort, an den ich oft zurückkehrte, auf den ich mich aber

trotzdem nicht als festen Wohnort festlegen wollte. Bis unsere Tochter zur Welt kam. Mit ihr begannen Bäume in meinen Geschichten zu wachsen und in mir das Bedürfnis, meine Familie an diesem Ort zu verwurzeln. Wir kletterten auf Buchen und Eichen, spielten mit Regenwürmern und Blindschleichen. Wir säten, sahen den Pflanzen beim Wachsen zu und ernteten. Gleichzeitig begann ich Geschichten zu lesen, die nur hier hatten entstehen können, denn jedes Stück Erde erzählt seine eigenen Sagen und Märchen und gebiert seine eigenen magischen Gestalten. Viele stammen aus einer vorschriftlichen Zeit, verblichen durch das Wieder- und Wiedererzählen und Aufschreiben. Und trotzdem glänzt ihr Kern bis heute. Bald fand mich eine kurze, kleine Sage, etwas spröde und lückenhaft – und doch leuchtete sie mir entgegen: Die Sage vom Nebelmännle, einem Naturgeist, der am Bodensee den Nebel macht. Ich wusste sofort, dieses Nebelmännle, das wollte ich aus der Vergessenheit befreien. Im Fastnachtsbrauchtum ist es noch zu finden, doch die Kinder kennen seine Geschichte kaum noch. Aber sind es nicht gerade Wesen wie

das Nebelmännle, die magische Verkörperung der Natur, die uns mit der Wildnis draußen vor unseren verschlossenen Häusern verbinden können? Sie verwurzeln. Und sie lassen uns fühlen, dass die Erde unsere Achtsamkeit und Fürsorge genauso braucht wie wir die ihrige.

Ich habe den Bodenseenebel schon immer geliebt mit seiner Fähigkeit, Geheimnisse zu hüten und an anderer Stelle zu enthüllen. An der Grenze von Nebel und Sonne taucht er die Welt in ein funkelndes Zauberlicht und lässt sie gereinigt zurück. Aus der kurzen Sage wuchs an meinem Schreibtisch bald ein märchenhafter Kosmos von Naturgeistern und Rittern, in den vieles miteinfließ, was den Bodensee für mich so einzigartig macht. Und während ich am Buch schrieb, erwachte das Nebelmännle tatsächlich zu neuem Leben: Eines Morgens saß unsere Tochter mit großen Augen am Fenster und zeigte auf den Nebel, der alles da draußen verschwinden ließ: «Mama, das Nebelmännle nebelt wieder!»

Gerade fällt mir auf: Fliegen kann das Nebelmännle ja auch, trotz oder vielleicht gerade wegen seiner Verwurzelung ... ■

**Anke Klaatzen** ([www.federwald.de](http://www.federwald.de)) studierte in Konstanz und Florenz Literatur, Kunst, Medien und Philosophie sowie Drehbuch an der Filmakademie Baden-Württemberg. Sie ist freie Autorin, Naturpädagogin, Puppenspielerin und Mitgründerin des Piratonautentheaters, das mit Puppenspielen durch ganz Deutschland tourt. 2017/18 war sie Stipendiatin der Akademie für Kindermedien. In kreativer Zusammenarbeit mit Daniela Drescher, die wunderbare Bilder für das Buch geschaffen hat, veröffentlichte Anke Klaatzen jüngst im Verlag Urachhaus das Buch *Das Nebelmännle vom Bodensee* (40 Seiten, gebunden, Format: 24,5 x 21 cm, 18,- Euro, ISBN 978-3-8251-5214-7).

# IMMER MEHR ZU LIEBEN

von Sebastian Hoch

Großblütiges Mädchenauge, Trichtermalve, Korallenraute. Rund dreißig verschiedene Blumenarten – mal zu einem kleinen Sträußchen gebunden, mal als einzelne Blüte, immer aber fein säuberlich gepresst – bezeugen private Erinnerungen wie einschneidende Ereignisse und schenken Einblicke in das ungewöhnliche Leben einer ungewöhnlichen Frau.

Bienenweide, Klatsch-Mohn, Mariendistel. Die liebevoll gestalteten floralen Grüße aus dem Seelenleben der am 13. September 1819 in Leipzig als Clara Josephine Wieck geborenen, seit der Heirat mit Robert als Clara Schumann bekannten Künstlerin kommentieren in den zwischen 1854 und 1857 entstandenen drei *Blumentagebüchern* die Gefühlswelten dieser schon in jungen Jahren gefeierten Konzertpianistin, einflussreichen Musikpädagogin, geschäftstüchtigen Herausgeberin und nicht zuletzt feinsinnigen Komponistin, für die «die Ausübung der Kunst ... ja ein großer Theil meines Ichs» war. «Es ist mir die Luft, in der ich atme», schrieb sie einmal.

Steinkraut, Rittersporn, Akelei. *Claras Bouquets*, kleine Tüten mit Blumensamen, erinnern liebevoll an den romantischen Geist der *Blumentagebücher* und sind dabei zugleich charmanter Teil von CLARA19, dem umfangreichen Jubiläumsprogramm der Schumannschen Geburtsstadt Leipzig, das zahlreiche Akteure – vom Gewandhaus bis

zur Kulturwerkstatt KAOS, vom Schumann-Haus bis zum Grassi-Museum für Musikinstrumente – anlässlich des 200. Geburtstags dieser für ihre Zeit hervorstechend modernen und facettenreichen Frau gestalten.

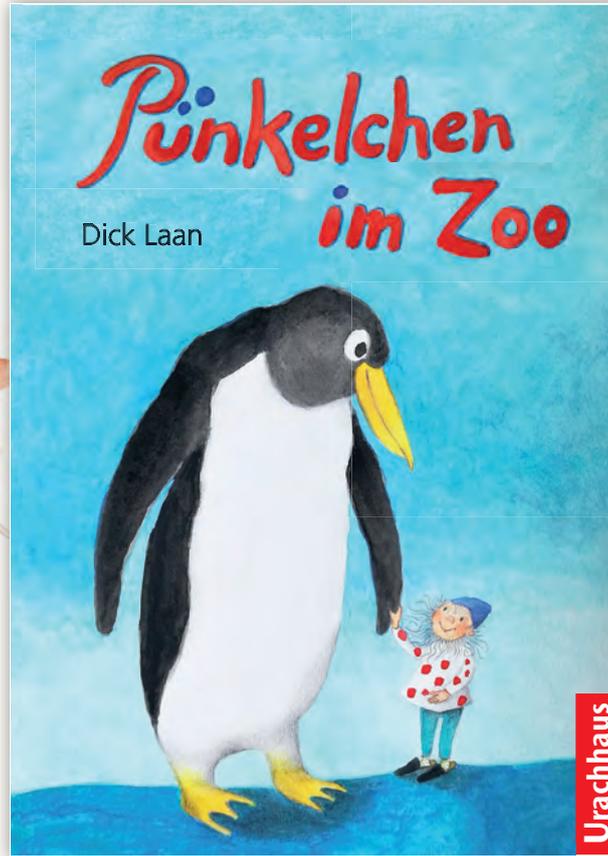
Schon im Alter von neun Jahren begann für Clara Schumann unter dem gestrengen Diktat des Vaters ein öffentliches Leben als Wunderkind und Tastenkönigin, startete sie eine über sechs Jahrzehnte anhaltende Karriere als anerkannte, vielfach geehrte und hoch dekorierte Künstlerin. Maßgeblich prägte sie als erste und für lange Zeit auch einzige weibliche Leiterin einer Klavierklasse am renommierten *Dr. Hoch's Konservatorium* in Frankfurt den allmählichen Wandel des öffentlichen Konzertlebens ihrer Zeit hin zu anspruchsvollen und am musikalischen Inhalt orientierten Formaten. Clara Schumann, achtzehnjährig von Kaiser Ferdinand I. in Wien zur «k.k. Kammervirtuosin in Gnaden» ernannt, pflegte ein gleichermaßen selbstbewusstes wie selbstständiges künstlerisches Wirken auf Augenhöhe mit nahezu allen namhaften Akteuren ihrer Zeit, mit welchen sie in regem und meist respektvollem Austausch stand. Allen voran mit ihrer großen Liebe, dem Komponisten und Musikschriftsteller Robert Schumann, den zu ehelichen zwar auf energischen Widerstand ihres Vaters traf, nach langem Ringen schließlich aber per Gerichtsurteil möglich wurde.

Doch in die musikalische Symbiose und das familiäre Glück der beiden belastete bald schon manch schwerer Schicksalsschlag und schließlich der frühe Tod von Robert, den Clara um knapp vierzig Jahre überlebte. Entgegen aller Erwartungen der Zeit an eine Frau und achtfache Mutter verfolgte sie, finanziell auf sich allein gestellt, auch in der zweiten Hälfte ihres außergewöhnlichen Lebens selbstbestimmt die eigene künstlerische Karriere und arbeitete zugleich umsichtig wie konsequent daran, als Herausgeberin des Gesamtwerkes von Robert dessen kulturelles Erbe zu gestalten. Und damit auch ihr eigenes.

«Wird nicht unser Gesicht vor Freude leuchten, wenn wir ihrer gedenken? Der herrlichen Frau, deren wir uns ein langes Leben hindurch haben erfreuen dürfen – sie immer mehr zu lieben und zu bewundern.» Diese Worte des Komponisten Johannes Brahms, einem mehr als nur guten Freund und Begleiter, stehen wie ein Leitmotiv auch über CLARA19. Von Tanz bis Theater, von Konzerten bis zum Geburtstagsessen für Clara mit Originalrezepten ihrer Zeit – in über 170 Veranstaltungen feiert Leipzig seit Beginn des Jahres das Vermächtnis dieser bewundernswerten Frau. Und auch das letzte, sogenannte *Berliner Blumentagebuch* wurde zum Jubiläum bei Breitkopf & Härtel, Schumanns einstigem Verlag, zu unser aller Freude wieder aufgelegt. ■



# Ein Wichtel und seine tierischen Abenteuer



Dick Laan  
**Pünkelchen im Zoo**  
Umschlag und Illustrationen:  
Andrea Deininger-Bauer  
Neuausgabe, 139 Seiten, gebunden  
Format: 17 x 24 cm  
€ 18,- (D) | ab 4 Jahren  
ISBN 978-3-8251-5161-4  
**Neu im Buchhandel!**



*«Meine Kindergartengruppe  
liebt diese Geschichten über alles  
und ahnt oft schon im Voraus,  
was denn nun passieren wird.»*

Leserzuschrift

Als Pünkelchen ein Buch über den Zoo sieht, steht für den kleinen Wicht fest: Er will unbedingt all die großen und kleinen Tiere besuchen, die auf den Bildern zu sehen sind! Und so fliegt er auf dem Rücken seines Freundes Wippsteert in Hagenbecks Zoo, wo er nicht nur viele Freundschaften schließt, sondern auch eine Menge darüber erfährt, wie die Affen, Löwen, Adler, Seehunde und viele, viele andere Tiere dort leben.

*Wunderbare Vorlesegeschichten für Kinder ab 4 Jahren,  
zauberhaft illustriert von Andrea Deininger!*



ISBN 978-3-8251-7990-8



ISBN 978-3-8251-7914-4



Mehr von dem kleinen Wicht: *Pünkelchen und seine Freunde*, *Pünkelchens Abenteuer*

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

**KLEINANZEIGEN**

Heilerziehungspflegerin o. Ä. für 1:1 Betreuung in kl. Landwirtsch.gesucht. 60%-Anstellg. Kl. Wohng. vorh. E-Mail an: sonnweisenhof@posteo.de

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

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

**Italien direkt am Luganersee mit Seeblick!** Schöne 3ZiFeWo [www.luganersee-seeblick.de](http://www.luganersee-seeblick.de)

**Sommermalkurs:** 23.–25. August 2019. Info-E-Mail: [else.bergner@netcologne.de](mailto:else.bergner@netcologne.de)

[www.seminar-fuer-kunsttherapie.de](http://www.seminar-fuer-kunsttherapie.de) in Freiburg, Tel.: 07 61/2 17 75 31

**Helfen Sie den mit,** die Vielfalt der Natur zu schützen: [www.zgf.de](http://www.zgf.de) | [www.fzs.org](http://www.fzs.org)

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

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

**2019 = 100 Jahre Waldorfpädagogik.** Feiern Sie mit! Infos unter: [www.waldorf100.org](http://www.waldorf100.org)

**BEWUSST. GANZ. LEBEN.**  
 Coaching, Karma Clearing, Empowerment  
**Jahresausbildung "Biografisches Coaching"**  
 Beginn: Oktober 2019  
 Leitung: Annette Kurz  
 Ort: Berlin-Charlottenburg  
**Kursdetails & Infos unter:** [www.annette-kurz.de](http://www.annette-kurz.de)  
 WERKSTATT  
 KREATIVE  
 ENTWICKLUNG

**Vordenken!**  
**LEBENDIGE PHILOSOPHIE**  
 Denken für Organisationen von morgen  
**Jetzt für 1.10.2019 anmelden!**  
[www.lebendigephilosophie.de](http://www.lebendigephilosophie.de)

**Die Zukunft ist erneuerbar**  
[www.greenpeace.de/energiewende](http://www.greenpeace.de/energiewende)  
 GREENPEACE

**Centro de Terapia Antroposófica**  
 Das Therapie- Kultur- und Urlaubszentrum auf der sonnigen Vulkaninsel LANZAROTE  
  
**Aloe-Beauty-Kur**  
 Das Kurangebot gilt für den Zeitraum vom 20.07. bis 30.09.19; Anmeldeschluss ist der 10.09.19.  
 Im Wochenpreis enthalten sind: 7x Übernachtungen mit Frühstück, 1x Rhythmische Ganzkörpereinreibung mit frische Aloe-Vera, 3x Aloe-Gesichtsmassage, 1x Aloe-Fruchtsaft-Trunk, 1x gemeinsames Zubereiten eines Aloe-Trunks.  
**1 Person: € 625,- / je Woche**  
**2 Personen: € 1.012,- / je Woche**  
 Alle Angebote unter: [www.centro-lanzarote.de](http://www.centro-lanzarote.de)  
 Telefon: 0034 928 512842 • Fax: 0034 928 512844  
 Email: [info@centro-lanzarote.de](mailto:info@centro-lanzarote.de)

**Wunsch-teppich**  
 Camphill Werkstätten Hermansberg  
**schadstofffrei**  
 individuell angefertigt  
**sozialfair handgewebt in Deutschland**  
 100% Naturfasern Schafwolle · 130 €/qm  
[www.hermansberg.de](http://www.hermansberg.de) · 07552 260122

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

Die Preise finden Sie in unseren Mediadaten unter [www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de)

**WENN SIE INSERIEREN MÖCHTEN, WENDEN SIE SICH AN UNSEREN ANZEIGENSERVICE**  
 Frau Christiane Woltmann, unter:  
 Tel. 07 11/2 85 32 34  
 oder: E-Mail: [woltmann@geistesleben.com](mailto:woltmann@geistesleben.com)  
 Unsere Mediadaten finden Sie unter:  
[www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de)  
 Anzeigenschluss ist der Erste des Vormonats!

**Unser SUDOKU im August 2019**

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

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

Lernen Sie auch die Bücher aus der Reihe «Einsame Hunde. Die schönsten Sudokus aus Japan» kennen, die im Verlag Freies Geistesleben erschienen sind! [www.geistesleben.de](http://www.geistesleben.de)

Square magic 129 Immer wieder, immer weiter

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

# WAS DIE PFEFFERMINZE ALLES KANN

von Markus Sommer

Im Teebeutel kennt sie jeder. Aber sind Sie beim Wandern schon einmal in großer Hitze an eine Stelle gekommen, wo zu allem Überfluss auch noch die Schuhe in den sumpfigen Boden einsanken und es dumpf und muffig roch – und plötzlich waren Sie hellwach, weil Sie auf einmal von einem «hellen» und erfrischend aromatischen Duft umgeben waren? Vielleicht haben Sie dann auf den Boden geblickt und bemerkt, dass der freundlich-klare Duft von den Kräutern mit den grau-grünen Blättern ausging, die Sie gerade zertreten hatten. Vielleicht haben Sie sich gedacht: «Den Geruch kenne ich doch irgendwoher!?» Sie haben die Blätter zwischen den Fingern zerrieben, noch einmal daran gerochen – und plötzlich war es klar: «Das riecht nach Pfefferminze!»

Wenn Sie dann ein Blatt in den Mund genommen und darauf gekaut haben, hat es zwar ein bisschen bitter geschmeckt, aber der vom Wandern trockene Mund hat sich mit herrlich kühler Frische gefüllt. Vielleicht haben Sie sich gefragt, wie an so einem sumpfigen, modrigen Ort solche Frische gebildet werden kann.

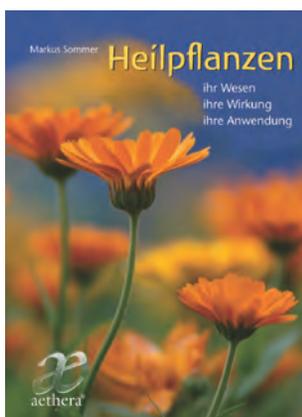
Tatsächlich hat die Pfefferminze und das in ihr gebildete ätherische Öl eine mild desinfizierende Wirkung (also eine Wirkung, die sich einem «Vermodern» entgegensetzt), und so wird die Pflanze gelegentlich dort angewendet, wo sich eine oberflächliche Infektion auszubreiten droht. Auch kann eine kühle Waschung mit Pfefferminztee Hautunreinheiten entgegenwirken.

Bei jedem Schnupfen staut sich das Blut in den Schleimhäuten der Nase. Sie schwellen

an, und dies kann weitere Probleme nach sich ziehen, es drohen Entzündungen. Schon das Riechen an ätherischem Pfefferminzöl oder das Einreiben unter der Nase mit einer Salbe, die Pfefferminzöl enthält, kann zu einem Anschwellen der gestauten Nasenschleimhaut führen. Bei kleinen Kindern muss man damit allerdings vorsichtig sein, da man befürchtet, dass bei ihnen starke Geruchsreize zu einem reflektorischen Atemstillstand führen könnten. Ursache für diesen – sicher sehr seltenen – Effekt ist allerdings keine Giftwirkung der Pfefferminze, sondern die Geruchsintensität selbst.

Am bekanntesten und verbreitetsten ist aber der Einsatz von Pfefferminztee bei leichten Magenverstimmungen. Wie bei vielen anderen leicht bitter schmeckenden Heilpflanzen mag hier eine verdauungsfördernde, den Fluss von Verdauungssäften unterstützende Wirkung mit einer Rolle spielen, es kann aber gut sein, dass auch die leicht betäubende Wirkung unangenehme Reizwirkungen zu lindern vermag. Hiermit könnte auch eine Pfefferminzölwirkung in Zusammenhang ste-

hen, die auf einem Gebiet helfen kann, wo es sonst kaum bewährte Mittel gibt, die jedoch nur von einem Arzt oder zumindest erfahrenen Therapeuten angewandt werden sollte. Mancher leidet unter wiederkehrenden vielfältigen Bauchbeschwerden, für die sich auch nach sorgfältigen Untersuchungen wie Ultraschalluntersuchung des Oberbauches, Magen- und Darmspiegelung sowie Laboruntersuchungen keine «organische Ursache» finden lässt, weshalb dann meist die Diagnose Reizdarmsyndrom gestellt wird. Man nimmt an, dass falsche Bewegungsabläufe und Verkrampfungen der Darmwand hier eine Rolle spielen. Vielleicht werden diese Fehlbewegungen zum Teil durch eine übermäßige Empfindlichkeit der Darmwand auf Reize durch den Darminhalt ausgelöst. Mindestens einem Teil der Patienten können hier Pfefferminzzubereitungen helfen – neben rhythmischer Nahrungsaufnahme, Stressreduktion, gutem Kauen, vermehrter Bewegung und eventuell speziellen Bewegungstherapien wie der Heil-eurythmie. ■

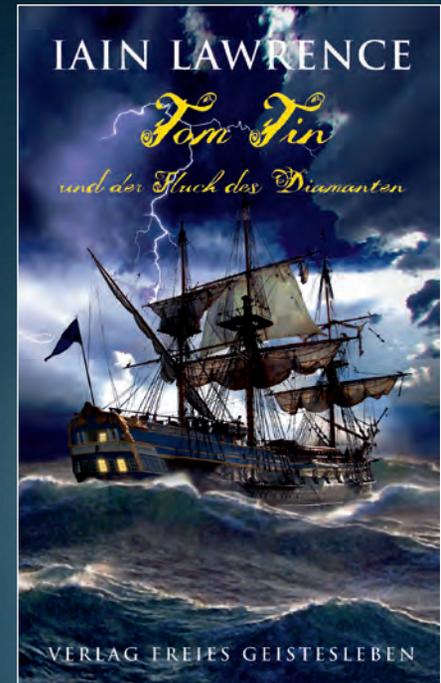
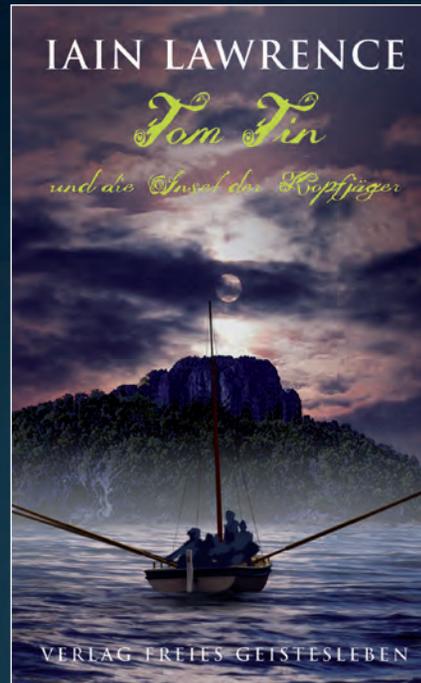
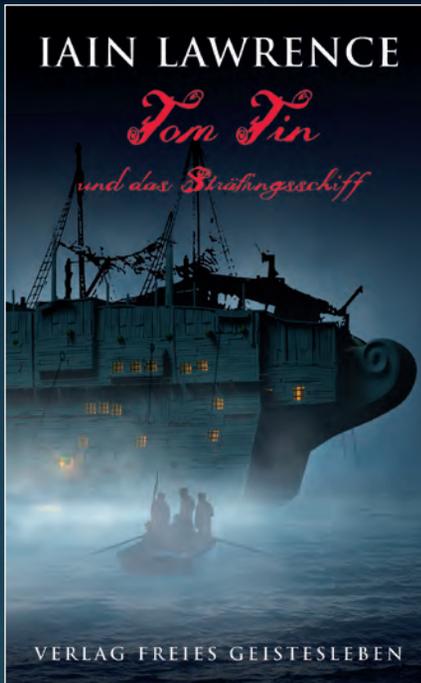


Dieses Porträt der Pfefferminze ist ein Auszug aus Markus Sommers Buch *Heilpflanzen. Ihr Wesen – ihre Wirkung – ihre Anwendung* (erschienen in der Reihe aethera® im Verlag Urachhaus, 432 Seiten, mit zahlreichen Farbfotos, geb., 30,- Euro, ISBN 978-3-8251-8001-0). Markus Sommer ist seit vielen Jahren Autor dieses Magazins und als niedergelassener Arzt mit klinischer Erfahrung in den Bereichen Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geriatrie, Neurologie und in der praktischen Anwendung von Homöopathie und Anthroposophischer Medizin tätig. In diesem Buch schildert er in anschaulicher Weise, wozu viele der Pflanzen, denen wir täglich in unserer Umgebung begegnen können, in der Lage sind und wie sie medizinisch eingesetzt werden können – ein Lesevergnügen und zugleich ein Wissensschatz für alle, die den Geheimnissen der Pflanzenwelt nachspüren möchten.



«So spannend, so aufregend, so gruselig,  
wie schon lange kein Jugendbuch mehr!»

*Buchhandlung Kleine Eule, Lindau*



«Welcher Jugendliche hätte nicht schon davon geträumt, als wagemutiger Held Abenteuer zu erleben? Wer allerdings den Halbwaisen Tom Tin auf seiner unfreiwilligen Reise um den halben Erdball begleitet, könnte sich die Sache ruckzuck anders überlegen: Gefangenschaft, Schiffbruch, Kannibalen, Piraten, erneute Gefangenschaft ... und das alles nur, weil Tom einen verfluchten Diamanten an sich genommen hat und nun nicht wieder los wird ... Lawrence' Trilogie dürfte an Spannung und Grusel kaum zu überbieten sein und gehört für hartgesottene Leser zum Besten, was der Jugendbuchmarkt derzeit hergibt.»

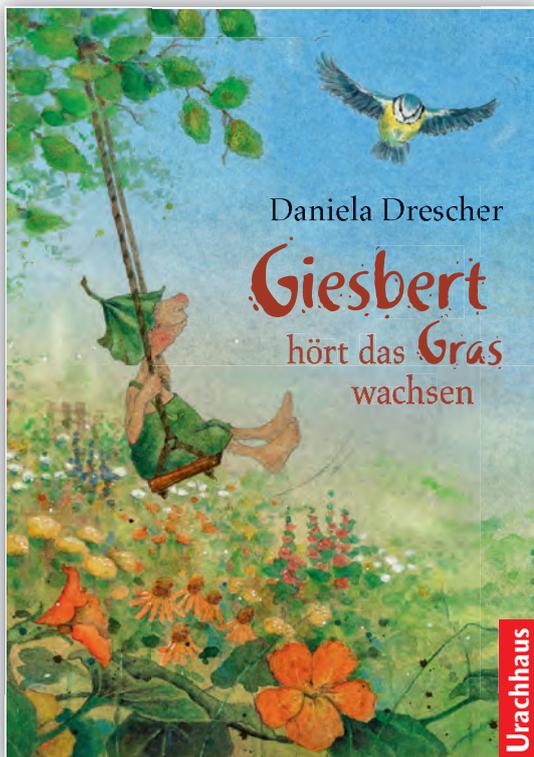
*Udo Bartsch, Neues Deutschland*

«Eine moderne Auffrischung für verstaubte Abenteuerregale in bester Verpackung,  
die vor allem für Jungen empfohlen werden kann.»

Robert Elstner, ekz-informationsdienst

**Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen**

# Kein Sommer ohne Giesbert!



Einen Mitbewohner wie Giesbert würde sich wohl jeder wünschen! Ob es ein frecher Ziegenbock, ein wild gewordener Bienenschwarm oder ein besonders griesgrüdiges Exemplar der Gattung der Staubigen Eckenwichte ist – Giesbert bringt so schnell nichts aus der Ruhe. Vielmehr findet er mit seiner freundlichen Art für (fast) alles eine Lösung.



**Endlich gibt es neue Geschichten um den zauberhaften Regenrinnen-Wicht Giesbert. Und diesem herrlichen kleinen Kerl gelingt nichts Geringeres, als uns zu zeigen, dass manchmal ein Keks oder eine Schaukel genügen, um glücklich zu sein.**

Daniela Drescher: **Giesbert hört das Gras wachsen**  
104 Seiten, gebunden | Format: 17 x 24 cm  
€ 18,- (D) | ab 5 Jahren | ISBN 978-3-8251-5174-4  
[www.urachhaus.de](http://www.urachhaus.de)



Giesbert-Buchtrailer



## Giesbert-Poster fürs Kinderzimmer



**Vielfach gewünscht – jetzt erhältlich:  
Giesbert auch als Poster!**

Daniela Drescher: **Giesbert – Poster set**  
4 Poster, eingeschweißt auf Trägerpappe  
Format: 30 x 40 cm | € 15,- (D)  
GTIN 4260300470385

