

E 51125  
nr. 287

November 2023 | 4,- Euro  
Freies Geistesleben | Urachhaus

# a tempo

Das Lebensmagazin

im gespräch

**STEFAN HALLMAYER**  
Wozu das ganze Theater?

**LANGeweile -**  
das vom Aussterben  
bedrohte Gefühl?

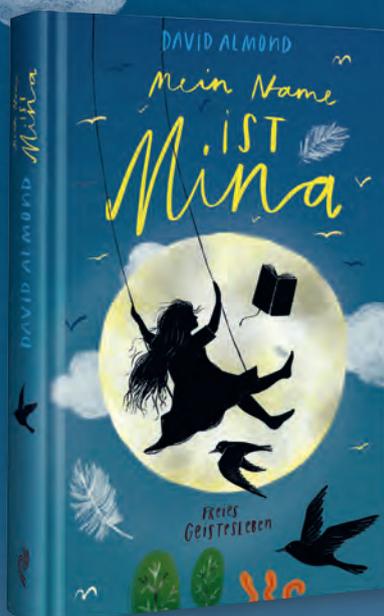




David Almond  
**Skellig**

Aus dem Englischen von  
Johanna und Martin Walser  
183 Seiten, gebunden mit  
Schutzumschlag  
(ab 11 Jahren) | € 18,- (D)  
ISBN 978-3-7725-3131-6

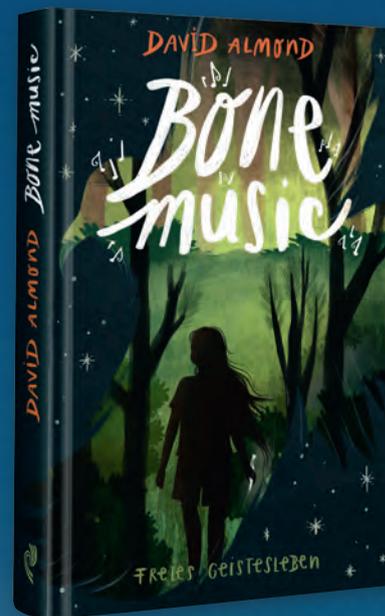
Wie soll der zwölfjährige Michael nur mit den vielen Problemen fertig werden, die plötzlich auf ihn einströmen? Nach dem Umzug haben seine Eltern auf einmal kaum mehr Zeit für ihn, weil das Baby, seine Schwester, viel zu früh auf die Welt kommt und sehr krank auf der Intensivstation liegt. Erkundet auf eigene Faust den verwilderten Garten und die baufällige Garage. Dort entdeckt er inmitten von Schutt und Dreck ein seltsames Wesen. Was ist das bloß für eine befremdliche Kreatur, abstoßend und faszinierend zugleich?



David Almond  
**Mina**

Aus dem Englischen von  
Johanna und Martin Walser  
271 Seiten, gebunden mit  
Schutzumschlag  
(ab 11 Jahren) | € 20,- (D)  
ISBN 978-3-7725-3132-3

Mina ist anders als die anderen Kinder. Nachdenklich, fantasievoll und rebellisch, eckt sie immer wieder an, denn sie stellt viele ungewöhnliche Fragen: über Liebe, Freundschaft, Trauer, Vorschriften und das Leben. Sie schreibt alle ihre Gedanken in ein Notizbuch – es ist Minas Blick auf die Welt in ihren Worten. Das ist Minas Tagebuch. Das sind ihre Geschichten und Träume, Beobachtungen und Gefühle, ihre Kritzeleien und Wortspiele, ihr Unsinn, ihre Gedichte und Lieder. Und mit ihren Fragen stellt sie auch unsere!



David Almond  
**Bone Music**

Aus dem Englischen von  
Alexandra Ernst  
213 Seiten, gebunden mit  
Schutzumschlag und Spotlack  
(ab 14 Jahren) | € 18,- (D)  
ISBN 978-3-7725-3130-9

Die fünfzehnjährige Sylvia, schüchtern und zugleich mutig und rebellisch, zieht aus Newcastle ins wilde Northumberland und fühlt sich fremd in der riesigen, scheinbar leeren Landschaft. Aber dann trifft sie Gabriel, einen seltsam vertrauten Jungen. Als sie gemeinsam durch die Wälder und Fjells streifen, sieht Sylvia die Natur mit neuen Augen. Unter einem grenzenlosen Sternenhimmel verbindet sie sich intensiv mit der uralten Vorzeit – überall um sie herum ist die Vergangenheit und steckt zugleich tief in ihr selbst.



📖 Auch als eBook erhältlich!

**Freies Geistesleben : Bücher, die mitwachsen**

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

# EIN PERMANENTES TRANSFORMATIONSPROJEKT

«Oft ist's der eigne Geist, der Rettung schafft, / Die wir beim Himmel suchen», erklärt die überaus findige, schöne Helena gleich in der ersten Szene des ersten Auftritts von Shakespeares Komödie *Ende gut, alles gut*. Und den begonnenen zweiten Vers ihrer Rede – in der Übersetzung von Wolf Heinrich Graf von Baudissin – setzt sie vielsagend mit den Worten fort: «... Unserer Kraft / Verleiht er freien Raum, und nur den Trägen, / Dem Willenlosen stellt er sich entgegen.» So viel Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein, wie diese strahlende, fantasiereiche Helena sie so gewinnend ausübt, möchte man zuweilen in den allzu oft drückenden, verworrenen Situationen des Lebens gern besitzen.

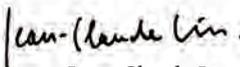
Einmal fragte ich den – zumindest was die Tragödie angeht – deutschen Shakespeare: «Warum so viel Theater, Schiller?» Und er antwortete mir für das von Maria A. Kafitz und mir gestaltete Projekt *Kraftwerk Schiller*, das wir zum 250. Geburtstag des Dichters für *dm drogerie markt* verwirklichten: «Wenn Gram an den Herzen nagt, wenn trübe Laune unsre einsamen Stunden vergiftet, wenn uns Welt und Geschäfte anekeln, wenn tausend Lasten unsre Seele drücken und unsre Reizbarkeit unter Arbeiten des Berufs zu ersticken droht, so empfängt uns die Bühne – in dieser künstlichen Welt träumen wir die wirkliche hinweg, wir werden uns selbst wiedergegeben, unsre Empfindung erweckt, heilsame Leidenschaften erschüttern unsre schlummernde Natur und treiben das Blut in frischeren Wallungen.»

In unserem Gespräch für diese vorletzte Ausgabe unseres Lebensmagazins *a tempo* – ja, liebe Leserin, lieber Leser, lesen Sie bitte auch unsere Zeilen dazu auf Seite 44 – erzählt uns der langjährige, leidenschaftliche Schauspieler, Regisseur und Theater-Unternehmenskünstler Stefan Hallmayer, wie das *Theater Lindenhof* ein «permanentes Transformationsprojekt» gewesen war und immer noch ist. Und wir, die das lesen und in die Welt wie ins eigene Leben blicken, fühlen uns dazu geneigt, zustimmend hinterherzurufen: Ja, das ganze eigene Leben ist ein permanentes Transformationsprojekt, ist unaufhörlich in Wandlung begriffen, und muss es auch sein und bleiben, bis in das Sterben hinein und wohl auch darüber hinaus!

Friedrich Schiller fragte ich ebenfalls in unserem traulichen Gespräch: «Haben Sie Mut bewiesen, Schiller?» Worauf er antwortete: «Es gibt gegen eine Stunde des Mutes und des Vertrauens immer zehn, wo ich kleinmütig bin und nicht weiß, was ich von mir denken soll.» Mit Schiller wissen wir es nun: Auf diese *eine* Stunde kommt es an.

Viel Mut, liebe Leserin, lieber Leser, wünschen wir Ihnen aus der Redaktion in dieser dunkler werdenden Jahreszeit. Es wird nach der Nacht auch wieder Tag und heller werden.

Ihr

  
Jean-Claude Lin



Liebe Leserin,  
lieber Leser!

- editorial 03  
Ein permanentes Transformationsprojekt  
von Jean-Claude Lin
- im gespräch 06  
Wozu das ganze Theater?  
Stefan Hallmayer  
im Gespräch mit Karin Kontny
- thema 12  
Langeweile – das vom Aussterben bedrohte Gefühl?  
von Renée Herrnkind
- augenblicke 14  
Northumberland.  
Auf Orpheus' Spuren  
von Jean-Claude Lin
- berührungen 20  
Das schwarze Buch  
von Brigitte Werner
- blickwinkel 21  
Verpackungen  
von Claudia Burmeister
- mensch & kosmos 22  
Und hätte die Liebe nicht  
von Wolfgang Held
- oh, welch eine überraschung 23  
Im Tal der Langeweile  
von Wolfgang Schmidt
- kalendarium 24  
November 2023  
von Jean-Claude Lin
- wege der seele 27  
Verschlungene Fäden  
des Lebens  
von Jean-Claude Lin
- vertiefung 28  
Ein deutscher November  
von Sebastian Hoch



32 sprechstunde  
Mit den Verstorbenen verbunden  
von Markus Sommer

34 ich sehe was, was du nicht siehst  
Bens Blick  
von Christa Ludwig

35 kochkunst  
Mediterrane Fischsuppe mit Safran.  
Luxus für den Gaumen  
von Elisabeth Weller



36 was du nicht sagst  
Empowerment  
Berenike Stolzenburg  
und Albert Vinzens im Dialog

38 literatur für junge menschen  
Cecilia Davidsson, Alex Haridi  
«Die Mumins und der erste Schnee»  
gelesen von Simone Lambert



39 montagsgedanken – eine klasse für sich  
Halbstark!  
von Nadine Mescher

40 wenn wir älter werden  
Sterbe-Etüden  
von Monika Kiel-Hinrichsen

41 sudoku & preisrätsel



42 in eigener sache  
Verbunden bleiben  
von Maria A. Kafitz, Jean-Claude Lin  
und Paulina Suska

44 suchen & finden

46 ad hoc | impressum  
Die Liebe herrscht nicht  
von Jean-Claude Lin



🌐 [www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de)

📧 @atempo\_magazin

# Ein Buch wie ein Märchen



Olaf Daecke  
**Die höchsten aller Güter**  
Das Wahre, Schöne und  
Gute in der Literatur  
128 Seiten, gebunden  
€ 15,- (D) | ISBN 978-3-8251-5305-2  
*Jetzt neu im Buchhandel!*

**Kaum etwas ist in unserer Zeit so bedroht wie die Wahrheit. Und die Wahrheit wird in den Märchen oft gleichgesetzt mit der Schönheit.**

- Fragen wie »Was ist Wahrheit?« und »Was ist Schönheit?« sind unverändert von großer Bedeutung – auch in der aktuellen Literatur, wie man an Sally Rooneys letztem Roman *Schöne Welt, wo bist du?* erkennt, für dessen Titel sie ein Zitat aus Schillers Gedicht »Die Götter Griechenlands« heranzog.

**Olaf Daeckes Sammlung enthält eine Vielzahl lesenswerter und wichtiger Texte zu diesem zeitlos aktuellen Themenkreis.**



# WOZU DAS GANZE THEATER?

## Stefan Hallmayer im Gespräch mit Karin Kontny

Seit 2011 ist Stefan Hallmayer Intendant des ersten Regionaltheaters Deutschlands, dem *Theater Lindenhof* in Melchingen auf der Schwäbischen Alb. Der Schauspieler hat die Bühne in der Provinz – ein Publikumsmagnet für Stadt- und Landbevölkerung – zusammen mit einer Gruppe spielwütiger Laien 1981 mitbegründet. Seitdem hat er in fast allen großen Produktionen mitgewirkt, war in über 40 Rollen zu sehen und führte auch bei einigen Stücken Regie. Karin Kontny, die Hallmayer unter anderem von gemeinsamen Projekten kennt, hat sich mit dem Vielbeschäftigten über den Himmel über der Alb und andere Möglichkeitsräume, aber auch über Grenzen von und für Kultur auf dem Land unterhalten.

**Karin Kontny** | Kulturelle Einrichtungen wie das Theater finden die meisten Menschen wichtig, so heißt es im «Relevanzmonitor Kultur» im Auftrag der Bertelsmann-Stiftung. Unter den über 2000 repräsentativ ausgewählten Bürgerinnen und Bürgern sprachen sich 82 Prozent dafür aus, dass Theater zur kulturellen Identität Deutschlands gehöre. Gleichzeitig gab jeder Vierte an, dass er sich im Theater fehl am Platz fühle. In der Altersgruppe zwischen 18 und 29 Jahren waren es sogar 39 Prozent. «Theater richtet sich nicht an Menschen wie mich» – das denken offenbar relativ viele. Wozu also das ganze Theater? Und warum eine Bühne wie den *Lindenhof*, ausgerechnet hier in der Provinz?

**Stefan Hallmayer** | Das ist eine interessante Frage, denn in ihr verbergen sich bereits Begriffe, die Kultur einordnen. Zum einen zeigt sich darin Kultur als ein Bereich, dessen Finanzierung und damit Bedeutung hinterfragt wird. Zum anderen eröffnet die Frage das Spannungsfeld von Kulturarbeit zwischen Metropole und Peripherie. Ich will diese Frage mit einem Blick zurück

auf die Gründung unseres Theaters vor über 40 Jahren – übrigens aus einer freien Laientheatergruppe heraus – wenigstens ansatzweise beantworten und dabei in den Blick nehmen, wie wir heute dastehen. Aber auch, wer wir morgen sein wollen. Ich bin nun schon viele Jahre Mitglied dieser Bühne, sodass ich vor allem eines sagen kann: Das *Theater Lindenhof* ist ein permanentes Transformationsprojekt. Wir waren von Anfang an immer Veränderungen ausgesetzt. Die Bewusstheit, mit der wir als Theaterleute heute von uns sprechen und aus der heraus wir formulieren, wie dieses Theater in Bezug auf das Publikum, die Landschaft, die Region oder die Findung unserer Inhalte einzuordnen ist, die gab es damals bei der Gründung als Theater in einem ehemaligen Gasthof noch gar nicht. Das alles sind Dinge, die im Lauf der Jahre auf uns zukamen; Betrachtungswinkel, die wir erst heute explizit einnehmen. Erst heute reden wir in Bezug auf uns über Politik, was aber nicht heißt, dass wir vorher in unseren Stücken unpolitisch waren. Aber unser Wirken war damals ▶



► deutlich mehr von unserer Jugendlichkeit bestimmt. Ein klar formuliertes Ziel, uns dezidiert als Theater auf dem Land aufzustellen, das gab es damals noch nicht. Wir dachten einfach: Es muss etwas passieren! Wir waren schlicht mit den Verhältnissen, die wir in unserer Umgebung alltäglich erlebten, unzufrieden.

**KK** | Was waren die Umstände, gegen die ihr euch als «nächste Generation», als Theateraktivisten, gewandt habt?

**SH** | Theaterspielen war für uns tatsächlich eine Form des Ausbrechens und des persönlichen Widerstands. Ich als damals Jüngster der Gruppe verbinde das mit ganz persönlichen Erinnerungen. Ich wollte nicht das werden, was mein Vater für mich vorgesehen hatte. Ich wollte wie viele andere auch den Kriegsdienst verweigern,

wollte meine Haare lang tragen und durch dieses Unterschiedlichsein etwa die politischen Verhältnisse im Nachkriegsdeutschland kritisieren. Auch in unserer Theatergruppe wollten alle etwas anders machen. Dieses Gefühl verbindet uns auf gewisse Weise noch bis heute, in immer wieder anderen und neuen Facetten.

Das erste Stück, das wir als noch freie Theatergruppe am 1. Mai 1981 zur Aufführung brachten, hieß *Semmer Kerle oder Koine*. Es erzählte vom Leben auf dem Land und von einem Jugendlichen, der in dieser Umgebung versucht, aus den herrschenden Normen auszubrechen. Er zerbricht aber am Druck der Gesellschaft und bringt sich am Ende sogar um. In dieser Geschichte lag für uns alles, was auch uns in der Abgrenzung zu den anderen und zu unserer Zeit beschäftigte.

**KK** | Warum aber habt ihr euch damals für eure Abgrenzung und euren Wirkungsbereich als Theatermacher ausgerechnet ein Dorf ausgesucht? Warum seid ihr nicht in die Großstadt gegangen?

**SH** | Tatsächlich zogen damals viele, die auf dem Dorf lebten, in Metropolen wie Berlin. Schon allein darum, weil man nicht zur Bundeswehr musste, wenn man in Berlin wohnte. Aber unsere Gruppe – fast alle stammten aus Dörfern – sah in der künstlerischen Untersuchung der eigenen Herkunftsverhältnisse, in der Nische und in der Liebe zur Natur, aber auch zur Sprache, zum Dialekt, ein Potenzial. Das ist bis heute so. Darum haben wir nach lebbareren Alternativen vor Ort gesucht. Eine solche Alternative war der Traum vom Theaterspielen, der aufgrund des Mutes und den finanziellen Möglichkeiten einiger Gründer sowie der glücklichen Begebenheit, dass sich in Melchingen ein leerstehender Gasthof fand, Grund und Boden und somit ein Zuhause bekam.

Dieser Traum, unsere Theaterbewegung, musste sich dann in der Realität bewähren. Wir mussten ökonomisch überleben. Und uns auch immer wieder selbst infrage stellen: Ist es richtig, ist es sinnvoll, was wir da machen?

Mein Vater beispielsweise war lange Jahre gegen die Schauspielerei und zeigte erst über dreißig Jahre später seinen Stolz auf mich und meinen Beruf. Dieses Thema hat mich persönlich immer wieder beschäftigt, weil ich ja auch erst in der Abgrenzung – unter anderem zu ihm – zu dem wurde, der ich heute bin. Schon wer sich diese Entstehungs-Skizze des *Theater Lindenhofs*

anschaut, merkt: Das Theater bildet bestenfalls nicht nur Erfahrungen einer Gesellschaft, sondern die jedes und jeder Einzelnen ab.

**KK** | Welche Entwicklungen hat das Projekt *Theater Lindenhof* erfahren? Und welche persönlichen Veränderungen hast du durch euer Theater erlebt?

**SH** | Formal war die Gründung des ersten Regionaltheaters Deutschlands Mitte der 1990er-Jahre der entscheidende Schritt in Richtung finanzielle Stabilität. Doch all die Schritte davor, wie etwa der Kauf und der Umbau des Gasthofes sowie die sehr erfolgreichen Theaterproduktionen der ersten Jahre, waren für uns nicht minder wichtig. Wir haben gemeinsam an unserem Theater gebaut, das wir ähnlich den damaligen und auch heute noch existierenden soziokulturellen Zentren als einen Begegnungsort gestalten wollten. Gerade auf dem Land sind solche Möglichkeiten unglaublich wichtig, weil sie Austausch und Zusammenhalt ermöglichen. Wir haben darum auch nicht den gesamten ehemaligen Gasthof zur Bühne umgebaut, sondern die Kneipe zunächst selbst weiterbetrieben und unsere Gäste dort bewirtet. Das Theaterspielen war damals tatsächlich nur ein kleiner Prozentsatz des alltäglichen Wirkens. Es hat sich jedoch herauskristallisiert, dass wir genau das von alledem am meisten mochten. Allerdings ist in der Mischung von beidem – dem Theater als Begegnungsort und Bühne – unser Team erst richtig zusammengewachsen.

Die Kerngruppe, die aus Uwe Zellmer, Bernhard Hurm und Dietlinde Ellsäßer bestand und zu der ich später hinzukam,

hat dann nach und nach dafür gesorgt, dass die Sichtbarkeit als Theater größer wird. Für diesen Traum mussten wir aber auch unglaublich viel tun. Alle zusammen und jeder und jede für sich. Bis heute ist der *Lindenhof* eine Bühne geblieben, die viel dafür unternimmt, überhaupt Bedingungen für Theater zu schaffen. Wir erschließen uns beispielsweise andere Spielstätten wie die ehemalige, nun brachliegende Textil-

fabrik *Pausa* in Mössingen, die für uns zu einem wichtigen Ankerpunkt abseits von Melchingen geworden ist. Und machen auch sonst viel im Bereich Unterwegstheater. Wir sind unterwegs – das ist wahrscheinlich die beste Zusammenfassung dessen, wie hier alles funktioniert. Dazu gehört bisweilen natürlich auch, dass man sich aneinander reibt, es Krisen gibt und Bewegungen weg von der Gruppe, wenn es ▶



- ▶ nicht mehr passt. Ich selbst hatte am Anfang einige Zeit den Eindruck, dass wir zu wenig Theater machen. Darum bin ich weitergezogen, habe Fortbildungen besucht. Um dann doch wieder zurückzukommen; zahlreiche Erfahrungen und Eindrücke im Gepäck, die das Theatermachen am *Lindenhof* mitprägten.

**KK** | Mal ganz ehrlich: Wie sehr wird eure vielseitig spür- und erlebbare Spielleidenschaft, die ja auch schon auf den *Hamburger Privattheatertagen* ausgezeichnet wurde, durch ökonomischen Druck beeinflusst?

**SH** | Tatsächlich geht es in einer Institution, wie wir sie geworden sind, auch um Geld. Leidenschaft ist auch eine Währung, aber mit ihr kann man keine Miete bezahlen. Es ist ein Wunder, immer wieder, dass wir die Schritte schaffen, die dazu nötig sind, um auch das Finanzielle abzusichern. Und das seit über 40 Jahren. Wir sind seit damals zunehmend professioneller und stabiler geworden, konnten etwa plötzlich Menschen anstellen. Weil wir am *Theater Lindenhof* aber nachhaltig verbindlich bleiben wollen, es bei uns darum etwa keine befristeten Verträge gibt und wir ein festes Ensemble haben, sind wir alle in der Verantwortung, dass das so bleiben kann. Die Liebe zur Sache trägt zwar auch durch unwegsames Gelände. Trotzdem braucht es Unterstützer und Fürsprecherinnen, die diese Leidenschaft mit ermöglichen. In der Stadt hat ein Theater unserer Größenordnung



kommunale Zuschüsse von jährlich bis zu 500.000 Euro, uns stellt die Gemeinde an unserem Sitz Melchingen gerade einmal 30.000 Euro an kommunalen Fördermitteln zur Verfügung. Nur durch das Regionaltheaterkonstrukt, aufgrund dessen uns das Land Baden-Württemberg die kommunalen Zuschüsse der Stadt Burladingen und der Landkreise Tübingen und Reutlingen sowie die des Zollernalbkreises und unserer Partnergemeinden verdoppelt, können wir uns finanzieren. Wir pflegen Theaterpatenschaften mit inzwischen rund 25 baden-württembergischen Städten und Gemeinden und haben die *Stiftung Theater*

*Lindenhof* im Rücken. Das alles ist nicht selbstverständlich und ausruhen können und wollen wir uns darauf ebenfalls nicht. Wir müssen noch immer über fünfzig Prozent des Jahresetats von zwei Millionen Euro selbst einspielen. Anerkennungen wie der *Monica-Bleibtreu-Preis* bei den *Privattheatertagen*, den wir dieses Jahr zum dritten Mal erhalten haben, und die damit verbundenen guten Kritiken, erleichtern uns die Förderung vor Ort. Wir sind als Theater also nur dann Teil dieser Region, wenn wir nicht nur in ihr, sondern auch darüber hinaus wirken. Darum müssen wir weiter überraschen. Wir müssen



**Wir sind Stadt und Land. Wir sind Theater auf Hochdeutsch und im Dialekt. Wir sind Amateure und Profis. Wir erleben Weite und Enge. Wir sind die Alb und wir sind die Sterne. Unsere Inhalte sind kritisch und poetisch.**

Geschichten erzählen, die man nicht von uns erwartet. Auch, wenn wir damit womöglich scheitern. «Die Kunst ist frei» – aber das Publikum auch. Es kommt, solange unsere Stücke überzeugen.

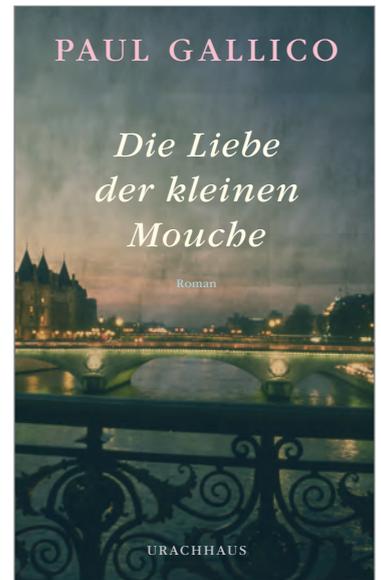
**KK** | Ist die Kunst in der Stadt freier, hat es Kultur dort generell leichter als hier auf dem Land?

**SH** | Das *Theater Lindenhof* sieht sich als Bühne, die aufrüttelt und die Lebenswirklichkeiten anspricht. Der Mikrokosmos Land, aus dem wir unter anderem unsere Themen schöpfen, enthält die ganze Welt und bildet sie ab. Das Randständige, den Außenseiter, gibt es hier wie dort. Die Diskussion um Stadt und Land führen wir am Theater darum auch anders. Denn wir waren schon immer im Dazwischen. Wir sind Stadt und Land. Wir sind Theater auf Hochdeutsch und im Dialekt. Wir sind Amateure und Profis. Wir erleben Weite und Enge. Wir sind die Alb und wir sind die Sterne. Unsere Inhalte sind kritisch und poetisch.

Dem gesellschaftlichen Wandel müssen sich alle stellen, egal ob Stadt oder Land. Das Ländliche ist kein Defizit, kein Nachteil – auch, wenn das in Förderanträgen oft so dargestellt wird. Vielmehr liegt für agile kleine Theater auf dem Land im Dazwischensein eine Chance. Es ist ein Möglichkeitsraum, in dem man sich ganz anders bewegen und anders auf Themen oder Krisen wie etwa die Coronapandemie reagieren kann.

**KK** | Trotzdem bleiben Theater in Stadt und Land oft unter sich, blickt die Hochkultur bisweilen herablassend in die Provinz, auf «Volkstheater» wie den *Lindenhof* und nimmt sie nicht für voll.

**SH** | Das ist schade. Vor allem, weil wir beispielsweise Teilnehmungsformate gemacht haben, bevor es den Begriff «partizipatives Theater» überhaupt gab und Metropoltheater aus dem plötzlich angesagten Format eine eigene Sparte entwickelten. Für uns sind Teilnehmungsformate wie beispielsweise *Meine Welt ist das Leben* mit Menschen mit Behinderung aus der diakonischen Einrichtung Marienberg oder *Ein Dorf im Widerstand* unter der Beteiligung von über 100 Menschen aus Mössingen nicht nur eine Sparte. Wir machen das unter anderem, weil wir selbst nicht als Profis gestartet sind. Für uns sind das Projekte, die mit jedem anderen Stück formal gleichberechtigt sind und die vor allem eine Art des Respekts vor Expertinnen und Experten, vor Heldinnen und Helden des Alltags zeigen. Die Vitalität und Vielfalt unserer Demokratie wird durch solche Formate gelebt und geprägt. Darum wäre es wichtig, dass Kunst und Kultur nicht nur als Unterhaltungsfaktor angesehen wird, sondern als Schwester von Bildung, Aufklärung und demokratischen Prozessen Planungssicherheit erhält und entsprechend als «fünfte Gewalt» im Staat gefördert wird. Auch und gerade in der Peripherie. ■ [www.theater-lindenhof.de](http://www.theater-lindenhof.de)



## Das Leben – ein Theater?

Mouche, ein junges Mädchen aus der Bretagne, sieht ihr Leben als gescheitert an – mit erst 22 Jahren. Und so läuft sie durch das nächtliche Paris, das ihre Träume von einer Schauspielkarriere nicht zur Wahrheit werden lassen wollte. Sie hat nur noch ein Ziel: die Seine.

Glücklicherweise führt ihr Weg an einem Jahrmarkt vorbei, wo ein paar Handpuppen sie aus ihrer Bude heraus ansprechen – und noch am selben Abend gehört sie der Truppe an. Die Liebe, die sie von den Handpuppen erfährt und ihnen schenkt, gibt ihr wieder neue Kraft zu leben.

Warum aber ist der Puppenspieler, der doch alle seine Figuren führt, selbst nicht in der Lage, ihr gegenüber seine Gefühle zu zeigen?

Paul Gallico  
**Die Liebe der kleinen Mouche**  
123 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag  
€ 17,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7888-8

# LANGeweILE – das vom Aussterben bedrohte Gefühl?

von Renée Herrnkind

Nein, mir war nicht langweilig, als ich begann, der Langeweile auf den Grund zu gehen. Würde sich ohnehin eigentlich ausschließen: aktiv zu sein und Langeweile zu haben. Oder doch nicht? Selbst bei Prüfungen sollen sich Schülerinnen und Schüler langweilen, das habe ich inzwischen herausgefunden. Und die Ursache dafür kann sowohl Unterforderung als auch eine Überforderung sein. Sie merken schon, das Thema ist komplex – und Gegenstand philosophischer, psychologischer, soziologischer und pädagogischer Betrachtungen. Selbst Hirnforscher und andere Medizinerinnen haben sich diesem laut Definition «unangenehmen Gefühl, einer befriedigenden Tätigkeit nachgehen zu wollen, es aber nicht zu können» gewidmet.

Langeweile zeigt sich demnach als biochemischer Prozess. Analysen beweisen, dass der Cortisolspiegel als Ausdruck von Stress während Langeweile sogar höher ist als bei Traurigkeit. Blutdruck und Puls steigen in der Langeweile ebenfalls. Und weil Langeweile das Belohnungszentrum im Hirn verschmätzt, sinkt der Anteil des wichtigen Botenstoffs Dopamin, was die Anfälligkeit für Depressionen, Ängste, Aggressionen oder Suchtverhalten erhöhen kann. Wer sich im Job häufig langweilt, hat ein größeres Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden als Menschen, die Freude und Erfüllung im Tun erleben.

Als ernsthafte Erkrankung ist «Boreout» inzwischen fast ebenso bedeutend wie «Burnout».

Ist Langeweile demnach ein Gesundheitsrisiko, der Spruch vom «zu Tode langweilen» also gut begründet? Die Wissenschaft streitet noch, was Ursache und Wirkung ist, denn Langeweile kann definitiv ungesundes Verhalten fördern: Mehr und ungesund essen, Grübeln bis in die Depression, Drogen und Alkohol konsumieren, Glücksspielen verfallen, aggressiv werden ...

**«Wer sich allein  
langweilt, ist auch  
zu zweit nicht sehr  
unterhaltend.»**

*Ben Kingsley*

Der kanadische Neuropsychologe James Danckert hat 20 Jahre seines Forscherlebens der Langeweile gewidmet. Er charakterisiert Langeweile als Mangel an Selbstregulierung. Seine Erkenntnis: Allzu oft sind gelangweilte Menschen empfänglicher für radikale politische Strömungen, die ihnen den Eindruck von Sinnhaftigkeit vermitteln. Harter Tobak.

Wie gut, dass andere auch positive Seiten des Gefühls hervorheben. Apropos Gefühl ... noch nicht einmal in der Zuordnung in die Kategorie «Emotion» sind sich die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler einig. Manche sehen Langeweile sogar als Eigenschaft, andere als Zustand. Abgesehen von diesen Feinheiten, macht wahrscheinlich – wie so oft – die Dosis das Gift. Denn Langeweile, der Moment des Nichtstuns, des Nichtsdenkens, öffnet den Raum, kreativ zu werden, Selbstwirksamkeit zu entwickeln, aktiv zu sein. Das zumindest beweisen diverse Untersuchungen.

Bleibt diese Tür jedoch angesichts permanenter Ablenkungsangebote wie Smartphone, grenzenlosem Online-Konsum und Entertainment-on-demand verschlossen, fehlen die «Leerstellen» im Alltag. Dabei sind sie so wichtig, denn sie ermöglichen dem Gehirn, all das zu sortieren, was vorher reingeströmt ist – sind also eher «Lehrstellen». Erst die Auszeit lässt eigenen Ideenreichtum entdecken, der zu kreativen, selbstbestimmten, sinnvollen Aufgaben und sogar zu grundlegenden persönlichen Veränderungsprozessen anregen kann.

Der Schriftsteller Max Frisch behauptete: «Geist ist die Voraussetzung der Langeweile». Rudolf Steiner empfahl als «Rezept», um die Langeweile selbst zu kurieren – sie also in verträglicher Dosis zu halten – sich mit inhaltvollen Vorstellungen zu erfüllen,



Foto: pencake / photocase.de

damit diese in die Zukunft hineinwirken. So wird die Langeweile zur Kraftquelle. Jean-Paul Sartre und Albert Camus wiederum beschreiben Langeweile als eine der zentralen Erfahrungen, ohne die der Mensch sein eigenes Sein nicht erkennen kann. Und Friedrich Nietzsche nannte sie gar die «Windstille der Seele, welche der glücklichen Fahrt und den lustigen Winden vorangeht.» Wie poetisch. Wer nie gelernt hat, sie nicht nur genervt zu ertragen oder darüber zu jammern, sondern Langeweile zu nutzen und ein Stück weit zu genießen, wird ihre Wirkung nicht erleben.

Hirnforscher formulieren es anders: Selbst wenn wir vermeintlich nichts denken, lässt sich Gehirnaktivität messen, und zwar genau die Form, die dafür sorgt, dass unser Hirn danach leistungsfähiger ist als vorher. Konzentrationsfähigkeit und Wohlbefinden werden größer, ungesunde Blutwerte besser. Manche sagen dazu schlicht: den Gedanken freien Lauf lassen. Das funktioniert nur ohne permanente Ablenkung, Dauer-Bespaßung und Pseudo-Belohnungen. Und es braucht die Fähigkeit, einen als unangenehm kategorisierten Zustand auszuhalten.

Ach ja, über das Thema Aushalten ließe sich ein eigener Essay schreiben. Nur so viel: Innere Stille braucht Übung. Achtsamkeitsexperten empfehlen dafür die Schulung in der Meditation, einfach nur

atmen, innehalten, dem Gedankenstrom ein Stoppschild zeigen. Gedankenlos versunken Kringel auf ein Blatt zu malen, soll übrigens ähnlich positiv wirken.

Diese Art des Müßiggangs, um ein vielleicht wohlwollenderes, aber höchst antiquiertes Wort für Langeweile zu nutzen, verändert unser Zeitgefühl. Dabei bleibt das objektive Zeitmaß von Sekunden, Minuten, Stunden natürlich unverändert. Aber in unserer Wahrnehmung wird eine Weile zur Langeweile oder der Moment fühlt sich kurzweilig an. Was sagt uns unsere innere Uhr, wenn wir Zeit derart bewerten? Wer ungeduldig auf das Klingeln des Liebsten wartet, empfindet den Lauf des Sekundenzählers als zäh. Wer im Endspurt einer Arbeit der Zeit hinterherhechelt, meint dagegen, er rase. Ob etwas kurzweilig oder langweilig ist, liegt also immer im Auge der Betrachterin, des Betrachters. Darüber lohnt sich, eine Weile nachzudenken. Wann nehmen Sie sich Zeit für eine lange Weile – die Langeweile – und ihre gute Wirkung? ■

Renée Herrnkind arbeitet als freie Journalistin im eigenen Journalistinbüro «Schwarz auf Weiß». Ihr Themenschwerpunkt liegt auf dem nachhaltig-ökologischen Lebensstil – und fest damit verbunden sind seit fast 50 Jahren Tiere. Im Verlag Freies Geistesleben erschien 2022 ihr aus den Kolumnen in *a tempo* weiterentwickeltes Buch *Was wir von Tieren lernen können* (mit Illustrationen von Franziska Viviane Zobel. 163 Seiten, gebunden mit Prägung, 16,- Euro, ISBN 978-3-7725-3221-4).



**Die ewige Frage nach dem Sinn des Lebens** ist für den Arzt und Therapeuten Olaf Koob eingespannt in die Pole von Hetze und Langeweile: Wir haben durch unsere Arbeit oder den selbst gewählten «Freizeitstress» keine Zeit oder wissen nicht, was wir mit und in ihr tun sollen. Daher gilt es, einen «Sinn für das Leben» zu entwickeln, der das Wesentliche vom Unwesentlichen trennt und zwischen angespanntem Zeitdruck und unausgefülltem Leerlauf lebensbejahend vermittelt.

«Alles ist ein Wettlauf. Wir leben, ohne auf das Leben zu achten. Wir träumen und fragen uns nicht mehr, was wir geträumt haben. Wir schauen gleich auf die Uhr. Interessiert sind wir nur an der verstreichenden Zeit oder daran, sie verstreichen zu lassen, und verschieben auf später, was tatsächlich wichtig wäre.»

Tiziano Terzani

Olaf Koob  
**Hetze und Langeweile**  
 Die Suche nach dem Sinn des Lebens.  
 falter 37 | 180 Seiten, Leinen mit SU  
 € 18,- (D) | ISBN 978-3-7725-1437-1  
 www.geistesleben.com

**falter** : Bücher für den Wandel  
 des Menschen



# NORTHUMBERLAND AUF ORPHEUS' SPUREN

von Jean-Claude Lin

Wandelt sich rasch auch die Welt  
wie Wolkengestalten,  
alles Vollendete fällt  
heim zum Uralten.

Über dem Wandel und Gang,  
weiter und freier,  
währt noch dein Vor-Gesang,  
Gott mit der Leier.

Nicht sind die Leiden erkannt,  
nicht ist die Liebe gelernt,  
und was im Tod uns entfernt,

ist nicht entschleiert.  
Einzig das Lied überm Land  
heiligt und feiert.

Wie hallen diese Worte von Rainer Maria Rilke, des in Prag geborenen Orphikers, des betörend singenden Dichters deutscher Sprache in meinem Leben nach! Es ist das XIX. Sonett im Ersten Teil des zweiteiligen Zyklus der *Sonette an Orpheus*, die Rilke als «Ein Grab-Mal für Wera Ouckama Knoop» in seinem Turm des Château de Muzot im Februar 1922 schrieb.

## Eine andere Stimme des Orpheus

An einem Samstag, dem 21. November 2015, am Tag vor Totensonntag, las ich in der britischen Tageszeitung *The Guardian*, was den Autor David Almond mit der Sage von Orpheus und Eurydike verband. Ihm war gerade der Jugendliteraturpreis des *Guardian* für seinen Roman *A Song for Ella Grey* zuerkannt worden und nun durfte er über seine Beziehung zu dieser «schönen, schrecklichen Sage» («a lovely, terrible tale») schreiben: «Als ich Lehrer war, habe ich oft die Sage von Orpheus und Eurydike erzählt. Ich erzählte sie Kindern einer Grundschule in einem Viertel von Sozialwohnungen in Gateshead», wo er selbst aufgewachsen ist, «ich erzählte sie Jugendlichen voller Sorgen und Unruhe in Newcastle und North Tyneside. Groß schauten ihrer Augen, als sie die elementare Kraft der Bilder dieser Sage mit Herz und Gemüt

in sich aufnahmen. Konnte Musik so eine Macht ausüben? Konnte Liebe so intensiv sein? Konnte Orpheus den Tod überwinden und die Kräfte der Unterwelt bezaubern? Konnte er seine verlorene Eurydike wieder ans Licht und ins Leben zurückführen?»

Die Jahre der Pubertät sind für David Almond die Jahre der tiefsten und intensivsten Wahrnehmung des Wunders und Mysteriums der menschlichen Existenz, der fremden wie befremdlichen Ungereimtheiten zwischen Leib und Seele. Und für ihn bringt das die Sage von Orpheus und Eurydike auf so einmalig mitfühlen lassende Weise zum Ausdruck und ist gleichzeitig eine Parabel über die künstlerische Kreativität. Für ihn passt die Sage in jeder Zeit und an jedem Ort. «In meiner Version», schrieb David Almond, «ereignet sich die Geschichte im Nordosten Englands, wo ich aufgewachsen bin und wo ich heute noch lebe. Es ist ein schöner, beunruhigender Ort voller Energie und Narben. In Teilen eine Wildnis, von Legenden, Balladen, Volksliedern durchdrungen, ein Ort geschlossener, gefährlicher Grubenschächte, verlassener Bergwerke, weiter weißer Strände, einsamer Burgruinen an zerklüfteten Küsten, und Inseln, die sich in die Ferne verlieren.»

Nach Northumberland muss ich reisen, sagte ich mir nach der Lektüre des Artikels. ▶



- Und mehr noch nach der Lektüre des Buches *A Song for Ella Grey*. Diese Strände, an denen Orpheus unter den Jugendlichen unserer Zeit wieder auftaucht und mit seinem Gesang so bezaubert, wollte ich auch erleben.

#### Unterwegs nach Northumberland

Ich machte mich mit meiner Gefährtin vom Hafen Hoek van Holland aus auf den Weg, um die Fähre nach Harwich zu nehmen, denn unser Ziel war es, unterwegs nach Northumberland auch die Kathedralen von Ely, Lincoln und Durham zu besichtigen.

Es ist merkwürdig, wie manch ein gelesener Halbsatz sich wie eine seitenlange Beschreibung in die Erinnerung einprägen kann. So ist es mir bei dem Roman *Glastonbury Romance* von John Cowper Powys ergangen, den ich Anfang der 1970er-Jahre entdeckte und in dem dem Protagonisten John Crow «als Kind so oft gesagt worden war, er solle Ausschau halten nach den hohen Türmen der Kathedrale von Ely, die über endlose Wegstunden ebenen Moorgrunds hinweg zu sehen waren.»

Und tatsächlich sahen wir aus der Ferne des sich weit ausbreitenden sumpfigen Flachlandes zuerst die auftauchenden hohen Türme dieser großen Kathedrale der *Heiligen und Ungeteilten Dreifaltigkeit*

aus dem 12. Jahrhundert mit dem höchsten Mittelschiff in ganz England und dem monumental wie filigranen Oktogon über der östlichen Vierung. In der luftig lichtvoll angebauten Lady Chapel empfing uns der helle Gesang einer Reisegruppe. Ein tönendes Bauwerk – das ist eine Kathedrale im eigentlichen Sinne – erlebten wir.

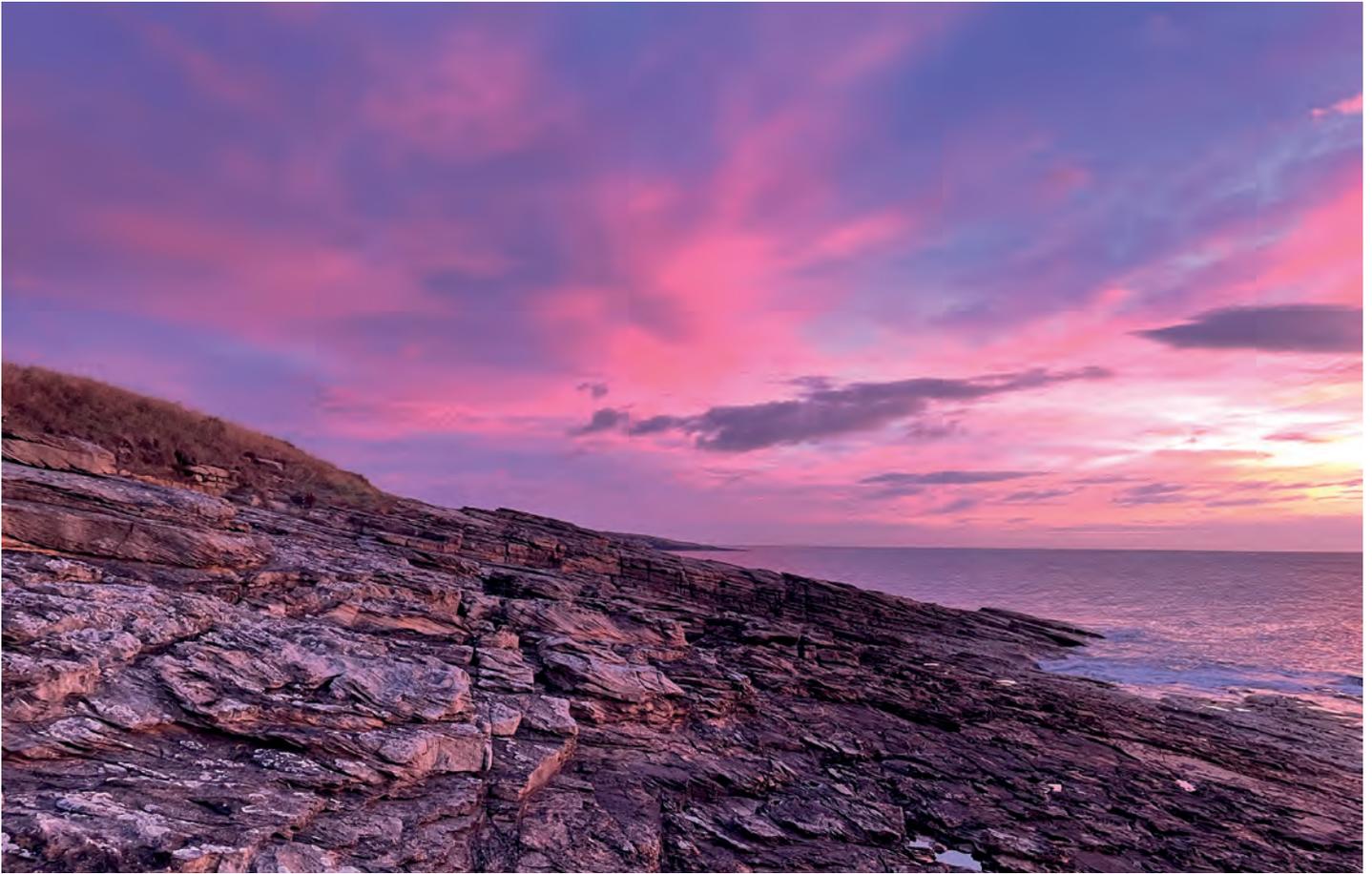
Aus den Weiten um Ely fuhren wir ins mit Pflastersteinen und mit engen verwinkelten Gassen durchzogene Lincoln. Gerade noch rechtzeitig zum *Evensong* (Abendgebet und -gesang) traten wir durch eine der vielen Pforten der so überaus breiten Westfront in die Tiefen der Kathedrale mit ihren zum Teil kunstvoll gestalteten Kreuzrippengewölben. John Ruskin hat einmal über die Kathedrale von Lincoln behauptet, dass sie bei Weitem das wertvollste architektonische Bauwerk der britischen Inseln sei, und im Mittelalter, als ihre drei Türme noch ihre Turmhelme besaßen, soll sie der höchste Bau der Welt gewesen sein.

Am nächsten Morgen machten wir uns auf den Weg nach Durham, hinauf zur großen Kathedrale der drittältesten Universitätsstadt Englands mit ihren mächtigen normannisch geschmückten Säulen. Als wir erfuhren, dass hier eine Woche später ein Orgelkonzert stattfinden würde, besorgten wir gleich Eintrittskarten und würden also wiederkommen. Mit dieser klangvollen

Aussicht verließen wir die geschichtsträchtige, ehrwürdige und doch von vielen jungen Menschen belebte Stadt Durham und fuhren in die benachbarte Grafschaft Northumberland, zu der die Grafschaft Durham als eigenes Königreich Northumbria einmal gehörte. Dort waren wir auch mit David Almond und seiner Frau Julia Green in Whitley Bay bei Newcastle verabredet. Es war eine herzliche Begegnung. Er war auf einem guten Weg der Besserung nach einer ernsthaften Erkrankung. Sie war an der Bath Spa University als Professorin für Creative Writing beschäftigt. Beide verbindet eine große und innige Liebe zur Literatur und eine Leidenschaft für das Schreiben von Büchern für Kinder und junge Leserinnen und Leser allen Alters. So erfuhren wir einiges mehr vom Leben in und um Newcastle und von den Ortschaften, die in David Almonds so bewegendem wie betörend schönem Orpheus-Roman *A Song for Ella Grey* (*Ein Lied für Ella Grey*, das im Herbst 2024 in Deutsch im Verlag Freies Geistesleben erscheinen soll) eine bedeutende Rolle spielen. Einige dieser Orte nahmen wir uns vor, in den folgenden Tagen aufzusuchen.

Wir hatten uns für zwei Nächte im *B&B Number 61 Front Street* in Tynemouth eingebucht, nur 100 Meter vom Meer entfernt, mit den wohlklingenden Zimmernamen wie Dickens, Byron, Brontë oder Burnett. ►





► Das schöne, stilvoll eingerichtete Gasthaus mit Tea Room führen Mr & Mr Neil and Stephen. Als wir sie nach dem besten Lokal für einen ordentlichen Northumberland Pie fragten, erhielten wir den Hinweis auf den *Low Lights Tavern* im gut zu Fuß zu erreichenden benachbarten North Shields – dort würde es auch immer wieder Livemusik geben. Und wir hatten Glück, denn gerade an diesem Abend hatten sich sechs Freunde verabredet, um zusammen zu musizieren und alte Balladen und Volkslieder miteinander zu singen! Orpheus grüßte uns an unserem ersten Northumberland-Abend auf besonders warme, uns willkommen heißende Art.

#### Unser Orpheus!

Wir waren neugierig auf die etwas wilderen, verlassenere Strände von Northumberland und fuhren zu unserem nächsten Aufenthaltsort, zum alten Pfarrhaus, *The Old Rectory*, in Howick. Das Haus war herrlich gelegen, in der Nähe wogender Getreidefelder wie auch Weiden mit friedlich grasendem Vieh und einer frischen salzigen Brise vom nahen Meer. Wir bewunderten die so herrlich von Wind und Wasser mannigfaltig gestalteten und aufgeschichteten Felsformationen am Meer. Die ganze begraste Anhöhe der Küste entlang sah man den Coastal Path St Oswald's Way sich in die Ferne schlängeln, den auch wir ein Stück weit gehen wollten.

Der Himmel war wieder, wie so oft in diesem Sommer, bewölkt, die Luft war frisch auf dem Weg nach Craster, nördlich von Howick, und weiter an der Burgruine von Dunstanburgh vorbei mit den neugierig schauenden Schafen und Rindern bis nach Low Newton-by-the-Sea.

Unterwegs, mitten in dieser weiten, von allen Elementen durchdrungenen, gekneteten, zuweilen wie ziselierten Landschaft, ereignete sich das Wunderbare: Plötzlich sahen wir ihn! Er saß auf einer kleinen Anhöhe, um ihn herum seine Taschen, sein Rucksack, neben ihm seine keltische Harfe, und er las Dantes «Inferno» aus der *Göttlichen Komödie*: unser Orpheus!

Wir grüßten uns und kamen miteinander ins Gespräch. Er war zu Fuß unterwegs von Arbroath in Schottland, der Küste entlang nach Europa, Frankreich oder die Niederlande und dann weiter. Und warum las er Dantes «Inferno»? «Ja», meinte er, «das Inferno, die Hölle, sei in jedem von uns, es sei unsere eigene Schattenseite.» Ich fragte noch, ob er uns etwas auf der Harfe spielen könne. Das tat er gerne und sang ein altes Lied aus Northumbria, dem alten Königreich des angelsächsischen Nordostens – und seine Stimme trug der Wind in die Weiten der Landschaft und übers Meer hinaus. ■



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

«Vielleicht sind wir, wenn wir im Älterwerden das Vergehen der Zeit beklagen, nicht mehr ganz beim Leben dabei. Vielleicht sind diejenigen, für die die Zeit scheinbar nicht existiert, auf eine uns noch rätselhafte Weise ganz bei sich. Der Mensch hat denkend diese spannungsreiche Möglichkeit: bei sich und bei der Welt zu sein – im Fluss der Zeit.»

Jean-Claude Lin

#### Im Garten der Zeit

Leben mit dem Schöpferischen.

Herausgegeben von Jean-Claude Lin. Mit Beiträgen von Georg Dreißig, Ormond Edwards, Ruth Ewertowski, Sebastian Hoch, Maria A. Kafitz, Christiane Kutik, Simone Lambert, Lorenzo Ravagli, Johannes W. Schneider, Albert Vinzens und Valentin Wember.

falter 51 | 176 Seiten, mit 12 Fotografien von Wolfgang Schmidt, Leinen mit Schutzumschlag  
€ 19,- (D) | ISBN 978-3-7725-3451-5  
© Auch als eBook erhältlich!  
www.geistesleben.com

**falter** : Bücher für den Wandel  
des Menschen

# DAS SCHWARZE BUCH

von Brigitte Werner

Zu meiner Wohnung gehört eine winzige Kammer, türbreit und nicht mal einen Meter tief. Am Kopfende ein prall gefülltes Regal, davor kämpfen Eimer, Schrubber, Staubsauger und Wäscheständer um jeden Millimeter Platz. Als ich gestern die Tür öffne, fallen sie mir nach Luft schnappend entgegen. Ich habe verstanden: aber dalli, dalli, zack, zack. SOFORT!

Ich räume auf. Ich bin fassungslos über diese angesammelte Fülle von total überflüssigem Zeug. Zwischen verrottetem Weihnachtsschmuck und mindestens 25 Kilometern verknoteten Kabeln versteckt sich ein Schuhkarton mit einer Abbildung der hässlichsten Pantoffel aller Zeiten. Ich schwöre, so etwas habe ich nie getragen.

Als ich den Deckel hebe, staune ich den Stapel alter Fotos an – und klar, das Aufräumen muss warten. Ich sitze auf dem Boden vor meinem Sofa und breite die Schätze aus. So viele Erinnerungen. Manche schaue ich mit einem Lächeln oder Stirnrunzeln an. Die meisten der Fotos sind klein, schwarzweiß mit gezacktem Rand, die Personen weit weg und kaum zu erkennen.

Und dann erstarre ich. Eine Wagenladung Frost fällt in mich, ich friere und beginne zu zittern. Mein Herz springt in mir herum, und ich blicke auf das kleine Mädchen mit Zöpfen und tränennassen, vor Kummer fast schwarzen Augen. Dahinter stehen zwei sehr große Männer, einer mit Bischofsmütze und Krummstab, der andere mit struppiger Frisur, dunkler Kutte, einer

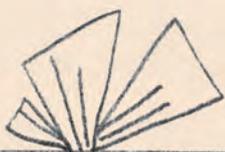
Rute und einem aufgeschlagenen schwarzen Buch in der Hand. Ich verkrampfte mich und kämpfte mit Übelkeit. Ich stehe wieder in dem riesigen, überfüllten Saal im Kolpinghaus in Herne, in dem das Finanzamt eine Nikolausfeier für alle Angestellten mit Kindern ausgerichtet hat. Ich war völlig unvorbereitet und ahnungslos. Die vielen Menschen machten mir Angst, und ich war überfordert. Irgendwann musste ich nach vorne kommen, und die beiden fremden Männer standen hochaufgerichtet vor mir. Der mit der weißgoldenen seltsamen Mütze drückte mir eine kleine Tüte in die Hand und las etwas vor. Und dann schlug der düstere Mann sein schwarzes Buch auf und seine grimmige Stimme verkündete in den vollen Saal hinein, dass dieses doch schon große Mädchen ab und zu immer noch ins Bett mache und drohte mit seiner Rute. Ich erstarrte. Ich schrumpfte und verschwand. Ich verschwand so gut ich konnte an diesen heimlichen, tief in mir versteckten Ort, den niemand kannte.

Aber es half nichts. Tränenüberströmt suchte ich meine Mutter, sie blickte strafend in mein Gesicht. Ich hatte Angst, mir jetzt, genau jetzt, in die Hose zu machen. Ich muss mal, flüsterte ich, und mein Vater verstand. Blitzschnell verschwand er mit mir in den großen Flur und schob mich in den Toilettenraum mit den vielen Türen. Die runde Frau, die diese Türen bewachte, trug ein Kopftuch – ich sehe es wieder vor mir und weiß noch, dass mich das verwun-

derte. Sie hatte ein liebes Gesicht und öffnete flink eine Tür, schob mich hinein, hob mich auf den Toilettensitz und half bei den Wollstrümpfen an dem gestrickten Leibchen und der groben Unterhose. Es ging gerade noch gut. Sie seufzte erleichtert, und ich weinte weiter. Lautlos und immerzu, ohne Ende. Sie setzte sich auf ihren Stuhl vor all den Türen und nahm mich auf den Schoß. Ich drückte mich an ihren weichen Körper, und sie wiegte mich. Sie wiegte mich und flüsterte dabei einen tröstenden Singsang: Schschsch, schschsch, alles wird wieder gut. Sie sagte es so lange, bis ich es ihr glaubte. In den großen Saal wollte ich nicht wieder, ich sträubte mich, aber ich musste zurück. Ich nahm jeden Fleck, jede Ritze, jeden Kratzer auf dem Fußboden wahr, an dem meine Augen kleben blieben.

Ich habe keine Ahnung mehr, wie dieser Nikolausabend zu Ende ging, aber jetzt, genau jetzt mit diesem alten Foto in der Hand, habe ich wieder das hässliche Gefühl eines Verrats, den ich damals nur diffus spürte, und bestimmt noch nicht verstand. Doch ich fühle auch jetzt noch die Weichheit, die Anteilnahme und das Verständnis dieser besonderen Frau, nach der ich mich noch lange sehnte. Noch heute erschrecke ich, wenn ich im Fernsehen einen weißgekleideten Bischof mit seiner Mütze sehe. Aber ich weiß nun auch, liebevolles Mitgefühl ist der beste Trost und ein wunderbares Heilmittel. ■

Brigitte Werner lebt und arbeitet im Ruhrgebiet und an der Schlei. Sie gibt Literaturseminare, schreibt für Kinder und Erwachsene und 2023 auch wieder für unser Magazin: [www.brigittewerner.de](http://www.brigittewerner.de)



# UND HÄTTE DIE LIEBE NICHT

von Wolfgang Held

Im November sind die Nächte selten klar. Durchschnittlich nur viermal ist im November der Himmel frei von Wolken, so selten wie in keinem anderen Monat. Doch wenn tatsächlich die Wolken verfliegen sollten, so lohnt sich morgens ein Blick in südöstlicher Richtung. Dort steht Venus hoch über der Landschaft und zieht durch das Tierkreisbild Jungfrau. Schon in der frühen Dämmerung, wenn noch alle Sterne zu sehen sind, findet man den hellen Planeten im weiten Herbststernbild. Erst wenige Wochen zuvor hat die Sonne das Bild freigegeben. Jetzt hebt es sich am Morgenhimmel im Osten über den Horizont. Kein anderes Tierkreisbild erscheint dabei in solcher Breite und Ausdehnung wie die Jungfrau. Während zum Beispiel Waage und Löwe, ihre Nachbarn im Tierkreis, eine leicht einzu-prägende Gestalt besitzen, löst sich das Bild der Jungfrau in seiner Weite und Unbestimmtheit auf. Doch dann fällt der Blick auf Spica, den bläulich strahlenden Hauptstern der Jungfrau. Übersetzt heißt Spica «die Kornähre», und so wird der Stern auf den Himmelsatlanten auch dargestellt: die Jungfrau hält eine Ähre in ihrer Hand. In diesem Korn scheint sich die ganze Kraft des Bildes zu konzentrieren. Bei genauer Beobachtung zeigt dabei Spica eine Helligkeitsschwankung: alle vier Tage wechselt sie ein wenig in ihrer Leuchtkraft. Die Erklärung: Spica besteht aus zwei Sternen, die tausendfach heller sind als unsere Sonne und in diesem 4-Tages-Rhythmus umeinanderkreisen. Das Bild schließt im September den Sommer ab, wenn sich alles Leben mit der Sonne aufgeladener hat und dann in der Ähre konzentriert. Dabei sollte man nicht vergessen, dass die Jungfrau am Sternenhimmel eine «griechische» Jungfrau ist. Als Demeter hat sie eine Tochter, denn das unterstreicht ihre schöpferische Kraft, Leben hervorzubringen, sie hat dafür keinen Mann an ihrer Seite, ist gewissermaßen die erste alleinerziehende Mutter.

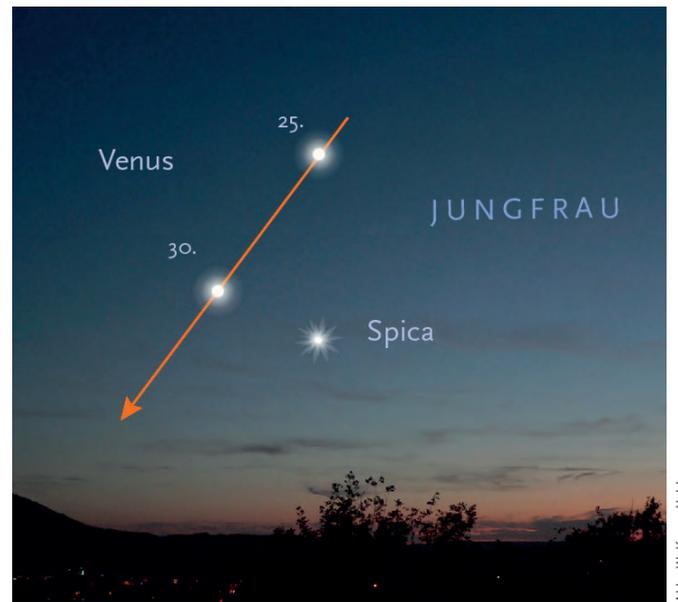


Abb.: Wolfgang Held

Jetzt im November zieht Venus, der Planet der Schönheit und Liebe, durch die Jungfrau und erreicht am Monatsende dann den Stern Spica. Was für eine Konstellation: Liebe und Leben sind vereint. Diese Begegnung erinnert an den Hymnus an die Liebe von Paulus im ersten Brief an die Korinther. Zuerst betont er in diesem vermutlich schönsten Liebesbrief der religiösen Geschichte, dass alles Sprechen, alles Wissen und aller Besitz nichts sei ohne die Liebe. Nach dieser dreifachen Negation folgen die zwölf Beschreibungen, was Liebe ist, wobei die erste und letzte Zusprechen sich ähneln und deshalb eine Klammer bilden: es beginnt nämlich damit, dass die Liebe langmütig sei und es endet damit, dass sie niemals aufhöre. Auch die zweite und zehnte Attitüde gleichen sich: die Liebe ist gütig, sie erträgt alles. Dazwischen, welche interessante Symmetrie, liegen acht Hinweise, was die Liebe nicht ist und nicht tut – sie ereifert sich nicht, bis zu sie trägt das Böse nicht nach.

Dass Liebe und Leben zusammengehören, dafür ist jeder Mensch ein Zeugnis. Kaum einen Menschen gäbe es, wenn nicht Liebe am Anfang gestanden hätte. Nicht nur das: In einer liebevollen Umgebung gedeiht das Leben besser. Das gilt für uns Menschen, aber auch für Tiere und, wie manche vermuten, sogar für Pflanzen.

Jetzt im November unterstreichen Venus und Spica diese schon phonetische Nähe von Leben und Liebe. Mit dem paulinischen zwölffachen Liebeshymnus im Hintergrund vermag die Konstellation von Venus und Spica noch mehr verraten, wie Liebe und Leben zusammengehören. ■

Wolfgang Held ([www.wolfgangheld.de](http://www.wolfgangheld.de)) ist seit der ersten Ausgabe dieses Magazins Kolumnist, zudem Chefredakteur der Wochenschrift «Das Goetheanum» und Autor: [www.geistesleben.de/Autoren/Wolfgang-Held.html](http://www.geistesleben.de/Autoren/Wolfgang-Held.html)

# IM TAL DER LANGEWEILE

von Wolfgang Schmidt

Ich bin freischaffender Fotograf. Kurz: Ich bin Freier! Ach wie schön das klingt! Frei sein. Wer will das nicht. Doch mit den Jahren zeigte sich auch die Rückseite der Medaille. Frei von Kranken- und Weihnachtsgeld. Frei von sozialer Absicherung.

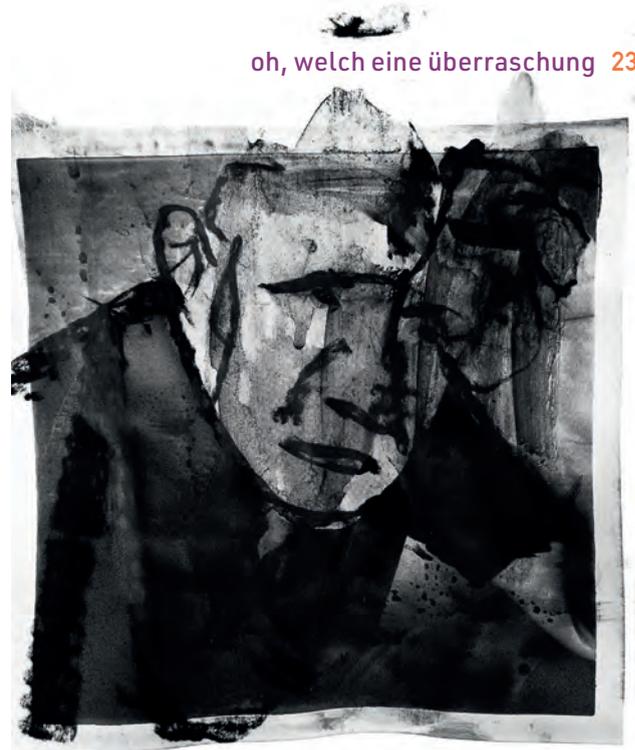
Im Alltag hinterlässt dieses Arbeitsverhältnis viele Spuren. Ich schlafe gerne, ich schlafe gerne aus. Aber ich arbeite auch gerne, und so kam es, dass sich über die Jahre gewisse Mechanismen einschlichen. Ich funktionierte! Wenn das Telefon klingelte, der Terminkalender voll war, dann war das schön. Alles war in Ordnung!

Schmidt, wir brauchen dich. Schmidt, du machst das gut! Gefragt sein bringt Anerkennung – und manchmal auch Geld. So war ich wie Hans Dampf in allen Gassen unterwegs. Ich und meine Kamera.

Zeiten, in denen der Terminkalender leer war, empfand ich als Bedrohung. War das das Ende der freischaffenden Tätigkeit? Werde ich von der Zeit, der Entwicklung überholt? Wird mich jemals wieder jemand buchen? Selbstzweifel kamen auf.

Doch, wenn auch manchmal verzögert, die Aufträge kamen wieder. Schnell kam ich im gewohnten Rhythmus an. Selbst soziale Kontakte wurden manchmal auf ihre Verwertbarkeit hin überprüft. Der Alltag wurde zunehmend durchökonomisiert. Schneller! Höher! Weiter! Ich war stolz auf mich! Auf meine Struktur, meine Fähigkeit, einen Job nach dem andern abzuwickeln. Hartmut Rosa spricht vom endlosen, sich selbst reproduzierenden «Steigerungszwang» des modernen Kapitalismus. Ich war da manchmal ein gutes Anschauungsobjekt.

Dann kam das Alter und mit ihm die Zipperlein. Die Hüfte machte Probleme. Nach vielem Zögern beschloss ich, sie operieren zu lassen. Zwangsläufig brachte das eine Arbeitspause mit sich. Eine Zeit ohne Kamera, ohne Termine! Irgendwie schön, aber



irgendwie auch angsteinflößend. Ich hatte es verlernt, die leeren Tage auszuhalten. Das Nichtstun, die Langeweile waren mir über die Jahre fremd geworden.

Trotz allem. Ich machte in meinen Terminkalender ein großes, fettes Kreuz. Ich loggte mich für drei Monate aus. Meldete mich überall ab. Nichts Besonderes, das haben vor mir unzählige andere auch getan. Doch für mich, als freischaffender Wirbler, schon ungewöhnlich.

Ich ließ mich fallen, in Tage ohne Plan, ohne Raster. Das Auftragsbuch blieb leer und langsam bekam ich auch wieder einen Blick für die scheinbar belanglosen Dinge des Alltags. Ich spürte kleine Ansätze einer verlorenen Offenheit. Eine Neugierde, fast was Kindliches. Ein Hauch Neubeginn. Damals nahm ich auch zum ersten Mal in meinem Leben wirklich eine Malkreide in die Hand. Zu Schulzeiten hatte ich einen Zeichenlehrer, bei dem wir die Stunde über Jimmy Hendrix gehört hatten und so nie wirklich zum Zeichnen kamen. Ich begann zu malen und war überrascht, was da alles aus mir rauskam. Zum Teil waren es dunkle, düstere Bilder. Aber alles irgendwie so, als wäre es eine neue Sprache, die ich da gelernt habe.

Nun ja, wenn ich diese Zeilen jetzt so lese, wirklich überraschend ist das nicht. Lohnt sich da die die Druckerschwärze überhaupt? Doch für mein kleines Ich, das sich mit den Jahren eine immer fettere Elefantenhaut zugelegt hatte, das sich immer mehr in den Gewohnheiten des arbeitsreichen Alltags eingerichtet hatte, ja, für mein kleines Ich war es schon ein wenig überraschend, in diesem Tal der Langeweile etwas ganz Neuem zu begegnen. ■

**Wolfgang Schmidt** - Fotograf mit dem Schwerpunkt Reportage und Portrait. Er lebt in Ammerbuch bei Tübingen und ist seit der ersten Ausgabe von *a tempo* im Jahr 2000 mit an Bord. Es gibt Schätzungen, die besagen, dass im Jahr 2023 weltweit 1,6 Billionen Fotos aufgenommen werden. In diesen Zeiten Fotograf zu sein ist nicht immer einfach. Aber sein Herz sagt: weitermachen!

# NOVEMBER



Foto: JCLin, Hiltversum, 4. November 2022

**SO 29** 30. Woche nach Ostern | Ende der Sommerzeit  
 ☾ 8<sup>u</sup> 5<sup>h</sup>, ☾ 8<sup>u</sup> 8<sup>h</sup>, ☾ 8<sup>u</sup> 9<sup>h</sup>, ☾ 8<sup>u</sup> 15<sup>h</sup>  
 1923 Türkei wird Republik unter Kemal Atatürk.  
 1923 Erste Rundfunksendung in Deutschland.

☉ 07:09 / 17:02  
 ☾ 17:07 / 07:53 In der Türkei Nationalfeiertag.

**MO 30** KW 44  
 1823 Edmund Cartwright † in Hastings, East Sussex, britischer Geistlicher, der die «Power Loom», die erste automatische Webmaschine 1785 erfand (\* 24.04.1743 in Marnham, Nottinghamshire).  
 1923 Anne «Annette» Beaumanoir \* in St-Cast-le-Guildo, franz. Neurologin, Widerstandskämpferin und Kommunistin, «Gerechte unter den Völkern» († 04.03.2022 in Quimper).

**DI 31** Oktober  
 ☉ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Waage.

**Reformationstag**  
 Ges. Feiertag in Brandenburg, Bremen, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Schleswig-Holstein und Thüringen.

**MI 01** November

**Allerheiligen**  
 Ges. Feiertag in Baden-Württemberg, Bayern, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und im Saarland.

**DO 02**  
 1973 Margarita Wassiljewna Woloschin-Sabaschnikow † in Stuttgart, russische Malerin (\* 12.02.1882 in Moskau).  
 1954 erschien die erste Ausgabe ihrer bedeutenden Lebenserinnerungen «Die grüne Schlange», 2009 in einer erweiterten Neuauflage (beide im Verlag Freies Geistesleben).

**Allerseelen**

**FR 03**  
 ☉ 8<sup>u</sup> 6<sup>h</sup>

**SA 04**  
 1923 Barbara Bartos-Höppner \* in Eckersdorf, Schlesien, dt. Schriftstellerin, vor allem von Kinder- und Jugendbüchern wie «Kosaken gegen Kutschum-Khan» (1959), «Rettet den großen Khan» (1961) oder «Sturm über dem Kaukasus» (1963) († 07.07.2006 in Nottensdorf).  
 1973 Karl Heinrich Waggerl † in Schwarzach im Pongau, österr. Schriftsteller (\* 10.12.1897 in Bad Gastein).

So sagt es Molly ihrer Freundin Anna Wulf im ersten Teil «Free Women I» («Ungebundene Frauen I») des Romans *Das goldene Notizbuch* der 2007 mit dem Nobelpreis ausgezeichneten Schriftstellerin Doris Lessing. Allerdings beruhe der Ruhm dieses 1962 erstmals auf Englisch erschienenen Romans auf einem Missverständnis, beteuerte Doris Lessing in einem Vorwort zur 1971 erschienenen Neuauflage ihres meistgelesenen Romans *The Golden Notebook*. Das eigentliche Thema sei nicht der Feminismus, wie zumeist angenommen, sondern der Zusammenbruch: «dass es manchmal, wenn Leute

**SO 05** 31. Woche nach Ostern

☉ Letztes Viertel  
 1923 Rudolf Augstein \* in Hannover, dt. Journalist und Verleger. 1947 gründete er das Nachrichtenmagazin «Der Spiegel». Er blieb dessen Herausgeber bis zu seinem Tod am 7. November 2002 in Hamburg.  
 ☉ 07:21 / 16:49  
 ☾ 23:11 / 14:34

**MO 06** KW 45  
 ☾ 8<sup>u</sup> 22<sup>h</sup>

In Schweden Gustav-Adolf-Tag.

**DI 07**

In Russland Tag der Oktoberrevolution (1917).

**MI 08**

**DO 09**  
 ☾ 8<sup>u</sup> 1<sup>h</sup>  
 1918 Deutschland wird Republik.  
 1923 Putschversuch Hitlers in München.  
 1938 «Reichskristallnacht» - Landesweite Pogrome in Deutschland gegen Juden und jüdische Geschäfte und Einrichtungen.  
 1989 Die Berliner Mauer fällt.

**FR 10**

**SA 11**  
 1673 Jan III. Sobieski, König von Polen und Großfürst von Litauen, besiegt mit einem Überraschungsangriff der Hussaria das türkische Heer des Großwesirs Köprülü Fazil Ahmed bei der Festung Chotyn.

In Polen nationaler Unabhängigkeitstag.  
 Sankt Martin

«Ja, ich bin wütend. Ich bin wütend. Ich bin wütend über all diese Menschen, die ich kenne, die ihr Leben verplempern. Nicht du alleine. Viele Menschen.»

«zusammenklappen», ein Weg der Selbstheilung ist, ein Weg des inneren Selbst, falsche Dichotomien und Einteilungen abzustoßen.»  
 Es sei bezeichnend, meinte Andreas Platthaus in seinem Nachruf auf die am 17. November 2013 verstorbene Schriftstellerin in der *Frankfurter Allgemeinen Zeitung* vom 18. November 2013, dass «der zentrale Satz, den sie geschrieben hat» und der in *Das goldene Notizbuch* steht, «ein Aussagesatz ist, der mit einem Fragezeichen endet»: «Vielleicht sind es gerade die Menschen mit unserer Erfahrung, die am ehesten die Wahrheit kennen, denn wir wissen doch, wozu wir fähig wären?»

**SO 12**

32. Woche nach Ostern

☾ ☿ ♃ 13<sup>h</sup>

1923 Bernhard-Viktor «Vicco» Christoph-Carl von Bülow (Loriot) \* in Brandenburg an der Havel, dt. Humorist und Karikaturist († 22.08.2011 in Ammerland).

☉ 07:34 / 16:38  
☾ 06:25 / 16:00

**MO 13**

KW 46

● Neumond 10:27, ☾ ☿ 13<sup>h</sup>

**DI 14**

☾ ☿ ♃ 15<sup>h</sup>

**MI 15**

1923 Einführung der Rentenmark beendet die Inflation in Deutschland.  
1923 Miriam Schapiro bzw. Shapiro \* in Toronto, amerik. Künstlerin und Pionierin einer feministischen Kunst († 20.06.2015 in Hampton Bays, New York).

**DO 16**

1923 Helene von Forster geb. Schmidmer † in Nürnberg, dt. Frauenrechtlerin und Schriftstellerin. Sie gilt als bedeutende Vertreterin der «gemäßigten bürgerlichen Frauenbewegung» (\* 27.08.1859 in Nürnberg).

**FR 17**

Vor 10 Jahren (2013) starb die am 22.10.1919 in Kermanshah / Persien geborene britische Schriftstellerin Doris Lessing. 2007 wurde ihr der Literaturnobelpreis verliehen.

**SA 18**

☉ ☿ ♃ 7<sup>h</sup>

In Lettland Nationalfeiertag (1918 Staatsgründung).

**SO 19**

33. Woche nach Ostern

1923 Monica Lovinescu \* Bukarest, rumän. Schriftstellerin, Literaturkritikerin und Radiomoderatorin bei Radio Free Europe, Symbolfigur des Widerstands gegen das Regime Ceausescu († 20.04.2008 in Paris).

☉ 07:45 / 16:29  
☾ 13:40 / 22:18

Volkstrauertag

**MO 20**

KW 47

● Erstes Viertel, ☾ ☿ ♃ 17<sup>h</sup>  
1923 Nadine Gordimer \* in Springs, südafrik. Schriftstellerin. 1949 erschien ein erster Band ihrer Kurzgeschichten «Face to Face», 1953 ihr erster Roman «The Lying Days» (Entzauberung). 1991 erhielt sie den Literaturnobelpreis († 13.07.2014 in Johannesburg).

**DI 21**

**MI 22**

☼ Sonne tritt in das astrologische Tierkreiszeichen Schütze. Beginne mit der Monatstugend «Gedankenkontrolle – wird zu Wahrheitsempfinden.»  
1923 Gerhard Kienle \* in Madrid, dt. Arzt und Begründer des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke wie auch der Universität Witten/Herdecke († 02.06.1983 in Herdecke).  
Buß- und Betttag / ges. Feiertag in Sachsen

**DO 23**

♃ Sonne tritt in das astronomische Sternbild Skorpion.  
☾ ☿ ♃ 24<sup>h</sup>

In USA Thanksgiving.

**FR 24**

**SA 25**

☾ ☿ ♃ 11<sup>h</sup>  
1973 Erster autofreier Sonntag in Deutschland wegen der Ölkrise.

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

**SO 26**

34. Woche nach Ostern

☉ 07:57 / 16:21  
☾ 15:30 / 06:52

Totensonntag

**MO 27**

KW 48

○ Vollmond 10:16, ☾ ☿ 5<sup>h</sup>

**DI 28**

In Albanien Nationalfeiertag (1912 unabhängig).

**MI 29**

☾ ☿ ♃ 2<sup>h</sup>  
1223 Ordensregel des hl. Franziskus von Papst Honorius III. bestätigt.

**DO 30**

Andreas, Apostel

Redaktion: Lin

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

Bis zum 28. Oktober ist wegen der geltenden Sommerzeit allen angegebenen Zeiten eine Stunde hinzuzufügen.

So aus der Ferne  
blickst du über die Berge  
blühende Heide

Jean-Claude Lin  
11.09.2023 Stuttgart / Barre-des-Cévennes

# 12 Wege zum Schöpferischen im Menschen

Rudolf Steiners Leben und Werk ist mit seinen rastlosen Reisen und über 6000 gehaltenen Vorträgen quer durch Europa ein einzigartiges Phänomen des 20. Jahrhunderts. Einen kleinen Einblick in seine vielfältigen Anregungen zur eigenen spirituellen Entwicklung gibt die Reihe **Impulse: Werde ein Mensch mit Initiative**.

## Grundlagen

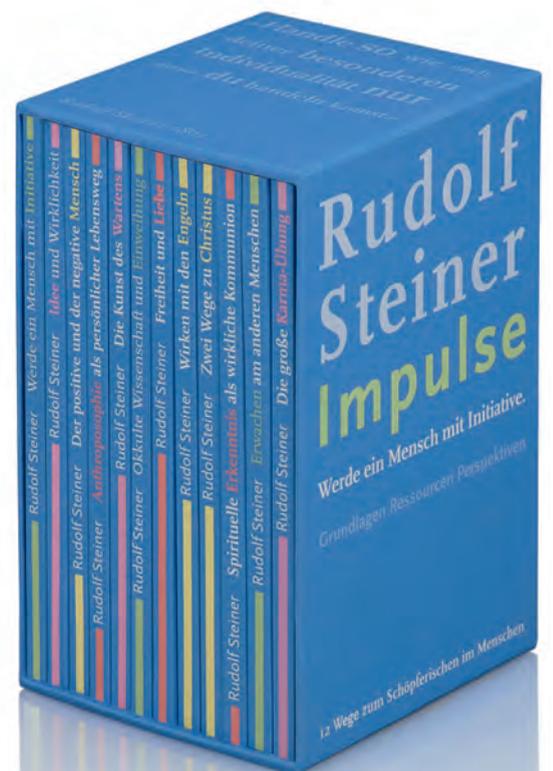
1. Werde ein Mensch mit Initiative
2. Idee und Wirklichkeit
3. Der positive und der negative Mensch
4. Anthroposophie als persönlicher Lebensweg

## Ressourcen

5. Die Kunst des Wartens
6. Okkulte Wissenschaft und Einweihung
7. Freiheit und Liebe
8. Wirken mit den Engeln

## Perspektiven

9. Zwei Wege zu Christus
10. Spirituelle Erkenntnis als wirkliche Kommunion
11. Erwachen am anderen Menschen
12. Die große Karma-Übung



Rudolf Steiner  
**Werde ein Mensch mit Initiative**  
Grundlagen – Ressourcen –  
Perspektiven.

Zwölf Wege zum Schöpferischen  
im Menschen.  
*Impulse 1 bis 12.*

Herausgegeben von Jean-Claude Lin  
mit Einleitungen von Mario Betti,  
Jörg Ewertowski, Ruth Ewertowski,  
Lydia Fechner, Bernardo Gut,  
Wolfgang Held, Martin Kollwijn,  
Olaf Koob, Jean-Claude Lin,  
Andreas Neider, Nothart Rohlf  
und Gottfried Stockmar.

12 Bände (insgesamt 768 Seiten,  
kartoniert) in Schmuckkassette

€ 42,- (D)

ISBN 978-3-7725-2700-5

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

Alle Bände sind auch einzeln zum Preis  
von je € 5,- (D) erhältlich.

Alle Bände @ auch als eBook erhältlich.

# VERSCHLUNGENE FÄDEN DES LEBENS

von Jean-Claude Lin

Immer wieder steht man im eigenen Leben oder in der weiten großen Welt vor einem Ereignis und weiß nicht, was es für einen Sinn hat. Es geht einem nah, erschüttert einen gar bis in die Grundfesten des eigenen Daseins wie der Abbruch einer innigen Beziehung, der Tod eines geliebten Menschen oder die aus heiterem Himmel mitgeteilte Kündigung oder Änderungskündigung am beliebten Arbeitsplatz. Erst Jahre später zeigt sich zuweilen der Keim eines verborgenen Zusammenhangs, einer allmählichen Sinngebung des zunächst als sinnlos empfundenen Ereignisses.

«Dasjenige, was heute als Begriffe herrscht, ist vielfach zu bequem, um auseinanderzuwirren die verschlungenen Fäden des Lebens», führte Rudolf Steiner einmal in einem Vortrag aus, den er am 18. November 1916 in Dornach hielt, «denn es kommt sehr häufig darauf an, dass man den Blick nach einem Punkte richtet, und dann den Blick wieder nach einem anderen Punkte, und dass man gerade diese beiden Punkte in ein Verhältnis bringt, dass man diese Punkte anschaut. Wenn man die richtigen Tatsachen ins Auge fasst, so findet man Lichter, die die Situation aufhellen.» Hier stellt sich beim Nachlesen dieser Nachschrift des mündlich Vorgetragenen unweigerlich die Frage, die Rudolf Steiner damals vorwegnahm: «Nun werden Sie mich fragen: Ja, wie macht man solche Dinge?» – und gleich beantwortete: «Sehen Sie, darauf kommt es eben an. Wenn Sie Geisteswissenschaft in der richtigen Art treiben, dann finden Sie durch Imagination die Punkte im Leben heraus, die Sie zusammenschauen müssen, damit sich Ihnen das

Leben enthüllt, ... weil es darauf ankommt, symptomatisch die Welt zu betrachten.»\*

Im Jahr 2011 erschien das Buch *Piet Mondrian New York City-Process* von Elmar Schrepfer im Verlag Urachhaus. Zwölf Jahre später ruft mich der Autor an, nachdem wir Jahre zuvor in ziemlichem Unfrieden auseinandergegangen waren. Er habe ein neues Buch über Piet Mondrian – eine zweite, sehr umgearbeitete und auch mit Beiträgen von Gabriele Arndt und Michael Debus erweiterte Ausgabe, also quasi ein neues Buch mit dem Titel *Piet Mondrian Process. Den Menschen der Zukunft* – geschrieben (und bei SchneiderEditionen verlegt). Und er fragte, ob er mir mehr und persönlich davon erzählen könne, das wünsche er sich von Herzen. So trafen wir uns, zweimal sogar. Das zweite Mal bei ihm zu Hause. Und er erzählte lebhaft, begeistert wie auch begeisternd von seiner 20-jährigen Beschäftigung mit dem Leben und Werk Piet Mondrians, besonders mit seinem als unvollendet geltenden, erst 1977 in Paris der Öffentlichkeit gezeigten Bild *New York City III*. Neben dem Kapitel «Von der Abbildung des Sichtbaren zum Erlebnis des Unsichtbaren», der verdichtenden, meditativen Betrachtung der 17 Prozess-Schritte des Bildes *New York City III*, geht Elmar Schrepfer insbesondere auf das Bild *Komposition II* mit schwarzen Linien ein, das Piet Mondrian als Selbstportrait bezeichnete.

Ich fragte Elmar Schrepfer, wie er darauf gekommen sei, sein ursprüngliches Buch nochmal so umzuschreiben. Er hielt das erste Buch in der linken Hand und nahm ein zweites Buch in die

Elmar Schrepfer  
zum 73. Geburtstag  
am 17. November

rechte: *Alles ist Zahl. Was uns die Zahlen 1 bis 31 erzählen.* «Wegen dieses Buches von Wolfgang Held», sagte er mir dann. Das Gespräch hat mich sehr berührt, denn als Herausgeber von *a tempo*, in dem die Betrachtungen zu den Zahlen 1 bis 24 erschienen waren, hatte ich Wolfgang Held darum gebeten, die von ihm zuerst anvisierten Betrachtungen der Zahlen 1 bis 12 auf die weiteren Zahlen 13 bis 31 zu erweitern. Zudem spielte bei meinem Vater, Richard Lin Show-Yu, Piet Mondrian eine nicht unbedeutende Rolle, als er sich in Anbetracht von dessen Bildern entschied, sein Studium der Architektur abzubrechen, um Maler zu werden.

Elmar Schrepfer hatte noch im alten Jahrtausend, als er Geschäftsführer der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus war, uns Verlegern gesagt: «Wenn die Menschen nicht mehr in die Buchhandlungen gehen, um unsere Bücher zu finden, müssen wir ihnen unsere Bücher nach Hause bringen.» Und er forderte uns auf, ein neues Büchermagazin zu kreieren. Einige Tage später führte ich ihm wie auch meinen Mitverlegern Frank Berger und Andreas Neider die Idee des Lebensmagazins *a tempo* vor. Seitdem habe ich mich immer als dessen «Mutter» empfunden. Und ich danke nun Piet Mondrian, dass er Anlass ist, auch einen Dank an Elmar Schrepfer auszusprechen. Das Lebensmagazin *a tempo* wäre ohne seinen Impuls nicht angeregt gewesen.

Wir beide sind an einem 17. geboren. Nach Wolfgang Held ist die 17 die «schönste Zahl». Und *a tempo* ist 24 Jahre lang eine sehr schöne Sache gewesen! ■

\* Rudolf Steiner, *Weisheit und Liebe. Erfahrungen des Geistes Tag für Tag*, ausgewählt und herausgegeben von Jean-Claude Lin, Futurum Verlag, Dornach 2011.



# EIN DEUTSCHER NOVEMBER

von Sebastian Hoch

Alle Handlung gestaltet das Antlitz der Zukunft. Sie schafft Situationen, ist dicht im Kontext verwoben und verzweigt wie gerichtet hier Nuance dort Bezug. Jede Entscheidung zur Tat fordert unwiderrufliche Folgen und formt aus dem Ungewissen ein bleibendes Echo im gemeinsamen Raum aus Wandel, Werden und Welt.

Auch im Unterbleiben von Tat, der *Un-Tat* des Handelns, zeigt sich so einzig und wirklich beständig die Veränderung als schon davor zu danach in der Wirkung vereint. Gebunden durch die Zeit eröffnet sich jede Handlung ihren Zusammenhang, ist Bedingung für Neues wie Antrieb des Lebens. Sie ist Ursache. Braucht Entwicklung. Sie prägt mal kaum wahrnehmbar zart, mal mit wuchtigem Wesen den ihrem Willen doch stetig entzogenen Verlauf und trägt dabei in sich – dem Impuls längst enthoben – die Verantwortung so vage und frei wie bestimmt.

Um verantwortlich handeln zu können, bedarf es freilich der Kenntnis der Bedingungen, unter denen ein jedes Handeln erfolgt. In der Vergangenheit aber gründen jene. Im Gedächtnis wie in erzählter Geschichte, die zu bedenken mit dem klaren Erkennen der eigenen Gegenwart lockt. Der wahre Lohn jeder wissbegierigen Rückschau! Ihr Wert und Vermögen im edlen Bestreben, das nach dem antiken

Historiker Thukydides «das Gewesene klar erkennen will und damit auch das Künftige, das wieder einmal ... gleich oder ähnlich sein wird».

Im Erzählen durch Zeiten zum Verständnis des Eigenen. Die vergangenen Taten als Quell von künftigem Tun. Wider den Unterschied an Begebenheit das Gemeinsame zu offenbaren und daran gereift die Strukturen des Handelns von heute zu sehen, sehnt sich im Suchen der bewusste Blick zurück. In ein uns spiegelndes Selbst obschon dies lange vergangen, um unser Denken zu schulen und unser Agieren in Zukunft zu leiten. In die Geschichte, die einst schon für Cicero wahrhaftig gestrenge wiewohl oft wunderbar weise «Lehrmeisterin des Lebens».

Zwanzig Tote, davon vier Polizisten. Zahlreich Verwundete, darunter prominente Putschisten. Aus den verqualmten Bierkellern Münchens von eigenen Taten berauscht hinein ins städtische Wehrkommando. Im Gleichschritt ein Marsch von zweitausend, die grölend und johlend die Straßen hinab zum Odeonsplatz ziehen. Es wehen Hakenkreuzfahnen und dröhnt *O Deutschland hoch in Ehren* zu den stampfenden Stiefeln von hassenden Horden, die erregt wie ergötzt sich ergehen im Gebrüll von Parolen an der eigenen wahn-

trunknen Lust. Ihr Verlangen nach dem finsterem Tatendrang schon vor der Feldherrnhalle gestoppt. Durch die Staatsmacht vertrieben in einer Minute des Feuers, des Sterbens, des Fliehens ist im Nu schon beendet, was gerade entzündet, was doch hier erst verkündet und machtvoll beginnen sollte. Ist als ein Scheitern besiegelt, aber nur vorerst vorbei die erträumt proklamierte, brutal «nationale Diktatur».

«Eines Morgens wachten die Behörden auf, und München war in Hitlers Hand, alle Ämter besetzt, die Zeitungen mit dem Revolver gezwungen, die vollzogene Revolution triumphierend anzukündigen. ... Vormittags begann der berühmte Putsch, der Deutschland erobern sollte, mittags ... war er bekanntlich bereits zu Ende.» Bis an sein Ende getrieben von den dunklen Ereignissen wie «aus den Wolken, zu denen die ahnungslose Republik bloß träumerisch emporgeblickt», erinnerte sich an jene noch Jahre danach der 1934 in die Emigration vertriebene Schriftsteller Stefan Zweig. Er schrieb dies in Kenntnis all ihrer grausigen Folgen und erzählte mit Schauer über *Die Welt von gestern*. Er benannte Akteure, skizzierte Ort und den Zustand desselben, von General Erich Ludendorff zu Adolf Hitler bis Bayern im diktatorischen Griff von Staatskommissar Gustav Ritter von Kahr. Zweig zeigte



Bewegung – auch jene zum Bösen – als Folge von Taten und als «ein unumstößliches Gesetz der Geschichte». Er demaskierte manch Märchen, an das so viele geglaubt, und erkannte im kläglich misslungenen Putsch des 9. November 1923 das was er eigentlich war: ein Anfang.

Zurück ins vermeintliche Heil eines Deutschlands des Sieges und Stolzes, das es so niemals gab. Aus Verachtung für das Recht und die Freiheit vereint wider das Atmen in Vielfalt, gegen die Demokratie. Sie, die noch junge, zu zerstören ersehnten die faschistischen Kräfte, laut lechzend als «Deutscher Kampfbund» zur Vernichtung paramilitärisch bereit. Zu handeln und sterben für ein Trugbild von «Ehre». Zu drohen und morden aus reiner Willkür als «Volk». Es nachzutun Benito Mussolini mit seinen italienischen *squadristi* und die Macht zu ergreifen wie jene im Vorjahr. Der mythisch verklärte «Marsch auf Rom». Von München aus vorwärts im eigenen Sturm nach Berlin und hinweg übers ganze Deutsche Reich. «Adolf Hitler voran!», der als noch klein regionaler «Trommler» sich nun erweckt sah zum «Erlöser» und als von der Geschichte bestimmten großdeutschen «Führer». Jener den Tod zu bereiten, die ein Besseres wollte und der dabei viel Gutes gelang. Die auf den Gräbern gegründet die Trümmer aufbaute und aus dem

Unsagbaren des Ersten Weltkriegs – die Katastrophe Europas – endlich zur Hoffnung erwuchs. Mit Mut wie manch Taumeln und stetig bedroht zur deutschen Demokratie in der Mitte Europas. Zur Weimarer Republik.

Im Bund mit gar vielen und getragen von noch vielen mehr beschworen deren Feinde die Legende vom «Dolchstoß». Um selbst schon im Terror die Messer zu wetzen, gegen Juden, Sozialisten und Liberale zu hetzen und zu verhöhnen, sie zu bekämpfen, zu jagen all jene als «Novemberverbrecher» an Kaiser und Heer, das doch «im Felde unbesiegt sei» und einzig verraten im «Schmachfrieden» des Versailler Vertrags 1919. Sie nutzten dafür den Frust und die Angst von Millionen an Ruhrbesetzung, «Alleinschuld» und vor bizarrem Währungsverfall. Sie missbrauchten das Elend und die Armut der Massen. Ihr Unbehagen wegen Separatismus, sozialistischen «Räten» und dem Zuzug von Fremden. Es speiste die Not. Sie nährte die Angst vor dem Chaos. Vor Kunst wie der Freiheit und vor dem Wandel und Werden der Welt.

Ministerpräsident Kurt Eisner 1919 vor dem Münchner Landtag erschossen. Reichsfinanzminister Matthias Erzberger 1921 im Schwarzwald ermordet und Außenminister Walther Rathenau in Berlin

ein knappes Jahr später. Das Zündeln durch Neid. Das Hetzen mit Lügen. Das Schüren von Hass auf alle jüdischen Menschen. Von Preußen bis Bremen antisemitisches Wüten. Pogrome in Gotha, in Nördlingen und Beuthen. Zwei Tage Exzess an Gewalt in Berlin.

Grimmig schlimme Boten einer grausig schlimmsten Zukunft. Ein bayerisches «Wuchergesetz» im Oktober 1923 als perfide Beugung des Rechts. Die Sperrung deutscher Grenzen für «Ostjuden» und «lästige Ausländer». Nur zum zynischen Zweck ihrer Abschiebung in Preußen die Konzentration dieser Menschen in zwei Internierungslagern.

«Man fühlt von Tag zu Tag mehr, dass Deutschland nicht mehr ein Staat ist, sondern ein Kolonialland, das der Auflösung entgegengeht», ereiferte sich Hitler am 5. September 1923 vor seiner wachsend braun-bösen Schar einstudiert und wild schwadronierend. «Unsere Parole heißt nur Kampf. Wir werden unseren Weg geradeaus unerschütterlich bis zum Ziele gehen.» Bis in die Reichskanzlei 1945?

Das Böse hatte gebrüllt – allein, es blieb oft überhört. Seine Absichten waren meistens ganz klar formuliert, sein Fanatismus stets sehr deutlich betont. Doch wurde es zur Projektion. War erst Reiz, dann Verlockung. Und was als Drohung gesprochen ▶

- ▶ nur als Chance vernommen von Opportunisten, Getreuen und allzu vielen von gestern, die ihm folgten im herbstlichen München, wie später im Reich an die Macht, in den Krieg. Sogar mehr noch: weitaus viel weiter!

Wider besseres Wissen? Gar aus eigenem Willen? Im Glauben geblendet, doch niemals naiv! Nicht frei von Verantwortung und arrogant im Agieren Seit' an Seit' mit SA, Schritt auf Schritt auf die Straßen, aus den Ämtern, Büros und Kasernen. In Redaktionen bestaunt. Mal verspottet, oft bejubelt trotz Dünkel auf Gütern, in den Gossen der Gassen und mit Wohlwollen bei den Gerichten. Hand in Hand die Eliten aus Militär, Staat und Justiz, durchaus der eigenen Taten bewusst. Keine Scheu und nie Skrupel bei der Wahl ihrer Mittel, ob Lüge, Pogrom oder politischer Mord. Ohne Rücksicht in den Irrwitz von morgen. In den Abgrund, den Arm schon gereckt zum faschistischen Gruß: «Ein Deutschland, ein Führer! Auf in den Putsch, Kameraden!» Und dann später nach Auschwitz?

Am 9. November 1923 vor der Feldherrnhalle in München war der Putsch ganz rasch verpufft. Die Republik war gerettet, die Gefahr schien gebannt und die

Faschisten vermeintlich besiegt. Manche geflohen wie Hermann Göring. Manche verhaftet wie Ernst Röhm. Der «Führer» für viele als Spinner entlarvt, festgesetzt und verhört und auf Dauer verwahrt in Zelle Nr. 7 der alten Festung von Landsberg am Lech. «Ich habe genug, ich bin fertig, wenn ich einen Revolver hätte, würde ich ihn nehmen.» Verloren, versagt, schon am Ende? Die Geschichte gar mit Wendung zum Guten?

Doch bereitet als Bühne kommt es dann zum Prozess. Mehr Propaganda ist jener denn Recht und Gesetz. «Ein kolossaler Kerl, dieser Hitler!», so befanden die Richter des bayerischen Volksgerichts unter Vorsitz von Georg Neithardt. Am 1. April 1924 wurde schließlich das Urteil verkündet und mit Worten begründet, die mehr ehren als strafen und den Mythos veredeln und stärken vom vorgeblich selbstlosen Tun. Sie verlasen, «daß die Angeklagten bei ihrem Tun von rein vaterländischem Geiste und dem edelsten selbstlosen Willen geleitet waren. Alle Angeklagten ... glaubten nach bestem Wissen und Gewissen, daß sie zur Rettung des Vaterlandes handeln mußten. ... Daß der Hochverrat von 1918 durch eine



befreiende Tat wieder wettgemacht werden müßte.»

Nur neun Monate Haft waren die Folge für Hitler, darin war *Mein Kampf* alsbald schon diktiert. Dann ein neuer Anlauf zur Macht und sein Aufstieg zum Kanzler. Ins Ende und zum Tod von Millionen.

Das «erwachende deutsche Volk» vernahm Hitler beim Scheitern. Er sah das wankende Werkzeug, das ihm willfährig folgte im Wahn. In der «Hauptstadt der Bewegung» bestieg er am 9. November 1923 die erste Stufe zum Thron. Als Heiland und Horror. Als Unterweltsgott. Die NSDAP aber formte fortan den Kult ihrer Gründung aus der Erzählung vom Putsch als einer Siegesgeschichte. Gefeierte von Goebbels mit «Blutfahne» und Märtyrerriten und reichlich üblem Pomp und Trara. Eine «Sinfonie heldischen Einzuges in Walhall». Vor dem Mahnmal die Wachen der SS. Dazu Pogrome als Spektakel des Schreckens, des Mordens, der Entscheidung zur großdeutschen Nacht.

Alle Handlung gestaltet das Antlitz der Zukunft. Sie schafft Situationen, fordert unwiderrufliche Folgen und ahnt diese



Foto: mod\_x / photocase.de

meist bloß nur schemenhaft schwach. Mal als Kontur oder Schein oder als Echo im Raume tönt es leise von einem zum nächsten. Dort klingt es fast klar und als Konsequenz und schwingt vom Gestern ins Morgen.

Dann dringt es von hier nach dort drüben mit Kraft und greift schon mit Nachdruck viel weiter hinaus. Jede Wirkung zeigt sich selten in ganz geraden Linien – gleich der gewesenen Gestalt von Geschichte. Niemals ist sie zwangsläufig und kennt doch das einzig, weil bleibend Gewisse: Die Verantwortung für die Folgen jeder Handlung an sich. Sie weiß ob der Freiheit zur eigenen Entscheidung. Sie vermag hierin zuweilen auch Schönes zu sehen, wiewohl auch ihre schwierigste Pflicht. Alles, was war, hätte stets auch anders sein können. Nichts ist bestimmt, ist immer offen, nie eindeutig.

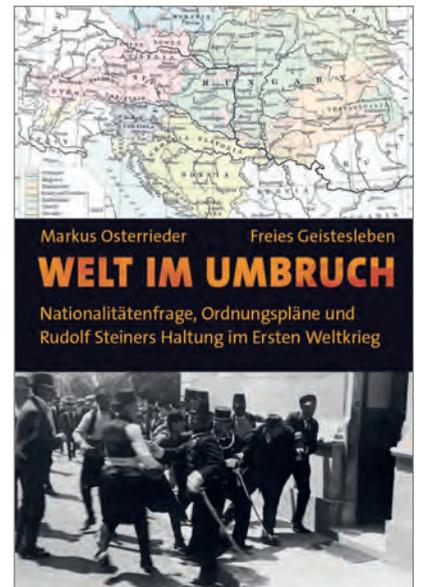
«In diesem Jahr 1923 verschwanden die Hakenkreuze, die Sturmtrupps, und der Name Adolf Hitlers fiel beinahe in Vergessenheit zurück. Niemand dachte mehr an ihn als einen möglichen Machtfaktor.» Wie Stefan Zweig ging es vielen.

Die Diktatur aber war gewollt wie gewählt! Ihre Saat war bereitet, um die Folgen zu tragen aller eigenen Taten aus Überzeugung.

Der Faschismus ist eine Entscheidung. Es sind Menschen, die handeln, es sind Menschen, die tun. Der Faschismus von heute führt schon wieder Krieg und säht wie dereinst nur Hetze und Hass. Vereint hin zur Macht bekämpft er das Gute, nennt Feinde, kennt Lügen, teilt Menschen in Gruppen und tarnt sich dabei als die «Stimme des Volkes». Der Faschismus spricht zahlreiche Sprachen – viel russisch, auch englisch, italienisch und deutsch –, doch nur George Orwells «Neusprech» beherrscht er perfekt. Auf Apathie und aus Angst ist sein Boden gebaut. Wie in München vor einhundert Jahren.

Freiheit ist die Haltung zu verantwortlichem Handeln für ein gutes Antlitz der Zukunft. Um unsere Gegenwart zu erkennen bedarf es so auch heute eines wirklich geschulten Blicks zurück. In das gespiegelte Selbst obschon dies lange vergangen. In die Geschichte als Maßstab für jede eigene Entscheidung. ■

Sebastian Hoch ([www.sebastian-hoch.de](http://www.sebastian-hoch.de)) studierte Neuere Geschichte und Politikwissenschaft in Tübingen und an der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in Stuttgart Musiktheorie, Neue Medien sowie Klavier und arbeitet als privater Musiklehrer und Komponist.



Zu Recht gilt der Erste Weltkrieg als Urkatastrophe des 20. Jahrhunderts. In den Folgen der von ihm eingeleiteten Umbrüche lebt die Menschheit noch heute. Rudolf Steiner verglich diese Zäsur mit dem Untergang des Römischen Reiches; er wies darauf hin, dass durch den Krieg eine vollständige Zertrümmerung der menschheitlichen Vorstellungen und aller Kultur erfolgt sei, aber auch etwas ganz Neues seinen Anfang genommen habe.

In der internationalen historischen Debatte sind in den letzten Jahren wichtige Neuinterpretationen erfolgt (etwa von Christopher Clark), die zeigen, dass die Verantwortlichkeit für den Ausbruch des Krieges nicht ohne starke Vereinfachungen und Verzerrungen auf ein einziges Land abgewälzt werden kann.

Markus Osterrieder  
**Welt im Umbruch**  
 Nationalitätenfrage, Ordnungspläne und  
 Rudolf Steiners Haltung im Ersten Weltkrieg  
 1722 Seiten | mit 32-seitigem Bildteil  
 (13 Karten und 75 s/w Fotos), gebunden mit SU  
 € 79,- (D) | ISBN 978-3-7725-2600-8  
[www.geistesleben.com](http://www.geistesleben.com)

Freies Geistesleben :  
 Wissenschaft und Lebenskunst



# MIT DEN VERSTORBENEN VERBUNDEN

von Markus Sommer

Nach einem langen Arbeitstag war ich schnell eingeschlafen und erwachte mit der lebhaften Erinnerung an einen Traum. Darin schlief ich in einem großen Raum, in dem auch meine Brüder und weitere Verwandte auf Matten und Matratzen lagen, und im Traum erwachte ich, weil der Bildschirm eines Smartphones neben mir aufzuleuchten begann. Damit nicht noch andere geweckt würden, versuchte ich fieberhaft, das Gerät auszuschalten, sah aber, dass auf ihm Bilder aus dem Leben meiner vor langer Zeit verstorbenen Mutter zu sehen waren. Mir unbekannte Bilder aus ihrem Leben, nachdem ihre Kinder erwachsen geworden waren und wir nicht mehr zusammenlebten, aber auch solche aus unserer und schließlich ihrer Kindheit. Nachdem ich tatsächlich erwacht war, ging ich noch etwas traumverhangen in die Küche, um das Frühstück zuzubereiten, und beim Blick auf den Kalender merkte ich, dass es der Todestag meiner Mutter war. Hatte sie mir eine kleine Erinnerung in den Schlaf geschickt – oder war es ein Teil meiner Seele gewesen, der mich an den besonderen Tag gemahnte?

Wie steht es um unsere Verstorbenen und unsere Beziehung zu ihnen? Als Arzt

habe ich Gelegenheit, immer wieder das Sterben zu begleiten, und wer den Moment des Todes miterleben darf, spürt, dass etwas mit dem Sterben weggeht, was vorher mit dem Körper verbunden war. Wir nennen es meist einfach «die Seele». Das Lexikon beschreibt sie als «Gesamtheit aller Gefühlsregungen und geistigen Vorgänge des Menschen». Auch beim Schlafenden erleben wir sie nicht und dennoch wissen wir, dass derjenige, der da im Bett liegt, nicht tot ist und seine Seele morgens da sein wird, wenn er erwacht. Zudem wissen wir, dass dieselbe Person erscheinen wird. Wir wären höchst verstört, wenn «ein anderer Mensch» erwachen würde als jener, der eingeschlafen ist. Es ist diese «Person», dieses «Ich», das – neben dem Leben selbst – im Tod für unsere Wahrnehmung endgültig verschwindet. Und wir trauern, weil wir wissen, dass es so nicht wiederkommt. Wo ist es hingegangen?

Anders als von «Sterblichkeit» sprechen wir kaum von «Gebürtigkeit» (oder *natalität* – ein Begriff, den die Philosophin Hannah Arendt eingeführt hat). Aber so wenig ein Neugeborenes sprechen oder uns an seinen Empfindungen oder gar Gedanken Anteil nehmen lassen kann, so zwei-

felsfrei können wir doch empfinden, dass «jemand» mit diesem Kind zu uns gekommen, in unsere Welt der Sterblichen getreten ist – eine Person, ein Ich, das einzigartig und mit niemand anderem identisch ist. Es wird Neues in die Welt bringen, das niemand anderer zu bringen vermag. Und eines Tages wird es wieder aus der Welt heraustreten. Der Leib dieses Neugeborenen wird sich im Lauf der nächsten Jahrzehnte fundamental verwandeln, es wird sich entwickeln, sich ausbilden und möglicherweise seine Ansichten wiederholt wandeln, aber es wird «es selbst» bleiben.

Im Blick auf unsere eigene Biografie können wir feststellen, dass wir uns mit dem identisch fühlen, an den wir uns durch die lange Zeit des Lebens zurückerinnern können. Diesen Kern unseres Menschseins meinen wir auch, wenn wir von «Seele» sprechen und deren Zentrum meinen. Mit dem Tod aber geht er weg, und an diesen Kern des Wesens, dieses Ich (oder vielleicht besser dieses Du), erinnern wir uns, wenn wir an unsere Verstorbenen denken.

Als Kind war es mir fremd, dass vor Beginn des Novembers die Gräber geschmückt und auf ihnen Kerzen entzündet wurden und dann später am Feiertag die

ganze Familie auf dem Friedhof erschien, wo Gebete gesprochen und vom Pfarrer Segenssprüche und Weihrauchwolken verbreitet wurden. Heute finde ich es tröstlich, dass so viele Menschen sich sicher sind, dass es ihre Verstorbenen «noch gibt» und es wichtig für sie ist, dass wir uns ihnen zuwenden. Sicher hängt das damit zusammen, dass inzwischen viele Menschen, die mir lieb waren, «auf der anderen Seite» sind. Und oft habe ich nicht nur die Vorstellung, sondern – wie ich glaube – auch das Erlebnis gehabt, dass sie mir von Zeit zu Zeit nahekommen. Wenn ich an sie denke, mich daran zu erinnern versuche, was mich an Lebensereignissen und Erlebnissen mit ihnen verbunden hat, wofür ich dankbar bin und was ich ihnen jetzt selbst entgegenbringen möchte, dann habe ich manchmal das Gefühl einer Begegnung, eine warme Empfindung der Verbundenheit. Und manchmal habe ich bei den staunenswerten «Zufällen», die das Leben durchziehen, den Eindruck, dass mir da jemand etwas «geschickt» hat, es einen «Absender» gibt und nicht nur den unpersönlichen mathematischen Zufall.

Zu beweisen ist das nicht, doch es kann sich lohnen, den Versuch zu machen, eine Beziehung, die äußerlich durch den Tod unterbrochen wurde, innerlich zu pflegen. Ich erlebe, dass mir das selbst guttut, ich dabei zur Ruhe komme und Dankbarkeit für die Beziehung zu einem mir wichtigen Menschen erlebe. Vielleicht reicht das schon, vielleicht ist es aber auch so, dass eine solche Hinwendung auch für denjenigen, der «von uns gegangen»

ist, etwas bedeutet. Rudolf Steiner sagte in einem seiner Vorträge, dass beim Verstorbenen ein Gefühl entsteht, wie wir es haben, wenn wir Kunst erleben, sobald wir uns ihm zuwenden. Wir, wie auch die Verstorbenen, könnten unser Dasein auch ohne ein solches Erlebnis verbringen, aber es wird dadurch entscheidend bereichert.

Jeder wird eigene Wege finden, wie er eine solche Beziehung pflegt. Selbstverständlich kann eine Seelenverbindung zu jeder Zeit und an jedem Ort angeknüpft werden. Als Jugendlicher tat es mir aber gut, am Grab meines Vaters und heute am Grab meiner Eltern zu stehen und gute Gedanken zu ihnen zu senden, ein Gebet zu sprechen oder mit jemandem, der mit mir dort steht, ein Lied zu singen oder miteinander über das zu sprechen, was wir mit den Verstorbenen erlebt haben.

Heute wohne ich weit von diesem Ort und anderen Orten entfernt, wo mir liebe Menschen bestattet sind. Fotos erinnern mich an sie, aber noch mehr tut es eine Gepflogenheit, die ich von einer Patientin übernommen habe. Wie bei ihr, so brennt auch bei uns im Garten stets eine Kerze «für die Verstorbenen». Ich glaube nicht, dass sie dieses Licht empfinden, aber ich erlebe es und es erinnert mich an diejenigen, mit denen ich verbunden bin, an deren Existenz ich glaube und denen ich immer wieder einmal begegne, wenn ich mich ihnen bewusst zuwende – oder wenn unerwartet etwas in meinen Träumen oder meinem Leben erscheint, wovon ich ahne, dass es mit ihnen zu tun haben könnte. ■

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.



## Wie schützen wir uns gegen Viren?

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

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

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

Markus Sommer

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

aethera® im Verlag Urachhaus



## BENS BLICK

von Christa Ludwig

Schon jetzt an Weihnachtsgeschenke denken? Ja! Denn Weihnachten rast immer schneller auf uns zu. Dieses Jahr erschienen die ersten Lebkuchen und Spekulatius bereits vor Ende der Sommerferien in den Supermärkten, zumindest in Baden-Württemberg – nicht, weil wir hier noch schneller sind, sondern weil wir mit den Sommerferien langsamer sind.

Aber ich habe noch einen weiteren Grund, wenn ich anrege, mit dem Vorbereiten des Festes anzufangen: Bens Blick! Bevor wir Geschenke kaufen, sollten wir üben, jene anzuschauen, die wir beschenken wollen. Und Bens Blick kann ein Vorbild sein. Ich erfuhr von ihm vor Jahren in einer kleinen Zeitungsnotiz, die ich hier weiterdenke. Wurde sein Name genannt? Ich weiß es nicht mehr. Ich nenne ihn Ben. Er war sechs Jahre alt, vielleicht sieben, und er wollte Mama etwas besonders Kostbares schenken, das ihr so wichtig war wie ihm sein T-Shirt. Was war so besonders an dem T-Shirt? Waren Ernie und Bert darauf? Oder etwas anderes? Wie hat er es geschafft, allein ins Kaufhaus zu gehen? Ist er aus der Nachmittagsbetreuung entwischt? Ich hoffe sehr, das Kaufhaus war in der Nähe. Er lief dort so lange herum, bis er von einer Verkäuferin angesprochen wurde. Er möchte ein T-Shirt kaufen, erklärte er, er habe Geld genug. Es sei für seine Mama.

Für Weihnachten. Ernie und Bert sollen darauf sein. Oder etwas anderes. Leider musste er erfahren, dass es T-Shirts mit Ernie und Bert nur in Kindergrößen gab. «Aber», sagte die Verkäuferin, «Mamas wollen meist ohnehin lieber T-Shirts ohne Aufdruck.» Das überzeugte Ben. Mama hatte kein einziges T-Shirt mit Ernie und Bert. Hat ihn die Verkäuferin gefragt, wie er allein ins Kaufhaus kam? Wie er zurückfinden würde? Vielleicht hat er erzählt, dass er abgeholt würde? Und welche Farbe sollte das T-Shirt haben? Ben überlegte. Er liebte Gelb. Aber die Mädchen tragen meist Rosa. Mama war aber kein Mädchen mehr. Was zog Mama denn meist an? Viel Schwarz. Das gefiel ihm nicht. «Gelb», sagte er. «Und welche Größe hat deine Mama?», wollte die Verkäuferin wissen. Das konnte Ben nun wirklich nicht sagen. Hilflos schüttelte er den Kopf. «Das ist aber wichtig», sagte die Verkäuferin, «hm, ja, hm, aber du weißt, wie sie aussieht! Wie sieht deine Mama aus?» O ja, das wusste er! Und er sagte: «Meine Mama ist sehr schön!» Die Verkäuferin nickte und führte ihn zu den Größen 34–38. Sie gingen durch die Rondelle der Kleider, ließen T-Shirts kreisen, es gab nicht viele in Gelb. Ben hatte sich das einfacher vorgestellt! Aber sie fanden, was sie suchten! Ein blassgelbes T-Shirt, ein Herz war darauf, aus roten

Buchstaben gebildet, die konnte Ben noch nicht lesen. «Ist auch Englisch», sagte die Verkäuferin. «Es heißt ‹Liebe› und ‹Kuss› und ‹Schatz›.» Das war fast so gut wie Ernie und Bert! Die Verkäuferin gab ihm ein Shirt in Größe 38. Konnte er zahlen? Offenbar. Irgendwie kam er nach Hause, ohne dass sein Ausflug bemerkt wurde. So weit, so gut, nur ... Nach Weihnachten war er wieder da. Mit Mama. Das Shirt gefiel ihr, aber sie musste es umtauschen. Sie trug Größe 52.

Ich hoffe, dass sie auf dieselbe Verkäuferin trafen. Dass die erzählte, wie es zu diesem Kauf kam. Dass Bens Mama also nach Weihnachten ihr schönstes Geschenk erhielt: Den Blick, mit dem ihr Sohn sie anschaute. Und wenn es auch jetzt erst November ist, so können wir doch schon mal anfangen, alle unsere Freunde und Verwandten so anzuschauen wie Ben seine Mama. Das muss man ein wenig üben. ■

Christa Ludwig ([www.christaludwig.net](http://www.christaludwig.net)) studierte Germanistik und Anglistik und ist Autorin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie seit einigen Jahren immer wieder Kolumnistin unseres Magazins.

# LUXUS FÜR DEN GAUMEN

## Mediterrane Fischsuppe mit Safran

von Elisabeth Weller



In Sachen Fischsuppe lässt sich an die deftige Aalsuppe aus Hamburg oder an den amerikanischen Chowder denken, oder aber an die Bouillabaisse, die mit Rouille, einer scharfen Knoblauchmayonnaise, serviert wird. Und schon sitzen wir qua Erinnerung, wie von Zauberhand bewegt, in Marseille am Hafen in der Sonne. Das schafft aber auch mein mediterranes Fischsuppen-Rezept mit links, das schon wegen einer minimalen Beigabe purer Luxus für den Gaumen ist: dem Safran.

Das teuerste Gewürz der Welt sollte man sich ab und zu gönnen, vor allem im November. Ich möchte dieses Gericht in diesem Monat vorstellen, nicht nur weil der Safran just jetzt zartlila blüht und gerade geerntet wird, sondern weil es auch jeden vorwinterlichen Blues in Windeseile zu vertreiben vermag. Es weckt mit seinen südlichen Aromen unsere Lebensgeister und schenkt uns mit Safran, Lorbeer, Majoran, Wein, Orangenschale und Tomaten fruchtig-würzige Essenz der Sonne.

Das gilt allein schon optisch, denn das Wort *Safran* ist arabisch und bedeutet «das Gelbe», weshalb es ja auch in dem «Backe, backe Kuchen-Kinderlied» heißt: «Safran macht den Kuchen gehl.» Was wäre eine Paella ohne diesen warmen Gelbton und den Geruch nach einer Mischung, wie es heißt, aus Honig und Heu? Aus den Narben der Blüten der Krokus-Art *Crocus sativus* wird dieses wohlduftende Gewürz gewonnen. Jede Blüte hat nur drei dieser Fäden. Sie müssen von Hand gepupft werden und sie blühen nur an zwei Tagen im Jahr. Das erklärt seinen hohen Preis. Safran wird mittlerweile sogar in der Schweiz, in Österreich und in Deutschland angebaut, neben der Türkei, Italien, Spanien, Frankreich und Griechenland, woher diese Krokusart ursprünglich stammen soll. Der meiste (ca. 95 Prozent) kommt aber aus dem Iran, der beste soll aus Afghanistan kommen. Kaufen Sie das «rote Gold», wie Safran auch genannt wird, immer in durchsichtigen Döschen oder Flakons, denn nur

dann können Sie die Fäden erkennen und sicher sein, dass es sich nicht um eine Fälschung, wie etwa Blütenblätter der Färberdistel, handelt. Gemahlene Produkte sind meist aus Kurkuma, das zwar auch gelb färbt, aber nicht das betörende Aroma des Safrans hat.

Für 4 Personen:

½ Teelöffel Safranfäden, 3 EL Öl, 2 große Zwiebeln (in dünne Scheiben geschnitten), 1 Lauchstange (nur der weiße Teil, kleingeschnitten), 2 Knoblauchzehen (feingehackt), 1 Lorbeerblatt, ½ TL Majoran, 2 EL geriebene Schale einer unbehandelten Orange, 1/8 l Weißwein, 1 rote Paprika (in mundgerechte Stücke geschnitten), 500 g Tomaten (zerkleinert), 2 EL Tomatenmark, 125 ml Tomatenpüree, 500 ml Fischfond, 2 TL brauner Zucker, 500 g Fischfilet ohne Haut (Kabeljau oder Seebarsch, in mundgerechte Stücke geschnitten), Salz und Pfeffer, 5 EL frische Petersilie (gehackt)

Safranfäden in 2 Esslöffel kochendes Wasser einweichen. Öl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln, Lauch, Knoblauch, Lorbeer und Majoran zufügen und abgedeckt 10 Minuten auf kleiner Stufe garen, umrühren. Orangenschale, Wein, Paprika und Tomaten zugeben, 10 Minuten weitergaren, umrühren. Tomatenmark und -püree, Fischfond, Zucker und Safran (mit Flüssigkeit) zufügen. Unter Rühren zum Kochen bringen, bei schwacher Hitze ohne Deckel 10 Minuten köcheln lassen. Den Fisch zufügen und abgedeckt 8 Minuten köcheln lassen. Salz, Pfeffer und die Hälfte der Petersilie einrühren. Das Lorbeerblatt entfernen. In die Teller füllen und mit der restlichen Petersilie bestreuen. Dazu schmeckt knuspriges Brot. ■

Elisabeth Weller ([www.elisabethweller.de](http://www.elisabethweller.de)) ist Kolumnistin dieses Magazins und Literaturvermittlerin, sie leitet u.a. literarische Salons im Literaturhaus Stuttgart.

# EMPOWERMENT

Berenike Stolzenburg und Albert Vinzens im Dialog

*In unserer Gesellschaft ist viel vom Dialog die Rede, ist sie aber deshalb auch schon dialogisch? Und wie ist das mit Worten wie «Respekt» und «Toleranz»? – Rudolf Steiner bemerkte einmal: «Einen anderen von seinem Platze wegzuschieben, ist eine Rüpelhaftigkeit. Wenn man aber in Gedanken dasselbe tut, so fällt niemandem ein, dass dies ein Unrecht ist. Tolerant sein heißt, auch die Freiheit des Gedankens des anderen zu achten.»*

**B:** Das Wort «Rüpelhaftigkeit» hört sich altmodisch an, doch es passt immer noch recht gut in unsere Zeit.

**A:** Das finde ich auch, heute ist so vieles schlichtweg nur peinlich – und zudem gibt es überall schlechte Laune.

**B:** Na, dann frage ich dich mal ganz direkt: Was tust du denn gegen schlechte Laune?

**A:** Na ja, als freier Autor kann ich mein Leben weitgehend selbst bestimmen und von meinem Sozialkapital, wie das heute genannt wird, etwas abgeben. Ich arbeite allein und nicht in einem nervenaufreibenden Team, wie das viele andere tun müssen.

**B:** Das hört sich dramatisch an, fast so, als ob in Teams und Kollegien per se schlechte Laune an der Tagesordnung wäre.

**A:** Ich wollte eigentlich sagen, weil ich selbstständig bin, kann ich etwas von meinen Ressourcen für die Bewältigung des Alltags verschenken und versuchen, freundlich zu sein, auch da, wo mir Unfreundlichkeit entgegenschlägt.

**B:** Und was machen dann all die bedauernden Menschen, die nicht selbstständig sind?!

**A:** Moment mal, Selbstständige können auch besonders unfreundlich und überheblich sein.

**B:** Demnach bist du eine Ausnahmeerscheinung? (*lacht*)

**A:** Nein, bestimmt nicht, aber der Schlüssel könnte sein: Ich bin weder angestellt noch habe ich Angestellte (*lacht*).

**B:** So gesehen, wäre die Sehnsucht nach Augenhöhe und nach Orten, wo keiner dem anderen seinen Platz zuweist oder streitig macht, ein wesentlicher Schlüssel zu einer einvernehmlichen Lebenshaltung.

**A:** Solche Orte sind für mich Kollektive, wie sie in letzter Zeit, auch in der Kunst, überall entstehen! Findet in Kollektiven nicht die Überwindung der alten Kollegiumsstrukturen statt?

**B:** In Kollektiven scheint Veränderung möglich zu sein, weil die Notwendigkeit für grundlegende Veränderungen von den Menschen, die sich zusammentun, als dringlich erlebt wird.

**A:** In diesen Initiativen können neue Gedanken ergriffen und das sogenannte «Downloaden» von Überzeugungen immer mehr durch eine Fragehaltung ersetzt werden.

**B:** Das mit dem «Downloaden» hört sich nach Otto Scharmer an.

**A:** Ja, er hat in seinem Buch *Theorie U* dargestellt, wie Gespräche meist auf der Ebene des

Downloadens und Argumentierens ablaufen, statt gemeinsam in eine andere Ebene vorzustoßen. Solange ich nur wiederhole, was ich sowieso schon weiß, und solange ich nur um bessere Argumente streite, verhalte ich mich «rüpelhaft», wie Steiner es nannte. Ich bin in einer Gewohnheit gefangen und denke, es gehe nicht anders – bis ich den Mut habe, eine Alternative auszuprobieren ...

**B:** ... und in einem Dialogkreis lande (*lacht*). Manchmal denke ich, dass Dialogarbeit mit der Bewegung der Kollektive zusammengeht, doch ich könnte nicht behaupten, dass das Überwinden von Gewohnheiten, von dem du sprichst, schon die Realität wäre. Auch in unseren Dialogen werden Ansichten heruntergeladen, Überzeugungen verteidigt und mitunter die Sichtweisen von anderen weggedrückt.

**A:** Das erlebe ich auch so, doch es ist ein Bemühen um Veränderung da – und das ist schon viel.

**B:** Im Alltag führen wir nicht selten recht ungehobelte Debatten und Diskussionen. Wir sind es gewohnt, uns an den Demarkationslinien unserer egoistischen Strukturen entlangzuhangeln. Im verlangsamten Dialog können wir diese Strukturen erkennen und für unser eigenes Verhalten aufwachen. Der nächste Schritt wäre dann, dass wir uns selbst an die Hand nehmen und bewusst die Veränderung üben. Geschieht das, so ändert sich das gemeinsame Feld und es öffnet sich etwas.

**A:** Was geschieht bei dieser Öffnung genau? Kannst du das beschreiben?



Foto: Mr. Nico / photocase.de

B: So wenig wie beispielsweise eine Erzieherin, die mit ihrer Kinderschar in der Natur unterwegs ist, jedem ihrer Kinder nachrennt, wenn sie mit ihnen weiterziehen und neue Gegenden erkunden möchte, so wenig laufe ich im Dialog meinen gewohnten Gedanken hinterher. Die Erzieherin vertritt ihren Weitergeh-Impuls mit ihrer ganzen Person, dabei legt sie ihre Worte in den Hörraum der Kinder und beobachtet, was geschieht, spürt der entstandenen Dynamik nach und gibt sich dann wieder vernehmbar ins Ganze ein. So auch im Dialog: Ich lausche dem nach, was entstanden ist – und lausche dem entgegen, was entstehen möchte.

A: Könnte man auch sagen: Ich empfangen das richtige Wort, den richtigen Gedanken?

B: Zumindest drücke ich meine Worte und Gedanken nicht mehr einfach aus meiner Tube.

A: Vielleicht könnten wir das sogar umdrehen und sagen: Nicht ich finde die richtigen Worte und Gedankenimpulse, sondern sie finden mich.

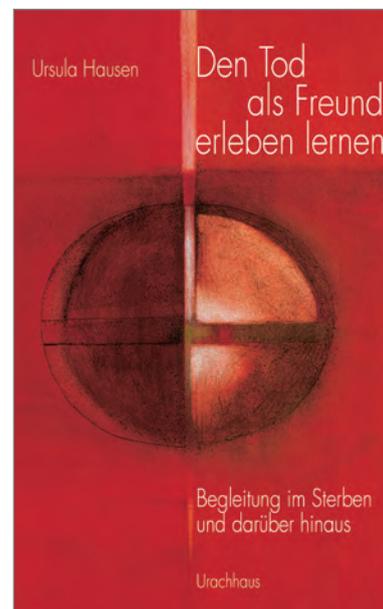
B: Ja, doch manchmal gibt es keine passenden oder «richtigen» Worte, manchmal ist es förderlich, wenn die entstandene Situation erst einmal so ausgehalten und angenommen wird, wie sie sich zeigt. Ich weiß noch, wie ich mich wunderte, dass sich bei der letzten *documenta* die verantwortlichen Kollektive nicht gegen einseitige Anschuldigungen und

Interpretationen aus Politik und Leitmedien zur Wehr setzten. Erst später verstand ich, dass es damals aussichtslos war, sich gegen deren Verbalattacken zu verteidigen. Die Stimmung war zu aufgeheizt und jede Stellungnahme von Seiten der Kollektive hätte vermutlich nur einen Rattenschwanz an Missverständnissen nach sich gezogen und zu weiteren Anschuldigungen geführt. Das Neue, das sich in dieser Kunstaussstellung aussprach, lag auch in diesem stillen Tragen und Ertragen von vorerst Unlösbarem.

A: Die rund 1.500 Künstlerinnen und Künstler, die aus der ganzen Welt angereist kamen, waren trotz dieser Anfeindungen, trotz ihrer persönlichen Not und der Not ihrer Gesellschaft heiter und einander sowie auch dem Besucherstrom zugewandt. Sie fühlten sich untereinander angenommen, waren gleichberechtigt, so zumindest war mein Eindruck als Besucher. Ich war berührt, wie sie ihre neuen sozialen Impulse bei sich zu Hause in Afrika, Südostasien und Südamerika mit gemeinsamen Kräften künstlerisch und lebenspraktisch umsetzten. Das zeigt die Leistungsfähigkeit von Kollektiven!

B: Vielleicht ist vieles von diesen Kollektiven aus der Not geboren, weil ihre Mitglieder nicht zu den Privilegierten, sondern eher zu den Armen in ihren Ländern gehören, doch ich konnte auf dieser *documenta* erfahren, was «Empowerment» heißt. ■

**Berenike Stolzenburg** (B) und **Albert Vinzens** (A) besprechen sich über Alltagsdinge, denen sie Neues abzugewinnen versuchen. Sie sind dipl. Dialogfacilitators (GfK-Institut Zürich) und leben in Kassel.



## Begleitung im Sterben – und darüber hinaus

Wie lässt sich gemeinsam mit einem sterbenden Menschen das Tor zur Welt jenseits des Todes finden? In der Situation des nahenden Todes ist man als Begleiter vor zahlreiche Aufgaben gestellt – und kann dem Sterbenden wie den Angehörigen eine wichtige Hilfe sein. Ursula Hausen schildert aus ihrer langjährigen Erfahrung in der Sterbebegleitung und als Gemeindepfarrerin, welche Möglichkeiten ein ruhiger und zeitgemäßer Umgang mit dem Tod eröffnen kann.

»Es ist ein Buch entstanden, das in großer Breite und Lebensnähe das Thema Tod in verschiedenste Richtungen behandelt, wie es – wie ich denke – bisher noch nicht da war ... Die Darstellungen können so für viele Menschen, die zu diesem Thema etwas wissen wollen, eine große, vielleicht entscheidende Hilfe sein.«

Hans-Werner Schroeder

Ursula Hausen  
**Den Tod als Freund erleben lernen**  
 Begleitung im Sterben und darüber hinaus  
 320 Seiten, kartoniert  
 € 19,90 (D) | ISBN 978-3-8251-7896-3

 **Verlag Urachhaus**  
 www.urachhaus.de



# DIE MUMINS UND DER ERSTE SCHNEE

gelesen von Simone Lambert

Mumin wird vom Mondlicht vorzeitig aus dem Winterschlaf geweckt. Der Schlaf der Muminmutter jedoch ist fest, und so verlässt er allein das Haus und erlebt zum ersten Mal den Winter. Er versinkt im Schnee! Mumin folgt winzigen Fußspuren auf der Suche nach einem Freund und trifft auf Too-Ticki, die ein lebensgroßes Pferd aus Schnee und Eis formt. Too-Ticki warnt vor der Eisfrau und die beiden ziehen sich vor ihr ins Badehäuschen zurück (das Mumintal liegt bekanntlich an der Meeresküste). Tatsächlich vergeht die Glut im Eisenofen, als die Eisfrau am Badehäuschen vorbeigeht. Das Eichhörnchen aber, das sich nicht rechtzeitig ins Warme gerettet hat, erstarrt bei ihrem Anblick. Das Schneepferd, unter den Augen der Eisfrau lebendig geworden, verschwindet mit ihm am Horizont.

Ein paar Tage später treibt die große Kälte «alle möglichen kleinen Wesen, die nie irgendwo hinpassten und an die niemand glaubte», ins Mumintal. Knick, ein ausgehungertes kleiner Hund, ist der Erste, dem Mumin den Zutritt zum Vorratskeller und zum Muminhaus gewährt. Ein Hemul mit schallendem Horn taucht auf und will alles an sich reißen. Da überlegen Mumin und Too-Ticki, wie sie ihn loswerden können. Mumin bringt es jedoch nicht übers Herz, ihn in die Einsamen Berge zu locken, aber Knick, der das Gespräch belauscht hatte, will den unsympathischen Hemul vor dem vermeintlich sicheren Tod bewahren, bricht

im Schneesturm zu den Einsamen Bergen auf, verirrt sich aber. Bevor ihn die Wölfe fressen, rettet ihn der Hemul.

Das Ende des Schneesturms ist auch das Ende der Notgemeinschaft. Alle spüren den Frühling und machen sich auf den Weg nach Hause. Mumin hat sich erkältet und sein Niesen weckt die Muminmutter, die nun alles im Haus wieder in Ordnung bringt. Und als der Frühling kommt, trifft Mumin das totgeglaubte Eichhörnchen. Mumin ist glücklich ...

Die Zwischenfälle überraschen Mumin und treiben ihn durch Eiseskälte und Schneechaos dieses Wintermärchens. Stoisch nimmt er das Geschehen an, neugierig und etwas verwirrt reagiert er auf die Ereignisse, aber immer mit Mitgefühl: ob die verschlagene kleine Mü oder der selbstherrliche Hemul – aufgenommen werden alle. Die Haltung der Muminmutter, die Mumins gastfreundliches Verhalten rückblickend lobt, ist bezeichnend für die hilfsbereite, friedliebende und Geborgenheit stiftende Art der Mumins.

Die Charaktere in Janssons Büchern sind lebensnah und psychologisch fundiert, auch Janssons Erzählton scheint noch durch die Kurzfassung des Bilderbuchtexes: Birgitta Kicherers Übersetzung hält die Balance zwischen Komik und Melancholie.

Insgesamt neun Bücher hat Tove Jansson über die weißen, nashornähnlichen Trolle verfasst und alle sind sie zu Klassikern der

Kinderliteratur geworden. *Die Mumins und der erste Schnee* ist eine gekürzte und sprachlich überarbeitete Fassung von *Winter im Mumintal*. Während die Autorin die Originalfassungen mit Schwarz-Weiß-Federzeichnungen illustrierte, ersetzen im Bilderbuch die farbigen Illustrationen, in die Janssons Mumin-Zeichnungen integriert sind, den beschreibenden Teil der fantastischen Geschichte.

Die kleine Abenteuergeschichte, von Fabelwesen und Tieren bevölkert, gründet auf dem Fundament wahrer Menschenkenntnis und Toleranz und bezaubert mit Humor und Mitgefühl. ■



Cecilia Davidsson, Alex Haridi

**Die Mumins und der erste Schnee**

Nach einer Erzählung von Tove Jansson.

Illustriert von Maya Jönsson.

Aus dem Schwedischen von Birgitta Kicherer.

40 Seiten, geb., Halbleinen, Format: 26,5 x 20 cm

20,- Euro | Format: 26.5 x 20 cm

ISBN 978-3-8251-5330-4 | Verlag Urachhaus

(ab 4 Jahren)

# HALBSTARK!

von Nadine Mescher

Montage sind ein Stück weit wie der Beginn einer Renovierung. Man hat sich Erneuerung vorgenommen. Beginnt, das Vorhandene zu gestalten und zu ergänzen. Dabei bleibt natürlich der Grundriss und vieles andere gleich. Es fühlt sich einerseits vertraut an, andererseits riecht, sieht und spürt man aber ganz klar das Neue. Ein halber Umbau sozusagen. Auch unser Klassenraum wurde in den ersten Ferien des neuen Schuljahres renoviert. Die Wände sind frisch gestrichen, wir haben neue Einbaumöbel bekommen. Daneben behalten wir aber unsere bisherigen Tische und die mobilen Regale.

Dieses ganze Äußere passt schon wieder sehr gut zu meiner inzwischen sechsten Klasse: Die Kinder haben ebenfalls mit ihrem ganz eigenen Umbau begonnen. Erstmal ein bisschen. Quasi so halb. Ich treffe auf getuschte Wimpern und letzte Wackelzähne. Ich nehme – sagen wir mal – «deutlichen» Deoeruch wahr, während immer noch eifrig Sammelkarten getauscht werden. Mir gefällt die Mischung aus Gelfrisuren und Latzhosen.

Alle Kinder sind erkennbar gewachsen. Wenn das so weitergeht, bin ich – wie in meiner Familie – bald die Kleinste von allen. Die Klasse und ich, wir sind schon sehr auf Augenhöhe. So kann man es von außen sehen – und auch auf den Punkt bringen. Meine Crew, sie sind keine Kinder mehr wie früher, aber auch noch lange nicht

erwachsen oder so richtig jugendlich. Nur alles irgendwie so halb. Dazu aber ganz schön stark. Halb und stark. Halbstark.

Unsere fünftägige Klassenfahrt begann auch an einem Montag. Und da wurde wieder viel gespielt: Wie früher spielte man Fangen und Verstecken. Neu hinzu kam das Flaschendreher mit «Wahrheit oder Pflicht». Und weil das Neue zwar cool ist, aber alles nur so halb, lädt man auch noch die Klassenlehrerin ein, doch mitzuspielen. Ich habe die Pflicht gewählt und musste ein paar Kniebeugen machen, bin also nochmal gut davongekommen. Dann gab es die erste Klassendisco. Das war schon eine extrem starke Veranstaltung. Auch hier freuten sich die zahlreichen Feierbiester, dass ihre Klassenlehrerin als DJ zugegen war. Ehrlich gesagt, kannte ich die meisten Lieder gar nicht, die ich über den Streamingdienst wunschgemäß abgespielt habe. Das war aber nicht schlimm: Ich musste weder Gangsterrap noch Ballermannhits ertragen. So weit ging niemand. Noch nicht. Wieder wurde das Neue mit mir geteilt, also bin ich – jedenfalls zum jetzigen Zeitpunkt – nicht peinlich, wenngleich sicher auf dem Weg dorthin.

Als auf der Rückfahrt unser gebuchter Zug wegen einer Gleissperrung ausfiel, mussten wir auf einem großen Hauptbahnhof zunächst einen anderen Zug finden, der uns wieder Richtung NRW bringt – um dann ohne reservierte Sitzplätze in einem



völlig überfüllten Ersatzzug irgendwo unterzukommen. Es war für meine Lieben keine Frage, auf sich, ihr Gepäck und auch die Mitschülerinnen und Mitschüler zu achten. Das war völlig selbstverständlich. Keine Tränen, kein Fluchen, keine Wie-kommen-wir-denn-jetzt-nach-Hause-Fragen in Dauerschleife, sondern sie waren ganz schön stark und richtig groß.

So war einmal mehr spürbar, dass für mich als Lotsin allmählich der erste Schritt zurück auf mein Lotsenboot bevorsteht, um dann noch eine Weile das Auslaufen ins große Meer zu begleiten. Das hat klar begonnen. Ich bin als Klassenlehrerin wieder in der Mittelstufe angekommen.

Bis dann der ganz große Umbau mit so vielen tiefgreifenden Veränderungen kommt – und irgendwann auch der nächste Abschnitt ohne mich. Es zeichnet sich jetzt schon ab: Diese Kinder sind stark zusammen. Das ist gut so. Ihre Zukunftsaufgaben sind groß und das braucht junge Menschen, die sehen, erkennen und gestalten. Wir sind auf dem Weg! ■

Nadine Mescher ([www.montagskindblog.de](http://www.montagskindblog.de))

studierte Germanistik und Sozialwissenschaft in Bochum, anschließend Waldorfpädagogik in Witten-Annen. Sie ist als Waldorflehrerin und Mentorin in Nordrhein-Westfalen tätig. Sie schreibt Kinderbücher und ist als Bloggerin und Podcasterin aktiv. Podcast: **Kaffee, Kreide, Morgenspruch** zusammen mit Dustin Muzik.

# STERBE- ETÜDEN

von Monika Kiel-Hinrichsen

Und wieder ist es November! Dieser oft so dunkle, nasse Monat. Die Stürme ziehen über Meer und Feld und durch die Bäume. Der Reichtum der Natur hat sich zurückgezogen. Eigentlich liebe ich diesen Monat. Endlich bin ich freigelassen, zu mir selbst zu kommen. Doch nun muss ich mich alleine tragen. Im Alter kommen einem dabei doch recht merkwürdige Gedanken, die vom Volkstrauertag und Totensonntag noch verstärkt werden.

Als ich kürzlich *Herrn Preindls Sterbe-Etüden* von dem Biografieforscher Mathias Wais las, kündigte sich kurzzeitig meine alljährlich auftretende November-Melancholie an. Herrn Preindl steht ein Arzttermin bevor, in dem, aufgrund häufig auftretender Kopfschmerzen, die Untersuchungsergebnisse besprochen werden sollen. Und plötzlich geht seine Fantasie mit ihm durch! Sein Lebensende naht und damit beginnt sein ganz persönliches Übungsstück – seine *Sterbe-Etüden*. Mal liegt er sterbend im Krankenhaus, dann findet man ihn, seine Grabstelle aussuchend, auf dem Friedhof wieder. Familienszenen, in denen er seiner Frau und den Kindern seine letzten Wünsche mitteilt bis hin zur Beiwohnung seiner eigenen Beerdigung. Eine anregende Lektüre für Menschen meines Alters – wie mir scheint. Oder lieber doch nicht?

Preindls Geschichte erinnert mich an eine Ultraschalluntersuchung im letzten

November. Nichts Böses ahnend, schaue ich mit der Ärztin auf den Bildschirm und entdecke eine hühnereigroße Veränderung, die da nicht hingehörte, wo sie zu sehen war. Unruhe, Unsicherheit bis hin zu Panik. Dann, auf dem Nachhauseweg, kehrt eine tiefe Ruhe ein. Ich werde sterben! Ein einstündiger Fahrweg gibt mir Gelegenheit, mich im Zeitraffer mit meinem bevorstehenden Tod (ähnlich wie bei Herrn Preindl) auseinanderzusetzen. Meine Fantasie bekommt Flügel. Ich sehe mich im Kreise meiner Familie. Die Kinder weinen, ich bin ganz friedlich, bereit zu gehen. Was ist das Fazit meines Lebens? Wem möchte ich noch etwas mit auf den Weg geben? Wie kann ich meine Bücher am besten verteilen? Will ich eigentlich wirklich eine Seebestattung? Dann wird keiner an mein Grab kommen können. Ja, und meine Enkelkinder, ich werde sie nicht mehr heranwachsen sehen können. Nein, ich will noch nicht sterben! Angst, Trauer und Hilflosigkeit machen sich breit. Ich will leben! Und dennoch: Irgendwann steht uns allen der Erdenabschied bevor.

Bei mir war es nur eine kurze Etüde des Sterbens, denn die Nachuntersuchung ergab, dass es eine *Luftblase* – im wahrsten Sinne des Wortes – war. Aber auch ohne eine beunruhigende Diagnose scheinen wir als Menschen im Herbst, wenn die Natur in einen Sterbe- und Verwesungsprozess

übergeht, die Neigung zu haben, mit ihr sterben zu wollen. Was bei manchen Menschen seelisch in einer Depression zum Ausdruck kommt. Wie tröstlich können dann die Kinder mit ihren Laternen und St.-Martinsgesängen auf den Straßen sein.

Herr Preindl durchläuft jedenfalls alle Stufen einer Sterbekrise und als Leserin weiß ich manchmal nicht, ist seine Geschichte Wahrheit oder Fantasie? So oder so, sie macht etwas mit mir. Mathias Wais schenkt mit diesem Buch eine Ermutigung – einen Sterbevorbereitungskurs, wie er ihn nennt, so wie es am Anfang des Lebens eben auch einen Geburtsvorbereitungskurs gibt. Das leuchtet ein und entlockt auch bei allem Ernst ein leichtes Schmunzeln hervor. Aber wie gut, dass es mich noch nicht getroffen hat! Stattdessen darf ich mich mit Goethe aufmachen, der Natur zu trotzen: *Und solange du das nicht hast, / Dieses: Stirb und werde! / Bist Du ein trüber Gast / Auf dieser Erde.*

Dann, neu aus dem Innern heraus belebt, will ich *werdend* in die lichte Adventszeit schreiten. ■

Monika Kiel-Hinrichsen ([www.kiel-hinrichsen.de](http://www.kiel-hinrichsen.de)) ist Beraterin in freier Praxis und vielfältige Sachbuchautorin im Verlag Urachhaus. Im September erscheint ihr erster Roman nach einer wahren Geschichte *BURGSCHATTENKINDER – Leben zwischen Gewalt und Hoffnung* im Novalis Verlag (24,- Euro, ISBN 978-3-941664-82-1)

## Unser SUDOKU im November

mittel

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

«Einsame Hunde – leicht knifflig», hrsg. von J.-C. Lin

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

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

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

Lösung Oktober 2023



## PREISRÄTSEL

Bedenkenswert 11 / 12

Das größtmögliche Glück für die größtmögliche Zahl an Betroffenen. Die Folgen einer Handlung als ihr kluger, tatsächlicher Wert. Im «Trolley-Problem», einem moralphilosophischen Gedankenexperiment (opfert man einen Menschen, um mehrere Menschen zu retten?), zeigt sich ein heutiges Muster und in der Nützlichkeit ihr *telos*, das Ziel.

Der Glückseligkeit als Auftrag wie Anspruch bewusst weist schon Epikur (341–271/70 v. u. Z.) uns die Richtung und früh einen Weg. Er irritiert manche Schule der Zeit durch sein Denken und durch die unsittlichen Lehren. Als Hedonist oft verhöhnt, doch von da an öfter benutzt, denn das «größte Gut ist die Klugheit. ... Sie lehrt nämlich, daß man nicht lustvoll leben kann, ohne klug, gut und gerecht zu leben, und nicht klug, gut und gerecht, ohne auch lustvoll.»

Die Minimierung von Schmerz und die Maximierung von Freude. Jene klug zu bestimmen durch das Nützlichkeitsprinzip. Nicht auf Naturrecht oder Gott solle eine

Gesellschaft sich gründen, nie auf Gewohnheit und Glaube ein politisches System. Mit Arithmetik in Moral sei Quantität zu bemessen – von Schmerzen wie Lust und der Konsequenz einer Tat. Sodann die Qualität ihrer Folgen durch sieben Kriterien zu prüfen, forderte Jeremy Bentham (1748–1832) in *Eine Einführung in die Prinzipien der Moral und Gesetzgebung*. Rechtsstaatlichkeit sei stets unparteiisch. Individuelle Freiheit trage gerade in eigener Entfaltung Verantwortung. Auch John Stuart Mill (1806–1873) sah im Vermögen des Menschen zum gemeinsamen Tun die Chance zum größtmöglichen Nutzen für alle. Moral sei demnach nur dann wirklich gut, wenn sie die Tendenz habe, das Gute zu fördern. Moralische Handeln nur jenes, das «nicht das Glück des Handelnden selbst, sondern das Glück aller Betroffenen ist.» Von David Ricardos (1772–1823) Materialismus hin zu Karl Raimund Poppers (1902–1994) Verminderung von Leid. Hier die «Gerechtigkeitsparameter» von Rainer W. Trapp (\*1946),

dort Peter Singers (\*1946) umstrittene «Präferenzen». Als weit verzweigte Philosophie kennt sie das Gemeinwohl wie den Nutzen und untersucht die Folgen jeder Tat wie die eigene Lust. Als diesmal Gesuchte Denkrichtung wägt sie ab, findet und misst aufs Neue ihre Ethik – und spricht in *Star Trek* verkürzt durch Mr. Spock: «Das Wohl der Vielen wiegt mehr als das Wohl der Wenigen oder des Einzelnen.» ■ Sebastian Hoch

Nennen Sie uns die Denkrichtung und nehmen Sie dadurch Teil an der Verlosung von 5 Exemplaren des Romans *Spielstage* von Benjamin Markovits. Denn Basketball braucht geniale Einzelspieler, vor allem aber ein gutes Team (das konnten wir bei der Weltmeisterschaft gerade begeistert erleben).

Die Lösung senden Sie bitte an: *a tempo* | Landhausstr. 82 | 70190 Stuttgart oder per E-Mail an: [raetsel@a-tempo.de](mailto:raetsel@a-tempo.de)

Einsendeschluss ist der 25.11.2023 (Datum des Poststempels; der Rechtsweg ist ausgeschlossen). Die Gewinner und Gewinnerinnen werden schriftlich benachrichtigt.

Die gesuchte philosophische Denkrichtung im Oktober war der *Essentialismus*.

# VERBUNDEN BLEIBEN

## Liebe Leserin, lieber Leser,

bei manchen Texten weiß man nicht so wirklich, wie man sie beginnen soll, welcher Ton, welche Worte die treffenden sind ... Dankbarkeit? Traurigkeit? Zuversicht? Alle drei Worte stimmen für die folgenden Ausführungen – und doch genügen sie nicht.

Denn wir haben die traurige Nachricht mitzuteilen, dass unser Lebensmagazin *a tempo* mit der Dezember-Ausgabe 2023 die vorerst letzte gedruckte Version unseres Magazins sein wird, da die Wirtschaftlichkeit nicht ausreichend gesichert werden konnte und in der aktuellen Lage keine Möglichkeit besteht, das Magazin fortzuführen.

Seit Beginn des Jahres 2000 erscheint *a tempo* als das Lebensmagazin der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus in monatlicher Folge. Im ersten Jahr konnten die Verlage das Magazin in einer hohen Auflage produzieren und kostenlos an zahlreiche interessierte Buchhandlungen und Einrichtungen des Kulturlebens wie auch Schulen, Kindergärten und therapeutische Praxen verteilen. Und als im Lauf dieses ersten Jahres 2000 bei *dm-drogerie markt* die Entscheidung reifte, ein neues Kundenmagazin, *alverde*, zu kreieren, wurde unser Lebensmagazin *a tempo* der kulturphilosophische Bestandteil darin.

Zwanzig Jahre lang entstand daraus eine bemerkenswert fruchtbare Zusammenarbeit, und *a tempo* in *alverde* konnte zahlreiche Menschen erreichen und auf

Themen und Ideen aufmerksam machen. Das ermöglichte uns wiederum, die Produktion und Verteilung der kostenlosen Exemplare der eigenen, umfangreicheren Ausgabe beizubehalten. Ein Geschenk für die Leserinnen und Leser, ein Kulturimpuls für die uns verbundenen Institutionen und ein Medium der Wahrnehmung der Verlagsinhalte.

Doch wenig ist für die Ewigkeit, das wussten auch wir. Die Zusammenarbeit mit *dm* zeigte erste Veränderungen und daher haben wir im Jahr 2019 beschlossen, *a tempo* zu einem Magazin umzuwandeln, das sich künftig über bezahlte Abonnements selbst tragen sollte. Wir waren zuversichtlich, dass unter den Leserinnen und Lesern der 50.000 kostenlos verteilten Exemplare rund 5.000 unser Lebensmagazin abonnieren würden. Damit wären die Redaktions- wie auch die Druck- und Versandkosten gedeckt gewesen. Als schließlich 2020 *dm* die über zwanzig Jahre gewachsene Zusammenarbeit von *a tempo* in *alverde* beendete, war es uns noch nicht gelungen, die notwendigen Abonnentinnen und Abonnenten zu erreichen, trotz der überaus erfreulichen Bereitschaft vieler von Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, großzügig zusätzliche Geschenkabos abzuschließen. Die aktuell rund 3.000 erreichten Abonnements aber tragen die Kosten nicht. Zumal die Folgen der Coronapandemie und des grausamen Krieges in der Ukraine mit den gesellschaftlichen wie wirtschaftlichen Folgen – allen voran die

gestiegenen Produktionskosten in Kombination mit der Konsumzurückhaltung – die Verlage ohnehin vor immense wirtschaftliche Herausforderungen stellen.

Dass wir aber 24 Jahre lang *a tempo* mit seiner besonderen und großen inhaltlichen wie visuellen Vielfalt gestalten und entwickeln konnten, erfüllt uns in der Redaktion mit inniger Freude und Dankbarkeit. Wir haben auch Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, von Herzen zu danken, dass Sie so gern unser Lebensmagazin gelesen und es geschätzt haben. Von Ihnen fühlten und fühlen wir uns getragen und inspiriert.

Und so wollen wir auch mit Ihnen an einer Zukunft mitgestalten, die ebenso überraschend und fruchtbar sein kann wie jene Zeit, die die Entstehung und das Werden von *a tempo* möglich machte. Daher bitten wir Sie darum, uns die Genehmigung zu erteilen, Ihre Adresse, den Kontakt zu Ihnen nutzen zu dürfen, wenn neue Ideen gewachsen sind und wir Sie darüber informieren möchten. Bitte füllen Sie hierfür das nebenstehende Formular aus oder senden Sie uns eine E-Mail.

Lassen Sie uns in Verbindung und miteinander verbunden bleiben.

**Wir grüßen Sie voll Dankbarkeit für die bisherige gemeinsame Zeit, herzlich**

Maria A. Kafitz,  
Jean-Claude Lin  
und Paulina Suska

Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH  
Postfach 13 11 22  
70069 Stuttgart

**Bitte informieren Sie mich über Neuigkeiten aus der Redaktion und den Verlagen:\***

Vorname

Name

\_\_\_\_\_

Straße / Hausnummer

PLZ / Ort

\_\_\_\_\_

Datum

Unterschrift

Kund:innen-Nr. (wenn zur Hand)

\_\_\_\_\_

Sie können diese Erklärung auch per E-Mail senden an: [kontakt@a-tempo.de](mailto:kontakt@a-tempo.de)

**Und wenn Sie an Buchinspirationen und Leseanregungen, Nachrichten und Informationen der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus interessiert sind, dann abonnieren Sie doch unseren**

**Newsletter**

unter [www.geistesleben.de/newsletter/](http://www.geistesleben.de/newsletter/) oder [www.urachhaus.de/newsletter/](http://www.urachhaus.de/newsletter/)  
(der Newsletter wird für beide Verlage gemeinsam erstellt)



Über den QR-Code gelangen Sie  
direkt zur Newsletter-Bestellung!

PS: *a tempo* bleibt über Instagram aktiv und entwickelt sich weiter: [@atempo\\_magazin](https://www.instagram.com/atempo_magazin)  
und auch für unsere Homepage [www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de) lassen wir uns etwas einfallen!

\* Diese Genehmigung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden



## Ein Adventskalender in 24 Geschichten

Weihnachten steht vor der Tür und der kleine Sunny hat viel zu viele Wünsche. Da sein Vater sie ihm nicht alle erfüllen kann, muss Sunny sich bis Heiligabend entscheiden: Welcher seiner zahlreichen Wünsche ist ihm am wichtigsten ...? Es ist zum Verrücktwerden! Doch Sunny und seine ältere Schwester Lala haben auch einen gemeinsamen Wunsch: dass Weihnachten nicht mehr so traurig ist wie letztes Jahr. Denn da ihre Mutter vor zwei Jahren kurz nach Weihnachten gestorben ist, ist Weihnachten nicht mehr dasselbe. Um ihren Vater aufzumuntern, versuchen sie allerlei – und lernen auch sich dabei ganz neu kennen!

«Mehr als ein Wunsch» erzählt in 24 einzelnen, in sich abgeschlossenen Geschichten von Sunnys Vorweihnachtsabenteuern. Warmherzig und voller Empathie.

**Werner Rohner wurde für «Mehr als ein Wunsch» mit dem Kranichsteiner Kinder- und Jugendliteraturstipendium 2023 ausgezeichnet!**

Werner Rohner  
**Mehr als ein Wunsch**  
 Eine Adventsgeschichte in 24 Kapiteln  
 Illustriert von Gareth Ryans  
 233 Seiten, gebunden  
 € 20,- (D) | ISBN 978-3-7725-3126-2  
 ab 6 Jahren | und zum Vorlesen  
 (e) auch als eBook erhältlich!  
[www.geistesleben.de](http://www.geistesleben.de)



**Freies Geistesleben**  
*Bücher, die mitwachsen*

## KLEINANZEIGEN

Musik ist mehr als Töne – Klavier- und Gitarrenunterricht sowie Komposition und Musiktheorie in Stuttgart: [www.sebastian-hoch.de](http://www.sebastian-hoch.de)

I – Naturspektakel u. Seelenerlebnisse am Luganer See, ehem. Demeter-Hof (Oliven, Heilkräuter, Agrumi) 100 m ü. See, Südlage, Panoramablick, FEWO, 90 qm im 2-Fam.- Haus bis 4 Pers., 10 km v. Lugano.

Tel: +39 034469144, E-Mail: [gudlan@yahoo.de](mailto:gudlan@yahoo.de)

Wenn auch Sie noch einmal inserieren möchten, wenden Sie sich bitte an unseren Anzeigenservice:

Frau Christiane Woltmann: Tel. 07 11/2 85 32 34

E-Mail: [woltmann@geistesleben.com](mailto:woltmann@geistesleben.com)

Frau Dagmar Seiler (Stellenanzeigen):

Tel. 07 11/2 85 32 26

E-Mail: [anzeigen@geistesleben.com](mailto:anzeigen@geistesleben.com)

Preise und Mediadata finden Sie unter: [www.a-tempo.de](http://www.a-tempo.de)



Ob Kinderbuch, Waldorfpädagogik, Wissenschaft, Ratgeber, Religion oder kreatives Leben – lassen Sie sich regelmäßig über das Buchprogramm der Verlage Freies Geistesleben und Urachhaus informieren und abonnieren Sie unseren Newsletter:

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

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

**Freunde der  
 Erziehungskunst  
 Rudolf Steiners**

**waldorfweltweit.org**

exagon@t-online.de Internet-Shop: [www.exagon.ch](http://www.exagon.ch)'."/>

**stein  
 bau  
 meister.**

Wir sind ein innovativer Steinmetzbetrieb aus Stuttgart. Verbinden unser traditionelles Handwerk mit den Ansprüchen der heutigen Zeit. Aus Überzeugung, dass natürliche Materialien und fundierte Fachkenntnisse einen Unterschied machen.



0711 57 60 20 00

[hallo@steinbaumeister.gmbh](mailto:hallo@steinbaumeister.gmbh)

[www.steinbaumeister.gmbh](http://www.steinbaumeister.gmbh)

# SCHON WIEDER DONNERSTAG.

Auf der Suche nach einem offenen,  
engagierten & wertschätzenden Kollegium?

Dann komm zu uns an die Freie Waldorfschule Gladbeck!  
Wir bieten Dir den Raum, Dich mit Deinen persönlichen  
Stärken einzubringen und neue zu entdecken, durch:

familiäres Arbeitsklima

moderne Ausstattung

zuverlässige Einarbeitung

fachkompetente persönliche Mentorierung

professionelle Begleitung durch den gesamten  
staatlichen Entfristungsprozess

Bezahlung nach TV-L

Ausgleich von Mehrarbeitsstunden

Förderung von Fortbildungen

Betriebliche Altersvorsorge

Waldorfpädagogik von der  
1. Klasse bis zum Abitur

Interessiert?

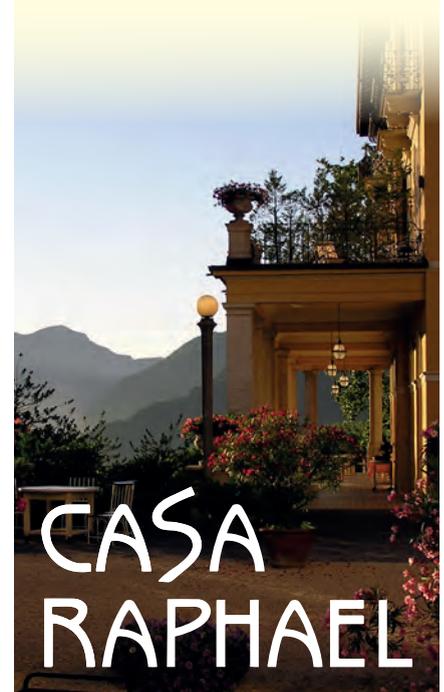


Hier geht's  
weiter...



Freie Waldorfschule Gladbeck - Horster Str. 82 in 45968 Gladbeck

Palace Hotel – Kurzentrum  
Vitalisierende eisenhaltige  
Thermal – Levicowasser  
Biologisch – dynamische – Küche  
Anthroposophische  
und klassische Medizin



# CASA RAPHAEL

[www.casaraphael.com](http://www.casaraphael.com)  
[mail.info@casaraphael.com](mailto:mail.info@casaraphael.com)

Roncegno Terme (TN) – Italy  
Tel. +39 0461 772 000  
Fax. +39 0461 764500

**MENSCHENRECHTE  
SCHÜTZEN.  
JETZT SPENDEN.**

Spendenkonto:  
DE23 3702 0500 0008 0901 00

AMNESTY  
INTERNATIONAL



# DIE LIEBE HERRSCHT NICHT

von Jean-Claude Lin

Es herrscht Krieg und Terror in der Welt – nicht erst seit dem 24. Februar 2022 mit dem brutalen Überfall der Russischen Föderation in der Ukraine oder dem 7. Oktober mit dem massiven Raketenangriff der Hamas auf Israel und dem Einfall mordender Hamas-Terroristen auf zivile Einrichtungen und Heime entlang der Grenze zum Gaza-Streifen mit über 1.400 zum größten Teil zivilen Opfern und einigen Hunderten an Geiseln. Die Gräueltaten, die an Erwachsenen wie Kinder, an alten wie zerbrechlichen Menschen in Israel am 7. Oktober verübt wurden, sind von solch grenzenlosem Hass und sadistischer Gewissenlosigkeit getragen, dass sie nicht einzeln aufgezählt und beschrieben werden können, ohne in tiefste Verzweiflung und Ohnmacht zu verfallen.

Hin und wieder jedoch wird eine Begebenheit erzählt, die den Glauben an den Menschen in bitterster Not noch aufrechterhält und sogar wieder entfacht. So ist es mit der Geschichte des 85-jährigen Shlomo Ron: Als die Schlächter und Folterer der Hamas seinen Kibbutz Nahal Oz überfielen, forderte Shlomo Ron seine Frau und die Töchter mit seinem Enkel auf, sich in den Sicherheitsraum zu begeben. Er blieb in der Wohnung und wartete auf die Hamas. Denn wenn sie ihn fänden und töteten, dachte er, dann würden sie weiterziehen, und die anderen blieben am Leben. Und so kam es. Die Männer der Hamas fanden ihn in seinem Sessel sitzend, erschossen ihn und zogen weiter. Seine Frau und die Töchter mit seinem Enkel überlebten den Überfall. Seine Liebe, sein Opfer, aber auch seine moralische Fantasie und sein Mut hielten seine Geliebten am Leben. Ein Licht der Liebe in dieser so dunkel werdenden Welt, das Hoffnung geben kann.

So denke ich nun auch an Goethes *Märchen* von der grünen Schlange und der schönen Lilie, das er am Ende seiner *Unterhaltungen deutscher Ausgewanderten* vom alten Geistlichen erzählen lässt. Als der Alte mit der Lampe im *Märchen* den Jüngling und die Jungfrau, die schöne Lilie, zueinander führte, ruft er mit lauter Stimme aus: «Drei sind, die da herrschen auf Erden: die Weisheit, der Schein und die Gewalt.» Dabei erwacht der Jüngling aus seiner Lähmung und entgegnet, er habe die vierte Kraft, die noch älter und allgemeiner sei, die Liebe vergessen. Daraufhin antwortet der Alte: «Die Liebe herrscht nicht, aber sie bildet, und das ist mehr.»\*

An solchen Menschen wie Shlomo Ron aus dem Kibbutz Nahal Oz können wir uns bilden. ■

\*Johann Wolfgang Goethe, *Das Märchen von der grünen Schlange und der schönen Lilie*. Mit einem Aufsatz Rudolf Steiners über Goethes Geistesart in ihrer Offenbarung durch sein Märchen und einer Einleitung von Jean-Claude Lin, Verlag Freies Geistesleben, 14. Auflage, Stuttgart 2022.

Seien Sie gespannt auf unsere letzte Ausgabe im **Dezember 2023!**



## 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 | [lin@a-tempo.de](mailto:lin@a-tempo.de)

Redaktion:  
Maria A. Kafitz  
Jean-Claude Lin  
Paulina Suska

Gestaltung & Bildredaktion:  
Maria A. Kafitz

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

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

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

Ein Jahresabonnement (11 Ausgaben) kostet 40,- Euro (zzgl. Versandkosten: 10,- Euro Inland / 30,- Euro Ausland), ein Einzelheft 4,- Euro zzgl. Versand.  
Die Mindestlaufzeit eines Abonnements beträgt ein Jahr (11 Ausgaben). Zum Ende der Mindestlaufzeit ist es mit einer Frist von einem Monat kündbar. Ansonsten verlängert es sich auf unbestimmte Zeit und ist jederzeit mit einer Frist von einem Monat zum Monatsende kündbar. Zu viel bezahlte Beträge werden entsprechend zurückerstattet.

Druck: Druckerei Raisch / Reutlingen

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

Wir drucken zudem klimaneutral:



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

© 2023 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH

ISSN 2699-2280



Michèle Brunmeier  
Stephanie Friedrich

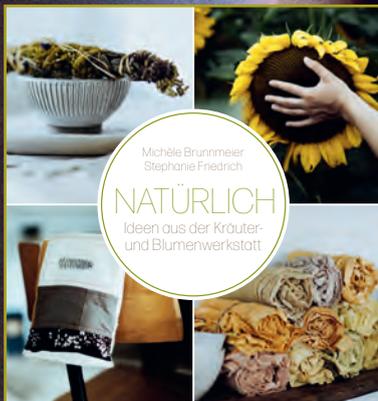
## GLANZLICHTER

Ideen aus der  
Kerzenwerkstatt

Michèle Brunmeier | Stephanie Friedrich  
**Glanzlichter**  
Ideen aus der Kerzenwerkstatt  
160 Seiten, mit zahlr. Fotos, durchg. farbig  
€ 26,- (D) | ISBN 978-3-7725-3143-9  
*Jetzt neu im Buchhandel!*

## LICHT UND HELL – EDEL UND FANTASIEVOLL

Kerzen spenden uns seit Tausenden von Jahren Licht und erhellen dabei nicht nur unsere Räume. Ihr Schein schafft zudem eine wohlige Atmosphäre, schenkt Geborgenheit, lässt uns innehalten, Stille und Freude spüren. Das Licht einer Kerze trägt uns sanft durch von Trauer erfüllte Zeiten, weckt Hoffnungen und erhellt besondere Tage im Leben mit Glanz. Die Designerinnen Michèle Brunmeier und Stephanie Friedrich regen mit ihren ästhetischen und nachhaltigen Kerzen-DIY-Projekten dazu an unser Leben nicht nur heller, sondern durch die Glanzlichter zu etwas Besonderem zu machen.



Michèle Brunmeier  
Stephanie Friedrich

## NATÜRLICH

Ideen aus der Kräuter- und  
Blumenwerkstatt

Michèle Brunmeier | Stephanie Friedrich  
**Natürlich**  
Ideen aus der Kräuter- und Blumenwerkstatt  
224 Seiten, mit zahlr. Fotos, durchg. farbig  
€ 28,- (D) | ISBN 978-3-7725-3134-7



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



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

# Ein Tag, der das ganze Leben erzählt



Marianne Philips  
**Hochzeit in Wien**

Roman

248 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag

€ 24,- (D) | ISBN 978-3-8251-5369-4

☺ Auch als eBook erhältlich!

Wien, Juni 1933. In der Luftbadgasse 12 feiern Hausbesitzer Hodl und seine Frau goldene Hochzeit. Doch das Haus vereint noch andere Schicksale unter seinem Dach: Der Jude Meyer Jonathan wartet auf seinen Enkel Daniel, der im antifaschistischen Widerstand arbeitet. Das geordnete Leben von Rosita gerät durcheinander, als plötzlich ihre große Jugendliebe vor ihr steht. Die ehemalige Operndiva Maria Ritter versucht, dem begabten Geiger Paul zu einer Karriere zu verhelfen, der jedoch viel lieber mit seinen Katzen in den Tag hineinlebt. Und just an diesem Tag erblickt ein Enkelkind der Hodls das Licht der Welt. Ein herrlicher Tag also – doch hört man nicht schon das unheimliche Grollen unsäglicher Geschehnisse, die sich über Europa zusammenbrauen?

Meisterhaft und einfühlsam erzählt die brillante niederländische Schriftstellerin Marianne Philips von schicksalhaften Begebenheiten am Vorabend der großen Katastrophe.