

WAHNSINNS WELT



DAS MAGAZIN AUS DEM THERAPEUTIKUM

#28

NICHT WARTEN, SONDERN STARTEN

Wege zum
Persönlichkeitswachstum

Seite 16

MAULWURFKUCHEN

Ein köstlicher Hügel

Seite 30

TRANCE

Die harmonische
Variante des Techno

Seite 40

EIN FREUND,

EIN GUTER FREUND..

Das Beste, was es gibt auf der Welt.



primafila

EISMANUFAKTUR UND CAFÉ

NATÜRLICH LECKER!

GESCHMACK UND QUALITÄT
STEHEN BEI UNS
AN ERSTER STELLE.

DESHALB KOMMEN IN UNSER
HANDWERKLICH ZUBEREITETES EIS
NUR HOCHWERTIGE UND
NATÜRLICHE ZUTATEN,
FREI VON KÜNSTLICHEN AROMEN
UND FARBSTOFFEN

— UND DAS SCHMECKT MAN.



IM MARRAHAUS
OBERE NECKARSTRASSE 32 / 74072 HEILBRONN
WWW.PRIMAFILA-EIS.DE



Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

diese Ausgabe beschäftigt sich mit dem Thema Freundschaft. Wie ergeht es Ihnen in dieser Zeit? Haben sich Ihre Freundschaften verändert?

Am meisten habe ich in dieser herausfordernden Zeit meine Nachbarn links und rechts angrenzend an unseren Garten schätzen gelernt. Zwischen Arbeitsstelle und Zuhause pendelnd, keine Abendtermine im Ehrenamt, begrenzt auf überschaubare soziale Kontakte und voll gepackt mit beruflichen Problemstellungen haben wir uns am Gartenzaun angenähert und uns ausgetauscht - über Gott und die Welt. Wir haben uns besser kennen und schätzen gelernt. Hoffentlich bleibt das so.

Freuen Sie sich auf eine „superfreundliche“ Ausgabe der Wahnsinns-
welt und dringen Sie vor in eine positive Welt.

In diesem Sinne eine schöne Sommerzeit.

Martina Wieland
Geschäftsführerin



TITELTHEMA

- 6 Freundschaft in der europäischen Geschichte
Von Aristoteles bis Twitter
- 12 Freundschaft
Ein Stück Lebensqualität

FORUM

- 16 Nicht warten, sondern starten
Ein Beitrag über Persönlichkeitswachstum
- 20 Naturphänomene
Eine Reise um den Globus - Teil 2
- 24 Viel heiße Luft
Die Erfolgsgeschichte der Haartrockner
- 26 Das Moor
Schaurige Geschichten und Umweltschutz

ERNÄHRUNG

- 30 Herrlich leckere Rezepte
Linsenbratlinge und Maulwurfkuchen
- 32 Der Waldgeissbart
Die vergessene Delikatesse

KUNST UND KULTUR

- 34 Bedeutende Forscher
Götter, Gräber und Gelehrte
- 38 Warum die Vögel früh aufstehen - ein Gedicht
- 40 Trance
Die harmonische Variante des Techno
- 42 Der Tanzplatz der Feuerflammen
Eine Fantasy-Geschichte





16 PERSÖNLICHKEITSWACHSTUM



40 TRANCE

FREIZEIT

- 44 Warum in die Ferne schweifen ...
Ausflugstipps fürs Wochenende
- 46 Ohne Geld um die Welt
Ein Reisetrend für Schmarotzer
- 48 Bolivien
Ein Land der Extreme

DA WAR NOCH WAS

- 50 Lachen ist gesund
- 50 Rätselecke



AUSFLUGSTIPPS
FÜRS
WOCHENENDE
Seite 44

IMPRESSUM

WAHNSINNSWELT
Herausgeber

Fachlicher Beirat
Redaktion

Chefredakteur/Produktion
Fotos



#28 | Sommer 2020

Das Magazin erscheint 2x jährlich (Sommer/Winter)
Arbeits- und Wohnstätten GmbH THERAPEUTIKUM, Kreuzackerstraße 19, 74081 Heilbronn, Geschäftsführerin Martina Wieland,
Fon 07131. 5086-0, info@therapeutikumheilbronn.de, therapeutikumheilbronn.de
Dr. med. Joachim Marowski, Facharzt für Psychiatrie, Neurologie, Psychotherapie, Verkehrsmedizin und Rehabilitationswesen
Die WAHNSINNSWELT ist ein Arbeitsprojekt einer Gruppe von Rehabilitanden. Diese bilden auch das Redaktionsteam. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben ausschließlich die Meinung der Autoren wieder. Wegen der besseren Lesbarkeit verzichten wir im gesamten Heft auf die Unterscheidung nach Geschlechtern und verwenden die männliche Form.
Edwin Ferring, FERRING CONSULT, Heilbronn, Fon 07131. 645 30 23, e.ferring@t-online.de, © Nachdruck nur mit Genehmigung
THERAPEUTIKUM Heilbronn, © Calandra-stock-adobe.com, © Christian Schwier-stock-adobe.com, © rcfotostock-stock-adobe.com, © Frank-stock-adobe.com, © Csaba Deli-stock-adobe.com, © tunedin-stock-adobe.com, © Eberhard-stock-adobe.com, © yu-liya_chitakh-stock-adobe.com, © RomanWhale studio-stock-adobe.com, © kesipun-stock-adobe.com, © kesipun-stock-adobe.com, © filini74-stock-adobe.com, © 9parusnikov-stock-adobe.com, © oneinchpunch-stock-adobe.com, © master1305-stock-adobe.com, © Alexander-stock-adobe.com, © tawatchai1990-stock-adobe.com, © Jenny Sturm-stock-adobe.com, © Martin Grimm-stock-adobe.com, © MC-Stock-stock-adobe.com, © Kaponia Aliaksei-stock-adobe.com, © Galyna Andrushko-stock-adobe.com, © Kushnirov Avraham-adobe.com, © anatoliy_gleb-stock-adobe.com, © aphonua-adobe.com, © zevana-stock-adobe.com, © agatchen-adobe.com, © olly-adobe.com, © filt-v-adobe.com, © Julian D. Freyer

FREUNDSCHAFT

IN DER EUROPÄISCHEN GESCHICHTE

Von Aristoteles bis Twitter



Im Deutschen wurde bis in das 16. und 17. Jhd. nicht zwischen erworbener und angeborener Freundschaft unterschieden, so dass Freundschaft und Verwandtschaft synonym gebraucht werden konnten. In einigen Dialekten blieb das noch länger so. Im Mittelalter hieß ‚vriunt‘ Freund, Nächster, Geliebter, Verwandter, was wiederum vom Verb für lieben, umwerben, gut behandeln abstammte.

IN DER ANTIKE

Bei den Griechen

Das Thema Freundschaft hat bereits in der Antike viele Philosophen beschäftigt. Bei den Griechen bedeutet die ‚philia‘ neben Freundschaft auch Liebe, ist also weit gefasst. Eine Liebe des Begehrens nennt man aber ‚éros‘. Erste Verherrlichungen der Freundschaft findet man in den griechischen Sagen, insbesondere in der Ilias und in der Odyssee, die Homer zugeschrieben werden.

Platon (428 - 348 v. Chr.) behandelt das Thema Freundschaft in seinem Dialog Lysis. Hier geht es um ein fiktives Gespräch zwischen Sokrates (Platons Lehrer) und den Knaben Lysis und Menexenos. Da es Platon auch um die erotische Freundschaft geht, benutzt er neben dem Begriff philia auch éros. Es wird erörtert, wie Freundschaft entsteht und zwischen welchen Menschen. Sokrates bezieht auch Themen der Ethik und Probleme der einseitigen Freundschaft mit ein.

Aristoteles (384 - 322 v. Chr.) nähert sich dem Thema Freundschaft in der für ihn typischen systematischen Weise. Schon in dem Werk Politik sieht er den Menschen als staatenbildendes, gemeinschaftsorientiertes Wesen. In der Nikomachischen Ethik teilt er die Freundschaft nach drei Motiven ein: um des Wesens bzw. der Tugend, des Nutzens und der Lust willen. Für Aristoteles ist Freundschaft eine eigenständige Sozialbeziehung. Bei ihrer Entstehung seien Faktoren wie gemeinsames Aufwachsen und Gleichheit förderlich. Für ihn ist die Freundschaft ein wichtiger Bestandteil eines funktionierenden Staates. Der Staat soll die Freundschaft noch höher als die Gerechtigkeit schätzen. Dabei spielte die Freundschaft auch deshalb eine so große Rolle, weil öffentliche Sozialeinrichtungen in heutigem Sinne Mangelware waren. Zurück zu den drei Motiven der Freundschaft: Die Nutzenfreundschaft bringt die Menschen für einen Zweck zusammen. Die

Lustfreundschaft ist rein affektiv. Beide sind daher labil. Nur die Tugend- bzw. Charakterfreundschaft ist stabil. Sie ist Freundschaft um des Freundes willen. Die Voraussetzung für die vollkommene Freundschaft ist dann gegeben, wenn sich zwei Personen an Tugendhaftigkeit annähernd gleichen.

» Freundschaft, das ist eine Seele in zwei Körpern. «
Aristoteles

Neben Aristoteles beschäftigten sich noch weitere griechische Denker mit der Freundschaft. Die nach ihm entstandenen konkurrierenden Philosophenschulen der Stoiker und Epikureer flochten das Thema in ihr Weltbild ein.

Bei den Römern

Der römische Begriff für Freundschaft ist ‚amicitia‘, ‚amicus‘ ist der Freund. Amicitia meint einerseits die allgemeine Freundschaft unter Menschen, andererseits die politische oder philosophische Freundschaft. Der Begriff wurde stark durch den griechischen Begriff ‚philia‘ beeinflusst. Unter politischen Freunden verstand man ursprünglich v. a. Adelige. Für den privaten Freund benutzte man den Begriff ‚(amicus) familiaris‘. Die ‚amicitia‘ war auch in der römischen Außenpolitik wichtig. Befreundete Herrscher wurden ‚amicus populi Romani‘ genannt, also Freund des römischen Volkes. Solche Freundschaftsverhältnisse wurden aber mit dem Erstarken Roms einseitiger.

Der Begriff der Freundschaft wurde durch Marcus Tullius Cicero (106 - 43 v. Chr.) genauer definiert. Er unterscheidet zwischen einer Freundschaft der Weisen und einer Freundschaft der gewöhnlichen Leute. In der Dichtkunst tritt das Thema Freundschaft z. B. bei

Vergil (70 - 19 v. Chr.) auf. Als Beispiel sei die ‚Aeneis‘ mit den Freunden Euryalus und Nisus genannt. In der römischen Republik half die politische Freundschaft bei der Karriere und bei Machtkämpfen. Sie wurde oft zwischen gleichrangigen Personen geknüpft. Ursprünglich kamen diese meist aus der Aristokratie, seit den Gebrüdern Gracchus (2. Jhd. v. Chr.) auch aus anderen sozialen Klassen. In der Kaiserzeit galten dann alle hohen Funktionsträger als ‚amici Augusti‘. Diese bildeten quasi von Amts wegen eine mehr oder weniger fest umrissene Ranggruppe. Ein Verlust dieser Freundschaft konnte tödlich sein. Die Freunde berieten den Kaiser und konnten bei der Einleitung seiner Nachfolge behilflich sein - ggf. auch mit Gewalt!

Eine Veränderung des Denkens und damit auch des Freundschaftsbegriffs trat mit dem Erstarken des Christentums auf. Die Christen stellten die angeblich von Jesus gelehrt und göttlich inspirierte Nächstenliebe in den Vordergrund. Diese war uneigennützig und hieß auf Latein ‚caritas‘.

IM MITTELALTER

Freundschaftsbünde und Waffenbrüderschaft

Beim Übergang zum Mittelalter blieben Kernbegriffe der Antike erhalten, veränderten aber etwas ihre Bedeutung. Die Freundschaftspartner sind nicht mehr wie in der Antike primär dadurch gekennzeichnet, dass sie frei und (meistens) gleich sind, sondern sehen ihre Freundschaftsgrundlagen im gemeinsamen Glauben an den einen Gott. Freundschaft hat darüber hinaus einen verwandschaftsähnlichen Charakter und entwickelt sich zumeist unter rechtlich Ebenbürtigen. Freundschaftsbünde waren meist männlich, wurden beeidet oder sonst wie förmlich geschlossen und beinhalteten Treueverpflichtungen bis hin zur Waffenbrüderschaft. Die Historikerin Verena Epp (* 1959) unterscheidet besonders im frühen Mittelalter vier Arten von Freundschaft (amicitia), die sich aber überschneiden können: Personale Freundschaft; soziale Freundschaft (Klientelbeziehungen); politische Freundschaft (z. B. außenpolitische Beziehungen); geistliche Freundschaft. Nach Epp ist ‚amicitia‘ im Frühmittelalter eine ‚wechselseitige, wertbezogene und moralisch bindende Verpflichtung‘.

Freundschaft in der Dichtkunst

In der Epik des 10. und 11. Jhd.s gibt es Heldenfreundschaften wie die von Roland und Olivier im Rolandslied.

In dem Lied geht es um den Kampf der Karolinger gegen die Sarazenen. Im 12. und 13. Jhd. gibt es ebenfalls viele Freundschaftsbeziehungen unter Helden. Dies sieht man z. B. bei Hartmann von Aue in den Artusromanen ‚Erec‘ und ‚Iwein‘. Aus dem 13. Jhd. stammt das Nibelungenlied, das wie die Artusromane auf viel ältere Vorlagen zurückgeht. Hier werden Freundschaften wie die von Siegfried und Gunther und Hagen und Rüdiger verherrlicht. Die Freundschaft wird in der Dichtkunst als ‚vriundschaft‘, ‚geselleschaft‘, ‚herzeliebe‘ und ‚minne‘ beschrieben. Im noch heidnischen (nicht-lateinischen) Nordeuropa bestimmten Heldensagen wie die isländische Njáls saga aus dem 13. Jhd. das Denken. Hier entwickelt sich zwischen befreundeten Familien eine Fehde, die dazu führt, dass das Haus von Njáll gebrandschatzt wird.

IN DER NEUZEIT

Renaissance/Humanismus

In der frühen Neuzeit trat mit dem Rückbezug auf die Antike auch eine Rückbesinnung auf analytische Betrachtung und Individualität ein. Der Jurist und Philosoph Michel de Montaigne (1533 - 1592) setzte sich mit dem Thema Freundschaft auseinander. In seinem Essay ‚Über die Freundschaft‘ (De l’Amitié) betrachtet er sie stark aus der privaten Perspektive. Frauen hält Montaigne nicht für freundschaftsfähig. Eine Ausnahme bilde die Beziehung eines Mannes zu einer Frau, wenn diese über hohe geistige Fähigkeiten verfüge. Dann sei die Freundschaft besonders stark, weil sie Geist, Seele und Körper umfasse. Auch beim Dichter der Früh-Renaissance Giovanni Boccaccio (1313 -1375) wird das Thema Freundschaft in II Decamerone verarbeitet. Bei William Shakespeare (1564 - 1616) tritt das Thema in ‚Der Kaufmann von Venedig‘ und im ‚Hamlet‘ auf.

» *Frauen sind nicht freundschaftsfähig.* «
Montaigne

Barock

Das Barock war eine Zeit des Widerspruches zwischen Lebensgier und Todesbängen, zwischen aufstrebendem Bürgertum und höfischer Kultur, zwischen frühem Rationalismus und Religiosität. In vielen europäischen Ländern entwickelten sich absolutistische Herrschaften, in Deutschland tobte der Dreißigjährige Krieg. Die Literatur war ebenso wie die Zeit voller Gegensätzlichkeiten. Sie ist u. a. stark geprägt durch das Vanitas-Motiv (leerer Schein, Eitelkeit und Vergänglichkeit). Diese Vanitas beherrscht auch die zwischenmenschlichen Beziehungen, mithin auch

die Freundschaft. In der französischen Literatur entwirft der Schriftsteller Jean de la Fontaine (1621 - 1695) in seiner Fabel „Die zwei Freunde“ (Les Deux Amis) das Bild einer gelungenen Freundschaft.

Aufklärung

Im Zeitalter der Aufklärung wurden traditionelle Werte und Dogmen hinterfragt. Trotz Emanzipation der Nationalsprachen stand die Antike immer noch hoch im Kurs. Auf der persönlichen Ebene erfolgte ein Trend zur Individualisierung, die Bande über Familie, Staat und Kirche wurden schwächer. Der Mensch sollte sich selber fortbilden und aus seiner geistigen und politischen Abhängigkeit befreien. Es gab aber auch sehr machtorientierte und enthemmende Formen von Aufklärung. Dazu gehört der Aufklärer Donatien Alphonse Francois de Sade (1740 - 1814, „Marquis de Sade“), der in seinen literarisch-philosophischen Werken dazu aufrief, den Zusammenbruch der katholischen Moral zu nutzen und rücksichtslosen Ausschweifungen nachzugehen. Diese Zwiespältigkeit der Aufklärung beeinflusste auch die Freundschaftsvorstellungen. Die Verarbeitung der Freundschaft findet man auch in der deutschen Dichtkunst. **Friedrich Schiller (1759 - 1805)** beschreibt in der Ballade „Die Bürgschaft“ die Freundschaft von Damon und Phintias aus dem antiken Syrakus.

Romantik/19. Jahrhundert

Die Individualisierungsschübe der Aufklärungszeit haben für neue Unsicherheiten gesorgt. Folgerichtig beschäftigte sich die Romantik damit, traditionelle Bindungen wiederherzustellen. Sie verherrlichte das Mittelalter und interessierte sich für das Unheimliche und Mythische. Die menschliche Psyche wurde erforscht. Freundschaften wurden z. B. in sprachlich hochstehenden Briefwechseln deutlich, so der zwischen Clemens Brentano und Achim von Arnim und der zwischen Bettina Brentano und Karoline von Günderode. Sie wurden aber auch in den Märchen der Gebrüder Grimm ein Thema. Mit dem Durchsetzen der Industrialisierung und ökonomischen Rationalisierung in immer mehr Ländern Europas konnten sich im späten 19. Jhd. die romantischen Ideale nicht mehr halten. Eine bleibende Wirkung sollten aber Studentenverbindungen haben, die im 19. Jhd. konzipiert und später weitergeführt wurden.

20. Jahrhundert

Das 20. Jhd. ist ideengeschichtlich schwer unter einen Hut zu bringen. Kulturell werden immer wieder Traditionen

gepflegt und aufgelöst. Im Krieg wird Freundschaft als Kameradschaft verklärt. Gegen diese Tendenzen, sich und damit die persönlichen Bindungen unter ein vermeintlich großes Ganzes unterzuordnen, gab es auch Widerstand: z. B. den Dadaismus. In der Zwischenkriegszeit kam es zumindest in den Großstädten zu allgemein lockeren Sitten. Die Freundschaft wurde volatiler (flüchtiger, wechselhafter). Auf dem Land lösten sich traditionelle Bindungen langsamer auf. Im Zweiten Weltkrieg wurden dann persönliche Bindungen wieder unter das gemeinsame Kriegsziel gestellt. Danach kam es im westlichen Kulturbereich wieder zu Liberalisierungen. In den an sich konservativen USA der 50er-Jahre nagten der Rock 'n Roll und einige Filme Hollywoods (z. B. Giganten, 1956) an den überkommenen Werten. In der Sowjetunion und anderen sozialistischen Staaten wurde der Begriff Freundschaft unter die Solidarität subsumiert,





den Zusammenhalt aller (unterdrückten) Menschen. „Freundschaft“ ist auch ein seit ca. 1900 bestehender Gruß der Sozialisten (in der SU „Druschba“). Von den Protestbewegungen der 60er-Jahre gingen dann weitere Reformschübe aus. Gleichzeitig suchte man einen eigenen Lebensstil. Der Historiker Theodore Roszak (1933 - 2011) sprach von einer Gegenkultur. Diese Gegenkultur versuchte, traditionelle Sozialbeziehungen wie die bürgerliche Familie zu schwächen oder aufzulösen und idealisierte das Leben in Kommunen. Die Idee, die Menschen zu befreien war nicht nur allgemein oder auf bestimmte Klassen und Ethnien ausgerichtet, sondern es entwickelten sich auch Bewegungen zur Befreiung von Frauen oder sexuellen Minderheiten. Frauen galten interessanterweise bis lange in die Neuzeit als nicht freundschaftsfähig. Man muss aber sagen, dass - anders als oft in den Medien berichtet - nicht alle Jugendlichen damals revolutionär gesinnt waren und die, die es waren, oft schnell wieder verbürgerlichten. So blieben ihnen zur Pflege sozialer Beziehungen wieder bürgerliche Institutionen wie Familie, Arbeitskollegen oder das Vereinswesen.

Moderne Sozialwissenschaften: Soziologie und Psychologie

Der Soziologe Ferdinand Tönnies (1855 - 1936) sieht Freundschaft unter dem Aspekt der Gleichheit: Freundschaft ist, am ehesten gegeben durch Gleichheit oder Ähnlichkeit des Berufes oder der Kunst“. Freundschaft

könne gewählt oder zufällig entstanden sein. Georg Simmel (1858 - 1918) beschreibt die Freundschaft in seinem Werk „Soziologie“ (1908). Sie beginne mit dem Kennenlernen zweier Menschen, die dann unterschiedlich weit in die Sphäre des anderen vordringen könnten. Ein Sonderfall sei die Ehe: War sie früher noch ein Handel, so ist sie in der Moderne (auch) eine Liebesbeziehung, also von einem freundschaftlichen Element gekennzeichnet. Karl-Heinz Hillmann (1938 - 2007) beschreibt die Freundschaft im Wörterbuch der Soziologie als „soziologisch schillernden Begriff für eine besonders persönlich gefärbte Form direkter sozialer Beziehungen, die freiwillig und auf längere, nicht fixierte Dauer eingegangen wird.“ In der Psychologie wird Freundschaft auf individueller Ebene untersucht. Der Mensch sucht von Natur aus die Gemeinschaft anderer Menschen. Der Kontakt zu anderen Menschen ist für ihn wichtig, um Hirnprozesse zu aktivieren und nicht sensorisch, emotional und kognitiv zu verkümmern. In der analytischen Sozialpsychologie hat sich Erich Fromm (1900 - 1980) mit freundschaftlichen Beziehungen befasst. In „Die Kunst des Liebens“ ist Liebe für Fromm nicht nur ein schönes Gefühl, sondern erfordert Wissen und aktives Bemühen.

Auswirkungen der modernen Technik - Freundschaft 2.0

Wir haben oben mehrere kulturelle Phasen untersucht und von der Industrialisierung des 19. und 20. Jhd.s

gesprochen. Aber wie wirkt sich die Technik aus? Stichworte sind: Freundschaft auf Distanz und Fernbeziehungen. Die technische Mobilität verringert die „subjektiven Distanzen“ zwischen den Menschen. Für eine Freundschaft auf Distanz stand dem Menschen lange Zeit nur der Brief zur Verfügung. Das änderte sich im 19. Jhd. durch die Telegraphie. Ein weiterer Schritt war die Telephonie. Jetzt konnte man mit weit entfernten Freunden persönlicher kommunizieren und auf die Aussagen des Gegenübers schneller reagieren. Eine weitere Innovation war der Funkverkehr, der v. a. von Heinrich Hertz (1857 - 1894) entwickelt wurde. Hier dauerte es lange bis zur Privatnutzung. Offen zugänglichen Funk ohne Prüfung (Jedermannfunk) gab es erst nach dem Zweiten Weltkrieg. Man denke an den CB-Funk (Citizen Band).

Die nächste große Lageveränderung kam mit dem Internet (1993). Mit der Jahrtausendwende wurde die Internetkommunikation schneller und komplexer und weitete sich auf mobile Geräte aus. Für das Pflegen sozialer Beziehungen wurde Social Media zum Schlagwort. Darunter versteht man digitale Medien wie z. B. Facebook (2004) & Co., die es Nutzern ermöglichen, sich durch die Interaktion von Texten, Bildern und sonstigen Dateien zu vernetzen. Bei den Videos setzte sich Youtube (2005) durch. Neben diesen Großen etablierten sich starke Kleine wie Twitter oder die Bilder-Plattform Instagram. Mit Freundschaften im herkömmlichen Sinne hat das allerdings nichts zu tun.

Neue Einsamkeit?

Inzwischen sind die Veränderungen in modernen Gesellschaften weltweit so radikal, dass die Frage aufgeworfen wird, ob dadurch nicht neue Formen von Einsamkeit produziert werden. Einsamkeit als Phänomen gab es auch schon früher. Moderne Isolation kommt aber vor allem dadurch zustande, dass einerseits traditionelle Bindungen wie Großfamilie, Dorfgemeinschaft, Kirche usw. schwächer werden und gleichzeitig moderne Bindungen wie Social Media zwar ständig kommunikative Reize bieten, jedoch nur wenige stabile Face-to-face-Beziehungen (Freundschaften). Inzwischen liegen mehrere Studien zu dem Thema vor und die Politik beginnt allmählich zu handeln. In Großbritannien

DER PARITÄTISCHE Pflege- und Sozialdienste



Essen auf Rädern
0800 4050200



Hilfe im Haushalt
07131 64939-16



Ambulante Pflege
07131 64939-16



Tagespflege
07131 60759

 **DER PARITÄTISCHE**
Pflege- und Sozialdienste GmbH Heilbronn
www.paritaet-hn.de

Happelstraße 17a
74074 Heilbronn
07131 64939-0

übernahm 2018 deshalb die Staatssekretärin für Sport und Ziviles, Tracey Crouch, zusätzlich das neu geschaffene Ressort Einsamkeit. Es wird interessant werden zu beobachten, ob Werte wie Freundschaft und Menschlichkeit in unserer oberflächlichen „Ellbogen-Gesellschaft“ überleben. Klatschen oder Balkongesänge in Corona-Zeiten reichen dafür sicher nicht aus.

Vielleicht sollten auch wir darüber nachdenken, welche politischen Ressorts wir für ein funktionierendes Sozialgefüge in Zukunft schaffen müssen.

»Axel Hausmann

Quellen: wikipedia.de // Meyers Großes Konversations-Lexikon; Band 7; Leipzig/Wien 1907, Bibliographisches Institut // Aristoteles: Nikomachische Ethik; hg. von Rainer Nickel, übersetzt von Olof Gigon; Düsseldorf 2001, Artemis & Winkler // Hartfiel, Günter/Karl-Heinz Hillmann: Wörterbuch der Soziologie; Stuttgart 1982, Alfred Kröner // Epp, Verena: Amicitia. Zur Geschichte personaler, sozialer, politischer und geistlicher Beziehungen im frühen Mittelalter; Stuttgart 1999, Anton Hiersemann // Fromm, Erich: Die Kunst des Liebens; Frankfurt/Main 2003; Ullstein TB // Jünger, Ernst: Sämtliche Werke in 22 Bänden; Stuttgart 2018, Klett-Cotta // Kurth, Alexandra: Männer - Bünde - Rituale. Studverb. seit 1800; Frankfurt/Main 2004, Campus // Noack, Paul: Ernst Jünger. Eine Biographie; Berlin 1998, Alexander Fest // Roszak, Theodore: Gegenkultur (...); Düsseldorf u. a. 1971, Econ // Platon: Lysis; übersetzt in Otto Apelt; Platon. Sämtliche Dialoge 3; Hamburg 2004, Felix Meiner

EIN STÜCK LEBENSQUALITÄT **FREUNDSCHAFT**

Warum wir sie unbedingt schützen und pflegen sollten



Eine Freundin von mir ist mit vielen Geschwistern groß geworden. Da war die Zeit der Eltern für den Einzelnen knapp. Jetzt ist das wertvollste Geschenk, das man ihr machen kann, wenn man ihr Zeit schenkt. Ein nachvollziehbarer Wunsch, nicht wahr?

Und ich könnte mir vorstellen, dass es Ihnen, sogar wenn Sie ein Einzelkind sind, genauso viel bedeutet, wenn mit Ihnen jemand seine wertvolle Lebenszeit teilt. Denn Beziehungen zu anderen Menschen sind für uns überlebensnotwendig. Wir sind nicht darauf angelegt alleine durch die Welt zu gehen. Wenn wir einmal darauf achten, dann sind es in der Regel Beziehungen, die uns gedanklich und emotional beschäftigen. Das merken wir zum Beispiel besonders, wenn wir frisch verliebt sind, oder uns gerade in einer Krise mit dem Partner befinden. Dann dreht sich unsere Welt fast ausschließlich um ihn oder sie. Umgekehrt kann es uns in ein tiefes Loch stürzen und sogar krank machen, wenn wir über einen längeren Zeitraum einsam sind. Ich werde den Fokus in diesem Beitrag auf die analoge Freundschaft legen. Denn nicht jeder hat, möchte oder braucht einen Partner/in. In einem Vers aus dem Buch der Sprüche in der Bibel heißt es treffend: „Ein Freund handelt immer liebevoll, bist du in Schwierigkeiten, steht er dir bei wie ein Bruder.“ Im Kapitel 18 Vers 24 gibt es sogar noch eine Steigerung: „Viele sogenannte Freunde schaden einem nur, doch mitunter gibt es einen Freund, der dir nähersteht als ein Bruder.“

Es kommt nicht darauf an, wie viele Freunde man hat, sondern auf die Qualität der Beziehung.

Freundschaft wird oft idealisiert wie die Liebe.

Es gibt natürlich falsche Freunde, die sich unter Umständen nur an uns halten, weil sie sich davon einen Nutzen versprechen oder an unserem Geld interessiert sind. Aber es kann sie tatsächlich geben. Die wahre Freundschaft. Menschen, die liebevolle, verlässliche Beziehungen zu

anderen Menschen haben, in denen sie Wertschätzung erfahren und sich öffnen dürfen, sich auch mal fallen lassen können und gehalten werden, sind in der Regel weniger anfällig für Krankheiten, glücklicher und haben eine höhere Lebenserwartung. Eine gesunde Beziehung lebt natürlich vom Geben und Nehmen. Es kommt nicht darauf an, wie viele Freunde man hat, sondern auf die Qualität der Beziehung.

» Immer die Wahrheit sagen bringt einem wahrscheinlich nicht viele Freunde, aber dafür die richtigen.«

John Lennon

Echte Freundschaft basiert auf absolutem Vertrauen, man spürt eine Art Seelenverwandtschaft und kann sich darauf verlassen, in Zeiten der Not Hilfe zu erfahren. Sie haben aufrichtiges Interesse am anderen, akzeptieren ihn so wie er ist und tragen neidlos dazu bei, das Potenzial im anderen zu entdecken und zu entfalten. Dazu gehört auch, dem anderen manchmal einen Spiegel vorzuhalten und ihm ehrliche Rückmeldung zu geben. Echte Freundschaft ist nicht „Mittel zum Zweck“.

Wie können wir wahre Freundschaft bekommen?

Nun, es ist manchmal genauso schwer eine solch intensive Beziehung zu finden, wie einen Partner/in. Aber absolut nicht unmöglich, wenn auf beiden Seiten das Interesse besteht, tiefer und verbindlicher zu werden, als nur ab und zu zusammen Sport zu machen und Spaß zu haben. Dann gibt es Bereiche in unserem Leben, die da sind, die wir aber versuchen zu verstecken, weil sie uns peinlich sind. Weil sie schmerzen und vielleicht ein schlechtes Licht auf uns werfen würden, wenn sie jemand entdeckt. Jeder hat solche Bereiche. C. G. Jung nennt sie die Schatten. Wir versuchen um jeden Preis, diese Verhaltensweisen an uns zu verbergen. Wenn wir aber einmal



den Mut hätten diese Tür in unserem Innern nicht mehr komplett krampfhaft verschlossen zu halten, würde sich ein potentieller Freund sicherlich verstanden fühlen, weil es ihm mit seinem Schatten ja genauso geht. Das kann beide näher zusammen führen. Denn jeder merkt, er muss sich nicht mehr verstellen. Wir können auch dann eine wirklich gelingende Freundschaft führen, wenn wir uns selbst ein guter Freund sind. Dann brauchen wir den anderen nicht mehr zu unserer eigenen Vervollkommnung, sondern beginnen zu verstehen, dass wir so sein dürfen wie wir sind. Dazu gehört das Annehmen seiner selbst und das Hinschauen, wer man denn selbst überhaupt ist und welche Bedürfnisse in einem stecken.

Vielleicht habe ich Ihnen bis hierhin nicht viel Neues erzählt. Aber eine Frage finde ich dennoch sehr spannend: Wenn Freundschaft ein so hohes Gut ist, warum behandeln wir sie dann meistens so achtlos? Priorisieren wir sie doch lieber wieder höher in unserem Alltag. Auch die Freundschaft zu uns selbst muss gepflegt werden. Hören wir noch ab und zu in uns hinein und fragen uns, was wir gerade wirklich brauchen?

Und sind wir anderen denn ein guter Freund? Fragen wir die, die uns nahe stehen, wie es ihnen geht und sind dann ganz bei ihnen, wenn sie sich uns öffnen? In unserem vollen Alltag wird an uns gezerrt und es werden unendlich viele Erwartungen an uns gestellt. Wir haben die verschiedensten Rollen zu erfüllen.

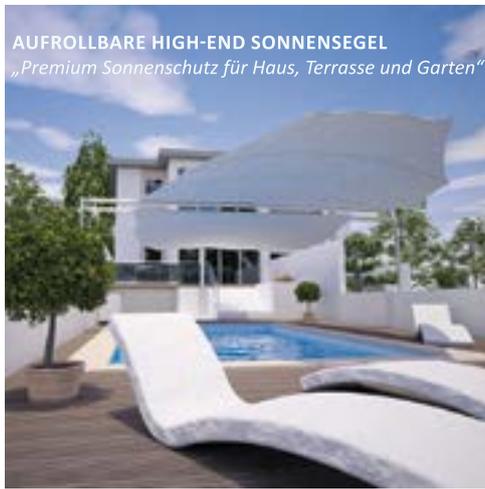
Bei einem echten Freund, darf man ankommen und im besten Fall kommen Sie dann auch bei sich selbst an und finden sich bei ihm wieder.

»Doreen Käßner

Quelle: Andreas Salcher, Ich bin für dich da - Die Kunst der Freundschaft, ecowin Verlag



AUFROLLBARE SONNENSEGEL
„Großflächige Beschattung“



AUFROLLBARE HIGH-END SONNENSEGEL
„Premium Sonnenschutz für Haus, Terrasse und Garten“



AUFROLLBARE TWISTER-SEGEL
„Für das kleine Budget“



TERRASSENFALTDÄCHER
„Der Allwetter-Allrounder“



SOLONA
Sonnenschutz

**Planen Sie Ihren
Schattenplatz
mit uns.**

Sonnenschutz | Regenschutz | Sichtschutz

www.solona-sonnenschutz.de



FREISTEHENDE FALT- UND ROLLMARKISEN
„Unser Design-Highlight“



FREISTEHENDE RAFFSEGEL
„Ich hol mir die Côte d'Azur“



AUFROLLBARE MARKISEN
„Zeitlose Klassiker neu interpretiert“



GROSSCHIRME
„Die Lösung für alles“

PLANEN SIE IHREN SCHATTENPLATZ MIT UNS.

IHR SCHATTENPARADIES AUS DER REGION HEILBRONN.

Als eingetragene Marke der Firma hms design solutions gmbh ist SOLONA Sonnenschutz Ihr Spezialist für optisch überzeugende, UV-stabile Beschattungslösungen, umgesetzt nach Ihren individuellen Wünschen und Bedürfnissen. Die Sonnenschutzlösungen dienen dabei nicht nur als Schutz vor direkter Sonneneinstrahlung und Hitze – auch Regen, Wind und unerwünschten Blicken gebieten die witterungsbeständigen, robusten Textilien und Anlagen zuverlässig Einhalt.

Ihr Team von SOLONA Sonnenschutz

Zertifizierter Fachhändler für SOLIDAY®, LEINER®, FIM®, SHADEONE®, C4SUN®, BAHAMA® & ERWILO®

hms design solutions gmbh

Salzstraße 190 | D-74076 Heilbronn
Fon +49 (0) 7131 98255-333
info@solona-sonnenschutz.de
www.solona-sonnenschutz.de

facebook solonasonnenschutz
instagram solona_sonnenschutz

NICHT WARTEN SONDERN STARTEN

Ein Beitrag über Persönlichkeitswachstum und
das Leben nach den eigenen Möglichkeiten



Sind Sie heute Morgen aufgestanden und hätten sich beim Blick in Ihren Terminkalender am liebsten wieder unter die Decke verkrochen? Oder hat der Streit mit Ihrem Partner darum, dass er am Wochenende eine Radtour unternehmen möchte, Sie aber lieber gemütlich zu Hause bleiben wollten, Ihnen die Laune verdorben? Haben Sie den Eindruck, noch nicht das Maximum aus sich herausgeholt zu haben? Drehen Sie sich im Kreis oder nagt an Ihnen irgendwie das unangenehme Gefühl ständig zurückstecken zu müssen und sind Sie unzufrieden mit Ihrer Lebenssituation? Dann lesen Sie gerne weiter.

Kommen Sie mit auf die Reise

Denn ich möchte heute etwas in Ihnen wecken, um sich auf eine Reise persönlichen Wachstums zu begeben, die nicht nur den Horizont erweitert, sondern auch zu mehr Selbstzufriedenheit und Einflussnahme aller Lebensbereiche führen kann. Ja viel mehr noch! Durch Persönlichkeitswachstum können wir einen Unterschied machen in dieser Welt. Weil wir gelernt haben unsere einmalige Zusammensetzung von Fähigkeiten, Begabungen, Talenten, Stärken, unserer Zeit, unserem Verstand sowie Neigungen und das, was uns Freude macht und wovon wir Träumen, gewinnbringend und optimal einzusetzen. Das kann sowohl das berufliche Umfeld betreffen, wie auch das Private und unsere Gesellschaft.

Wenn Sie einmal auf Ihr Leben zurückblicken werden, möchten Sie bestimmt sagen können, dass Sie positive Spuren in Menschen, oder hier auf der Erde hinterlassen konnten. Vielleicht denken Sie jetzt, dass Sie das schon tun. Oh ja, das denke ich auch! Aber ich glaube, dass Sie sogar Dinge erreichen können, die Sie jetzt noch nicht für möglich halten. Doch Wachstum geschieht nicht, ohne dass wir aktiv und gezielt etwas dafür tun. Potential muss gefördert werden. Sonst bleiben wir stehen oder treten auf der Stelle. Und dann wird man sehr schnell unzufrieden. Wenn wir unsere Persönlichkeit entfalten, werden Sie sich in Ihrem Inneren verändern und nicht die Umstände, an denen meistens leider nichts zu rütteln ist. Sie können beispielsweise lernen, sich mehr zu achten. So führen Sie Schritt für Schritt ein Leben mit mehr Selbstliebe und sind dann nicht mehr abhängig vom Wohlwollen anderer. Im Gegenteil, Sie werden beginnen Ihren Mitmenschen selbstlose Aufmerksamkeit und aufrichtige Wertschätzung entgegen zu bringen. Beziehungen werden gesund.

Ziele in der Wachstumszeit

Den Selbstwert zu stärken, könnte also ein Ziel in Ihrer Wachstumszeit sein. Oder Sie sind vielleicht ein begeisterter Sportler und fangen an für eine Meisterschaft zu trainieren. Wenn Sie dann noch gerne mit Menschen arbeiten, aber das in Ihrem Bürojob zu kurz kommt, könnten Sie sich auch zum Sporttrainer in einem Verein ausbilden lassen. Machen Sie sich ein Konzept, wie Sie wachsen wollen und in welchem Bereich. Erklären Sie sich bereit, jeden Tag etwas mit Plan für Ihr Wachstum zu tun. So werden Sie Erfolge haben und weiterkommen.

Earl Nightingale, ein Autor und Moderator sagte einmal: „Wenn sich eine Person fünf Jahre lang täglich eine Stunde demselben Thema widmet, wird sie ein Experte auf dem Gebiet.“

Trauen Sie sich zu, Ihr Wissen und Können gewinnbringend einzusetzen. Haben Sie den Mut auch Fehler zu machen und betrachten Sie diese als Teil des Lernens. Ihre Begabungen werden mit gezielter Hingabe größer. Ich denke, dass Sie mit der richtigen Balance auch nicht ausbrennen werden, denn schließlich machen Sie ja etwas, das ganz Ihrem Naturell entspricht. Sie werden der Welt jeden Tag etwas mehr geben können. Dann haben Sie morgens wieder einen Grund aufzustehen.

Chancen entdecken anstatt zu warten

Einen Irrtum möchte ich hier auch nicht unerwähnt lassen, der das Entfalten des eigenen Potenzials oft verhindert. Und das ist das Warten auf den oder die „Richtige/n“. „Wenn ich meinen Traummann/meine Traumfrau erst einmal gefunden habe, dann...!“ Das geht schon bei sonnigem Wetter los: „Wenn ich nur einen Partner/in hätte, würde ich jetzt einen schönen Spaziergang machen und dann ein Eis essen“. Dahinter könnte stecken, dass man sich minderwertig fühlt, wenn man sonntags die Pärchen auf den Parkbänken turteln sieht. Das ist absolut verständlich und es kostet am Anfang Mut, etwas alleine zu beginnen. Aber wie schade ist es, erst auf den perfekten Partner zu warten und nicht jetzt schon das Leben auszukosten und die Chancen, etwas daraus zu machen, darin zu entdecken. Das Fokussieren auf eine Partnerschaft und dass diese Ihnen Erfüllung schenken muss, was



sie gar nicht kann, ist eine heikle Sache und belastet nicht selten auch eine Beziehung. Hören wir lieber in uns hinein und übernehmen wieder Verantwortung für uns selbst. Wenn wir dann von einem Partner etwas bekommen, das uns erfreut, wie ein Lob oder Ermutigung, betrachten wir es als Geschenk.

Zurück zum Wachstum

Unsere Einstellung ist entscheidend. Es ist möglich mit einer schlechten Einstellung Erfolg zu haben, aber viel häufiger ist es der Fall, dass die Einstellung der Knackpunkt ist. Wenn Sie bei Ihrem Prozess an einen Punkt kommen der schwierig ist, dann denken Sie an Ihr Ziel, die Möglichkeiten und Tatsachen. Gefühle sind ernst zu nehmen, aber dahinter stecken Gedanken, die wir sehr wahrscheinlich durch unsere Einstellung korrigieren sollten. Dann regulieren sich auch schnell wieder unsere negativen Gefühle. Erfolg ist jedoch nicht gleichzusetzen mit harter Arbeit. Sonst wären ja Menschen, denen es nicht möglich ist zu arbeiten, erfolglos.

» Treffen Sie die richtigen Entscheidungen und setzen Sie diese täglich um.«

John C. Maxwell

Bleiben wir bei dem Beispiel mit dem Trainieren für eine sportliche Meisterschaft. Das könnte so aussehen, dass Sie die Entscheidung treffen, täglich dreißig Minuten zu joggen und einen Ernährungsplan aufzustellen. Sie werden sicherlich schauen, dass Sie sich daran halten.

Auch kleine Erfolge genießen

Es begeistert mich, dass in jedem Menschen die Möglichkeit steckt, etwas aus sich und seinem Leben zu machen. Und wenn es nur im Kleinen ist oder beginnt. Ich versuche jeden Tag gezielt an meinem Wachstum zu arbeiten in dem ich Bücher zu meinem Thema lese und den Inhalt versuche umzusetzen. Es ist ein spannender Weg, der ein Leben lang geht, den ich aber im Augenblick lebe und indem ich auch die kleinen Erfolge zu würdigen und zu genießen weiß.

»Doreen Küßner

Quellen: Irene Goldmann, Liebe dich selbst, sonst liebt dich keiner - Ein neues Selbstwertgefühl für Frauen, Verlag Via Nova // John C. Maxwell, Das Heute zählt - Zwölf tägliche Gewohnheiten - die Garantie für den Erfolg von morgen, entfalt media

foerch.de

Regional verwurzelt, international erfolgreich.

Ihr starker Partner in Handwerk und Industrie.

Beste Perspektiven Karriere bei FÖRCH

Spannende Jobs am Stammsitz in Neuenstadt-Kochertürn sowie im Außendienst zu besetzen.

foerch.de/karriere



FÖRCH

FÖRCH

FÖRCH

FÖRCH

FÖRCH[®]

NATUR PHÄNOMENE

Eine Reise rund um den Globus - Teil 2

Wie versprochen möchte ich Sie auch im 2. Teil meiner gedanklichen Reise zu weiteren eindrucksvollen und spannenden Zielen führen.

INSELPARADIESE

Seychellen

Die 84 Seychellen-Inseln liegen im Indischen Ozean und sind von der Natur reich belohnt. Größtenteils sind sie vulkanischen Ursprungs und haben niedrige Korallenriffe. Nur hier kommt die Seychellen-Nusspalme vor. Sie wird von der Würgefeige bedrängt. Sehr beeindruckend die Seychellennuss mit 20 kg schweren Samen. Man nennt sie Coco de Mer (Meereskokosnuss). Sie kommt nur hier vor. Die Seychellen wurden Anfang des 16. Jahrhunderts durch portugiesische Seefahrer entdeckt und ca. 140 Jahre später von Frankreich in Besitz genommen. Das tropische Wachstum machte großen Einfluss auf die Kolonialherren.

Galapagos-Archipel

Schroffe Lavafelsen trotzen dem tosenden Meer. Die idyllische Tierwelt wurde von den Entdeckern gestört. Faszinierende Tierwelten sind heute vom Aussterben bedroht. Vier der etwa 30 Inseln sind von Menschen bewohnt. Die Beobachtungen, die Charles Darwin 1835 auf den Galapagos-Inseln machte, beeinflussten die Evolutionstheorie und die Denkweise der Naturwissenschaft revolutionär.



Schon gewusst?

Madagaskar ist die viertgrößte Insel der Erde

Madagaskar

Gleich einem verlorenen Puzzleteil liegt die viertgrößte Insel der Erde vor der ostafrikanischen Küste, mit der sie einst verbunden war. Stetig treibt sie nach Nordosten. Im Gegensatz zum Westen mit seinen offenen, lichten Trockenwäldern wird der Osten der Insel von feuchten Regenwäldern durchdrungen. Auf den Ebenen des zentralen Hochlands findet man nur trockene Savannen oder Dornenwüsten. Den Affenbrotbaum nennen die Madegassen „Mutter der Wälder“. Auch fleischfressende Kannenpflanzen wachsen in den Wäldern und Sümpfen Madagaskars.

LEBENSFEINDLICHE WÜSTENWELT

Namib - Küstenwüste

Sie ist eine der ältesten Wüsten der Erde. Mit einer Länge von 1.500 km erscheint sie als schmales Band an der afrikanischen Südwestküste und zieht sich durch die beiden Staaten Namibia und Südafrika. In der südlichen Namib liegen die größten Diamantvorkommen der Welt. Trotz der spärlichen Pflanzendecke besitzt sie eine reiche Tierwelt. Die Nährstoffe werden vom Ostwind herbeigeweht. Auch kondensieren Insekten den feinen Nebel. Lebensraum der Echsen befindet sich im heißen Wüstensand.

Sahara

Mit 9 Mio. Quadratkilometer ist sie die größte Wüste der Erde. Sie reicht vom Atlantik im Westen zum Roten Meer im Osten. Durch den trockenen Nordostpassat herrscht ein trockenheißes Klima. So nennt man sie eine Passatwüste mit bedrohlichen Staubstürmen. Die brutende Hitze des Tages hinterlässt nachts oft Frost. Die vielen Tiere und Pflanzen der Wüste schützen sich mit einem dichten Haarkleid vor Sonne und Kälte. So auch die nomadischen Hirtenvölker wie die Tuareg mit ihrem typischen Gewand. Sie haben als Hilfe die einhöckerigen Kamele, die schwere Lasten durch die Hitze tragen können.



Atacama ist die
trockenste Wüste
der Erde

Atacama - die Küste des Todes

An der Chilenischen Küste nördlich von Antofagasta, am Rande des Pazifiks, liegt die Atacama, die trockenste Wüste der Erde. Sie gilt als äußerst lebensfeindlich mit Steinen, Sand und Salz. Eine Todeswüste ohne Pflanzen und Leben, so zeigt sie sich. Doch im Meer hingegen gibt es Leben in ungeahnter Fülle. Seetang schwingt sich im Rhythmus der Wellen. Die Sonne ist hier der Energiespender für das Unterwasserleben. Riesige Fischarten, Muscheln, Seeschnecken und andere Meerestiere bieten Raubtieren, Vögeln und Robben reiche Nahrung. Die belebten Felsen sind Kontrast zur Wüste. Guana-Vogelkot (Salpeter) ist begehrt für Schießpulver und als Düngemittel.

VULKANE UND GEYSIRE

Yellowstone-Nationalpark

Tausende von Touristen können jährlich gefahrlos den Nationalpark besuchen. Die Landschaft wurde von Wäldern, Flüssen und reicher Tierwelt geprägt. Auch heiße Quellen sind von Lebewesen besiedelt. Der berühmteste Geysir ist Old Faithful, der seit ca. 100 Jahren fast stündlich einen heißen Wasserstrahl emporschleudert. Als ein Paradies, dem auch Hölle beigemischt wurde, zeigt sich der größte Nationalpark der Vereinigten Staaten. Nur das Zischen und Blubbern der Geysire warnt vor den Kräften, die tief im Innern der Erde lauern. Die giftgelben Schwefelablagerungen gaben ihm seinen Namen.

Island

Die größte aller Vulkaninseln entstand vor rund 60 Millionen Jahren auf der Bruchlinie, welche die amerikanische von der eurasischen Kontinentalplatte trennt. Feuer und Eis prägen das Gesicht der größten aller Vulkaninseln. Von der unruhigen Vergangenheit Islands zeugen weit über 100 Vulkane und ca. 250 Thermalquellen und Geysire. Feuer und Wasser sind weiterhin aktiv und zählen zu den Gebieten Europas, die am dünnsten besiedelt sind.

Hawaii

Fernab von heute tätigen Vulkanen hat sich auf vielen Hawaii-Inseln eine üppige Tropenvegetation entwickelt. Der nur 1.300 m hohe Kilauea ist der kleinste aktive Vulkan im Süden der Hauptinsel Hawaii. Seit 1952 wurde am Kilauea jährlich ein Ausbruch verzeichnet. Der auf der Hauptinsel Hawaii liegende, schneebedeckte, erloschene Mauna Kea ist mit 4.205 m der höchste Vulkan des Archipels. Zählt man seine unter dem Meeresspiegel liegende Basis mit 9.600 m hinzu, ist er auch der höchste Berg der Erde.

Beeindruckt von der Vielfalt und Kraft der Natur erkenne ich schon nach diesen wenigen Beispielen mehr denn je den wahren Stellenwert, ich möchte fast sagen die Bedeutungslosigkeit der Menschheit im Vergleich zur Natur

»Ernst Heger

Quelle: Vera Bauer, Wunderbare Erde, Bechtermünz Verlag





Viel heiße Luft

DIE ERFOLGSGESCHICHTE DER HAARTROCKNER

Fast jeder hat einen im Badezimmer und benutzt ihn mindestens einmal pro Woche, um sich zu stylen oder einfach die Feuchtigkeit aus den Haaren zu pusten. Doch woher kommt eigentlich diese Erfindung und wie funktioniert sie?

Deutschtum mit französischem Touch

Menschen haben schon immer versucht sich die Haare schnell und effektiv zu trocknen. Eine lange beliebte Variante war es, sich mit einem Bügeleisen die Haare zu trocknen und zu glätten. Allerdings waren diese sehr unhandlich und die Gefahr zu groß, dass die Haare abbrechen oder Verbrennungen entstehen. Den ersten elektrischen Haartrockner erfand der französische Frisörmeister Alexandre Godefroy, der einen Salon in Paris besaß. Er versäumte es allerdings wohl ein Patent anzumelden oder Geld mit seiner Erfindung zu verdienen. Deswegen erfand offiziell die deutsche Firma AEG 1899 den ersten Haartrockner, der zirka 2 Kilogramm schwer war und um die 90 Grad Celsius heiße Luft wirbelte. Man nannte sie ursprünglich

Heißluftdusche, da sie wie die heutigen Trockenhauben funktionierten. Auch war der Haartrockner ursprünglich zu medizinischen Zwecken benutzt worden, wie etwa für Rheumabehandlungen, um Säuglingspopos schnell zu trocknen oder Bettwäsche zu wärmen.

Markenname in der Umgangssprache

1909 ließ die Berliner Firma Sanitas ihren Haartrockner unter dem Namen „Fön“ bzw. „Foen“ als Bild- und Markenzeichen rechtlich schützen. AEG übernahm die Firma 1957 und besitzt seitdem das alleinige Recht, diese unter dem oben genannten Namen vermarkten zu dürfen. Übrigens leitet sich der Name vom Wetterphänomen Föhnwind ab. Dieser Begriff setzte sich auch in anderen Sprachen, wie etwa im Russischen,

Dänischen, Armenischen oder Italienischen durch. Seit 1996 besagt der Duden, dass sich „Fön“ auf die Marke und „Föhn“ umgangssprachlich auf alle Haartrockner bezieht.

Der Aufbau

Ein Haartrockner ist üblicherweise mit einem Gebläse aus Axialventilator und permanenterregtem Gleichstrommotor ausgestattet. Dieses Gebläse führt Luft über stromdurchflossene Heizdrähte, die sich dadurch erwärmen und dadurch Wasser aufnehmen und schließlich die Haare von Nässe befreien. Ältere Modelle waren dagegen mit Gebläse aus Radialventilatoren und Spaltnmotoren ausgestattet. Günstige Haartrockner sind nur mit einem Niederspannungsmotor ausgestattet, weswegen es keine Kaltluftschaltung gibt.

In den 50er Jahren entstand
die heute bekannte
pistolenförmige Variante

Durchbruch dank Bubikopf

War der Haartrockner ursprünglich eher im medizinischen Bereich üblich, so kam durch die Frisurenmode der 1920er Jahre, dem sogenannten Bubikopf, der Anfang der Erfolgsgeschichte im Frisörbereich. Gab es zuvor nur kasten- und stabförmige Haartrockner, entstand in den 1950er Jahren durch den Pariser Ingenieur Jean Mantelet – der für die französische Marke Moulinex arbeitete – die heute allseits bekannte pistolenförmige Variante auf den Markt, die viel handlicher war. Ebenfalls in diesem Jahrzehnt wechselte man von solchen aus Blech oder Keramik zu den Plastikhaartrocknern, die seitdem preiswertes Volksgut sind, was sich ebenfalls auf die Frisurenmode der damaligen Zeit auswirkte. In den 1970er Jahren kam dann ein weiterer Fortschritt der es ermöglichte, die Hitzestufung von 220 Volt auf 110 Volt umzustellen. Später kamen Ionisatoren dazu, die die statische Aufladung der Haare verhindern sollen, was jedoch kaum einen Effekt bringt. Heutzutage ist der Haartrockner nicht mehr wegzudenken. Es gibt sogar viele Apps oder Online-Videos, die Leute entspannen, Babys zum Schweigen bringen oder als Schlafmittel dienen sollen. Andere schwören darauf, dass solche Apps Tinnitus heilen, was jedoch wissenschaftlich unbelegt ist.

Die Sache mit dem Wasser

Allerdings gibt es auch viele Gefahren, die ein Haartrockner mit sich bringt. Durch seinen Aufbau ist er in Kontakt mit Feuchtigkeit lebensbedrohlich, weswegen es in Deutschland jährlich durchschnittlich 4 Todesfälle durch mit Wasser in Kontakt geratene Haartrockner gibt. Anders als im Fernsehen dargestellt läuft ein Haartrockner unter Wasser blitz- und knallgeräuschlos weiter und erzeugt keinen Kurzschluss. Sofern eine Badewanne mit einem FI-Schalter ausgestattet ist, schaltet er sich blitzschnell ab, weshalb dort eine kleine Überlebenschance besteht, da solche Schalter den Stromverlust über die Erdung erkennen. Viele Altbauten sind aber ohne solche Schalter ausgestattet, wodurch die Sicherung nicht herauspringt. Deswegen sollte man niemals einen laufenden Haartrockner aus dem Wasser ziehen. Eine sichere Alternative – die sich vor allem in Hotels oder Badeanstalten wiederfindet – sind Haartrockner mit sogenannten „Tot-Mann-Tasten“. Sie stoppen den Betrieb wenn die Einschalttaste nicht mehr gedrückt wird, was einem besseren Brandschutz dient. Diese Variante setzte sich aber wegen der Unhandlichkeit im häuslichen Gebrauch nicht durch. Außerdem schützen sie ebenfalls nicht vor durch Wasser verursachte Stromschläge.



Alles in Allem ist ein Leben ohne Haartrockner in unserer Gesellschaft kaum noch vorstellbar. Wir sollten trotzdem darauf achten, den Gebrauch nicht zu übertreiben, da sie wahre Stromfresser sind und bei übermäßigem Gebrauch Haut und Haar schädigen können.

» Julian D. Freyer

Quellen: Die Zeit, Ausg. 50/1998 // expertentesten.de // schulen-frauenfeld.ch // duden.de // esteticamagazine.de // de.wikipedia.org // wdr.de // baua.de // en.wiktionary.org

DAS MOOR

Nährboden für schaurige Geschichten und wichtig in Sachen Umweltschutz

Als Moore bezeichnet man Feuchtgebiete mit meist schwammigen und wässrigen Böden. In den Mooren werden pflanzliche Stoffe aufgrund von Sauerstoffmangel nicht vollständig abgebaut und zu Torf umgewandelt...

Eine eigentümliche Landschaft

Durch die Feuchtigkeit und Niederschläge bildet sich in Mooren häufig dichter Nebel. Es hatte auch zusätzlich einen düsteren Charakter, weil in den einst großen Moorflächen die Verstorbenen der dort lebenden Menschen bestattet wurden. Auch Verbrecher wurden nach ihrer Hinrichtung im Moor versenkt. Gerade deshalb war das Moor ein Ort der Geister, Wiedergänger und sonstigen Sagengestalten. Dies ist einer der Gründe, warum in früheren Zeiten die Menschen das Moor fürchteten. Auch in der Literatur ist und war das Moor aufgrund der dichten Nebelschwaden und der düsteren Einöde ein geeigneter Ort für Grusel- und Horrorgeschichten. In vielen Gruselfilmen bilden Feucht- und Mooregebiete den idealen Hintergrund.

Der Knabe im Moor

Auch in der Dichtung finden sich literarische Beispiele. Die Dichterin Annette von Droste-Hülshoff hat im 19. Jahrhundert in der Ballade „Der Knabe im Moor“ ebenfalls das Moor als einen unheimlichen Ort geschildert:

» O schaurig ist's über's Moor zu gehn,
Wenn es wimmelt vom Heiderauche,
Sich wie Phantome die Dünste drehn
Und die Ranke häkelt am Strauche... «

Moorgebiete in Deutschland

In Deutschland waren Moore sehr häufig aufzufinden, vor allem im Norddeutschen Tiefland gab es zum Teil sehr flächenmäßig ausgedehnte Moore. Auch heute sind in Deutschland noch größere Moore vorhanden. Beispielhaft soll in diesem Zusammenhang der Schwarzwald und der Bayerische Wald erwähnt werden. Auch in unserer näheren Umgebung befindet sich ein kleines Hochmoor. Es ist das Kupfermoor, das unweit von der Ortschaft Kupfer, einem Teilort der Gemeinde Untermünkheim und dem Schwäbisch Haller Stadtteil Gailenkirchen aufzufinden ist.

Meist werden Sümpfe und Moore in einem Atemzug genannt und verallgemeinert. Ihre Definition ist deshalb unscharf. Sümpfe und Moore sind aber nicht identisch. Ein Sumpf entsteht an Flüssen und wird durch dessen Gewässer feucht gehalten und kann bei längerer Trockenheit austrocknen, was ihn vom

Moor unterscheidet. Ein weiterer Unterschied ist der Torfboden des Moores.

Nieder- und Hochmoore

Moore sind sehr verschiedenartig. Man kann sie auch nach Nieder- und Hochmoore unterscheiden. Ein Niedermoor kommt im Gegensatz zum Hochmoor mit mineralischem Grundwasser in Berührung und entsteht durch die Verlandung von Seen und wasserhaltigen Senken. Auch Baumwuchs ist in Niedermoores aufzufinden im Gegensatz zum Hochmoor, das eine eher unwirtliche Gegend darstellt.

Das Moor ist ein idealer Rückzugsort für seltene Pflanzen und Tierarten

Das Hochmoor entstand durch hügelige Torfansammlung und hat eine Pflanzenwelt, die sich an den säurehaltigen Untergrund angepasst hat und dort überleben kann. Der häufigste Pflanzenbewuchs ist das Torfmoos. Diese Pflanze ist in der Lage hohe Wassermengen zu speichern und entzieht dem Wasser Mineralien und gibt Wasserstoff-Ionen ab. Diese Pflanze ist mitverantwortlich für die Versäuerung des Untergrundes. Durch Absterben verwandeln sich diese Gewächse zu Torf. Durch hohe Torfansammlung kann aus einem Niedermoor ein Zwischenmoor entstehen, auf dem sich Hochmoorpflanzen ansiedeln können. Zwischenmoore können sich wiederum zu Hochmooren entwickeln.

Das Moor ist auch ein idealer Rückzugsort für seltene Pflanzen und Tierarten die in unserer Landschaft verschwunden sind und sich in der Unberührtheit von intakten Mooren niedergelassen haben. Ein Beispiel neben dem schon erwähnten Torfmoos ist der insektenfressende „Sonnentau“. Auch Insekten sind im Moor aufzufinden, zum Beispiel der Wasserläufer. Vogelarten wie das Birkhuhn, der Brachvogel sowie Moorfrösche und Mooreidechsen haben hier ihr Zuhause, sowie auch verschiedenartige Schmetterlinge und Libellen. An Moorrändern sind unter anderem auch Schlangen wie die Ringelnatter und die Kreuzotter anzutreffen. Es sind nur einige Beispiele der reichhaltigen Tier und Pflanzenwelt die hier erwähnt werden. Eine zusätzliche



Typisch für den Brachvogel ist sein langer, schmaler, abwärts gebogener Schnabel

Eigenschaft des Moores ist in Sachen Umweltschutz von großer Bedeutung: Der torfige Moorboden bindet Kohlenstoff und hat eine kühlende Wirkung, was sich positiv auf das Klima auswirkt.

Kann man im Moor versinken?

Es ist das Thema von vielen Horror- und Gruselfilmen, ein Mensch versinkt langsam vollständig im Moor bis er nicht mehr zu sehen ist und darin umkommt. Fakt ist, dass man im Moor einsinken, aber nicht so schnell versinken kann. Vorausgesetzt man verhält sich richtig und strampelt nicht in Panik im Moor herum, was dann ein Versinken durchaus zur Folge haben kann. Wenn man aber bis zu einem gewissen Grad eingesunken ist, kann man sich ohne fremde Hilfe nicht mehr befreien. Wenn dann kein Retter in der Nähe ist, wird es lebensgefährlich. Deshalb ist es ratsam, nicht alleine ins Moor zu gehen.

Die heilende Wirkung von Moorbädern

Voll- und Teilbäder mit in Wasser vermischem Heiltorf nennt man Moorbäder. Der Heiltorf enthält wichtige Mineralstoffe und ist ein guter Wärmespeicher, was sich sehr positiv auswirkt, da es als sehr wohltuend empfunden wird. Durch erhitzten Heiltorf kann auch ein künstliches Heilfieber ausgelöst werden, da die Körpertemperatur sich um bis zu 2 Grad erhöht und die Abwehrkräfte des Körpers aktiviert werden. Ein wichtiger Aspekt ist auch, dass die wichtigen Mineralstoffe des Heiltorfes über die Haut in den Körper aufgenommen werden. Moorbäder eignen sich auch gut bei Muskelverspannungen und wirken sich auch positiv auf das psychische Wohlbefinden aus, so dass es auch nach einem Burnout angewendet werden kann. Trotz der vielen positiven Eigenschaften sind Moorbäder aber keine Allheilmittel, da sie bei einigen Krankheiten z. B. Herz- und Kreislaufbeschwerden,



Einen Ausflug wert:
Das Hochmoor Hohe Venn in Belgien

offenen Körperwunden oder bei Bluthochdruck nicht angewendet werden sollten.

Versuche zur Reaktivierung

Umweltzerstörung durch Torfabbau

Schon seit Jahrhunderten wurden Moorflächen durch Wassergräben entwässert, um Torf oder landwirtschaftlich nutzbares Ackerland zu gewinnen. Besonders der Torf war früher sehr begehrt, war er doch ein guter Brennstoff in der kalten Jahreszeit. Aber das hatte alles umweltschädigende Folgen, weil der im Moorboden gespeicherte Kohlenstoff als klimaschädigendes CO₂ austreten konnte und viele Tier- und Pflanzenarten ihre Lebensgrundlage verloren haben.

Heutzutage wird versucht, durch Wiedervernässung trockene Moorflächen wieder zu aktivieren. Moore sind wichtige und wertvolle Landschaften, die auch zukünftig eine wichtige Rolle in unserer Natur und Umwelt einnehmen sollten.

Auch in der Touristik erfreuen sich größere Moore nach wie vor großer Beliebtheit. Die über das Moor ausgelegten Holzbohlen- und Trampelpfade laden zu interessanten und schönen Wanderungen ein.

»Manfred Borst

Quellen: wikipedia.de // tagesschau.de

Herrlich lecker!



Burger mal anders

LINSENBRATLINGE

mit Joghurtdip

für die Bratlinge

150 g Grüne Tellerlinsen	60 g Haferflocken
1 EL Tomatenmark	2 Eier
200 ml Wasser	Panierbrot nach Bedarf
1 Knoblauchzehe	Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel
1 Zwiebel	Blattpetersilie
4-6 EL Olivenöl	

für den Dip

300 g Naturjoghurt
1 Zitrone

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln, in Olivenöl glasig braten, Tellerlinsen zugeben und mit dem Wasser köcheln lassen bis die Linsen weich sind und das Wasser aufgebraucht ist. Tomatenmark und die Haferflocken unterrühren und die Masse abkühlen lassen. Dann die Eier unterrühren und mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Blattpetersilie würzen. Falls die Masse zu weich scheint, nach Gefühl mit Panierbrot binden. Jetzt die Masse zu Bratlingen formen und in Olivenöl auf beiden Seiten anbraten.

Dazu passt sehr gut ein gerührter Naturjoghurt mit frischem Zitronensaft.

MAULWURFKUCHEN

Ein köstlicher Hügel

für den Teig

150 g Butter
150 g Zucker
1 EL Vanillezucker
4 Eier
275 g Mehl
1 EL Kakao
100 ml Milch
1 Pck. Backpulver

für die Füllung

3 Bananen
500 g süße Sahne
1 EL Zucker
3 Pck. Sahnesteif
100 g Zartbitterschokolade

Zubereitung

Für den Teig Butter, Zucker und Vanillezucker mit den Eiern schaumig und cremig rühren. Dann Mehl, Kakao, Milch und Backpulver unter die Masse rühren. Den Teig in eine gefettete runde Form geben und bei 160 Grad Umluft 30 Minuten backen. Danach auskühlen lassen.

Für die Füllung die Sahne mit Sahnesteif und Zucker steif schlagen. Dann die in Scheiben geschnittenen Bananen unterheben und die Zartbitterschokolade schmelzen und darüber geben.

Den Kuchen aushöhlen, dabei Boden und Rand stehen lassen (Brösel aufbewahren), mit der Sahne/Bananenmasse füllen und dann alles mit den gebröselten Kuchenresten bestreuen.

Vor dem Verzehr kühl stellen.

DER WALDGEISSBART

Die vergessene Delikatesse aus Forst und Garten

Beim Waldgeißbart handelt es sich um eine ausdauernde krautige Pflanze, d. h. sie treibt über mehrere Jahre aus. Sie ist in der gesamten gemäßigten Klimazone der Nordhalbkugel vertreten, obschon sie in Norddeutschland lediglich ein Gartenflüchtling ist. Das bedeutet, dass sie sich erst nach menschlicher Anpflanzung dort durch die natürliche Verbreitung vermehrt hat.

Von Hummeln geschätzt

Die Pflanze erreicht eine Wuchshöhe von 80 bis 150 cm und hat unter der Erde ein kurzes, kräftiges Rhizom, das ein Spross zwischen Wurzeln und Blatttrieben ist. Nebst dem besitzt sie überirdisch einen aufrechtwachsenden, unverzweigten Stängel mit Blütenstand, wobei sie am Grund oft verholzt ist. Ihre Laubblätter können dabei bis zu einem Meter lang werden, zwischen denen um Juni und Juli herum mehrere Blüten aufgehen, welche insbesondere von Hummeln und verschiedenen Falterarten als Nahrungsquelle geschätzt werden.

Halbschattige Standorte

Der Waldgeißbart verbreitet sich vegetativ, d. h. ungeschlechtlich, durch Rhizome, aber auch durch Früchte, welche sich nach der Austrocknung mithilfe des Windes oder der Wald- und Gartenbewohner verbreiten. Sie sind übrigens meist zwischen September und Oktober reif. Gelangen die Samen der Früchte auf oder sogar in die Erde, so keimen diese bei der ersten Kältewitterung auf. Wenn man den Waldgeißbart im eigenen Garten wachsen und gedeihen lassen möchte, sollte

man darauf achten, dass man lichte oder halbschattige Standorte mit gemäßigter Luftfeuchtigkeit wählt. Er liebt sickerfrische, nährstoffreiche, jedoch kalkarme und lockere Mullböden, die basenreich, also säurehaltig und salzbindend sind.

Gemüse für Gourmets

Besonders in Norditalien wird der Waldgeißbart als Gemüse geschätzt, dessen junge Triebe auf dem Markt verkauft werden. Auch im Mittelalter wurden diese Triebe als „Arme-Leute-Spargel“ gerne zubereitet, wohingegen er sich in heutiger Zeit zum seltenen Gourmet-Essen entwickelt hat. Wegen des geringen Anteils an dem Pflanzengift Blausäure-Glykosid, sollten die jungen Triebe nur gekocht genossen werden.

➤ Wie wäre es einmal mit einem Versuch der unbekannteren Frucht?

» Julian D. Freyer

Quellen: de.wikipedia.org // mein-schoener-garten.de // garten.landlive.de // heilkraeuter.de // wildfind.com

SIE ENTSCHIEDEN, WER WILLKOMMEN IST.

Hochwertige Türsprech- und Alarmanlagen zum Nachrüsten oder Neubau vom Spezialisten für Alarm-, Video- und Notrufsysteme.



Kostenlose Beratung vor Ort
07138 9868136

Götter, Gräber und Gelehrte

BEDEUTENDE FORSCHER

Ohne diese Pioniere wäre unsere Welt um einiges ärmer

1922 entdeckte Howard Carter das Grab des Tut-ench-Amun

Seit alters gab es auf dieser Welt vieles zu erforschen. Doch die Welt war noch roh wie ein Diamant. Man kannte weder Sitten und Gebräuche der Völker, noch die Natur in ihrer Vielfalt. Jetzt war die Zeit der Forscher, Wissenschaftler und Künstler gekommen um uns die neue Welt nahe zu bringen. Sie reisten in ferne und unbekannte Regionen. Mit Eifer widmeten sie sich dem Wissen über die Natur, erforschten deren Gesetze, hielten Landschaften auf Bildern fest und begannen die Welt zu kartographieren. Ihre Hilfsmittel wurden immer raffinierter und neue Wissenschaften wie die Klimatologie, Ozeanographie, Meteorologie und Glaziologie kamen hinzu. Es wurde jeder Winkel vermessen und für neue Siedler erforscht. Künstler, Maler und Dichter zog es auch in die neue Welt. Alle ermittelten Daten wurden zentimetergenau in die ersten Karten übertragen.

Forscher brachten Schrift und Bild zurück in die alte Welt. Auch Archäologen förderten auf Grund alter Schriften Schätze ans Tageslicht und Kunst in Museen. Einige dieser interessanten und wissbegierigen Menschen will ich hier näher vorstellen:

Samuel de Champlain (1567 - 1635)

Er entstammte einer traditionsreichen Seefahrerfamilie und war ein französisch-kanadischer Forschungsreisender und Geograph. Er befuhr den St. Lorenz Strom und lernte die Huronen (Indianerstamm) kennen. Zurück in Frankreich schlug er dieses Gebiet für die Kolonisierung vor. Mehrmals fuhr er nach Nordamerika und gründete Quebec (Kanadas älteste Stadt am unteren St. Lorenz Strom). Zwei Jahrzehnte nach Gründung Quebecs fiel diese Stadt in die Hände der zahlreicheren Engländer. 1632 gab Frankreich die spätere Hauptstadt Kanadas an die Engländer ab. Champlain gilt als der Gründer von Französisch-Kanada.

Maria Sibylla Merian (1647 - 1717)

Als Künstlerin unter den Forschern machte sie als erste Frau eine naturwissenschaftliche Forschungsexpedition von Bedeutung mit. Sie verkaufte einen Teil ihrer Sammlungen und Bilder um die Reise zu finanzieren. Dann brach sie mit ihrer Tochter 1699 mit dem Schiff zu Forschungszwecken nach Südamerika in die niederländische Kolonie Surinam auf. Dort untersuchte und malte sie eine Fülle der unterschiedlichsten Insekten. Nach 2 Jahren im Urwald erlitt sie Malaria, brach 1701 mit Ihrer Tochter die Forschungsreise ab. Zahlreiche Schmetterlingsbilder machten sie bekannt. Sie arbeitete an einem Buch über Insekten mit akribisch erfassten biologischen Studien. Mit ihrer wissenschaftlichen Pionierarbeit bahnte sie der Insektenkunde ihren Weg. Heute noch gilt ihre Einteilung der Schmetterlinge in Tag- und Nachtfalter als bestimmend.

Daniel Boone (1734 - 1820)

Er war ein US-amerikanischer Pionier und Jäger und öffnete den europäischen Siedlern den Weg nach Kentucky. Dieser war zunächst ein unwegsamer Indianerpfad. Mit Äxten schlug er 500 km den Weg durch die Wildnis. Seine Route ging als ‚Wilderness Trail‘ in die amerikanische Geschichte ein. Er brachte Anfang des 19. Jh. 200.000 Siedler nach Kentucky in eine neue Heimat. James Fenimore Cooper schrieb nach ihm das viel gelesene Jugendbuch ‚Lederstrumpf‘, wo das bekannte Indianerschicksal ‚Der letzte Mohikaner‘ behandelt wurde.

Alexander Freiherr von Humboldt (1769 - 1859)

Er war ein deutscher Naturwissenschaftler und Weltreisender. Sein Trachten war, den südamerikanischen Halbkontinent für die Wissenschaft zu erschließen. Er gilt als einer der Gründer der Klimatologie, Ozeanografie, Meteorologie und Glaziologie. Auch durchstreifte er das russische Turkestan. Die Forscher kehrten dann nach St. Petersburg zurück. Von 1845 bis zu seinem Tod arbeitete Humboldt an seinem berühmten ‚Kosmos‘, der seine wissenschaftlichen Arbeiten in 5 Bänden wiedergab.

Merriwether Lewis (1774 - 1809)

1803 forderte Präsident Jefferson ihn in einem Brief auf, den Lauf des Missouri und andere Flüsse auf dem direkten Wasserweg zur Pazifikküste zu erforschen. Laut Berichten von Trappern und Händlern, die dort

schon unterwegs waren, kam er nach St. Louis an der Missouri-Mündung. Er schickte u. a. wissenschaftliche Berichte über jagdbare Tiere. Auf seinem Weg nach Westen kam er durch den heutigen Staat Oregon und erreichte am 07.11.1803 das Ufer des Pazifiks.



Merriwether Lewis erforschte den Lauf des Missouri

John James Audubon (1780 - 1851)

Er war ein amerikanischer Naturforscher und Tiermaler. Er ist in Haiti geboren und in New York gestorben. Französischer Abstammung verbrachte er seine Jugend in Frankreich und Haiti. 1803 ging er nach Nordamerika, wo er bis 1819 als Kaufmann wirkte. Dann unternahm er zahlreiche Reisen zum Studium der Vögel. Er war der Begründer der amerikanischen Ornithologie und der eigentliche Entdecker der Natur Nordamerikas. Er brachte 10 großformatige Bände mit Vogelzeichnungen heraus. Als Meisterwerke werden sie heute über Auktionen gehandelt.

Adalbert von Chamisso (1781 - 1838)

Er war Dichter und Naturforscher, wurde auf Schloss Boncourt in Frankreich geboren und starb in Berlin. 1815 - 1818 nahm er an einer Weltumsegelung teil, die er in meisterhafter Prosa festhielt. 1836 erweiterte er diese und brachte sein Werk mit dem Titel ‚Reise um die Welt‘ heraus. Es war außergewöhnlich, dass ein Dichter an einer Entdeckungsreise in die Südsee teilnahm. Er beschrieb die Stationen der Reise und das Leben auf dem Schiff.



Das geheimnisvolle
Troja, 1873 entdeckt

Heinrich Schliemann (1822 - 1890)

Er träumte schon als Kind von Troja. Doch der Weg nach Troja wurde schwierig. Viele Jahre musste er hart in einem Kolonialwarenhandel arbeiten. Fünf Jahre führte er ein hartes, eintöniges Leben und bei einem Arbeitsunfall ist dann auch noch seine Lunge gerissen. Danach durfte er als Kajütenjunge nach Venezuela fahren. Seine Träume wurden wieder wach. Er schaffte sich hoch als Übersetzer und wurde als Sprachgenie bewundert. In Kaliforniens Goldrausch verdiente er mit einer von ihm gegründeten Bank. Ein schwerer Weg ging zu Ende. An einem heißen Sommertag des Jahres 1870 zog eine kleine Karawane durch Kleinasien. Hier soll Troja verborgen sein. Doch ein Jahr dauerte es noch, bis die Ausgrabungen begonnen werden konnten. Er fand in jeder Schicht Spuren einer

versunkenen Stadt. Drei Jahre vergingen. Troja, die mächtige Festung, war dem Dunkel der Vergessenheit entrissen. Aber die Krönung seiner Funde war der Schatz des Priamos, Trojas wertvollster Schatz. Ein Irrtum Schliemanns, wie sich später herausstellte.

Howard Carter (1874 - 1939)

Auf dem Feld der Pyramiden, 800 Kilometer von Kairo entfernt, war noch ein unbekanntes Pharaonengrab. Lord Carnaron und Howard Carter schlossen sich bei dem Pyramidenfeld bei Gizeh zusammen. Der eine besaß Geld, der andere Pläne und Wissen. Doch das Vertrauen des Lord wurde auf eine harte Probe gestellt. 12 Jahre suchten sie und des Lords Glauben an Erfolg schwand. Carters Wille war dagegen ungebrochen. So ging es zum letzten Mal auf die Suche. Seine letzte Hoffnung war, das Grabmal des Tut-ench-Amun zu finden. Von allen bisher gefundenen Grabkammern war diese als einzige undurchsucht und nicht von Grabräubern geplündert. Endlich war die lange Geduldsprobe zu Ende und Spuren von Grabschmuck zu finden. Drei Särge und die Totenmaske Tut-ench-Amuns mit der goldenen Gesichtsmaske waren der Erfolg. So erfüllte sich Howard Carters Lebenstraum. Er sah die Mumie Tut-ench-Amuns reich geschmückt.

Weder durch Indianerstämme, unbekannten Landschaften oder Eis und Schnee ließen sich die Forscher und Abenteurer abschrecken und von ihren Zielen abbringen. Die Natur, die Spuren der Ureinwohner, Tiere und wilde Pflanzen zu erkunden waren ihre Aufgabe und ihr Ansporn. Dadurch haben sie einen wesentlichen Beitrag für die Wissenschaft auf dem Weg in die Neuzeit erbracht.

»Ernst Heger

Quellen: Heinz Sponzel, Die Spur von 100.000 Jahren, Deutsche Buchgemeinschaft, Berlin // Kerstin Viering, Roland Knauer, Die großen Entdecker, Komet Verlag



www.usm.com



Make it yours!

USM Kitos M ist Ihr smarter Arbeitstisch:
spielend leicht auf und ab – sekundenschnell
und intuitiv mechanisch höhenverstellbar.
Für komfortables Arbeiten im Sitzen oder Stehen.



Linkohr Bürokonzepte GmbH
Fischeräcker 14, 74223 Flein
Telefon 07131/58 20 50
linkohr@linkohr-buerokonzepte.de
www.linkohr-buerokonzepte.de

WARUM DIE VÖGEL FRÜH AUFSTEHEN

—Ein Gedicht—

Ein Vöglein, früh steht es auf,
So ist nun mal sein Lebenslauf.
Es zwitschert gleich gar fröhlich rum,
Der Mensch der schlafen möchte, er nimmt `s ihm ,krumm“.

Weil der Vogel ungern nun tut hungern
Und nicht schlaff auf dem Baume will ,rumlungern“,
Pickt er dann sogleich,
Recht fleißig auf dem Erdenreich.

Der Vogel bald auch einen Wurm erblickt,
Der wohl noch einmal eingenickt.
Und denkt nun, so sei es drum,
Er zerrt gar kräftig an ihm herum.

Der Wurm fängt kräftig an zu schwitzen,
Doch das soll ihm wenig nutzen.
Er bettelt laut jetzt, um sein Leben.
Nur ungern, möchte er es hergeben.

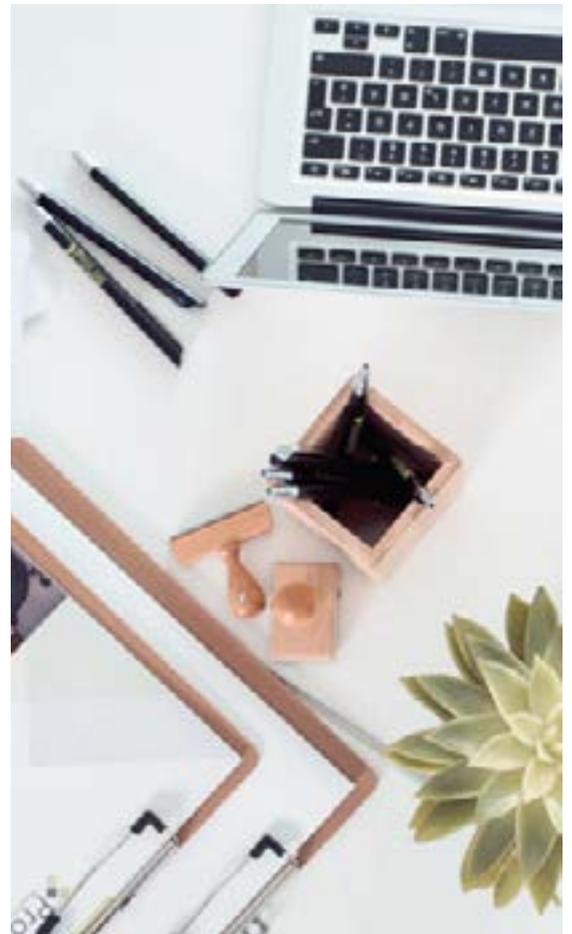
Des Wurmes Dasein, nun bald verdorben.
Sein Bruder, ist auf die gleiche Art gestorben!
Doch dem Vogel - halt egal.
Er freut sich auf sein Frühstücksmahl.

Und Gleiches wohl, bei seinen Kindern,
Um auch deren Hunger, schnell zu lindern.
Währe nun der Vogel später dran,
Merkte es der Wurm sodann.

Er zöge sich wohl lieber gleich, noch tiefer in sein Erdenreich.
Des Vogels morgendliches Tun, es ist enorm:
„Nur der frühe Vogel findet einen Wurm!“

Nele Munz

BUSINESS PORTRAIT



TRANCE

Die harmonische Variante des Techno



Nicht jede Musikrichtung erlebt starke Höhen und Tiefen in der Beliebtheit bei den Massen wie es beim Trance üblich ist. Manche Beliebtheit einer Musikrichtung ist nur von kurzer Dauer und verschwindet schnell in die Vergessenheit, andere Musikrichtungen bleiben ewig aktuell. Trance ist da anders: Mal beliebt und dann schnell wieder out, entwickelt sich aber stetig weiter. Doch was ist Trance überhaupt?

Der Aufbau

Wie die Housemusic ist Trance eine eher harmonische Musikrichtung aus der elektronischen Tanzmusik. Sie entstand Anfang der 1990er Jahre in Frankfurt am Main, man nannte sie anno dazumal „Sound of Frankfurt“. Sie war zu Beginn eine Mischung aus Acidhouse und Techno, ehe sie sich langsam durch Weiterentwicklungen unabhängig machte. Wie alle Richtungen der elektronischen Tanzmusik ist Trance im Vier-Viertel-Takt, jedoch mit Moll-Grundtonarten aufgebaut, was ihn harmonischer wirken lässt als beispielsweise

Techno. Ebenfalls Bassdrums, Hi-Hats, Snaredrums und Handclaps, das sind Händeklatsch-Töne, werden verwendet. Auch heute noch stammen sehr viele Trance-Produzenten aus Deutschland.

Der Durchbruch

Gegen 1993 und 1994 nahm die Anzahl einfacher – und leider auch einfachster – Trance-Produktionen stetig zu, deren Varianten heutzutage als Classic-Trance bezeichnet werden. Besonders Dance 2 Trance, Jam & Spoon oder Sven Väth waren bedeutende Vertreter des ursprünglichen Trances. Es ist eines der elektronischen Genres, das auch außerhalb der Technokultur, sprich Rave, einer großen Beliebtheit erfreute und vor allem in Kontinentaleuropa zum Sinnbild der Raveszene wurde. Eher im Underground erfolgreiche Unterarten aus dieser Zeit waren Acid-Trance, das aus der gleichnamigen Technovariante beeinflusst wurde, sowie Goa-Trance, das vor allem in der übriggebliebenen Hippie-Szene erfolgreich wurde, von der

noch heute viele Leute zum Feiern ins indische Goa, der wohl einzigen elektronischen Partyzone dieser Größe in Südasien, reisen.

Trance ist in Großbritannien und den Niederlanden sehr beliebt

Träumerische Varianten aus der Mittelmeer-Region

Ab 1996 nahm das Interesse an Trance im deutschsprachigen Raum stark ab und die Musikrichtung hatte nur noch vereinzelte Charterfolge zu verzeichnen. Anders war das in Großbritannien und den Niederlanden, wo Trance in der Clubszene bis heute stets beliebt geblieben ist. Zu jener Zeit entstand auch der aus Italien stammende Dream-Trance, auch Dream-House genannt. Er besitzt träumerische, meist melancholische Melodien mit starken House-Einflüssen. Besonders der DJ Robert Miles war in dieser Sparte sehr erfolgreich, dessen Lied „Children“ 1996 in zahlreichen Ländern die Spitze der Hitparaden erreichte. Ebenfalls aus dieser Zeit stammt der in Ibiza entwickelte Balearic-Trance, der große Ähnlichkeiten mit der gleichnamigen House-Sparte aufweist. Die Musik soll mithilfe von Gitarren, Trommeln und Naturgeräuschen das schöne Wetter, das Meer und die Sonnenuntergänge widerspiegeln, wie es auch bei den Videoclips der Lieder „Saltwater“ von Chicane oder „Beachball“ von Nalin & Kane deutlich wird.

Eurodance-Einflüsse zur Jahrtausendwende

Ende der 1990er Jahre kam Pizzicato-Trance auf, dessen Hype sehr kurzweilig war. Hauptmerkmal hierbei ist die permanente Benutzung der Pizzicato-Streicher-Geräusche. Das bekannteste Lied ist hier wohl „Insomnia“ von Faithless. Ebenfalls aus dieser Zeit ist der gesangsreiche Vocal-Trance mit Eurodance-Einflüssen, der vor allem Anfang der 2000er Jahre in den Benelux-Staaten und Deutschland sehr erfolgreich war. Er ist harmoniebetonter als andere Trance-Richtungen. Bekannte Lieder sind hierbei „Turn the Tide“ von Sylver, „Heaven“ von DJ Sammy oder „Something“ von Lasgo. Anfang der 2000er Jahre entstand ebenfalls durch den Einfluss von Eurodance „Hands Up“, der auch Euro-Trance genannt wird. Dieses Genre hatte zahlreiche Chartstürmer, deren Hauptelemente oft, aber nicht immer, elektronisierte Coverversionen älterer

Hits sind, wie „Because the Night“ von Jan Wayne, „Everytime We Touch“ von Cascada oder „Poison“ von Groove Coverage. Diese Musikrichtung wird sowohl von Laien als auch von der Musikindustrie einfach Dance oder (moderner) Eurodance genannt.

Härter ist aktueller denn je

Eine weitere beliebte Sparte aus dieser Zeit war Uplifting-Trance mit scheinbar euphorisierendem Charakter, der Glücksgefühle hervorrufen kann und durch bewusst eingesetzte Tonintervalle von Sekunde zu Sekunde die Gemüter steigert. Bekannte Lieder sind „Desire“ von Blank & Jones, „Exploration of Space“ von Cosmic Gate und „Feel the Beat“ von Darude. Erfolgreicher war später nur Hardstyle, der insbesondere in den Niederlanden und Italien bis heute in den Clubs vertreten ist und zahlreiche Festivals in diesen Ländern stattfinden. Durch Hardstyle entstand in Australien der Tanz „Melbourne Shuffle“, dessen Tänzer durch rhythmische Bewegungen zu den Beats quasi auf dem Boden zu gleiten scheinen. Hardstyle ist bis heute ununterbrochen weltweit sehr erfolgreich, wenn er nicht sogar die erfolgreichste Trance-Sparte ist, die es je gegeben hat, obschon sie weniger harmonisch ist als ursprüngliche Untergenres.



Und andere Länder?

Natürlich gibt es auch Trance-Sparten, die nur in bestimmten Ländern erfolgreich waren und sonst völlig unbekannt sind. Dazu zählen unter anderem das an Goa-Trance angelehnte Nitzhonot aus Israel, Psydub aus Großbritannien, Suomisaundi aus Finnland oder Darkspy aus Russland. Wir dürfen jedenfalls gespannt sein, wie sich Trance noch entwickeln wird und ob Genres, die in anderen Ländern eher bekannt sind, früher oder später doch noch nach Deutschland herüberschwappen werden oder nicht.

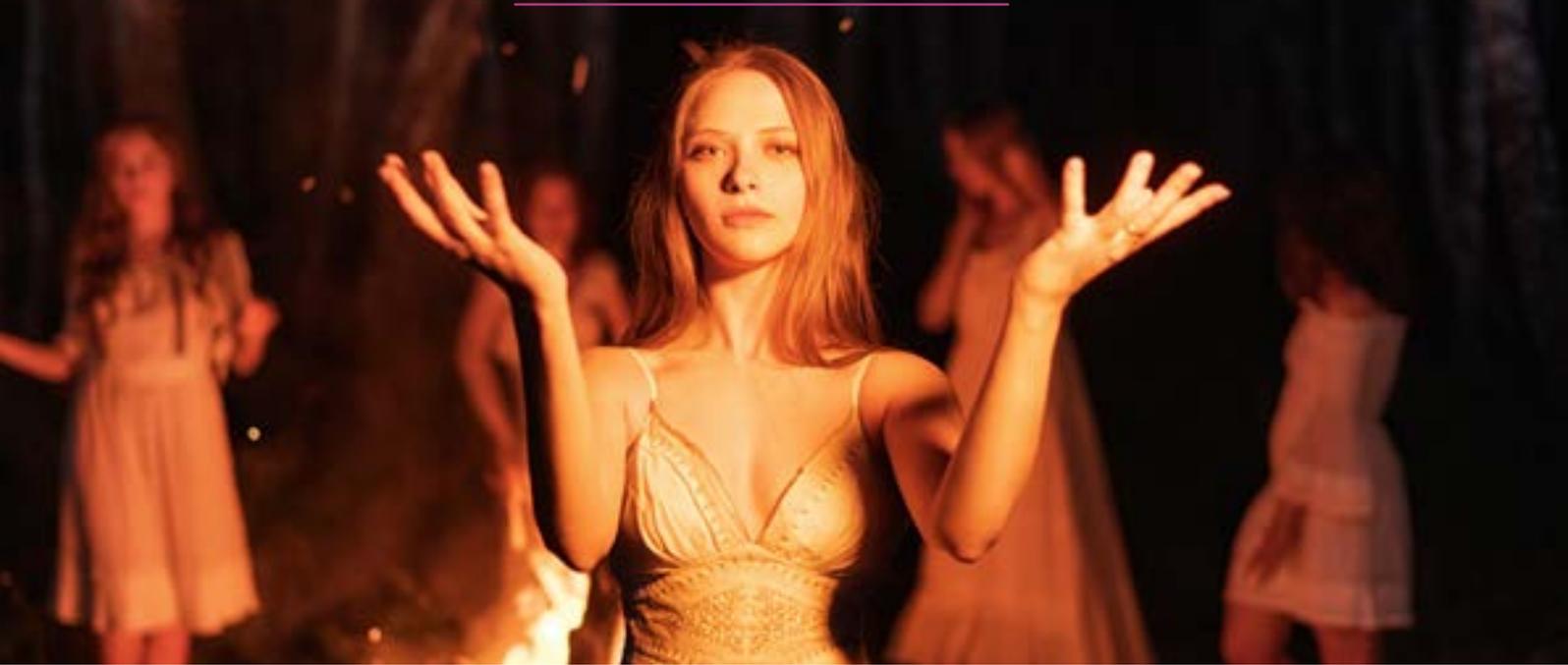
In diesem Sinne: Let's dance!

» Julian D. Freyer

Quellen: wikipedia.org // techno.org // hitparade.ch // trancearchiv.de

Fantasy
**Der Tanzplatz der
 FEUERFLAMMEN**

Begegnung mit dem Wanderdichter Poldi Poeto



Die Tanzschuhe der Musen

Er erzählte vom Tanzplatz der Feuerflammen, wo die Feuerländer wohnten und die drei Musen um Mitternacht auftraten, mit ihren gebrauchten Tanzschuhen. So heftig war der Tanz, dass die Schuhe Feuer sprühten und das Flackern den Abendhimmel erhellte. Es tanzte die Poesie vorüber und ich lagerte sie am Feuerplatz. Die Freunde vom Tanzplatz träumten von Feuer und Rauch. Auch jetzt wollten die drei Musen wieder tanzen, doch wo waren ihre Tanzschuhe? Die Nacht schritt voran und gegen Morgen züngelten die Flammen noch um meine Geschichten. Die Feuerlehrlinge knüpften ihre Kurzgeschichten in den Teppich der Phantasie.

Da kam ich zu Wort. Ich weiß wo die Tanzschuhe der Musen sind. Der Falke hat es im Traum mir erzählt. Sie sind im Land der Feuerreiter, am Berg aus Feuer und Rauch, wo die Poesie tanzen lernte. Dort müsst ihr suchen. Drei Musen, ein Dichterlehrling, zwei Feuerkäfer und ein Feuerstecher riefen spontan: „Auf, auf zur Dichterreise“. Der Hahn krächte und nur wenige

Funken waren noch übrig. Ich als Wanderdichter nahm sie im Mantel der Poesie mit auf den Weg. Die Spuren leiteten uns zum Wanderbrunnen der Worte und Wünsche. Hier knüpften wir unsere Geschichten aus den Leitern der Phantasie und erschlossen eine neue Welt. Die Tanzschuhe schlüpfen wie von selbst an die Füße der Musen und sie begannen zu tanzen bis an den Flammenplatz und ließen die Poesie aufleben. Wortfunken und Tanzschuhe ermunterten die Musen. Mir blieb ein Spruch: „Worte, Tanz und Poesie erlischt dem Wanderdichter nie.“

Das Wispern der alten Pappeln

Am nächsten Tag kam der Höllenreiter auf seinem stolzen Tanzross vorüber. Die Musen hörten nicht auf zu tanzen, ehe der Feuerstecher kam. Um die Stunde des Feuers sammelten die Feuerreiter Asche in ihren Höhlen. Die Asche knisterte zur untergehenden Sonne. Der Feuerstecher kontrollierte das Höllental. Er ersetzte den Nachtwächter, hütete die Nacht und schrieb Nachtgeschichten auf. In der Ecke träumte

ich und sammelte um Mitternacht für mein Werk, das ich am Tage vollendete. Die Feuerflammen am Tanzplatz machten sich ganz klein und tänzelten in den Armen der Nachtwinde. Noch wisperten die alten Pappeln am Tanzplatz und die Musen holten ein Schild „Nachtruhe“ hervor und befestigten es an einem der Bäume und der Mond schaute sofort nach dem Rechten. Geheimnisse folgten im Dämmern. Über dem Tanzplatz der Feuerflammen lag ein Geheimnis und niemand wusste, was der Feuerstehler bis zum Dämmern trieb. In den Nischen und darum herum lag tiefstes Dämmern. Ich träumte von Tanzschuhen, die Feuer sprühten.

» Worte, Tanz und Poesie erlischt
dem Wanderdichter nie. «

Schrill und krächzend

Der Feuerhahn krächte. Endlich hörte er auf und die Musen vergaßen vor Schreck ihren Kuss. So machte ich, als Geschichten erprobter Wanderdichter, mich auf den Weg der verlorenen Lieder und nahm seine Melodie mit, schrill und krächzend. Meine Freunde, die Feuerländer, begleiteten mich. Die Feuerländer, waren die Herren über Feuer und Rauch. Sie halfen mir, immer wenn ich kam, zu einem Phantasievorrat an Geschichten und Gedichten. Bevor ich weiterzog, bat ich die drei Musen ihren Tanz mit ihren gebrauchten Schuhen fortzuführen. Die Funken stieben und sie gaben mir, dem Wanderdichter, Kraft und Freude neue Werke entstehen zu lassen. Nochmal spielte der Feuerreiter auf und die drei Tänzerinnen bekamen rote Köpfe. Nun träumte ich in der Ecke und sammelte Traumgeschichten. Die Feuerflammen am Tanzplatz machten sich ganz klein und verschwanden in den Armen des Nachtwindes. Noch wisperten die alten Pappeln am Tanzplatz. Endlich hörte der Feuerhahn zu krähen auf, die Musen vergaßen den Kuss, den ein Wanderdichter wie ich nicht immer brauchte. Ein Glück, dass die gebrauchten Tanzschuhe wieder bei den Musen sind und der Tanz um die Feuerflammen fortgesetzt werden kann.

Flammenballaden

Doch der Feuerhahn brannte die alten Hütten nieder, wo einige Feuerländer wohnten. Poetos Lieder, Sonetten und Sprüche waren nicht mehr da. So machte er sich auf den Weg der verlorenen Lieder, die im Gestern Melodien verschenkten. Poldi schuf aus seinen Gedanken und Melodien Flammenballaden und legte sich in den Musenhain. Die Fee der Nacht gab Geschichten zum Besten und der alte Brunnen rauschte. „Sieh, wie der Feuerhahn wütete, nimm deinen Poetenstab und schreib eine Geschichte über den Tanzplatz der Feuerflammen, verdichte was zuvor geschah und lass dir helfen von den drei Musen.“

So geschah es oder war alles nur ein Märchen?

»Ernst Heger



Please

Der einzige Bürostuhl
mit Power²



Please ist der einzige Bürostuhl, der Ihnen Power² bietet. Please unterscheidet sich von jedem anderen Bürostuhl – und das liegt an seinem einzigartigen System mit horizontal 2-geteilter Rückenlehne, das Ihnen einmaligen Komfort bietet. Please ist ein rundum ausgewogener Stuhl, der Ihnen eine perfekte Harmonie von Komfort und Ästhetik, Präzision und intuitiven Verstellmechanismen bietet.



Büroeinrichtungshaus
Alois Bolch GmbH
Im Klauenfuß 19
74172 Neckarsulm
Tel. 07132 / 9770-0
Fax 07132 / 9770-50
info@asbo-nsu.de

WARUM Ausflugstipps fürs Wochenende

IN DIE FERNE

SCHWEIFEN ...



Die Heuchelberger Warte bietet einen herrlichen Ausblick auf das Umland.

Heuchelberger Warte

Viele Menschen kennen Orte fernab der eigenen Haustüre, aber oft nicht die eigene Heimat. Dabei kann man auch hier Interessantes entdecken. Wie wäre es beispielsweise mit dem Leinbachtal im westlichen Land- und Stadtkreis Heilbronn?

Immer am Leinbach entlang

Der Leinbach entsteht kurz vor **Kleingartach** aus dem Zusammenfluss von Lein, die kurzzeitig später Seebach heißt und Lindenteich, die aus mehreren Quellen im südlichen Hartwald entspringen, und dem Gruppenbach, der nicht mit dem gleichnamigen Bach bei Untergruppenbach zu verwechseln ist. Kleingartach selbst besitzt einen historischen Ortskern mit einigen

Fachwerkbauten. Außerdem befanden sich auf ihrer Gemarkung bis 1977 Atomraketen der US-Streitkräfte. Heute liegt die ehemalige Fläche auf der Schwaigerner Gemarkung. Im äußersten Osten der Gemarkung befindet sich darüber hinaus ein Modellflugplatz. Der Namensteil „Gartach“ rührt von der ursprünglichen Bezeichnung des Leinbaches her.

Bedeutender Kunstschatz

Weiter geht es über Niederhofen nach **Stetten am Heuchelberg**. Auch dort gibt es vereinzelte Fachwerkensembles zu bestaunen. Danach kommt das Flösschen in Schwaigern an, dessen größter Teil der Altstadt durch wiederholte Brandkatastrophen vor dem Zweiten Weltkrieg unterging. Als kulturhistorischen

Höhepunkt auf der Reise gibt es hier die **Stadtkirche St. Johannes**, die den Barbara-Altar von Jörg Ratgeb als bedeutenden Kunstschatz und mehrere Grabplatten der Herren von Neipperg beherbergt. Einst besaßen die Neipperger Herren mehrere Orte in der Umgebung. Daneben bietet **Schwaigern** ein Freibad, einen Zoo und eine historische Stadtführung mit mehreren Hinweistafeln an.



Stadtkirche St. Johannes

Aus Tradition „verfeindet“

Bei der Weiterreise erreicht das Gewässer Leingarten. Diese Gemeinde entstand erst in den 1970er Jahren durch den Zusammenschluss der badischen und württembergischen Orte Schluchtern und Großgartach. Auch heute spürt man noch die Feindschaft beider Ortsteile. In **Leingarten** befindet sich der historische Turm „Heuchelberger Warte“, auf dem man eine herrliche Aussicht auf das gesamte Umland hat. Unterhalb des Turmes liegt im Baunzelwald der ehemalige Ringwall Frankenschanze. Südlich des Gebietes liegt der unter Naturschutz stehende Annungsee. Wer baden will, dem seien sowohl das Freibad als auch das Hallenbad in Großgartach ans Herz gelegt. Wie Kleingartach besitzt auch Leingarten im nördlichen Rohrberg einen Modellflugplatz.

Leinbach trifft Neckar

Nun nähert sich das Flösschen den Stadtkreis Heilbronn an, genauer gesagt Frankenbach. Dort gibt es hinter der evangelischen Albanskirche ein Kriegerdenkmal mit nationalsozialistischen Elementen, das das dunkelste

Zeitalter der deutschen Geschichte widerspiegelt. Ebenfalls in Frankenbach befindet sich der mit Neckargartach verbundene Leinbachpark.

Historische Widmann'sche Papierfabrik

Die letzte Station ist **Neckargartach**, wo sie durch den Leinbachpark am Widmannstal mit der historischen Widmann'schen Papierfabrik vorbeiführt. Von da aus hat man auch eine gute Sicht auf die evangelische Peterskirche, die teilweise im Fachwerkstil gehalten ist. Auf der anderen Seite hat man einen Blick auf die moderne katholische Michaelskirche im Wohngebiet Sachsenäcker, die faszinierende Betonglasfenster besitzt. Beide Kirchen stehen unter Denkmalschutz. Auch Neckargartach beherbergt im Gewann Gesundbrunnen ein eigenes Freibad.

Schließlich mündet der Leinbach bei der Neckarhalle dann in den Neckar.



Neckargartach

» Julian D. Freyer

Quellen: de.wikipedia.org // heilbronn.de // openstreetmaps.org

OHNE GELD UM DIE WELT

Ein Reisetrend für Schmarotzer

Reisen ohne Ersparnis, ist das möglich? Die Welt bereisen, ferne Länder entdecken, neue Kulturen kennen lernen. Wen fasziniert das nicht? Und das alles ohne Geld, ohne eigenes Kapital! Eine Weltreise kostet bekanntlich Geld. Viel Geld. Und wer das nicht hat, muss zuhause bleiben. Oder nicht?

Begpacking der neue Trend

Der neue Trend Begpacking verbreitet sich immer mehr. Begpacking setzt sich aus dem Wort „to beg“ – also betteln und dem Wort „backpacker“ – Rucksackreisender zusammen. Es bezeichnet Urlauber, die ohne Geld meist in ärmeren Ländern, wie zum Beispiel in Südostasien, um Geld für ihre Reise betteln. Besonders beliebt sind Länder wie Thailand, Kambodscha oder Vietnam, in denen der Lebensstandard gering ist, sodass die Begpacker nur relativ wenig Geld erbetteln müssen, um sich eine Unterkunft, Essen oder auch die nächste Party finanzieren zu können.

Doch ist das nicht moralisch verwerflich? In einem Land, in dem es viele Menschen gibt, die am Existenzminimum leben, sich auf die Straße zu stellen und um Geld für die Reise zu bitten? Natürlich können auch normale Touristen auf ihrer Reise in eine brenzlige Lage geraten, wenn Sie kein Geld mehr haben, weil sie zum Beispiel ausgeraubt wurden oder die Kreditkarte nicht mehr funktioniert. Dann kann die letzte Rettung das Betteln um Geld sein. Das ist aber sicher die Ausnahme. Doch sollte es nicht zur Regel werden, dass ausländische Touristen aus westlichen Ländern um Geld in Fußgängerzonen betteln, um sich ihre Reise zu finanzieren. Sie sitzen mit selbstgemalten Schildern an den Straßenrädern, bieten Umarmungen, Fotos oder Straßenmusik an und versuchen sich so das Geld zu verdienen, das sie zum Überleben brauchen.

Zu Recht in der Kritik

Begpacking steht immer mehr in der Kritik der Öffentlichkeit. Wer Reisen will, muss Geld haben oder muss sich seine Reise durch Arbeiten verdienen. Wie zum Beispiel bei dem Modell „Work and Travel“. Wer nicht arbeiten möchte, muss ein gewisses Grundbudget mitbringen, um sich seine Reise finanzieren zu können.

Es wird in immer mehr Ländern diskutiert, ob die Einreisenden ein Mindestbudget mitbringen müssen, um ihren Unterhalt sicher zu stellen und sich ihre Reise aus eigenen Mitteln finanzieren zu können. Darüber hinaus sollen bettelnde Touristen an ihre Botschaften verwiesen werden, wie zum Beispiel auf der indonesischen Insel Bali. Die Botschaften sollen sich um ihre Staatsangehörigen kümmern und gegebenenfalls einen Rückflug finanzieren. So sollen die Begpacker von den

Bettelnde Touristen als neuer Trend

Straßen geholt werden und der neue Trend der bettelnden Touristen eingedämmt werden.

Tourismus bringt Geld in die Urlaubsländer und kurbelt die Wirtschaft an. Das funktioniert aber nur, wenn die Touristen auch ihr eigenes Geld ausgeben und sich nicht auf Kosten des Urlaubslandes durch Betteln durchschlagen.

Begpacking in den sozialen Medien

Auf Instagram zum Beispiel tauchen auch immer wieder Fotos bettelnder Touristen auf. Diese werden auch von der Instagram-Community scharf kritisiert. „Geht arbeiten“, „Verdient euch euer Geld ehrlich“, sind nur einige der Aussagen, die in diesem Zusammenhang fallen. Fotos von bettelnden Touristen ernten häufig einen Shitstorm.

Begpacking kann als neue Form der Ausbeutung aufgefasst werden. Es zeigt ein respektloses Verhalten gegenüber dem Reiseland und den Einheimischen, die meist ärmer sind und die hart für ihr Geld arbeiten müssen.

»Sina Schukraft

Quellen: kurier.at // diepresse.com // spiegel.de // focus.de // stern.de // welt.de // travelbook.de



**GALERIE
SEILER**

Seit 1887

HAFENMARKTPASSAGE
GUSTAV-BINDER-STR. 8
74072 HEILBRONN

TEL.: 07131-85737
WWW.GALERIE-SEILER.DE
FACEBOOK: @GALERIE.SEILER

EINRAHMUNGEN • GEMÄLDE • GRAFIKEN • KUNSTKARTEN •

U.V.A.M.

BOLIVIEN

Ein Land der Extreme – kulturell als auch landschaftlich

Waren Sie schon einmal in Bolivien? Dann könnten Sie sicher von einer abenteuerlichen und kulturell hochinteressanten Reise berichten. Wahrscheinlich geht es Ihnen aber wie mir und den meisten Lesern, dass Sie noch nicht dort waren und auch nicht allzu viel darüber wissen. Das ist kein Problem. Im Folgenden habe ich meine Freundin, die aus Bolivien kommt, ausführlich über ihre Heimat interviewt. Mir wurde in dem Gespräch deutlich, wie viel Bewegung in diesem Land war und ist und dass die Menschen dennoch teilweise noch sehr ursprünglich leben und in ihrem Glauben und in ihrer Kultur tief verwurzelt sind.

Kalt und heiß, arm und reich

Bolivien ist ein Land der Gegensätze und der Extreme. Es gibt zum Beispiel das Andenhochland und das Tiefland. Im Hochland ist es sehr kalt, im Tiefland tropisch heiß. Es herrscht Armut und Reichtum. Die Nachkommen der Ureinwohner Boliviens nennt man die indigene Bevölkerung. Sie haben sich bis heute mit keiner anderen Gruppierung vermischt. Von 11,2 Millionen Einwohnern, machen sie 60% aus. Die zweitgrößte Gruppe Boliviens sind die Mestizen, die sowohl indigene Vorfahren als auch europäische Wurzeln haben. Die Spaltung im Land zwischen den beiden Völkern und auch der anderen Volksgruppen ist groß. Und obwohl sich unter Präsident Evo Morales schon vieles für die indigene Bevölkerung gebessert hat, wird sie immer noch diskriminiert und benachteiligt. Es hat sich aber aus diesem Teil der Gesellschaft schon eine Generation herausgebildet, die sehr selbstbewusst ist und für gleiche Rechte, zum Beispiel das Recht auf Bildung, kämpft.

Von den Inkas zu den Spaniern

Einfluss auf die Kultur im Hochland hatte das Inkareich, wovon Bolivien ein Teil war. Um 1000 v. Chr. hatte

die Tiwanaku-Kultur große Bedeutsamkeit. Bei der gleichnamigen Stadt nimmt man an, dass es ein kulturelles und religiöses Zentrum war. Im 13. Jahrhundert gewannen die Aymara mit ihren Fürstentümern Macht vom südlichen Hochland bis in das Tiefland. Als die Spanier um 1500 einfielen und ihre Spuren hinterließen, endete das Inkareich.

Bolivien, dreimal so groß wie Deutschland

Es gibt ungefähr 36 verschiedene indigene Volksgruppen, die ihre eigene Sprache haben. Deshalb sind sie ein plurinationaler Staat. Bolivien ist in Südamerika und liegt zwischen Peru, Chile, Argentinien, Paraguay und Brasilien. Die Hauptstadt ist Sucre, der Regierungssitz ist in La Paz. Der größte, aber meist von den Touristen vernachlässigte Teil des Landes, ist das Amazonastiefland. Hier ist es grün und üppig an Flora und Fauna. Die Menschen leben dort viel vom Handel und der Viehzucht. Meine Freundin, die aus dem Tiefland stammt, hatte eine Menge Tiere zu Hause und zu meiner Überraschung auch zwei Äffchen, die gerne an ihrem Arm hingen. Im Andenhochland gibt

Die größten Städte Boliviens sind im Hochland

es kaum Vegetation, es liegt auch Schnee und ist sehr kalt. Die Menschen sehen anders aus und es herrschen andere Sprachen. Jede Seite ist sehr stolz auf ihre Kultur, Sprache und Landschaft. Ähnlich wie die Bayern und Schwaben bei uns. Die größten Städte Boliviens sind im Hochland, welche auch besser entwickelt sind. Im Tiefland isst man viel Fleisch, Maniok, Reis, Kochbananen und die Gerichte sind scharf gewürzt. Es ist sehr abwechslungsreich und bunt.



Noch etwas zu den verschiedenen Landschaften, die sehr beeindruckend sind: Im Hochland, dem Altiplano, auf einer Höhe von 3500 Metern, leben überwiegend Quechua und Aymara. Das Tiefland besteht aus dem Amazonasbecken, den Pampas, dem Gran Chaco und dem Pantanal. Das Amazonasbecken befindet sich im

Die Pampas werden zur Viehzucht genutzt

Nordosten und es leben nur wenige Menschen in diesem Gebiet. Dort findet man einen Regenwald, der noch unberührt ist. Die Pampas sind flache Savannen, die hauptsächlich mit Gras bewachsen sind und nur vereinzelt, wo es etwas hügelig ist, hat sich durch die Regenzeit Regenwald gebildet. Die Pampas werden gerne für die Viehzucht genutzt. Im Süden findet man den Gran Chaco. Das sind Buschsteppen und Trockenwälder. Spannend ist auch das Pantanal, ein Sumpfgebiet, das bis nach Brasilien führt und mit seiner Flora und Fauna besticht. Auch dieses ist noch sehr unberührt und soll unglaublich schön sein.

Glaubensvielfalt

Die Bolivianer leben verschiedene Religionen. Mit der Eroberung durch Christoph Kolumbus kam ganz stark der Katholizismus. Davor herrschte vor allem in der indigenen Bevölkerung die Verehrung vieler Götter, welche sich dann verbunden hat mit dem katholischen Glauben. Bis heute findet man Riten aus dem indigenen

Glauben, die mit dem christlichen für die Menschen untrennbar zusammen gehören. Meine Freundin nannte zum Beispiel, dass manchmal Tiere geopfert werden um böse Geister zu vertreiben.

Eher nebenbei und doch wunderschön

Zum Schluss fragte ich sie noch, was jeder Tourist gesehen haben sollte auf seiner Reise. Ihr war wichtig, dass man nicht verpasst, sich auch das Tiefland anzusehen. Dieses wird in Reiseführern eher nebenbei erwähnt. Aber z. B. die Abfahrt mit dem Fahrrad vom Pass La Cumbre in die Yungas, auf der man auf 92 Kilometern einen Höhenunterschied von 3000 Metern hinter sich lässt und es auf dem Weg immer grüner und wärmer wird, sei wunderschön. Die Yungas sind das Gebiet wo die Anden in das Amazonasgebiet abfallen.

Sehr sympathisch fand ich, dass sie im Interview betont hat, dass die Bolivianer Gastfreundschaft pflegen, warmherzig sind und wenig Berührungsängste bei der Begegnung mit neuen Menschen haben. Die Amtssprache ist übrigens spanisch, mit der man im Land gut durchkommt. Nach diesem Interview überlegten wir, ob wir eine Reise dorthin planen sollen.



Vielleicht haben wir Sie ja auch ein wenig neugierig gemacht auf ein bisher nicht ganz typisches Reiseziel.

»Doreen Küßner

Quelle: Katharina Nickoleit, Bolivien kompakt, Reise Know-How Verlag H. Hermann, Markgröningen

LACHEN IST GESUND

Psychologe zu einer Frau mit Eheproblemen:
„Schreiben Sie alles, was Sie an Ihrem Ehemann
stört in einem Brief auf und verbrennen ihn
dann.“ Frau ruft einen Tag später an: „Ok, ich
habe das gemacht, was Sie gesagt haben. Und
was soll ich jetzt mit dem Brief machen?“

Bin heute Nachmittag
mit meiner Frau zu
Carglas gefahren. Von
wegen die tauschen
aus.

Falls ihr euch zwischen
Diät oder Schokolade
entscheiden müsstet,
würdet ihr dann dunkle,
weiße oder Schokolade
mit Vollmilch nehmen?

Ein Planet zum anderen:
„Oh, so ein Mist, ich habe
Menschen.“ Der andere:
„Mach dir keine Sorgen.
Das geht schnell vorbei.“

Ein Ehepaar: „Du Karl-Heinz, ich
kann nicht schlafen.“ Karl-Heinz:
„Das Böse schläft nie.“

Ein Engländer gab mir
neulich einen Tipp: „An
apple a day keeps the
doctor away.“ Tja, hab ich
ausprobiert. Funktioniert
aber nur, wenn man hart
genug wirft.

Quelle: aberwitzig.com

RÄTSELECKE

Denksport

Was wird hier gesucht?

- 1) Welcher Stuhl hat keine Beine?
- 2) Welche Welle macht nicht nass?
- 3) Was hat 6 Füße und singt?
- 4) Wobei vertippen sich Sekretärinnen am meisten?
- 5) Welcher Fall tut nicht weh?

Wortspiele

In der Mitte ein Wort einsetzen, mit dem das
erste Wort endet und das zweite beginnt.

- a) ABEND ZEICHEN
- b) KARTOFFEL SCHÜSSEL
- c) SCHNEE KAMMER
- d) MEISTER STAHL
- e) BÜRO TRAINING

Auflösung aus der letzten Ausgabe (#27):

- 1) Eine Wurst 2) Ein Nagel 3) Die Einbildung
- 4) Das Luftschloss 5) Wenn sie ausgelassen ist
- a) AUFLAUF b) STEIN c) DAMPF d) MOTOR e) SPIEL

Quellen: raetselstunde.de // raetseldino.de



syndikat4
GERMAN WALLOVERING



Design Tapeten nach Maß!

Made in Schwabenland, handgeschnitten und individuell. Jede Tapete wird in einem aufwendigen Verfahren mit viel Handarbeit produziert. Der Schwerpunkt liegt auf den Motiven, die Grafiker und Designer in anspruchsvoller Detailarbeit herstellen und ausarbeiten.

Mehr unter: syndikat4.com

AM MORGEN
PFEFFERS FRÜHSTÜCK

AM MITTAG
DAS KLEINE MENÜ
VON 12-14.30 UHR

AM NACHMITTAG
KAFFEE UND SÜSSES



**FEINKOST
IM
FLEISCHHAUS**

FRISCHE PASTA,
KÄSE UND SCHINKEN,
GUTE ÖLE,
KOCHZUTATEN,
WEINE UND
SCHOKOLADE.

ALLES FÜR DEN
TÄGLICHEN BEDARF
ODER
SCHÖNE PRÄSENTE
FÜR DIE LIEBSTEN.

