

WAHNSINNS WELT

The cover features a central illustration of a woman with dark skin and hair, wearing a quill pen in her hair. She has traditional markings on her face. Her right hand is raised, showing a knife on her palm. The background consists of several stylized, light-colored figures with different facial expressions. The overall color palette is muted, with olive green, brown, and red tones.

DAS MAGAZIN AUS DEM THERAPEUTIKUM

#30

NATIONAL- ALLEGORIEN

Figuren fürs
Volk Seite 20

100 JAHRE INSULIN

Von der Entdeckung
bis heute Seite 28

BIOGRAPHIEN

Das Leben auf
Papier Seite 36

Talbu das;〈polynes.〉

Ungeschriebenes Gesetz, das
verbietet, bestimmte Dinge zu tun.

FALAFELO[®]

Syrian food



THE DINING ROOM

Mehr Platz für guten Geschmack!
Besucht den neue Falafelo Dining Room,
damit Ihr in feinsten Atmosphäre eure
Lieblingessen entspannt geniessen könnt.
Diesen könnt Ihr auch für Eure Partys,
besondere Anlässe und Geschäftsfeiern
buchen. Denn man muss die Feste feiern
wie sie fallen!

FOOD TRUCK CATERING

Buche unseren Food Truck für dein Event. Leckere Wraps, frische Salate, feinste Bowls nach syrischem Originalrezept mit selbstgemachten Saucen und vieles Mehr. Ob bei Seminaren, Messeveranstaltungen, Kantineinsatz, mit uns wird dein Event zu einem kulinarischem Erlebnis.

BUFFET CATERING

Wir bringen dir unsere Falafelo Speisen
"zum selbst belegen" zu deiner Location.
Deine Gäste können sich Ihre Falafelo
Speisen selbst kreieren. ENJOY SYRIYAN
FOOD! Hochzeit, Business Lunch, Tagun-
gen, Geburtstage ... Schreibe uns deine
Vorstellungen und Wünsche per Email.



Liebe Leser*innen,

wir wollen Ihnen wieder eine große Freude bereiten mit der 30. Ausgabe der Wahnsinnswelt. Diese feiert auch ein kleines Jubiläum: 15 Jahre. Wie entstand eigentlich dieses Magazin?

Als ich vor 17 Jahren die Geschäftsführung des THERAPEUTIKUM übernahm, galt es herauszufinden, welche zukünftigen Angebote Menschen mit einer psychischen Erkrankung benötigen. Die Grundlagen in der medizinischen und beruflichen Rehabilitation, der sozialen Teilhabe und der Teilhabe an Bildung und Arbeit waren geschaffen. Im Bereich Arbeit gibt es die Werkstatt für Menschen mit Behinderung.

Ich wollte herausfinden, welche Art von Arbeit von den Rehabilitanden gewünscht wird. Dazu führten wir mit Frau Dr. Heidrun Metzler vom Zentrum zur interdisziplinären Erforschung der „Lebenswelten behinderter Menschen“ der Universität Tübingen eine Studie durch. Die Ergebnisse veranlassten uns dazu, attraktive Arbeitsplätze zu schaffen, um höherwertige und gesellschaftlich anerkannte Produkte herzustellen. Doch nicht jeder Rehabilitand fand sich in einer Produktion wieder. Einige hatten in ihren Studienjahren an Literatur, Politik und Theologie Gefallen gefunden. Dem wollten wir Rechnung

tragen mit der „Arbeit“ an einem Magazin. Die Wahnsinnswelt wurde erschaffen.

Ein Redaktionsteam aus 6 bis 8 Rehabilitanden startet unter professioneller Anleitung jede Ausgabe mit der Suche nach einem Titelthema und den Autoren, die sich damit befassen wollen. In regelmäßigen Redaktionskonferenzen wird einerseits alles rund ums Schreiben gelehrt und andererseits werden alle weiteren Beitragsideen diskutiert und Beiträge redigiert. Nach Redaktionsschluss erstellt unsere Mediengestaltung, die Teil unseres Bildungszentrums ist, dann das Layout und veranlasst den Druck.

Jede Ausgabe unseres Infotainment-Magazins entführt Sie mit seinen spannenden und gut recherchierten Berichten in die Vielfältigkeit unseres Lebens und macht das Redaktionsteam stolz, weil Sie sich für uns interessieren.

Unser Dank gilt allen Leser*innen.

Martina Wieland
Geschäftsführerin

14



20



TITELTHEMA

- 6 Tabus
Ungeschriebene Gesetze

FORUM

- 14 Seltene Tiere im Sperrgebiet
35 Jahre Tschernobyl
20 Nationalallegorien
Figuren fürs Volk
24 Gärten des Grauens
Der Schotterwahn
27 Zurück in die Zukunft
Ein Kommentar zur Mobilität

GESUNDHEIT

- 28 100 Jahre Insulin
Von der Entdeckung bis heute

ERNÄHRUNG

- 31 Die Hagebutte
Eine kleine Vitaminbombe
32 Herrlich leckere Rezepte:
· Gemüse-Kartoffelrösti mit Frischkäsedip
· Erdbeer-Kefir-Smoothie

KUNST UND KULTUR

- 34 Lies mal wieder
Ein Plädoyer fürs Lesen und das Buch
35 Buchtipp: Christoph Sonntag
„Wenn der Mostmann zweimal tingelt“
36 Biographien
Das Leben auf Papier

33



36



44



100 JAHRE
INSULIN
Seite 28

FREIZEIT

- 40 Warum in die Ferne schweifen ...
Das Elsenzthal
- 42 Spieletipp: Binokel
Ein unterhaltsames Kartenspiel
- 44 Wenn jemand eine Reise tut ...
Wo die Schwarzwälder-Kirschtorte
zu Hause ist

DA WAR NOCH WAS

- 48 Schauerkerzen
Ein Brauchtum seit 1497
- 49 Der gesunde Menschenverstand
Vielzitiert und schwer zu finden
- 50 Lachen ist gesund
- 50 Rätselecke

IMPRESSUM

WAHNSINNSWELT
Herausgeber

Fachlicher Beirat
Redaktion

Chefredakteur/Produktion
Fotos


THERAPEUTIKUM
MIT BEGEISTERUNG SOZIAL.


DER PARITÄTISCHE
BADEN-WÜRTTEMBERG
Tochterunternehmen

Ausgabe 30 | Winter 2021/2022

 **15** JAHRE
WAHNSINNSWELT
2006-2021

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, © Perry-stock-adobe.com, © Andrey Rut-stock-adobe.com, © gudkovandrey-stock-adobe.com,
© tijuana2014-stock-adobe.com, © tramster-stock-adobe.com, © momius-stock-adobe.com, © Patrick Foto-shutterstock.com, ©
fottoo-stock-adobe.com, © GiorgioMorara-stock-adobe.com, © Inna_G-stock-adobe.com, © Pixelbliss-stock-adobe.com, © Lukas-
Gajda-shutterstock.com, © davehanlon-stock-adobe.com, © ISTuningART-stock-adobe.com, © Eberhard-stock-adobe.com, ©
fotoknips-stock-adobe.com, © Daniel Beckemeier-stock-adobe.com, © Veronika-stock-adobe.com, © lordanis-shutterstock.com, ©
schankz-stock-adobe.com, © Дмитрий Поташкин-adobe.com, © SciePro-istockphoto.com, © adragan-stock-adobe.com, © clu-is-
tockphoto.com, © JHM-stock-adobe.com, © jarafoti-stock-adobe.com, © Dirk-stock-adobe.com, © Robert Schneider-adobe.com, ©
FootToo-istockphoto.com, © Benedikt Eisele, © Maks Richter, © picture alliance / akg-images, © picture alliance / Courtesy Everett
Collection, © picture alliance / ullstein bild, © B.Otto, Rhein-Neckar-Kreis.de, © mauritius images/ Volker Dautzenberg, © Alamy Stock
Fotot / Jochen Schlenker, © Vitalina Rybakova-stock-adobe.com, © kasia2003-stock-adobe.com, © Jacob Lund-stock-adobe.com

TABUS

Erzeugen,
Bewahren oder
Brechen

Der Ursprung

Das kurze und uns heute in vielfältigen Zusammenhängen vertraute Vierbuchstabenwort „Tabu“ und seine damit verbundene sozialpsychologische Konzeption entstammt ursprünglich keiner der uns geläufigen europäischen Sprachfamilien. Die Forschung stimmt jedoch mittlerweile darin überein, dass dieser Begriff erst gegen Ende des 18. Jahrhunderts von Kapitän James Cook bei seinen drei Schiffsreisen durch das pazifische Polynesien im Kontakt mit den indigenen Ureinwohnern als genuines Phänomen „entdeckt“ wurde. In Folge ergab es sich, dass er als prägnantes Beispiel für Verbringung immateriellen Kulturguts nach England gelangte.

Von dort ausgehend verbreitete sich dieses exotisch anmutende Kurzwort als feststehender Begriff in nahezu alle Länder der westlichen Hemisphäre und fand nachhaltig Eingang in den Sprachgebrauch des internationalen Bildungsbürgertums, da in den etablierten Kultursprachen bis dato keine so einprägsame Entsprechung für das damit Gemeinte vorzufinden war. Im ursprünglichen Wortsinn haben die Ureinwohner Polynesiens damit sowohl im religiösen wie auch im profanen Gebrauch etwas beschreiben wollen, was nach unserem Verständnis am ehesten als „intensiv markiert“ oder „nachhaltig gekennzeichnet“ beschrieben werden kann. Aber auch uns vertraute Bedeutungen wie „heilig“ und „unantastbar“ bzw. im Sinne von „stillschweigend normativ verbindlich“ und daher nicht weiter „hinterfragbar“ spielen hier mit hinein.

Es kennzeichnet somit ein im dortigen Kulturraum weit verbreitetes Verständnis eines normativen soziokulturellen Kernbestands, wenn im von Gottheiten strukturieren Alltag der indigenen Ursprungsbevölkerung Polynesiens bestimmte abgrenzbare Areale in der Natur, wie Berge, Täler und Flüsse oder Naturwesen wie Tiere und Pflanzen streng als heilig und folglich als unantastbar verehrt wurden. Daher verstand es sich von selbst, dass strikte unausgesprochene Gebote galten, diese „Heiligen Bezirke“ weder zu betreten, noch Namen bestimmter Naturwesen auszusprechen oder diese gar unangemessen zu berühren. Auf jeden Fall sollte mit diesem Verhalten vermieden werden, den Zorn der Götter ohne Not auf sich zu ziehen.

Mentalitäten und Verhaltensmuster

Tabus entstehen nach bisherigem Kenntnisstand regelrecht vor dem Hintergrund historisch gewachsenen Zusammenwirkens von sowohl religiös weltanschaulich als auch soziokulturell stabil ausbalancierten Wertesystemen. Gleichwohl neigen Tabus dazu, individuell nach den Vorgaben gebietsspezifischer Mentalitäten und religiöser Glaubensinhalte teils erheblich zu variieren. Dabei unterscheiden sich die weltweit auftretenden Erscheinungen z. T. sehr unterschiedlicher Mentalitätsformen gerne auch hinsichtlich ihrer über Jahrhunderte traditionell geprägten Verhaltensmuster und weiter auch durch ein diesbezügliches Vorverständnis. Dieses ermöglicht erst einen daraus abgeleiteten gesellschaftlich gepflegten Kernstand an religiöser und soziokultureller Werteorientierung, damit angemessen reflektiert werden kann, wie ein für alle geltender Kanon an regelkonformen Verhaltens- bzw. Handlungsempfehlungen auszusehen hat. Hier wird infolgedessen von der gesellschaftlich wie auch politisch relevanten Mehrheit aufgrund ihrer impliziten Dominanz ein gültiges moralisches Urteil gefällt, ob ein kritikwürdiges Verhalten gerade noch als mit Sittlichkeit und Anstand vereinbar oder im Gegenteil als „tabu“ im Sinne von unangemessen und daher als moralisch verwerflicher Regelverstoß eingestuft werden muss.

Tabus als Rote Linien

Heute möchte sich kaum ein Zeitgenosse, der im weiterhin grenzenlosen Europa unterwegs ist, so ohne weiteres von den „Roten Linien“, die von unsichtbaren aber dennoch wirksamen gesellschaftlichen bzw. gruppenspezifischen Tabus gezogen werden, grundsätzlich in der freien Entfaltung seiner Persönlichkeit nennenswert beeinträchtigt fühlen. Vor 100 Jahren war das noch anders.

Was ist erlaubt in der Öffentlichkeit

Besonders die gesamtgesellschaftlichen Vorstellungen bezüglich des Aufenthalts im öffentlichen Raum und der von der jeweils herrschenden aktuellen Mode beeinflusste Bekleidungsstil haben sich geradezu beispielhaft in den letzten Jahrhunderten in so gut wie allen Ländern Europas für uns alle deutlich spürbar verändert. Vor über hundert Jahren, im Sommer 1919, hat ein nach den damals geltenden Maßstäben als peinlich einge-

stufes Gruppenfoto des damaligen Reichspräsidenten Friedrich Ebert zusammen mit Reichswehrminister Noske und anderen, die sich als Repräsentanten der jungen Weimarer Republik am Ostseestrand spontan in damals als unvorteilhaft geltenden kurzen Badehosen moderner Prägung und eben nicht in den üblichen Badeanzügen ablichten ließen, noch einen öffentlichen Skandal erzeugt. Dieser löste ein gewaltiges Medienecho aus und war geeignet, auf breiter Front die Gemüter zu erregen; der Unterschied zum Kaiserreich, das strikt darauf geachtet hatte, dass sich die Spitzen der Gesellschaft ausschließlich in Paradeuniform und in weltmännischer Pose fotografieren ließen, konnte deutlicher nicht sein.



Ein vergleichbarer Sachverhalt würde in der heutigen öffentlichen Wahrnehmung höchstens noch mit einiger Belustigung und gelegentlichem Schmunzeln zur Kenntnis genommen. Außer Bundeskanzlerin Angela Merkel hat einen ihrer denkwürdigen Auftritte in edler Abendgarderobe

inklusive unübersehbarer suppentellergroßer Schweißflecken unter den Armen und das ausgerechnet bei den ehrwürdigen Bayreuther Wagner-Festspielen. Dann, aber nur dann ist das eine fundierte empörende Berichterstattung im Leitmedium mit den vier Buchstaben bis hin zu den seriösen Tagesblättern wert.

Oder andersherum, es handelt sich um den ehemaligen und sonst eher dröge wirkenden Bundesverteidigungsminister Rudolf Scharping im Kabinett von Bundeskanzler Gerhard Schröder (1998-2005), dessen Urlaubsfotos im Sommer 2001 auf Mallorca vom fröhlichen Planschen in einem Pool mit seiner neuen Liebe ausgerechnet dann in einem überregional bekannten einschlägigen Boulevardmagazin abgedruckt wurden, als Hunderte von Bundeswehrsoldaten kurz vor der Premiere eines in der Geschichte der Bundesrepublik erstmalig geplanten Einsatzes als Bodentruppen standen, der unter dem Oberbefehl der NATO zur Befriedung der damals schwelenden Balkankrise durchzuführen war. Hier war aber eher nicht eine ‚peinliche Badehose‘ der eigentliche Stein des Anstoßes, sondern der wahre Tabubruch lag wohl darin, dass von einem Bundesminister der Verteidigung erwartet werden darf, dass er als oberster Dienstherr

der Streitkräfte bezüglich eines bevorstehenden militärischen Auslandseinsatzes die ihm übertragene Verantwortung aufgrund des Ernstes der Lage nicht quasi beim Posen im Pool so nebenbei, sondern aus einem Krisenstab innerhalb eines angemessenen ‚Krisenreaktionszentrums‘ heraus wahrzunehmen hat.

Krisen verändern die Spielregeln

Generell haben in der Geschichte stets große Krisen, wie insbesondere die beiden Weltkriege, einiges dazu beigetragen, dass bestehende gesellschaftliche Tabus nach und nach gebrochen wurden und sich traditionelle Vorstellungen und Standards stark gewandelt haben. Der Not gehorchend waren daher viele Frauen gezwungen, in Rüstungsbetrieben schwere und belastende Arbeiten zu verrichten, die man ihnen in Friedenszeiten überhaupt nicht zugetraut hätte. Dies geschah einfach deshalb, weil nahezu alle männlichen Industriearbeiter als Soldaten an den Kriegsfrenten im Einsatz waren. Denn ursprünglich galt nach dem damals vorherrschenden Verständnis der Geschlechterrollen für die ‚Frau in der Gesellschaft‘ die ausschließliche Befassung mit den ‚Drei K‘ als gesetzt. Diese standen jeweils stellvertretend für die zugewiesenen Zuständigkeitsbereiche ‚Kinder, Küche und Kirche‘ und repräsentierten damit mehr oder weniger unverrückbar die für Frauen vorgegebene Aufgabenzuweisung innerhalb der häuslichen bzw. kirchlichen Gemeinschaft.

Traditionelles Rollenbild

In den Friedensdekaden nach Kriegsende 1945 entwickelte sich die gesellschaftliche Erwartungshaltung zumindest im Westen Deutschlands erstaunlicherweise erneut deutlich in Richtung traditionelles Rollenbild zurück. Für unser heutiges Verständnis von Gleichberechtigung lösen vor allem solche Auffassungen aus den fünfziger Jahren Unverständnis aus, die zu dieser Zeit uneingeschränkt als normal galten; beispielsweise hatten verheiratete Ehefrauen bei Aufnahme einer Arbeit oder Eröffnung eines Bankkontos regelrecht die Zustimmung ihres Ehegatten verpflichtend einzuholen. Heute ohne Frage unvorstellbar! Und dies alles vor dem Hintergrund, dass insbesondere die Gleichstellung der Geschlechter bereits ab dem 08. Mai 1949 von den Müttern und Vätern des Grundgesetzes noch vor der Gründung



der Bundesrepublik Deutschland zumindest auf dem Papier fest verankert wurde.

Die Proteste von 1968 und ihre Folgen

Die Entwicklung vor und nach den Jahren 1967/1968 hat den Umgang mit gesellschaftlichen Tabus weiter gelockert und für die Zeit nach dem Jahr 2000 die Standards weiter verändert. Mit dem Ruf „Unter den Talaren – der Muff von tausend Jahren“ verschaffte sich eine junge und den vorgeblichen Errungenschaften der Nachkriegszeit kritisch gegenüberstehende Studentenschaft im Deutschland der ausgehenden 60er Jahre zunehmend republikweit Gehör. Beste-

hende hierarchische Strukturen an Universitäten, Unternehmungen und Bundesbehörden wurden zunehmend auch in den damaligen Leitmedien hinsichtlich einer möglicherweise fragwürdigen demokratischen Legitimation häufiger kritisch beleuchtet. Dabei gab es mehr und mehr gesamtgesellschaftliche Bestrebungen, eine steigende Anzahl der an höchster Stelle, wie auch im Mittelbau in Verantwortung stehenden Repräsentanten auf bislang unbekannte Verstrickungen mit den Machenschaften des Unrechtsregimes während des Dritten Reiches von 1933 – 1945 zu überprüfen. Auch jene Personen gerieten dabei zunehmend in den Fokus, deren auffallend kontinuierlich verlaufende Karrieren vor und nach 1945 bisher wenig Anlass für inkriminierte Verfehlungen geboten hatten.



Mantel des Schweigens

Noch bis Mitte der sechziger Jahre wären solcherart Bestrebungen sicherlich noch von gesellschaftlicher Stigmatisierung bzw. Tabuisierung betroffen gewesen; denn Kanzler Konrad Adenauer (Kanzler von 1949–1963) bleibt bis zum heutigen Tag mit folgendem Sinnspruch in Erinnerung: „Sie können doch verschmutztes Was-

ser nicht einfach wegschütten, solange Sie noch kein frisches haben“; was hier sinngemäß bedeuten soll, dass man im Zeithorizont des Wirtschaftswunders aus Fachkräftemangel unter Umständen eher als in späteren Epochen geneigt war, die fachlichen Kompetenzen eines leitenden Angestellten deutlich über seine persönliche und moralische Integrität während des Dritten Reiches zu stellen. Aus pragmatischen Gründen hat man sich hier wohl schlicht für Verdrängung und den gnädig auszubreitenden Mantel des Schweigens entschieden, statt den im Grunde nach erforderlichen sozialen Integrationsprozess mit einer breit und beispielhaft demokratisch geführten Debatte zu unterstützen. Aber soweit in der Erkenntnis, wie wir sie im Lichte heutiger Erfahrung sehen, war man vor gut siebzig Jahren offenbar noch nicht; der Wiederaufbau wollte gestemmt sein und wohl aufgrund des Vorrangs der Daseinsvorsorge gab es schlicht wenig Interesse an theorielastigen Debatten rund um kollegiale Seilschaften, machtgierige Klüngel und anderen Kungeleien in den Führungsebenen von Industrie und Verwaltung. Hätten diese Debatten damals konkret stattgefunden, wären ihre Urheber vermutlich als üble Nestbeschmutzer dahingehend diskreditiert worden, dass sie offensichtlich das Geschäft des politischen Gegners betreiben und dem Kommunismus Tür und Tor öffnen wollten, was

angesichts der damaligen politischen Großwetterlage mitten im Kalten Krieg, allgemein als größtmöglicher politischer Tabubruch hätte gewertet werden müssen. Aus diesen und vielen anderen Gründen stellten daher die in die sechziger Jahre zu datierende Gründung eines Sozialistischen Deutschen Studentenbundes (SDS), wie auch die spätere Herausbildung einer Außerparlamentarischen Opposition (APO) eine offensichtliche gezielt vorgetragene Provokation christlicher wie konservativer politischer Kreise dar, die von diesen als heftiger politischer Tabubruch, wenn nicht gar als ein umfassender politischer Dammbruch innerhalb des als stabil erachteten bundesrepublikanischen Verfassungsbogens empfunden wurde. Auch eine sozialliberale Koalition unter Kanzler Willy Brandt mit dem Motto „Mehr Demokratie wagen“ in der Dekade von 1969–1982, die einige dieser Provokationen konstruktiv aufgriff und in eine allgemein befriedende politische Agenda (z. B. Initiative Bildungsreform) umzusetzen versuchte, konnte nicht verhindern, dass eine gegenläufige Bewegung ab den siebziger Jahren und spätestens ab 1982 mittels Ausrufung einer geistig-sittlich-moralischen Wende durch den späteren Bundeskanzler Helmut Kohl mit seiner Amtsübernahme die politische Rahmensetzung konservativer ins Werk setzte.

Einfluss von Bildung, Wissenschaft und Internet

Angefangen bei der freien Berufswahl und der weitreichend gewährten Niederlassungsfreiheit innerhalb der Europäischen Union bis hin zur diskriminierungsfreien Wahl des Familienstandes und damit einschließlich der individuellen neigungsgebundenen sexuellen Orientierung, wie auch des davon unabhängigen angestrebten sozialen Status⁷, haben die heute lebenden Generationen einen Grad an freiheitlicher Grundorientierung erreicht, die in den zurückliegenden Jahrhunderten für viele unerreichbar schien. Gerade auch die durchgängige und selten infrage gestellte aufklärende Rolle der verschiedenen Wissenschaften, wie auch die zunehmende Akademisierung breiter gesellschaftlicher Schichten haben ihren Beitrag geleistet, dass möglicherweise bestehende Tabus und Tabuzonen für den Einzelnen und innerhalb sozialer Gruppen immer seltener bewusst wahrgenommen und wohl auch deswegen weniger intensiv reflektiert werden wollen.

Ebenso haben wachsende Angebote der seit zwanzig Jahren stetig weiterentwickelten Sozialen Plattformen und Netzwerke im Internet entscheidend dazu beigetragen, dass die Debatte über so ziemlich alle relevanten Themen bis hin zur absurdesten Nebensächlichkeit schamlos, tabulos und leider auch frei von jeglichem Anstand und Respekt



vor der Meinung Andersdenkender geführt wird. Hier erscheint es mir angebracht, einige der durchaus wichtigen Funktionen der vielfältigen Tabuformen in der Geschichte der Menschheit bis zum heutigen Tag schlaglichtartig zu beleuchten und sie auf ihre weiterhin unverzichtbare Bedeutung zu untersuchen.

Tabu-Kategorien und Zielsetzungen

Tabus im überschaubaren Leben, wie im Weltmaßstab, sind meines Erachtens grundsätzlich mindestens in vier mehr oder weniger abgrenzbare Kategorien einzuteilen, die sich bezüglich ihrer grundlegenden situativen Ausrichtung unterscheiden:

Als erste Zielsetzung wäre die mit dem Tabu verbundene und quasi unausgesprochen erwünschte gruppenbezogene Schutzwallfunktion, wie sie im

Artikel 1 des Grundgesetzes zum Ausdruck kommt, zu nennen: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt“. Hierbei typisch für das Tabu, es ist versehen mit dem besonderen Stigma der Unantastbarkeit.

Als zweite Zielsetzung wäre eine den offensichtlichen Kontrollverlust wie auch eine kritische Berührung von Scham- und Peinlichkeitsgrenzen vermeidende Abgrenzungsfunktion des Tabus zu erwähnen: „Über Geld spricht man nicht, das hat man oder eben nicht. Das geht niemand etwas an.“ Im Ausnahmefall nur diejenigen, die von Gesetzes wegen darüber informiert werden müssen und deren Kenntnisnahme dem Steuergeheimnis unterliegt.

Als dritte Zielsetzung wäre hier schließlich die an staatliche Gesetzgebung und Normenkontrolle anknüpfende Funktion der „sozialen Ächtung“ bzw. das „An den Pranger stellen“ wegen Verstoßes gegen allgemeingültige und moralisch verfestigte Normen und Regeln an dieser Stelle zu erwähnen: „Alkohol am Steuer“ gilt als Tabu – streng nach Gesetz, wie auch im öffentlichen Urteil zum Schutze unbeteiligter Dritter; im Übrigen hat der Entzug der Fahrerlaubnis als Folge einer Trunkenheitsfahrt neben dem Aspekt der Strafe, auch den einer eher milden gesellschaftlichen Ächtung. Denn bekanntlich mag kaum ein Betroffener diesen Sachverhalt innerhalb seines Freundeskreises umfassend und mit Häme kommentiert sehen.

Die vierte Zielsetzung eines Tabus orientiert sich im Wesentlichen an einer anthropologischen Konstante, die meiner Einschätzung nach etwas mit den mentalen Verdrängungsmechanismen von Menschen und ihrem individuellen bzw. kollektiven Unbewussten zu tun haben könnte. Worauf ich damit abzielen möchte, lässt sich in etwa so beschreiben – jeder Einzelne wie auch ein Kollektiv verbinden gewisse positiv zu wertende Eigenschaften und Zuschreibungen unverbrüchlich mit dem eigenen Selbstbild und lassen sich dieses ungern von Dritten ohne guten Grund beschädigen. Folglich wird nahezu alles, was geeignet ist, gerade jenes gefestigte Selbstbild zu erschüttern, am besten bewusst verdrängt und daher gar nicht erst großartig thematisiert. So ist zum Beispiel Homosexualität im Herrenfußball fast überhaupt nicht existent und Betroffene outen sich in der Regel erst dann auch nur sehr vereinzelt, wenn sie ihre aktive Laufbahn beendet haben. Das hat vermutlich einiges damit zu

tun, dass sich aktive Spieler als eine hierarchisch strukturierte Gruppe von beinhalten Männern einschätzen, die gegenüber dem oben genannten Personenkreis besondere Vorurteile pflegen im Hinblick auf deren sportliche Leistung und spielerische Härte auf dem Platz und daher auch wenig Gemeinsamkeiten sehen.

Denk- und Sprechverbote

In größeren politischen Zusammenhängen kann man vergleichbaren Tabus ebenso hin und wieder begegnen, z. B. dann, wenn die Kanzlerin in ihren ersten Verlautbarungen nach dem angeordneten Shutdown während der Pandemiekrise im März 2020 dahingehend zitiert wurde, dass sie dazu neige, die beginnende Debatte im Kreis der Ministerpräsidenten über Strategien zur Öffnung des Wirtschaftslebens als „verfrühte Öffnungsdiskussionsorgien“ diskreditieren zu wollen. Hier zeigte sich beispielhaft, wie in dieser Situation eine nationale Führungspersönlichkeit bemüht war, im politischen Meinungsbildungsprozess unter den erschwerten Bedingungen einer Krise, ein Sprachtabu zu errichten, um ihre amtsbezogene Richtlinienkompetenz deutlich hervorzuheben. Aus meiner Sicht offenbarte sich hier das Tabu im Einfordern eines seltsam deplatziert anmutenden Denk- und Sprechverbots, welches den allgemeinen Gepflogenheiten der politischen Klasse (hier: das Gebot einer umfassenden Debatte) vielfältig zu widersprechen schien und daher in der medialen Berichterstattung hohe Wellen schlug.

Überhaupt hat die Pandemiekrise seit März 2020 uns allen schmerzhaft vor Augen geführt, dass lieb-gewonnene Gewohnheiten sowie tief verinnerlichte Selbstverständlichkeiten angesichts einer schweren globalen Gesundheitskrise nicht weiter als unantastbar gelten und quasi über Nacht mittels einer Notstandsverordnung ausgehebelt werden können. Aber Krise kennt kein Tabu und Not kein Gebot. Allerdings bestand hier das gesellschaftliche Tabu ebenso wie auch die demokratische Zumutung m. E. besonders darin, dass es hier für unser wirtschaftskonformes Demokratieverständnis extrem gewöhnungsbedürftig war, sich auf diese „Neue Normalität“ einzulassen. Erstmals seit dem 2. Weltkrieg war es zwingend erforderlich, mit einem unverhandelbaren Primat des Gesundheits- und Überlebensschutzes zugunsten von Schwächeren gegenüber dem sonst üblichen Vorrang des freien Unternehmertums, Konsums und weiterer grundsätzlich der Lebensfreude zugewandten Lebensstile leben und wirtschaften zu müssen.



Justitia vor neuen Aufgaben

Was Tabus nicht mehr erreichen, müssen Gesetze regeln.

Tabus bewahren, neu begründen oder besser brechen

Zum Ende meiner Ausführungen möchte ich daher noch auf die eingangs gestellt Frage eingehen, ob Tabus heute noch zeitgemäß sind, wir sogar neue bräuchten oder sie besser wie nutzlos gewordene Kleider abgelegt werden sollten. Hier kann es keine einfachen Antworten geben; es kommt wie immer sehr auf den Einzelfall an. Grundsätzlich halte ich solcherart Tabus für auch weiterhin wichtig, die über eine Schutzraumfunktion verfügen und deren Bewahrung evtl. einen geschützten Rahmen abseits einer an Enthüllungen jeder Art stets interessierten Öffentlichkeit bieten – zumal, wenn es um die Wahrung von Vertraulichkeit und gemeinsam zu teilenden Werten wie Anstand, Respekt, Moral und Pietät gehen soll.

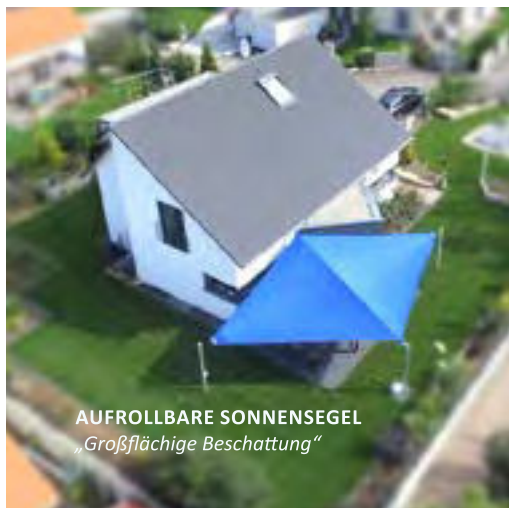
Insbesondere ethische Fragestellungen, die sich im Zusammenhang mit moderner Fortpflanzungsmedizin und ebenso unter umgekehrtem Vorzeichen am Ende menschlichen Lebens z. B. hinsichtlich Sterbehilfe und assistiertem Suizid stellen, konfrontieren uns mit unserer eigenen Endlichkeit bzw. mit den Grenzen unserer personalen Existenz im Kontext gesamtgesellschaftlicher Verantwortung. Hier sollte sorgsam abgewogen und gelegentlich auch fachlicher Rat von ausgewiesenen Experten eingeholt werden, um zukunfts- und enkeltaugliche Leitlinien zu finden. Hierbei hat sich der

Deutsche Ethikrat bestens bewährt. Jedoch haben sich die bürgerlichen Milieus und die moralische Bindekraft kirchlicher Institutionen seit mehr als fünfzig Jahren stark verändert und eher auseinanderentwickelt, sodass ein zentraler Kernbestand an maßgeblichen Grundüberzeugungen nicht mehr so einhellig definiert werden kann, wie es aber für die Etablierung von Tabus und ihre wünschenswerte Einhaltung nötig wäre.

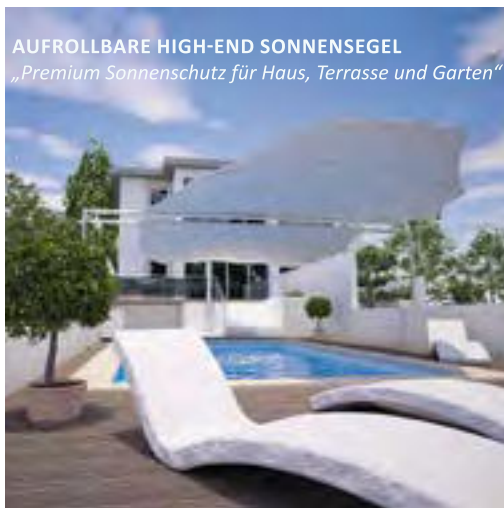
Ich bin daher überzeugt, dass eine sich weiterentwickelnde Gesetzgebung und Rechtsprechung hier einspringen sollte, um Verstöße gegen die guten Sitten, Anstand und Moral konsequent zu verfolgen und entsprechende Urteile zu fällen. Als Beispiele sind hierbei zu nennen: Das Netzwerkdurchsetzungsgesetz für das Internet (hier: Löschung von Hassreden aus Sozialen Medien) und Gesetzesinitiativen gegen sogenanntes „Up-skirting“ (hier: unerlaubtes Fotografieren unter die Bekleidung von Personen in der Öffentlichkeit) oder das strenge Verbot des Gaffens und Filmens von hilflosen oder verstorbenen Personen nach Unfällen.

Diese Initiativen des Gesetzgebers werden meiner Meinung nach in Zukunft immer wichtiger werden und die Funktionen allgemeinverbindlicher Tabus in immer tabuloserer Zeiten auf lange Sicht mit übernehmen müssen.

>> Heino Ehmann



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“



**Planen Sie Ihren
Schattenplatz
mit uns.**

Sonnenschutz | Regenschutz | Sichtschutz

www.solona-sonnenschutz.de



FREISTEHENDE LAMELLENPERGOLA
„Verstellbares Dach für optimale Lichtverhältnisse“



PERGOLA MIT VIELEN EXTRAS
„Erschaffe deinen Wohlfühl-Raum“



AUFROLLBARE MARKISEN
„Zeitlose Klassiker neu interpretiert“



GROSSSCHIRME
„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®, FIM®, LEINER®, SHADEDESIGN®, SUNFURL®, CORRADI®, C4SUN® & BAHAMA®

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



Seltene Tiere im Sperrgebiet

35 Jahre Atomreaktorkatastrophe in Tschernobyl



Der Super-GAU

Der 26. April 1986 war wohl der schwärzeste Tag im Leben der Bevölkerung von Tschernobyl. Es kam zur Reaktorkatastrophe im Block 4 des dortigen AKW, auf dem heutigen Gebiet der Ukraine. Im Radius von 30 km um ihn herum wurde daraufhin eine Sperrzone eingerichtet. 1988 schloss sich auf der Weißrussischen Seite (im südlichen Teil gelegen) das

Polesische Radioökologische Schutzgebiet an. Mit der Errichtung der Sperrzone – die zum Schutz der Bevölkerung in den angrenzenden Gebieten vor dem radioaktiven Niederschlag dient – kam es zur Evakuierung der Städte Tschernobyl, Prypjat sowie Kopatschi und weiterer Dörfer innerhalb dieses Gebietes. Den Zugang zum Sperrgebiet kontrolliert die ukrainische Miliz, er ist nur mit Genehmigung gestattet.

Beginn und Umfang der Entsiedelung

37 Stunden nach dem Unfall wurden die ersten 44.000 Einwohner der Stadt Prypjat entsiedelt. Am 2. Mai 1986 entschied sich dann die Unionsregierung basierend auf Dosisleistungsmessungen, das Gebiet mit einem Radius von 30 km um den Reaktor zu räumen. 116.000 Menschen wurden zunächst bis 6. Mai 1986 aus einem Gebiet von ca. 3.500 qkm gebracht. Die Zahl stieg etwa auf 350.000 in den Folgejahren an. Gegenwärtig erstreckt sich das Sperrgebiet mit einer Größe von etwa 4.000 qkm auf ein Gebiet zwischen der Ukraine und dem Süden Weißrusslands. 2.600 qkm gehören auch heute noch zur gefährlichen Sperrzone.



Atomkatastrophe, direkt vor Ort, die Veränderungen in der Natur, Satellitenaufnahmen schienen ihnen dabei weniger hilfreich zu sein. Die Ergebnisse dieser Forschungen fassten Nick Beresford vom Umweltzentrum der englische Stadt Lancaster und

Der Mensch ging, die Natur kehrt zurück

Die Gegend im Sperrgebiet ist heute so gut wie menschenleer. Trotzdem kamen im Laufe der Jahre ca. 300, überwiegend ältere Menschen, in ihre Heimat zurück. Tschernobyl oder Kopatschi sind heute nur noch Geisterstädte. Auch die schönen ukrainischen Bauernhäuser verfallen zu unansehnlichen Ruinen. Andere „Bewohner“ der Gegend kamen aber schon im Frühjahr 1986 zurück: Elche, Wildschweine, Wölfe, Bären sowie Rehe, Luchse und Schwarzstörche, also zum Teil auch solche Tierarten, wie sie heute in Europa nur noch selten anzutreffen sind.

Die Natur verändert sich

Der Naturschutzbiologe Tobias Kümmerle von der Berliner Humboldt Universität sieht auf Satellitenbildern, wie nach Jahren Pionierbüsche, Birken und Weiden die Wiesen überwuchern. Im Gegensatz dazu dokumentierten aber Ukrainische und Weißrussische Forscher wenige Wochen und Monate nach der

David Copplestone von der Universität Stirling in der Zeitschrift „Integrated Environmental Assessment and Management“ (Integrierte Umweltprüfung und –management) zusammen. Unmittelbar neben dem explodierten Reaktor war im Juni 1986 auf 600 Hektar der Nadelwald auf Grund der Strahlung völlig abgestorben. Die Bäume wurden gefällt und im Boden vergraben. Die Katastrophe setzte aber auch viele kurzlebige radioaktive Elemente frei, deren Strahlung bereits wenige Tage, Wochen und Monate später verschwindet, sodass sich die Strahlung dort rasch verringert. Es kamen bald Bäume und Pflanzen, wie zum Beispiel Birken hoch, die besser mit Radioaktivität umgehen können. Somit wächst in dem stark belasteten Gebiet wieder Wald.

Bei den Tieren kam es zu ähnlichen Entwicklungen. Im Sommer 1986, nur 3 bis 5 km vom zerstörten Reaktor entfernt, gab es im Wald nur noch wenige Insekten, Würmer und Spinnen, die vorher dort lebten. Nach zweieinhalb Jahren haben sich die Bestände wieder erholt, doch mit geringerer Artenvielfalt. Bis zum Herbst 1986 starb aber durch die hohe Strahlendosis ein großer Teil der Nagetiere



in der Region ab, bzw. ein Teil der neugeborenen Nager und Wühlmäuse wurde erheblich reduziert. Doch bereits im Frühjahr 1987 hatten sich die Bestände erholt, da diese Tiere häufig sehr fruchtbar sind. Auch selten gewordene einheimische Tierarten wie Luchse, siedelten sich wieder an. Nur Tiere wie Weißstörche, Spatzen und Tauben, die von den Feldern und Abfällen der Menschen leben, sind nicht mehr zu sehen.

Tiere sterben früher

Die Strahlenbelastung im radioaktiven Sperrgebiet ist immer noch deutlich höher als die Werte vor dem Super – Gau. Verschiedene Wissenschaftler berichten aber, dass Tiere und Pflanzen relativ gut damit umgehen können. Denis Wischniewski, der als Biologe im Sperrgebiet rund um den havarierten Reaktor arbeitet, bemerkte dazu auch, obwohl zahlreiche Vogelarten, Insekten und Nagetiere verschwanden, nehme nun aber die Zahl der Tiere und die Artenvielfalt wieder enorm zu. „Die Radioaktivität aber bleibt und hat negative Folgen“, erklärte der Wissenschaftler. „Die Tiere der Region haben weniger Nachkommen und sterben früher.“

Vögel vermehrt mutiert

Anders Møller vom französischen Forschungszentrum CNRS in Paris „zerstört“ nun diese Bilder der heilen Welt nach der Katastrophe. In Gebieten, in denen sie am Tag eine Strahlendosis von 1 Milli –Sievert abbekommen, leben heute weniger Waldvögel als vorher. Bei den Rauchschwalben gibt es mehr Mutationen, aus den Eiern schlüpfen seltener überlebensfähige Küken und viele Vögel haben deformierte Federn. Zur aufgeführten Strahlendosis eine Bemerkung: Die natürliche Einwirkung von Strahlen in Deutschland pro Jahr liegt bei 2,4 Milli – Sievert. Bereits diese natürliche Strahleneinwirkung kann theoretisch zu einer stochastischen Strahlengefährdung (Veränderung des Erbgutes) führen.

Vor allem Nagetiere lagern radioaktive Elemente ein

Robert Baker und Roland Chesser von der Texas Tech University in Lubbock monierten aber Anders Møllers Verfahrensweise, da er nur die äußere Strahleneinwirkung betrachtete, aber für Mutationen die innere Dosis (weil sie radioaktive Substanzen aufgenommen haben)

wichtiger ist. Mehr als 70-mal haben die beiden Forscher im Sperrgebiet die Strahlung gemessen, auch die innere Dosis von Rauchschwalben. Vergleichbar sei sie mit der Strahlenbelastung z. B. bei einem Verkehrspiloten oder einer Stewardess mit 3 Flugstunden am Tag in einer Höhe von 11.000 Metern. Sie kann kaum für beobachtete Veränderungen verantwortlich sein, so die Forscher. Die Tiere haben sich offensichtlich an die hohe Strahlung angepasst. Heute stecken noch beachtliche Mengen der radioaktiven Isotope Cäsium-137 (Halbwertszeit 30 Jahre) und Strontium-90

(Halbwertszeit 29 Jahre) im Boden. „Der Organismus der Säugetiere verwechselt dies mit lebensnotwendigem Kalium und Kalzium. Vor allem Nagetiere, die ihre Nahrung häufig aus dem Boden oder dessen Oberfläche holen, bauen diese radioaktiven Elemente direkt in Muskeln und im Knochen ein, wo sie für eine hohe Strahlenbelastung verantwortlich sind.“ Chesser und Baker finden aber nur wenig Veränderung im Erbgut der Tiere. Ihre Organismen haben sich an die hohe Strahlendosis angepasst und „reparieren auftretende Schäden im Erbgut schneller, als Tiere aus strahlungsarmen Regionen“, vermuten die Forscher. Das Gleiche trifft auch für Wühlmäuse zu.

Tierwelt profitiert vom Rückzug der Menschen

Für die Tierwelt sind die Auswirkungen der Strahlen anscheinend geringer als befürchtet. Die Tiere profitieren vom Rückzug der Menschen. Sie erobern ihre alte Heimat rasch zurück. Es wurden bereits 8 Jahre nach der Reaktorkatastrophe durch Wissenschaftler dreimal mehr Tiere gezählt, als vorher.

Weißrussland hat aus diesen Zählungen Konsequenzen gezogen und seinen Teil des Sperrgebietes zum „Staatlichen radioökologischen Naturpark“ erklärt. Dort wurden vom Aussterben bedrohte Arten wie Wisente angesiedelt, sowie auf der ukrainischen Seite 1990 eine Handvoll der seltenen Przewalski – Pferde (mit Brandzeichen) im Rahmen eines Experimen-

tes. Heute haben sich diese Tiere stark vermehrt. Es sind vor allem ihre Nachkommen (ohne Brandzeichen), die in einer Herde von etwa 100 Tieren über die einstigen Felder streifen. Dieser Nationalpark scheint zu florieren. Jim Smith von der Universität Portsmouth in England und seine Kollegen aus Weißrussland, Japan und den USA zählen vom Helikopter aus und durch wissenschaftliche Auswertungen von Wildspuren im Schnee, wie viele Rehe, Rothirsche, Elche, Wildschweine und Wölfe dort unterwegs sind. Beim Vergleich mit anderen Naturschutzgebieten in Weißrussland und Russland finden sie keine Unterschiede. „Fällt der Einfluss des Menschen weg, kommen die Tiere wieder“, äußerte sich der Forscher Tobias Kümmerle von der Humboldt Universität in Berlin, sinngemäß. Davon schienen vor allem die Wölfe zu profitieren. Smith und seine Kollegen zählten siebenmal mehr, als in vergleichbaren Gebieten.

Seltene Tiere vor der Kamera

Im Jahre 2017 schweifte der Forscher und Fotograf Sergei Gaschak mit seiner Kamera durch das 4.000 qkm verstrahlte Sperrgebiet zwischen der Ukraine und dem Süden Weißrusslands. Mit Fotofallen wollte er sehen, welche Tiere im Gebiet leben. Er erblickte so Tierarten, die er noch nie in seinem Leben in diesem Areal gesehen hatte: seltene Tiere wie Wölfe, Elche und den europäischen Bison. Auch der europäische Braunbär kam nach 100 Jahren wieder zurück. Er sah auch seltene Schwarzstörche und die vom



Aussterben bedrohten Przewalski – Pferde. Umweltschützer fordern schon eine Weile, dieses Areal in einen Nationalpark umzuwandeln. Doch die Regierung weigerte sich vehement. Es sei umstritten, wie gesund das Ökosystem im Sperrgebiet wirklich sei, da vergleichbare Studien von Gebieten mit ähnlicher Vergangenheit wie das Sperrgebiet in Tschernobyl fehlen.

In einer aktuellen Studie legten Forscher der Universität Georgia in den Kanälen rund um den havarierten Reaktor Karpfenköder aus, um mit versteckter Kamera zu sehen, welche Tierarten sich ihnen näherten. So bekamen sie unter anderem seltene Seeadler, amerikanische Nerze und Flussotter zu sehen. Insgesamt beobachteten sie 15 verschiedene Arten von Wirbeltieren, 10 Säugetierarten sowie 5 Vogelarten. Da 98 % der Köder vertilgt wurden, waren also auch viele Aasfresser zugegen. Es wurde auf Grund der Artenvielfalt festgestellt, dass die Tiere hier einen sicheren Zufluchtsort gefunden haben.

Nach Jahrzehnten ist der Braunbär zurück

Im Sperrgebiet in der Ukraine scheint es den Tieren ähnlich gut zu gehen. Mike Wood von der Universität im englischen Salford baute seit 2015 in drei Untersuchungsgebieten Fotofallen auf. In den ersten 12 Monaten lieferten sie bereits über 150.000 Aufnahmen verschiedener Tiere. Er sah darauf Wölfe, Elche, Rotwild, Rehe und Wildschweine, auch den seltenen Schwarzstorch und Luchse. Den ausgesetzten Wisenten und Przewalski – Pferden geht es gut, sie haben



sich kräftig vermehrt. Die große Sensation in der Fotofalle war ein Braunbär. In der Umgebung von Tschernobyl sah man ihn seit Menschengedenken nicht mehr.

Unterschiedliche Meinungen

Der Wissenschaftler Denis Wischnewski spricht nunmehr von einer „Renaissance der Natur“. Der Biowissenschaftler Tim Mousseau, der mit seinem Team seit Jahren neben Tschernobyl auch die Artenvielfalt im japanischen Fukushima untersucht, ist da nicht so euphorisch. Seiner Meinung nach ist es klar, dass sich einige Tierarten ausbreiten, wenn der Wald abgeschottet ist. Das

sollte jedoch nicht über die fatalen Folgen der Verstrahlung hinwegtäuschen. „Selbst der Ruf des Kuckucks ist davon betroffen“ äußerte er sich. Auch die Forscherin Marina Schkwyrja vom Zoologischen Institut Schmalhausen in Kiew warnt davor, das Sperrgebiet als Naturreservat zu idealisieren. „Die Zone ist einzigartig, aber trotzdem nicht gerade ein Paradies für die Tiere“.

Mein Fazit

Die Reaktorkatastrophe von Tschernobyl war furchtbar für Menschen, Fauna und Flora. Der Natur schadete sie aber scheinbar weniger, als der Einfluss des Menschen.

>> Gunther Schuster

Quellen: tagesspiegel.de // sn.at // focus.online.de // Wikipedia.de // focus.de

PRINT · SIGN · MEDIA · EVENT

Kreatives sichtbar machen.



FRANZ MEDIAPRINT
KREATIVES SICHTBAR MACHEN

**Fullservice-Dienstleister
für Firmenkommunikation.**

Riemenstraße 5/2 • 74906 Bad Rappenau
Telefon 0 72 64 / 95 999-0



www.franz-mediaprint.de | www.mediaprint.shop

NATIONAL- allegorien

Figuren fürs Volk

Nahezu jede Nation hatte im Laufe ihrer Geschichte eine sagenhafte Person oder Gestalt, die ihr Land im übertragenen Sinne widerspiegelte. Andere wiederum erschuf man, um den Staat oder seine Einwohner mit gesellschaftskritischen Karikaturen satirisch darzustellen. Einige von ihnen wurden mittlerweile unbedeutend, andere verehrt man auch heute noch.

Beschützende Damen

War die Allegorie eines Staates eine Frau, so übernahm sie nicht selten einen mütterlichen Charakter, da sie wie eine Mutter ihre Kinder – also in diesem Fall das Volk – beschützt. Figuren wie Mutter Albanien oder die schwedische Mutter Svea untermauern diese Darstellung. Während der Sowjetzeit stellte man rund um die UdSSR in einigen Städten sogar Denkmäler für Mütterchen Russland auf. Bereits die Einwohner des antiken Athens hatten mit Athene eine ähnliche Figur, die sogar Schutzpatronin der gleichnamigen Stadt war. Ihr zu Ehren erbaute man den Tempel Parthenon auf der weltberühmten Akropolis. Weitere bekannte Stadtpatroninnen sind Roma in der italienischen Hauptstadt sowie Harmonia in Hamburg. Für das traditionell katholisch geprägte Polen entstand als symbolisches Ebenbild des Landes die Polonia, deren Erscheinung stark der Jungfrau Maria ähnelt und ebenfalls einen Charakter einer Beschützerin trägt.



Feindliche Germanin wird Deutsche

In der Geschichte gab es auch Figuren, die einem starken Bedeutungswandel unterliefen. Das hierzulande berühmteste Beispiel mag wohl Germania sein. Den Ursprung fand sie bei den Römern, die sich eine fiktive Figur vorstellten, welche die gesamten germanischen Völker widerspiegelte. Im Mittelalter wandelte sich die Figur erstmals stark, sodass man nur noch Gebiete meinte, in denen man laut damaliger Meinung „Deutsch“ sprach. Mit der Abspaltung der Niederlande und der Schweiz aus dem Heiligen Römischen Reich Deutscher Nation verkleinerte sich auch peu à peu der Raum, in dem Germania bedeutsam war. Durch weitere Bedeutungswandlungen und Erschaffungen eigener Allegorien, wie der schweizerischen Helvetia oder der österreichischen Austria, stieg auch dort immer mehr die Belanglosigkeit der Germania als eigene Figur. Heutzutage wäre Germania wohl nur noch ein Ebenbild für das heutige deutsche Gebiet, hätte man ihre Personifikation während der letzten Kriege nicht nationalistisch und propagandistisch missbraucht. Dies ist wohl einer von mehreren Gründen, warum Germania im heutigen Deutschland fast ausnahmslos an Bedeutung verlor.



hatte ab Ende des 18. Jahrhunderts eine eigene Figur namens Heilbronnia, die einst der Sontheimer Bildhauer Albert Guldenstein erschuf. Heilbronnia ersetzte bis 1904 die römische Glücksgöttin Fortuna, die auf der Säule des Fleinertorbrunnens thronte. In jenem Jahr tauschte man Heilbronnia bereits wieder gegen eine neue Fortunafigur aus. Die mittlerweile kopflose Skulptur wird heute im Heilbronner Lapidarium aufbewahrt.

Von Bayern bis Berlin

Anders blieb das bei Bavaria. Zwar durchlebte sie einen ähnlichen Bedeutungswandel wie Germania, so stellt sie aber noch heute im Vergleich zur gesamtdeutschen Allegorie eine etwas übergeordnete Rolle als Sinnbild eines „Landes“ dar. Ein berühmtes Ebenbild von Bavaria steht auf der Münchner Theresienwiese, was die Figur dank des Oktoberfestes mehr oder weniger weltweit bekannt machte. Im Vergleich dazu sind beispielsweise Borussia, die auf der Berliner Siegessäule thront, Franconia auf dem gleichnamigen Brunnen in Würzburg sowie Saxonia auf dem Dresdener Hauptbahnhof mehr als unscheinbar. Andere Denkmalehrungen, wie Berolina auf dem Berliner Alexanderplatz oder die Stuttgarter Württembergia verschwanden nach dem Zweiten Weltkrieg von der Bildfläche. Sogar Heilbronn

Pour la liberté – Für die Freiheit

Noch heute hat Marianne einen sehr hohen Stellenwert als Nationalfigur unserer frankophonen Nachbarn. Während der Französischen Revolution entstanden, gilt sie seither als Symbol der Freiheit, für die einst die Sansculotten kämpften. Meist barbusig und mit phrygischer Mütze dargestellt, deren Form leicht an jene der Schlümpfe erinnert, kennt man die Figur durch das berühmte Gemälde „Die Freiheit führt das Volk“ von Eugène Delacroix praktisch weltweit. Es gibt nahezu kein Rathaus in Frankreich, ohne dass Marianne in irgendeiner Form verehrt wird. Gleich zweimal steht sie sogar als große Skulptur auf der Gemarkung von Paris; nämlich einmal am Place de la Nation und einmal am Place de la République.



Der Merlion, das Wahrzeichen von Singapur:
Eine Marketingidee, halb Löwe, halb Meerjungfrau.

Ebenfalls politisch bedingt entstand im Vereinigten Königreich des 16. Jahrhunderts die Symbolfigur Britannia. Sie sollte das Einheitsgefühl des noch recht jungen Staates festigen und durch ihre Symbolkraft mit tritonischem Dreizack sowie einem Löwen die monarchische Macht im Militärwesen und auf hoher See demonstrieren.

Sagenhafte Gründerväter

Gegenüber den Frauen traten Männer als Nationalfiguren eher als Grundväter eines Volkes oder eines Staates in Erscheinung. Meist handelte es sich dabei um Legenden, bei denen ein geschichtlicher Wahrheitsgehalt kaum noch nachvollziehbar ist. So suchten laut polnischer Sage die Brüder Čech, Lech und Rus, von einer Region zwischen den Flüssen Weichsel und Dnjepr herkommend, fruchtbares Land. Unabhängig voneinander gründeten sie slawische

Staaten, woraus Tschechien, Polen und Russland entstanden seien. Auch die Existenz der ukrainischen Nationalfigur Kosak Mamaj, die mit einer Laute umherzog, ist nicht hundertprozentig gesichert.

Oft nur Legenden

Dagegen dominieren in Ostasien Legenden über die ersten Thronherrscher eines Staates. Angeblich war Jimmu der erste japanische Tenno, Dangu der erste koreanische König und Huangdi der erste Kaiser von China. Verglichen mit den asiatischen Herrschern waren Arminius als Cheruskerfürst, sowie Barbarossa nachweislich existent. Beide nahmen einen überaus



großen Einfluss als Nationalfiguren für das junge Deutsche Reich ein, wie es das Hermannsdenkmal im Teutoburger-Wald oder das Barbarossadenkmal im Kyffhäusergebirge noch heute zeigen. Heutzutage sind diese – ähnlich wie Germania – so gut wie bedeutungslos, was sie als Denkmäler aus architektonischer Sicht dennoch zu beliebten Ausflugszielen macht.

Sterben für ein Land?

Eine andere typische Variante von männlichen Nationalallegorien verwendet man traditionell häufig in der Karikatur. Die hiesig berühmtesten und heute noch verwendete Figuren sind der Deutsche Michel und Uncle Sam. Der Deutsche Michel samt Schlafmütze entstand wohl um die Renaissance herum, wurde aber erst um dem sogenannten Vormärz Ende des 19. Jahrhunderts als Karikatur populär. Typisch hierbei ist sein naiver und spießiger Charakter, der nicht selten

ins Lächerliche gezogen wird. Dahingegen betrachtet man in den Vereinigten Staaten Uncle Sam fast ausschließlich nur in Karikaturen mit kritischen Augen. Der weißhäutige Mann mit Ziegenbart trägt seine Kleidung in Farben der Nationalflagge, während die bekannten Stars and Stripes seinen Zylinder verzieren. Abseits der Karikatur trägt Uncle Sam überwiegend zu einem positiven Image im eigenen Land bei, was vielleicht auch an seinem berühmtesten Zitat „I want you for U.S. army“ liegt, mit dem sich das Militär um neue GI bemühte.

Animalistische Hoheitsgebiete

Auch die Landesform kann sich zu einer Allegorie entwickeln, die meist einem Tier ähneln soll. So stand einst der Löwe Leo Belgicus als Namensgeber für das Herrschaftsgebiet des damaligen Hauses Oranien-Nassau, das heute im Großteil jenem der heutigen

Benelux-Länder entspricht. Sogar die Landesform des Deutschen Reiches vor dem Ersten Weltkrieg wurde hin und wieder vertierlicht, dessen Landesteile im Nordosten des Reiches an einen Adler erinnerten. Später missbrauchte man auch dieses Symbol propagandistisch. Ebenfalls eine Anspielung auf die geografische Größe eines Landes ist der Russische Bär, der häufig auch in politischem oder sportlichem Kontext als Symbol Verwendung findet. Das führt auch so weit, dass man beispielsweise in unseren modernen Zeiten die weltweit erfolgreiche Computeranimationsserie „Mascha und der Bär“ in mehreren ehemaligen Sowjetstaaten als eine unterschwellige Propaganda-Botschaft für Russland sieht, die Kindern eine pro-russische Einstellung aufzwingt.

Sportaffine Wesen

Der Gallische Hahn tauchte vermutlich wie Marianne während der Französischen Revolution auf und ist höchstwahrscheinlich eine Anspielung auf das lateinische Wort „gallus“ für Hahn sowie Gallier. Die Gallier waren ein keltisches Volk, das in einem Gebiet des heutigen Frankreichs lebte. Heute findet er vor allem in Wallonien – dem frankophonen Teil Belgiens – sowie in zahlreichen französischen Sportvereinen Verwendung. Ebenfalls im Sportbereich vorkommend ist das australische Boxing Kangaroo. Markenzeichen sind hierbei die Boxhandschuhe, die eine Anspielung auf die Verteidigungsbewegungen des Beuteltieres sind.

Figuren aus jüngerer Zeit

Ein davon ist der Merlion – ein Mischwesen aus Meerjungfrauenkörper und Löwenkopf. Der Merlion gilt als Schutzpatron von Singapur und ist als wasserspeiende Skulptur das wohl wichtigste Wahrzeichen des asiatischen Stadtstaates. Den wahrscheinlich höchsten Stellenwert eines Tieres auf eine ganze Nation hat allerdings der Laufvogel Kiwi. Er war nicht nur Namensgeber für die Chinesische Stachelbeere, die man im großen Stil in Neuseeland anbaute und weltweit vertrieb, sondern entwickelte sich auch zum umgangssprachlichen Synonym als Einwohnerbezeichnung. Nicht ohne Grund wird hier mit zahlreichen Tierenschutz-Programmen versucht, den Laufvogel vor der kompletten Ausrottung zu bewahren, deren Ursache in eingeschleppten Raubtierarten – wie etwa der bei uns allseits beliebten Hauskatze – liegt.

>> Julian D. Freyer

Quellen: Wikipedia.de // mdr.de // archivsuche.heilbronn.de // Die Heilbronner Straßennamen, Gerhard Schwinghammer & Reiner Makowski, Silberburg-Verlag

DIE GÄRTEN DES GRAUENS

Der Schotterwahn



Wie konnte es nur so weit kommen, dass die freudlosen Freunde des banalen anthrazitgrauen Schottergartens, die notwendigen Voraussetzungen für wirksamen Natur- und Klimaschutz erfolgreich ignorierend, fleißig darauf hinarbeiten, etliche der bisher klimafreundlichen grünen Pflanzengärten inmitten unserer Wohngebiete zu ökologisch wertlosen Kieswüsten herabzustufen?

Zukunft der Stadtgesellschaft

Kaum eine Region in Deutschland hat sich gefühlt seit dem Jahr 2000 so intensiv und medienwirksam mit modernem Gartenbau, naturnahem Landschaftsbau und begrünender Stadtentwicklung befasst wie nachgerade unser urbaner Großraum Heilbronn, der sich mit diesem Anliegen mittels der erfolgreichen BUGA 2019 als eines der herausragenden Kompetenzzentren naturverliebter Gartenfreunde mitten im Herzen Deutschlands mit entsprechend bundesweiter Strahlkraft etablieren konnte. Diese Feststellung erfährt umso mehr ihre Berechtigung, weil die Region Heilbronn-Franken geographisch zentral inmitten einer Nord-Süd-Schiene gleich wie an einer Perlenschnur aneinandergereihter überregionaler Gartenschauen – vom Bodensee herkommend, dann den Rhein und Neckar entlang von Stuttgart bis Heidelberg-Mannheim und ebenso innerhalb einer Achse von Karlsruhe bis

Nürnberg - Erfurt in west-östlicher Orientierung von der Topographie begünstigt und in einem klassischen Stadt - Land - Fluss - Setting eingebettet dem Betrachter vor Augen liegt. Darüber hinaus sieht sich die Stadtregion mit einem Füllhorn an berechtigten Erwartungen konfrontiert, für das in unseren Zeiten hochaktuelle Thema von der „Zukunft der Stadtgesellschaft“ in besonderer Weise gerüstet und sensibilisiert zu sein, woraus sich eine spezifische Verantwortung von Stadtverwaltung und Zivilgesellschaft ergibt, sowohl einem gesunden lokalen Kleinklima, wie auch einer damit einhergehenden erwartbar hohen Aufenthaltsqualität im Stadtquartier die notwendige Aufmerksamkeit zu schenken.



Gartenschauen als Vorbilder

Als geeignete Maßnahmen haben sich hier in erster Linie sowohl die konsequente Planung und Aufrechterhaltung von Frischluftschneisen zugunsten intensiven Luftaustausches mit unbebauten Randlagen, wie auch der aktive Unterhalt und Pflege von schattenspendenden Stadtparkanlagen möglichst dezentral und gut vernetzt im Siedlungsgebiet bewährt. Letztlich kann der interessierte Beobachter erfreut feststellen, dass

auch die Landesgartenschauen unserer Region für Baden-Württemberg wie LAGA 2016 Öhringen zentral im Kreis Hohenlohe ebenso wie die bereits angesprochene BUGA 2019 Heilbronn und nachgerade auch die auf 2022 verschobene Eröffnung der LAGA 2021 Eppingen im Zusammenwirken aller Mitbewerber substanzielle Beiträge für die oben aufgeführten Anliegen geleistet haben und weiterhin leisten werden. Sie legen gemeinsam ein authentisches

Zeugnis davon ab, was heutzutage bezüglich des soziokulturellen Stellenwerts von naturnah gestalteten und klimafreundlichen Gartenanlagen innerhalb einer Kommune umgesetzt werden kann und soll, wobei neuerdings dem Insektenschutz und der Artenvielfalt mit Hilfe standortangepasster Blühwiesen- und Magerrasenkonzepte eine hohe Bedeutung zugemessen wird. Ebenso sollten Gesichtspunkte, die zunehmend an gesellschaftlicher Wertschätzung gewinnen und die z. B. für eine ökologisch-planerisch wie auch enkeltauglich-gärtnerisch orientierte Freizeitgestaltung wegweisend sein können, vermehrt die uneingeschränkte Aufmerksamkeit weiterer Kreise der interessierten Öffentlichkeit auf sich ziehen. Dies alles



wäre insgesamt hilfreich, um die aktuellen qualitativen Erwartungen an naturnahe und bienenfreundliche Gartenkulturen insbesondere im Hinblick auf ein gesundes und lebenswertes Wohnumfeld zu erfüllen und damit schlussendlich den von der Landespolitik erwartbar anspruchsvoller gesetzten Ökostandards im zukünftigen Städte- und Landschaftsbau hinreichend zu entsprechen.

Der Schotterwahn

Soweit ich mich aber persönlich im zeitlichen Zusammenhang mehrfacher Besuche der jeweiligen Schauen erinnern kann, sind dabei in keinem Fall die in letzter Zeit vermehrt in Stadt und Land wie übermotiviert Pilze aus dem Boden schießenden Schottergärten als ein kritisch zu würdigender Themenschwerpunkt aufgegriffen worden. Deren Existenz wurde meiner Wahrnehmung nach im Rückblick auf die betreffenden Gartenschauen in fachlicher Hinsicht thematisch erfolgreich ausgeblendet und offensichtlich ignoriert. Was vermutlich der schlichten Tatsache geschuldet sein mag, dass es sich bei Schottergärten aus dem Blickwinkel der Gartenfachleute in jedem Fall grundsätzlich um ästhetisch mitunter eher fragwürdige Kiesaufschüttungen, als um ökologisch wertvolle und der Artenvielfalt dienliche Gartenanlagen handeln dürfte. Der Hauptgrund für das Anlegen eines Schottergartens liegt meiner Meinung nach in der wenig durchdachten Annahme der Eigentümer, selbiger sei ausgesprochen pflegeleicht und daher zeitsparend zu bewirtschaften. Diese Annahme liegt zunächst auf der Hand, weil weder ein Rasenstück gemäht und bei Trockenheit bewässert, noch Hecken und Stauden zurückgeschnitten werden müssen, um dennoch ein ansprechendes und ordentliches Erscheinungsbild für Besucher und Nachbarn zu bieten. Dabei ist dieser Sachverhalt nur als Scheinargument zu werten, da der Aufwuchs von Wildkräutern und die unerwünschte

Ansammlung von Laubabwurf ebenso regelmäßig mit Dampfstrahler und fragwürdigem Einsatz von hochgiftigen Pflanzenschutzmitteln zu bekämpfen sind. Zudem wird bei Anlegen eines Schottergartens der vorhandene Mutterboden bis zu einem halben Meter abgetragen, um ein Volumen zu schaffen, damit nach Auftrag von wasserdichten Folien und geeigneten Vliesen aus Kunststoff final eine repräsentative Aufschüttung von Schottersteinen realisiert werden kann. Sinn und Zweck des Eingriffs liegt wohl darin, Wildkräuter zu unterbinden, was oft nur unzureichend gelingt, aber dafür im Gegenzug eine Versiegelung des Mutterbodens erfolgt mit der Konsequenz, dass Niederschläge an der Oberfläche ins Kanalnetz abfließen und nicht wie erwünscht ins Grundwasser gelangen. Durch die saisonal wiederkehrenden Starkniederschläge drohen Kanalisationsnetze überlastet zu werden, was erfahrungsgemäß dazu führt, dass regelmäßig vor allem die an Fließgewässern gelegenen Wohneinheiten und Gewerbebetriebe von teils heftigen Überflutungen inklusive Schlammeintrag heimgesucht werden.

Ein Silberstreif am Horizont

Mittlerweile ist deshalb auch die Stadt Heilbronn dazu übergegangen, die Anlage von Schottergärten in Neubaugebieten auf dem Wege einer Gemeindeverordnung zu untersagen. Denn nach wie vor sorgen bepflanzte Gärten im Sommer hingegen für Abkühlung durch Verdunsten, binden Staub und Schadstoffe und bieten einer Vielzahl von Tieren Unterschlupf und Nahrung. Dabei schaffen sie eine Umgebung, in der sich Menschen vom Stress erholen können und ihre Gedanken nicht beständig darum kreisen müssen, wie viel Zeit sie doch sparen, wenn Rasen- und Heckenschnitt entfallen können. Dem pragmatisch veranlagten Schottergartenbesitzer bleibt nur zum Ausgleich, sich daran zu ergötzen, wie das monotone Grau der Schottersteine sich perfekt im blankpolierten LUXUS - SUV spiegelt, der prominent im Vorgarten ausgestellt vor sich hin glänzen und blinken darf.

>> Heino Ehmman

ZURÜCK IN DIE ZUKUNFT

Ein Kommentar zur zeitgemäßen Mobilität

Der Wunsch nach Mobilität, ein Urge-
danke der Mensch-
heit, reicht sehr
lange Zeit zurück.
Was mit Pferdefuhr-
werken begann, sind
heute Fahrzeuge mit
modernen Verbren-
nungsmotoren oder
Elektroantrieb. Doch
eines ist Fakt: Die
Umweltverschmut-
zung schreitet ra-
pide voran und wir müssen uns Gedanken darüber
machen, wie wir auch unseren Kindern eine lebens-
und lebenswerte Umwelt hinterlassen können.

Heute denken wir darüber nach, wie wir die Mobilität
der Zukunft gestalten können. Die Brennstoffzellen-
technologie weiter auszubauen und zu verfeinern ist
eine weitere Variante mit Blick in die Zukunft. Doch
irgendwas ist ja bekanntlich immer: Einerseits die
Umweltbelastung durch NOx Werte. Andererseits die
Faktoren, die wir nicht beeinflussen können, wie zum
Beispiel die 20 Millionen Tonnen Stickoxide, die jedes
Jahr durch Blitze verursacht werden. Ein weiteres
Problem ist, genügend Rohstoffe „heranzukarren“,
um die ganzen Batterien herzustellen, die wir für die
Elektromobile benötigen. Weitere offene Fragen: Langt
unsere saubere Energie, zum Laden der Batterien?
Wie verhalten sich die Akkus von E-Fahrzeugen bei
einem Unfall? Wie werden sie entsorgt? Und – und –
und. Was die Brennstoffzellentechnologie betrifft,
eigentlich doch eine rundum saubere Sache, wenn
anstatt aus den Köpfen der Verantwortlichen, dann
nur noch aus den Auspuffen heiße Luft rauskommt und
Wasser entsteht. ABER: Ich sehe da im Hintergrund



schon die Klimaak-
tivist*innen mit erho-
benem Zeigefinger:
Heiße Luft aus Au-
tos? Ist das über-
haupt kompati-
bel mit unseren
Klimazielen in Punk-
to Erderwärmung?

Ich sage da nur: Im
Kreislauf voran! Und
wir bewegen uns da
wirklich nur im Kreis.

Irgendwann besinnen wir uns vielleicht wieder auf die
schon erwähnten Ursprünge unserer Mobilität – das
gute alte Pferdefuhrwerk. Völlig Klimaneutral! Denn
wie sagte schon unser Altbundestkanzler Helmut Kohl:
„Entscheidend ist, was dabei hinten rauskommt.“ Er
meinte das Ergebnis. Ja, ein Pferd hat da im übertrage-
nen Sinne, schon ein paar Hinterlassenschaften. Aber,
das ist Bio und kein Atommüll! Aus „Pferdeäpfeln“ wird
Biogas. Und die verschmutzten Straßen – eine Pers-
pektive: Aus den Arbeitslosen der Automobilindustrie
von heute, werden die „Street cleaning Manager“ von
morgen. Also vielleicht doch zurück in die Zukunft?

Da werden alte Volkslieder plötzlich so aktuell wie
nie zuvor:

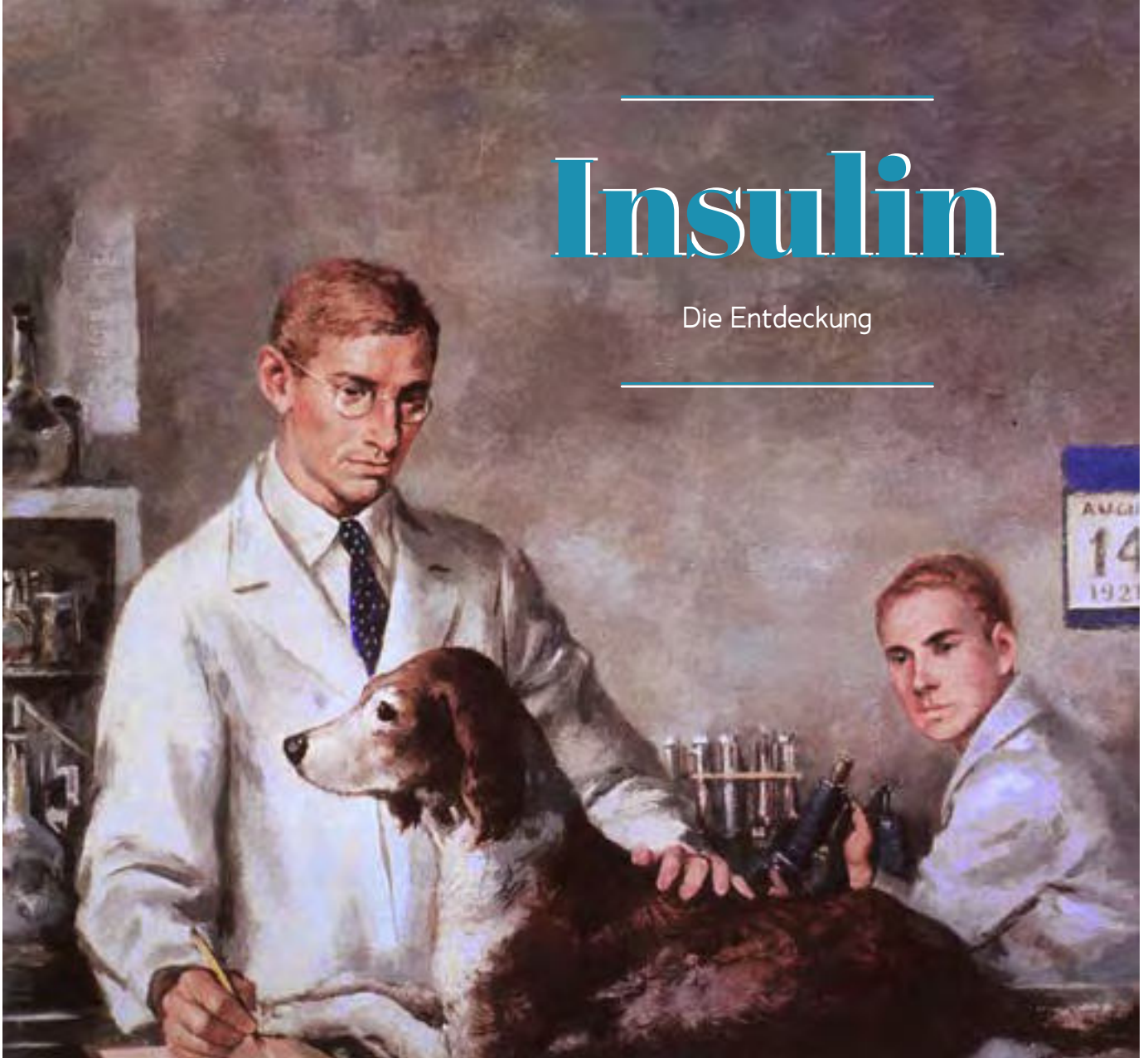
»Hoch auf dem gelben Wagen,
Sitz ich beim Schwager vorn.
Vorwärts die Rosse traben...«

>> Gunther Schuster

Quellen: auto-motor-und-sport.de

Insulin

Die Entdeckung



»Lange Zeit war Diabetes Typ 1 eine unbesiegbare und todbringende Krankheit. Vor 100 Jahren wurde dann das lebensrettende Hormon Insulin entdeckt.«

Eine denkwürdige Nacht: Toronto, Kanada, 29./30. Juli 1921

Zwei junge Männer saßen in einem Labor der Universität um einen Operationstisch herum, auf dem die Hündin Susy lag. Vor ein paar Tagen hatte der Chirurg Frederick Banting der Hündin die Bauchspeicheldrüse entfernt und bei ihr so künstlich Diabetes erzeugt. Sein Assistent, der Medizinstudent Charles Best, machte bei ihr

Blutproben und Harntests. Der Blutzuckerspiegel der Hündin war sehr hoch und ihr Harn verzuckert. Um Mitternacht lag Susy im Sterben. Nun war der entscheidende Moment gekommen. Banting spritzte der Hündin die erste Dosis Insulin. Darauf folgte eine Stunde langes Warten. Wenn dieses Experiment gelang, würde man Millionen von Menschen mit Diabetes das Leben retten können. Wenn es aber nicht gelang, würde die

Zuckerkrankheit bis auf weiteres unbesiegt bleiben und jeden Betroffenen unweigerlich zum Tod führen. Nach einer Stunde war Susys Blutzuckerspiegel leicht gesunken. Jede Stunde bekam sie eine Dosis Insulin gespritzt. Um sechs Uhr morgens war ihr Blutzuckerspiegel wieder normal und ihr Harn frei von Zucker. Da kehrte Leben in die Hündin zurück. Susy stand auf und wedelte mit dem Schwanz. Der Durchbruch war geschafft! Das lebensrettende Hormon zur Behandlung der gefürchteten Zuckerkrankheit war gefunden!

Die Zuckerkrankheit

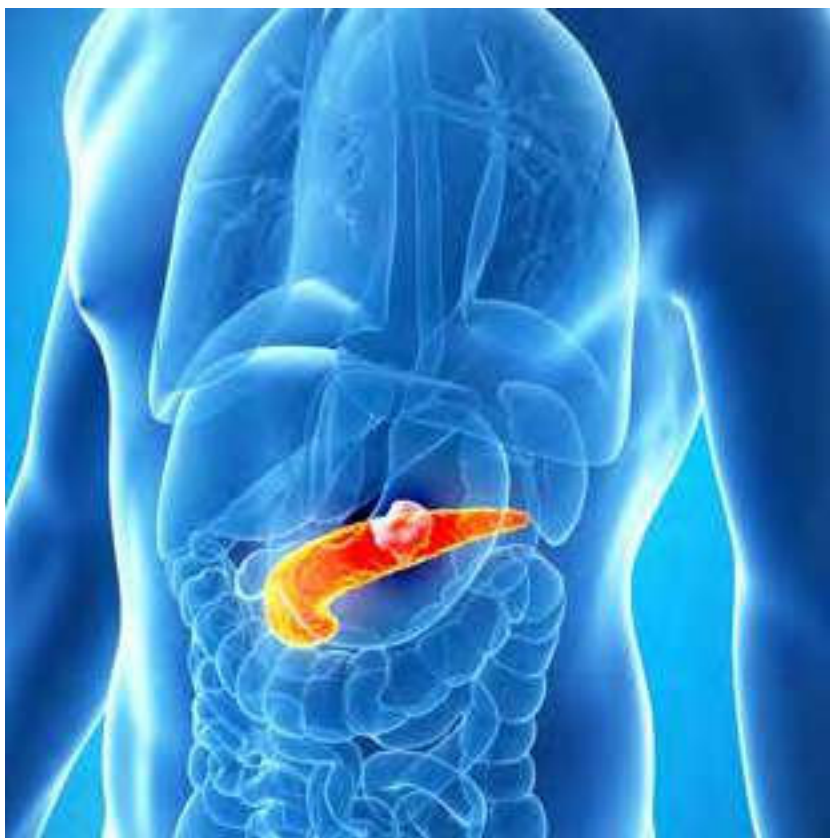
Die Zuckerkrankheit Diabetes mellitus Typ 1 (Jugend-Diabetes) ist eine Autoimmunerkrankung, bei der die Bauchspeicheldrüse kein Insulin mehr produziert. Dadurch bleibt der Zucker im Blut und kann nicht mehr in die Körperzellen gelangen. Die Folgen davon sind ein sehr hoher Blutzuckerspiegel und Zucker im Harn. Diabetes Typ 1 tritt ganz plötzlich meist im Kindes- und Jugendalter auf und ist unheilbar. Typische Anzeichen sind unstillbarer Durst, starker Harndrang, schneller Gewichtsverlust, Müdigkeit und Kraftlosigkeit. Die Betroffenen müssen ihr Leben lang mehrmals täglich Insulin spritzen und ihre Ernährung anpassen.

Kampf gegen den Tod

Bis vor hundert Jahren war der Typ 1-Diabetes eine gefürchtete Krankheit, weil die Ärzte kein Mittel dagegen kannten. Die Betroffenen magerten innerhalb von wenigen Monaten sehr schnell ab und starben schließlich. Versuche, Hunde mit Diabetes und auch betroffene Patienten mit Extrakten aus Bauchspeicheldrüsen zu behandeln, waren erfolglos und scheiterten. Frederick Banting hatte selbst erlebt, wie eine Schulfreundin durch Diabetes starb. Er wollte sich nicht damit abfinden, dass diese Krankheit unbesiegt sein sollte. Nach seinem Medizinstudium kam er auf die Idee, Insulin aus Bauchspeicheldrüsen zu gewinnen. Zusammen mit dem Medizinstudenten Charles Best gelang es ihm im Juli 1921 tatsächlich, Insulin aus Hundebauchspeicheldrüsen zu isolieren. Bei Versuchshunden, denen zuvor die Bauchspeicheldrüse entfernt worden war, konnte das Insulin erfolgreich angewendet werden. Das Forschungsprojekt wurde von Professor Dr. John Macleod von der Universität Toronto unterstützt.

Erste Erfolge

Nach den erfolgreichen Versuchen an Laborhunden stellte Dr. Macleod Banting und Best den Biochemiker Dr. James Collip zur Seite. Dieser entwickelte ein Verfahren zur Herstellung von reinem und wirksamem Insulin aus Rinderbauchspeicheldrüsen. 1922 konnte das Insulin zum ersten Mal an einem Menschen ausprobiert werden. Der erste Diabetes-Patient war der 13-jährige Leonard Thompson. Die Insulin-Behandlung schlug bei ihm erfolgreich an und es ging ihm schon nach ein paar Tagen besser. Durch das Insulin und eine angepasste Ernährung konnte er wieder ein normales Leben führen. Ein weiterer Patient war der 5-jährige Teddy Ryder, der Dank der Insulin-Therapie den Diabetes um 70 Jahre überlebte. Der junge Arzt Dr. Joe Gilchrist, der auch an Typ 1 - Diabetes litt, diente Banting und Best als „Versuchskaninchen“. Jedes neue Insulin ließ er zuerst an sich selbst testen, bevor es an anderen Patienten angewendet wurde. Er ließ zahlreiche Blut- und Harntests über sich ergehen, beschrieb die Symptome von Unter- und Überzuckerungen und trug so zur Diabetesforschung bei. 1923 erhielt Frederick Banting zusammen mit John Macleod für die Entdeckung des Insulins den Nobelpreis für Medizin. Das Preisgeld teilte Banting mit seinem Assistenten Charles Best, Macleod teilte es mit seinem Kollegen Dr. James Collip.





Der Siegeszug des Insulins

Als die Erfolge der ersten Diabetes-Patienten bekannt geworden waren, bekamen Banting und Best unzählige Anfragen von Eltern zuckerkranker Kinder. Bevor aber das Insulin in die Bevölkerung gebracht werden konnte, musste das Hormon weiter verbessert und gereinigt werden. Die Firma Eli Lilly war das erste Pharmaunternehmen, das seit 1923 Insulin industriell produzierte. Im selben Jahr begann die Insulinproduktion in Europa. Zunächst wurde das Insulin jahrzehntelang aus Rinder- und Schweinebauchspreicheldrüsen gewonnen. Seit 1982 wird Insulin gentechnisch hergestellt. Das gentechnisch hergestellte Insulin ist leichter verträglich als das tierische Hormon und entspricht von der Struktur her dem menschlichen Insulin. Bis heute werden viele weitere Insuline mit unterschiedlicher Wirkung entwickelt, um die Diabetes-Therapie zu verbessern. Zurzeit arbeitet die Forschung an der Entwicklung von Insulinen in Tablettenform.

Insulin-Therapie in der Entwicklung

Am Anfang war die Insulin-Therapie noch sehr mühsam und aufwendig. Mit Glasspritzen wurde das Insulin aus Fläschchen aufgezogen und die Injektionen waren durch

die dicken Nadeln oft schmerzhaft. Die Glasspritzen mussten regelmäßig zerlegt und sterilisiert werden. Jeden Morgen und jeden Abend war die genaue Einhaltung der Diät sehr wichtig, um Unter- und Überzuckerungen zu vermeiden. Ab den 70er Jahren konnte man sich das Insulin mit Einmalspritzen aus Kunststoff injizieren. Seit den 80er Jahren gibt es handliche Blutzuckermessgeräte für zuhause, sie lösten das aufwendige Zuckermessen im Urin ab. Seit 1985 gibt es praktische Insulin-Pens, die man mit Insulin-Patronen nachfüllen kann, sodass man kein Insulin mehr aus Fläschchen aufziehen muss. Außerdem kamen die ersten Insulin-Pumpen auf den Markt, die am Körper getragen werden. Durch das Einstellen der benötigten Dosis fließt das Insulin durch einen dünnen Schlauch, der mit einer Kanüle im Bauch endet, nach und nach in den Körper. Auch die Tech-

nik zum Blutzuckermessen hat sich weiterentwickelt: Heute tragen viele Diabetiker einen kleinen Sensor am Oberarm. Der Blutzuckerspiegel wird durch das Scannen des Sensors mit einem Lesegerät ermittelt. Ein aktuelles Forschungsprojekt ist die Entwicklung einer künstlichen Bauchspeicheldrüse, die nach Bedarf automatisch Insulin in den Körper abgeben soll. Dank der modernen Technik wird die Insulin-Therapie stetig verbessert. Die Einhaltung von strengen Diäten wie in den ersten Jahrzehnten nach der Entdeckung des Insulins ist nicht mehr nötig. Trotz aller Erleichterungen ist eine disziplinierte Insulin-Therapie, sowie eine bewusste Ernährung weiterhin für jeden Typ1-Diabetiker dennoch notwendig.

Die Entdeckung des Insulins war ein wichtiger Meilenstein in der Medizingeschichte. Dank des lebensrettenden Hormons können Menschen mit Diabetes ein normales Leben führen und ein hohes Alter erreichen.

>> Katja Mahr

Quellen: Charles Wassermann: Insulin - Der Kampf um eine Entdeckung, Bertelsmann, Gütersloh // Diabetes-Ratgeber 7/2021, Wort & Bild Verlag, Baierbrunn

DIE HAGEBUTTE

Eine kleine Vitaminbombe

»Ein Männlein steht im Walde
ganz still und stumm, es hat
von lauter Purpur ein Mäntlein
um. Sagt, wer mag das
Männlein sein, das da steht
im Wald allein, mit dem
purpurroten Mäntlein?«

Wer kennt nicht das alte Tanzlied von Heinrich Hoffmann von Fallersleben (1798-1874). Was da so liebevoll in dem kleinen Tanzlied beschrieben wurde – die Hagebutte – bezeichnet man als Sammelnussfrucht verschiedener Rosenarten, besonders der Hundsröse. Umgangssprachlich werden auch die Wildrosen oder Heckenrosen, an denen die Früchte wachsen, so genannt. Der Namensbestandteil „Hage“, stammt vom althochdeutschen hagan (Dornenstrauch). Die Hagebutte ist eine kleine rote Sammelfrucht, die viele Nüsschen enthält. Sie wird im Spätherbst geerntet. Das Fruchtfleisch entsteht aus dem fleischigen Blütenboden, es ist süßsauer und sehr reich an Vitamin C (Ascorbinsäure), aber auch an Vitamin A, B1 und B2.

Die Frucht wird unter anderem zu Tee verarbeitet, dabei kommt meist Hibiskus dazu, der die

stark rot färbende Komponente im Getränk bildet. Man kann die Hagebutten auch roh essen, nachdem man die Nüsschen entfernt hat. Die Frucht schmeckt umso süßer, je später man sie pflückt.

Hagebutten lassen sich auch zu Mus oder Konfitüre verarbeiten oder zum Würzen von Wildgerichten einsetzen. Zum Herstellen von Fruchtwein, Likör und Aufgussgetränken eignen sie sich ebenfalls. Beim Letztgenannten wird die getrocknete Schale zu einem vitaminreichen Aufguss gemacht, der leicht harntreibend und abführend wirkt. Er eignet sich als Therapie bei Blasen- und Nierenleiden und bei Erkältungskrankheiten.

Abschließend möchte ich noch ein wenig poetisch bemerken:

Die gesunde Kraft aus der Natur,
Erspart uns manche Kur.
Man muss sie nur kennen und finden,
Beim Suchen sich nicht arg schinden.
Alte Leute wissen da gut Bescheid,
Man kann sie fragen zur rechten Zeit.

Vielleicht begegnet Ihnen ja bei Ihrem nächsten Waldspaziergang so ein „kleines Männlein“. Viel Spaß beim Suchen und Finden.

>> Gunther Schuster

Quellen: labbe.de // Wikipedia.de

Viel Spaß beim Nachkochen

Herrlich lecker!



GEMÜSE-KARTOFFELRÖSTI MIT FRISCHKÄSEDIP

Ein Pfannengericht zum Schlemmen

Zutaten für 4 Personen

600 g Kartoffeln	Saft 1 Zitrone	150 g Parmesan
200 g Sellerie	150 g Mehl	1 Becher Schmand
200 g Karotten	2 TL Backpulver	1 Becher Sauerrahm
1/2 Stange Lauch	150 ml Milch	Salz, Pfeffer
1 Bund Petersilie	2 Eier	etwas Butterschmalz oder Öl
1 Knoblauchzehe		

Zubereitung

Kartoffeln, Möhren und Sellerie schälen, mit einer Küchenreibe oder Küchenmaschine fein reiben. Den gewaschenen Lauch in feine Streifen schneiden. Mehl und Backpulver mit der Milch, dem Parmesan und den Eiern zu einer glatten Masse verrühren. Alles mischen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Hitze in der Pfanne mit etwas Butterschmalz oder Öl ausbacken. Für den Dip die gehackte Petersilie, Knoblauch und den Zitronensaft mit dem Schmand und Sauerrahm verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Michael Mörtl Koch im Therapeutikum

ERDBEER-KEFIR-SMOOTHIE

Ein fruchtiger Shake – purer Genuss

Zutaten für 4 Personen

500 g Erdbeeren
500 g Kefir
Saft 1 Limette
2 EL Honig
1/2 TL Curcuma
etwas frischen Zitronenbasilikum
(für die Deko vier schöne Spitzen
oder Blätter aufheben)

Zubereitung

Die gewaschenen und geputzten Erdbeeren mit den restlichen Zutaten im Mixer auf der höchsten Stufe für ca. 20-30 Sekunden mixen. Anschließend auf die gekühlten Gläser verteilen und mit den Basilikumspitzen dekorieren.



Wenn ich eine Person gerade am Kennenlernen bin, frage ich sie manchmal, was sie in ihrer Freizeit gerne macht. Meistens kommen dann Antworten wie joggen, Yoga üben, kreativ sein, oder lesen. Ja, tatsächlich ist mir in der letzten Zeit aufgefallen, dass sehr viele Menschen beinahe täglich ein Buch zur Hand nehmen. Manche setzen sich sogar Ziele, wie zum Beispiel, zwei Bücher pro Monat zu lesen. Bücher und die Fähigkeit überhaupt lesen zu können, faszinieren mich. Weil man durchs Lesen in eine eigene Vorstellungswelt abtauchen kann, Entspannung findet, neue Impulse bekommt und alles um sich herum vergessen kann. Ich finde, dass es ein Segen ist, wenn wir das Lesen gelernt haben. Wenn wir uns darauf konzentrieren können und es uns leichtfällt. Denn Lesen ist der Schlüssel zur Bildung. Wir erhalten Zugang zur Forschung, können uns in Religion vertiefen, oder haben einfach nur Freude daran. Wir erhalten durch Lesen die Möglichkeit, über das aktuelle oder auch vergangene Weltgeschehen informiert zu sein.

Im Mittelalter konnten fast ausschließlich nur Geistliche und einige Gelehrte lesen und schreiben. Hinzu kam, dass Bücher auf Latein verfasst wurden. Den einfachen Leuten, die Althochdeutsch oder Gotisch sprachen, war somit der Weg zu Bildung verschlossen. Denn sie konnten weder lesen noch schreiben und beherrschten kein Latein. Bücher waren in dieser Zeit nur in Klosterbibliotheken vorhanden, zu denen es keinen Zugang gab. Sie waren kein Alltagsgegenstand, wie bei uns heute. Lange Zeit wurden Bücher von Hand in Räumen, die man Skriptorien nannte, abgeschrieben. Deshalb waren sie eine Seltenheit. Mit Gutenbergs Erfindung des modernen Buchdrucks im 15. Jahrhundert, konnten erst Adlige und reiche Bürger Bücher erwerben. Und um das Jahr 1500 sollten die Bücher, wie zum Beispiel die Bibel, auch auf Deutsch gedruckt werden, damit alle die Möglichkeit hatten sie zu kaufen. Im 16. Jahrhundert waren Bücher zumeist mit Metallklammern

verschlossen. Wenn man mit der flachen Hand darauf schlug, öffnete sich das Buch. Deshalb sagen wir heute noch, dass wir ein Buch aufschlagen.

Kaufen konnte man Bücher bei Hausierern, Buchführern (Kolporteure) oder im Verlag. Erst später, um das 18. Jahrhundert herum, wurden Sortiments-

buchhandlungen wie wir sie heute kennen, gegründet. Jede hatte ein anderes Repertoire. Als die schönste Buchhandlung heutzutage, gilt der Buchladen in einem alten Theater in Ateneo Grand Splendid im argentinischen Buenos Aires. Über eine Millionen Bücher stehen in Powell's Books

in Portland (USA) zum Verkauf. Auf mehr als 6300 Quadratmetern stellt sie wohl die größte Buchhandlung dar. Es gibt auch Bücher, die nur wenige Millimeter groß sind, sogenannte Miniaturbücher. Sie sind nicht größer als 100x100 Millimeter und trotzdem lesbar.

LIES mal wieder

Ein Plädoyer fürs Lesen und das Buch

Eine Meinung bilden

Jetzt, da wir durch die Pandemie mehr Zeit zu Hause verbringen, bietet sich der Griff zum Buch als tolle Freizeitbeschäftigung an. Wir bilden uns mit dem Studieren von Büchern nämlich auch eine Meinung zu den verschiedensten Themen, können Informationen hinterfragen und Probleme durch umfangreiches Wissen analysieren und lösen. Diese Tatsachen sagen mir, dass wir als Lesende insgesamt recht sicher und standhaft unterwegs sind.

Wie gut!

>> Doreen Küßner

Quellen: Was ist Was – Das Buch. Gestern, heute und morgen, Dr. Bernd Flessner, TESSLOFF Verlag

BUCH TIPP

Christoph Sonntag Wenn der Mostmann zweimal tingelt

Humor / Satire, 95 Seiten,
nur noch gebraucht
erhältlich, Preis € 3,00 bis 6,00,
(Konrad Theiss Stuttgart,
2. Auflage 2003)

Christoph Sonntag, geboren 1962 in Waiblingen, studierte an der TU München und der TU Berlin und ist diplomierter Landschaftsplaner. Seine Karriere als Kabarettist begann 1985 mit ersten Soloauftritten. Seit Ende der 80er Jahre ist er auch im Rundfunk und Fernsehen präsent.

Die Schöpfung des Ländle (Baden-Württemberg) lehnt der Autor an das biblische Vorbild an und verknüpft es eng mit der Mostproduktion nach den Vorgaben des Herren. Diese gelang nur in einem kleinen, von Tüftlern bevölkerten Ländchen, das der liebe Gott am 25. April 1952 (dem Jahr 10 vor Christoph) Baden-Württemberg nannte. 1962 schuf er dann Christoph, seinen eingeborenen Sonntag. Zum Leidwesen seiner Oma Hermine schenkte ihm der liebe Gott ,zwei linke Hände“, sodass er nicht zum Schlittenbauer, entsprechend der Familientradition, taugte. Christoph hatte eine andere Mission: Er sollte Kraft seiner Sprache im Lande Baden-Württemberg zusammenfügen, was nicht zusammengehört, die ,knorrigen

Schwaben“ und die ,verborgenen Badenser“. Er soll sie zum Lachen bringen und in die deutsche Welt hinausfahren, um von seinem schönen Land und dessen Sparsamkeit kund zu tun.

Im Rahmen einer Auftrittsreihe verschlug es ihn so auch ins Ausland, nach Hamburg ins Reeperbahn-Theater. Erschrocken über das da Erlebte, beschreibt er Hamburg als ein wahres ,Mostmangelgebiet“ fern jeglicher Kehrwoche und Maultaschen.

Christoph Sonntags Buch ,Wenn der Mostmann zweimal tingelt“ – ein Lesespaß von der ersten bis zur letzten Seite – in dem zum Schluss noch einmal das Paradies gepriesen wird: ,Die Küche von Oma Hermine“.

>> Gunther Schuster

Quellen: Wikipedia.de



ASBO.
Alles Büro

BIOGRAPHIEN

Das Leben auf Papier



Allgemeines über Biographien

Das Wort Biografie oder Biographie kommt vom altgriechischen *biographia*, was sich aus *bios*, zu Deutsch „Leben“ und *grápho*, zu Deutsch „ritzen, malen oder schreiben“ zusammensetzt. Der Duden definiert eine Biographie auch als „Beschreibung

der Lebensgeschichte einer Person“, oder auch als „Lebenslauf, Lebensgeschichte eines Menschen“. Daher werden auch Lebensläufe, Memoiren oder historische Romane (wo teilweise Fiktion als auch Wahrheit vermischt werden) wie auch Autobiographien unter dem Hauptbegriff Biographie gesammelt.

Jeder Mensch entwirft seine eigene Biographie in unterschiedlichen Lebenssituationen (beim Bewerbungsgespräch, bei der Aufnahme persönlicher Beziehungen oder allgemeiner, bei der eigenen Lebensrückschau, z. B. beim Psychologen oder Psychiater). Biographien sind somit immer subjektiv, da es für das Gehirn unmöglich ist, jemals etwas objektiv zu beschreiben. Die Möglichkeit eines neutralen Standpunktes, der absolute Objektivität ermöglicht, wird schon länger von angesehen Professoren verneint. Biographien bilden auch ein wichtiges Instrument der Erinnerung an andere Personen. Die Biographie ist auch Gegenstand der Literatur- und Geschichtswissenschaft, der Soziologie, der Pädagogik, der Psychologie, der Medizin und der Theologie. Eine Autobiographie (Selbstbeschreibung), ist von der betreffenden Person selbst verfasst, aber vielen Prominenten stand auch ein professioneller Ghostwriter hilfreich zur Seite. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Biographie ist u. a. Inhalt der psychoanalytisch ausgerichteten Biographiearbeit.

Biographien geschichtlich

Die wohl berühmtesten Biographien unseres Kulturkreises finden sich im Neuen Testament. Die Evangelien weisen biographische Merkmale auf, enthalten die Geburt, die Taten Jesu, seinen Prozess und letztendlich den Tod, sowie als Zusatz und Novum der antiken Biographik die Wiederauferstehung. Eine der wichtigsten Autobiographien der Antike ist das "Monumentum Ancyranum" des Kaisers Augustus aus dem Jahre 13 n. Chr., das als Inschrift fast vollständig erhalten ist. Als weitere wichtige Autobiographie der Antike gilt die „Confessiones“ (Bekenntnisse) des Aurelius Augustinus. Er war einer der 4 sogenannten „lateinischen Kirchenväter“ und schrieb sie in den Jahren 397 und 398 n. Chr.. Als erste deutsche Autobiographie gilt für viele Forscher die des Dominikaners Heinrich Seuse aus dem 13. Jahrhundert.

Einige weitere berühmte Autobiographien waren und sind: Jean-Jacques Rousseaus „Confessiones“,



Goethes „Dichtung und Wahrheit“ als deutschsprachige Autobiographie oder die Autobiographie von Mark Twain, die wahrscheinlich als eine der ersten auch Fotografien mit aufnahm. Zwei der bekanntesten Autobiographien aus dem 21. Jahrhundert sind Barack Obamas „Dreams from my father“ aus dem Jahr 2004 und Günter Grass' „Beim Häuten der Zwiebel“ von 2006.

Biographien im psychosozialen Bereich

Der psychosoziale Bereich nimmt Bezug auf alles, was die Psyche und das Sozialverhalten (die soziale Interaktion) des Menschen betrifft. Da gegen Ende ihres Lebens viele Menschen ein Bedürfnis nach einem Lebensrückblick haben, denken sie über ihr Leben nach und möchten es in seiner Gänze wertschätzen und als sinnvoll verstehen. Um das zu gewährleisten, werden in verschiedenen Settings Personen zu einem Lebensrückblick angeleitet, u. a. in der Lebensrückblickstherapie und in der Biographiearbeit.

In der professionellen Altenpflege bringt die Biographie Vorteile, mehr über den Patienten und seine jetzigen Handlungen und daraus Möglichkeiten im Umgang mit ihm zu erkennen. Auch bei Menschen mit einer

Demenzerkrankung kann eine Biographiearbeit, auch mit Unterstützung der Angehörigen, sehr hilfreich sein, um Gerüche oder Geräusche zu erkennen, die bei dem Betroffenen negative oder positive Gefühle auslösen. Diese Arbeit kommt meist aber im hektischen Alltag und wegen Überlastung der Pflegekräfte eher selten zum Einsatz. Auch kann sie im Bereich der Arbeit mit psychisch kranken Menschen oder Menschen mit geistiger Behinderung wichtige Akzente zur Spurensuche und Stärkung des Identitätsgefühls des Betroffenen setzen.

Es gibt außerdem Ansätze biographischen Arbeitens mit Menschen mit Migrationshintergrund. Auch junge Menschen können bereits Partner biographischen Arbeitens sein.

Nicht nur bei Patienten kann die Biographiearbeit angewendet werden, auch Therapeuten, Pflegekräfte usw. können sie bei sich selbst anwenden, um speziell das eigene Helfermotiv oder allgemein die Motivation zur Berufswahl erkennen zu können. Gerade für den Wechsel von Nähe und Distanz in professionellen Beziehungen

bringt Biographiearbeit oftmals einen Erkenntnisgewinn, der die Sichtweise auf die eigene Tätigkeit positiv beeinflusst. So lassen sich eigene emotionale Blockaden rational erkennen und überwinden, beispielsweise eine Übertragung, die in diesem Satz zum Ausdruck kommt: „Nun weiß ich, an wen der Patient mich erinnert. An meinen Onkel, den ich nie so wirklich habe leiden können.“

Autobiographien schreiben

Bevor sie aber einfach darauf los schreiben, möchte ich sie darauf hinweisen, dass beim autobiographischen

Schreiben auch die Gefahr besteht, eine Retraumatisierung auszulösen. Falls bei ihnen die Gefahr dafür besteht, sollte sie sich fachlichen Rat suchen. In einer Autobiographie müssen sie nicht zwangsläufig ihre Lebensgeschichte von der Geburt bis zum Zeitpunkt des Schreibens darlegen. Sie können sich stattdessen auf bestimmte ereignisreiche Jahre, wie einen längeren Aufenthalt im Ausland oder das Überwinden von Krisen beschränken. Wenn sie ihre eigene Biographie schreiben möchten, sollten sie damit beginnen, so

viele Erinnerungen und Geschichten zu sammeln wie möglich. Da man sich an positive Ereignisse besser erinnern kann, fangen sie beim Schreiben ruhig mit den schönen Momenten in ihrem Leben an. So kommen sie in einen Schreibfluss und negative Erinnerungen, die anfangs eventuell Schreibblockaden ausgelöst hätten, können so auch notiert werden.

Unabhängig davon, was sie niederschreiben möchten, ist es wichtig, eine klare Struktur reinzubringen und Schwerpunkte zu setzen. Welche

Phasen möchten sie ausführlicher erzählen und was nimmt nur wenige Seiten in Anspruch. Mit einer klaren Struktur wird das Schreiben einer Autobiographie wesentlich leichter. Wenn sie die Struktur ihrer Biographie vor sich liegen haben, werden ihnen einige Abschnitte ins Auge fallen, die Klärung oder ausführliche Recherche benötigen. Vielleicht müssen sie noch einige Dokumente durchschauen oder mit Freunden und Verwandten sprechen. Manchmal reicht es nicht aus, nur alles aus dem Gedächtnis niederzuschreiben. Versuchen sie, Zweifel soweit wie möglich zu





also so, als würden sie sie jemandem von Angesicht zu Angesicht erzählen, der sie nicht kennt – persönlich, strukturiert, detailliert und vor allem verständlich. Es gilt: Ihr Leben, Ihr Schreibstil. Dennoch sollten sie bei einer Biographie Schachtelsätze und zu viele Fremdwörter vermeiden. Benutzen sie stattdessen eine klare und einfache Sprache. Sinneswahrneh-

klären, schließlich wollen sie ihre Lebensgeschichte nicht verfälschen. Denn durch die Autobiographie erleben wir einige achtsame Momente, in denen wir uns selbst ein wenig unsere Welt erklären dürfen. Es geht hier nämlich nicht um eine Autobiographie, die im nächsten Jahr auf Bestsellerlisten landet, sondern hier geht es um den hilfreichen und vielleicht sogar therapeutischen Charakter des biographischen Schreibens. Es gibt übrigens sehr unterschiedliche Stilformen, in denen sie ihre Biographie schreiben können: Vielleicht im spannenden Krimi-Stil oder als Ich-Erzählung, oder auch in einer Serie von Briefen, die sie an ihr früheres Ich schreiben. Bevor sie sich mit den Details beschäftigen, bringen Sie etwas Ordnung in die Erinnerungen. Das muss kein zeitlicher Ablauf sein – auch eine thematische Sortierung z. B. nach Beruf, Beziehung, Entwicklung und so weiter kann sinnvoll sein.

Ihr Leben, Ihr Schreibstil

Ihre Biographie muss nicht perfekt und lückenlos sein. Sie sollten auf spannende und lebendige Art und Weise ihr Leben und dessen Ereignisse reflektieren. Falls die Biographie nicht nur für sie persönlich ist, muss der Leser gefesselt sein und sich alles bildlich vorstellen können. Schreiben sie ihre Geschichte

und Vergleiche helfen ihren Lesern, sich in die jeweilige Situation hineinzusetzen. Bleiben sie bei einer Zeitform, einer Perspektive. Erzählen sie ihre Sicht der Dinge.

Einige Vorteile, die uns das autobiographische Schreiben bringen kann:

- Wir erkennen möglicherweise Muster, die uns im Alltag bisher verborgen geblieben sind.
- Wir schaffen ein wenig Ordnung in unserer Vergangenheit.
- Wir finden vielleicht Ressourcen und Fähigkeiten, an die wir schon lange nicht mehr gedacht haben.
- Wir können negative Erfahrungen „umschreiben“, da wir erkennen, dass sie nun schon lange her sind.
- Wir können uns besser verstehen und werden uns so, wie wir sind, mehr wertschätzen.

Es wird sich meist lohnen und vielleicht werden sie auch mal berühmt, man weiß ja nie.

>> Lucas Kircher

Quellen: contentman.de // Wikipedia.de // epubli.de // Prof. Dr. Dominik Perler, Zweifel und Gewissheit: skeptische Debatten im Mittelalter, Vittorio Klostermann Verlag // spektrum.de // duden.de // Psyhyrembel, 268. Auflage 2020 // dgpa.org, Psychologische Störungen des autobiographischen Gedächtnisses, Dr. Kapfhammer

WARUM IN DIE FERNE SCHWEIFEN ...

Ausflugstipps fürs
Wochenende



DAS ELSENZTAL - DAS IDYLLISCHE FLUSSTAL IM KRAICHGAU

Am Flussverlauf der Elsenz von Eppingen nach Neckargemünd liegt das beschauliche Elsenztal. Zwischen den beiden Landkreisen Heilbronn und Rhein-Neckar im nordwestlichen Baden-Württemberg schlängelt sich das Gewässer durch einen großen Teil des Kraichgaus.

Zwischen Bier und Fachwerk

Im Eppinger Stadtteil Rohrbach am Gießbühl entspringt die Elsenz. In diesem Ort kann man eine kleine Marienkapelle besichtigen. Direkt danach erreicht das Flüsschen die beschauliche Altstadt von Eppingen, die zahlreiche Fachwerkbauten und weitere interessante Sehenswürdigkeiten beherbergt. So hat man vom Pfeifferturm aus eine herrliche Aussicht auf das Städtchen. Kein Wunder, dass er das Wahrzeichen geworden ist. Zudem punktet Eppingen mit einem Museum für Zeugnisse religiösen Glaubens. Es empfiehlt sich auch bei einem Restaurantbesuch die stadt eigene Biermarke „Palmbräu“ zu probieren. Nachdem die Elsenz Eppingen durchflossen hat, erreicht sie den Stadtteil Richen. Hier kann man im Bauernmuseum die Geschichte der einst dort lebenden Bauern nachempfinden. In der Gemeinde Ittlingen wiederum kann man auf ein kleines Schlösschen sowie einen jüdischen Friedhof blicken.

Faszinierende Flugzeuge

Nun verlässt die Elsenz den Heilbronner Landkreis und erreicht die Gemarkung von Sinsheim, genauer gesagt den Stadtteil Reien. Hier befindet sich unter anderem die Alte Ziegelei, die heutzutage als Mehrzweckhalle genutzt wird. In Steinsfurt wiederum gibt es nicht nur das „Lerchennest“ – ein kleinbäuerliches Anwesen in fränkischer Bauweise, in dem der preußische König Friedrich der Große bei seinem Fluchtversuch übernachtete – sondern auch eine ehemalige Synagoge, welche die Reichspogromnacht überdauert hat. Im Stadtteil Rohrbach, den man nicht mit dem gleichnamigen Ort oben verwechseln darf, gibt es zahlreiche historische Bauwerke. Außerdem ist es von hier aus nicht mehr weit bis zum überregional bekannten Auto- und Technikmuseum mit seinen Flugzeugen. Sinsheim selbst gilt als Zentrum der Region, in dem man sogar ein relativ gutes Einkaufsambiente erleben kann.

Schwimmen oder Kicken?

Besonders sehenswert ist hier das Stift Sinsheim auf dem Michaelsberg, das einst ein Kloster war. Für sportbegeisterte Kinder bietet die Initiative „alla hopp“ die Parkanlage Postgarten an. Angler freuen sich dafür auf den Rauhwiesensee. Gleich daneben stehen die bekannten Thermen der Badewelt Sinsheim. Hier kann man nicht nur ideal saunieren; auch schwimmen ist hier möglich. Als preiswerte Variante genügt im Sommer das Freibad nahe dem Hauptbahnhof. Hoffenheim, der nordwestliche Stadtteil von Sinsheim, ist sogar gleich deutschlandweit für seine recht erfolgreiche Fußballmannschaft bekannt. Auch das Willi-Heinlein-Schreibmaschinenmuseum im Haus Brehm ist einen Abstecher wert. Nach Hoffenheim fließt die Elsenz zur Gemeinde Zuzenhausen. Hier erfreuen sich Tierfreunde am Vogel-Naturpark und am Streichelzoo.

Urzeitmenschliche Funde

Weiter geht's nach Meckesheim, hier kann man die evangelische Kirche bestaunen, die vom Architekten Ludwig Lendorff geplant wurde. Lendorff hat im ehemaligen Großherzogtum Baden mehrere Gebäude erbaut. Danach erreicht das Flüsschen die Gemeinde Mauer, in welcher der Urzeitmensch Homo



Heidelbergensis entdeckt wurde. Näheres dazu erfährt man im örtlichen urgeschichtlichen Museum. Nun durchfließt die Elsenz die Gemeinde Bammental, in deren Ortskern sich ein Duft- und Heilkräutergarten befindet. Für Wasserratten ist besonders das Waldschwimmbad ein Erlebnis. Ebenfalls bekannt ist Bammental auch für die regional bedeutende Kerwe, die jährlich am dritten Augustwochenende stattfindet. Zum Schluss durchfließt die Elsenz Neckargemünd, ehe sie – wie es der Stadtname bereits verrät – in den Neckar mündet. Das Städtchen punktet mit seiner nahezu intakten Altstadt, deren Burg Reichenstein auf einem Berghang erbaut wurde.

Ohne Auto sind die größeren Städtchen mit der Stadtbahn zwischen Heilbronn und Karlsruhe oder zwischen Heidelberg und Eppingen erreichbar. Neckargemünd kann man auch prima mit der Bahn via Mosbach-Neckarelz nach Heidelberg anfahren.



Das Elsenztal ist immer einen Ausflug wert. Ich hoffe, ich konnte ihr Interesse wecken.

>> Julian D. Freyer

Quellen: Wikipedia.de // kirmes-in-deutschland.de // openstreetmaps.org
// asv.elsenztal.de // anvmauer.de

SPIELE TIPP BINOKEL

Ein unterhaltsames
Kartenspiel



Trotz vieler Spielmöglichkeiten im Internet und diverser Apps spielen viele Menschen in ihrer Freizeit lieber Gesellschaftsspiele auf klassische Art mit menschlichen Mitspielern als Gegenüber. Neben den Brettspielen wird auch gerne Karten gespielt. Davon gibt es unzählige Arten. In Deutschland wird gerne Skat gespielt. Es gibt aber auch regionale Kartenspiele, eines davon möchte ich hier kurz vorstellen.

Das Binokeln

Es ist im süddeutschen, vorwiegend im württembergischen Raum verbreitet und sehr beliebt. Es wird meist von drei oder vier Mitspielern mit einem württembergischen Blatt gespielt. Binokel hat seine Ursprünge in zwei französischen Kartenspielen: Bézique und Cinq-Cents. Der Begriff Binokel stammt aus dem italienischen und kann mit den Worten „zwei Augen“ übersetzt werden, denn es kommt im Spiel jede Karte zweimal vor.

Die Karten sind in jedem Spiel- und Schreibwarengeschäft erhältlich. Es gibt im Buchhandel zusätzlich Anleitungen für Kartenspiele, wo man sich über die Spielregeln informieren kann. Auch im Internet kann man sich schlau machen. Aber neben dem Wissen über die Spielregeln ist es ratsam, wenn man Binokel - Spielern

beim Spielen zuschaut. Da kann man sehr viel lernen. Ich weiß das aus eigener Erfahrung. Auch sollte man als Anfänger möglichst mit sehr guten Binoklern spielen, sie können wertvolle Ratschläge und Tipps geben.

Es gibt mittlerweile im Internet auch Binokel-Apps. Aber ich persönlich finde das Binokeln mit Mitspielern aus Fleisch und Blut schöner. Es ist ein schönes und unterhaltsames Spiel, privat mit Freunden und Verwandten in geselliger Runde oder auch bei Kartenspielmeisterschaften, zum Beispiel bei einer Preisbinokel-Veranstaltung. Da kann man dann auch noch schöne Preise gewinnen.

>> Manfred Borst

Quelle: Wikipedia.de

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

Wenn jemand eine REISE tut ...

Wo die Schwarzwälder Kirschtorte zu Hause ist

Der Schluchsee

Im Rahmen eines Reha-Aufenthaltes verschlug es mich 2019 nun zum zweiten Mal in den Südschwarzwald, genauer gesagt nach St. Blasien. Da man ja, wie gesagt, aus Fehlern lernen sollte, fuhr ich diesmal mit dem PKW, um die Umgebung besser erkunden zu können. Schnell bildete sich ein Bekanntenkreis mit zwei netten Damen, die auch denselben Wunsch hegten, aber mit dem Zug da waren. Meine Tischnachbarin wollte mit ihrem Auto kurz vor ihrer Abreise noch mal zum Schluchsee, hatte aber alleine keine Lust und so fuhren wir zu viert (ich genoss den Bonus, auch mal gefahren zu werden). Bis zum Schluchsee war es nur ein Katzensprung!

Einen Parkplatz zu finden gestaltete sich etwas kompliziert, da wir ja nicht die Einzigen waren, die dorthin wollten. Um an den Schiffsanleger zu kommen, mussten wir zunächst über eine kleine Staumauer laufen und genossen schon dabei das herrliche Wetter und die ersten Blicke auf den See. Wir wollten eine Schiffsrundfahrt machen und reihten uns in die Schlange der schon Wartenden geduldig ein. Unser Schiff nahte schon und so dauerte es nicht mehr lange bis zur Abfahrt. Auf dem Schiff nun, sagte eine meiner Begleiterinnen: „Das ist aber ein kleiner See...!“ Langsam schipperten wir nun im großen Bogen um die kleine Landzunge, wo sich der Schiffsanleger befand und siehe da, der Schluchsee zeigte sich in voller Pracht

und Größe. Alle Zweifel von vorhin waren mit einem Schlag beseitigt. Es war ein wunderschöner, sonniger Sonntag und der Schluchsee leuchtete im herrlichem blau. Steuerbord betteten sich idyllisch die Häuser der 2500-Seelen-Gemeinde mit gleichen Namen „Schluchsee“ in die Landschaft ein. Ein Personenzug der „Dreiseenbahn“ hielt am Bahnhof und das Rot der Lok war ein nicht zu übersehender Farbtupfer.

Die Fotoapparate und Handykameras auf dem Schiff hatten Hochkonjunktur! Auf dem See gab es eine Fülle von Eindrücken zu verarbeiten. Zwischendurch machten wir an Zwischenstationen fest. Es war ein Kommen und Gehen an Bord, so hatten viele Touristen die Möglichkeit in kleinen Etappen das große Areal um den Schluchsee herum zu erkunden. In hinteren Teil waren kleine Segel- und Ruderboote unterwegs. Da wir oft ufernah fuhren, war vom Kapitän besonderes Geschick gefordert, um nicht mit den Booten zusammen zu stoßen. Da alles Schöne auch mal ein Ende hat, waren wir nach ca. eineinhalbstündiger Fahrt wieder am bekannten Anleger. Beim Aussteigen verabschiedeten wir uns bei der Mannschaft und bedankten uns für die tolle Fahrt. Ein freundliches Lächeln und „Noch einen schönen Nachmittag!“ kamen uns entgegen. Da nun das Café am Schluchsee reichlich überfüllt war, strandeten wir letztendlich im idyllischen Café Zeller bei Sankt Blasien, abgelegen von allem Trubel und



labten uns an der berühmten und außergewöhnlich wohlschmeckenden „Schwarzwälder Kirschtorte“ und an einen Kännchen Kaffee. „La dolce vita“ hieß heute mal unser Motto, bevor uns am Montag wieder der streng durchgetaktete Reha-Alltag erwartet.

Der Aussichtspunkt Alpenpanorama bei Ibach

Für alle, die Sinn für etwas Schönes haben, ist der Aussichtspunkt bei Ibach ein kleiner Geheimtipp. Bei meinem ersten Aufenthalt in St. Blasien war mir der Versuch, zu Fuß dorthin zu gelangen, auf Grund der Entfernung und der zur Verfügung stehenden Zeit versagt geblieben. Doch diesmal mit PKW klappte es. Mit meinem kleinen Bekanntenkreis fuhr ich nun von St. Blasien zunächst in Richtung Todtmoos und bog am Wegweiser Ibach dann links ab. Dabei streiften wir zunächst ein kleines Sägewerk inmitten des Waldes. Wir machten kurz Zwischenhalt und sahen uns ein wenig um: die Aufgabestation für das Rohholz, sowie die überdachte, doch frei zugängliche Lagerhalle mit den gestapelten Brettern. Der Geruch von dem frischen Holz war angenehm, wir fühlten auch mal an den Brettern, Natur pur! Da kamen mir die Erinnerungen hoch, wie ich als Kind immer die großen Standuhren mit ihrem Holzgehäuse bewundert hatte, auch ein wenig an meine Stubenmöbel, die auch aus echtem Holz sind. Nun ging unser Ausflug weiter. Von der Landstraße Richtung Ibach bogen wir nach kurzer Fahrt rechts zu einem Parkplatz unterhalb des Aussichtspunktes ab. Ein kleines Tor aus Holz begrüßte zunächst die Wanderer, bevor es dann auf den steilen und schmalen Pfad durch die Weide zum Ziel ging. Auf halber Höhe sahen wir links am Abhang einen einzelnen abgestorbenen Baum stehen, der seine Äste wie ein Gerippe zum Himmel steckte. Leben und Sterben in der Natur. Oben angekommen wartete schon das Ibacher Friedenskreuz auf uns und eine kleine Sitzgruppe, die Touristen zum Verweilen einlud. Was wir von hier oben aus zu sehen bekamen, übertraf

alle unsere Erwartungen! Ein malerischer Blick vom Ibacher Hochtal aus in die weitere Umgebung, die Gemeinde Ibach mit der markanten Kirche, sowie die



wie Spielzeuge aussehenden Häuser und Straßen. Am Horizont erschienen schemenhaft die Schweizer Alpen, sowie das Alpenvorland. Vor uns war auch eine handgemalte breite Tafel aufgestellt, die noch einmal das Ibacher Hochtal und die Schweizer Alpen zeigte, mit der Benennung der einzelnen Berge. Bei dieser herrlichen Aussicht bekamen unsere Fotoapparate reichlich Arbeit. „Von hier oben führt der Ibacher Panoramaweg, seit Sommer 2016 als Schwarzwälder Genießerpfad, rund um die Gemeindeteile von Ibach.“

Mit etwas Glück errangen wir auf der Sitzgruppe schließlich noch drei Plätze. Jetzt konnten wir noch ein wenig entspannen und die wunderbare Landschaft auf uns wirken lassen. Nach ca. einer Stunde Aufenthalt verabschiedeten wir uns von dieser Herrlichkeit der Natur und gingen den kleinen Pfad auf der Weide zurück zum Parkplatz. Zwischendurch schweifte noch einmal unser Blick zu den Schweizer Alpen am Horizont.

Die Menzenschwander Wasserfälle

Sie waren das zweite Ausflugsziel an diesem Tage, das wir nach einer dreißigminütigen Fahrt erreichten.



Von einem Menschen, dem schnell die Tränen kommen, sagt man, er habe „nah am Wasser gebaut“. Das können sprichwörtlich auch die Menzenschwander von sich behaupten, denn sie haben die gleichnamigen Wasserfälle sozusagen „vor ihrer Haustüre“. Auf dem ausgeschilderten Parkplatz wartete noch ein Eckchen auf uns. Der Weg zu unserem Ziel war auch gut ausgeschildert. Seitwärts auf einem Hang stand eine abgestorbene Rottanne, die auf einem Schildchen ihre Lebensgeschichte beeindruckend erzählte und was schließlich ihren „Tod“ herbeiführte. Nun stand sie gewissermaßen als „Naturdenkmal“ bei den Wasserfällen. Die Sonne schickte ihre goldenen Strahlen

durch die dichten Baumwipfel. Das Wasser rauschte beruhigend. Die Gegend hier war wie im Märchenwald, es fehlten nur noch ein paar Zwerge, die um einen großen Steinpilz herumsaßen und genüsslich ihr Wochenendbier tranken, sowie die Waldfeen.

Naturschauspiel

Am Fuße der Menzenschwander Wasserfälle bildete die Menzenschwander Alb rechts und links des Begehungspfades kleine, flache und sehr klare Flussausläufer. Am linken spritzte das Wasser noch empor und die Sonnenstrahlen „schmunzelten“ dahinter, sodass sich ein kleiner Regenbogen, der zum Greifen nah war, bildete. Ein wunderschönes Naturschauspiel. Am rechten Ausläufer standen ein paar Bänke, die aber alle von Familien besetzt waren, die ihre kleinen Kinder beim Plantschen im flachen und klaren Wasser beobachteten. Es hat halt schon immer eine besondere Anziehungskraft auf die Jüngsten! Der Begehungspfad zwischen den Wasserfällen war sehr eng und mitunter etwas rutschig. Immer wieder mussten wir uns in die kleinen Nischen quetschen, um den „Gegenverkehr“ vorbei zu lassen. An den zufriedenen Gesichtern der Touristen war zu erkennen, dass sie von dem Naturschauspiel beeindruckt waren. Die Bäume wuchsen bis an den Rand der 30 Meter hohen Felswände. Auf dem kargen Untergrund genügte ihnen nur wenig Erde zum Wachsen und Gedeihen. Stellenweise ragten ihre Wurzeln aus den Felswänden heraus, bis direkt in die Was-

serfälle hinein. Es ist erstaunlich, welche Kraft die Natur besitzt. Wir Menschen brauchen Hammer und Meißel, um Steine zu brechen. Die Bäume schaffen das einfach so!

Bei unserer Tour schauten wir immer wieder zurück auf die eindrucksvolle Landschaft, wo die Menzenschwander Alb friedlich zu Tale plätscherte. „Durch vom Feldberg kommende Wasserfluten entstand während und nach der Eiszeit eine Schlucht mit bis zu 30 Meter hohen Felswänden, die Besucher über einen Pfad begehen können. Im Zeitraum von Mai bis Oktober können die Wasserfälle immer Mittwoch, Samstag und Sonntag, auch mit Beleuchtung bestaunt

werden.“ Auf dem letzten Drittel war ein ca. zwei bis drei Meter breiter Felsvorsprung. Eine junge Dame vor uns schlängelte sich durch das Gelände, um nunmehr auf dieser „Plattform“ beim Wasserfall für ein Foto in Pose zu gehen. Als sie fertig war, sprangen gleich zwei Kinder dort herum, um ebenfalls vom Vater „geknipst“ zu werden. Meiner Begleitung und mir war das zu gefährlich. Wir stellten uns lieber vor das Gelände, um ein paar schöne Erinnerungsbilder zu schießen.

Als wir nun am Gipfel der Wasserfälle ankamen, waren meine Begleiterinnen hellauf begeistert von dem Gesehenen. Ich kam nicht umhin, vor lauter Freude, eine am Wege stehende Fichte wie einen guten Freund zu umarmen. Ich ließ die Ruhe und Energie des Baumes auf mich einwirken und lauschte dem Rauschen des Wassers. Ich stellte mir vor, wie der Baum das Lebenselixier für Mensch und Natur mit seinen Wurzeln aufsaugte und in seinen Inneren verarbeitete. Es war angenehm, so zu verweilen und in den Baum „hineinzuhören“. Nach einer Weile „verabschiedete“ ich mich von ihm und ein kleines Winken mit einem Ast sollte wohl sagen: „Es war schön von dir, dass du mich beachtet hast!“ Am Rundweg oberhalb der Wasserfälle kamen wir noch an einer Koppel mit ein paar Bullen vorbei, die genüsslich grasteten und gelegentlich an der Tränke schlürften. Bald darauf kamen wir zu einem alten Baumstumpf mit einem bogenförmigen Ast nach unten, unter dem ein Mensch durchlaufen konnte. „Tor zur Glückseligkeit“ stand an ihm. Wir machten da gegenseitig noch ein paar schöne Bilder. Zwischenzeitlich meldete sich auch der Magen bei uns und so wurde aus dem „Tor der Glückseligkeit“ gewissermaßen das „Tor der Umkehr“. Gegen Mittag waren wir wieder in St. Blasien und ließen uns in einem Restaurant Pizza und Spezi schmecken.



Der Schwarzwald bietet gewiss noch hundert weitere schöne Ausflugsziele, egal ob nun mit oder ohne Reha-Aufenthalt. Man sollte sich nur die Zeit dazu nehmen, einmal Ohren und Augen zu öffnen, um zu hören bzw. zu sehen, was die Natur uns mitteilen möchte.

>> Gunther Schuster

Quellen: ich-geh-wandern.de // hochschwarzwald.de

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

Schauerkerzen

Ein Brauchtum seit 1497



Hilfe bei nahendem Unwetter

Schon immer war der Mensch von Unwettern fasziniert und verängstigt. Wenn es donnerte und blitzte dachten unsere Vorfahren, dass es sich hierbei um erboste Götter handelt, welche die Menschheit für ihre Missetaten bestrafen wollen. War es doch eine Erklärung für sie, warum bedrohliche Blitze Bauwerke und Felder in Flammen setzten und sogar Mensch und Vieh umbrachten. Ein Gewitter war vor der Entdeckung des Blitzableiters eine wahrhafte Katastrophe. Bei enganliegenden mit Holz verkleideten Fachwerkhäuser brannte so schnell eine ganze Siedlung ab. Auch Stürme und Wolkenbrüche sorgten durch die Zerstörung von Felderträgen für enorme Hungersnöte.

Besänftigung böser Geister

Kein Wunder, dass Menschen früher durch Schauerkerzen, die auch Wetter- oder Gewitterkerzen genannt werden, versuchten, böse Geister zu besänftigen. Sie hatten den Glauben, die Kerzen können ein Gewitter verschwinden oder sanfter über sie hinwegziehen lassen. Interessant ist dabei auch, dass unsere Vorfahren noch an böse Geister glaubten, obwohl die katholische Kirche doch stets um Monotheismus und die Abschaffung heidnischen Glaubens bemüht war. Üblicherweise segnete der Pfarrer die weißen oder

schwarzen Kerzen mit den verschiedensten Bildnissen zu Mariä Lichtmess am 2. Februar. Wenn sich schließlich ein Unwetter näherte, zündete man eine Schauerkerze an und fing an zu beten. Diese stellte man üblicherweise daheim im Herrgottswinkel oder neben einem Weihwasserbecken auf. Erstmals schriftlich erwähnt wurde dieser Brauch im Jahre 1497 im bayerischen Ingolstadt.

Weiterleben im Alpenraum

Heutzutage ist dieses Brauchtum noch vereinzelt im katholischen Voralpen- und Alpenraum verbreitet, wenn auch eher ältere Gläubige diese Tradition pflegen. Erworben werden können jene Kerzen an bestimmten Wallfahrtsorten, wie z. B. in Andechs oder Altötting, aber auch das alpenferne Walldürn verkauft sie noch. Mittlerweile weiß man immer besser, wie und warum ein Gewitter entsteht und dass dafür keine höhere Macht verantwortlich sein kann, die explizit die Menschheit bestrafen möchte. Dank modernster Technik sind Katastrophen in unseren Breitengraden regelrecht minimiert worden. Üblicherweise sind die einzig großen Katastrophen die durch Gewitter entstehen, ein Wolkenbruch mit Hochwasserfolge oder Hagelschlag sowie größere Strom- und Telefonnetzausfälle. Unsere Wissenschaftler sind aber dabei, auch solche Katastrophen besser vorherzusagen und so diesen soweit wie möglich entgegenzuwirken.

>> Julian D. Freyer

Quelle: Wikipedia.de // traunsteiner-tagblatt.de

Der gesunde MENSCHENVERSTAND

Vielzitiert und schwer zu finden

Wer kennt es nicht, das alte Sprichwort: „Wer andern eine Grube gräbt, fällt selbst hinein.“

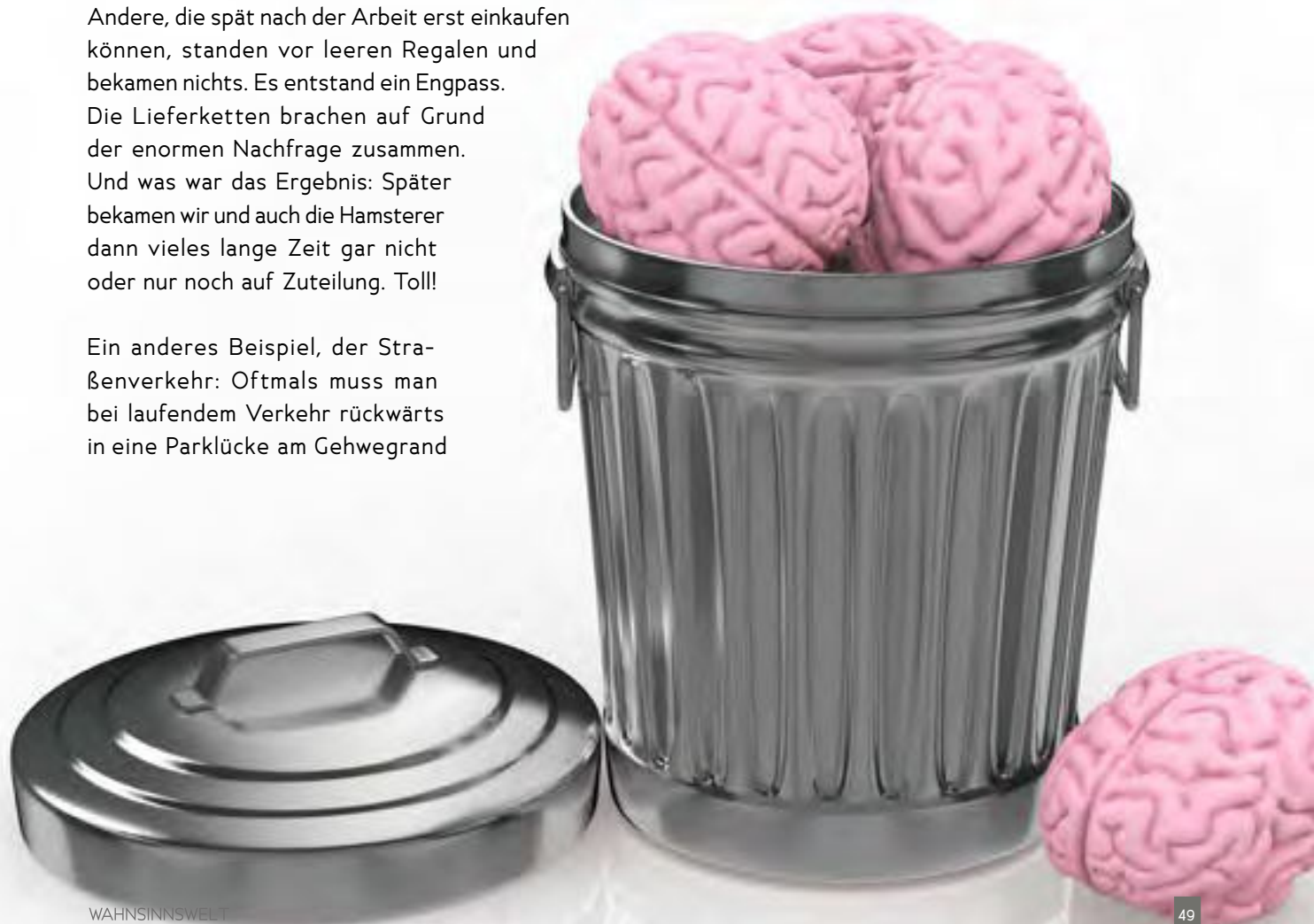
In der heutigen Zeit ist es wohl aktueller denn je. Betrachtet man da in der jetzigen Corona-Zeit das Sozialverhalten unserer Zeitgenossen, so kann man nur die Hände über dem Kopf zusammenschlagen. Man fragt sich, wo der immer wieder beschworene gesunde Menschenverstand, sofern es den überhaupt jemals gab, geblieben ist? Da erleben wir Hamsterkäufe in den Supermärkten wie bei Kriegsereignissen. Toilettenpapier, Mehl, Zucker, H-Milch und dann noch Hefe – „Wir müssen unser Brot ja jetzt selbst backen“ – wurden gehamstert bis zum Umfallen. Jeder wollte zuallererst mal sich selbst gut über die „Notzeit“ versorgen. Andere, die spät nach der Arbeit erst einkaufen können, standen vor leeren Regalen und bekamen nichts. Es entstand ein Engpass. Die Lieferketten brachen auf Grund der enormen Nachfrage zusammen. Und was war das Ergebnis: Später bekamen wir und auch die Hamsterer dann vieles lange Zeit gar nicht oder nur noch auf Zuteilung. Toll!

Ein anderes Beispiel, der Straßenverkehr: Oftmals muss man bei laufendem Verkehr rückwärts in eine Parklücke am Gehwegrand

einparken. Da gibt es dann Autofahrer, die es besonders eilig haben und so dicht auffahren, dass man kaum noch rückwärts rangieren kann. Da muss man aussteigen und den anderen bitten, wenn das noch geht, etwas zurück zu fahren. Beide Parteien haben unnütze Zeit vergeudet. Der drängelnde Autofahrer musste durch sein Verhalten nun wesentlich länger warten. Hat er sich da nicht selbst ein Eigentor geschossen, ist quasi in seine eigene Grube gefallen?

Ich kenne kein anderes Lebewesen, das sich so irrational und dumm verhält.

>> Gunter Schuster



LACHEN IST GESUND

Ein Mann bringt eine Frau nach dem ersten Date an die Haustür. Die Frau fragt: „Und wollen wir Telefonnummern tauschen?“ Da sagt der Mann: „Wieso sollten wir sowas machen. Das würde doch nur die Leute verwirren, die versuchen uns anzurufen.“

Mathe und Deutsch
sind meine drei
gutesten Fächer

Quelle: aberwitzig.com

Beim Bewerbungsgespräch – Bewerber:
„Woher kommt eigentlich der Wind?“
Personalleiter: „Als ich sagte, ob Sie noch eine Frage
haben, meinte ich eigentlich bezüglich des Jobs.“

Hans du bist zu dick. Warum isst
du schon wieder Pizza?
– Das hat mir der Doktor
verschrieben.
– Welcher Doktor.
– Dr. Oetker.



Hab heute schon wie-
der einen Brief von
dem Anwalt bekom-
men. Dort steht:
„Letzte Mahnung“.
Gut, dass das endlich
aufhört.

Herr Doktor,
hätten Sie eventuell
etwas für mich, damit ich
jünger aussehe?
– Hier, nehmen Sie
den Schnuller.

RÄTSELECKE

Denksport

Was wird hier gesucht?

- 1) Wie heißt das Reh mit Vornamen?
- 2) Welcher Löffel taugt nicht zum Essen?
- 3) Was ist ein eisenhaltiges Abführmittel?
- 4) Welches Tal gefällt Unternehmern am besten?
- 5) Welcher Ring ist nicht rund?

Quellen: raetselstunde.de // raetseldino.de

Wortspiele

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

- a) WAND ... WOCHE
- b) BONBON ... STAU
- c) KLEIN ... AUTOMAT
- d) REGEN ... HERR
- e) LUFT ... BAU

Auflösungen aus der letzten Ausgabe (WW 29):

- 1) Der Jaguar 2) Die Sandbank 3) Die Autobahn
- 4) Der Schneemann 5) Die Durststrecke //
- a) RAHMEN b) WASSER c) ALBUM d) LOKAL
- e) ANLAGE

Fahr-Rad^{E.C.}

SHOP  SERVICE

HEILBRONN

**„Fahrräder waren schon immer meine Leidenschaft,
eine Liebe die sich auch in meinem Laden
widerspiegelt, kommt vorbei und
überzeugt euch selbst!“**



Hier geht's zur Webseite

Am Wollhaus 18 • 74072 Heilbronn • Tel: 07131 8739581



THERAPEUTIKUM

MIT BEGEISTERUNG SOZIAL.

WIR ERÖFFNEN PERSPEKTIVEN für Ihre berufliche Zukunft

Als größte Rehabilitationseinrichtung für psychisch kranke Menschen in der Region Heilbronn-Franken sind wir der soziale Dienstleister für Gesundheit, Beruf und Alltag und betreuen über 450 Rehabilitanden. Seit 50 Jahren sorgen unsere engagierten Mitarbeiter*innen dafür, dass sich dieser Personenkreis in die Gesellschaft integriert, seinen Fähigkeiten entsprechend gefördert und sicher fühlt.

Wenn auch Sie sich für soziale Aufgaben begeistern können, starten Sie jetzt Ihre berufliche Zukunft mit uns. Wir bieten Ihnen in unterschiedlichen Fachbereichen einen sicheren Arbeitsplatz in einem starken Team und viele weitere attraktive Vorteile, Fahrradleasing und eigenes Fitnessstudio inklusive.

Mehr über uns und alle Details zu Stellenangeboten finden Sie hier:

therapeutikumheilbronn.de/jobs

Wir freuen uns auf Sie.