

# Praxis-Newsletter

Energy Resource Coaching

Empathisch • Lösungsorientiert • Individuell

Dezember 2009



**Evelyn Rittmeyer**

Praxis für Psychotherapie (HPG)

Coaching & Philosophie

## Impressum:

Verantwortlich im Sinne des Presserechtes und des Telemediengesetzes:

Evelyn Rittmeyer  
Am Vogelgesang 1  
65718 Eppstein-Bremthal

Tel.: 06198—58 56 960

Fax: 06198—58 56 961

Mobile: 0172—850 17 21

E-Mail: [praxis@evelynrittmeier.de](mailto:praxis@evelynrittmeier.de)

Internet: [www.evelynrittmeier.de](http://www.evelynrittmeier.de)

(Das vollständige Impressum dort gilt ebenfalls für diesen Newsletter)

## Bitte beachten Sie:

Sollten Sie diesen Newsletter

- selbst kostenfrei abonnieren,
- ihn nicht mehr beziehen,
- oder ihn an eine andere E-Mail-Adresse geschickt haben wollen,

geben Sie mir bitte eine kurze Notiz unter: [newsletter@evelynrittmeier.de](mailto:newsletter@evelynrittmeier.de)  
Ihrem Wunsch wird so schnell wie möglich entsprochen. Herzlichen Dank!

## Inhalt dieser Ausgabe

- 1 **Editorial**
- 2 **Kleine Geschichten:** *Zur Unterhaltung und zur Kontemplation*
  -  **Die Versammlung der Tiere**
  -  **Affenjagd**
  -  **Doch wäre das Boot leer ...**
  -  **Auf der Durchreise**
  -  **Die Geschichte der Kisa Gotami**
  -  **Die Geschichte von Springmaus**
- 3 **LICHT:** *Nicht nur in der dunklen Jahreszeit*
- 4 **Weihnachten woanders:** *Fremdes (?) Brauchtum*
- 5 **Ihre Meinung:** *interessiert*
- 6 **Für Sie gelesen:** *Bestseller und andere gute Sachen*

Alle Newsletters werden unter der Rubrik [Newsletter](#) auf meiner Website archiviert.



## 1 Editorial

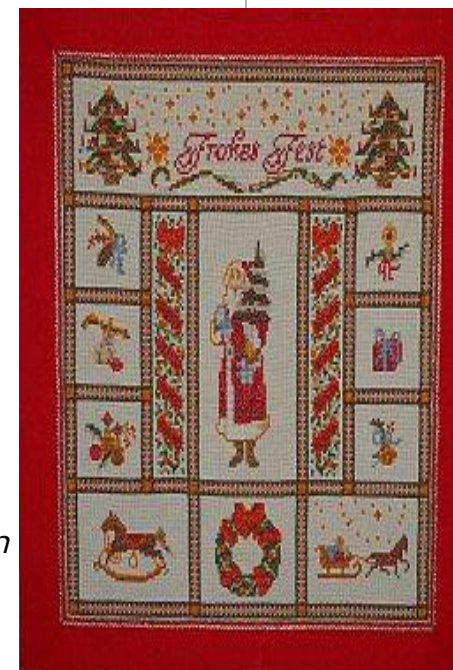
**Liebe Leserin, lieber Leser,**

von Herzen wünsche ich Ihnen allen noch eine friedliche Adventszeit und ein wunderschönes, erfüllendes, liebevolles Weihnachtsfest.

Sicher wird in vielen Wohnzimmern und Kirchen die Weihnachtsgeschichte vorgelesen werden. Wir kennen sie alle und es ist wohl für viele immer wieder wie eine liebevolle Umarmung, sie zu hören, weil wir um ihre tröstliche und beglückende Bedeutung wissen.

Wenn wir die Welt mit dieser Erfahrung betrachten, können wir überall, auch in vielen anderen und sehr alten Kulturen, die Essenz

dessen, was uns die Weihnachtsgeschichte verheißt, erkennen. Diese Geschenke, so verstehen wir dann, hatten wir schon immer, solange die Welt besteht. Wenn wir uns ihrer bewusst sind, können wir sie ganz praktisch, festtags wie alltags, weiter für unser heutiges Leben nutzen.



In den kleinen Geschichten, Fabeln und Gleichnissen aus nicht-christlichen Traditionen und Kulturen werden wir mit Leichtigkeit die Parallelen erkennen, die alle Menschen verbinden. Zeit war z.B. schon immer kostbar — gehen Sie achtsam mit ihr um! Lesen Sie vom indischen Geheimnis des Loslassens, erkennen Sie unpassenden Zorn im Gleichnis vom leeren Boot, den Gleichmut in der Beschränkung auf das Wesentliche, den Trost, der aus Mitgefühl erwachsen kann und bewundern Sie die überwältigende und bedingungslose Liebe, die Dankbarkeit und den Mut eines kleinen Mäuserichs. Aus den Geschichten können wir mit großem Respekt ersehen, dass ein jeder in seiner Kultur gut aufgehoben sein kann.

Mit der Wiedegabe dieser kleinen Schätze aus

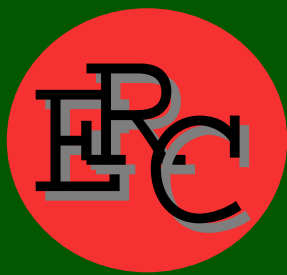
„Geschichten des Herzens“ von Kornfield & Feldman bedanke ich mich bei Ihnen allen für Ihr Vertrauen, Ihre Offenheit und Ihre Zuwendung in so mannigfaltigen Erscheinungsformen und Zusammenhängen.

In der Dunkelheit der Jahreszeit möchte ich dann unter der entsprechenden Überschrift (Seite 3) auf einen kleinen therapeutischen Lichtblick hinweisen. Außerdem gibt es zum Schluss eine umfangreiche Sammlung in der Bücher-Rubrik, die für jedes Alter und viele ganz unterschiedliche Interessen Spannendes und Sinnvolles bereit hält.

Ich wünsche Ihnen nicht nur für die Festtage das Bewusstsein, Ihre Welt mit allen Sinnen — mit Sehen, Hören, Riechen, Fühlen und Schmecken — wahrzunehmen.

Haben Sie eine gute Zeit und kommen Sie beschützt ins Neue Jahr!

*Herzlichste Dank  
Evelyn Rittmeyer*



## 2 Kleine Geschichten: Zur Unterhaltung und zur Kontemplation


### Die Tiere hielten Versammlung

und beklagten sich über die Menschen, die ihnen immer Dinge wegnahmen. „Sie nehmen meine Milch“, sagte die Kuh. „Sie nehmen meine Eier“, sagte die Henne. „Sie nehmen mein Fleisch als Schinken“, sagte das Schwein. „Sie jagen mich wegen meines Öls“, sagte der Wal.


Schließlich sprach die Schnecke. „Ich habe etwas, das sie mir sicher wegnehmen würden, wenn sie könnten. Etwas, das sie mehr begehren als alles andere. Ich habe *Zeit*“. \*\* *Sufi*

### In Indien haben die Jäger eine bewährte Methode

der Affenjagd. Eine Kokosnuss wird ausgehöhlt und man macht ein Loch hinein, gerade groß genug, dass die offene Hand des Affen hindurch passt. Dann wird die Kokosnuss mit einem verlockenden Köder in sich auf dem Boden befestigt. Kommt dann ein Affe, der das Essen in der Kokosnuss haben will — owei, sobald er es packt und in der Faust hält, kann er die Hand mit dem Köder darin nicht mehr aus der Kokosnuss herausziehen. So bleibt er gefangen — in der Falle seiner eigenen Unwilligkeit, die Faust zu öffnen. \*\* *Hindu*

 Wenn ein Mann den Fluss überquert und ein leeres Boot an sein eigenes Kanu stößt, wird er sich nicht ärgern, selbst, wenn er leicht in Wut gerät. Doch sieht er einen Mann in dem Boot, wird er ihn beschimpfen, er solle wegsteuern. Wenn sein Ruf nicht gehört wird, ruft er noch einmal und noch einmal und fängt an zu fluchen. Alles nur, weil das Boot einen Insassen hat. Doch wäre das Boot leer, er würde weder schimpfen noch ärgerlich sein.

Wenn du dein eigenes Boot leermachen kannst, während du den Fluss der Welt überquerst, wird sich dir niemand entgegenstellen, wird niemand dir schaden wollen. \*\* *Dschung Tse*

 Im letzten Jahrhundert besuchte ein Tourist aus den Staaten den berühmten polnischen Rabbi Hafez Hayyim. Er war erstaunt, dass das Haus des Rabbi nur aus einem einfachen, mit Büchern gesäumten Zimmer bestand. Das einzige Mobiliar waren ein Tisch und eine Bank.

„Rabbi, wo sind deine Möbel?“ fragte der Tourist. „Wo sind deine?“ entgegnete Hafez. „Meine? Ich bin doch nur auf der Durchreise.“ Das bin ich auch“, sagte der Rabbi. \*\* *Chassidisch*

### Zur Zeit des Buddha ((Buddha Shakyamuni (Siddhartha

Gautama), ca. 563 bis 483 vor Chr.)) erzählte man eine Geschichte von einer jungen Frau namens Kisa Gotami, die eine Reihe von tragischen Schicksalsschlägen erlitt. Zuerst starben ihr Ehemann und ein enges Familienmitglied. Ihr blieb nur der einzige Sohn. Dann befahl dieser eine Krankheit, so dass auch er starb. In Kummer und Wehklagen trug sie den Körper ihres toten Kindes überall hin und bat um Hilfe, um Medizin, um ihn wieder lebendig zu machen, aber natürlich konnte niemand helfen. Schließlich schickte jemand sie zum Buddha, der in einem nahen Waldstück lehrte. Vor Kummer weinend näherte sie sich dem Buddha und sagte: „Großer Lehrer und Meister, bitte bring meinen Jungen zurück ins Leben“.

Der Buddha sagte: „Ich will es tun, aber zuerst musst du etwas für mich tun, Kisa Gotami. Du musst ins Dorf gehen und mir eine Handvoll Senfkörner (ein weit verbreitetes Gewürz in Indien) besorgen, woraus ich eine Medizin für dein Kind machen will. Aber noch eine Sache“, sagte der Buddha, „die Senfkörner müssen aus einem Haus kommen, wo niemand gestorben ist, wo niemand ein Kind oder Eltern, Ehepartner oder Freund verloren hat.“

Kisa Gotami lief ins Dorf und stürzte ins erstbeste Haus, um Senfkörner zu erbitte. „Bitte, bitte, kann ich welche haben?“ Und die Leute sahen ihren Kummer und reagierten sofort. Aber dann fragte sie: „Ist irgend jemand in diesem Haus gestorben?“ Eine Mutter oder Tochter oder Vater oder Sohn?“ Sie antworteten: „Ja, erst im letzten Jahr hatten wir einen Todesfall“. Da lief Kisa Gotami fort und zum nächsten Haus. Wieder boten sie ihr Senfkörner an, und

wieder fragte sie: „Ist hier jemand gestorben?“ Diesmal was es die unverheiratete Tante. Und im nächsten Haus war es die junge Tochter, die gestorben war. Und so ging es Haus für Haus in diesem Dorf. Sie konnte keinen Haushalt finden, dem der Tod nicht begegnet war.

Am Ende setzte Kisa Gotami sich in ihrem Kummer nieder und erkannte, dass, was ihr und ihrem Kind geschehen war, jedem geschieht, dass alle, die geboren sind, auch sterben werden. Sie brachte den Leichnam ihres Sohnes zum Buddha zurück. Dort wurde er mit allen entsprechenden Riten beerdigt. Dann verneigte sie sich vor dem Buddha und bat ihn um Unterweisung, die ihr Weisheit und Zuflucht in diesem Reich von Geburt und Tod bringen würden, und sie nahm sich diese Unterweisungen so zu Herzen, dass sie selbst zu einer großen Yogin und Weisen wurde. \*\* *Früher Buddhismus*

### Es war einmal eine Maus, ein geschäftiger

Mäuserich, der überall suchte, mit seinem Schnurrbart das Gras streifte und sich umschaute. Wie alle Mäuse, beschäftigte er sich mit Mäusedingen. Aber manchmal hörte er einen seltsamen Klang. Dann hob er den Kopf, blinzelte angestrengt, ob er etwas sah, die Schnurrbarthaare zuckten in der Luft, und er wunderte sich. Eines Tages huschte er zu einem Mäuseka-  
meraden und fragte ihn: „Hörst du ein Tosen in deinen Ohren, mein Bruder?“ „Nein, nein“, antwortete er. „Aber eine andere Maus, ohne die ich nicht leben kann.“  
die andere Maus, ohne die ich nicht leben kann.“  
den, mein Bruder, die andere geschäftige Nase ben. „Ich höre nichts. Ich bin jetzt beschäftigt. Rede später mit mir.“ Die selbe Frage stellte er einer anderen Maus, die ihn seltsam ansah. „Bist du verrückt im Kopf? Was für ein Klang?“ fragte sie und verschwand im Loch eines umgefallenen Baumwollstammes. Der kleine Mäuserich zuckte die Barthaare und ging wieder an seine Beschäftigung, entschlossen, die ganze Sache zu vergessen. Aber da war wieder dieses Tosen. Es war schwach, sehr leise, aber es war da! Und eines Tages entschied er, den Klang näher zu erforschen, nur ein wenig. Er verlies die anderen geschäftigen Mäuse





# Praxis-Newsletter

Dezember 2009 / Seite 3

## Fortsetzung: *Die Geschichte von Springmaus*

etwas abseits, um noch einmal hinzuhören. Da war er! Er hörte angestrengt zu, als plötzlich jemand Hallo sagte.

„Hallo, kleiner Bruder“, sagte die Stimme, und der Mäuserich fuhr beinahe aus seiner Haut. Er bog Rücken und Schwanz zusammen, um wegzulaufen. „Hallo“, sagte die Stimme wieder. „Ich bin´s, Bruder Waschbär“. Und er was es tatsächlich! „was tust du hier allein für dich, kleiner Bruder?“ fragte der Waschbär. Der Mäuserich errötete und versteckte seine Schnauze dicht am Boden. „Ich höre ein Tosen in meinen Ohren, das ich erforschen will“, antwortete er zaghaft.

„Ein Tosen in deinen Ohren?“ entgegnete der Waschbär, während er sich zu ihm setzte. „Was du da hörst, kleiner Bruder, das ist der Fluss.“

„Der Fluss?“ fragte der Mäuserich neugierig. „Was ist ein Fluss?“ „Komm mit mir, und ich werde dir den Fluss zeigen“, sagte der Waschbär.

Der kleine Mäuserich hatte fruchtbare Angst, war aber fest entschlossen, ein für allemal herauszufinden, was es mit diesem Tosen auf sich hatte.

„An meine Arbeit kann ich zurückkehren“, dachte er bei sich, „wenn diese Sache geklärt ist, und vielleicht hilft mit diese Sache auch bei all meinem geschäftigen Untersuchungen und Sammeln. Und meine Brüder sagen alle, es sei nichts. Ich werde es ihnen zeigen. Waschbär werde ich bitten, mit mir zurückzukommen, und ich werden den Beweis haben.“

„In Ordnung, mein Bruder Waschbär“, sagte der Mäuserich, „führe mich zum Fluss. Ich werde mitkommen“. Der kleine Mäuserich ging mit dem Waschbären. Sein kleines Herz klopfte wild in der Brust. Der Waschbär führte ihn auf seltsame Wege, und der kleine Mäuserich roch den Duft vieler Dinge, die hier vorbeigekommen waren. Oftmals bekam er so große Angst, dass er beinahe umgekehrt wäre.

Schließlich erreichten sie den Fluss! Er war riesig und atemberaubend, an einigen Stellen tief und klar, an anderen trübe. Der kleine Mäuserich konnte nicht bis auf die andere Seite sehen, so weit war er. Er toste, sang, weinte und donnerte auf seinem Verlauf. Auf seiner Oberfläche sah der kleine Mäuserich, wie große Stücke der Welt mitgetragen wurden. „Er ist mächtig“, sagte der kleine Mäuserich und suchte nach Worten. „er ist großartig“, antwortete der Waschbär, aber jetzt möchte ich dich einem Freund vorstellen.“



An einer glatteren, flacheren Stelle war ein Seerosenpolster, leuchtend grün. Darauf saß ein Frosch, der fast genau so grün war, wie das Blatt, auf dem er saß. Sein weißer Bauch hob sich klar davon ab. „Hallo, kleiner Bruder“, sagte der Frosch, „willkommen am Fluss.“

„Ich muss dich nun verlassen“, fiel der Waschbär ein, „aber hab keine Angst, kleiner Bruder, denn ab jetzt wird der Frosch für dich sorgen.“ Und der Waschbär ging fort, um am Flussufer nach Nahrung zu suchen, die er waschen und essen könnte.

Der kleine Mäuserich trat näher ans Wasser und sah hinein. Da sah er die Spiegelung einer ängstlichen Maus. „Wer bist du?“ fragte der kleine Mäuserich die Spiegelung. „Hast du keine Angst, so weit da draußen in dem großen Fluss?“ „Nein“, antwortete der Frosch, „ich habe keine Angst. Von Geburt an ist mir die Gabe gegeben, sowohl über dem Fluss als auch in ihm zu leben. Wenn der Wintermann kommt und diese Medizin einfriert, kann man mich nicht sehen. Aber so lange der Donnervogel fliegt, bin ich hier. Um mich zu besuchen, muss man herkommen, wenn die Welt grün ist. Ich, mein Bruder, bin der Hüter des Wassers.“ Erstaunlich!, sagte der kleine Mäuserich schließlich und suchte wieder nach Worten.

„Möchtest du gern Medizinkraft haben?“ fragte der Frosch. „Medizinkraft?“ fragte der kleine Mäuserich. „Ja, ja, wenn das möglich ist.“ „Dann ducke dich so tief du kannst und dann springe so hoch du fähig bist! Du wirst deine Medizin bekommen!“ sagte der Frosch.

Der kleine Mäuserich tat, wie ihm geheißen. Er duckte sich so tief er konnte und sprang. Und als er sprang, sahen seine Augen die Heiligen Berge. Und er konnte seinen Augen kaum trauen. Aber da waren sie! Doch dann fiel er wieder hinunter und landete im Fluss! Dort bekam er es mit der Angst zu tun und krabbelte zurück ans Ufer. Er war nass und fast zu Tode erschrocken. „Du hast mir einen Streich gespielt“, schrie der kleine Mäuserich den Frosch an.

„Warte mal“, sagte der Frosch. „Du bist nicht verletzt. Lass deine Angst und deinen Ärger dich nicht blenden. Was hast du gesehen?“ „Ich“, stammelte der Mäuserich, „ich sah die Heiligen Berge!“ „Und du hast auch einen neuen Namen!“ sagte der Frosch. „Du bist jetzt *Springmaus*.“ „Danke, danke“, sagte Springmaus und dankte ihm abermals. „Ich möchte zu meinen Leuten zurückkehren und ihnen erzählen, was mir begegnet ist.“ „Gehe. Gehe nur“, sagte der Frosch. „Kehre zu deinen Leuten zurück. Es ist nicht leicht, sie zu finden. Bewahre den Klang des Medizinflusses in deinem Hinterkopf und →

## 3 LICHT: *Nicht nur in der dunklen Jahreszeit*

**LICHT ist lebensnotwendig**, jedes irdische Lebewesen braucht Licht in irgendeiner Form, selbst der in ewiger Dunkelheit lebende und mit einer hochinteressanten Biologie ausgestattete Nacktmull braucht wenigstens ein Äquivalent hierzu (*sein Organismus kann bspw. zur Nutzung von Mineralien Vitamin D3-unabhängige Prozesse initiieren. Sowas können wir nicht!*).

**Seit Urzeiten** haben alle bedeutenden Kulturen LICHT zu Heilzwecken eingesetzt. Sie verehrten die Sonne als göttliche, weil heilspendende Kraft. Im 17. Jahrhundert fand Sir Isaak Newton heraus, dass weißes Licht aus den Farben des Regenbogens besteht und der Däne Ole Römer berechnete mit erstaunlicher Präzision die Lichtgeschwindigkeit.

**Seit dem 19. Jahrhundert** setzte man Sonnenlicht systematisch als Heilmittel ein. Violette Licht wurde effektiv eingesetzt, um Bakterien abzutöten (siehe Blumenläden und OP-Säle!).

**Ab 1919** nutzte man den **kürzesten und effektivsten Lichtweg ins Gehirn: über die Augen**. Die Veränderung des Lichtes in seiner Farbigkeit, seiner Frequenz und in der Dauer der Anwendung kann ein gestörtes Gleichgewicht des autonomen Nervensystems und auf diesem Weg der davon abhängigen Funktionen wieder herstellen.

Sehen Sie mehr hierzu unter [Farblicht](#).



## Fortsetzung: *Springmaus*

gehe in entgegengesetzter Richtung zum Klang. Dann wirst du deine Mäusebrüder finden.“

Springmaus kehrte in die Mäusewelt zurück. Aber es war enttäuschend. Niemand wollte ihm zuhören. Und weil er nass war und das nicht erklären konnte, da es nicht geregnet hatte, bekamen viele der anderen Mäuse Angst vor ihm. Sie glaubten, er sei aus dem Maul eines anderen Tieres ausgespuckt worden, das ihn hatte fressen wollen. Und wenn er für das Tier nicht essbar war, dann musste er sicher auch für sie giftig sein.

Springmaus lebte wieder unter seinesgleichen, konnte aber den Anblick der Heiligen Berge nicht vergessen. Die Erinnerung brannte Springmaus in Kopf und Herz, bis er eines Tages zum Rand des Flusslandes ging ... Von der Grenze des Mäuselandes aus sah er hinaus in die Prärie. Er erblickte die Adler. Der Himmel war voller Punkte, jeder ein Adler. Aber er war fest entschlossen, zu den Heiligen Bergen zu gehen. Er nahm seinen ganzen Mut zusammen und flitzte so schnell er konnte auf die Prärie. Sein kleines Herz klopfte wild vor Aufregung und Angst. Und er lief, bis er einen Salbeistrauch erreichte, ruhte aus und versuchte, Luft zu holen, als er eine alte Maus sah. Der Salbeistrauch der alten Maus war eine Oase für Mäuse. Es gab reichlich Samenkörner und Material für den Nestbau und viele Dinge, mit denen man sich beschäftigen konnte. „Hallo“, sagte die alte Maus, „Willkommen“. Springmaus war erstaunt. So ein Ort und so eine Maus. „Du bist wirklich eine große Maus“, sagte Springmaus mit allem Respekt, den er aufbringen konnte. Das ist wirklich ein wunderbarer Ort. Und die Adler können dich hier auch nicht sehen“, sage Springmaus.

„Ja“, sagte die alte Maus, „und hier können wir alle Wesen der Prärie sehen, Büffel, Antilopen, Kaninchen und Koyote. Von hier aus kann man sie alle sehen und ihre Namen kennen.“

„Das ist wunderbar“, sagte Springmaus. „Kannst du auch den Fluss und die großen Berge sehen?“ „Ja und nein“, antwortete die alte Maus mit Überzeugung. „Ich weiß, dass es den Großen Fluss gibt, aber ich fürchte, dass die Großen Berge nur ein Mythos sind.“

Vergiss deine Leidenschaft, sie zu sehen und bleibe hier bei mir. Hier gibt es alles, was du wünschst, und es ist ein guter Ort zum Leben.“ „Wie kann er so etwas sagen?“ dachte Springmaus. „Die Medizin der Heiligen Berge kann man nicht vergessen.“ „Danke für die Mahlzeit, die du mit mir geteilt hast, alte Maus, und danke auch, dass du dein großartiges Zuhause geteilt hast“, sagte Springmaus. Aber ich muss die Berge suchen.“

„Du bist töricht, von hier wegzugehen. Die Prärie ist voller Gefahren! Schau nur nach dort oben!“ sagte die alte Maus mit noch größerer Überzeugung. „Sieh all die Punkte dort“ Das sind Adler, und sie werden dich fangen!“ Springmaus fiel es schwer, fort zu gehen, aber er nahm seine Entschlusskraft zusammen und flitzte wieder los. Der Boden war rau. Doch er bog den Schwanz und lief mit aller Kraft. Er konnte, während er lief, die Schatten der Punkte auf seinem Rücken fühlen. All diese Punkte! Schließlich erreichte er ein Tollkirschengebüsch. Springmaus konnte seinen Augen kaum glauben. Dort war es kühl und luftig. Es gab Wasser, Kirschen und Samenkörner, Gräser für den Nestbau, Löcher zum Auskundschaften und viele, viele andere Dinge zum Sich-Beschäftigen. Und viele, viele Dinge zum Sammeln.

Er erforschte sein neues Terrain, als er etwas schwer atmen hörte. Schnell fand er heraus, wo das Geräusch herkam. Es kam von einem großen behaarten Hügel mit schwarzen Hörnern. Es war ein großer Büffel, Springmaus konnte kaum glauben, wie groß dieses Wesen war, das er da vor sich liegen sah. Er war so riesig, dass Springmaus in eines seiner großen Hörner hätte kriechen können. „So ein majestätisches Wesen“, dachte Springmaus und kroch näher. „Hallo, mein Bruder“, sagte der Büffel. „Danke, dass du mich besuchst.“ „Hallo, großes Wesen“, sagte Springmaus. „Warum liegst du hier?“ „Ich bin krank und liege im Sterben“, sagte der Büffel. „Und meine Medizin hat mir gesagt, dass mich nur das Auge



einer Maus heilen kann. Aber, kleiner Bruder, so etwas wie eine Maus gibt es nicht.“

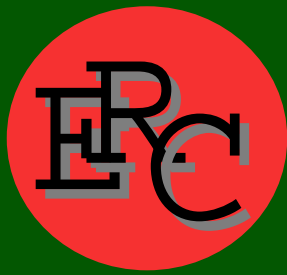
Springmaus bekam einen Schreck. „Eines meiner Augen“, dachte er, „eines von meinen winzigen Augen.“ Er huschte zurück ins Tollkirschengebüsch. Doch das Atmen wurde schwerer und langsamer. „Er wird sterben“, dachte Springmaus, „wenn ich ihm nicht mein Auge gebe. Er ist ein zu großes Wesen, als dass ich ihn sterben lassen könnte.“ So ging er dahin zurück, wo der Büffel lag, und sprach mit zittriger Stimme: „Ich *bin* eine Maus. Und du, mein Bruder, bist ein großes Wesen. Ich kann dich nicht sterben lassen. Ich habe zwei Augen und deshalb kannst du eines von ihnen haben.“

Kaum hatte er das gesagt, flog das Auge von Springmaus aus seinem Kopf, und der Büffel war geheilt. Er sprang auf die Beine, dass die ganze Springmauswelt erbebe.

„Danke, mein kleiner Bruder“, sagte der Büffel. „Ich weiß von deiner Suche nach den Heiligen Bergen und von deinem Besuch am Fluss. Du hast mir Leben gegeben, damit ich es weitergeben kann. Ich werde immer dein Bruder sein. Laufe unter meinem Bauch, und ich werde dich bis zum Fuß der Heiligen Berge bringen, die Punkte am Himmel brauchst du nicht zu fürchten. Solange du unter mir herläufst, können die Adler dich nicht sehen. Sie sehen nur den Rücken eines Büffels.“

Sicher und vor den Punkten verborgen lief der kleine Mäuserich unter dem Büffel dahin, aber nur mit einem Auge war es angsteinflößend. Die großen Büffelhufe ließen bei jedem Schritt die ganze Welt erzittern. Schließlich kamen sie an einen Ort, wo der Büffel anhielt. „Hier muss ich dich verlassen, kleiner Bruder“, sagte er. „Ich gehöre der Prärie an und würde auf dich fallen, wenn ich versuchte, die Berge hinaufzugehen.“

„Danke, ich danke dir“, sagte Springmaus. „Aber weißt du, ich hatte große Angst, wie ich so mit nur einem Auge unter dir herlief. Ständig fürchtete ich deine großen, die Erde erschütternden Hufe.“ →



Oben gibt es eine LUPE!

Dezember 2009 / Seite 5

## 4 Weihnachten woanders:

Immer wieder Gesprächsstoff: Was macht man woanders zu Weihnachten? Hier ist eine unvollständige Aufzählung:

**Amerika (USA)** Die Mitternachtsmesse am 25. Dezember eröffnet die Feiertage. Santa Claus bringt in der Nacht zuvor Geschenke, er reist mit dem Rentierschlitten („Rudolph“) an, „betritt“ das Haus durch den Kamin und füllt die dort aufgehängten Strümpfe. Die Dekoration ist bunt und üppig.

**Australien** In der Weihnachtszeit herrschen in Australien so etwa 40°C Sommertemperatur. Trotzdem wird das Fest nach europäischem Muster gefeiert, mit Weihnachtsbaum (meist aus Plastik oder Aluminium, echte Tannen sind rar und sehr teuer) und gern am Pool. Aber es gibt Kunstschneg und viele Lichterketten (echte Kerzen würden zerfließen). Wie in den USA kommt der Turkey (Truthahn) auf den Tisch und / oder es gibt zünftige Grillpartys; der Weihnachtsmann bringt nachts Geschenke, die am 25. morgens empfangen und geöffnet werden dürfen.

**England** Timing und Festschmaus (Truthahn) sind ähnlich wie in USA und Australien (resp. umgekehrt). Das Dinner ist oft ganz besonders opulent. Zur Raumdekoration gehören unbedingt Lorbeer, Girlanden und Luftballons. Dazu gibt es Christmas-Crackers (links!) mit kleinen Überraschungen und für jeden eine bunte Papierkrone drin. Father Christmas bringt Geschenke, die meisten Häuser haben ja Kamine! Am Boxing Day (26. 12.) besucht man die Verwandtschaft. Der Mistelzweig steht für Frieden und Versöhnung, auf jeden Fall darf man sich darunter küssen. Weihnachtskarten sind wichtig, sie werden prominent aufgestellt oder –gehängt, je mehr, desto besser.

**Frankreich** Ein Super-Diner mit allem, was französisch, gut und teuer ist, gibt es in der Nacht vom 24. zum 25. 12., darunter Truthahn, Austern, Foie Gras und Champagner, als Dessert die Buche des Noel (Schokoladen-Biskuit-Rolle), anschließend gehen alle zur Mitternachtsmesse! Während dessen füllt Père Noel die frisch geputzten Schuhe der Kinder mit Geschenken. Krippen und Lichterketten schmücken Straßen und Häuser. Berühmt ist die größte Krippe der Welt in Paris, die in einem Zelt aufgebaut wird.

**Griechenland** Am 24. Dezember ziehen die Kinder mit Glocken und Trommeln durch die Straßen, sie singen die Kalanda (glückbringende Gesänge) und werden mit kleinen Geschenken (meist Geld, früher Nüsse und Gebäck) belohnt. Ab dem 24. 12. brennen zwölf Nächste lang Weihnachtsfeuer — auch in den heimischen Kaminen; so sollen Kobolde (Kalkanzari) ferngehalten werden. In der Heiligen Nacht kommt das größte und beste Stück Holz in den Kamin — damit soll das Jesuskind gewärmt werden. Es gibt auch Weihnachtsbäume, die ähnlich unseren reichlich geschmückt sind. Das ganze Jahr über haben die Kobolde versucht, die Weihnachtsbäume zu fällen. Vor Weihnachten sind sie 12 Tage über der Erde, aber bevor sie wirklich Unheil anrichten können, wird Jesus geboren! Das Festessen ist — wie woanders auch: der gefüllte Truthahn; danach kommt die Melomakarona (süßes Gebäck mit vielen Mandeln). Auf die Bescherung müssen die Kinder bis zum 01. Januar warten, die bringt dann der heilige Vassilius und legt sie vor die Betten. Am Neujahrstag gibt es einen Kuchen mit einer Münze drin; wer sie findet, hat das ganze Jahr über Glück.

**Polen** Die Polen beachten weiltäufig noch die ursprünglich vorgeschriebene Fastenzeit im Advent, die am Heiligen Abend gebrochen wird. Bei Kerzenschein wird aus dem Weihnachtsevangelium gelesen, dann werden als Geste der Liebe und Versöhnung die Weibachtsoblaten geteilt. Sobald der erste Stern am Abendhimmel erscheint, gibt es ein üppiges Festmahl: Suppe und als Hauptgericht Fisch (meist Karpfen). Es wird immer ein Gedeck mehr als benötigt aufgelegt — Symbol der Gastfreundschaft! Kinder hoffen auf eine Münze unter dem Teller. Bescherung ist im Anschluss an das Festmahl.

**Russland** lebt nach dem Julianischen Kalender, wodurch der Weihnachtsfeiertag auf unseren 07. Januar fällt. Zu unserem 11. Januar feiern die Russen dann Neujahr! Väterchen Frost (sieht fast aus wie unser Weihnachtsmann) bringt am 31. Dezember Geschenke und wird dabei von Schneeflocke (einem kleinen Mädchen) und Neujahr (einem Jungen) begleitet. Eine ausgiebige Schlemmerei mit verschiedenen Fleischsorten (Gans, Hammel, Schwein), Grütze und viel süßem Kleingebäck findet am 31. Dezember statt. Glitzerschmuck und bunte Weihnachtsbäume sind auch hier häufig anzutreffen.



## Fortsetzung und Schluss: Springmaus

„Deine Angst war umsonst“, sagte der Büffel. „Denn meine Art zu gehen ist die Art des Sonnentanzes, und ich weiß immer, wo meine Hufe auftreffen werden. Nun muss ich in die Prärie zurückkehren, mein Bruder. Dort kannst mich immer finden.“

Sofort begann Springmaus, seine neue Umgebung zu erforschen. Hier gab es noch mehr als an den anderen Orten. Mehr Beschäftigungen und Samenkörner und andere Dinge, die Mäuse lieben, gab es im Überfluss. Bei seinem Auskundschaften stieß er plötzlich auf einen Grauwolf, der dasaß und überhaupt nichts tat. „Hallo, Bruder Wolf“, sagte Springmaus. Die Wolfsohren richteten sich auf, und seine Augen leuchteten. „Wolf! Wolf! Ja, das bin ich. Ich bin der Wolf.“ Doch dann verdunkelte sich sein Geist wieder und es dauerte nicht lange, da saß er wieder still da, völlig ohne Erinnerung daran, wer er war. Jedesmal, wenn Springmaus ihn erinnerte, wer er war, war er ganz angeregt über die Nachricht, doch dann vergaß er es schon bald wieder. „So ein großes Wesen“, dachte Springmaus, „aber er hat kein Gedächtnis.“ Springmaus ging zur Mitte dieses neuen Ortes und war still. Lange Zeit lauschte er seinem Herzschlag. Dann plötzlich fasste er einen Entschluss und huschte zu dem Wolf zurück.

„Bruder Wolf“, sagte Springmaus. „Wolf! Wolf!“ sagte der Wolf. „Bitte, Bruder Wolf“, sagte Springmaus, „bitte hör mir zu. Ich weiß, was dich heilen wird. Es ist eines von meinen Augen. Und ich will es dir geben. Du bist ein größeres Wesen als ich. Ich bin nur eine Maus. Bitte nimm es.“ Als Springmaus geendet hatte, flog sein Auge aus seinem Kopf, und der Wolf war geheilt.

Tränen rannen ihm die Wangen herunter, aber sein kleiner Bruder konnte sie nicht sehen, da er nun blind war. „Du bist ein großer Bruder“, sagte der Wolf, denn nun habe ich mein Gedächtnis wieder.

Doch du bist nun blind. Ich bin der Führer in die Heiligen Berge. Ich werde dich dorthin bringen. Es gibt dort einen



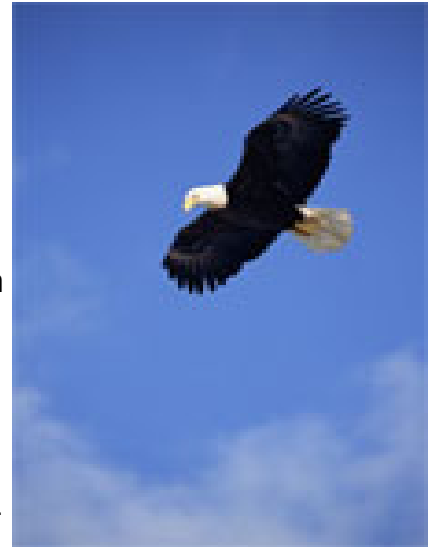
Großen Medizinsee, den schönsten See der Welt. Die ganze Welt ist in ihm gespiegelt. Die Menschen, die Wohnstätten der Menschen und alle Wesen der Prärie und der Himmel.“

„Bitte, bringe mich dorthin“, sagte Springmaus. Der Wolf führte ihn durch den Kiefernwald zum Medizinsee. Springmaus trank das Wasser aus dem See. Der Wolf beschrieb ihm die Schönheit dort. „Ich muss dich hier verlassen“, sagte der Wolf, „denn ich muss zurückkehren, um andere zu führen, aber ich werde bei dir bleiben, solange du es wünschst.“ „Danke, ich danke dir, mein Bruder“, sagte Springmaus, „ich habe zwar Angst allein, aber ich weiß, dass du gehen musst, um anderen den Weg zu diesem Ort zu zeigen.“ Springmaus saß da und zitterte vor Angst. Weglaufen hatte keinen Sinn, da er blind war, aber er wusste, dass ihn hier ein Adler finden würde. Schon fühlte er einen Schatten auf seinem Rücken und hörte den Klang, den Adler machen. Er machte sich bereit für den Schock. Und der Adler schlug zu! Springmaus fiel in Schlaf.

Dann wachte er auf. Die Überraschung, lebendig zu sein, war groß, aber jetzt konnte er auch sehen! Alles war verschwommen, aber die Farben waren wunderschön. „Ich kann sehen! Ich kann sehen!“ sagte Springmaus immer wieder. Eine verschwommene Gestalt kam auf Springmaus zu. Springmaus blinzelte angestrengt, aber die Gestalt blieb verschwommen. „Hallo, Bruder“, sagte eine Stimme. „Möchtest du eine Medizin haben?“ „Eine Medizin für mich?“ fragte Springmaus. „Ja! Ja!“ „Dann ducke dich so tief du kannst“, sagte die Stimme, „und springe dann so hoch du kannst.“ Springmaus tat, wie ihm geheißen. Er duckte sich so tief er konnte und sprang. Der Wind ergriff ihn und trug ihn in die Höhe. „Hab keine Angst!“ rief die Stimme ihm zu. „Halte dich an den Wind und vertraue!“

Das tat Springmaus. Er schloss die Augen und hielt sich an den Wind, der ihn höher und höher trug. Dann öffnete Springmaus die Augen. Sie waren klar, und je höher er kam, desto klarer wurden sie. Springmaus sah seinen alten Freund auf einem Seerosenblatt auf dem wunderschönen Medizinsee. Es war der Frosch. „Du hast einen neuen Namen“, rief der Frosch. Du bist der Adler.“ \*\*

Indianisch



## 5 Ihre Meinung interessiert

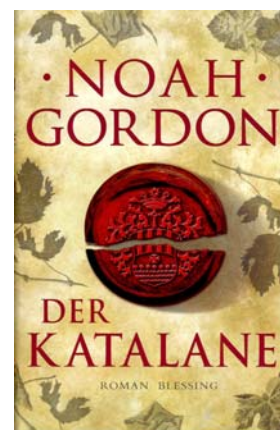
Sie sind herzlich eingeladen, zu den Beiträgen Stellung zu nehmen und Ihre Meinung kundzutun. Ihre Anregungen, Ihre Kritik und auch Ihre Wünsche, bestimmte Themen erörtert oder vertieft zu sehen, nehmen wir gern auf! Bitte machen Sie ggf. deutlich, wenn Sie **KEINE** Veröffentlichung Ihrer Zusendung wünschen — oder nur mit neutralisiertem Absender. Das werden wir selbstverständlich berücksichtigen. Sie können mailen, faxen, die gelbe Post bemühen oder anrufen. Sämtliche Kommunikationswege stehen hier auf der ersten Seite und in der Begleitmail, machen Sie einfach Gebrauch davon.



## 6 Für Sie gelesen: Bestseller und andere gute Sachen

Noah Gordon  
**Der Katalane**

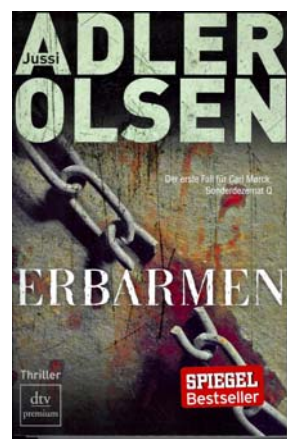
Karl Blessing Verlag (Verlagsgruppe Random House), München 2008, 491 Seiten



Sie kennen den Medicus? Hier ist Josep Alvarez der Protagonist und wir befinden uns im 19. und nicht mehr im 11. Jahrhundert. Aber auch hier erzählt der Autor die Geschichte eines bewegenden Schicksals in einer rasanten, detailreichen, farbensprühenden, spannenden Mischung aus Familiengeschichte, Liebesdrama und Historienepos. Man kann tief eintauchen in die Atmosphäre des einst wilden Nord-Ostens Spaniens und alles fast hautnah miterleben. Josep verbindet seine vierjährige Lehrzeit des Weinmachens in Frankreich mit einer Flucht, denn er möchte nicht als Zeuge aussagen müssen: er ist der einzige, der den Mord am Grafen von Reus beobachtet hat. Als sein Vater stirbt, kehrt er in sein Heimatdorf zurück, um das Gelernte auf dem väterlichen Weingut anzuwenden. Er trifft alles in einem desolaten Zustand an, zudem stellt sein Bruder horrende Forderungen als Auszahlung für den Erbhof. Er schuftet tagaus, tagein, immer am Rand des Ruins. Doch es gelingt ihm schließlich, die ersten genießbaren Flaschen Wein auf den Markt zu bringen und mit seiner Geliebten Maria möchte er nun das Weingut vergrößern. Doch da taucht plötzlich der Mann auf, der als einziger weiß, was Josep bezeugen kann ...

Jussi Adler-Olsen

**Erbarmen**—Der erste Fall für Carl Morck, Sonderdezernat Q  
Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KH, München 2009, 416 Seiten



Vielleicht liegt die eigentliche Raffinesse dieses Krimis darin, dass das, was erzählt wird, einem Thriller durchaus entspricht — jedoch die Art und Weise des Erzählens eher nüchtern und distanziert ist. Der Autor schildert präzise, überlässt es jedoch dem Leser, seine eigenen Emotionen dazu auszuloten. Es geht um einen wieder aufzurollenden Fall: eine junge, attraktive Politikerin ist auf einem Schiff verschwunden. Man nimmt an, sie sei ertrunken. Sie wird aber über Jahre in einem sehr unkomfortablen Verließ unter schon gespenstischen Bedingungen gefangen gehalten! Für Ihre Freilassung soll sie die Frage beantworten, warum sie gekidnappt wurde! Das, worum es geht, ist nicht schön ... Aber außerordentlich spannend geschildert! Viel Spaß und hoffentlich ausreichend Zeit, das Buch in einem Rutsch durchzulesen!

Konrad Stadler

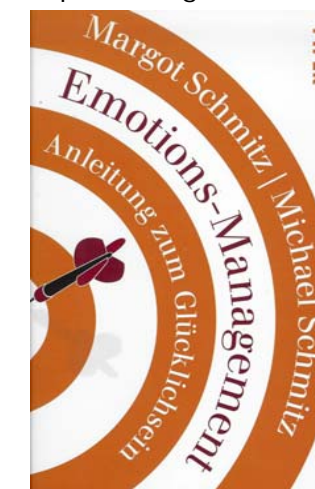
**Die Kultur der Veränderers** — Führen in Zeiten des Umbruchs  
Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KH, München 2009, 233 Seiten



Wer in unsicheren Zeiten Menschen in Bewegung setzen will, muss selbst als Mensch überzeugen. Das leuchtet ein, aber wer kann das wirklich? In diesem sehr empfehlenswerten Buch geht es um die Grundlagen, auf denen gute Führung gedeiht: Die Fähigkeit, sich selbst kritisch zu reflektieren, die Ernsthaftigkeit, ein gutes Beispiel zu geben, die sinnvolle und nachvollziehbare Verknüpfung von Glaubwürdigkeit, Leistung und Veränderung. Stadler greift zur Orientierung zurück auf die Kardinaltugenden der vier Führungsbilder der Antike: den geistigen Vater, den guten Hirten, den weisen Arzt und den strengen Meister. Sein Verdienst ist es, diese Alten Tugenden in die Verhältnismäßigkeiten und zum Teil auch in die Terminologien moderner Unternehmen und Institutionen zu übertragen. Viele Fallbeispiele machen die Anwendung des Alten im neuen Umfeld nachvollziehbar. Allerdings, wie immer: Dieses Nachvollziehen muss der Mensch, in welcher Etage er auch immer sitzen mag, selbst unternehmen!

Margot Schmitz / Michael Schmitz

**Emotions-Management** — Anleitung zum Glückhsein  
Piper Verlag GmbH, München 2009, 302 Seiten



Vielleicht erschreckt Sie der Untertitel? Gemach ... Die Autoren hoffen, Sie lesen genau: Es geht hier um eine Anleitung—und nicht um eine Formel, die blind und unreflektiert überall mit Erfolg angewendet werden kann! Die Autoren nennen—and das finde ich sympathisch! - das Wort von der „Glücksformel“ eine hinterhältige Lüge. Nun gut, trotzdem verwenden sie „so ein Wort“ - um gesehen zu werden, vielleicht. Worum es eigentlich geht: Wie vertrauenswürdig ist unsere Intuition — wann können wir ihr trauen, wann besser nicht? Der *Mix* aus Verstand und Gefühl ist entscheidend, denn Gefühle können intelligent, der Verstand aber auch mal richtig blöd sein. Kommt halt auf die Situation an! Aber wie finde ich das für mich Gute heraus? Das sind doch immer die Fragen, die uns in Zweifel stürzen. Wenn man sich die Zeit nimmt, dieses Buch in Ruhe und mit Verstand UND Intuition durcharbeiten (nicht nur diagonal lesen) wird man seinen Vorteil daraus ziehen.

## Fortsetzung: Für Sie gelesen

### Hans Küng Was ich glaube

Piper Verlag GmbH, München 2009, 319 Seiten



Warum kann es uns interessieren, was ein anderer glaubt? Nun ja, das hängt davon ab, wie wir zu demjenigen stehen. Sicher interessiert uns, was unser Partner, unser Kind, unsere Gemeinschaft glaubt. Es kann aber auch interessant sein, was jemand, dessen Beruf „Glauben“ ist und der eine bestimmte Haltung, der wir vielleicht in Teilen zustimmen können glaubt, weil er sich damit sehr dezidiert und sozusagen als „Berufsdenkler“ beschäftigt. So einer ist dieser Autor! Er vertritt auf dieser Basis eine ganzheitliche religiöse Weltansicht und er erzählt in diesem Buch, worauf er vertraut, was er erhofft und wie er denkt, leben zu sollen. Das muss man nicht alles unterschreiben. Aber es ist eine interessante Anregung zum selbst weiterdenken. Lesenswert.

### Manfred Lütz

#### IRRE! Wir behandeln die Falschen — Unser Problem sind die Normalen

Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 2009, 189 Seiten



Ist das ein provokanter Titel? Aha, und warum? Na ja, ich bin nicht ganz sicher, ob man dieses Thema so humorvoll angehen darf, aber eigentlich — warum denn nicht? Ich sehe in meiner eigenen Praxis, dass Humor in vielen Situationen ganz einfach das Mittel der Wahl ist. Der Autor ist gelernter Psychiater und Psychotherapeut und Chefarzt des Alexianer-Krankenhauses in Köln, außerdem ist er Theologe. Gibt es da evtl. einen Zusammenhang? Er selbst sagt über dieses Buch: „Wenn Sie dieses Buch gelesen haben, dürfen Sie definitiv mit jedem Verrückten reden, schlimmstenfalls auch mit sich selbst“ Irgendwie finde ich das beruhigend, auf jeden Fall doch auch ganz Vertrauen einflößend. Wie kommt Dr. Lütz auf die Aussage, dass eigentlich wir, die Normalen (... oh ich glaube zu verstehen ...) das Problem seien? Ich denke,

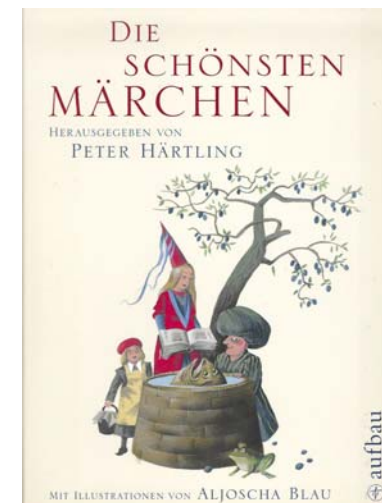
was er sagen will ist: Schaut diejenigen, denen man eine „Störung“ unterstellt, doch mal genau an. Wer oder was soll denn da angeblich gestört sein? Welcher Argumentation dient das? Und weiter gefragt: Kann Seelenkunde heiter sein? Ich denke, das kann sie. Dann, wenn sie in jeder Phase ernst genommen wird. Nun, der Autor stellt sie genau so dar. Ich bin davon überzeugt, dass nicht jeder das so sehen kann; aber man kann das so sehen. Wer irgendetwas damit zu tun hat und sich traut, diesen Blickwinkel einzunehmen, kann dieses Buch mit Gewinn lesen. Nebenbei und ganz in diesem Konzept: Wenn Sie schon mal etwas über Psychiatrie und Psychotherapie wissen wollten — hier können Sie es lesen. Wenn Sie sich trauen.

### Peter Härtling (Herausgeber)

#### Die schönsten Märchen

Mit Illustrationen von Aljoscha Blau

Aufbau-Verlag GmbH & Co. KG, Berlin 2009, 318 Seiten



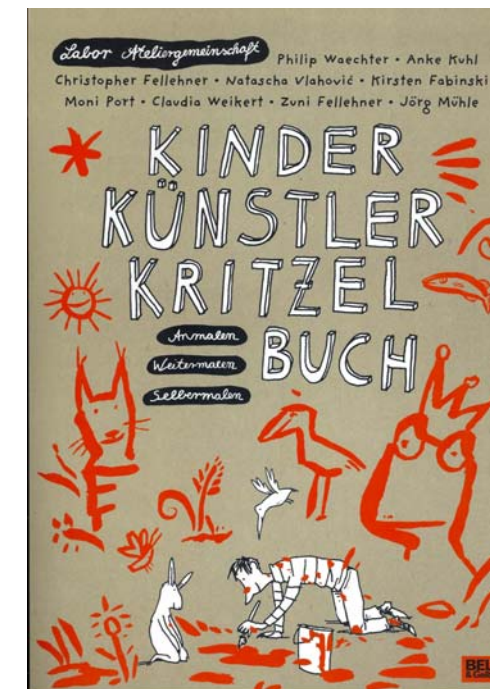
Hier ist etwas, das Sie weitervererben können: Etwas, womit Sie selbst als Kind schon „genährt“ wurden und was sich in Ihr Unterbewusstsein eingegraben hat: Märchen. Peter Härtling hat sich die schönsten herausgesucht, als Kinder – und Jugendbuchautor sollte er bei seiner Auswahl recht sicher gewesen sein können. Gleich im Vorwort allerdings widerspricht er dem: Die „schönsten“ Märchen, sagt er, gäbe es eigentlich nicht. Märchen sind tiefsinnig, grausam, kurios ... , sagt er. Aber ich finde, sie sind auch schön: Meistens siegt der Gute, es können Dinge geschehen, die man fast nicht glauben kann, die Drehungen und Wendungen der Geschichten sind oft von ergreifender Moral. Aber das wissen Sie alles selbst. Und hier liegt nun ein bunter Querschnitt durch einen Märchenschatz vor, der seit Jahrhunderten Kinder und Erwachsene fesselt und fasziniert — und manchmal auch ein wenig erzieht. Sie wissen, wie wichtig Märchen in der Kindheit sind? Gut, dann werden Sie dieses Werk schätzen. Aljoscha Blau fügt die Phantasie anregende, schön anzusehende Illustrationen hinzu und schon ist die Märchenwelt komplett. Für die Erwachsenen ist dieses Buch ein Stückchen Heimkehr in die Kindheit, verbunden mit all den Erinnerungen, die sich seit damals daran knüpfen. Für viele Kinder ist das Vorlesen von Märchen unverzichtbares tägliches Ritual beim Zubettgehen,

Sonderzuwendung bei Krankheit ... und es verbindet mit dem Vorleser, der Vorleserin auf immer — ob das die Mutter, der Vater, die Oma, das Kindermädchen oder noch jemand anderes ist. Märchen sind fester Bestandteil der Kindheit. Von den sehr bekannten Märchen finden wir die Brüder Grimm mit eigentlich allem, was jeder kennt ... aber es ist wirklich schön, sich da wieder einmal einzulesen. Desgleichen bei E.T.A. Hoffmann und Wilhelm Hauff (wissen Sie noch, was von denen so bekannt ist?). Christian Andersen und Ludwig Bechstein sind vertreten, und ein Stück vom Woyzeck von Georg Büchner, damit beginnt das Buch; Philip Otto Runge mit dem *Fischer und syne Frau* ist da und Novalis trägt sein Märchen von *Hyazinth und Rosenblüt* bei. Es fällt schwer, aufzuhören ...

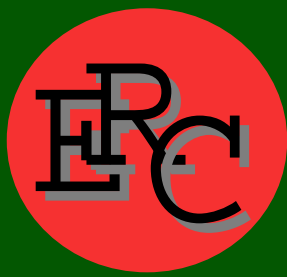
### Labor Atelieregemeinschaft

#### Kinder Künstler Kritzelbuch

Beltz & Gelbergz, Weinheim 2009



Kritzelbuch ist eigentlich nicht alles: Natürlich kann auch in diesem Kritzelbuch gekritzelt werden. Aber was fast wichtiger ist: Es regt zum Gespräch an, zu Fragen und Antworten, zum Verstehen der Welt. Und dabei, um das zu unterstützen, kann nach Herzenslust gekritzelt werden mit allen Farben, die zur Verfügung stehen. Nach Vorlagen, aber vor allem auch frei, um die Geschichten, um die es da geht, weiterzuführen. Machen Sie das mal mit Ihrem Kind zusammen: das kann eigentlich nur Spaß machen! Über viele Dinge des Alltags wird nachgedacht, sie werden angeschaut und aufgemalt — so, wie sie gesehen werden. Ob man dem Goldgisch beim Einrichten seines Aquariums hilft, sein Lieblingsgericht auf den Teller malt (in Lebensgröße!), Herrn W. von seinen Bauchschmerzen kuriert, das Nilpferd rettet, das aus Versehen den Tierpfleger verschluckt hat. Oder ob man erst einmal mit der eigenen Bestandaufnahme beginnt: 176 Seiten in Übergröße und aus Künstlerpapier warten auf die Weiterentwicklung und Vollendung. Die Vorlage bieten im Labor Atelieregemeinschaft namhafte Frankfurter Künstler wie Philip Waechter, Anke Kuhl, Jörg Mühle, und andere.



# Praxis-Newsletter

Dezember 2009 / Seite 8

## Fortsetzung: *Für Sie gelesen* Weihnachts-Überraschung! *Noch mehr gute Sachen:* *Werke befreundeter Autoren*

Lydia Scheuermann-Hodak und Gottfried Každa sind seit vielen Jahren liebe Freunde von mir. Lydia lebt in Osijek, Kroatien, als Schriftstellerin und Dolmetscherin, Gottfried ist freischaffender Künstler im Taunus, zwischen Wiesbaden und Limburg, in seinem verwünschten Haus, das er mit seiner Frau Hanna bewohnt. Lydias **Frau im Seidenhemd** durfte ich schon als unredigiertes Manuskript lesen und war damals bereits sehr beeindruckt von der Wucht der dort geschilderten Ereignisse, die meine Freundin hautnah erleben musste. Von Gottfrieds Erkundungen und Reisen, seinem Wunsch, Skizzen und Gedanken dazu zu veröffentlichen, wusste ich schon lange. Sein Talent, hintergründige Geschichten aufzuschreiben und zu erzählen, ist uns im Freundeskreis bekannt, nun ist auch daraus ein Buch entstanden — und auf das nächste, das bereits in Planung ist, freuen wir uns schon!

Es ist mir eine Ehre, die neuen Werke meiner Freunde hier einem anderen, vielleicht neuen Publikum vorstellen zu dürfen. Von beiden Künstlern können Sie auf deren Internetpräsenzen mehr sehen:

Lydia Scheuermann-Hodak: [www.lydia-scheuermann.com](http://www.lydia-scheuermann.com)

Gottfried Každa: [www.gottfried-Kazda.de](http://www.gottfried-Kazda.de)

*Lydia Scheuermann-Hodak*

### **Die Frau im Seidenhemd**

Projekte Verlag Cornelius GmbH, Halle 2009, 310 Seiten



Man wünscht dieser Ich-Erzählerin, dass sie noch in diesem Leben ihren Frieden finden möge! Ihre Seele wurde schwer verletzt und sie geht trotzdem so tapfer immer weiter, erfüllt von der Sorge um ihre Kinder und um ihr Land, die sie bis heute begleitet. Sie sieht und erzählt genau, erschütternd genau. Vor dem Hintergrund ihres Lebens, in dessen zweiter Hälfte die Jugoslawienkriege tobten. Eine Dame im Chaos der der Ge-

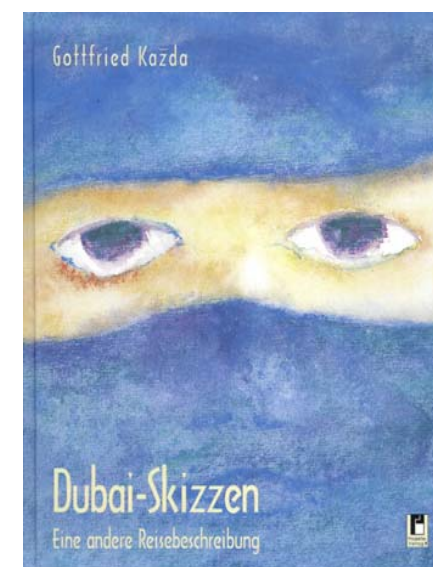


fühle und Geschehnisse. Was sie letztlich, wenn es nicht mehr weiter zu gehen scheint, aufrecht erhält, ist ihr oft leicht herber Humor, der dann besonders zwischen den Zeilen aufblitzt. Und — zumindest verbal — kann sie schon mal ordentlich austreten; sie sieht und benennt schonungslos, auch auf eigene Kosten. Sie kennt die Spiele, die gespielt werden, spielt sie aber nicht mit, weil sie selbst gespürt hat, wie zerstörerisch die Regeln sind. Es ist ein gutes Stück ihres persönlichen Weges, den sie hier schildert, der sie geformt hat, dem sie ihre Erfahrung und ihre Weisheit verdankt, auf dem Sie sie begleiten können. Aber seien Sie gewarnt: Diese Begleitung wird Sie beanspruchen. Und: es ist kein Frauenroman, obwohl er von den Turbulenzen eines Frauenlebens handelt.

*Gottfried Každa*

### **Dubai-Skizzen**

Projekte Verlag Cornelius GmbH, Halle 2006, 52 Seiten



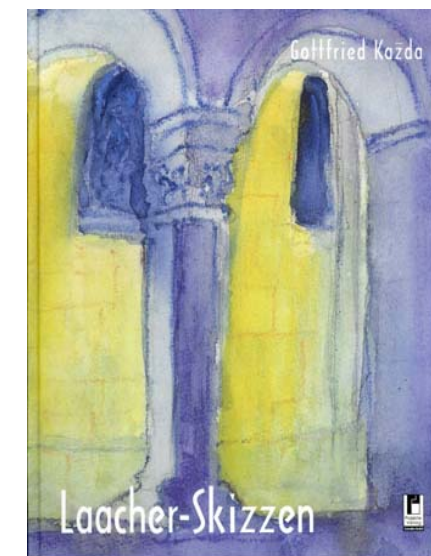
Dubai: Der Autor reiste dorthin, weil an einem prominenten Ort einige seiner Bilder ausgestellt wurden. Gemeinsam mit seiner Frau wollte er ein wenig die Gelegenheit nutzen, Land und Leuten kennenzulernen — und versank prompt in einem Wechselbad der Gefühle: Scharfe Gegensätze von Arm und Reich, überbordende Gastfreundschaft, karge Wüste, blühende Oasen — in zahlreichen, immer wieder überraschenden Mischungsverhältnissen. Každa hält alles fest in visionären und doch in der Anmutung so präzisen Aquarellen und fügt in kurzen Texten seine Gedanken hinzu, die zum Weiterdenken anregen. Man kann die Reise auf diese Weise lebendig nachempfinden. Die Stimmungen, die durch die Verbindung von alt und neu, von uralter Tradition und allerneuestem Fortschritt und überdies durch den Verlauf von Tag und Nacht entstehen, sind einerseits aufwühlend, andererseits führen sie ohne Umwege zur Stille, zur Ruhe, zur Meditation. Die Beschreibung dieser Reise ist mit wenig Text und ohne ein einziges Foto äußerst gut gelungen. Für Menschen mit Weitblick.

sen Aquarellen und fügt in kurzen Texten seine Gedanken hinzu, die zum Weiterdenken anregen. Man kann die Reise auf diese Weise lebendig nachempfinden. Die Stimmungen, die durch die Verbindung von alt und neu, von uralter Tradition und allerneuestem Fortschritt und überdies durch den Verlauf von Tag und Nacht entstehen, sind einerseits aufwühlend, andererseits führen sie ohne Umwege zur Stille, zur Ruhe, zur Meditation. Die Beschreibung dieser Reise ist mit wenig Text und ohne ein einziges Foto äußerst gut gelungen. Für Menschen mit Weitblick.

*Gottfried Každa*

### **Laacher Skizzen**

Projekte Verlag Cornelius GmbH, Halle 2008, 28 Seiten



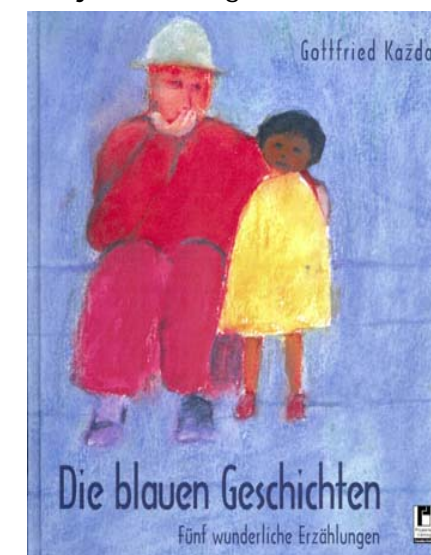
Ruhe und Stille eines Klosters zwischen zwei Buchdeckeln. Dieses Buch ist eine ausgezeichnete Vorlage, um den Weg in die eigene Mitte zu beginnen. Die Benediktinerabtei Maria Laach in der Vulkaneifel war die „Vorlage“ für Gottfried Každas Skizzenbuch. Auch hier ist es ihm gelungen, die Stimmungen naturgetreu einzufangen: Mit zarten Aquarellfarben hat er ausgedrückt, was ihn bewegte. Und was uns, als Betrachter seiner Bilder, ebenfalls bewegt. Seine kleinen Texte zu jedem Bild nehmen sanft Bezug auf diesen Ort

tiefer Gläubigkeit; sie öffnen den Geist, damit das Schauen möglich und tief werden kann.

*Gottfried Každa*

### **Die blauen Geschichten**

Projekte Verlag Cornelius GmbH, Halle 2009, 45 Seiten



Hier ist das Verhältnis umgekehrt: Fünf Geschichten, die sich mit den glücklichen und mit den schmerzlichen Erfahrungen unseres Lebens beschäftigen nehmen sich ihren Platz. Zehn Aquarelle unterstreichen die entscheidenden Situationen ... Sie machen betroffen, lassen uns nachdenken, und sie helfen uns vielleicht, Parallelen in unserem eigenen Leben zu erkennen und vielleicht einmal einen anderen oder günstigeren Blickwinkel einzunehmen. Die Geschichten eignen sich zum Vorlesen und zum selbst lesen, Und

wenn Sie sie Ihren Kindern oder Enkeln vorlesen möchten: sie werden so viel aufnehmen, wie sie verstehen können. Das kann mal weniger oder mal mehr sein, es ist immer richtig.