



LEBENSMITTEL  
NAHRUNG  
SPRACHE  
MUSIK  
STILLE



## Flohmarkt

DO 29. Jänner, 13 – 19 Uhr  
Donnerstag Vormittag geschlossen!  
FR 30. Jänner, 10 – 18 Uhr  
SA 31. Jänner, 10 – 17 Uhr



# Flohmarkt

## Aktionen

Restpaare diverser GEA-Marken, eventuell mit kleinen Mängeln  
ab 25,- Euro

Kinderschuhe, Restpaare von Geh Gu Ti Gut, Däumling und Bundgaard, auch Winterschuhe und Stiefelchen für Kinder  
ab 25,- Euro

## Waldviertler®

Waldviertler Phönix  
statt 139,- um 99,-  
Waldviertler Kommod Flex  
statt 129,- um 99,-  
Waldviertler Trampler  
statt 149,- um 109,-

Waldviertler Clea  
statt 119,- um 89,-  
Waldviertler Kloxx  
statt 109,- um 89,-  
Waldviertler Elster  
statt 99,- um 69,-

Waldviertler Polarstern (der wärmste Winterstiefel der Welt)  
statt 220,- um 150,-

Diverse Waldviertler Wintermodelle für Damen und Herren  
um 20% verbilligt!

**DONNERSTAG 29. Jänner, 13-19 h (vormittags geschlossen!)**  
**FREITAG 30. Jänner, 10-18 h SAMSTAG 31. Jänner, 10-17 h**  
In ausgewählten GEA-Geschäften, siehe Rückseite!

Medieninhaber und Verleger  
GEA Verlag  
Lange Gasse 24,  
1080 Wien  
verlag@gea.at

Herausgeber  
Heini Staudinger

Chefredaktion  
Heini Staudinger  
Moreau

Redaktionsadresse  
Lange Gasse 24, 1080 Wien  
brennstoff@gea.at

GEA Akademie  
akademie@gea.at  
02853/765503-32

Abos und Anzeigen  
verlag@gea.at

Illustrationen  
Eugen Kment  
Satz/Gestaltung  
Moreau, Büro für visuelle  
Kommunikation,  
Falkenburg 9, 8952 Irdning  
moreau@aon.at

AutorInnen  
Gabi Dorn  
Reinhild Frech-Emmelmann  
Huhki  
Moreau  
Dieter Christoph Singer  
Gusti Sockel  
Heini Staudinger

In den Zitaten  
tout le monde

Erscheinungsweise  
vorerst 4 x im Jahr  
verbreitete Auflage: 81.000

Brennstoff Nr. 15  
wird ermöglicht durch die:  
FörderABOnnentInnen,  
Waldviertler Schuhwerkstatt,  
die GEA Möbelwerkstatt,  
die GEA Geschäfte und unsere  
Inserenten. Danke!



Waldviertler®

### !!!

## Liebesglut

Wir liebten uns, als wir durch das All rollten, und waren ein Kügelchen aus köstlichem und saftigem Fleisch, ein einziges heißes Kügelchen, das weiß schimmerte und Düfte und Dämpfe verströmte, während es sich im All drehte und rollte und abwärts glitt, bis es auf dem Boden einer großen Schüssel Salat zu liegen kam. Dort blieb es liegen, jenes Kügelchen, sie und ich; und vom Boden der Salatschüssel aus konnten wir die Nacht erkennen. Mühsam gelang es uns, unsere Köpfe durch das Dickicht des grünen Salats zu schieben, durch das Geäst des Selleries und das Laub einer Petersilie; da konnten wir ein paar Sterne sehen, die in weiter Ferne durch die Nacht schwebten.

EDUARDO GALEANO, *Das Buch der Umarmungen*



sprang dem vater aus dem glied  
rackerte sich nimmermüd  
baute sich ein kleines haus  
und da wars schon wieder aus

GERHARD RÜHM

## GEA Sparverein

Seit ungefähr 5 Jahren legen Freundinnen und Freunde, Kundinnen und Kunden einen Teil ihres Spargeldes im GEA Sparverein ein. Wir zahlen in etwa die Zinsen, die wir den Banken zahlen müssten, Gebühren gibt es keine. Viele EinlegerInnen fanden, dass wir der sympathischere Hafen für ihr Geld wären, in den letzten Monaten meinten einige, ihr Geld wäre bei uns in sichereren Händen als bei den Banken (für dieses Vertrauen bedanke ich mich, allerdings meine ich das selber auch).  
Durch den Konkurs der Firma Ergée wurde in unserer Nachbarschaft eine Halle frei. Die müssen wir nun kaufen, denn so nah finden wir nie wieder was. So können wir Euch anbieten, Geld in diesem Gebäude einigermaßen krisenfest und wertbeständig anzulegen. Interesse? Dann bitte ich Dich/Sie mir zu schreiben: [heini@gea.at](mailto:heini@gea.at), ich werde Dir/Ihnen dann in den nächsten Wochen die Spielregeln schicken.  
Herzlich willkommen im GEA Sparverein. Bis bald.

HEINI

## Inhalt

Ausgabe N° 15 · Jänner 2009



4 INTERVIEW  
**ReinSaat**  
Ein Gespräch mit der Pflanzenzüchterin Reinhild Frech-Emmelmann

9 HUHKI  
**Hunger, Ich und Diabetes**  
Was Essen und Nicht-Essen ausmacht

11 DIETER CHRISTOPH SINGER  
**Stille**

13 HUHKI  
**Die Welt neu singen**

17 HEINI STAUDINGER / GUSTI SOCKEL  
**Eine Reise ins Herz von Afrika**

18 OSKARL  
Die Improvisation des Monats

18 GE GE GE  
**Gelesen. Gehört. Gesehen.**  
Wie kommt der Hunger in die Welt? 18  
Katzen würden Mäuse kaufen 18  
Im Alltag Ruhe finden 19  
Musik als Klangrede 20  
Klang ist Leben 20  
Vier Schluchzer aus Silber 20  
Kongress für Solidarische Ökonomie 21  
Geschmacksache 21  
Jaguar und NEINGuar 21

21 **brennstoff-FörderABO**  
Unter allen neuen FörderABOnnentInnen verlosen wir 10 CDs von Margrit Hess

22 **GEA Akademie**  
Den Sinnen vertrauen, das Eigene entwickeln, neugierig bleiben oder: werden. Das neue Programm.

## Editorial

Liebe Freundinnen, liebe Freunde!

Wenn man Reinhild (siehe Gespräch ab Seite 5) zuhört, wie sie über Pflanzen spricht, dann merkt man, dass sie von Lebewesen redet. Reinhild »erzeugt« Saatgut für alte und neue Gemüsesorten. Erzeugen ist das falsche Wort. Sie versucht, den Eigensinn der Pflanze zu erkennen, und sie tut alles, diesem – der Pflanze eigenen Sinn – zur Entfaltung, zur Fülle und zur Blüte zu verhelfen. Die Blüte, die sich zum Himmel streckt, bringt den Samen. Der Same, der sich in der Erde verwurzelt, bringt die Pflanze, die Frucht. Die Frucht ist uns Nahrung. So gehen die Kreisläufe. Reinhild nennt den Himmel das männliche Prinzip, die Erde das weibliche. Mittendrin ist der Mensch, der drin (s)ein Lebensmittel findet.

Das Verrückte ist, dass wir diese uns geschenkten Kreisläufe so wenig achten. Jede Sackgasse, die mehr Profit verspricht, kaum erdacht und erfunden, schon wird sie begangen. Warum sind wir bloß so blöd?

Es ist schon so. Wir sind so gestrickt, dass wir uns von allen möglichen Blödhheiten verführen lassen. Zuviel Essen, zuviel Trinken, zuviel Fernsehen, zuviel Sex, zuviel Autofahren, zuviel Geld. Jedes Zuviel wird zum Gift. Manches Gift führt rasch zur Abhängigkeit, zur Sucht. Manches Zuwenig ist auch bedrohlich. Zuwenig Lebensmittel heißt Hunger. Viel zuwenig viel zu lang führt zum Verhungern. In jedem Sinn. Denn der Mensch lebt nicht vom Brot allein.

In diesem *brennstoff* kommen auch Sprache (Seite 13), Musik (Seite 20) und Stille (Seite 11) als Lebensmittel vor. Ja, Sprache und nicht Gerede, Musik und nicht Berieselung, Stille und nicht Fadesse. Diese Lebensmittel können sehr hilfreich sein (vielleicht sind sie sogar notwendig), den *EigenSinn* zu erkennen, sie können die Kraft geben, dem (eigenen) Sinn zu folgen.

Warum sage ich das? Weil ich es selber ausprobiert habe und immer wieder ausprobiere. Üben ist nicht immer lustig. Jedoch lässt Üben hohen Lohn erwarten: Unabhängigkeit, Freiheit und die Kraft sich einzumischen. Ohne Zweifel wird alles so bleiben wie es ist, solange wir selber in unseren Abhängigkeiten gefangen bleiben.

Mit der Wahl der richtigen »Lebensmittel« wächst die Chance, einen sinnvollen Beitrag zur Veränderung zu leisten. Für das eigene Leben und auch für die Gemeinschaft.

Das meint im Ernst

Ihr/Dein

Heini Staudinger



HEINI STAUDINGER  
Herausgeber

Denn die Dinge sind stets in Bewegung, ruhelos. Und doch kehrt ein jedes in seinen Ursprung. Zum Ursprung zurückkehren, das ist Stille. In Stille sein heißt, das »Für-sich-sein« schauen. »Für-sich-sein« ist das allverwandelnde Wandellose.  
Lao Tse



Wie hinter fortgewehten Hüten, so jagen wir Terminen nach. Vor lauter Hast und Arbeitswüten liegt unser Innenleben brach.

Wir tragen Stoppuhr'n in den Westen und gurgeln abends mit Kaffee. Wir hetzen von Geschäft zu Festen und denken stets im Exposé.

Wir rechnen in der Arbeitspause und rauchen fünfzehn pro Termin und kommen meistens nur nach Hause, um frische Wäsche anzuzieh'n.

Wir sind tagaus, tagein ein Traber und sitzen kaum beim Essen still. Wir merken, dass wir Herzen haben, erst wenn die Pumpe nicht mehr will.



Foto: Heini Staudinger, Kohisprossen

## ReinSaat

Die Aufgabe der Züchtung ist, Pflanzen zu entwickeln, die das Lebendige im Menschen fördern.

**R**einSaat ist ein Saatgutbetrieb im Waldviertel, der sich die Weiterentwicklung samenfester Gemüsesorten im biologisch-dynamischen Anbau zum Ziel gesetzt hat. ReinSaat betreibt Erhaltungszüchtung zur Bewahrung alter Sorten sowie Neuzüchtung zur Förderung der natürlichen Widerstandskraft, Anpassung an klimatische Bedingungen, geschmacklichen Verbesserung. Im Vordergrund steht die Hinwendung zu den Pflanzen, die Verbundenheit mit allem, was ist, die Weitergabe ererbten Kulturguts.

Das Gespräch mit Reinhild Frech-Emmelmann führten Heini Staudinger und Gabi Dorn.

**Das Lebensmittel als Mittel zum Leben. Reinhild, deine Arbeit hat genau damit zu tun: mit wirklichen Lebensmitteln, mit Vermitteln, mit dem Leben.**

Ich sehe meine Arbeit durchaus als Vermittlungsaufgabe – zwischen der Pflanze und dem Menschen. Es geht darum, das Wesen der Pflanze zu verstehen. Was bedeutet die Tatsache, dass es Pflanzen gibt, für die Entwicklung des Menschen? Welche Gestaltungsmöglichkeiten haben wir? Welchem Zwecke dient es? Unter welchen Meister stellen wir uns?

**Wie können wir uns das vorstellen, eine Pflanze gestalten?**

Das beginnt mit dem Hinschauen. Um aus Wildpflanzen Kultur-, also Nahrungspflanzen zu entwickeln, wandten sich die Menschen den Pflanzen zu, beobachteten sie, um das Wesentliche, das Spezielle an ihnen zu erkennen. Die Pflanze spricht zu uns, wenn wir uns auf sie einlassen. Es geht darum, sie so zu verändern, dass sie zu ihrer Fülle gelangt, dass sie das, was in ihr angelegt ist, optimal zur Entwicklung bringen kann, und nicht darum, ihr etwas Wesensfremdes aufzuzwingen.

**... wie beim Menschen. Im besten Falle fördern wir bei unseren Kindern ja auch die vorhandenen Anlagen – ihre eigenen Talente, Fähigkeiten, Neigungen – und zwingen ihnen nicht unsere Vorstellungen auf.**

Ich sehe viele Parallelen in der Entwicklung des Menschen und in der Entwicklung der Blütenpflanzen. Jedes Gemüse gehört zu den Blütenpflanzen. Die Aufgabe der Züchtung ist, Pflanzen zu entwickeln, die das Lebendige im Menschen fördern, die dem Menschen zu seiner Blüte verhelfen. Und das kann, meiner Meinung nach, nur eine Pflanze, die fruchtbar ist, die also die Fähigkeit zur Fortpflanzung in sich trägt; aber niemals eine pollensterile Hybride.



### REINHILD FRECH-EMMELMANN

studierte Anfang der 70er-Jahre Biologie. Vom Studium war sie rasch enttäuscht. Sie hatte sich die »Wissenschaft vom Leben« anders vorgestellt. So wurde sie Keramikerin. Gemeinsam mit ihrem Mann kaufte sie in den 80er-Jahren einen Bauernhof im Waldviertel, auf dem sie anfangs fast nur Keramik machten. Nach und nach folgte sie aber immer mehr ihrer Leidenschaft, der Gemüsegärtnerei. Aus den ersten Versuchen in der Erhaltungszüchtung von Saatgut für alte und neue Gemüsesorten entstand der biodynamische Saatgutbetrieb »ReinSaat« mit heute 15 Mitarbeitern.

**Hybridpflanzen versprechen einen höheren Ertrag und sichern den Saatgutproduzenten das Monopol auf die Sorten. Sie zwingen also die Bäuerinnen/Bauern, Gärtnerinnen/Gärtner, alle, die etwas anbauen, ihr Saatgut zu kaufen, weil sie es selber nicht mehr weitervermehrten können.**

Ein Samenkorn hat alles in sich: das, was es einmal werden wird, sowie die Fähigkeit, unter den geeigneten Bedingungen dorthin zu gelangen. Es fällt in die Erde und verankert sich zuallererst zum Erdmittelpunkt hin, indem es Wurzeln bildet. Dann wendet es sich dem Licht zu, wächst Richtung Himmel. Es trägt die Orientierung bereits in sich. Der väterliche Same verbindet sich mit der mütterlichen Erde, da wird Leben weitergegeben.

Bei einer Hybridpflanze hingegen wird im Labor der Pollenstaub auf eine Nährlösung gegeben und mittels chemischer Stoffe zum Wachsen gebracht. Es entsteht ein kalmusartiges Geschwulst, das zunächst Blätter ausbildet und danach erst Wurzeln.

Pollensterilität ist ein auch natürlich vorkommender Defekt, der in die Hybride eingekreuzt wird. Durch Inzucht entstehen besonders große Pflanzen, weil die ganze Kraft in die Frucht geschickt wird und nicht zusätzlich in die Samenbildung. Bildet die Pflanze dennoch Samen aus, was gelegentlich passiert, zerfallen die Nachkommen in unterschiedliche Varianten. Die Tochterpflanze ist nicht die gleiche wie die Mutterpflanze. Und da frage ich mich: Was ist das für eine Nahrung, die den Zerfall bereits beinhaltet? Welche Auswirkungen hat es auf die Entwicklung von uns Menschen – geistig, sozial, kulturell, spirituell – wenn wir solche Nahrung zu uns nehmen?

**Der Anteil an Hybridpflanzen beim Gemüse ist mittlerweile ziemlich hoch. Wie kann ich beim Einkauf er-**

**Die Pflanze gleicht den eigensinnigen Menschen, von denen man alles erhalten kann, wenn man sie nach ihrer Art behandelt.**

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE



»Das ist Grünkohl«, erzählt Reinhild. »In Niedersachsen gibt es ein Gericht: Grünkohl mit Mett (das ist fette, aber g'schmackige, grobe Mettwurst, also Schweinefleischwurst), ich weiß aber nicht, wie man dort richtig dazu sagt ... auf jeden Fall wird Grünkohl in Norddeutschland bis nach Holland angebaut – und dieser Blätterkohl mit den grünen, gekrausten Blättern wird erst so richtig gut (d. h., es entwickelt sich Süße), wenn er einmal Frost bekommen hat. Er verträgt im Freien durchaus minus 20 Grad. Es gibt auch eine violette Variante von Grünkohl, die hat violette, gekrauste Blätter, und wir arbeiten daran, die gibt es wahrscheinlich 2010!«



**kennen, was ich da vor mir habe? Auch wenn Bio draufsteht, sagt das noch nichts über das verwendete Saatgut aus, oder?**

Es gibt viele Hybridkarotten im Bio-Anbau, und nur mehr wenige Paprikasorten sind keine Hybriden. Da hilft nur nachfragen, Interesse zeigen, sich nicht einfach irgendetwas unterjubeln lassen. Die Chance, überhaupt eine Antwort zu erhalten, ist in einem kleinen Geschäft oder direkt am Hof natürlich größer als im Supermarkt.

**Deine Arbeit umfasst die Erhaltung alter Sorten ebenso wie die Züchtung neuer. Wie geht das vor sich?**

Wir hier betreiben einerseits Erhaltungszüchtung, da geht es darum, das, was bereits durch Kulturleistung unserer Vorfahren gewonnen wurde, zu erhalten. Das ist Pflege, Dienst an den Pflanzen, und auch ein sozialer Dienst, ein Dienst für die kommenden Generationen; die Bewahrung von etwas, das auch ein Teil von uns selbst ist, was schon unsere Ur-Ur-Großmütter ernährt und somit auch zu unserer Entstehung beigetragen hat. Das hat viel mit Achtung zu tun, mit Wertschätzung gegenüber jenen, die vor uns waren, mit Demut; wir sind ein Glied in der Kette, nicht die ersten, nicht die letzten, und es obliegt uns, das Übernommene weiterzugeben.

Daneben betreiben wir Neuzüchtung, d. h. wir wenden uns der Pflanze zu, die ein bissl anders ist, bei der wir spüren, sie enthält ein Potenzial, das die anderen nicht haben, und dieses Merkmal steigern wir.

**Dabei wird aber nur das verstärkt, was in der Pflanze selbst bereits vorhanden ist. Da kommt nichts von außen dazu.**

Genau. Wir nehmen die Pflanze in ihrer ganzen Fülle wahr. Bereits am Feld wird selektiert, zunächst nach dem Aussehen. Zum Beispiel Karotten: Die schönen kommen in den Keller. Zum Verkosten wird das untere Drittel abgeschnitten, auf einer Punkteskala von 1 bis 9 werden äußere Form, Geschmack und Farbe des Fruchtfleischs bewertet. Der Rest, also zwei Drittel der Karotte mit dem Trieb, wird eingesetzt und wurzelt wieder, weil Karotten seitlich Wurzeln bilden. Aus diesen derart selektierten Karotten werden die Samen für die nächste Generation gewonnen, die dann die gewünschten Merkmale in verstärkter Weise tragen. Das Hauptkriterium beim Geschmack ist die Süße. Auch die Reife zeigt sich in der Süße. Gutes Gemüse ist weder übertrieben aromatisch süß noch bitter seifig, sondern ausgewogen und bekömmlich, hat eine angenehme feine Süße.

**Das klingt alles sehr zeitaufwendig und nach viel Erfahrung.**

Ja, schon. Aber es ist eine sehr schöne Arbeit. Wenn ich mit Heinz<sup>1</sup> aufs Feld gehe zum Selektieren, sind wir uns immer einig. Er hat den praktischen Blick, die Erfahrung, viel Intuition. Ich habe den Blick aus der Züchtungsforschung, ich taxiere. Beide haben wir dieselbe Leidenschaft dafür.

**... und wie rechnet sich das?**

Unser Streben gilt in erster Linie dem Erhalt der Sorte. Dabei machen wir so manches, was sich nie und nimmer rechnet. Der Leiter eines anderen Saatgutbetriebes hat mir unlängst gesagt, Erhaltungszüchtung rentiert

<sup>1</sup> Heinz Wagner ist bei dieser Arbeit Reinhilds kongenialer Partner.



sich für ihn erst ab 800 kg verkaufte Samen. Wobei gesagt werden muss, aus 4–6 g Samen entstehen 1000 Pflanzen. Wir betreiben den Züchtungsaufwand schon für 800 g – und das bei 450 Sorten.

**Reinhild, wie du es darstellst, fällt eine Gemeinsamkeit zwischen Pflanze und Mensch auf: die Analogie in der Entwicklung, das Streben hin zur Blüte. Zudem sagst du, die Pflanzen schenken den Menschen, was sie für ihre geistige Entwicklung brauchen, für die körperliche sowieso. Und dann gibt es noch den sozialen Aspekt ...**

Ja, Blütenpflanzen können nicht allein existieren. Sie brauchen für die Befruchtung die Insekten. Hier, bei uns im Betrieb, erfüllen das die Hummeln, die im Gewächshaus für die Befruchtung sorgen. Die Hummeln vertragen die Hitze im Gewächshaus besser als die Bienen. Außerdem machen die Bienen nach zwei Wochen ihren Drohnenflug, und dann wären sie weg. Die Befruchtung muss in unserem Falle isoliert im Gewächshaus erfolgen, obwohl im Freien genug Insekten für eine natürliche Befruchtung da wären, aber draußen könnten wir nur eine Sorte anbauen, weil sich mehrere Sorten verkreuzen würden.

Eine weitere Schwierigkeit entstand durch den verstärkten Rapsanbau – übrigens konventionell gespritzter Raps für sog. »Bio«-Diesel (!), von der EU gefördert –, der zur starken Vermehrung des Rapsglanzkäfers führte. Dieser frisst die Blüten nicht nur vom Raps an, sondern auch von anderen Pflanzen. Deshalb isolieren wir.

**Wie schaut's eigentlich aus mit der Vielfalt? Insgesamt entsteht zwar der Eindruck, es gäbe viel mehr als frü-**



Spitzkraut, Keimprüfung

**her, gleichzeitig aber verschwinden viele alte Sorten.** Vielfalt entstand dadurch, weil Pflanzen in bestimmten Regionen stabil wurden. Sie wurden gehegt und gepflegt, teils weil die Bevölkerung auf das eigene Saatgut angewiesen war, teils aus Verbundenheit und Zuneigung und aus gärtnerischer Liebhaberei. Die ständig neuen Sorten der großen Saatgutfirmen sind nur eine scheinbare Vielfalt. Da wird ständig irgendwas eingekreuzt, immer neue Resistenzen. Schnelllebig, auf Ertrag ausgerichtet, verschwinden sie meist bald wieder. Heute dominieren Einheitssorten in großer Menge.

**Woher kommt deine Leidenschaft für diese Sache? Was treibt dich?**

Hmmm ... Wenn man einmal damit angefangen hat, gibt es offenbar kein Zurück mehr. Wenn du die Zyklen von Pflanzen einmal miterlebst und dann diese Steigerung im Werden über Jahre mitverfolgen kannst, ist das faszinierend, beeindruckend und berührend. Die Schönheit der Natur ist überwältigend, und wir sind ein Teil davon. Ich mache diese Arbeit mit Liebe, in Verbundenheit und Hingabe. Es steckt aber auch eine Verantwortung darin, es ist ein Geben und Nehmen, auch zwischen den Generationen. Es ist beglückend für mich, hier eine sinnvolle Arbeit verrichten zu dürfen. Das ist einfach wundervoll.

**Es gibt Pläne, euren Betrieb, eure Arbeitsweise einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Biologie-StudentInnen, denen die Lehre an der Uni zu praxisfern ist, BotanikerInnen, die ihr Wissen anwenden bzw. erweitern wollen ...**

Ja, wir träumen davon, hier ein biologisch-dynamisches Forschungsinstitut einzurichten. Mit freier Aufgabenstellung, unabhängig von wirtschaftlichen Interessen. Denn langfristig ist nur die biologische Landwirtschaft zukunftsfähig. Das steht übrigens auch in einer Erklärung der UNO aus dem letzten Jahr.

»Tradition ist die Weitergabe des Feuers, und nicht die Anbetung der Asche«, hat Gustav Mahler gesagt. Insofern möchten wir das Feuer weitergeben. Es ist unsere Aufgabe, darauf zu achten, dass es nicht erlischt.

**Im modernen kapitalistischen Sinne dürfte es Euch ja gar nicht mehr geben. Wirtschaftlich seid ihr ein Überlebenswunder. Welche Perspektiven hast du für die Zukunft?**



Wir erhalten eine öffentliche Förderung, die aber bei weitem nicht ausreicht. Unsere Erhaltungszüchtung rechnet sich nicht und ist dennoch sinnvoll. Viele dieser Gemüsesorten gingen sonst für immer verloren. Ob wir nun wollen oder nicht, so brauchen wir doch eine neue Lagerhalle. Deshalb haben wir uns überlegt, wie wir den Bau bewerkstelligen könnten. Wir hatten die Idee, unseren Freundinnen und Freunden einen Beteiligungsschein um 1000,- Euro anzubieten. Wir wollen mit unserem Saatgut in 10 Jahren zurückzahlen. Jährlich Saatgut im Wert von 125,- Euro. Jetzt haben wir das Glück, dass viele durch den brennstoff von unserem Beteiligungsschein erfahren werden. Das macht uns Hoffnung.

Und uns macht Eure Arbeit Hoffnung. Liebe Reinhild, vielen Dank für dieses Gespräch.

**GärtnerInnen-Seminar mit**

**Reinhild Frech-Emmelmann** Wer mehr über Gemüse erfahren möchte, das süß, belebend und nahrhaft ist, kann am Seminar im März teilnehmen (siehe GEA-Akademie, Kurs 1, auf Seite 22).

**Beteiligungsschein** Erwerben Sie einen Beteiligungsschein um 1.000,- Euro und beziehen Sie jährlich –10 Jahre lang – Saatgut im Wert von 125,- Euro.

Reinhild Frech-Emmelmann, ReinSaat KG  
3572 St. Leonhard am Hornerwald 69  
Konto Nr.: 52548 - BLZ: 20228  
Kremser Bank und Sparkassen AG

**Samen kaufen** Es gibt keine gesünderen Gemüse- und Blumensamen als ReinSaat-Samen. Katalog anfordern. Oder ins Internet schauen: [www.reinsaat.at](http://www.reinsaat.at)



Das menschliche Maß ist heute klar, es ist die Erde.

EBERHARD SENS

Wenn wir brav sind, das verspricht man uns, werden wir alle dieselben Bilder sehen und dieselben Töne hören und dieselben Kleider tragen und dieselben Hamburger essen und in derselben Einsamkeit einsam sein, in gleichen Häusern gleicher Stadtviertel gleicher Städte, wo wir denselben Müll atmen und unseren Autos mit derselben Ergebenheit dienen, und wir gehorchen den Befehlen derselben Maschinen in einer Welt, die herrlich sein wird für alles, was keine Beine und Füße und Flügel und Wurzeln besitzt.

EDUARDO GALEANO, *Die Füße nach oben. Zustand und Zukunft einer verkehrten Welt*



# Hunger, Ich und Diabetes

Was Essen und Nicht-Essen ausmacht

Nüchterne Zahlen, die die Übersättigung unserer westlichen Gesellschaft spiegeln: In den letzten 50 Jahren ging in Mitteleuropa der Anteil der Lebensmittel an den Haushaltsbudgets von 40% auf rund 10% zurück. Parallel dazu ein massiver Werteeinbruch: Jeder von uns schmeißt pro Jahr einen Monatsbedarf an Nahrungsmitteln – zumeist noch originalverpackt – weg! Auf der anderen Seite erhalten vier Millionen Kinder im deutschen Sprachraum aus finanziellen Gründen kein regelmäßiges Essen mehr – allein in Österreich dümpeln 230.000 Kids an der Hungergrenze dahin.

Es sind unglaubliche 150.000 Tonnen verzehrtaugliche Lebensmittel, die in Österreich den direkten – anstatt den indirekten – Weg zur Kläranlage antreten. Entsprechende Horrornzahlen und -schätzungen gibt es für die gesamte EU; Deutschland: mehr als 5 Mio., Großbritannien: rund 4 Mio. Tonnen! Hauptgrund: Weder in den Regalen des Lebensmittel-Einzelhandels noch in den privaten Kühlschränken wird das Prinzip »first in – first out« eingehalten. Letztlich passt das Ablaufdatum nicht mehr. Nahrungsmittel werden einfach nicht mehr wertgeschätzt.

Warum denn auch? Was den Anteil der Haushaltsausgaben für Lebensmittel betrifft, verzeichnen wir seit über 50 Jahren einen steten Abwärtstrend. Um 1960 gab eine Familie rund 40% des Einkommens für Speis & Trank aus – mehr als heute ein indischer Haushalt mit 35% oder ein chinesischer mit 30%! Heute liegt dieser Anteil in Österreich, Deutschland oder der Schweiz je nach Berechnungsart um die 10%. Noch vor kurzem schätzten Prognostiker, dass uns auf Dauer eine Marke unter 5% bevorstünde. Indessen befinden wir uns innerhalb eines historischen Trendbruchs, falls es nicht gar zu einer Wende kommt. In Österreich leben 200.000 Erwachsene in Armut, d.h., sie können abgetragene Kleidung nicht ersetzen, die Wohnung nicht warmhalten, nicht auf eigene Kosten für ihre Gesundheit sorgen und sich nicht ausreichend ernähren. Weitere 460.000 ÖsterreicherInnen taumeln gerade in die so definierte Armut.

Wie oft, trifft es vor allem Frauen, Kinder, Alte. Viele greifen auf billiges Junk Food, reich an minderwertigen Fetten und raffiniertem Zucker, zurück. Das Ergebnis: Beispielsweise leiden in Österreich von den Frauen im untersten Einkommensfünftel »satt« 15% an Diabetes, im oberen Fünftel sind es nur 3%. Für 230.000 Kinder geht sich keine vollwertige und regelmäßige Ernährung mehr aus. Beim Abschluss der Volksschule sind

bei Kindern aus »armen« Kreisen durchschnittlich 5 Zähne perdu.

Die Ehrfurcht vor dem Essen weist übrigens ein Stadt-Land-Gefälle auf: Im urbanen Bereich werden 12% der Nahrungsmittel direkt entsorgt; in ländlichen Gegenden »nur« 6%. Dass überhaupt die Bestimmung erstklassiger Nahrung in der Mülltonne liegt, hat historische Ursprünge: zu rigide hygienische Vorschriften, Profitgier und der Frischewahn vieler Konsumenten, die das blühende ofenwarme Brot dem bekömmlich gelagerten vorziehen. Ja sogar Rindfleisch, das seine Qualität durch Abhängen – Nachreifung – erhält, wird oft schlachtfrisch von kulinarisch Debilen an den Fleischtheken der Supermärkte eingefordert. Die freuen sich über die schnelle Drehung und den damit verbundenen raschen Euro durch Zeit- und Arbeitersparnis.

Während in den USA schon seit 1962 Gesetze in Kraft sind, welche die überzähligen Food-Ströme zu den Darbenden umleiten, gilt hierzulande vielleicht Geiz als geil, Armut sicher nicht. Die Kundschaft der zweieinhalb Dutzend »Soma«-Märkte muss zuerst die Schamhürde überspringen. Die Waren stammen meist aus Spenden heimischer Betriebe – wobei die amtlichen Vorgaben erst wieder oft tagesfrische Qualitätsprodukte durch den Rost fallen lassen. Da können Bäckereien und Verbrauchermärkte noch so guten Willens sein – am Ende des Tages lassen sich viele gerade produzierte Waren nicht mehr durch den eisernen Vorhang der Bürokratie schmuggeln. Immerhin – die Hemmschwelle fällt: Allein der Sozialmarkt Wien verzeichnet pro Monat zusätzlich 2000 neue Mitglieder!

HUHKI



Als ich immer wieder zu euch redete, habt ihr nicht gehört; als ich euch rief, habt ihr nicht geantwortet.

ALTES TESTAMENT

In Wien wird täglich jene Menge an Brot als Retourware vernichtet, mit der die zweitgrößte Stadt Österreichs – Graz – versorgt werden könnte! Szene aus dem Dokumentarfilm »We feed the world« von Erwin Wagenhofer.





Foto: Gernot Haas, Moreau, Körperbemalung, 1989

# Stille

**W**ie schwer fällt es uns, einfach nichts zu machen, einfach still zu sein, auf die Stille zu horchen? Stille.

Was ist das eigentlich?

Die meisten Menschen wissen um die Erfahrung mit der Stille. Wenn Du Dir Zeit lässt, Dich zu erinnern, dann weißt Du, dass die Stille etwas Gutes, Heilsames, etwas schwer zu Beschreibendes ist.

Wenn Du Dir ein bisschen Zeit lässt, Dich zu erinnern. Es genügt, Dich nur für einen Moment still sein zu lassen, zum Beispiel jetzt, ohne etwas zu suchen oder zu wollen; Dich nur still sein lassen, offen für eine Erinnerung an Stille. Die meisten Menschen erinnern sich dann.

Sei es, dass man sich erinnert, wie man an einem Bächlein entlang gegangen ist, hin und wieder stehen blieb und horchend innehielt. Das Seufzen des Windes in den Kiefern. Das Knarren eines Astes. Vogelgezwitscher. Man schweigt und lauscht. Manchmal ist nichts zu hören.

Oder sich an den Urlaub am Meer erinnert. Wie die Wellen des Meeres mit dem Strand spielen.

Sei es, dass man sich an eine alte Kirche erinnert, in der man einmal im Halbdunkel gesessen hat und die Stille einen vergessen ließ, wo man sitzt.

Oder sich an eine ganz gewöhnliche Tätigkeit erinnert, die man schon tausendmal gemacht hat. Und auf einmal diese Stille spürte.

Sei es, dass man sich erinnert, wie man mit seinen Freunden bei einer Bergwanderung schweigend und staunend stehen blieb, wo sich eine wunderbare Aussicht eröffnet hat.

Stille. Weit und breit. Stille als offenes Lauschen ... Stille des Seins.

**Das In-der-Stille-gewesen-Sein** hat eine Wirkung, jedenfalls für eine kurze Zeit.

Vielleicht nur ganz fein und leise, dass die Stille zu einem gesprochen hat.

Dort, wo man zuinnerst berührt wurde. Was ergreift, ist dieses Unausprechliche selbst, wodurch man sich in einer Weise verbunden fühlt, als sei man eins mit jedem Klang und jedem Ding und jedem Lebewesen, eins mit einem unbeschreibbaren Geheimnis.

Mit diesem leibhaftigen Gefühl der Einheit mit allem will man nichts anderes als das Glück jeder Kreatur. Aber dieses Gefühl bleibt nicht.

Man wird wieder zurückgeworfen in die gewohnten Muster. Es ist nicht leicht diese Reibung zwischen dem,

was uns durch die Stille an Einsicht und tiefer Ruhe geschenkt wurde, und unserem gewohnten Alltag auszuhalten. So sind wir.

Wir sind aber nicht nur so. Wir ahnen, und manchmal erfahren wir – unversehens – die andere Wirklichkeit. Und empfinden von dort wohl den leisen Ruf zu mehr Erkennen, wer wir eigentlich sind.

Früher oder später dämmert uns, dass es nicht nur äußere, sondern vor allem innere Stille ist, nach der wir uns sehnen.

Was hindert uns daran, die Dimension der Stille im Alltag mehr und mehr zu berühren? Was hilft uns das Erleben von Stille zu vertiefen?

Innere Stille beinhaltet zunächst eine Abwesenheit von Lärm, nämlich von innerem Lärm, der aus Vorstellungen, Vorlieben, Reaktionen und Gedanken besteht. Dieser innere Lärm nimmt unsere Aufmerksamkeit meist so sehr gefangen, dass wir die Dimension von Stille nicht erkennen.

Unser Geist gleicht einem weiten Ozean. Wir sind so sehr mit ein paar Fischen identifiziert, sodass wir die große Weite des Meeres nicht mehr erleben können.

**Wir können** einmal lernen nur zu schauen, nur zu hören, ohne zu werten und zu urteilen, ohne zu kommentieren.

Nur da zu sein, spüren und lauschen. Jede Zelle unseres Körpers öffnet sich, lauscht, spürt in die Stille ... Schauen, ohne etwas Bestimmtes sehen zu wollen. Reines Offensein.

Eine Distel anschauen, ohne sie zu zerlegen in Farbe und Form.

Eine Lärche auf mich wirken lassen, einen Menschen aufnehmen, wie er ist, ohne Wertung, ohne Urteil, ohne ihn einzusortieren in unsere Denkmuster und Schubladen.

Die Welt zeigt sich aufs Neue. Sie bekommt eine neue Farbe, eine neue Frische.

**Stille** kann man nicht machen. Stille ist da, sobald man nichts macht. Das ist eine nicht geringe Herausforderung für uns, die wir so große »Macher« sind. Es muss um nichts gekämpft oder gerungen werden. Man kann es einmal praktizieren. Für ein paar Minuten, gerade jetzt einfach nichts tun, gar nichts machen.

Aber jetzt ist es wohl nicht der passende Zeitpunkt, denkt man vielleicht. Es gibt etwas Wichtigeres zu tun, und sei es im *brennstoff* weiterzublättern. Das ist das



**DIETER CHRISTOPH SINGER**

geb. 1961 in Rottenmann/  
Stmk. Dipl. Pädagoge und  
Psychotherapeut in Wien.  
Intensive Zenschulung von  
1990 bis 1996 in Würzburg,  
Ernennung zum Zenlehrer  
2002 durch Willigis Jäger,  
Kyo-un Roshi. Gründer des  
Zendos in Wien, wo seit 2007  
Zen und Yoga praktiziert wird.

**WEBTIPP**

[www.zengruppe-wien.at](http://www.zengruppe-wien.at)

**Es ist nicht irritierend,  
zu sein, wo man ist.  
Es ist nur irritierend zu  
denken, man wäre gern  
irgendwo anders.**

JOHN CAGE, *Silence*



## Stille



erste Hindernis. Oft hat man etwas Wichtigeres zu tun, als nichts zu tun, als nur in die Stille zu lauschen.

**Wir erahnen** zwar schon ein wenig, welche heilende und harmonisierende Kräfte in der Stille liegen, dass wir die

besten Einfälle haben, wenn wir sozusagen leer sind. Nur dann kann ja etwas »einfallen«. Trotzdem lassen wir uns von den vielen oft unnützen Gedanken, Bildern und den dazugehörigen Gefühlen mitreißen. Natürlich gehören die Gedanken und Gefühle zu uns. Sie machen uns ja zu Menschen. Gleichzeitig können wir sie so ruhig stellen, dass mehr auftaucht, was zu unserem Menschsein gehört.

Nur wenn wir uns einmal lassen können, wenn wir einmal vom Denken und Sprechen absehen, taucht das auf, was immer da ist in uns als Grund, als Tiefe, als Stille.

Es ist wie der Blick in einen Brunnen: Wenn wir Wasser schöpfen, sehen wir nichts. Wenn wir aber innehalten und die Wasseroberfläche ruhig ist, sehen wir bis zum Grund.

Wie anders wird unser Alltag, wenn die Ruhe der Hintergrund ist, auf dem sich alles zeigt.

Unser Gehen, unser Warten beim Arzt, in der Einkaufsschlange, im Lärm des Verkehrs, in der Begegnung mit Menschen.

Die Stille wirkt heilend. Sie ist das einzige wirkliche Mittel gegen Stress. Die Ruhe macht etwas mit uns.

**Der klassische Weg** zur Ruhe und zur Stille ist der der Meditation. Viele Menschen finden die heilende Wirkung des Schweigens mit Meditationsweisen aus dem Osten oder aus dem Westen.

Von alters her haben verschiedene Traditionen das Sitzen in der Stille entwickelt.

Viele Menschen, die die Stille suchen und die das Erleben von Stille systematisch vertiefen wollen, zieht es zum schweigenden Sitzen hin, das täglich praktiziert werden kann.

Damit sich die Übung der Stille in unserem Alltag auswirken kann, bedarf es einer gewissen Dauer und Regelmäßigkeit.

Sich in die Stille setzen und wirklich nichts machen, das ist schon eine Kunst.

Still zu sitzen ginge ja noch. Aber die Gefühle und

**Klarheit, Einsicht und Verständnis stellen sich nur dann ein, wenn das Denken außer Kraft ist, wenn der Geist still ist. Nur dann kann man sehr klar sehen, dann kann man sagen, dass man wirklich verstanden hat, ... dann ist man zur unmittelbaren Wahrnehmung fähig, weil der Geist nicht länger verwirrt ist.**

JIDDU KRISHNAMURTI

auf den Geist eine bestimmte Haltung einzunehmen. Es geht um das Sitzen des Geistes. Sitzt der Geist wie ein Berg, lässt er alles kommen: Stürme, dunkle Wolken, strahlend blauen Himmel – der Berg bleibt vollkommen gelassen in sich selbst.

Beim Sitzen achtet man dann einzig und allein auf das Atmen. Damit kommt der innere Lärm zur Ruhe. Der Atem trägt mich dann dorthin, wo es in mir ganz still ist, wo aller Lärm verstummt und die aufgewühlten Wellen des Denkens sich glätten und ich den Klang der Stille höre.

Die Ausrichtung auf den Atem führt mich in die unmittelbare Gegenwart, in eine Sammlung, wo es mir möglich wird, mich einmal zu entspannen und loszulassen.

**Diese Praxis** gleicht einem Klärungsprozess. Alle Trübungen und Schleier unseres Geistes werden aufgelöst. Unser Denken und Fühlen klärt sich in der Stille.

Wenn wir lernen, mit einem Geist der Stille die Welt zu betrachten, werden wir erkennen, wie unglaublich kostbar und erfrischend alles ist.

Stille – überall: in jedem Grashalm, in jeder Wolke, in den Gärten und auf den Straßen, zwischen den Zeilen, bei jedem Bissen, in der Musik.

Beim großen Violinisten Yehudi Menuhin fand ich folgende Zeilen:

»Wer Klang wirklich in seinen ganzen Dimensionen aufnehmen will, muss Stille erfahren haben. Stille als wirkliche Substanz, nicht als Abwesenheit eines Geräusches.

Diese echte Stille ist Klarheit, aber nie Farblosigkeit, ist Rhythmus, ist Fundament allen Denkens, darauf wächst alles Schöpferische von Wert. Alles, was lebt und dauert, entsteht aus dem Schweigen.

Wer diese Stille in sich trägt, kann den lauten Anforderungen von außen gelassen begegnen.«

CHRISTOPH SINGER, [www.zengruppe-wien.at](http://www.zengruppe-wien.at)

## Die Welt neu singen

Vom Hmmm

**W**ir könnten ohne Sprache leben – aber niemals ohne Sprechgesang. Das gilt sogar im weiteren Sinne für Gehörlose. Und eine Gesellschaft ist denkbar, die nicht durch Verordnungen, sondern durch musikalische »Verlautungen« zusammen gehalten wird.

**Sprache als Lebensmittel.** Der Stauferkaiser Friedrich II. (Federico Secondo, 1194 – 1250) wurde schon von seinen Zeitgenossen *stupor mundi* (das Staunen der Welt) genannt. Nicht nur wegen seiner Gesetzgebung – er erhob Umweltschutz, Frauen- und Minderheitenrechte in den Verfassungsrang –, auch als bahnbrechender Naturwissenschaftler. So wollte Friedrich, der selbst Italienisch, Französisch, Latein, Griechisch, Mittelhochdeutsch, Arabisch und Hebräisch in Wort und Schrift beherrschte, die Frage nach der Ursprache der Menschheit empirisch klären.

»So suchte der Kaiser Ammen, um Waisenkinder zu pflegen und zu stillen, aber in keiner Weise mit ihnen zu plappern oder gar zu sprechen«, berichtet sein Zeitgenosse, der Franziskanermönch Salimbene. »Denn er wollte herausfinden, ob sich die Kinder etwa auf Hebräisch, Griechisch, Latein oder Arabisch äußern würden – oder gar in der Muttersprache ihrer leiblichen Eltern.«

Salimbene, allerdings eingeschworener Todfeind des Staufers, schließt seinen Report mit dem katastrophalen Ausgang des Experiments: »Er mühte sich aber vergebens, denn die Kinder konnten nicht ohne Händeklatschen, Gesten, Äußerungen des Wohlseins und kleine Aufmerksamkeiten leben.«

Geht also die Gleichung Sprache = Leben auf? Gibt es etwa auch immaterielle Lebensmittel – so wie unstoffliche Süchte – und Worte gehören zu den wichtigsten? So einfach ist die Causa nicht. Schauen wir uns einmal einen Fall an, der das Gegenteil suggeriert.

**Instant »Nirwana«.** Die amerikanische Gehirnforscherin Jill B. Taylor wurde vor zwölf Jahren – im Alter von 37 – durch einen Hirnschlag aus der Welt der Worte herauskatapultiert. Nun kennen wir mittlerweile sagenhaft viele Fälle, wo »Patienten« nach einem Schlaganfall praktisch über Nacht geistig zulegt, statt abzunehmen. Manche wachen als perfekte Pianisten wieder auf, andere als begnadete Mathematiker. (Was endlich die Idiotenmeinung untergraben sollte, das Gehirn produziere auf irgendeine Weise den Geist. Schon Henri Bergson und Aldous Huxley haben das

zutreffendere Bild gezeichnet, dass das Hirn den gewaltigen, unpersönlichen Geistesstrom bündelt und filtert. Vielleicht könnten materialistische Neurophilosophen selbst durch ein kleines Schlagerl profitieren.) Jill Taylors Hirnschlag erweckte eine weitere Facette des natürlichen Geistes: die ununterbrochene Seligkeit hinter der Kulisse unseres Bewusstseins.

»Als ich die linke Hälfte des Gehirns verlor, verlor ich auch das Sprachzentrum mit all den Einzelheiten zu mir: Das ist mein Leben, diese Dinge muss ich heute noch erledigen, das sind meine Beziehungen. Das alles war mit einem Mal weg – und ich war in Hochstimung.«

Zwar hat Jill nach einer Notoperation sämtliche verbale Fähigkeiten und Behinderungen wiedererlangt, aber sie kann seither willkürlich auf den Befreiungsmodus umschalten.

»Es war eine großartige Erfahrung, den Ängsten und Zwängen der Welt entrinnen zu können. Ja, es gibt ein Nirwana!«

(Nun, von dieser strahlenden Heiterkeit der »veranfallten« Hirnforscherin zum buddhistischen *Nibbana* ist es meiner Meinung nach noch ein weiter Weg; aber das ist hier nicht das Problem.)

Uns interessiert, was die Sprache letzten Endes für uns Menschenwesen bedeutet: *das Urlebensmittel für die Seele* oder, wie die Büchse der Pandora, das Behältnis allen humanen Elends und Leides.

Die Antwort ist um Klassen einfacher, wenn wir unser anderes lebensumspannendes Kommunikationssystem zu Rate ziehen: *die Musik!*

**Sprechgesang.** In mythischer – wenn nicht sogar in realer – Vorzeit wären Sprache, Musik und schöpferische Tätigkeit eins, ungeschieden. (Es gab einfach gewisse Grenzen noch nicht, die wir heute ziehen. Spricht etwa die Amsel draußen im Schnee oder singt sie? Oder: Wenn Delphine schnatternd einen Fischschwarm zusammentreiben, sollen wir das Sprache, Gesang oder Verhaltensabstimmung nennen?) Naturvölker leben noch heute im Nachvollzug dieser ursprünglichen Einheit, wenn gemeinsame Aktivitäten wie Fischen, Säen, Ernten, Reisen, Beten, Holzschlagen, Sammeln, Bauen, Heiraten durch machtvoll rhythmischen Chorgesang koordiniert werden.

Die Zivilisation hat den *Rhythmus* menschlicher Tätigkeit auseinandergebrochen in Arbeit und Tanz und das erste der Sprache, das zweite der Musik zugeschlagen. Zivilisation besteht förmlich in der permanenten An-



HUHKI

absolvierte eine Laufbahn als Tierwärter (Schönbrunn), Liedermacher, Opernsänger (Wr. Kammeroper / opera mobile Basel), Gentechnikreferent (GLOBAL 2000) und Wirtschaftsjournalist und ist derzeit als Universal-Freischaffender in der Hinterbrühl tätig.



Friedrich II. mit Falken. Aus seinem Buch *De arte venandi cum avibus* (Über die Kunst, mit Vögeln zu jagen)

Jetzt erst recht ist guter Schlaf wichtig!

Naturmatratzen von GEA Die Besten im Bett

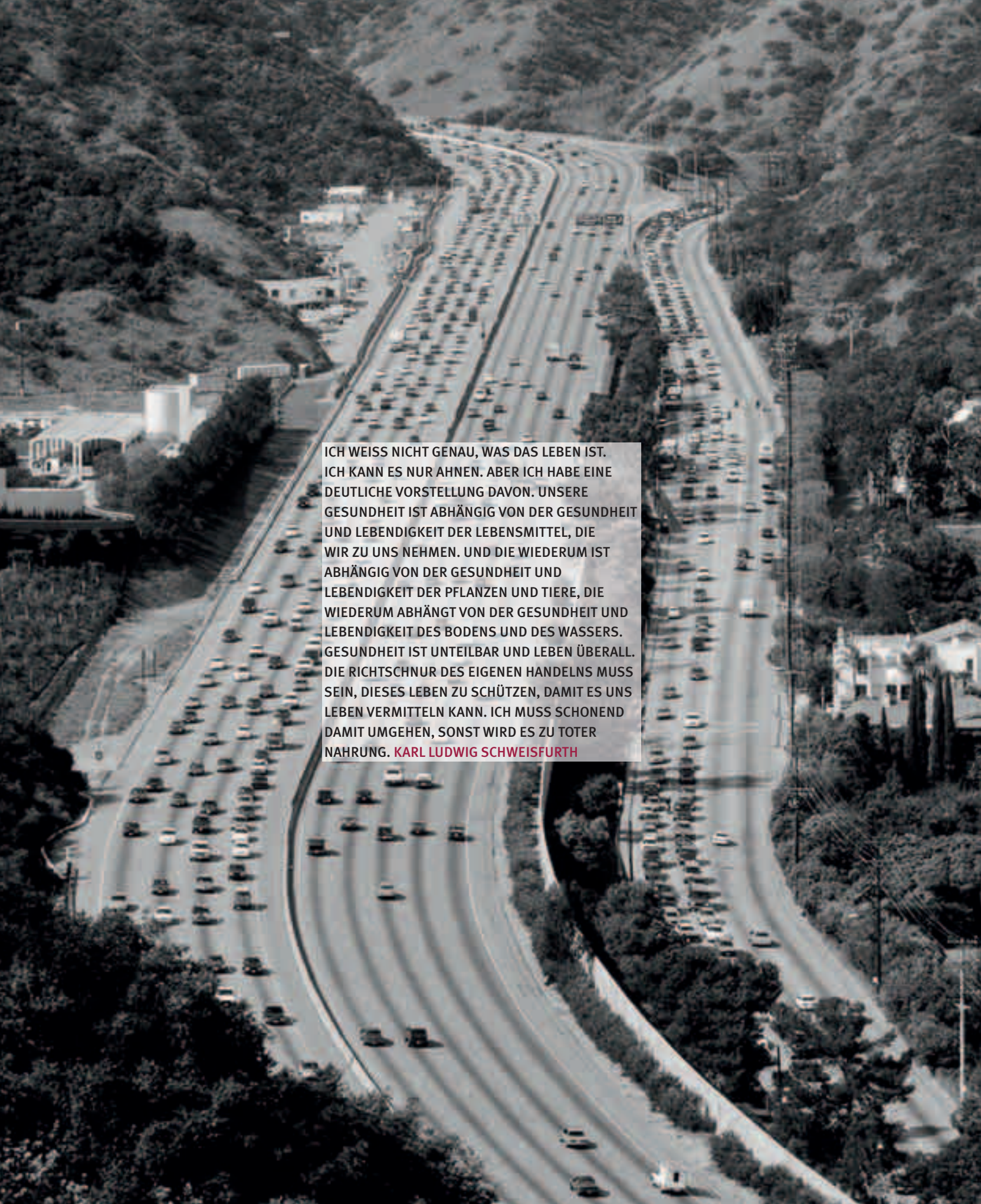


17 x in Österreich  
1 x München · 1 x Nürnberg  
1 x Luxemburg · 1 x Zürich

Alle Adressen auf der Rückseite dieser brennstoff-Ausgabe!

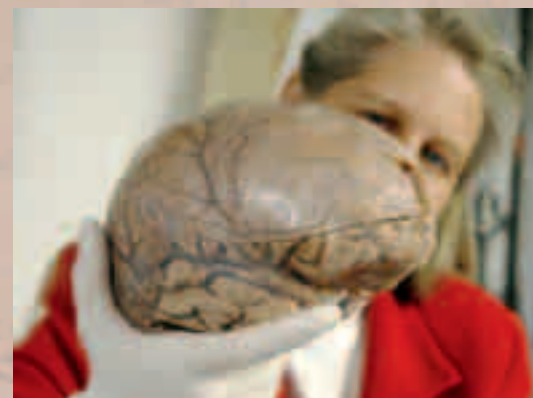
[www.gea.at](http://www.gea.at)





ICH WEISS NICHT GENAU, WAS DAS LEBEN IST. ICH KANN ES NUR AHNEN. ABER ICH HABE EINE DEUTLICHE VORSTELLUNG DAVON. UNSERE GESUNDHEIT IST ABHÄNGIG VON DER GESUNDHEIT UND LEBENDIGKEIT DER LEBENSMITTEL, DIE WIR ZU UNS NEHMEN. UND DIE WIEDERUM IST ABHÄNGIG VON DER GESUNDHEIT UND LEBENDIGKEIT DER PFLANZEN UND TIERE, DIE WIEDERUM ABHÄNGT VON DER GESUNDHEIT UND LEBENDIGKEIT DES BODENS UND DES WASSERS. GESUNDHEIT IST UNTEILBAR UND LEBEN ÜBERALL. DIE RICHTSCHRITZ DES EIGENEN HANDELNS MUSS SEIN, DIESES LEBEN ZU SCHÜTZEN, DAMIT ES UNS LEBEN VERMITTELN KANN. ICH MUSS SCHONEND DAMIT UMGEHEN, SONST WIRD ES ZU TOTER NAHRUNG. **KARL LUDWIG SCHWEISFURTH**

## Die Welt neu singen



Jill B. Taylor

strengung, Sprechen und Singen, Tanzen und Arbeiten auseinanderzuhalten, im Wissen, dass sonst eine Melange von unerhörter Sprengkraft entstünde. Nur die musikalische Hemisphäre unseres Alltagslebens steht noch in der rhythmischen Ordnung, im Bereich der Arbeit herrscht der *Takt*.

Der ganze ungeheure »Produktionsapparat« hängt durch Myriaden von Sprechakten zusammen, sein Kleister ist eine Sprache, welche das *Melos* verloren hat. Diese entseelte Sprache, die immer mehr zum reinen Verständigungsmittel degeneriert, stellt die zentrale, »sozialisierende« (in Wahrheit *asozialisierende*) Kraft der modernen und postmodernen Lebenswelt dar. Kinder lernen mit ihr die Gesellschaft als riesige Befehls- maschinerie zu begreifen. »Schau ... !«, »Mach ... !«, »Gib ... !«, »Komm ... !«, »Geh ... !«, »Horch ... !« – solche Imperative bilden das Lehrgerüst der Sprache. Damit lernen die Kinder aber auch zu allererst, dass Sprechen im Kern aus *Ge-Horchen* besteht.

Die Musik hingegen hat man kastriert, sie kann nicht mehr *wirken*, außer indirekt. Wo eine Hütte einst auf Gesang gebaut wurde, behalten jeder Balken und jede Schindel den Rhythmus und die Melodie ihres Entstehens. Ein im kalten Arbeitstakt hochgezogenes Büro- gebäude hingegen bleibt der Schnurgeraden verpflichtet, der Linie ohne Individualität.

Die Musik übt ihre wir- bildende Funktion nur noch *privat* aus, nicht öffentlich – und das wiederum weit- gehend passiv; im besten Fall als verbindendes Ele- ment sprachloser Tänzer in Diskotheken.

Darin besteht die zweite zersetzende Tat der Zivili- sation: Sie hat nicht nur Musik und Sprache auseinan- dergerissen, sondern darüber hinaus den Tanz stumm und das Lied lahm gemacht.

Natürlich besteht das Bedürfnis nach Einheit vor und neben allen künstlichen »Relitäten« weiter und artiku- liert sich in Vorlieben für Opern, Operetten, Musicals und Videoclips. Damit wird die Spaltung jedoch auf die Spitze getrieben:

Während auf der Bühne Tanz, Gesang und Tätigkeiten verschmelzen – verharrt das Publikum in sozialer Ka- tatonie!

Aber warum sage ich das alles – in toter Sprache?

**The sound of Silence ...** Sätze, die mir vor fast einem Vierteljahrhundert in der Stopfenreuther Au aufstiegen, als wir – gemeinsam mit Günther Nenning – den *Chor der Menschen und Tiere* gegründet hatten. Seit ich sie geschrieben habe, ist vieles offenbar ge- worden – etwa, dass unsere Musik vor unserer Sprache da war, ja dass Musik älter als die Menschheit über- haupt ist.

Jetzt ist es wissenschaftlich anerkannt, dass Wort- sprache und rhythmische Melodienbildung aus einer gemeinsamen Wurzel hervorgegangen sind, die der Prähistoriker Steven Mithen in seinem Buch *The sin- ging Neanderthals* (2005) das *Hmmm* (für holistisch/ manipulativ/multimodal/musikalisch) nennt.

So, wie es zwei Arten von Stille gibt, die akustische Wüste und die lebensspendende Fülle, so auch unter- scheidet sich die nur noch manipulative Sprache von der musikalischen: Wer einen Satz hört, einen Text liest, entwickelt unweigerlich bestimmte Dispositionen, zu handeln und zu sprechen; das zu erwarten; jenes zu sagen. Wer ein Musikstück hört, fühlt sich nicht ge- drängt, etwas Bestimmtes zu tun – es bleibt offene Weite.

Hätten die von Kaiser Friedrich angestellten Ammen den Kindern etwas vorge-*hmmmt*, dann wären diese nicht gestorben. Jede Mutter *hmmmt* zu ihrem Baby. Hätten sie ihnen nur Sätze der manipulativen, feststel- lenden Sprache vorgesprochen, wären die Kinder wahr- scheinlich trotzdem gestorben.

HUKKI

Weitere Texte finden Sie im Internet unter [www.gea-brennstoff.at](http://www.gea-brennstoff.at)

Man wird nicht erleuchtet, indem man sich Lichtgestalten vorstellt, sondern indem man sich die Dunkelheit bewusst macht.

C. G. JUNG

### Literaturempfehlung



Jill B. Taylor  
**Mit einem Schlag**  
Wie eine Hirnforscherin durch ihren Schlaganfall neue Dimensionen des Bewusst- seins entdeckt.  
240 Seiten, Klappenbroschur, Verlag Knauer MensSana HC, München 2008

Los Angeles





# Eine Reise ins Herz von Afrika

Reisen, reisen. Die Universität des Lebens

Ich habe im letzten *brennstoff* schon erzählt, dass wir mit Claude Rieser einen tollen Geschäftsführer im Wasso Hospital haben. Nun sind Dinge möglich, die vorher nicht möglich waren. Mit Hertha Schwaighofer, einer Salzburgerin, und mit Lemayan Kudutu, einem jungen, Englisch sprechenden Maasai, haben wir ganz hervorragende, kundige und liebenswürdige Reisebegleiter und -leiter.

Wir betrachten es als ein Ziel der Regionalentwicklung, einem sanften Tourismus in dieser wunderschönen, interessanten Gegend auf die Beine zu helfen. Wer sich dafür interessiert, schreibt mir bitte an: [heini@gea.at](mailto:heini@gea.at) (Ein Teil der Reisekosten kommt unseren Spitälern zugute). Aber lies doch zuerst den Reisebericht von Gusti Sockel. *Heini*

## Reichwerden in Afrika

Reise nach Tansania. Arusha, 5. August 2008: Hier sind wir mit dem Flugzeug gelandet, hier werden wir unsere zwölfwältige Rundreise starten. Wir – um es allemal zu klären – sind zwei Paare und zwei Jungs, 14 und 15. Das Besondere dieser Reise wird sein, dass uns drei Menschen begleiten, die uns gleich von Anfang an so herzlich und freundschaftlich empfangen, dass das Reisefieber einer freudigen Erwartung Raum geben kann. Sie sind keine Profis und doch viel professioneller. Von Anfang an fühlt es sich in unserer Gruppe an wie in einer Familie. Außerdem erfüllt uns die Gewissheit, dass ein Teil unseres Reisebudgets den Maasaispitälern zugute kommt, mit Zufriedenheit.

Im Meru Inn in Arusha schreiten wir gewissermaßen durch das Tor zu Afrika. In seinem Flair lassen wir Afrika auf uns wirken, ehe wir die Zivilisation verlassen.

In Mto wa Mbo, einem kleinen Städtchen westlich von Arusha, tauchen wir tiefer in die afrikanische Lebenskunst ein. Das Kochen eines vielgängigen Kishueli Menüs auf dem offenen Feuer, das Brauen des beliebten Bananenbiers, das Schnitzen der afrikanischen Gottheiten und das Malen der Tinga Tinga Bilder erleben wir life, als würden wir durch einen Film spazieren.

Danach verlassen wir die Asphaltstraße und fahren im Geländewagen in die Welt der Maasai. Im Ngorongoran Krater beeindruckt uns zunächst die artenreiche Tierwelt, die sich hier wie in einem Bilderbuch zeigt. Wir widmen uns voller Hingabe der Betrachtung, während der Wagen langsam durch die Land-

schaft fährt. Sonnenuntergang über Endulen – dem ersten Maasaispital, in dem wir übernachteten – und eine Wanderung zu einer Boma – einem Maasaidorf – folgen und intensivieren den Tiefgang. Kein Bild dieser Welt kann das Erlebnis ersetzen, selbst in einer Maasaihütte zu sitzen. Die Dunkelheit, der in die Nase ziehende Rauch der offenen Feuerstelle, der Geruch nach Kuh und Dung, die tiefen Laute ihrer Sprache und mittendrin unser unermüdliches Staunen und Fragen, verdichten die Atmosphäre zu einer traumhaften Wirklichkeit.

Dann weiter an den Rand der Serengeti, einer schier grenzenlosen Weite, in eine schöne afrikanische Lodge, inmitten dieser herben Wildnis. Und wieder speist die Szene das Klischee – Rotwein draußen am Feuer sitzend. Über uns ein tiefschwarzer Himmel mit Milliarden funkelnder Sterne, das grandiose Abendessen nach der eintönigen Fahrt erzeugt das Gefühl des wohligen Gesättigtseins. Den Luxus kann man gar nicht wirklich fassen. Soeben waren wir noch in der lichtlosen Boma aus Ästen und Kuhdung – diesen Kontrast selbst zu erfahren, empfinden wir als ungeheures Privileg.

Weiter ziehen wir im Land der Maasai. Kommen nach Wasso in das zweite und größere Maasaispital, wandern dort mit unserem jungen Maasaibegleiter, lernend wie sie die Pflanzen ihrer Heimat nützen. Auch in ein Dorf der Sonjos wandern wir und lernen dort die Lebensweise dieses Stammes kennen. Die Kraft menschlicher Zuwendung krönt hier das Erleben.

Dann am Lake Natron die heißen Quellen und das Meer der Flamingos, und nach einem erquickenden Schlaf im Zelt die Kletterei zu den schönsten Wasserfällen, die wir je erlebt haben. Schwer zu glauben, weil sie quasi in der Wüste liegen. Aber so ähnlich könnte es im Paradies gewesen sein.

Unser letztes Ziel im wilden Maasailand erreichen wir nicht. Eine Autopanne vereitelt den Plan, führt uns jedoch zu Brother Francis nach Engeruka. Diese 94-jährige Legende zeigt uns in aller Bescheidenheit Lebenskraft als Produkt der Willensbildung.

Wir verlassen Afrika wieder durch das Tor, durch das wir es beschrritten haben. Dieselben allerdings sind wir nun nicht mehr. Wir sind reich geworden. GUSTI SOCKEL

**Spendenkonto** lautend auf  
**Heinrich Staudinger für Afrika**

Konto-Nr. 1.370, Raika 32415  
IBAN: AT183241500000001370 · BIC: RLNWATWWOWS



**Don't push the river,  
it flows by itself.**

FREDERIC S. PERLS

**Wir suchen**  
für Gebäudesanierungen und  
einen Neubau kompetente  
Unterstützung. Interessenten  
bitte an [heini@gea.at](mailto:heini@gea.at)



# Oskarl

für Improvisierer und Innen



Das Leben ist wie eine Klobrille. Man macht viel durch.

HEINZ ERHARDT

Der »Oskarl für ImprovisiererInnen« ist inzwischen eine fixe Einrichtung im *brennstoff*.

Schicken Sie uns bitte geglückte Beispiele aus Ihrem Alltag!

An: [brennstoff@gea.at](mailto:brennstoff@gea.at)

# GE GE GE

Gelesen. Gehört. Gesehen.

Jean Ziegler

**Wie kommt der Hunger in die Welt?**  
Ein Gespräch mit meinem Sohn

Es ist paradox. Es ist absurd. Es ist pervers. Eigentlich ist es weder zu verstehen noch zu erklären. Jean Ziegler versucht es dennoch. Er zeigt auf, wie Hunger als Waffe eingesetzt wird, wie groß die Macht des Marktes ist, wie mörderisch das System. Während in manchen Teilen der Welt jährlich Millionen von Menschen verhungern, wird anderswo, auch bei uns in Europa, Nahrung vernichtet, um die Profite der Spekulanten auf dem Weltmarkt zu sichern. Nicht der Mangel an Nahrung tötet, sondern der soziale Mangel bringt die Menschen um, also die ungerechte Verteilung der vorhandenen Güter.

Und Ziegler sieht auch eine Lösung: nämlich in der Solidarität, in dem Sich-Nicht-Abfinden mit einer Weltwirtschaft, die derartigen Wahnsinn zulässt, ja hervorbringt. »Die mörderische Ordnung der Welt muss umgestürzt werden. Eine Horde wild gewordener Börsentrader, Spekulanten und Finanzbanditen hat eine Welt der Ungleichheit und des Schreckens errichtet. Denen müssen wir das Handwerk legen.«

GABI DORN

Jean Ziegler: **Wie kommt der Hunger in die Welt?** Ein Gespräch mit meinem Sohn. Tb., 169 Seiten, cbj, München 2000

Hans-Ulrich Grimm

**Katzen würden Mäuse kaufen**  
Schwarzbuch Tierfutter

In der Futterproduktion für Tiere ist es nicht viel anders als in der Nahrungsmittelherstellung für uns Menschen. Wer Fertigprodukte kauft, sollte sich also genau anschauen, was draufsteht, damit sie/er weiß, was drin ist. Obwohl das mitunter nicht so einfach ist, weil beim tierischen Dosenfutter die Inhaltsstoffe meist nicht so genau angegeben sind. »Abfall und Chemie« würde sich auf den hübschen Etiketten der Dosen und Schälchen auch nicht gerade verkaufsfördernd auswirken.

Das Geschäft mit Fertigfutter ist überaus einträglich. Die Rohstoffe sind billig, ja es gibt sogar noch Geld dafür, wenn sie als Schlachtabfälle »entsorgt« werden. Am meisten kostet die Werbung, in der den Leuten

eingeredet wird, industriell gefertigte Nahrung sei das Beste für ihren Liebling. Die großen Konzerne, die übrigens dieselben sind, die unsere Nahrungsmittel herstellen, sponsern »wissenschaftliche« Forschungsprojekte an veterinärmedizinischen Universitäten. Tierärzte, die Trockenfutter als das Gesundeste empfehlen, verdienen mit am Verkauf. So manche Haustierbesitzer, die beim Einkauf des eigenen Essens sparen, geben für Dosenfutter unverhältnismäßig viel Geld aus.

Tiere jedoch haben einen empfindlichen Geschmacksinn und würden den ihnen vorgesetzten Müll niemals fressen. Deshalb werden Aroma- und Süßstoffe zugefügt, um den üblen Geruch wie Geschmack zu verdecken; Emulgatoren und Stabilisatoren um die Verarbeitung zu erleichtern, Antioxidantien für die Haltbarkeit.

Diese artwidrige Fütterung beschert den Tieren dieselben Krankheiten wie den sich ungeeignet ernährenden Menschen: Diabetes, Allergien, Übergewicht, Verhaltensstörungen. In der Massentierhaltung wird das industriell hergestellte Tierfutter letztendlich auch zum Krankheitsauslöser beim Menschen, da wir die dem Kraftfutter zugesetzten chemischen Leistungsförderer, Masthilfsmittel, Hormone und Antibiotika über das Fleisch zu uns nehmen.

Spätestens am Ende der Lektüre dieses Buches ist uns klar: Das einzige Ziel der Tierfutterproduzenten ist der eigene Gewinn. Bevorzugt verwendet wird, was am billigsten hergestellt und am teuersten verkauft werden kann. Das funktioniert aber nur, solange wir dabei mitspielen. Und das Umdenken hat bereits begonnen; wir lassen uns nicht mehr alles vorsetzen, wir glauben nicht mehr alles, was uns die, die daran verdienen,

einreden wollen. Wir hören wieder vermehrt auf die Stimme unserer eigenen Vernunft, und die sagt uns: Gut für uns ist, was die Natur uns von sich aus bietet, möglichst frisch und unverändert. Bewusst leben bedeutet auch bewusst essen. In diesem Sinne: guten Appetit beim Genuss dieser gehaltvollen, wenngleich nicht gerade leicht verdaulichen geistigen Nahrung!

GABI DORN

Hans-Ulrich Grimm: **Katzen würden Mäuse kaufen.** Schwarzbuch Tierfutter. 207 Seiten. Deuticke, Wien 2007  
Weitere lesenswerte Bücher des Autors: **Die Ernährungslüge.** Wie uns die Lebensmittelindustrie um den Verstand bringt. **Die Suppe lügt.** Die schöne neue Welt des Essens. **Alles bio oder was?** Der schöne Traum vom natürlichen Essen u.a.

Ruhe als Lebensmittel

Jon Kabat-Zinn **Im Alltag Ruhe finden**  
Meditationen für ein gelassenes Leben

Ich habe dieses Buch gern. Man spürt beim Lesen, dass da einer von Dingen erzählt, die er selber ausprobiert und erlebt hat, die er selber praktiziert. Man ahnt, es könnte einem selbst auch gut tun. Und da empfiehlt er Übungen, wie man dort hinkommen könnte. Dorthin – zur Ruhe.

Das Sympathische an diesem Buch ist, dass sich Kabat-Zinn so gut in »mich« hineindenken kann. Er »weiß«, dass ich mir mit dem Verstehen manchmal schwer tu. Er bedenkt, dass es von der Einsicht bis zur Praxis ein weiter Weg sein kann. Und gerade da weckt er meinen Appetit. Appetit auf Stille. Auf Ruhe im Alltag.

In der Hektik des Alltags »unterbrechen wir dann den Kontakt zu den tieferen Bereichen in uns und berauben uns dadurch oft vielleicht unserer besten Möglichkeiten, kreativ zu sein, zu lernen und zu wachsen.« Wenn Stille gelingt, dann kann endlich das sein, was ist. Dann kannst du lernen, dann kannst du wachsen. Das ist nicht immer leicht. Drum muss man üben. Wie? Das findest du in diesem Buch. Ein Fischer-Taschenbuch um etwa 9,- Euro. Wertvoller *brennstoff* um wenig Geld.

HEINI

Jon Kabat-Zinn: **Im Alltag Ruhe finden.** Meditationen für ein gelassenes Leben. Tb., 224 Seiten, Frankfurt am Main 2008

Haus der Stille am Hochkönig/Salzbürger Land

Schau dir bitte die Homepage an und geh auf Photogalerie. Da wirst du beim Anschauen der Bilder dieser wunderschönen Gebirgswelt schon ruhiger. Reiches Seminarangebot, aber auch die Möglichkeit zum einfachen Mitleben.

[www.puregg.at](http://www.puregg.at)

Gast sein im Haus der Stille/Steiermark

Das Haus der Stille liegt 15 km südöstlich von Graz in der schönen südoststeirischen Hügellandschaft (Region Stiefingtal). Auszeit für die Dauer von drei Monaten bis zu einem Jahr.

[www.haus-der-stille.at/gast\\_sein/auszeit](http://www.haus-der-stille.at/gast_sein/auszeit)

Haus der Stille, Berlin

Willkommen im HAUS DER STILLE, das Meditations- und Einkehrhaus der Ev. Kirche Berlin-Brandenburg-schlesische Oberlausitz.

[www.haus-der-stille.de](http://www.haus-der-stille.de)

HEINI



Viele Leute werden aktiv, aber wenn ihr Geisteszustand nicht friedvoll oder glücklich ist, säen ihre Handlungen nur noch mehr Unruhe und Ärger und verschlimmern die Situation. Statt also zu sagen: »Sitz nicht einfach herum, tu lieber etwas«, sollten wir im Gegenteil sagen: »Tu nicht einfach etwas, setz Dich lieber hin.«

THICH NHAT HANH

Stille, ein Lebensmittel



## GEGERE

Musik, ein  
Lebensmittel

Die Erziehung zur  
Musik ist von  
höchster Wichtigkeit,  
weil Rhythmus und  
Harmonie machtvoll  
in das Innerste der  
Seele dringen.

PLATON

Nikolaus Harnoncourt  
Musik als Klangrede  
Wege zu einem neuen Musikverständnis

**H**ängt nicht vieles von dem, was unsere Zeit so disharmonisch und schrecklich macht, damit zusammen, dass die Kunst nicht mehr in unser Leben eingreift? Reduzieren wir uns nicht, beschämend phantasielos, auf die Sprache des ›Sagbaren?‹ So fragt Harnoncourt. Er meint schlicht und einfach: »Wir alle brauchen Musik, ohne sie können wir nicht leben.« Er meint nicht die Musik, die im Hintergrund dahinplätschert oder die einen Abend verzieren soll. Er meint lebendige, wirkliche Musik. Allerdings meint er auch, dass wir Musik anders lernen müssen, um ihre aufwühlende und verändernde Kraft er-hören, er-fassen, er-leben zu können. Ein guter Lernschritt in diese Richtung ist dieses Buch. Lies' es und du wirst es hören, zumindest erahnen. Was? Das Unsagbare! HEINI

Nikolaus Harnoncourt: **Musik als Klangrede**. Wege zu einem neuen Musikverständnis. Tb., 269 Seiten, Bärenreiter Verlag, Kassel

Daniel Barenboim  
Klang ist Leben  
Die Macht der Musik

**E**in Musiker muss in der Lage sein, Töne zu gruppieren, sie zusammenzufassen. Diese sehr einfache Tatsache hat mich gelehrt, das Verhältnis zwischen einem Individuum und einer größeren Gemeinschaft besser zu verstehen. Ein Mensch muss auf seine eigene, individuelle Weise einen Beitrag zur Allgemeinheit leisten. Dadurch übersteigt der Wert des Ganzen den Wert der Summe der einzelnen Teile bei Weitem. Individualität und Gemeinschaftssinn müssen einander nicht unbedingt ausschließen, im Gegenteil: In ihrem Zusammenwirken sind sie in der Lage, die menschliche Existenz zu bereichern.«

Was soll ich dazu sagen? Barenboim musiziert, er lässt sich ergreifen und er setzt sein Musikerleben *im* Leben um. Oder sollte man besser sagen, er setzt sein Erleben *in* Leben um? Mit israelischen und palästinensischen Jugendlichen hat er das »West-Eastern Divan Orchestra« gegründet. Sie musizieren miteinander und plötzlich ist Musik Friedensarbeit. Ganz einfach.

»Wenn ich an einem Abend eines der Bücher von Johann Sebastian Bachs *Das wohltem-*

*perierte Klavier* spiele, dann habe ich anschließend das Gefühl, dass ich etwas erlebt habe, das die Dauer meines realen Lebens überstiegen hat, dass ich mich auf einer Reise durch die Geschichte befunden habe, die ihren Anfang und ihr Ende in der Stille hat.«

Stille. Musik. Stille. Frieden. Stille. Wenn das Un-er-hörte hörbar wird, bekommt das Leben eine neue Chance.

Daniel Barenboim hat heuer das Neujahrskonzert dirigiert. Sein Buch »Klang ist Leben« ist im Siedler Verlag erschienen. HEINI

Daniel Barenboim:  
Klang ist Leben  
Die Macht der Musik  
Geb., 191 Seiten  
Siedler Verlag  
München 2008



Margrit Hess  
Vier Schluchzer aus Silber  
Die schönsten aller  
Schmerzen feiern ...

**A**ls Virtuosa des großen Liebesliedes erweist sich – durchaus nicht ohne einen Hauch ironischer Selbstdistanz – Margrit Hess. Mit »Vier Schluchzer aus Silber« lädt die gediegene Mezzo-Sopranistin zum Verweilen im Reich des verhalten genossenen Schmerzes, den Amors Pfeile allen achtsamen Herzen bereiten. Der CD-Titel – er stammt aus einem Lied von Federico Garcia Lorca – ist gut gewählt, silbern, mondig, wie der Flügelschlag weißer Reiher hinter Maiennachtwolken breitet Hess' Stimme zeitlos süßes Weh über alle Liebenden – ob sie noch schmachten oder sich schon in Erfüllung verzehren. John Dowland, Alessandro Scarlatti, Gabriel Fauré und Federico Garcia Lorca spannen den Klangbogen durch die Jahrhunderte – vier Meister, in denen die nach sich selbst verlangende Natur sich zu Wort meldet. Die Sängerin interpretiert nicht, sie verbleibt immer im Dialog mit Eros, dem ersten der Götter, wie uns die Griechen lehrten.

Eine CD, die *celebriert* werden sollte, mit Bienenwachsenkerzen, Myrrhe, im weichen Dämmerlicht, maximal zu zweit ... HUKI

Margrit Hess, Mezzosopran: **Vier Schluchzer aus Silber**. Lieder von John Dowland, Alessandro Scarlatti, Gabriel Fauré und Federico Garcia Lorca. Die CD kostet 19 Euro inkl. Versandkosten. Die CD kann bestellt werden bei: [akademie@gea.at](mailto:akademie@gea.at)

10 × × 01

**brennstoff FörderABO** 10 × Silber? 10 × die CD von Margrit Hess für unsere FörderInnen!

**I**hr wisst, der *brennstoff* ist gratis, aber nicht umsonst. Darum bedanken wir uns jetzt schon recht herzlich für Euer FörderABO.

Achtung, Achtung, nicht vergessen: Unter allen neuen FörderABO-Neuwerbenden verlosen wir 10 × die CD von Margrit Hess »Vier Schluchzer aus Silber«. HEINI

Mit einem *brennstoff* Jahres-FörderABO ▶ um 15,- ▶ um 25,- ▶ um 35,- oder ▶ mehr Euro können Sie den *brennstoff* leben und unsere Möglichkeiten wachsen lassen. Wir schicken Ihnen 4 mal im Jahr den *brennstoff*.

*brennstoff* FörderABO PSK-Konto-Nr. 9.647.574 · BLZ 60000  
Konto lautend auf »Heinrich Staudinger GmbH«  
BIC: OPSKATWW · IBAN: AT8160000000964 7574  
Kennwort: *brennstoff* · Bitte geben Sie Ihren Namen und Ihre Adresse an. E-Mail: [brennstoff@gea.at](mailto:brennstoff@gea.at)

Wiener Kongress für **Solidarische Ökonomie**  
vom 20. bis 22. Februar 2009

**A**ls Folge der Finanzkrisen der vergangenen Jahre und vor dem Hintergrund einer lebendigen globalisierungskritischen Bewegung gewinnen Projekte solidarischer Ökonomie an Kraft. Von Genossenschaften, selbstverwalteten Betrieben, interkulturellen Gärten bis zu Open Source und Freier Software gibt es auch in Europa eine große Bandbreite alternativer Wirtschaftsformen. Die Hoffnung gilt der Stärkung und Vernetzung aller Initiativen, die kritische Theorien und praktische Projekte verbinden. Sie alle suchen gemeinsame Wege in Richtung gesellschaftspolitischer, ökologischer und kultureller Veränderungen. Bereits 2006 fand ein Kongress zur Frage »Wie wollen wir wirtschaften?« in Berlin statt. Statt der erwarteten 500 Leute kamen 1400. Offenbar gibt's einen Hunger nach einer anderen Wirtschaft. Darum laden jetzt AktivistInnen von attac und vielen anderen Gruppen von 20. bis 22. Februar 2009 zum Internationalen Kongress Solidarische Ökonomie nach Wien ein. Bereits 30 Workshops, Filme, Vorträge usw. wurden für den Wiener Kongress angemeldet. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, sich zu beteiligen und auf der Homepage eigene Angebote einzutragen. Mehr Informationen erhalten Sie unter [www.solidarische-oekonomie.at](http://www.solidarische-oekonomie.at)

20. bis 22. Februar 2009, **Solidarische Ökonomie** Kongress 2009, BOKU, Peter-Jordan-Straße 82, 1180 Wien

*brennstoff* N° 15/09

Technisches Museum Wien, die Ausstellung  
zu unserem Thema »Lebensmittel«:  
**Geschmacksache**. Was Essen zum Genuss macht

**M**ir hat die Einladungsseite ([www.tmw.at](http://www.tmw.at)) Appetit auf diese Ausstellung gemacht. Ich werde hingehen. Aus dem Einladungstext des Technischen Museums Wien zur Ausstellung ... ein gehäufter Löffel



interaktive Modelle, Filme, Spiele, Riech- und Verkostungsstationen ... Die interaktive Ausstellung zeigt, was beim Garen und Braten passiert, wie Milch zu Butter, Käse oder Topfen wird, was hinter der »Maillard-Reaktion« steckt und wie aus Getreide Brot, Nudeln oder Bier entstehen. Sie können sich an einer Kakaopresse versuchen und kleine Presskuchen für Ihre Trinkschokolade selbst herstellen. Riech- und Verkostungsstationen fordern Ihre Sinne heraus: Testen Sie, wie Sauerteig riecht, oder ob es Ihnen gelingt, alle Aromen zarter Schokolade zu erkennen! Oder finden Sie heraus, auf wie viele Arten aus der geschmacklosen Kaffeebohne ein aromatisches Getränk wird und welche Rituale zu seinem Genuss beitragen. HEINI

**Geschmacksache**. Was Essen zum Genuss macht - Ausstellung im Technischen Museum Wien, bis 21. Juni 2009. Mehr: [www.tmw.at](http://www.tmw.at)

**Matzki**

Eine kleine Mausematzki kam aus ihrem Hausewitzki. Sagt die dicke, alte Katzki: »Diese kleine Mini-Rattski werde ich zum Mittagessen schmatzi, schmatzi, schmatzi fressen!« Macht die Katzki einen Sprung, doch der Sprung ist nicht gelungig. Springosprungig ging daneben, rettet Mausematzki das Leben. Mausematzki hatte Glück, rennrennt ins Haus zurück, knallocknallt die Türe zu, Mausematzki hat nun Ruh.

PAUL MAAR

Wozu Gedichte?  
Sprache genügt.  
Wozu denn Brot?  
Getreide genügt.

ELISABETH SCHRATTENHOLZER



**Jaguar und NEInguar**  
Gedichte von Paul Maar  
Bilder von Ute Krause  
Geb., 176 Seiten  
Oetinger, Hamburg 2007



*brennstoff* N° 15/09



# GEA Akademie

Den Sinnen vertrauen, das Eigene entwickeln, neugierig bleiben oder: werden.

**GEA Akademie**  
Niederschrems Straße 4  
3943 Schrems

Die Administration für die  
GEA Akademie macht die  
Waldviertler Schuhwerkstatt:  
Telefon 02853/765 03 32  
(Nici), Fax 02853/76 503 19

E-Mail: akademie@gea.at

www.gea.at



Reinhild Frech-Emmelmann



Dr. Bernhard Schmid

## 1 KURS 1 Same und Saat, ein Kulturgut Kursleitung: Reinhild Frech-Emmelmann

Ich hatte schon vor Jahren von Reinhild und ihrer Saatgut-Züchtung gehört. Als ich dann ihren Betrieb kennenlernte, war ich ganz fasziniert, wie sie dort aus Pflanzen das für den Menschen Wertvolle erziehen. (siehe auch Gespräch ab Seite 5). Nie in meinem Leben habe ich Pflanzen dermaßen als Lebewesen erlebt. Nun zur Kurseinladung. Gemüse mit Geschmack – be-kömmlich, belebend, angenehm süß. Samenfeste Sorten aus biologisch-dynamischem Anbau tragen die Fähigkeit zur Fortpflanzung in sich, die Pflanze in ihrer ganzen Fülle schenkt uns Menschen, was wir für unsere Entwicklung, zum Leben brauchen. Das Gewinnen von Saatgut beinhaltet Zuwendung, Hingabe, viel Erfahrung und Zeit, es würdigt die Leistung unserer Vorfahren in der Kulturpflanzenzucht und bewahrt sie für die Nachkommen. Reinhilds Liebe zur Schönheit der Natur, ihre Leidenschaft für das Wesen der Blütenpflanzen sowie ihr profundes Wissen in der Saatgutentwicklung werden dieses Seminar zu einem sinnlichen Erlebnis machen.

Das Programm am Vormittag: Hybride versus samenfeste Sorte – was versteht man unter biologisch-dynamisch gezüchteten Gemüsesorten? Am Nachmittag: praktische Durchführung von Geschmacksselektionen bei Karotten; evt. noch Rote Rüben.

HEINI

**TERMIN** Samstag, 14. März 2009, 10 – 17 Uhr

**KOSTEN** 75 Euro inkl. Mittagessen

**ORT** bei Reinhild am Hof in 3572 St. Leonard am Hornerwald, Hausnummer 69. St. Leonard liegt 20 km südwestlich von Horn und 30 km nördlich von Krems an der Donau. Anfahrtspläne werden mit der Anmeldebestätigung verschickt.

**ANMELDUNG UND INFO** GEA Akademie

## 2 KURS 2 Homöopathie für Laien Kursleitung: Dr. Bernhard Schmid

Nur selten erlebte ich eine ganze Gruppe so begeistert, dass allen die Freude ins Gesicht geschrieben stand. So war es bei Dr. Bernhard Schmid's erstem Kurs im Rahmen der GEA Akademie letzten November. Wie kaum ein anderer versteht es Dr. Bernhard Schmid, Krankheitsbilder erzählend darzustellen und die »dazugehörigen« Arzneien begreifbar zu machen. Wie ist Krankheit im Sinne der Homöopathie zu betrachten und zu verstehen, was sind potenzierte Arzneien, wo liegen die Unterschiede zwischen akuter und chronischer Krankheit, wo sind die Grenzen der Selbstbehandlung ... Diese und ähnliche Fragen werden durch-

diskutiert. Natürlich auch solche, die während des Kurses auftauchen.

Besonderes Augenmerk liegt auf den wichtigsten und gebräuchlichsten Arzneien der »Hausmedizin«. Diese – etwa dreißig – Arzneien werden einzeln erläutert. Somit bekommt jede/r wertvolle Tipps für die Zusammenstellung einer kleinen homöopathischen Hausapotheke.

Einer der wichtigen Grundsätze der Homöopathie lautet: »Similia similibus curentur.« Das bedeutet, dass Ähnliches durch Ähnliches behandelt werden kann. Das klingt paradox, aber es funktioniert. An diesem Wochenende sollen die Grundzüge der Homöopathie – für Laien verständlich – aufgezeigt und erklärt werden.

Was ist Homöopathie? Was kann sie?  
Wo sind ihre Grenzen?

Normalerweise hält Dr. Bernhard Schmid seine Kurse für Ärztinnen und Ärzte, die komplementär zur Schulmedizin auch homöopathisch arbeiten wollen. Dieses Seminar der GEA-Akademie ist offen für alle.

Noch etwas will gesagt sein: Während des Seminars sind keine Behandlungen möglich.

Dr. Bernhard Schmid arbeitet als praktischer Arzt und Homöopath in Großgloßnitz im Waldviertel.

HEINI

**TERMIN** Freitag, 24. April bis Sonntag, 26. April 2009

**BEGINN** am Freitag um 20 Uhr (Begrüßung, kurze Einführung)

**SCHLUSS** am Sonntag um ca. 13 Uhr

**KURSBEITRAG** 120,- Euro

**ORT** Waldviertler Schuhwerkstatt, Schrems

**QUARTIER** Ein Teil der KursteilnehmerInnen kann wahrscheinlich schon in unseren neuen Gästezimmern wohnen, die anderen im Ort. Nici weiß alles.

**ANMELDUNG UND INFO** GEA Akademie (Nici), Telefon 02853/765 03 32 · E-Mail: nici@waldviertler-schuhwerkstatt.at

## 3 KURS 3 Viele, viele Künste kann der Teufel, aber singen, aber singen, aber singen kann er nicht. Kursleitung: Wolfram Märzendorfer

Wolfram ist einer meiner dicksten Freunde und: Er ist ein wunderbarer Musiker.

Das Wort wunderbar verwende ich hier ganz richtig, denn ich verdanke dem Wolfram meine berührendsten Musikerlebnisse, und alles Wissen über Musik, das mir was wert ist. Es ist für mich eine Freude und für dich kann es zum Glück werden, dass Wolfram im Rahmen der GEA Akademie ein Wochenende anbietet. Seine Einladung klingt so, wie er ist, bescheiden. Das Musikerlebnis jedoch wird sicher außergewöhnlich. Chor-



Wolfram Märzendorfer

sängerInnen werden sicher Wertvolles von diesem Wochenende mitnehmen können.

Einladung zum gemeinsamen Singen.

»Das Singen entfaltet sich in dem Maße, wie es aus dem Lauschen, dem achtsamen Hinhören erwächst. Singend können wir uns darin verfeinern, unsere Mitmenschen und unsere Mitwelt zu erhören. In einer Zeit, in der das natürliche und seelisch-geistige Vermögen des Menschen zu verkümmern scheint, brauchen wir notwendig alle nur möglichen Quellen der Besinnung. Singen gehört fraglos dazu und ist Teil der Natur des Menschen. Es gibt gleichsam keine Kultur in der nicht gesungen würde.« (Yehudi Menuhin)

Wolfram Märzendorfer ist ein hervorragender Gitarrist. Auf der steirischen Harmonika ist er ein Star. Er hat jahrzehntelange Erfahrung im Musizieren mit Gruppen. In Graz gründete er das Harmonikazentrum, wo er über die Geschichte der Harmonika bedeutende Forschungsergebnisse lieferte.

Herzlich willkommen zu unserem Musikwochenende.

HEINI

**TERMIN** Freitag, 17. April, 19.30 Uhr bis Sonntag, 19. April 2009, 13 Uhr

**KOSTEN** 100 Euro

**ORT** Waldviertler Schuhwerkstatt, Schrems

**ANMELDUNG UND INFO** GEA Akademie

## 4 KURS 4 Nahrhafte Landschaft – Wildgemüse-Praxisseminar im Waldviertel mit DI Dr. Michael Machatschek von der Forschungsstelle für Landschafts- und Vegetationskunde.

Anhand der Nutzbarkeit einiger Pflanzen wird über köstliches Wildgemüse, Wildobst und Heilpflanzen die Natur auf eine kulinarische Ebene gehoben. Es werden die Bedeutung verschiedenster Wildkräuter und Esspflanzen am Wegrand sowie ihre Standortansprüche erläutert und erwandert.

Das Tasten, Riechen, Schmecken, Hören und Sehen ist aber auch heilwirksam und schärft die Sinne. Durch das Sammeln lernen wir die Urzusammenhänge mit den Elementen, dem Wachsen und



Unsere neuen Termine für den Kurs:

Gedeihen, aber auch den kreativen Umgang mit der freien und kultivierten Natur wieder neu zu entdecken. Von dem in der Umgebung gesammelten Wildgemüse bereiten wir anschließend gemeinsam köstliche Speisen zu. Die Vielfalt nutzbarer Pflanzen ist unerschöpflich, sei es zum Würzen, als Gemüsebeilage, als Spinat oder Spargelgemüse, Rohkost oder für den Salat. Das Lehrreiche liegt so nah – am Wegesrand. Bitte bringen Sie gutes Schuhwerk mit sowie Sonnen- und Regenschutz, ein Sammelsäcklein, einen Notizblock, Schreibzeug und eventuell einen Fotoapparat.

**TERMIN** Samstag, 30. Mai und Sonntag, 31. Mai 2009

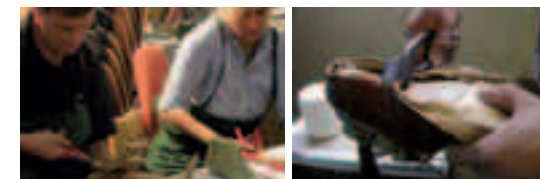
**DAUER** Samstag 13 Uhr bis Sonntag ca. 14 Uhr

**ORT** Umgebung der GEA-Akademie, Schrems, Waldviertel

**KOSTEN** 90 Euro

inkl. aller Zutaten für die Wildkräutermahlzeit

**ANMELDUNG UND INFO** GEA Akademie



## 5 KURS 5 Waldviertler selber machen Kursleitung: Toni Schuster

Immer wieder, immer wieder, immer wieder Waldviertler ... so der Gesang der Fans, die schon wissen, dass es an diesen »Schuster-Wochenenden« immer Sieger gibt. Denn alle KursteilnehmerInnen gehen am Sonntag bei Kursende stolz mit ihren selbst gemachten »Waldviertlern« nach Hause. Immer wieder Waldviertler.

Unser Kursleiter Toni Schuster ist Schuhmacher-Meister, er heißt wirklich Schuster und leitet seine Kurse so gut, dass schon die Einmütigkeit beim gemeinsamen Werken ein Erlebnis ist. Die Freude über die selbst gemachten Waldviertler ist ein Höhepunkt mit verlässlicher und nachhaltiger Wirkung.

HEINI

Unsere neuen Termine für den Kurs:

**TERMIN I** 12. bis 14. Juni 2009

**TERMIN II** 3. bis 5. Juli 2009

**KOSTEN** 200 Euro (exkl. Materialkosten)

**ORT** Waldviertler Schuhwerkstatt, Schrems

**ANMELDUNG UND INFO** GEA Akademie

Finanzkrise?

Top 77

Jetzt erst recht  
ist guter Schlaf  
wichtig!

Naturmatratzen  
von GEA  
Die Besten im Bett



17 × in Österreich  
1 × München · 1 × Nürnberg  
1 × Luxemburg · 1 × Zürich

Alle Adressen auf der Rückseite  
dieser brennstoff-Ausgabe!

www.gea.at



# GEA

Gehen Sitzen Liegen

# Flohmarkt



Klox (siehe Seite 2)



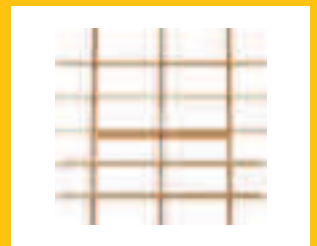
Move



Fred &amp; Frieda, Orient Express



Insel



Chaos

## MOVE Weihnachtsaktion

– gilt noch bis Ende Jänner –  
statt ~~345,-~~ um **299,-**

## WeihnachtsINSEL

Aktion gilt noch bis Ende Jänner  
(die ganze Insel statt um ~~1.750,-~~  
um **1.590,-** plus eine  
Fussenegger-Decke **gratis** dazu),  
nach den Flohmarkttagen ist's  
vorbei

## CHAOS Regal

2. Wahl, kleine Äste im Holz,  
kleine Fehler: **minus 20 %**

## Fred & Frieda Betten

1B Qualität, in den Größen  
90/140/160/180 × 200 cm,  
(kleine Fehler, meist leichte  
Farbunterschiede, eventuell  
ganz kleine Kratzer),  
**minus 20 %**

bei gleichzeitigem Kauf  
einer **GEA-Matratze Bett**  
**minus 40 %**

## Blackbird-Betten

in allen Größen, 2. Wahl,  
**minus 15 %**

bei gleichzeitigem Kauf  
einer **GEA-Matratze Bett**  
**minus 35 %**



Waldviertler®

**GEA-Flohmarkt Schuhangebote auf Seite 2**

## GEA TOP 77

**Naturmatratzen  
zu Superpreisen!**

hier verwerten wir Reste:  
für die Matratzenkerne  
verkleben wir Latexstreifen,  
für die Füllung verwenden wir  
Reste unserer hochwertigen  
Matratzenmaterialien

90 × 200	statt <del>490,-</del>	<b>290,-</b>
100 × 200	statt <del>570,-</del>	<b>350,-</b>
140 × 200	statt <del>790,-</del>	<b>490,-</b>
160 × 200	statt <del>900,-</del>	<b>550,-</b>
180 × 200	statt <del>995,-</del>	<b>590,-</b>

**DONNERSTAG 29. Jänner, 13–19 Uhr (vormittags geschlossen!) FREITAG 30. Jänner, 10–18 Uhr SAMSTAG 31. Jänner, 10–17 Uhr**

17 × in ÖSTERREICH · 1 × MÜNCHEN · 1 × NÜRNBERG · 1 × LUXEMBURG · 1 × ZÜRICH **ACHTUNG · FLOHMARKT nur in den WEISS hinterlegten GEA-Geschäften:**

A-1010 **WIEN**, Himmelfortgasse 26, Tel. 01/5121967 · A-1080 **WIEN**, Lange Gasse 24 (Schuh), Tel. 01/4083626 · A-1080 **WIEN**, Lange Gasse 31 (Möbel), Tel. 01/4075023

A-1210 **WIEN**, Am Spitz 2 (Schuhtrafik), keine Bettenausstellung, Tel. 01/2700810 · A-2700 **WR. NEUSTADT**, Bahngasse 38, Tel. 02622/23687

A-2340 **MÖDLING**, Pfarrgasse 4, Tel. 02236/860048 · **NEU** A-2500 **BADEN**, Pergerstraße 12, Tel. 02252/790107

A-3430 **TULLN**, Frauentorgasse 9, Tel. 02272/66701 · A-3943 **SCHREMS**, Niederschremserstraße 4, Waldviertler Werkstätten, Tel. 02853/76503

A-4560 **KIRCHDORF/KREMS**, Stadtpassage, Simon-Redtenbacher-Platz 3, Tel. 07582/51045 · A-4020 **LINZ**, Graben 25, Tel. 0732/776606

A-4600 **WELS**, Hermann's, Dragonerstr. 6, Tel. 07242/68610 · A-5020 **SALZBURG**, Schranngasse 12, Tel. 0662/877266 · A-6020 **INNSBRUCK**, Anichstraße 20, Tel. 0512/582829

A-6850 **DORNBIRN**, Klückar, Schulgasse 1, Tel. 05572/28494 · A-8010 **GRAZ**, Sackstraße 36, Tel. 0316/824982 · A-9020 **KLAGENFURT**, 8.-Mai-Straße 10, Tel. 0463/502681

A-9900 **LIENZ**, Messinggasse 18, Tel. 04852/65382 · D-81667 **MÜNCHEN**, Weißenburger Platz 1, Tel. ++49/89/52032020 · D-90403 **NÜRNBERG**, Burgstraße 7, Tel. ++49/911/2029315

L-2330 **LUXEMBURG**, Boulevard de la Petrusse 144, Tel. ++352/26483002 · CH-8001 **ZÜRICH**, St. Peterhofstätt 11, Tel. ++41/44/2114558