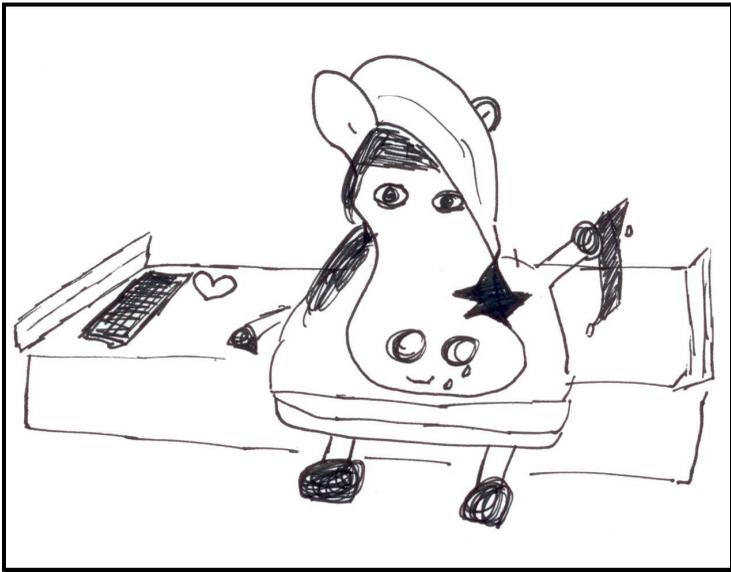


# Mein SENDLING

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



34. Ausgabe - Februar 2010



Schnupfenferdchen von Anna

Redakteure für diese Ausgabe:

Anna Lefèvre, Bernhard Horwatitsch, Erwin Winter,  
Christian Hoffmann, Karin Hepperle, Elisabeth Kripp, Kriemhilde  
Klippstätter, Verena Wania, Didi und Petra Guck, Ernst Haber,  
Anne Hoffmann, Daniel Lederer, Peter Asmodai, Margarete Buchner,  
Dr. Oliver Leffler, Konfuzius, Max Dauthendey, Simone de Bouvoir,  
Sabine Hoppe, Fr. Bayate, Sophie Arndt

**Liebe Kinder, Jugendliche, Eltern, Großeltern,  
Senioren, Frauen und Männer von SENDLING!**

Ab diesem Monat haben wir, wie schon vorab berichtet, zwei monatliche Treffen:

Unser beliebtes und immer sehr zahlreich besuchtes Netzwerktreffen im Nebenraum des Stemmerhofcafés, wo jeder gerne kommen kann, der sich und seine Profession vorstellen und vernetzen möchte und ein Redaktionstreffen jeweils am letzten Mittwoch eines Monats in der Kulturschmiede, Daiserstr. 22.

Hierzu ist eingeladen wer kreativ ist und Ideen und Vorschläge hat, **Mein SENDLING** mit intelligenten redaktionellen Beiträgen mitzugestalten.

(Anfragen für beide Treffen: 0176/968 119 26)

Ich möchte hiermit auch gleichzeitig zwei wichtige Gesuche ausrufen:

- **Erfahrene TECHNISCHE ZEICHNERIN sucht einen neuen Arbeitsplatz**
- **Isabell vom Hollerbusch sucht dringend eine Wohnung bis max. 500,00 € bei uns im Viertel.**

Es wäre toll, könntet Ihr Euch umhören, beide Gesuche sind dringend! Bitte anrufen unter: 0176 968 119 26 **DANKE !**

Alles Liebe und viel Spass beim Lesen  
Eure Gabriela

# INHALTSÜBERSICHT

- 4 **Didi und Petra Guck stellen sich und ihre Antonius Tenne vor**
- 6 Die Geschichte über Herrn Moos von **Verena Wania**
- 9 Die Bushaltestelle von **Anne Hoffmann**
- 11 9. Erzählcafe von **Elisabeth Kripp**
- 13 Hubschrauber, Zeichnung von **Daniel Lederer**
- 14 **Ankündigung Autorenlesung Peter Asmodai mit Textprobe: Botticellis Auge**
- 16 lieber freund
- 17 **Lern.Werk<sup>®</sup> und Dr. Oliver Leffler stellen sich vor**
- 20 „Bleibt die Geliebteste zu lange aus“  
Gedicht von Max Dauthenday
- 21,22 Unsere Werbeseite
- 23 Unsere Werbeseite und Impressum
- 24 Der Zauberer von **Christian Hoffmann**  
Fortsetzungsgeschichte II
- 27 Die kleine Hölle der alltäglichen Wunder von **Bernhard Horwatsch**
- 29 Wissenswertes über **Konfuzius**
- 30 Gedächtnissprechstunde von **Margarete Buchner**
- 34 Kosmisches Zeitfenster III von **Karin Hepperle**
- 38 Wintergemüse von **Erwin Winter**
- 39 Die Gitarre, Zeichnung von **Sophie Arndt**
- 40 Das Gold der Perser von **Fr. Bayate**
- 42 Im bayrischen Busch von **Kriemhilde Klippstätter**
- 44 **Mein WESTEND**
- 46 Auslegeorte

**Ilona K. Zubrod** Ernährungstherapie & Beratung

Diplom-Oecotrophologin  
Zertifizierte Ernährungsberaterin VDOE



Lindwurmstrasse 213  
80337 München  
Telefon: 089 - 72 62 69 31  
Telefax: 089 - 74 60 567  
Mobil: 0162 - 91 67 055  
ilona.zubrod@t-online.de  
www.zubrod-ernaehrung.de

**Diät war gestern – klug essen und trinken ist heute!**

**Didi und Petra GUCK stellen sich und die**

# **ANTONIUS** *Tenue*

**vor**



Das kleine urige Gasthaus im 1. Obergeschoss eines historischen Hauses in der Plinganserstr. 10, holzgetäfelt mit 300 Jahre alter Eiche, vielen Ölbildern und liebevollen Accessoires ist genau der richtige Rahmen, wenn Ihr eine Feier ausrichten wollt oder einfach nur mal so richtig gut und gepflegt essen gehen wollt.

Seit 19 Jahren wird hier unter der Leitung von Petra & Didi Guck Bodenständiges gekocht und liebevoll serviert.

**Und das am Wochenende fast die ganze Nacht !!**

Petra Guck ist gelernte Köchin, u.a. arbeitete sie einige Jahre bei Meisterkoch Thomas Auer, welcher seinerseits nur in den besten Häusern Münchens und sogar auf dem Traumschiff ASTOR tätig ist. Frische Zutaten und erstklassige Qualität

haben für Petra absolute Priorität, und das schmeckt man in all ihren Gerichten.

Didi Guck lernte seine Fachkenntnisse im Hotel Bayerischer Hof in München, in dem er auch einige Jahre als Barmann gearbeitet hat. Sicher findet auch Ihr aus den weit über 60 Cocktails, vielen guten Weinen, edlen Obstbränden und etlichen Whiskys genau das Richtige für Euren Gaumen. Keine spezifische Küche, wie französische, italienische oder deutsche wollen die Guck´s präsentieren - nein, international, natürlich, in bester Qualität und zu einem guten Preis,- die über die vielen Jahre gewonnenen Freunde und Stammgäste aus nah und fern sind sicher ein Garant für die gute Küche und das freundliche und kompetente Personal.

Ihr müsst unbedingt mal reinschauen- es lohnt.

Petra und Didi wünschen Euch einen angenehmen Aufenthalt !!



*Antonius-Tenne*

*Restaurant & Cocktail-Bar in München*

**Plinganserstr. 10 (Nähe Harras) in 81369 München**

**Telefon: 77 39 64**

**Öffnungszeiten:**

**Mi, Do, So 18.00-24.00 Uhr + Fr, Sa 18.00-04.00 Uhr**

[www.antonius-tenne.de](http://www.antonius-tenne.de)

[info@antonius-tenne.de](mailto:info@antonius-tenne.de)

## Die Geschichte über Herrn Moos... Von Verena Wania

‘Ohne Moos nix los’ flüsterte eine kleine, aber deutlich hörbare Stimme in meinem linken Ohr. ‘Ohne Moos nix los!!’

‘Hör auf!’ murmelte ich schlaftrunken und rollte mich auf der anderen Seite meines 1,4 Meter breiten Bettes zu einer Schneckenform ein. Es war erst fünf Uhr früh, viel zu früh zum Aufstehen!

‘Ohne Moos nix los!’ zeterte weiter die kleine Stimme in meinem Ohr - und kratzte zusätzlich, wie zur Unterstreichung dieser Worte, mit etwas bürsten-ähnlichem an meiner Ohrmuschel.

‘Ich habe doch ganze vier Jahre in diesem Job gearbeitet! Wenn jetzt einmal die Auftragslage schlechter ist, ist das nicht so schlimm! Außerdem ist das ja erst seit eineinhalb Wochen so!’ murmelte ich vor mich hin.

‘Ohne Moos nix los!’ sagte Herr Moos in meinem linken Ohr und krabbelte aus meinem Ohr auf meine linke Schulter. Es kitzelte, als er sich an meinem Hals herunterbewegt und dann über meine linke Hüfte spaziert.

‘Ohne Moos nix lo o o o s’

‘Klappe!’ sage ich, ‘Lass mich doch einfach nur noch ein oder zwei Stunden schlafen! ‘Das darf ja wohl genehmigt sein?!’ meinte ich.

Herr Moos sah aus wie eine kleine 6 cm große Kugel, die mit dichtem, drahtigem, schwarzem Fell bestückt war. Als er noch in meinem linken Ohr gesessen war, musste er kleiner gewesen sein. Ein kleiner, runder Kopf mit langer, dünner Nase saß auf dieser Kugel. Zwei schwarze Fledermausohren zierten seine Kopfseiten. Kleine schwarze Knopfaugen lugten aus dem Fell heraus. In der rechten Hand hielt er eine schwarze Bürste, die der eines Schornsteinfegers zum Verwechseln ähnlich sah, nur eben in Kleinformat. Mit dieser marschierte Herr Moos wie ein kleiner Soldat auf meiner Hüfte auf und ab. Dann begann er plötzlich an meinen Hüftenseiten einmal rechts und dann wieder links, abwechselnd zu bürsten.

‘Hör auf’ rief ich und musste lachen, (ich war genau an dieser Stelle ziemlich kitzelig) ‘Hör auf’ rief ich!’

‘Ich höre erst auf’ sagte er, ‘wenn Du weißt, was du als nächstes tun wirst!’

‘Weiß ich aber nicht!’ sagte ich wahrheitsgetreu.

‘Vielleicht erstmal die freie Zeit genießen?’ sagte ich.

Wieder kratzte es an meiner Hüfte,- ich prustete los. Das war wohl die falsche Antwort, dachte ich. ‘Hör auf!’ rief ich und rollte mich rechts und links herum, um ihn loszuwerden. Aber er klammerte sich geschickt in meine linke Armbeuge..ich versuchte noch mal ihn abzuschütteln. Es gelang. Ich lag nun auf meinem Rücken und war ziemlich erledigt. Herr Moos kletterte auf meinen Bauch und verschränkte seine Arme hinter seinem Rücken. Er sah aus wie ein kleiner 3-Käse-Hoch-Terminator. ‘Und nun?’ fragte er.

‘Parler’ krächte ich etwas atemlos.

‘P-P-P-Parler!!!’

(Das ist ein altes Piratenrecht das den Benutzer berechtigt, mit seinem Klienten (egal mit wem) zu verhandeln und zu reden, das müsste diesem kugelähnlichen

Ding ja irgendwie geläufig sein...dachte ich)`Gut` sagte Herr Moos.

`Du hast das Recht zu Parlen, Hier und Jetzt.`sagte er. `Man könnte ja einfach eine andere Arbeit anfangen` sagte ich. Er kratzte mich wieder an der Hüfte - ich schüttelte mich vor Lachen.

`Halt` schrie ich, `ich bin noch nicht fertig!` und kicherte haltlos herum. `Das ist nicht fair, in früheren Zeiten war das Kitzeln eine Foltermethode!`sagte ich entrüstet. Er büstete nochmals, und ich warf mich hin und her.

`Halt!`schrie ich, jetzt hörte er auf. `Ich höre` sagte er und stand nicht weit von meiner Nasenspitze entfernt still. Irgendwie muss ich diesen Quälgeist loswerden, dachte ich. Vielleicht kann ich ihn einfach in einem unbedachten Moment überlisten? Und ich dachte angestrengt nach..dann kam mir die Idee.

`Was ist das, was Du am meisten begehrt?` `Moos!` sagte Herr Moos.

`Gib mir Moos und ich gebe für immer Ruhe!` `OK` sagte ich, `aber dafür musst Du noch näher an meinen Mund treten, ich kenne da ein Geheimnis, wo es mehr Moos gibt, als Du dir jemals erträumen kannst. Aber ein Geheimnis darf man nicht so laut verbreiten und auch nicht jedem dahergelaufenen `Etwa` so einfach preisgeben!` sagte ich. `Also musst Du ganz nahe an meinen Mund kommen, damit ich es Dir sagen kann.` Herr Moos kam nun ganz nahe zu meinem Mund und ich flüsterte: `Ich habe Moos`, `Ich glaube Dir nicht!` rief da Herr Moos.

`Du hast überhaupt kein Moos, ich weiß es!` rief er und hüpfte auf meinem Bauch auf und ab.`Doch` sagte ich, `ich habe Moos, komm nur näher, dann kannst Du Dich selbst davon überzeugen!`und ich öffnete meinen Mund.

Und in meinem Mund blitzte etwas ganz weit hinten, `Golden` auf.

`Schau` sagte ich und schloss schnell meinen Mund wieder. `Wenn Du da weiter hineingehst ist da noch viel, viel mehr `Moos!`sagte ich.

`Wirklich?` fragte er da zaghaft? Er sah richtig niedlich aus, wie er so zaudernd dastand, die Fledermausohren ganz rosa geworden. Seine schwarzen Knopfaugen hatten jetzt einen goldenen Glanz und sie flackerten vor Aufregung. Seine schwarzen Fellhaare hatten sich wie elektrisch aufgeladen und standen etwas zu Berge. Ganz langsam kam er zittrig näher. `Ja, wirklich!` bestärkte ich ihn. Und dann öffnete ich den Mund und Herr Moos stieg langsam, etwas zögernd in meinen Rachenraum hinein. Schnell schloss ich ihn wieder. Und jetzt spürte ich wie Herr Moos in meinem Mund tobte! Und wie!! Ich schrieb einen kleinen Zettel,



natura well

Ihr Beauty- und Wellness-Studio für Körper, Geist und Seele

Andreas Hauzenberger | Plinganserstr. 25 |  
81369 München / Harras

Tel. 089 72 06 91 92

[entspannung@natura-well.de](mailto:entspannung@natura-well.de) | [www.natura-well.de](http://www.natura-well.de)

Vorstellungsartikel März 2009

auf dem stand: ‚Wenn Du mir versprichst, ruhig und artig zu sein und mich nicht mehr zu kitzeln, dann lasse ich dich heraus und wir überlegen gemeinsam wie man rechtschaffenen Moos machen kann. Lieben Gruß, Manuel‘.

Ich steckte den Zettel zwischen meine Lippen und spürte wie er von innen hineingezogen wurde, dann war es still. Nach einer Weile spürte ich den Zettel wieder zwischen meinen Lippen und zog ihn, ohne die Lippen und Zähne zu öffnen, wieder zwischen meinen Zähnen hindurch. Auf dem Zettel stand in Kohle geschrieben, ‚Ok‘ Ich schrieb darunter: ‚Bitte unterschreibe mit deinem Namen, damit ich deinem Zugeständnis wahren Glauben schenken kann.‘ Und ich schob den Zettel wieder in meinen Mund. Bald spürte ich ihn an der Innenseite meiner Zähne und zog ihn heraus.

‚In meinem Namen, Herr Moos, bestätige ich, dass ich lieb und artig sein werde‘. Ich öffnete meinen Mund und heraus kam er, etwas nasser, kleinlauter, zerknautschter aber ansonsten unversehrt. ‚Das war nicht fair!‘ klagte er.

‚War es fair mich mitten in der Nacht zu wecken?‘ fragte ich.

‚Nein‘, sagte er kleinlaut. ‚Morgen früh wird beratschlagt! Jetzt ist erstmal Nachtruhe!‘ sagte ich. Herr Moos zog den Kopf ein und zog sich wieder in mein linkes Ohr zurück. Ich rollte mich gemütlich ein, dachte ‚Endlich Ruhe‘, und schlief auf der Stelle ein.

Ein Brummen weckte mich am Morgen. Zirrrrrr. Zirrrr. Ich öffnete schläfrig meine Augen. Zirrrr... mein Arm wühlte sich unter der Decke hervor. Ich ergriff mein kleines silber-graues Handy und drehte mich auf den Rücken. Zirrr, brummte es nun in meiner Hand.

Herr Moos kletterte aus meinem linken Ohr herab und nahm auf meiner Brust Platz. Seine Bürste war demonstrativ aufgestellt. ‚Und?‘ fragte er ungeduldig. ‚Und?!‘

‚Pst!‘, machte ich. Ich klappte den Deckel meines Handys auf: Eine Nachricht war im Posteingang eingegangen. Sie lautete: ‚Hallo Manuel, bitte kommen Sie morgen um 10 Uhr für einen neuen Auftrag nach Pasing!‘ ‚Na also!‘ rief ich triumphierend und zeigte sie Herrn Moos. Herr Moos schaute etwas verblüfft und löste sich dann nach und nach ganz langsam erst in schwärzlichen Nebel, dann in gelblichen und zu guter Letzt in leere Luft auf.

Es roch ein bisschen verkohlt... und auf meinem Schlafanzug war ein schwarzer Fleck, der aussah wie Holzkohle... Ich stieg aus meinem Bett und lief summend und singend in mein Badezimmer. Dann zog ich den Pyjama aus und stopfte ihn in meine Wäschekiste. ‚So‘ dachte ich, ‚Jetzt bist du erstmal weg, Herr Moos!‘ Ich machte die Brause an und stieg mit einem Schritt unter meine Dusche.



**Rosalies Auge von Ernst**

## Die Bushaltestelle von Anne Hoffmann

Es war ein trüber Dezemberabend, und der alte Mann ging forschen Schrittes. Der kalte Wind schnitt ihm durch seinen Mantel, und er meinte, sogar die eine oder andere Schneeflocke im Licht der Straßenlaternen erkennen zu können. „Wenigstens meine Augen lassen mich nicht im Stich“, dachte er mit grimmiger Genugtuung. Nach fünf Minuten hatte er sein Ziel erreicht, und er ließ sich schnaufend auf der Bank einer Bushaltestelle nieder. Immer derselbe Weg, zweimal im Monat, immer abends, wenn nicht mehr so viele Menschen unterwegs waren und er sich ihretwegen gezwungen sah, ein halbwegs fröhliches Gesicht aufzusetzen. Er hasste es, und deswegen fuhr er so spät wie möglich. Ein Blick auf die abgewetzte Armbanduhr, die ihm seine Frau vor 50 Jahren zum Hochzeitstag geschenkt hatte, sagte ihm, dass er ziemlich früh dran war, und so schlug er den Kragen hoch, schloss die Augen und wartete. Ein paar Augenblicke später spürte er, wie sich jemand neben ihn auf die Bank setzte und vernahm einen Herzschlag später einen zarten, unaufdringlichen Parfumeruch, der ihm sehr bekannt vorkam, ihn aber nicht einzuordnen wusste in dem Wirrwarr aus Emotionen, Menschen und Ereignissen in seinem 75-jährigen Leben. Er wagte einen Blick nach rechts und erblickte eine Frau, die nicht mehr jung, aber auch noch nicht besonders alt war, und eine schlichte schwarze Mütze über ihren kurzgeschnittenen dunklen Haaren trug. Sie bemerkte seinen Blick, erwiderte ihn und lächelte ein wenig, nicht abweisend, aber etwas unsicher, als müsste sie sich der Bedeutung des Blickes erst klar werden. Schließlich brach sie das Schweigen. „Sind Sie dieses Jahr auch so spät mit Geschenke einkaufen dran? Eigentlich habe ich gar keine große Lust dazu, aber was soll man machen. Nur gut, dass die Busse noch so spät in die Stadt fahren.“ Sie hatte eine angenehme Stimme. Der alte Mann zögerte einen winzigen Moment, bevor er sagte: „Ich feiere kein Weihnachten. Schon lange nicht mehr.“ Weniger die Antwort als die Art, wie er es sagte, ließ sie aufhorchen. „Warum?“, fragte sie vorsichtig und kam sich gleichzeitig furchtbar aufdringlich vor. „Ich...es hat sich so ergeben. Seit meine Frau tot ist und die Kinder ihre eigenen Wege gehen, bringe ich es einfach nicht mehr über mich. Keiner will Weihnachten mit einem verbitterten und einsamen Mann verbringen. Und ich verstehe meine Familie sogar ein wenig.“ Der alte Mann hielt kurz inne und fuhr dann fort: „Seit meine Frau tot ist, habe ich die Lust am Leben verloren. Wer braucht mich schon noch. Damit ich nicht völlig durchdrehe, gehe ich sie zweimal im Monat besuchen. Ich bin gerade auf dem Weg zu ihr. Auf dem Weg zum Friedhof.“ Er fing absurderweise beinahe an zu lachen. „So ist das. Die einen Leute gehen zum Geschenke kaufen, die anderen zum Friedhof.“ Die Frau neben ihm sagte gar nichts. Er

konnte es ihr nicht verdenken. Er plapperte wirres Zeug und wünschte sich, er hätte sich niemals auf diese verdammte Bank gesetzt. Der alte Mann wollte gerade aufstehen und sich für sein unmögliches Verhalten entschuldigen, bevor er sich schleunigst auf den Heimweg machte, als die Frau neben ihm sagte:“ Ich verstehe Sie gut. In dieser Gesellschaft kommt man sich so schnell überflüssig und ungeliebt vor. Trotzdem...keiner sollte Weihnachten alleine feiern. Ich gebe Ihnen meine Telefonnummer und - nein, bitte lassen Sie mich ausreden! – und Sie überlegen sich, ob Sie Lust hätten, Weihnachten mit mir zu verbringen. Es sind immerhin fast noch zwei Wochen bis dahin.“ Er protestierte nicht, als sie einen Zettel aus ihrer Handtasche holte und mit einem Kuli sowohl ihren Namen als auch ihre Telefonnummer darauf schrieb. Sie hielt ihm das Stück Papier mit einer Bestimmtheit hin, die keinen Widerspruch zuließ. Sprachlos nahm es der alte Mann entgegen und nahm nur mit halbem Ohr wahr, wie sich zischend die Türen eines haltenden Busses öffneten. “Das ist mein Bus, ich muss los. Bitte überlegen Sie es sich – Sie würden mir eine große Freude machen.“ Sie schenkte ihm noch ein letztes, herzliches Lächeln, bevor sie einstieg, sich die Türen schlossen und der Bus davonfuhr. Der alte Mann saß immer noch reglos auf der Bank und dachte darüber nach, was gerade geschehen war. In der kalten Luft hing noch der schwache Parfumeruch. Als sein Bus schließlich vorfuhr, stand er auf und befühlte mit seiner schwieligen Hand das Stück Papier in seiner Manteltasche. Ein winziges Lächeln breitete sich in seinem Gesicht aus. Und zum ersten Mal, seit langer Zeit, musste er sich nicht dazu zwingen..



**„Lächelnder Beifahrer“  
München-Sendling, Daiserstrasse am 30. Januar 2010**

## 9. Erzählcafe am 22.01.2010

### Erinnerungen an Fasching – Verkleiden - Feiern

Die zahlreichen Teilnehmer und Teilnehmerinnen erinnern sich, dass früher jede Wirtschaft, die etwas auf sich gehalten hat, einen Hausball veranstaltete und am Nachmittag einen Kinderball und alle kamen maskiert. Es wurde natürlich improvisiert, bzw. aus dem vorhandenen Material etwas gemacht.

So erinnert sich Frau S., dass für den Kindergartenfasching ihre Oma für sie ein Rotkäppchen-Kostüm genäht hat. Leider hatte sie aber keinen roten Stoff und nahm kurzerhand einen blauen Stoff. Im Kindergarten wurde sie natürlich gefragt: „Was bist denn Du?“-

„Ein Rotkäppchen“, war die Antwort. Daraufhin kam natürlich die Feststellung: „aber Du bist ja blau“.

„Kinder und Narren sagen die Wahrheit.“



Frau G. erinnert sich an einen Kinderball im Gasthof „Valley“. Ein Bub erlaubte sich einen Spaß und zog ihr den Stuhl weg. Kurzerhand verpasste sie ihm eine saftige Ohrfeige, was die Erwachsenen mit Entsetzen quittierten, noch dazu wo sie ein Engelskostüm trug. Engel und Prinzessin waren die beliebtesten Kostüme bei Mädchen.

Bei den Buben war Cowboy der Favorit. Besonders wenn man auf dem Land aufgewachsen ist und mit den anderen als Cowboy durchs Dorf ziehen kann. Erinnerungen, die man nicht vergisst.

Ab 16 Jahre war Herr F. dann wieder Cowboy und hat auf seinem 1. Auto ein erstes Angebot gelesen, in den Schnee der Windschutzscheibe geschrieben: „mit so einem Cowboy, wäre ich auch mal gern rumgezogen“.

Die Jugendjahre brachten neue Erfahrungen mit sich. Verehrer stellten sich ein und in den Firmen wurde Fasching gefeiert oder man ging auf den Ball der katholischen Jugend im Deutschen Theater, den „tanzenden Globus“. Für Alkohol hatte man kein Geld, aber der Spaß war trotzdem groß und meistens wurde es spät. Jedoch wurde die Arbeit nicht vernachlässigt, krank sein gab es nicht. Da hieß es von den Eltern: „Wer am Abend vorher lumpen kann, kann am nächsten Tag auch aufstehn und in die Arbeit gehen.“

Der Nachhauseweg musste meistens zu Fuß zurückgelegt werden und dann war eine Strecke vom Deutschen Theater nach Solln schon sehr weit und die Nacht wurde kurz.

Fr. S. schildert es so: „um 4 Uhr früh war Schluß, bis ich zuhause war, war es schon 6 Uhr. Meine Mutter war schon weg in die Arbeit und die Großmutter empfing mich mit Vorwürfen und sagte die Mutter habe sich große Sorgen gemacht, das wird heute Abend was geben. Ich bat meine Oma um einen starken Kaffee, zog mich um und ging in die Arbeit. Ich arbeitete bis Abend und ging dann nach Hause. Die Mutter wollte mit mir zetern, ich aber war zu müde und legte mich ins Bett.“

Frau K. hat schöne Erinnerungen ans „Waldheim“ in Großhadern; aber auch sie erzählt von dem weiten Fußmarsch bis nach Sendling in der Nacht.

Ich selber wohnte in meiner Jugend in Forstenried. Wenn wir im Deutschen Theater zum Feiern waren, mussten wir meistens vom Kreuzhof aus zu Fuß nach Hause gehen und das mit Stöckelschuhen. Bis zum Kreuzhof fuhr noch der Stangerlbus, aber auch nicht die ganze Nacht.

Unser italienischer Freund hat den Fasching als arbeitsmäßige Hochsaison in Erinnerung, denn als Musiker hat er jeden Abend gespielt. In Italien hat jeder Bezirk seinen eigenen Fasching und die beste Musik wird prämiert. Da muß 4 bis 6 Wochen geübt werden und dann die vielen Auftritte im Freien auf den Marktplätzen.

Einmal hat er sich als Priester verkleidet. Er war natürlich entsprechend der Verkleidung sehr brav, und genau auf dieses Fest kam auch seine Frau verkleidet. Glück gehabt!



## Dipl. - Ing. Nuray Kayakiran

Welserstr. 1  
D-81373 Muenchen

Tel. 089-5484 3568  
Mobil: 0176-21 866 109

Email: [Nuray@derFigurCoach-Nuray.de](mailto:Nuray@derFigurCoach-Nuray.de)

<http://derFigurCoach-Nuray.de>

Vorstellungsartikel Dezemberausgabe 2009

Unsere polnische Teilnehmerin erzählt, dass bei ihnen in der Familie mit Freunden gefeiert wurde, in schönen Kostümen und Ballkleidern, operettenhaft, aber ohne Masken.

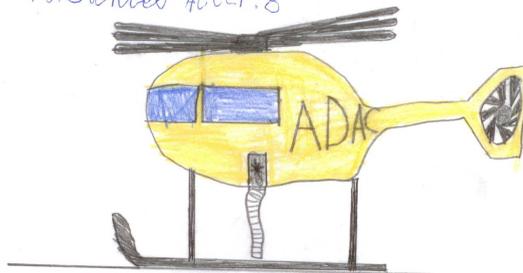
Faschingzüge sind in Bayern ja nicht so beliebt. Den bayerischen Mitbürgern fehlt ein bisschen die Leichtigkeit, man schaut sich's halt an. Das Krawattenabschneiden der Frauen am unsinnigen Donnerstag hat sich schneller etabliert.

Und heute trifft man sich im ASZ zum Faschingsfest, verkleidet sich, tanzt nicht mehr ganz so ausgelassen, genießt die Krapfen und ein Glaserl Sekt und kommt nicht mehr ganz so spät nach Hause.

**Bis zum nächsten Erzählcafe am 19. Februar, zum Thema:  
„Was bedeutet mir Musik“ wünsche ich allen Leserinnen und Lesern eine schöne Faschingszeit und freue mich, wenn Sie auch das nächste Mal wieder dabei sind.**

Ihre  
Elisabeth Kripp

Name: Daniel Alter: 8



Daniel Lederer, 8 Jahre

# **Autorenlesung im Literaturkeller des Stemmerhofs**

**Sa 06. 03., 20.00 Uhr**

**Peter Asmodai – Herzkirschen**

**Surrealistische Geschichten, gelesen vom Autor,**

**musikalisch begleitet von**

**Rumirah Fildhaut – Klangzauber**

**Karten an der Abendkasse**

**Literaturkeller im Stemmerhof,**

**Plinganserstr. 6**

Textprobe

(Botticelli, Protagonist der Geschichte, ist nicht identisch mit dem Maler gleichen Namens)

Botticellis Auge von **Peter Asmodai**

Botticelli fingert am Knopf und am Reißverschluss seiner Hose. Später wird man lesen: He unzipped his pants. Als er an sich hinabschaut, macht er eine unglaubliche Entdeckung: Oberhalb seines Schamhaars ist ein Auge gewachsen.

Er sucht den Kontakt zu ihm, wie er ihn zu den oberen Augen gewöhnt ist, aber nicht einmal sein Versuch, das Lid zu schließen, zeigt irgendeine Wirkung. Dieses Auge ignoriert seine Anweisungen, macht, was es will, ebenso wie sein Magen, sein Herz oder der Darm.

Botticelli pinkelt zu Ende, zieht vorsichtig den Slip wieder hoch und will sich die Hose zuknöpfen, da spürt er ein schmerzhaftes Brennen im Unterbauch: Das Auge mag offenbar nicht zugedeckt werden.

Der Schmerz ist äußerst unangenehm; schließlich holt Botticelli eine Schere und schneidet ein Loch in den Slip und ein zweites in seine Hose neben dem Reißverschluss. Sobald das Auge freiliegt, hört der Schmerz auf. Aber mit den oberen beiden Augen kann er sehen, während er nicht weiß, was das untere aufnimmt. Das vegetative Nervensystem, sagt Botticelli. Daran hängt eine ganz eigene Welt, die mir dunkel und verschlossen bleibt.

Von diesem Augenblick an fühlt sich Botticelli unter Menschen etwas unbehaglich, wie jemand, der entdeckt, dass sein Reißverschluss offen ist, ihn aber nicht schließen kann. Und wenn er die Hand davor hält, spürt er erneut dieses widerliche Brennen.

Er muss auch feststellen, dass immer mehr Menschen ihm gegenüber eine nervöse Betroffenheit an den Tag legen, gerade so, als wolle er sie an einer verbotenen Stelle anfassen. Während er morgens auf den Bus

wartet, schlägt ihm eine jüngere Frau unversehens ihre Handtasche über den Kopf, wendet ihm dann abrupt den Rücken und den Hintern zu und steigt hastig in den nächsten ankommenden Bus. Schaut nur noch einmal kurz zurück, um sich zu vergewissern, dass er ihr nicht folgt.

Er verlässt die Haltestelle, geht durch den Park davon. Auf einer Bank knutscht ein Liebespaar. Doch er ist noch nicht an der Bank vorbei, da fahren beide hoch und schießen ihm halb verlegene, halb wütende Blicke zu. Botticelli hört mit halbem Ohr einige ausfällige Bemerkungen, dann ist er bereits hinter den nächsten Bäumen verschwunden.

Er kann sich nicht zu Hause einschließen, er muss zur Arbeit gehen, aber er nimmt nicht mehr den Bus, sondern sein Fahrrad, fährt Umwege, um die belebteren Straßen zu meiden.

Zum Glück hat Botticelli sein eigenes kleines Büro, das er nur mit einem doppelten Schreibtisch, zwei Computern und einer stummen, älteren Angestellten teilt, die fast ununterbrochen lange Zahlenkolonnen eintippt. Morgens ist er, wenn es geht, als erster am Haupteingang, damit er nicht so vielen begegnet, und er bringt jetzt sein Essen von zu Hause mit, braucht die Kantine also nicht zu benutzen.

Eines Vormittags spürt er einen Luftzug, der ihm seine Mönchskutte hoch hinaufweht. Mönchskutte? Botticelli blickt an sich hinab. Er hat keine Mönchskutte an, trägt Hemd und Hose wie immer, und die Gardine am Fenster bewegt sich nicht. Aber da ist jemand hinter ihm. Er dreht sich um, und auf halbem Weg zwischen ihm und der Tür steht eine junge Frau, einige Papierbündel in der Hand. Sie trägt ein leichtes Sommerkleid.

Etwas unterhalb der Stelle, wo ihr Bauchnabel liegen müsste, hat sie eine ovale Öffnung in den Stoff geschnitten, und von dort trifft ihn jetzt ein Blick, unter dem er zusammenzuckt.

„Und heute Abend“, hört er ihre Stimme, „sind Sie da noch frei?“

Peter Asmodai

Der Autor hat in München Germanistik und Anglistik studiert und lebt heute teils hier, teils in Italien. Die Geschichten entstanden größtenteils in Piemont, genauer gesagt, in dem kleinen Ort Bassignana am Zusammenfluss von Tanaro und Po. Sie sind eine Liebeserklärung an das lichtdurchflutete Land, den großen Strom, die weiten Flussauen, die offenen, freundlichen Menschen, das gute Essen, die köstlichen Weine, die alle zusammen immer neue Geschichten hervorlockten und eine andere, freie Art zu schreiben. Sie wurden für das Internet verfasst, für eilige Leser, und sind deswegen alle kurz, ohne lange Beschreibungen, sind Momentaufnahmen von Seelenzuständen, Konflikten, Glückserlebnissen, Gedankenspielen, Gefühlslagen, Geschehnissen aller Art, immer auf der Grenze zwischen Traum und Wirklichkeit und sind voller Anspielungen auf historische, mythische, literarische Figuren und Situationen.

Die Musiktherapeutin Rumirah Fildhaut ist den Münchnern von vielerlei Veranstaltungen her bekannt, trat u.a. im Zusammenhang mit Tollwood auf.

**lieber freund,**

nur einen kurzen gruß,...weil ich ein bisschen sehnsucht nach einem  
gespräch habe, aber im moment ist mein schreibdruck so groß.  
deine narzissen leuchten um die wette mit der vorstadtsonne.  
alles Liebe deine margret

**Liebe Margarete,**

ich freue mich sehr über deinen kleinen Gruß.  
Im Moment ist meine Seele etwas bewölkt und mein Arbeitskalender total  
voll. Eines jagt das andere.  
Aber am Donnerstagabend sollte ich das meiste geschafft haben.  
Ich hoffe, dir fallen verführerische Worte ein für deinen Schreibdruck. Aber  
bitte mit Sahne...  
Sei behütet und umarmt.  
Dein xxx

**ja, lieber freund,**

wie könnte es anders sein: meine seele ist auch bewölkt, poetisch  
ausgedrückt aber lastend in der realität --- und dann dekoriert mit sahn  
haiti, die not, ängste, verletzungen, auch hier im reichen land, nicht nur  
hausgemachte, und ich schreibe über luxus, ich schreibe satiren... ich  
kriegs nicht auf die Reihe.  
wem spende ich so, dass es hilft? vermutlich niemandem außer meiner  
eigenen seelenberuhigung.  
bon dieu rufen die menschen auf einer insel, die ich mir erst auf dem atlas  
suchen musste, und die so nah ist, so nah an amerika und amerika ist so  
nah an uns.  
viele warme worte haben wir, spendenaufrufe gekoppelt mit entertainment,  
damit es uns nicht langweilig wird, damit wir dran bleiben, damit die  
schwingungen unserer seele im warmen zimmer in schwingungen gehalten  
werden. noch ein stück schokolade, ich brauch das... sei gut zu dir, dann  
bist du auch gut zu den anderen.  
ich weiß m i r nicht zu helfen und damit den anderen auch nicht.  
hilflose hilfe.



*Erfahren Sie Tiefenentspannung und  
Wohlbefinden mit **Shiatsu!***

**Kostenlose Schnupperbehandlungen**  
am **Gesundheitstag, Samstag, 27.2.**, 10.00 bis 15.00 Uhr im  
Lernstudio Barbarossa, Plinganserstr. 32, 81369 München

**Ulrike Moser Dipl. Shiatsu-Praktikerin**  
In der Naturheilpraxis, Heiglhofstraße 1c, Großhadern, 81377 München  
Telefon: 01 76-646 931 88 · moser.shiatsu@hotmail.com



**Vorstellungsartikel September 2009**

# Lern.Werk®

Wissen auf den • gebracht



mit Dr. Oliver Leffler stellt sich Ihnen vor:

**Hallo liebe Sendlinger,**

schon seit 1. Oktober 2005 bietet mein Nachhilfeinstitut Lern.Werk® in der Karwendelstraße 27 Ihren Kindern erfolgreich Hilfe bei allen Schulproblemen. Das Lern.Werk® ist ein privates Einzelunternehmen. Meine pädagogische und kaufmännische Befähigung habe ich durch mein Studium mit Promotion, als langjähriger FH-Dozent, Nachhilfeinstitutsleiter, Volkshochschulleiter und viele Jahre aktiver Jugendleitertätigkeit in München-Solln (BdP) erworben. Nach meiner Promotion war ich zunächst Dozent an einer Fachhochschule in Baden-Württemberg. Nach München zurückgekehrt gründete und betrieb ich mit einem Kollegen mehrere Nachhilfeinstitute und nahm dann das Angebot der Leitung einer Volkshochschule für einen Landkreis in Oberbayern als neue Herausforderung an. Familiäre Entwicklungen führten mich wieder in den Münchner Süden zurück und ich machte mich in Sendling mit dem Lern.Werk® mit bis heute ungebrochener Freude an der Arbeit und immer erfolgreich für unsere Schüler selbständig.

Mit meinem Team engagierter und erfahrener Lehrerinnen und Lehrer biete ich Ihnen Nachhilfe und Förderunterricht für alle Schularten, Fächer und Klassen an. Von der 1. Klasse Grundschule bis zum Abitur. Daneben auch Spezial-Kurse für Studenten, IHK-Vorbereitungen, Meisterschulbegleitung und PC-Kurse. Deutsch als Fremdsprache rundet unser Angebot ab.

Der Unterricht hat sich bei uns in der homogenen Kleingruppe bestens bewährt. Es werden maximal 5 Schüler des gleichen Schultyps, der gleichen Klassenstufe und des gleichen Fachs individuell von einem Lehrer unterrichtet. Kleingruppenunterricht dauert 2 Schulstunden, d.h. 90 Minuten. Kommt keine Gruppe zustande oder ist es pädagogisch sinnvoller, erteilen wir auch Einzelunterricht. Einzelunterricht dauert 1 Schulstunde, d.h. 45 Minuten, um sowohl den besonderen Anforderungen gerecht werden zu können als auch die natürlichen Grenzen der Konzentrationsfähigkeit zu berücksichtigen. Der zeitliche Bedarf von Nachhilfe ist individuell. Auf jeden Fall muss aber, wie im Sport, auch beim Lernen ausdauernd und regelmäßig „trainiert“ werden. Fleiß und Übung sind unabdingbare Voraussetzungen. Das verlangt Zeit. Fächerwechsel ist nach Absprache bei uns jederzeit kurzfristig möglich.

Der Unterricht im Lern.Werk® findet gemäß den staatlichen bayerischen Lehrplänen und den schulischen Lehrbüchern, Unterlagen und Materialien der Schüler statt. Außer an den gesetzlichen Feiertagen findet Unterricht im Lern.Werk® das ganze Jahr über statt, auch in den Ferien. In den Schulferien können Sie Ihr Kind vom Unterricht abmelden und bekommen für jede unterrichtsfreie Ferienwoche 20 % Nachlass auf die Monatspauschale. Mit Erlaubnis der Eltern stimme ich die gebotenen Maßnahmen persönlich mit den Lehrkräften der öffentlichen Schulen ab und bleibe mit diesen in Kontakt. Lern.Werk® ist garantiert politisch, konfessionell und weltanschaulich neutral. Bei Lern.Werk® gehen Sie auch in dieser Hinsicht auf „Nummer sicher“! -

**„Wissen auf den • gebracht“** ist das Ziel von Lern.Werk®. Kompliziert sind meist die Erklärungen, nicht aber die Sachverhalte selbst. Die Lehrerinnen und Lehrer im Lern.Werk® bemühen sich, auch komplexe Sachverhalte stets so einfach und verständlich wie nur möglich zu erklären. Leider nicht helfen kann ich aber bei Leistungsverweigerung und Überforderung. Der neutrale Ort des Lern.Werks® unterstützt Konzentration und Disziplin der Schüler. Sie finden in den hellen freundlichen und geräumigen Unterrichtsräumen mit Blick auf einen alten Garten schnell zu entspanntem Arbeiten. Die Lage von Lern.Werk® in einer ruhigen aber breiten Seitenstraße zum Harras unterstützt dies wesentlich und sorgt auch für einen sicheren Schulweg zum Lern.Werk®, auch in der dunklen Jahreszeit.



Im Lern.Werk® gibt es Mengenrabatte. Sie haben bei uns die Möglichkeit der monatlichen Kündigung oder von verbilligten Laufzeiten mit mindestens 6 oder 10 Monaten. Je öfter und länger ein Schüler kommt, desto günstiger wird die einzelne

Unterrichtsstunde. Nach Anmeldung ist die erste Unterrichtsstunde eine Probestunde. Sind Sie unzufrieden, wird diese nicht berechnet und der Vertrag storniert.

**Bürozeiten** Montag bis Freitag von 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr, in den Ferien wechselnd und nach Vereinbarung.

**Unverbindliche Information u. Beratung:**

Karwendelstraße 27 (Am Harras)

81369 München

Tel. 089/72018064 - Fax 089/72018163

e-mail: [Lern.Werk@lern-werk.info](mailto:Lern.Werk@lern-werk.info)

[www.lern-werk.info](http://www.lern-werk.info)

**Ihr Lern.Werk®-Team aus der Karwendelstraße 27,  
gleich hinter der Post am Harras!**

*Die Erfahrung ist wie eine Laterne im Rücken;  
sie beleuchtet stets nur das Stück Weg, das wir bereits hinter uns haben.*

KONFUZIUS Chinesischer Philosoph  
vermutlich von 551 v. Chr. bis 479 v. Chr.



**Augenfitness Doris LEDERER**

**Ganzheitliche Seh- und Visualtrainerin**  
für ein besseres und stressfreieres Sehen.

[www.augen-fitness.de](http://www.augen-fitness.de) [info@augen-fitness.de](mailto:info@augen-fitness.de)

Telefon 089 411 35 999

Vorstellungsartikel Januarausgabe 2009

# **Bleibt die Geliebteste zu lang aus**

Max Dauthendey (1867-1918)

**So viele Haare,  
So viele Gedanken  
Sich sonst um meinen Schädel ranken.  
Doch heut nach meiner Gedankenzahl  
Bin ich am Schädel ratzekahl.  
Die Sehnsucht hat mir ohn' Gewissen  
Das letzte Härlein ausgerissen.  
Und wie des Müllers Esel dumm  
Trag ich als Sack mein Hirn herum.  
Alles, was ich im Leben verstund,  
Hält vor der Sehnsucht erschreckt  
den Mund.  
Die Worte fallen wie Balken schwer,  
Gedruckte Bücher sind plötzlich leer,  
Und bleibt die Geliebteste zu lang aus,  
Sitze ich ganz verblödet im Haus.  
Alles werd' ich wieder neu lernen müssen,  
Vielleicht sogar lieben und küssen.**



Restaurant Safran  
**Persische & Mediterane  
Spezialitäten**

Lindwurmstr.108  
80337 München  
Tel.:089/720 177 81

[Safran-Sendling@t-online.de](mailto:Safran-Sendling@t-online.de)  
[www.safran-grill.de](http://www.safran-grill.de)

Wir bieten auch Catering und  
Partyservice an.



**Öffnungszeiten/Lieferzeiten:**

**Montag-Freitag  
12.00-15.00 & 17.30-22.00  
Samstag 17.00 - 22.00  
Sonntag 17.00 - 21.30**



Naturheilpraxis und  
Physiotherapie  
Valentin Kirchmann  
Marsstraße 14 b  
80335 München  
089 – 960 858 52

<http://www.mein-sending.de/page-kirchmann.html>

[www.arthrose-ganzheitlich.de](http://www.arthrose-ganzheitlich.de)

Vorstellungsartikel November 2009

RISTORANTE  
*Rizzo*  
PIZZERIA  
Gutschein  
für ein Glas Prosecco  
Schäftlarnstr. 166, 81371 München  
Telefon: 089 - 78 06 94 31  
offen von 11.30 bis 14.30 und  
17.30 bis 23.00 Uhr, Sa ab 17  
Sonntags durchgehend

Vorstellungsartikel Juli 2009



*Lindwurmstr. 167 in 80337 München  
Tel. 76 77 57 12*

*Mo - Fr: 11.00 - 15 Uhr und 18h00 - 22.30 Uhr  
Sa. So. Feiertag 18h00 - 22.30 Uhr*

Vorstellungsartikel Oktober 2009



**LA CERTOSA +  
IL CERTOSINO Eiscafé**

*(Eiscafé im Winter geschlossen)*

Oberländerstr. 14  
81371 München

Öffnungszeiten

Mo – Fr von 10 – 22 Uhr

Sa von 17 – 22 Uhr

Vorstellungsartikel November 2007



**SENDLINGER Biomarkt**  
Albert-Rosshaupter-Str. 106

Mo. – Fr. 8h – 20h, Sa. – 19h

Vorstellungsartikel Januar 2009

**KAFFEE  
ESPRESSO &  
BARISTA**

Pfeuferstr. 33  
81373 München Sendling  
Telefon: 0 89 - 21029951  
[www.kaffee-espresso-barista.com](http://www.kaffee-espresso-barista.com)  
Öffnungszeiten  
Mo - Fr 9.00-18.00 . Sa 10.00-16.00

**Ihr Fachgeschäft für  
frischen Kaffee , Toasts &  
ausgesuchte Spirituosen!**

Vorstellungsartikel Februar 2009



**Jacques' Wein-Depot**

Lindwurmstraße 124,  
80337 München

Tel. 089/74 79 38 61,

Fax 089/ 74 79 38 60

Vorstellungsartikel August 2008

# FLA DESIGN

FRAME4U - EYEWEAR - OUTLET

- Designerkollektionen direkt vom Hersteller
- Brillenparties bei Ihnen zu Hause
- Firmenevents mit Sehtestaktionen
- Sorgfältige Sehstärkenbestimmung und Gleitsichtanpassung ungestört auf Termin

Rufen Sie mich an: Tel. 0179 - 48 60 666

Jürgen Fladung

Augenoptikermeister & Brillendesigner

Boschetsrieder Str.12, 81379 München

E-Mail: [juergen@fladung.de](mailto:juergen@fladung.de)



**Vorstellungsartikel Februar 2008**

*Konfuzius sprach:  
"Wer sich das Alte noch einmal vor Augen führt, um das Neue zu verstehen, der kann anderen ein Lehrer sein."*

## **Central Reinigung** Stellt sich vor :

Kompletter Wäscheservice  
unsere Arbeit = ihre Freizeit  
[www.Central-Reinigung.de](http://www.Central-Reinigung.de)

Tel.: 089 / 7853340  
Aidenbachstraße 30  
am Ratzingerplatz



U - 3 Aidenbachstraße Parkplatz bei Rewe Markt

**Meine Arbeit ist Eure Freizeit!**

**Mein Name ist Arthur Buhl und ich freue mich auf Sie**

<http://www.central-reinigung.de/>

**Vorstellungsartikel November 2007**

Impressum: "Mein SENDLING, Die Kleine Nachbarschaftszeitung" wird von kreativen Leuten des Stadtbezirks Sending gestaltet und herausgegeben.

V.i.S.d.P.: G. Lefèvre, Plinganser Str. 6, 81369 München (im Stemmerhof)

[redaktion@mein-sending.de](mailto:redaktion@mein-sending.de) Tel.: 0176/96811926

Redaktion und Anzeigen: G. Lefèvre

Druck: KK-Druck, Karl Krauss e.K., Bunsenstr. 4, 82152 Planegg

Bei allen eingesandten Artikeln geht die Redaktion davon aus, dass die Rechte Dritter nicht verletzt werden. Für den Inhalt der Artikel und Anzeigen sind die Autoren verantwortlich. Die Red. behält sich Änderungen und Kürzungen vor. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung eingesandter Beiträge. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.

# Der Zauberer

Eine Fortsetzungsgeschichte von Christian Hoffmann

## Kapitel 2: Magister Roberto Block

*Was bisher geschah: Im Zirkus Dandelion ist dieses Jahr etwas anders. Statt dem lustigen Zauberer Ludovico der Große tritt der schreckliche Magister Roberto Block auf.*

Plötzlich ging ein Scheinwerfer an. In seinem Licht, mitten in der Manege, stand ein Mann. Er war von Kopf bis Fuß in Schwarz gekleidet. Auch sein Umhang war schwarz und ebenso sein spitzer Zaubererhut, unter dem langes graues Haar hervor quoll. Sein Gesicht war schrecklich gelb. Er hatte eine platte Nase und einen schmalen Mund. Seine Augen funkelten böse.

»Nun, ihr Kinderchen, seid auf das furchtbarste begrüßt. Ich bin der unglaubliche, der ungewisse, der unbeschreibliche Magister Roberto Block. Meine Zauberkunst ist so groß, dass ich mich manchmal selber über mich wundern muss!« Mit diesen Worten griff er sich hinter das Ohr und zog etwas aus dem Nichts hervor. Er hob die Hand hoch und wir sahen eine riesige schwarze Vogelspinne darauf sitzen. Neben mir schrie Mia vor Schreck auf. Doch da schnippte Magister Block mit der anderen Hand dreimal und die Spinne war verschwunden. Statt ihr war da plötzlich ein Kätzchen, das miaute und auf den Boden der Manege sprang. »Oh, wie süß!«, rief eines der anderen Kinder und alle waren erleichtert.

Aber nicht lange. Denn jetzt hob Magister Roberto Block seinen langen, silbernen Zauberstab. »Süß? So ein Kätzchen ist nicht süß! Ich hasse Katzen!« Und er ließ den Zauberstab über seinem Kopf in seltsamen Bahnen kreisen.

Da gab es genau dort, wo das Kätzchen gestanden war, einen Knall und eine gelbe Rauchwolke stieg vom Boden auf. Das Kätzchen war spurlos verschwunden.

Aber das war noch nicht alles. Als ich zufällig zu dem Kind hinüber schaute, das vorhin gerufen hatte, dass das Kätzchen süß sei, stellte ich fest, dass es ebenfalls verschwunden war!

Und so ging es weiter. Der Zauberkünstler ließ auf der vom Mond beleuchteten Kuppel des Zirkuszeltens die Schatten wundersamer, aber auch schrecklicher Wesen erscheinen. Drachen und Riesen wanderten da herum. Der

Zauberer lachte, schnippte mit den Fingern - und die Schatten waren wieder weg. Und mit ihnen gleich zwei der Kinder, die vor uns gesessen waren. Niemandem schien aufzufallen, dass Magister Roberto Block immer mehr Zuschauer verschwinden ließ.

Schließlich kicherte er wie irre, drehte sich ein paar mal rasend schnell um die eigene Achse, sprang dann in die Luft, blieb dort schweben und rief: »Auf Wiedersehen, Kinder... ich freue mich schon auf den Rest von euch! Hahaha... kommt nur alle wieder! Kommt und seht den größten lebenden Zauberkünstler - Roberto Block!« Die letzten Worte schienen aus dem Nichts zu kommen, denn der Magister hatte sich mit einem geisterhaften Zischen in eine grüne Rauchwolke aufgelöst, deren Schwefelgeruch man bis in die hintersten Reihen riechen konnte.

Wie alle anderen Kinder auch, verließen wir in ängstlicher und bedrückter Stimmung das Zirkuszelt. »Glaubt ihr, der Zauberer war echt?«, fragte Mia nach einer Weile. Kai und ich antworteten nicht. Es war klar, dass da etwas faul war. Wohin waren all die Kinder verschwunden, die der Magier wegzaubert hatte? Was war mit den anderen Zirkusartisten los? Selbst die fröhlichen Clowns waren ja traurig gewesen. Wir kamen an dem Gehege vorbei, in dem das Kamel Balthasar nach der Vorstellung immer sein Heu mampfte. Balthasar guckte uns mit seinen braunen Kulleraugen an. Mir schien fast, als wollte er etwas sagen. Aber da er ja ein Kamel war, hätte ich ihn wohl nicht verstanden, denn er hätte sicher Arabisch gesprochen und das konnte ich leider nicht.

Doch gerade als wir am Kamelsgehege vorbei waren, glaubte ich ein leises Flüstern zu hören: »Heda, Kinder! Geht zum Wohnwagen des Magisters Roberto Block und schaut euch da mal um. Ihr seid die einzige Hoffnung für all die armen Wesen, die er gefangen hat.«



## **Kosmetikstudio**

### **Beauty & More**

**Montag 10.00 - 16.00 Uhr**

**Dienstag, Donnerstag und Freitag**

**10.00 - 18.00 Uhr**

**Mittwoch 10.00 - 14.00 Uhr**

**Samstag 09.00 - 13.00 Uhr**

**Telefon: +49 89 76 70 12 59**

Ich blieb stehen und schaute Kai und Mia an. Beide standen mit offenem Mund da, und ich wusste, sie hatten es auch gehört!

»Glaubt mir, Kinder, es droht große Gefahr! Ihr seid bestimmt schlau und mutig, das sehe ich sofort.« Wir drehten uns alle drei um und starrten Balthasar an. Aber der stand einfach da und tunkte seine wabbeligen Lippen in einen Haufen Heu.

»Liebes Kamel, hast du gerade mit uns gesprochen?«, fragte nach ein paar Augenblicken Mia mit sanfter Stimme. Aber Balthasar antwortete nicht.

Da sah ich plötzlich einen großen, merkwürdigen Schatten vor dem Mond tanzen, vielleicht eine Fledermaus, vielleicht aber auch etwas anderes...

»Lasst uns lieber schnell nach Hause gehen«, sagte ich zu den beiden anderen. Wir fassten uns an den Händen und liefen los.

Am nächsten Tag trafen wir uns in unserem Geheimversteck, einem alten Schuppen auf einer Blumenwiese hinter den Häusern. »Ich habe gestern vor dem Einschlafen noch lange nachgedacht«, sagte Mia. Sie hatte ein blaßes Gesicht, und mir wurde klar, dass keiner von uns gut geschlafen hatte. »Der neue Zauberer ist bestimmt ein sehr böser Mann. Es war kein Spiel, dass er die Kinder aus dem Publikum verschwinden ließ...« Sie schüttelte nachdenklich den Kopf. Kai saß nur so da und starrte vor sich hin. Wir waren alle drei einige Minuten ganz still. Es war nicht nötig, irgend etwas zu sagen. Mir gingen die Worte des Kamels Balthasar zum X-ten Male durch den Kopf.

Dann stand Kai, der ja der Kleinste von uns dreien war, auf und sagte mit fester Stimme: »Also, ihr Schlafmützen, worauf warten wir noch? Gehen wir die Kinder retten!«

Natürlich war uns allen klar, dass uns gar nichts anderes übrig blieb - die Erwachsenen hätten uns kein Wort geglaubt.

Fortsetzung folgt...

*Das Wort Liebe hat für beide Geschlechter  
keineswegs den gleichen Sinn, und hierin liegt  
eine Quelle der schweren Missverständnisse, die  
sie voneinander trennen.*

Simone de Bouvoir

## Die kleine Hölle der alltäglichen Wunder von Bernhard Horwatitsch

An der Donnersberger Brücke, auf den Zug Richtung Freising wartend, fiel mir auf, wie viele Menschen mit dem Handy telefonieren, ob nun mit Headphone (die ganz Professionellen), oder einfach so, das kleine Elektroteil ans Ohr gedrückt. Irgendwie kamen sie sich dabei alle ganz wichtig vor. Mitten im Leben stehend sozusagen, unersetzbar. Auch wirkten sie dabei so, als sei dieses kleine Elektroteil eine Art Statussymbol für sie.

Nein, dachte ich, in der Kälte stehend, das Gegenteil ist doch der Fall: Dieses Handy ist das Stigma der Sklaverei! Immer erreichbar sein (müssen), eine Art mobile Fessel (Handschellen), jederzeit ortbar, angebunden.

Das darf doch nicht wahr sein, dachte ich, dass augenscheinliche Wahrheiten derart verdreht werden. Ich persönlich bin heilfroh, mein Handy ausschalten zu können, nicht erreichbar sein zu müssen. Ich habe einen Anrufbeantworter zu Hause. Und ich selbst bestimme, wann ich den abhöre und wann ich zurückrufe und wen und ob überhaupt.

Jedenfalls, während der Fahrt nach Freising klingelten ununterbrochen irgendwo diese Mobiltelefone, in Freising aussteigend, sah ich Menschen wie in laute Selbstgespräche verstrickt mit dem Handy telefonieren, sie waren für mich dadurch auch nicht ansprechbar, von mir und der unmittelbaren Realität abgekoppelt, führten sie Gespräche jenseits ihres Standpunktes. Es wirkte so absurd auf mich. Sicher fiel mir das verstärkt auf, man nennt so etwas wohl „selektive Wahrnehmung“.

Da gehe ich so dahin, darüber nachdenkend, wie moderne Sklaverei funktioniert, als mir plötzlich jemand zuruft: „Wollen Sie ein Handy umsonst?“



ZIEGLER & PARTNER  
IMMOBILIEN GMBH

Sie möchten Ihre Wohnung, Ihr Haus,  
Ihr Mehrfamilienhaus, Ihr Grundstück  
oder Ihre gewerblichen Räume verkaufen  
oder vermieten?

**Wir suchen neue Objekte - Haus - Wohnung - Gewerbe**

*Lassen Sie sich von uns  
unverbindlich beraten!*

Daiserstraße 31, 81371 München  
Fon 089.78 99 00, Fax 089.780 99 98  
[www.zieglerundpartner.de](http://www.zieglerundpartner.de)  
Ziegler & Partner ist Mitglied im 

Eine junge Frau stand vor einem Dönerladen, rief dies, als ich lachend verneinte, schon dem nächsten Passanten zu.

Ist das Zufall? Ist das die Ironie des „anything goes“ und dass alles irgendwie zusammenhängt?

Macht man sich die Realität selbst? Nämlich, indem man die vielen zufälligen Ereignisse nach eigenem Plan miteinander verbindet?

Das Wunder, sagt David Hume, ist das schlechthin Unwahrscheinliche. Wenn alle anderen Wahrscheinlichkeiten ausgeschöpft sind, können wir ein Wunder annehmen.

Allerdings können wir nicht davon ausgehen, dass wir alle Wahrscheinlichkeiten tatsächlich ausschöpfen, über alles informiert sind.

Ist mein kleines Handy-Ereignis nun ein Wunder? Es könnte schon sein, aber ich kann nicht davon ausgehen. Es obliegt meiner Interpretation.

Der Ruf der jungen Dame kam so passend für mich, es war ein Witz, der mich nachhaltig traf. Mir kostenlos die Sklaverei anzubieten!!

Aber der Ruf der jungen Dame ging sehr schnell nach meiner Ablehnung an den nächsten weiter, dass ich dieses Ereignis unabhängig von mir sehen muss. Zufällige Koinzidenz? Und das ist unangenehm, weil es mich als ICH sozusagen verwischt. Wäre ich nicht zufällig vorbeigegangen, hätte die junge Dame genauso gerufen: Wollen Sie ein Handy umsonst? Hätte sie den Satz einmal weniger gesagt? Will ich mich selbst retten mit dieser Banalität? Oder ziehe ich einen Schlusstrich und sage einfach dazu, es sei ein nettes Apercu gewesen, sonst nichts, und mein Nachdenken müßig? Tatsache bleibt aber, dass mich das Ereignis inhaltlich traf und die Ironie dieses Ereignisses konstant ist.

Nicht gerade eine Marienerscheinung, aber doch ein kleines Wunder der Alltäglichkeit.

Und es ist das, was Schreiben ausmacht!

Diese kleinen, alltäglichen Wunder wahrzunehmen. Diese zu interpretieren, ihnen Bedeutung zu verleihen, das empfinde ich als meine Bestimmung. Natürlich: Als aufgeklärter Mensch muss ich bei dem Wort „Bestimmung“ schon stutzen. Es handelt sich um „Selbstbestimmung“. Auch wenn ich selbst nur zufällig bin, und das, was ich als „selbst“ benenne nur eine recht fiktive Anordnung darstellt.

Aber soll ich wirklich in alle Einzelteile zerfallen, mich im Chaos der Atome auflösen, nur weil ich einen Interpretationsnotstand habe? Sapere aude heißt hier: Weiterdenken. Und das ist die kleine Hölle der alltäglichen Wunder.

<p><b>Termine im FEBRUAR</b></p> <p><b>Lese- u. Rechtschreibkurse ab 02.02.</b> Die Anmeldung ist sofort möglich.</p> <p><b>Tag der Beratung 12.02., 12-18 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Nachhilfe- und Förderunterricht</b></li> <li>• <b>Sprachkurse</b></li> <li>• <b>PC-Kurse</b></li> </ul> <p><b>Gesundheitstag 27.02., 10-15 Uhr</b> <b>Fitness für Körper und Geist</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Shiatsu,</b></li> <li>• <b>Augenfitness,</b></li> <li>• <b>Lern- und Gesundheitsberatung,</b></li> <li>• <b>Atembegleitung u.a.</b></li> </ul>	<p><b>Gutschein im Wert von 20,00 €</b> <b>bei der Anmeldung</b> <b>(Laufzeit mind. 3 Monate)</b> <b>zum Nachhilfe- und Förderunterricht</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">Lernbär <span style="margin-left: 100px;">Sabine Hoppe</span></p> <p style="text-align: center;"><b>lernstudio</b><b>barbarossa</b> weiterbildung. nachhilfe. sprachkurse. Plinganser Str. 32 ▪ 81369 München ▪ Tel.: 089 74 11 86 10</p>
--	---

Vorstellungsartikel November 2009

## Wissenswertes über KONFUZIUS

Konfuzius – latinisiert aus 孔夫子, Kǒng Fūzǐ, W.-G. K'ung-fu-tzu „Lehrmeister Kong“, (chin. 孔子, Kǒng Zǐ, W.-G. K'ung-tzǔ „Meister Kong“, auch als Kung-tse[1] oder Kong-tse[2] transkribiert) – war ein chinesischer Philosoph zur Zeit der Östlichen Zhou-Dynastie. Er lebte vermutlich von 551 v. Chr. bis 479 v. Chr. und wurde unter dem Namen Kong Qiu ( 孔丘, W.-G. K'ung Ch'iu) in der Stadt Qufu im chinesischen Staat Lu (der heutigen Provinz Shandong) geboren, wo er auch starb.

Das zentrale Thema seiner Lehren war die menschliche Ordnung, die seiner Meinung nach durch Achtung vor anderen Menschen und Ahnenverehrung erreichbar sei. Als Ideal galt Konfuzius der „Edle“ (君子 junzi), ein moralisch einwandfreier Mensch. Edel kann der Mensch dann sein, wenn er sich in Harmonie mit dem Weltganzen befindet: „Den Angelpunkt zu finden, der unser sittliches Wesen mit der allumfassenden Ordnung, der zentralen Harmonie vereint“, sah Konfuzius als das höchste menschliche Ziel an. „Harmonie und Mitte, Gleichmut und Gleichgewicht“ galten ihm als erstrebenswert. Den Weg hierzu sah Konfuzius vor allem in der Bildung.

Quelle WIKIPEDIA

# Gedächtnissprechstunde Ich überweise mich selbst dorthin.

Von Margarete Buchner

Ich will wissen, wie mein Gedächtniszustand ist oder wie er ärztlich beurteilt wird. Die letzten verwirrten und verworrenen Jahre meines Vaters und meine besondere emotionale Ähnlichkeit beunruhigen mich.

Zunächst ein heftiges Erschrecken. Pünktlich wie fast immer, Obsession meiner väterlichen Gene, stehe ich am Aufnahmeschalter der Psychiatrischen, vor mir zwei sympathische Damen.

Gehen Sie auch zur Gedächtnissprechstunde? Die jüngere, hübsch, attraktiv antwortet freundlich, nein, das haben wir hinter uns, die andere, hübsch, attraktiv, in meinem Alter, schüttelt den Kopf, nein, das haben wir nicht. Doch, Mutti, da waren wir im Dezember. Ein weiterer zaghafter Versuch, in der eigenen Erinnerung Recht zu behalten, dann gibt Mutti leise auf: das weiß ich gar nicht.

Später treffe ich die Mutter auf der Station, sie bleibt zur Beobachtung, sie erkennt mich nicht. Wie ich von der Tochter erfahre, hatten sich die Störungen erst ein paar Monate vor dem Termin im Dezember angekündigt.

Aufnahme wichtig und bürokratisch, als würde ich länger stationär bleiben, Adresse der Angehörigen wird gewünscht für einen Ernstfall, trotzig verweigere ich, ich will raus, ich bin normal, jung, gesund, ohne Gedächtnisprobleme. Aber ich vollende meinen Weg, störrisch, hochmütig, was wollt ihr von mir, ich habe mich freiwillig angemeldet, seid froh, dass ich an eurer Validitätsprüfung innovativer Inflammationsmarker der Alzheimer Krankheit im Plasma teilnehme.

Psyhyrembel (allein dieser Eigenname bedeutet Härtetest für Merkfähigkeit) und Fremdwörterlexikon übersetzen lediglich mein Anliegen, mein Hirn zu testen, aber nicht mich a priori senil zu erklären. Denn so komme ich mir vor, als ich von einem ostischen Pfleger mit milden Worten zum Ablegen, zum Warten aufgefordert werde, behutsam und knapp, was haben Sie für Symptome? Ilich?, nichts, obwohl ich bei der telefonischen Anmeldung auf meine gesteigerte Vergesslichkeit wie Telefon im Kühlschrank suchen (pointierte Interessantmachung!) hingewiesen habe. Nein, nein, ich komme nur, weil ich Angst habe, ich könnte irgendwann dement werden wie mein Vater.

Mir scheint, als würde hier mit dem Patienten kommuniziert, um ihn bei Laune zu halten, die Antworten verhuschen desinteressiert in einem weißkitteligen Vakuum. Blutabnahme, es blutet viel länger nach als sonst, Blutdruck viel höher, und dann geleitet mich der Pfleger - die geheimen Gänge dürfen nicht ohne Schlüsselgewalt durchlaufen werden, was mich erneut trotzen lässt - ins Behandlungszimmer der Psychologin. Meine Tochter könnte die sein, eine sympathisch - sachliche junge Frau, die sich nicht einlässt auf mein Rechtfertigungsgebrabbel, zielstrebig, am Beginn ihrer Karriere: Nun zählen Sie mal in einer Minute soviel Tiere auf wie Ihnen einfallen. Eilfertig beginne ich mit Meerschweinchen, stolpere über Hund, Katze, Papagei, erwähne langsam aufgeregt zweimal die Laus, taste mich in den Zoo mit

## **BEWERBUNGSFOTOS und MEHR:**

**Marion Mutschler,  
FOTOGRAFENMEISTERIN**  
**Fotostudio Öztalerstr. 1b  
81373 München**

**Telefon 089-12003414  
Mobil 0170-3019936**

**[info@foto-mutschler.de](mailto:info@foto-mutschler.de)  
[www.foto-mutschler.de](http://www.foto-mutschler.de)**



**Vorstellungsartikel November 2009**

Elefant, Löwe, Tiger, Affe etc., um mich irgendwann erschöpft auf dem Gnu auszuruhen, jetzt fällt mir nix mehr ein. Denken Sie nach, etwas streng. Sagte ich schon Laus? Ok, hören wir auf.

Jetzt nenne ich Ihnen drei Begriffe, die dürfen Sie nicht vergessen: Zitrone, Ball, Schlüssel. Na also, geht doch, auch überrumpelt. Zwei Wochen später weiß ich noch zwei davon, ich Gedächtnisgenie. Weiter im Text: Ich blättere eine Mappe mit Begriffen durch, die Psychologin liest laut vor, klappt zu und jetzt wiederholen Sie. Königin, Butter, Arm, Stange, äh, Gras, äh... macht nichts, noch mal, geduldig liest sie vor, ich blättere mit. Auswendig sprudelt es: Königin, Arm, Butter, Gras, Stange, erweitere erleichtert mit Hütte, Brief. Ich komme mir wie ein Erstklässler vor, holprig, ängstlich.

Zahlen verbinden von 1-30, ungeordnet, willkürlich auf einen Zettel gemalt, nach Geschwindigkeit chronologisch aufreihen, babyleicht, ich muss ja nix wissen.

Geometrische Figuren werden mir hingelegt, Rechteck, Raute, Würfel, Kreis oder umgekehrt, nachzeichnen, heiliger Euklid. Die Zunge malt mit, der Stift krampft wie in Kindertagen.

Und nun zum Höhepunkt, quasi dem Abitur der Senilen, der Vergessen - Wollenden.

2 DIN A 4 Seiten voller Fantasie - Wörter, nur eines der 5 oder 6 pro Zeile stimmt. Segen der väterlichen Freizeitgestaltung, geliebtes Spiel der Kindheit, Triumph der Halbbildung: Nein, gnädige Frau, Organ ist kein Wirbelsturm, auch nicht die Hölle der Antike, sondern eine japanische Papierfalttechnik.

Die erste Seite geht ratzfat, hallo, die zweite birgt drei Unsicherheiten, wieso verirrt sich die Wittib unter die Fremdwörter, und ich streite mich besserwisserisch mit der gescheiten Psychologin um die Orthografie, ich fordere Wittib wie im Österreichischen mit 2 t, sie hat mit ihrem einen t Recht.

Durat - Heddur - Herudd - Tesadd - Heddaru -Eddhor, meine Zeit in Israel war kurz und liegt lange zurück, außer Shalom, Felafel, Kibbuz, Hanukka und Shabbat ruhen die meisten Worte auf dem Grund des Toten Meeres. Irgend einen dieser Neologismen gibt's. Ich bekenne mich zur Lücke. Und wühle zu Hause meine Mineralogiebücher durch, nachdem die letzte verwirrende Testzeile mit lauter -iths als Endungen mich keineswegs fündig werden ließ.

Der Höhepunkt dieser Altersmatura wird danach erreicht: Zeichnen Sie die geometrischen Figuren, die Sie vorhin angeschaut haben. Kreis, Raute, Rechteck, pah!

Aber einen Würfel ohne Vorlage, in drei Dimensionen.... Bestanden! Die knappe mündliche Beurteilung der Psychologin erlaubt mir generös, noch eine Zeitlang ohne Betreuer im Eigenheim dümpeln zu dürfen. Ätsch, es war nicht notwendig, in Begleitung eines Angehörigen oder einer Bezugsperson zu kommen, um meine Beschwerden richtig einschätzen zu können, wie vorher der Terminbestätigungsbrief der Psychiatrischen empfahl.

Zur Abschlussbesprechung werden Sie jetzt zur Ärztin gebracht.

Der ostische Pfleger öffnet wieder die geheimen Türen und dolmetscht wohlwollend die psychologische Beurteilung: Über der Norm haben Sie abgeschnitten; zart wachsen mir Flügel.

Die Ärztin, sehr jung, Asiatin, in Deutschland promoviert, sehr sympathisch, lässt mich, aufmerksam begutachtet, durch den Raum gehen, klopft mit dem Silberhämmerchen, befindet alle Reaktionen normal, nennt mir drei Worte, die ich nicht vergessen soll, möchte Treppe und Leiter definiert haben, ist zufrieden mit der Antwort: Treppe als fest eingebautes Element, um Höhe zu überwinden und Leiter als flexibles, so ähnlich ist es mir drei Wochen später in Erinnerung.

Sehr lakonisch erklärt sie meine Sorge vor Demenz als subjektive kognitive Störung, es seien keine objektivierbaren kognitiven Defizite feststellbar, ein Procedere unnötig, da kein Hinweis auf hirnergetische Störung vorläge und keine medikamentöse Behandlung nötig sei: Machen Sie sich nicht zuviel Sorgen, genießen Sie Ihr Leben, Sie sind fit, lernen Sie weiter, bis 70 muss man auf jeden Fall lernen. (Ein letzter widersprechender Versuch, wieso nur bis 70, Philosophen und denkende Menschen hören bis zum Tod nicht auf ..., solche Sätze ererbt aus meinen Mutter-Genen, vorlaut.)

Wenn Sie irgendwann Orientierungsprobleme in der U-Bahn, am Herd haben, dann kommen Sie wieder! Und wenn ich das halsstarrig gar nicht wahrnehme, mich verweigere??

Und dann erzählt sie mir ausführlich von ihren Telefon-Such-Aktionen!

Ok, ok, ich höre auf, ich erwähne meine Odyssee nicht mehr, die 29jährige Ärztin toppt mich.

Beschwingt, jugendlich straff verlasse ich die Psychiatrische.

Genuss, ich eile, ich komme, mache dich weit und geschmeidig, du hellsonniger Januartag, ich vergesse nichts, was ich nicht längst vergessen habe.

Rentnerin, mach dir keine Sorgen, genieße.

Den Arztbrief - streng vertraulich - schmeichle ich meiner Ärztin ab.

Er bestätigt die subjektive kognitive Störung, erstellt einen kargen psychopathologischen Befund: Die Patientin ist wach, bewusstseinsklar und vollständig orientiert. Im Kontakt freundlich zugewandt. Affekt und Psychomotorik sind adäquat. Keine formalen oder inhaltlichen Denkstörungen. Kein Hinweis auf psychotisches Erleben, Halluzinationen oder Ich-Störungen. Von Suizidalität ist die Patientin glaubhaft distanziert. In der Exploration kein Hinweis auf Gedächtnis- oder Konzentrationsstörungen. Aufmerksamkeit und Zeitgitter erscheint unbeeinträchtigt. Der neurologische Untersuchungsbefund fachsimpelt : Keine Sprach- oder Sprechstörung. Kein Meningismus. Okulo- und Pupillomotorik intakt. Hirnervenstatus unauffällig. Grobe Kraft und Reflexe ohne path. Befund. Keine Pyramidenbahnzeichen. Babinski negativ. Kein Rigor, kein Tremor. Sensibilität und Koordination intakt. Keine Beeinträchtigung des Gangbildes. Romberg-Versuch negativ.

Zusammenfassend werde ich beurteilt:

Eigenanamnetisch berichtet die Patientin über leichte kognitive Defizite, vor allem des Kurzzeitgedächtnisses und der Konzentration, die seit ca. 4-5 Jahren bestehen und progredient sind. Diese Defizite lassen sich sowohl im psychopathologischen Befund als auch in der psychometrischen Testung nicht objektivieren. Daher gehen wir bei der Patientin derzeit von einer subjektiven kognitiven Störung aus.

Mit großer Bewunderung staune ich über die pseudowissenschaftliche Gerierung eines überaus - läppischen Tests.

---

Und jetzt verbringe ich meine Stunden damit, den verdammten Pschyrembel zu suchen - keine Ahnung, wo er liegt -, mich der drei genannten Worte zu erinnern und in den neuen Technologien heruzustudieren, bis ich die 70 erreicht habe. Aber alles mit Genuss.



**BLUME & BEIWERK®**

**Jürgen Stefan Maier**  
Staatlich geprüfter Florist

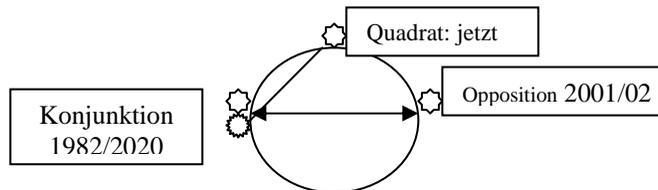
ZEITGERECHTE FLORISTIK  
TRAUERFLORISTIK - FLEUROP-AGENTUR  
DEKORATIONEN - LIEFERSERVICE

Lindwurmstraße 203 - 80337 München  
Tel. 089 / 57 86 92 01 - [www.blume-beiwerk.de](http://www.blume-beiwerk.de)

## Karin Hepperles Kosmisches Zeitfenster Teil III: Saturn-Pluto

War in den letzten Artikeln einzeln von Saturn und Pluto die Rede, tauchen sie im dritten Teil in Kombination auf. Denn im November 2009, im Januar 2010 und im August 2010 stehen beide Planeten im sogenannten abnehmenden Quadrat zueinander und bilden damit einen neunmonatigen Zeitrahmen, innerhalb dessen typische Saturn-Pluto Themen auftauchen. Dieses Quadrat ist das letzte innerhalb eines 38jährigen Saturn-Pluto Zyklus. Das Interessante an Astrologie besteht nicht zuletzt darin, dass man durch sogenannte Zyklen bestimmter Planeten gewisse Inhalte in Zusammenhang bringen kann, der auf den ersten Blick so nicht erkennbar ist.

Der Saturn-Pluto-Zyklus begann im November 1982 Ende Waage, als beide Planeten in Konjunktion standen. Das bedeutet, sie stehen innerhalb weniger Grade zusammen. Dieser Zyklus wird im Januar 2020 Ende Steinbock enden, woraufhin ein neuer Zyklus beginnen wird. Der Höhepunkt des Zyklus, die so genannte Opposition, bei der sich beide Planeten gegenüberstehen, fand 2001/2002 statt.



Allgemein betrachtet konfrontiert uns dieser Zyklus im persönlichen und gesellschaftlichen Leben u.a. mit den Themen Macht, Verantwortung sich selbst und anderen gegenüber, Abgrenzung, tiefgreifendem Wandel, Krise, Verrat, Bindung, psychologisches und finanzielles Erbe auf persönlicher und überpersönlicher/staatlicher Ebene.

In negativer Frequenz können Saturn-Pluto Verbindungen mafiöse Strukturen bedeuten, die die Justiz (Saturn) zum eigenen Machtvorteil (Pluto) unterwandern und eine eigene Gesetzgebung der Rache und Manipulation installieren. Aber auch legalisierte Mafia ist eine Entsprechung! Dann, wenn der Staat selbst wichtige Strukturen untergräbt, aushöhlt im Eigeninteresse (wie bei Berlusconi) oder im Interesse von Lobbyisten. Auch radikale Reformen, Regierungswechsel, wirtschaftliche Krisen gehören zu dieser Konstellation. Wie gelungen diese ausfallen, liegt wiederum außerhalb des Verantwortungsbereichs der Astrologie. Auch hier gilt wieder: Nicht die Konstellation ist Schuld am Schlamassel, sondern das fehlende Bewusstsein der Menschen.

Eine wichtige Frage zu diesem Zyklus lautet: Inwiefern müssen bestehende Strukturen tiefgreifend gewandelt werden oder inwiefern werden Strukturen Opfer von nicht angeschauten Altlasten? Da – wie im letzten Kapitel beschrieben – unser Umgang mit Pluto nach wie vor meist zu wünschen übrig lässt, manifestieren sich Saturn-Pluto Konstellationen auch als feindbilderzeugendes Machtgebaren oder als Katastrophen, die anscheinend über uns hereinbrechen, deren Vorboten wir jedoch vorher wissentlich und unwissentlich übersehen haben. Konstruktiv gesehen sind Saturn-Pluto Zeiten aber auch Krisen, die Chancen bergen. Im Chinesischen bedeutet das Schriftzeichen Krise sowohl Gefahr als auch Chance. Sofern man den Mut und die Standfestigkeit aufbringt, Verdrängtes anzuschauen und umzuwandeln, kann dann sogar eine Art Wiedergeburt erfolgen.

Rückblickend ist zu fragen, welche Ereignisse 1982 ihren Anfang nahmen, deren Auswirkungen wir gesellschaftlich und ökonomisch bis heute spüren. 1982 fällt weltpolitisch in die Ära Reagan, der in den USA wieder eine konservative Haltung verstärkte und mit seinem Raketenabwehrsystem im Weltraum die amerikanische Super-Macht demonstrierte.

Auch in der BRD fand 1982 ein tiefgreifender Machtwechsel zugunsten konservativer Kräfte statt – der „Koalitions-Verrat“ (Pluto) der FDP brachte Kohl an die Macht (Saturn). Es begann die zunehmende Verquickung zwischen Wirtschaft und Politik, die Privatisierung und damit Kommerzialisierung des Fernsehens und damit eines der wichtigsten Medien.

2001/02 war die Oppositionsphase von Saturn und Pluto: Sie war u.a. geprägt von den Flugzeugangriffen auf das Worldtrade Center und einer darauf folgenden wirtschaftlichen Krise. Psychologisch wurde von der Bush Regierung (Saturn) Saddam Hussein und den Taliban die Rolle des Bösen zugeteilt (Pluto), das mit allen Mitteln bekämpft werden musste, um den erdötreichen (Pluto hier Symbol als Bodenschatz) Irak zu Gunsten wirtschaftlicher US Interessen zu formatieren (Saturn).

Was lässt sich bei der derzeitigen Saturn-Pluto-Phase beobachten? Zum Beispiel, dass Obama das von Reagan beschlossene Raketenabwehrsystem in großen Teilen abspeckt. Obama korrigiert hier also einschneidend, nimmt sich selbst als Supermacht zurück und baut damit auch ein Feindbild gegenüber anderen Staaten ab.

Saturn-Pluto als Katastrophe zeigt sich im Januar 2010 im verheerenden Erdbeben von Haiti: Die Erdoberfläche (Saturn) wird zutiefst von einem unterirdischen Beben erschüttert (Pluto ist nicht umsonst in der griechischen Mythologie der Gott der Unterwelt).

In der BRD bekommt Verteidigungsminister Guttenberg in Form des umstrittenen Angriffsbefehls die Dauerkrise aus Afghanistan zu spüren; Altlasten der „Strauß-Mafia“ werden im Moment im Gerichtsprozess gegen den Waffenschieber Schreiber wieder an die Oberfläche geholt.

Der tiefgehende Wandel von Strukturen oder das Aufkommen von Altlasten betreffen immer auch die Wirtschaftswelt, so dass Saturn-Pluto Phasen in ihren angespannten Phasen wie im gegenwärtigen Quadrat sich oft in Rezessionen äußern. Da die Sanierung der Banken letztes Jahr von Seiten der Regierung ein letztlich marodes System gestützt hat mit dem zweifelhaften Ergebnis von immensen Schulden, sind von daher – auch ohne astrologischen Blickwinkel - weitere Wirtschaftskrisen zu erwarten.

Viele seriöse Astrologen setzen das Ende des Saturn-Pluto Zyklus im Jahr 2020 mit der Etablierung einer neuen Weltordnung gleich. Welche weiteren astrologischen Entsprechungen zu diesem Schluss führen, wird innerhalb der nächsten Ausgaben dargestellt.

Wie diese prognostizierte Weltordnung ausfallen wird, steht wiederum nicht in den Sternen. Wir können jedenfalls gespannt sein.....

Finden Sie selbst Ihre eventuelle Resonanz zum Saturn-Pluto Zyklus mit folgenden Fragen:

Phasenbeginn im Jahr 1982

Inwiefern endete ein wichtiger Lebensabschnitt und inwiefern begann ein neuer?

Welche langfristigen Lebensprojekte haben Sie damals – bewusst oder unbewusst – angefangen?

Inwiefern haben Sie sich damals von Ihrer Sippe/Familie psychologisch abgegrenzt oder sich auch bewusst mit ihr verbunden?

Gegenwärtige Quadratphase, andauernd von Herbst 2009 bis Spätsommer 2010:

Inwiefern fühlen Sie sich durch Schuld-und Versagensängste gebunden?

Welche Konsequenzen müssen Sie vergangenheitsbedingt tragen?

Welche Lebensbereiche unterstehen einer Kernsanierung?

Was hat in Ihrem Leben wirklich Bestand?

Inwiefern erfahren Sie eine Art Wiedergeburt?

Woran wollen/müssen Sie sich wirklich binden?

Literaturempfehlung zum Thema Pluto in Steinbock und Saturn-Pluto:

Ernst Ott: Pluto im Steinbock, 2008 – 2024, Chiron Verlag



Med. Fußpflege    Nagelpflege    Nail Art    Kosmetik

**Spezialisiert auf Diabetiker und Bluter !!**  
**3TO Spangentechnik !!**

Montag – Freitag von 09h30-13h00 und 14h00-18h00

Albert-Rosshaupter-Str. 26, 81369 München

Tel.: 089/72 63 58 83 – Fax.: 089/72 63 58 84

mail@flavias-wob    [www.flavias-wob.de](http://www.flavias-wob.de)

Vorstellungsartikel Januar 2008

*Zi Gong fragte, was einen Edlen ausmache. Der Meister sprach: "Er predigt nur das, was er zuvor schon selbst in die Tat umgesetzt hat."*

Leckere Kuchen

Partyplatten

Getränke

Leberkäs

Torten

Wurst

Gebäck



Brotzeit

Und ein Lächeln umsonst...

Das kleine Backhaus, Boschetsrieder Str. 17, 81379 München  
Alexia Apostolidou, Tel. 089-7232160

Vorstellungsartikel April 2008

*Konfuzius sprach:  
"Die Natur der  
Menschen lässt sie  
einander nah  
sein, doch die  
Gebräuche halten  
sie voneinander  
fern."*

Der H-TEAM e.V. hilft Münchner Bürgern am Rande der Gesellschaft. Menschen, die in chaotischen Wohnverhältnissen leben, die krank und arm oder vollkommen isoliert sind. Bitte helfen auch Sie uns dabei:

Spendenkonto Raiffeisenbank:  
Konto 70 34 78 – BLZ 701 69 466

Plinganserstraße 19 · 81369 München  
Tel. 089-7 47 36 20  
Fax 089-7 47 06 63  
info@h-team-ev.de  
www.h-team-ev.de

Sprechzeiten:  
Mo., Mi, Fr 9.00-12.00 Uhr



**H-TEAM E.V.**  
HILFT BÜRGERN IN NOT

- Ambulante Wohnungshilfe
- Ambulanter Pflegedienst
- Ambulantes Wohntraining
- Betreutes Einzelwohnen
- Betreuungsverein
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Schuldnerberatung
- Schulung



beschwipstes Faschingspferd von Anna

## SENDLINGER AUGUSTINER

### Das gemütliche Wirtshaus in Sendling

Alramstr. 24 in 81371 München, Tel: 089-747 09 25, U3/6 Implerstraße

[www.sendlinger-augustiner.de](http://www.sendlinger-augustiner.de)

**Frühstücken in  
Sendling**

**10,50€**

**jeden Sonntag**  
von 10h30 – 14h00

Büffet incl.  
Eierspeisen,  
Weißwürste  
und aller  
Heißgetränke



**Fußball Bundesliga**  
**Live auf Großbildleinwand**

**Samstag** ist  
Schnitztag  
versch. Schnitzel  
mit Beilagetag  
**6,66 €**

**Montag** ist  
Schweinebratentag!  
Ofenfrisch und den  
ganzen Tag mit 2  
Knödeln,  
Speckkrautsalat  
und Dunkelbiersoße  
**5,90 €**

# **Wintergemüse**

## **aus Erwin Winters HOLLERBUSCH**

### **Wurzeln und Knollen**

sammeln in der Erde einen Schatz an Energie und gesundheitsfördernden Stoffen an. Sie sollen das Überwintern ermöglichen und genügend Reserven speichern, um im folgenden Jahr auszutreiben und Samen zu bilden.

Sellerie, Rote Beete, Schwarzwurzeln und schwarzer Rettich, Topinambur, Kohlrüben und Möhren zählen dazu.

Möhren besitzen den höchsten Gehalt an Beta-Carotin-VitaminA, das im menschlichen Körper für Zellwachstum erforderlich ist. Es sollte aber immer im Fett gelöst werden, um vom Körper aufgenommen zu werden. In Butter dünsten, aber nicht mit Ölen anrichten, da sie das Beta-Carotin behindern (besonders für Kinder).

### **Pastinake**

Sie ist eine Petersilienart und Verwandte der Möhre. Sie kann sich vom Nährstoffgehalt durchaus mit der Kartoffel messen - Kohlenhydrate -, etwas weniger Eiweiß, mehr Fett.

Kalium- und Magnesiumwerte sind fast gleich. Phosphor, Calcium und Vitamin C sind bedeutend höher. Als Püree oder im Ofen gebacken sind sie mal was anderes. Pastinaken sind ein Glücksfall, verdauungsanregende ätherische Öle, süßes Aroma, für Salate, gedünstet oder gebraten - für Kleinkinder sehr gesund.

### **Hüsenfrüchte**

Sie sind gemeinsam mit

Getreide zubereitet eine hochwertige und vollständige Ernährung . Sie sind jahrelang haltbar. Sie binden CO<sub>2</sub> und bilden daraus selbst Eiweiß. Sie haben einen kulinarischen Wert. Erbsen, Bohnen, Linsen.....da kann der...:o)

## Kohl

Grünkohl wird nur von der Möhre übertroffen an dem für das Wachstum so wichtige Provitamin A, aber als Vitamin C - Lieferant muß man ihn essen. Nur positive Wirkungen auf Gesundheit und Widerstandskraft. Kohl ist bekömmlich - nur die Kunstdünger aus dem konventionellen Anbau machen ihn unbekömmlich. Broccoli, Rot-, Weiß-, Blumen- oder Rosenkohl sind empfindlich gegen Nitrat, Kunstdünger. Kohl ist von Natur aus nicht unbekömmlich. Ob Norddeutschland, Pyrenäen, Balkan, Irland, sie räumen - langsam auch in Bayern - dem Kohl den gebührenden kulinarischen Platz ein.



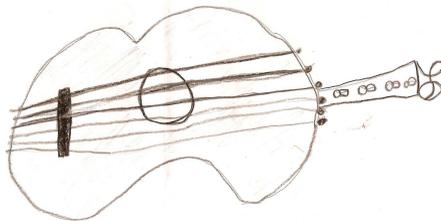
Sophie Arndt

**Erwin  
Winter**

**HOLLERBUSCH**

**biomarkt sendling,  
daiserstr. 5  
tel.: 77 64 74**

[biomarkt.sendling@gmx.de](mailto:biomarkt.sendling@gmx.de)



Gitarre von Sophie Arndt aus der Daiserstrasse

# Das Gold der Perser oder Das Gewürz SAFRAN

Von BAYATE aus dem Restaurant SAFRAN in der Lindwurmstr. 108



Der Name Safran kommt aus dem Persischen und bedeutet „ gelb sein“ oder „gelb werden“. Neben der Farbe bringt Safran auch ein intensives Aroma hervor, das vorzüglich zu Reis passt, aber auch Fischgerichten und natürlich Kuchen eine besondere Note verleiht.

Traditionell wird das zuerst rote, dann gelbe Gewürz der spanischen Paella und indischen Süßspeisen beigegeben. Safran ist bei zu hoher Dosis giftig, Vergiftungserscheinungen treten allerdings erst beim Verzehr mehrerer Gramm auf. Bei der Verwendung von Safran ist es sinnvoll, die roten Fäden zunächst in Wasser einzuweichen. Die Farbstoffe sind wasserlöslich und werden frei. So kann der Safran erst zum Schluss den Speisen beigegeben werden und verliert nicht durch längeres Kochen an Aroma.

Safran ist bekannt als das teuerste Gewürz der Welt, da von der Safranblüte lediglich die feinen Narben, also der weibliche Blütenteil, verwendet wird, ist die Safrangewinnung denkbar aufwändig. Man benötigt ca. 130000 Blüten um ein Kilo Safran zu gewinnen, was einer Anbaufläche von ungefähr 2000m<sup>2</sup> entspricht. Aus diesem Grund ist Safran sehr teuer, ein Gramm kostet zwischen 4 und 14€. Günstiger wird er, wenn er nicht rein ist. Sind die männlichen Blütenteile beigemischt, spricht man von naturrelem Safran, er ist günstiger, die männlichen Staubblätter allerdings geschmacklos. Manchmal wird auch Kurkuma als Safranersatz angeboten, er führt ebenfalls zu einer Gelbfärbung der Speisen, ist aber von der Intensität der Farbe und vom Aroma nicht mit Safran zu vergleichen. Bei geringen Qualitäten gibt es abenteuerliche Beimischungen, um das kostbare Gut zu strecken. Der hohe Preis des Gewürzes relativiert sich durch die geringe Dosis, die beim Kochen nötig ist. Denn es reicht schon eine Messerspitze, um den Effekt an Farbe und Aroma zu erzielen. Nimmt man zu viel, kann Safran einen zu intensiven, leicht bitteren Geschmack ausbilden.

## PSYCHOTHERAPEUTISCHE PRAXIS

**Atemtherapie, Traumatherapie  
Körperorientierte Gesprächstherapie**

**Maria Antonia Rappay**



**Tel. 089 7450 0353**

Wolfratshauer Straße 28

81379 München-Obersendling

maria.rappay@atembegleitung.de

[www.wege-aus-distress.de](http://www.wege-aus-distress.de)

Safran wird traditionell hauptsächlich im Iran weiter östlich bis Nordindien aber auch im Mittelmeerraum in Spanien, Griechenland und Italien angebaut. Kleine Mengen stammen allerdings auch aus weniger milden Klimaten, aus Österreich und der Schweiz. Berühmt ist dort die kleine Waliser Gemeinde Mund für den Safranbau auf 1200m Höhe. Besonders delikat sollen der Safran aus Kaschmir und Spanien sein. Der Safrankrokus ist in der Kultur relativ empfindlich. Der Boden darf keinesfalls zu dicht und nahrhaft sein. Vielmehr liebt der *Crocus sativus*, aus dem der Safran gewonnen wird, einen sandig-lockeren, luftigen, durchlässigen eher mageren Boden. Die Knollen werden ca. 15-20cm in den Boden gesetzt und dürfen dann keinesfalls zu feucht stehen. Sie werden mit der Zeit immer wieder umgesetzt, um ihre Blühwilligkeit zu fördern. Safran verträgt auch stärkere Winter ziemlich gut. Die Ernte erfolgt zur Blütezeit von September bis November. Dabei wird die Blüte gepflückt. Später werden dann in Feinarbeit die weiblichen Narben herausgetrennt und an einem dunklen Ort getrocknet und aufbewahrt, um das Aroma zu bewahren.



**SAFRAN**

## Im bayerischen Busch von Kriemhilde Klippstätter

Kurz vor Mühldorf liegt Ampfing, zumindest wenn man mit dem Zug von München kommt. Die Gemeinde wurde einigermaßen bekannt dadurch, dass sie im Isental liegt. Das ist die liebliche Gegend, durch die demnächst eine Autobahn führen wird, was Anwohner und Naturschützer seit Jahren in Rage versetzt. Vielleicht wird deshalb so viel renoviert in der Region. In Ampfing ist es der Bahnhof, genauer gesagt die Bahnstrecke, die ausgebaut wird, nebst großzügiger Unterführung, damit die Fußgänger gefahrenfrei und rollstuhltauglich die beiden Plattformen – eine Richtung München, die andere für die Züge nach Mühldorf – erreichen können.

Der Bahnhof selbst ist, anders als sonst üblich, bewohnt von immerhin vier Parteien. Das merkt der Reisende gleich, wenn er durch die Eingangstüre gehen will weil er dahinter die Schalterhalle vermutet. Die Türe ist nämlich versperrt. Also wird der Zugang wohl auf der Rückseite, bei den Gleisen sein. Ist er auch. Allerdings gibt er nicht wie früher den Weg zur Schalterhalle frei, sondern zu einem Fastfood-Lokal. Zugtickets gibt es draußen am Automaten. Damit beginnt schon der Stress, denn ich habe nur mehr fünf Minuten, bevor der Zug nach München kommen soll.

In die bayerischen Regionalbahnen darf aber nur steigen, wer einen Fahrschein hat. Obwohl Schaffner im Zug sind. Die kontrollieren die Tickets und können auch welche verkaufen, aber eigentlich muss der Reisende ein bezahltes Billet haben. Und die gibt es eben meist nur am Fahrscheinautomaten. Das sind technische Meisterwerke mit Touchscreens, so dass man nur noch rumtappen muss. Gefühlt 20 Mal langt man auf die Scheibe, bis das richtige Ticket bestellt ist. Man vermeide es, einen Fehler zu begehen, denn sonst muss man Rückschritte eingeben oder gleich von vorne anfangen. Am besten ist es, man schaut einem Jüngeren zu, wie er sich die Fahrkarte zieht, dann ist man nachher nicht so mutlos. Denn selbst Geübte verheddern sich bei den vielen Optionen und kommen nicht fehlerfrei durch.

Ich verzichte erst mal auf die Tortur und suche die richtige Plattform. Mein Zug soll von Gleis 1 abfahren, wie mir die nagelneuen blauen Schilder weisen: Gleis 1 Richtung München. Da will ich hin. Aber wie auf das Gleis kommen? Ein Bauzaun versperrt den Zugang. Ich laufe also um den Bahnhof zurück zur Straße und suche einen Zugang, finde aber keinen, nur Bauzäune. Einer hat eine Brücke zu Gleis 1. Ich packe meinen Koffer, klettere auf das Gerüst und auf der anderen Seite wieder runter. Wunderbar, ich stehe auf Gleis 1, zwar ohne Fahrkarte, aber immerhin parat. Ich mache die paar Schritte auf den Fahrkartenschalter zu, der hinter dem Bauzaun auf Kundschaft wartet. Ein junger Bursche hat hinter mir ebenfalls das Gerüst bezwungen und braucht offensichtlich auch ein Ticket. Wir bilden schon eine kleine Notgemeinschaft. Er schiebt den Bauzaun vor dem Automaten weg, ein hartes Stück Arbeit, bevor er sich durch das Menü hangelt, noch mehr Arbeit. Ich schaue über seine Schulter und denke, dass die Zeit nicht für ein zweites Ticket ausreichen wird.

Noch zwei Minuten bis zur Abfahrt. Mir fällt auf, dass ich alleine auf Gleis 1 stehe, gegenüber aber ungefähr zehn Leute warten. Panik kommt auf. Ich rufe rüber, von wo der Zug nach München abgeht. Sie bedeuten mir, dass sie richtig sind und ich falsch stehe. Wie komme ich auf die andere Seite? Die Gleise kann ich nicht überqueren, zu gefährlich. Von gegenüber wird in Richtung der Tunnelbaustelle gedeutet. Gleichzeitig meldet sich der Lautsprecher mit der Durchsage, dass demnächst der Zug nach München auf Gleis 2 einfährt. Jetzt pressiert es. Ich quetsche mich durch den Bauzaun am Automaten vorbei, umrunde erneut den Bahnhof, hechte quer über den Vorplatz, suche den Eingang zur Tunnelpassage, renne und springe über Lampen, Kabel und sonstiges Handwerkszeug in Richtung Ausgang. Hinter mir spurtet der junge Fahrkartenbesitzer heran, überholt mich und ich muss ihm nur noch nachlaufen. Er spreizt erneut ein Absperrgitter zur Seite, wie laufen zickzack die Rampe zu Gleis zwei rauf, an einem anderen Automaten vorbei und schon rollt der Zug heran. Geschafft!

Drinne im Zug warte ich ungeduldig auf den Schaffner. Sie kommen von zwei Seiten. Meiner ist ein junger Typ, dem ich gleich beichte, dass ich keinen Fahrschein habe. „Ja, wieso denn nicht?“ fragt er gemütlich. „Ja, weil ich in Ampfing eingestiegen bin“. Das reicht ihm als Erklärung, denn er versichert, dass er das nur bis zum 15. akzeptiert. Offenbar ist Ampfing als schwarzes Loch bekannt. Ich muss aber noch meinen Ärger loswerden und so erzähle ich ihm mein Bahnabenteuer während er meine Fahrkarte ausstellt. Er hat einen Fahrscheinautomaten in klein dabei. Jetzt verstehe ich auch, wieso man sich um die Tickets selber kümmern muss. Die Prozedur dauert und dauert und dauert...

*Ein Jünger fragte Konfuzius, wie er seinem Fürsten dienen solle. Der Meister sprach:  
"Man darf ihn zwar nicht täuschen, doch offen widersetzen darf man sich ihm."*

**Ein schöner Rücken kann nur entzücken**

Physiotherapie  
Präventionstraining  
medical Wellness

Bernd M. Linhart

**wenn er nicht wehtut !**



81371 München, Alramstr. 20, Tel. 76 22 10  
[www.medithera.de](http://www.medithera.de)

# Mein WESTEND

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



**Bioresonanz/ Clark-Therapie**

**Naturheilpraxis  
Heike Habermann**

**[www.naturheilpraxis-  
habermann.com](http://www.naturheilpraxis-habermann.com)**

**[heike.habermann@gmx.de](mailto:heike.habermann@gmx.de)**

Vorstellungsartikel September 2009



15. Januar 2010

Schnee auf einem Aprikosenbaum in Malaucène in Südfrankreich

# 50 Jahre Budo-Sporterfahrung - Ihr Vorteil

Selbstverteidigungskurse für Kinder, Erwachsene und  
Senioren

**Jetzt anmelden für neue Kurse**

**Gesamleitung : Alois Bliem**  
international anerkannter Lehrer und Meister  
Fachlehrstätte der BFO  
für Jiu-Jitsu, Judo, Karate, Aikido

*Kontakt und Informationen:*

Dienstag- Mittwoch- Donnerstag von 15 –22 Uhr  
Tel. 089 50 83 17 oder Mobil 0151 / 59923105

**Kurstermine und weitere  
Informationen finden Sie auch  
unter**

**[www.bliem.info](http://www.bliem.info)**

	
<p>Selbstverteidigung für Erwachsene Kinder und Senioren Heimeranstr.58 80339 München Tel. 089/ 50 83 17 oder 0151/ 59923105</p>	

Vorstellungsartikel Dezember 2009

**Budo-Sport-Schule A. Bliem**  
80339 München Heimeranstr.58  
Erreichbar mit  
Bus 132 / 133 / 53 - U4 / U5 / S7

## **DIE KLEINE NACHBARSCHAFTSZEITUNG LIEGT u.a. AUS BEI:**

Musik Hartwig, Lindenschmitstr. 31  
Hausarztpraxis Engert + Oefelein, Pfeuferstr. 33  
Sendlinger Buchhandlung, Daiserstraße 2  
Café Viva, Valley/Ecke Danklstraße  
Augustiner, Alramstr. 24  
ASZ, Daiserstr. 37  
Bioladen Hollerbusch, Daiserstr. 5  
Oberländer Apotheke, Oberländerstraße  
Rama Feinkost, Alramstr 27/Ecke Daiserstraße  
Stadtbibliothek Sendling, Albert-Roßhaupter-Str.  
Bäckerei GRIESHUBER, Treffauer Str. 21, 81375 M  
Bücher Kindt, Albert-Roßhaupter-Str. 73a  
Arztpraxis Fischer und Steininger, Albert-Roßhaupter-Str. 73  
Stemmerhof: Café im Stemmerhof, Kulturbühne ars musica, Galleria, Windelservice,  
Tierzentrum, Lagerverkauf, dumbodesign  
Kulturschmiede, Daiserstr. 22  
Café Schuntner, Plinganserstr. 10  
Medithera, Alramstr. 20  
PSCHORR-Krug, J+F ISTRATE, Oberländer/Ecke Daiserstr.  
Deutsch/Französische Schule Jean Renoir, Berlepschstr. 3  
Glitzerstein, Kidlerstr. 21  
Reformhaus am Harras, Plinganserstr. 37  
Blume und Beiwerk, Lindwurmstr. 203  
Wirtshaus Valley's, Aberlestr. 52, Ecke Valleystr.  
Mütterzentrum Sendling, Brudermühlstr. 42  
Restaurant Agora, Aberlestr. 1  
Antonius-Tenne, Plinganserstr. 10  
King's Laden, Partnachplatz 9  
Gesundschuh Wagner, Daiserstr. 35a  
Reisebüro am HARRAS, Plinganserstr. 40  
Pieris Backstube, Aberlestr./Lindenschmitstr.  
H-Team e.V., Plinganserstr. 19  
Centro Espagnol, Daiserstr. 20  
Flavia's World of Beauty, A-Roßhaupter-Str. 26  
Transpedal, Alramstr. 24  
Schneiderwerkstatt Brigitte Deuerling, Kidlerstr. 1  
Arztpraxis Roder + Kollegen, Plinganserstr. 33  
ladysportiv, Pfeuferstr. 34  
Arztpraxis Selzle, Am Harras 15  
Lotto-Toto Schreibwaren, Albert-Roßhaupter-Str. 110  
Thai-Markt, Albert-Roßhaupter-Str. 100  
Petra's Papeteria, Plinganserstr. 26  
Bäckerei & Konditorei BACK MAYR, Nestroyst. 2  
Lotto-Toto Gabriela Seidewitz, Nestroyst. 2  
Das Kleine Backhaus, Alexia APOSTOLIDOU, Boschetsriederstr. 17  
Central Reinigung, Aidenbachstr. 30  
Jacques Wein-Depot, Lindwurmstr. 124  
Eichendorff-Apotheke, Schmuzerstr. 1  
Sendlinger Bio Markthalle, Albert-Rosshaupter-Str. 106  
Kopfert, Plinganserstr. 24,  
StemmerKuchl, Stemmerhof,  
Kaffee, Espresso und Barista, Pfeuferstr. 33  
Südbad, Valleystr. ,  
RIZZO, Schäftlarnstr. 166,  
**NEU: Getränke Burger, Oberländerstr. 24,**  
**NEU: Getränke Hellas, Thalkirchner Str. 210**  
**und noch mehr ...**

## Ihre Papierdokumente jetzt online blättern!



Haben Sie so ein Magazin oder Katalog schon Mal auf einer Webseite gesehen? Waren Sie nicht sofort beeindruckt? Denselben Eindruck können Ihre Papier und PDF Dokumente bei Ihren Kunden und Geschäftspartnern hinterlassen!

**My-catalog.biz bietet Ihnen Ihr erstes Papier/PDF Dokument in der Webpaper Technologie online zu stellen, 100% kostenlos.** So können Sie unverbindlich die Benutzerfreundlichkeit und die Vorteile unserer Webpaper-Technologie näher erleben und sich davon überzeugen!

Vergessen Sie Druck und Portokosten und erhöhen Sie Ihre Auflage mit der weltweit meist entwickelten Technologie:

- Darstellung von Videos, Animationen, Sounds, Anfrageformulare
- Verlinkung zu Ihrem Webshop (Warenkorb), Webseite...
- Offline Version: blättern Sie Ihr Webpaper auf jedem Computer ohne Internet
- Innovative Funktionen : Full screen, Lesezeichen, Notiz, Autoblättern, Suche...
- Schnelle Ladezeit (auch mit Videos und Animationen).
- Suchmaschinen optimiert.

**my-catalog.biz**

e-merch Softwareentwicklungs  
und -Vertriebs GmbH  
Neudorfer Straße 7/3  
2361 Laxenburg Austria  
Tel: +43 2236 710 842 0  
Fax: +43 2236 710 842 65  
Mail: peter.prenner@my-catalog.biz

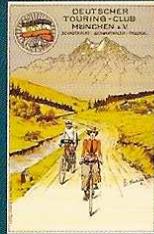


## 4 Auktionen im Jahr

Wir suchen auktionsfähige Ansichtskarten, Briefen, Ganzsachen sowie ganze Sammlungen, Posten und Nachlässe.

Spitzen-Zuschlagspreise erzielen wir insbesondere bei:

Jugendstil, WW, Bauhaus, Flugpost, Flugtage, Zeppelin, Judaika, Dt. Kolonien, Erotik, Politik, III. Reich, Zigarettenbildalbum, Topographie von Deutschland, Österreich, Südtirol, Balkanländer, Böhmen, Rußland und der ganzen Welt. Ihre Einlieferungen sind jederzeit willkommen. Rufen Sie uns an!



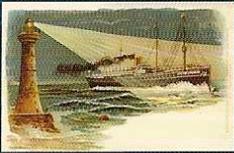
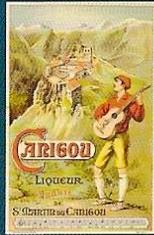
Bestellen Sie unseren Katalog (Vorkasse):  
13,- € / Europa 16,- € / Übersee 25,- €  
Abo (5 Kataloge) 57,- € / Europa 67,- €



Postbank München  
BLZ 700 100 80, Kto-Nr. 0235 726 803  
IBAN: DE31 7001 0080 0235 7268 03  
SWIFT-BIC: PBNKDEFF

## Auktionshaus Meixner

Lindwurmstraße 126a, 80337 München  
Tel. 089 / 74 79 03 23, E-Mail: info@meixner.de  
www.meixner.de



**Kontakt:** [dein.sendling@yahoo.de](mailto:dein.sendling@yahoo.de)

MACHT MIT BEI UNS !

**Tel.:** 0176-96 81 19 26 (Gabriela)

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang MÄRZ 2010

**[www.mein-sendling.de](http://www.mein-sendling.de)**