

BUCHKULTUR *Thema*

SONDERAUSGABE FRÜHJAHR 2018

Österreichische Post AG, NZ 020333122 M, Buchkultur VerlagsgmbH, Hütteldorfer Str. 26, 1150 Wien, ISSN 1026-082X, Heft 176 A



Küche
Kulinarische Botschafter

Garten
Irdische Paradiese

Design
Wohnen und Mode

Kreativ
Frische Inspirationen

Gut Leben
Abschalten und Auftanken

Reise
Grenzenlose Sehnsucht

SCHÖN & GUT

Frühlingsgefühle mit

maudrich
tut gut



Eva Fauma
**Gutes für Haut
& Haar**

Hausmittel einfach
selbst gemacht

104 Seiten
Klappenbroschur
EUR 15,90
ISBN 978-3-99002-066-1

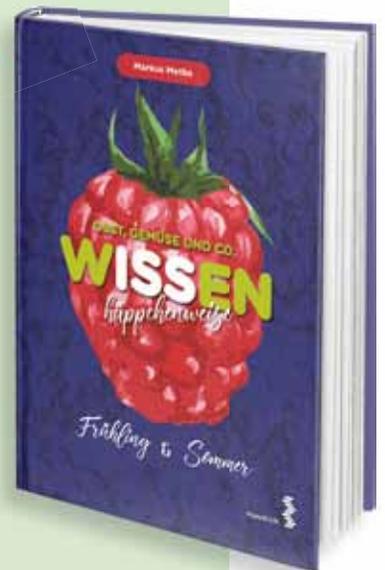


Markus Metka

**Obst, Gemüse und Co.
WISSEN häppchenweise**

Frühling & Sommer

256 Seiten, Hardcover
EUR 27,80
ISBN 978-3-99002-057-9



Jasmin Parapatits
Eine Portion Liebe

Kulinarische und literarische
Verführungen

176 Seiten, Hardcover
EUR 23,60
ISBN 978-3-99002-060-9



Wohlfühlmomente
mit unseren Büchern.



INTRO

Das Leben genießen

Seit fast 30 Jahren erscheint das Magazin Buchkultur und von Beginn an war es unser Wunsch, Sie zusätzlich mit Themenheften über Neuigkeiten am Buchmarkt zu informieren und zu inspirieren: Der jeweiligen Zeit entsprechend reichten diese von Comics über Multimedia (ein großes Thema in den 90er-Jahren) bis hin zu Gesundheit. Zwei davon sind seit langem fixer Bestandteil im Buchkultur-Jahr: das Sonderheft Krimi sowie jenes rund um die österreichische Literatur.

Mit dem neuen Themenheft „Schön & Gut“ möchten wir uns auf neues Terrain begeben und Ihnen auch im Bereich Lifestyle, Genuss und Kreativität gewohnt gut recherchierte und ausgewählte Literatur vorstellen. Wir wollen Ihnen in diesem Sonderheft jene Aspekte des Lebens zeigen, die vielleicht nicht ausschließlich mit Kopf und Verstand zu erfassen sind, sondern auch mit unseren Sinnen und Gefühlen: Leben mit Natur und Garten, das Spiel mit Kulinarik, der Wunsch zur Gestaltung des eigenen Lebensraums. Bücher, die sich diesen Themen widmen, wollten wir für Sie finden: schöne und gute Bücher.

INHALT

<i>Küche</i> Kochbücher als kulinarische Botschafter	4
<i>Garten</i> Irdische Paradiese bieten die nötige Entspannung	8
<i>Design</i> Neue Trends bei Wohnen und Mode	12
<i>Gut leben</i> Ideen für einen ausgeglichenen Alltag	16
<i>Kreativ</i> Inspirationen für kreative Geister	20
<i>Reise</i> Grenzenlose Sehnsucht	22

IMPRESSUM: Buchkultur Verlagsges.m.b.H., Hütteldorfer Straße 26, A-1150 Wien, www.buchkultur.net,
Tel.: +43/1/786 33 80, E-Mail: redaktion@buchkultur.net. Herausgeber: Michael Schnepf, Nils Jensen;
Chefredakteur: Hannes Lerchbacher; Marketing: Max Freudenschuß; Art Direction: Manfred Kriegleder;
Druck: Bauer Medien Produktions- & Handels-GmbH; Daten ohne Gewähr. Offenlegung gemäß § 25 MedienG
für Medien des Verlags Buchkultur siehe: www.buchkultur.net. Eigentümer: Buchkultur Verlagsges.m.b.H.
(geschäftsführender Gesellschafter: Michael Schnepf). Umweltzeichen Registriernummer PEFC/16-44-917.



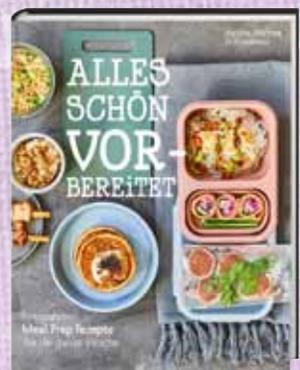
Gefördert von BUNDESKANZLERAMT ÖSTERREICH



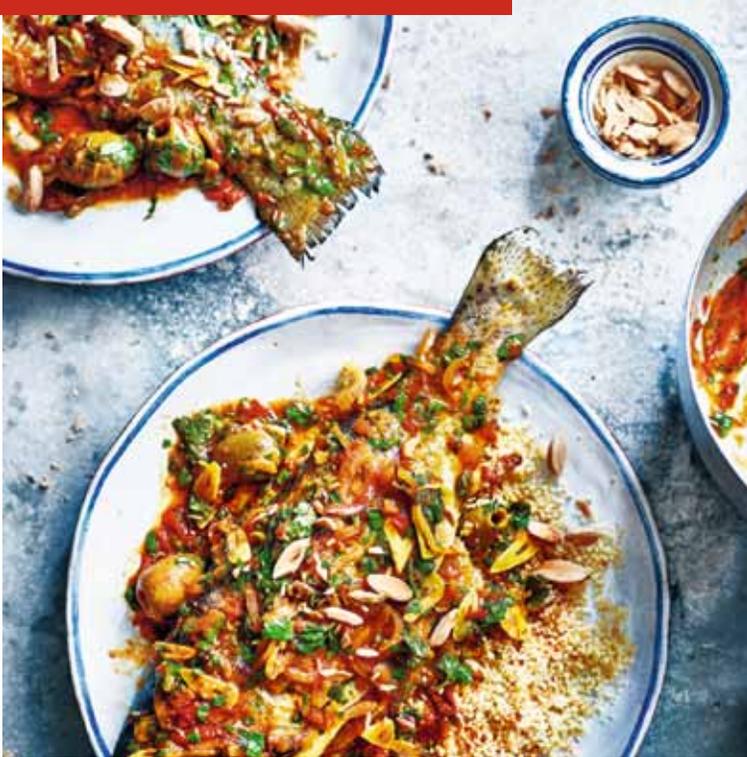
Lily Diamond
Minze, Salbei, Rose
Rezepte mit Kräutern und Blüten
978-3-03800-079-2
€ 21,00 (A)



Claudia Schilling
Hin und weg
Lunchbox-Rezepte für Picknick
und unterwegs
978-3-03800-975-7
€ 35,00 (A)



Andrea Martens / Jo Kirchherr
Alles schön vorbereitet
Entspannte Meal-Prep-Rezepte
für die ganze Woche
978-3-03800-919-1
€ 25,00 (A)



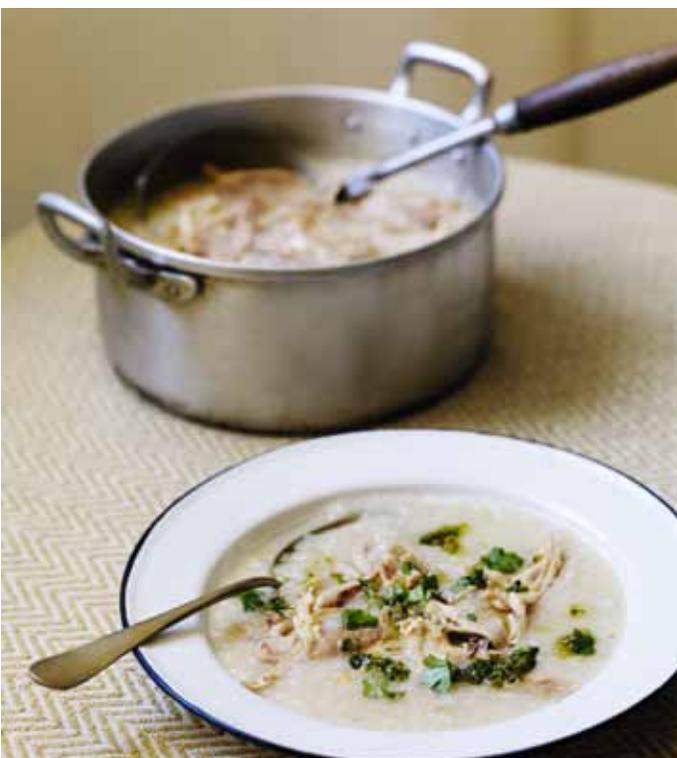
Kulinarische Botschafter

KOCHBÜCHER LESEN: Wie nannte das Robert Pfaller in seiner „Ästhetik der Interpassivität“? Das Phänomen des delegierten Genießens, Lektüre als Ersatzhandlung ... Nun ja. Betrachten wir es lieber von der hedonistischen Seite, mit einer Prise Fantasie und Kreativität, und lassen uns auf eine Reise zurück in frühe Genüsse, in ein unbekanntes Land mitnehmen.

VON MARIA LEITNER

Wenn er nicht arbeitet, dann isst er: Der charismatische Nuno Mendes erkochte im Chiltern Firehouse („the most talked about, the most fashionable in UK!“) den Michelin-Stern spektakulär mit internationaler Küche. London hat er nicht verlassen. Aber in seinem neuen Restaurant Taberna do Mercado bezaubert er die Gäste mit kulinarischen Kindheitserinnerungen aus Portugal. „In Lissabon werden die Tage durch Mahlzeiten strukturiert“ – auf einen kulinarischen Spaziergang durch den Tag nimmt Mendes, der ursprünglich Meeresbiologie studieren wollte, in seinem Buch „Lisboeta – Rezepte und Geschichten aus der Stadt des Lichts“ mit. Das beginnt mit den pastéis de nata und geht bis zu Snacks wie Samosa, die schon seit dem 17. Jahrhundert in der ehemaligen Seefahrernation bekannt und beliebt sind. Mendes freuen die fantasievollen Namen der Süßigkeiten, wie papo de anjo, Doppelkinn eines

Engels, oder barriga de freiras, Nonnenbauch (Anm.: in den Klöstern wurden die flügelartigen Hauben der Nonnen mit Eiweiß gestärkt, die heiligen Frauen suchten und fanden eine Verwendung für die übriggebliebenen Dotter – Karies an den Skeletten beweist eine sehr irdische Leidenschaft!). Die Rezepte scheinen einfach, sind aber raffiniert und Kochanleitungen ja nicht Hauptanliegen dieser Liebeserklärung an Portugal. Ob Mendes hierher zurückkehren wird? Nicht ausgeschlossen, ist sein Spitzname doch „viajante“, Reisender. In einem Interview sagte er über das Kochen: „Wir alle, ob wir es wollen oder nicht, werden Botschafter unseres Landes.“ Etwas Schöneres könnte man auch über „Honig & Orangenblüte“ nicht sagen! John Gregory-Smith hat Marokko, das faszinierende Land mit den vielen kulinarischen Facetten, abseits der Touristenpfade bereist. Wie auf allen seinen Fahrten lässt er sich einzig von der Begeisterung für Schme-



FOTOS: KYLE BOOKS, LONDON, TEXT JOHN GREGORY SMITH, FOODFOTO MARTIN POOLE, F.D.T.AUSGABE DORLING KINDERSLEYVERLAG, FOTOS: MANUEL KRUG FÜR TRE TORRIVERLAG, ANDREW MONTGOMERY, LISA NIESCHLAG

Regionale Küchen: Eindrücke aus Marokko, China, Lissabon und New York

cken, Riechen, Kochen und gemeinsam Essen leiten und lernt dabei ungewöhnliche Menschen kennen. Das ergibt sehr persönliche Impressionen. Schon in der Einleitung über die historischen Einflüsse – Berber, Araber, Mauren, Ottomanen, Franzosen und Spanier – meint man, den Duft der Gewürze wahrzunehmen! Für den Leser sollen die Rezepte nicht theoretisch bleiben. Deshalb variiert er einige so, dass sie durchaus nachzukochen sind: Ein ganzes Lamm zu servieren ist ja nicht jedermanns Sache ...

KÜCHEN AUS ALLER WELT

Ein Sprung über den Atlantik. Kann man New York küchenmäßig erfassen? „New York is not a city, but a world“ – nicht nur ein melting pot of nations, sondern auch ihrer Küchen. Die Kommunikationsdesigner Lisa Nieschlag und Lars Wentrup haben einen originellen Zugang gefunden: eine kulinarische Fahrt, inspiriert von Duke Ellington’s Jazz-Klassiker „Take a train“ über New Yorks älteste U-Bahn-Linie. Im Central Park Picnic servieren sie dem Leser demnach ein Pastrami-Sandwich, in einer der Rooftop Bars frittierte Oliven; Manhattan bedeutet natürlich ein üppiges T-Bone-Steak auf dem Tisch! Als literarische Würze kann man Paul Auster beim Frühstück zusehen.

Auf den ersten Blick ebenfalls eine Herausforderung: ein Kochbuch mit dem schlichten Titel „China“. Tatsächlich geht

es um Herrn Wu und sein „Hot Spot“, eines der angesagtesten Lokale in Berlin. Das Besondere daran? Die Rezepte des renommierten Weinliebhabers waren bis jetzt nicht niedergeschrieben worden, nicht einmal für den „internen“ Gebrauch! Wu’s Credo: Suche nach Harmonie und Komplexität (Riesling als idealer Weinbegleiter); Wok als no-go (durch gemeinsames Rösten kommt es zur Vermischung der individuellen Geschmäcker); und natürlich kein Glutamat – stattdessen brodelt für die geschmackliche Abrundung ein Topf Hühnerbrühe den ganzen Tag vor sich hin.

DIE BÜCHER



John Gregory-Smith **Honig & Orangenblüte. So schmeckt Marokko**
Übers. v. Susanne Keller, Dorling Kindersley, 192 S.

Ursula Heinzelmänn **China. Die Küche des Herrn Wu** Tre Torri, 208 S.

Nuno Mendes **Lissabon: Lisboa – Rezepte und Geschichten aus der Stadt des Lichts** Übers. v. Mechthild Barth u. Jochen Stremmer, Prestel, 372 S.

Lisa Nieschlag, Lars Wentrup, Christin Geweke, Julia Cawley
New York – Capital of Food: Rezepte und Geschichten Hölker, 176 S.



FOTO: SUSANNE KRAUSS

LEGENDEN AUS DER KÜCHE

Bio ist nicht unbedingt ein optimaler Qualitätsgarant; die Low-Carb-Welle hat eine unsinnige Entwicklung ausgelöst; keine Angst vor Fleisch und Fett! Solche und weitere „provokante“ Feststellungen in **Karotten lieben Butter** (Knaus, 304 S.) können entstehen, wenn eine Sterne-Köchin (Léa Linster), ein Allgemeinmediziner (Gunter Frank) und ein Evolutionsbiologe (Michael Wink) gemeinsam einkaufen, kochen und dabei angeregt diskutieren. Praktische Details (die meisten Gemüse sind ohne Haut bekömmlicher), ekloge (Hühnerfutter aus Asien wird aus Kot, toten Tieren, Abfällen hergestellt) und interessante (Gründung einer „Reichsvollkornkammer“ 1933) geben zusätzlich Würze, wie auch widersprüchliche Meinungen zum Thema Glutamat nicht unter den Tisch gekehrt werden. Damit es nicht zu ernst wird, streut Léa Linster ein paar Rezepte ein und zeigt z.B., wie sie ihre unvergleichlichen Madeleines macht. Und übrigens, es gibt tatsächlich eine biochemische Begründung, warum Karotten Butter lieben!



MARIA LEITNER

WIE FARBEN SCHMECKEN

Das Auge isst mit. So weit, so bekannt. Wenn sich aber drei Designer – Caro Mantke, Tatjana Reimann und Tim Schöber –, die berufsmäßig von Form und Farbe ausgehen, gemeinsam an den Herd stellen, ist das Ergebnis **Kochen nach Farben. 12 Farben – 12 Menüs** (Prestel, 208 S.) ein besonderes Kochbuch. Schon die Vorgeschichte ist interessant: Die Anregung für „einfärbiges Essen“ gab eine Figur aus Paul Austers Roman „Leviathan“, der seine Inspiration wiederum von der französischen Konzeptkünstlerin Sophie Calle bezog.

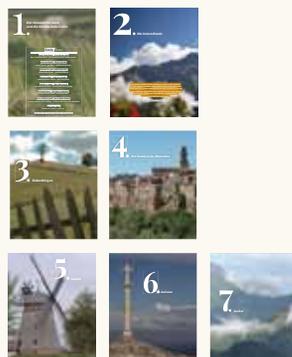
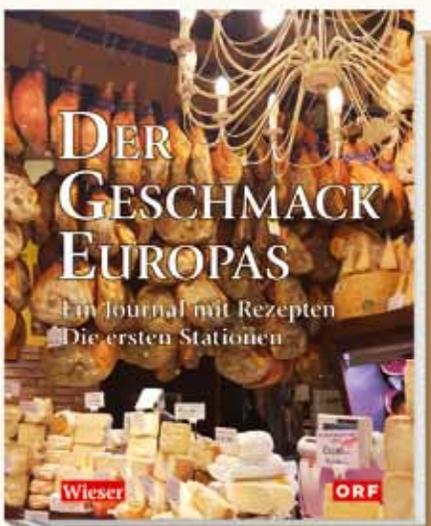
Nach zwei Jahren des Experimentierens war die Frage, wie sich Monochromie auf die Sinne auswirkt, hinreichend beantwortet; die Farben der Speisen ergaben sich ganz natürlich aus einer Art Jahreszeitenanalyse, also aus den vorherrschenden Farben von Obst und Gemüse des Monats. 12 Farben – 12 Menüs – und hinreißende Fotos, die die Ausgangsprodukte wie auch die Gerichte, fast abstrakt arrangiert, mit ihren unglaublichen Farbtönen zeigen. Tipp: Cola als empfohlenes Getränk zum „schwarzen Menü“ (Belugalinsensalat mit schwarzen Linguine) ruhig weglassen.

MARIA LEITNER



FOTO: TIM SCHÖBER, MS MANTOBER

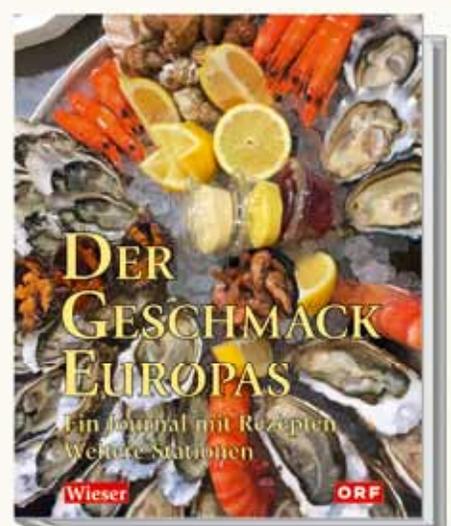
Augenschmaus: innovative Menüs in jeweils einer Farbe



Istrien
Epirus:
Der griechische Norden
Flandern
Böhmen
Sizilien
Der dänische Süden
Südoststeiermark

Lojze Wieser hat ein super Buch geschrieben. Eigentlich ist es ja ein Bildband. Ach was: Es ist ein Leuchtturm. Und zwar für all jene, die ihre kulinarische Mitte verloren haben, weil sie nur noch digital und hochglänzend von der Werbung angetrieben werden. Wieser hatte einen anderen Antrieb. Sein „Leuchtturm“ trägt den Titel „Der Geschmack Europas“

Peter Gnaiger, Salzburger Nachrichten



Großformat, 304 Seiten, durchgehend vierfärbig, gebunden, Lesebändchen, **EUR 30,00**
ISBN: 978-3-99029-235-8 · Bereits erschienen

Wieser Verlag
www.wieser-verlag.com

A-9020 Klagenfurt/Celovec • 8.-Mai-Straße 12
Tel. +43 (0)463 37036 • Fax +43 (0)463 37635
office@wieser-verlag.com

Großformat, ca. 300 Seiten, durchgehend vierfärbig, gebunden, Lesebändchen, **EUR 30,00**
ISBN 978-3-99029-250-1 · Erscheinungstermin: Juni 2018

DINER À DEUX

Machen Sie es wie Casanova und wecken Sie mit Ihren Kochkünsten erotische Begierden“, so fordert Jasmin Parapatits ihre Leser auf, eine „Portion Liebe“ aufzutischen und aphrodisische Lebensmittel bewusst zu verkosten. Die Anleitung dazu liefert

sie: ein hübsch gemachtes Buch mit 30 Rezepten, unterbrochen von ausgesuchten Stellen der Weltliteratur. Zusätzlich bietet sie einen kurzen historischen Abriss über Aphrodisiaka samt Auswahl jener Lebensmittel, die man als Liebesmittel einsetzen kann. Wir lernen aus der Sprachforschung, dass bei einigen Völkern dieser Welt – so etwa bei den Burmesen – das Verb für „essen“ gleichzeitig ein Synonym für „miteinander schlafen“ ist. Parapatits erzählt, dass bei vielen Lebensmitteln die Meinungen darüber, ob sie aphrodisierend wirken, diametral auseinandergehen. Hielten zum Beispiel die alten Ägypter Salat für sexuell anregend oder potenzsteigernd, glaubte man im antiken Griechenland das genaue Gegenteil. Die Wissenschaft hat jedenfalls bis dato keine konkreten Belege für aphrodisierende Wirkweisen von Lebensmitteln gefunden, was im Umkehrschluss jedoch nicht heißt, dass es diese nicht gibt. Aber auch hier gilt: Probieren geht über studieren! **Eine Portion Liebe. Kulinarische und literarische Verführungen** ist im Maudrich Verlag erschienen. MS



FOTO: MIRIAM PRIMIK



WAHRSAGEN DURCH MARMELADE

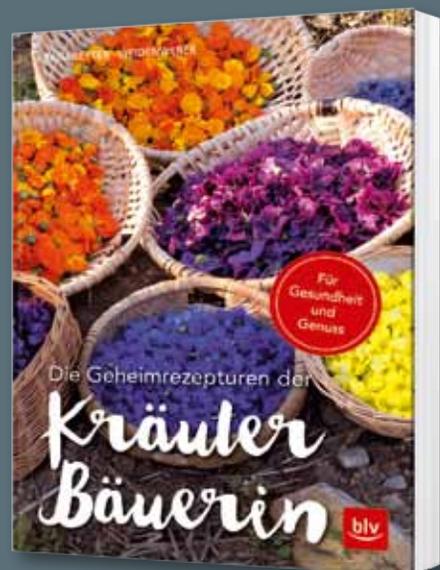
Wahrsagen durch Marmelade – was ist darunter denn zu verstehen? Nun, da geht es neben Fridas Fiesta (ja, es dreht sich um Frida Kahlo) vor allem um den Geschmack unserer Kinderbücher, um Propellerfrikadellen für Karlsson, um Willy Wonkas

Schokoladenüberraschung, um Apfelpudding für David Copperfield, um ein Kochbuch zum Film „Games of Thrones“ und natürlich um die Wahrsage durch Marmelade. Falls Sie sich jetzt im falschen Film wähnen – es ist alles in allem ein wunderbar witziges Kochbuch mit literarischen Einschüben und gelungen schönen Rezepten. Die studierte Sprachwissenschaftlerin Diana Anfimiadi kommt aus Georgien, schreibt auch feine Gedichte und kocht außerdem mit Leidenschaft. In **Wahrsagen durch Marmelade. Kulinarische Geschichten** (Wieser, 138 S.) reist sie nicht nur durch die Erfahrungen aus Kindheit und Familie, sondern auch quer durch die Literaturgeschichte. Sie stellt leise Stimmungen ebenso vor wie witzige Anekdoten, zwischendurch die locker eingeworfenen Rezepte, von der Lauchsuppe bis zu den Blumen auf unseren Tellern. Alles mit leichter Hand geschrieben und nicht ohne Augenzwinkern. Etwas für lesende Gourmets und für kochende Literaturliebhaber. NJ



144 Seiten · 140 Abb. · € 15,50 · ISBN 978-3-8354-1780-9

- 32 heimische Bäume im Porträt: Geschichten, Brauchtum, Mythen und heilkräftige Anwendungen
- Rezepte & Verwendungstipps: Kulinarisches, Tees, Kosmetik, Salben, Duftessenzen, Räucherungen
- Innere Ruhe finden: Baum-Rituale und Baum-Meditationen, energetische Baum-Zubereitungen



160 Seiten, 105 Abb. · € 17,50 · ISBN 978-3-8354-1813-4

- Heilkräftig und köstlich: Rosmaries Kräuterrezepte für Tees, Gewürze, Säfte, Wein, Likör, Essig, Öl
- Authentisch und stimmungsvoll porträtiert von Christine Weidenweber: die Bergbäuerin Rosmarie Kranabetter und ihr einzigartiger Kräutergarten



Irdische Paradiese

GÄRTEN SIND KULTURLANDSCHAFTEN, die sich Menschen nach ihren eigenen, daher subjektiv ganz verschiedenen Vorlieben gestalten. Blicke über den Zaun in fremde Gärten auf der ganzen Welt gestatten Bücher zum Thema.

VON KONRAD HOLZER

Am Anfang steht die Frage: Bleibt man zu Hause und genießt den eigenen Garten, schaut den Rosen beim Blühen zu und kostet die selbstgepflanzten Erdbeeren? Oder will man doch wissen, wie die anderen dieses Stück Erde zwischen Haus und der Natur – oder dem Nachbarn – gestalten? Renate Hücking ist promovierte Literaturwissenschaftlerin und für die Zeitschrift der Gesellschaft zur Förderung der Gartenkultur verantwortlich. Sie hält es eher mit dem Reisen und wird jedes Jahr schwach – so schreibt sie im Vorwort zu ihrem Buch „Unterwegs zu den Gärten der Welt“. Schwach wird sie, wenn sie die einschlägigen Angebote aus der großen, weiten Welt liest. Und so widmet sie ihr Buch den reisenden Gärtnern. Die einzelnen Abschnitte tragen die Titel: Fürstliche Bildungsreisen, Studienreisen, Pflanzenjäger auf Reisen, Gärtner unterwegs und Urlaub in fremden Gärten. Sie spannt einen weiten Bogen von den Bildungsreisen deutscher Fürsten im

18. und 19. Jahrhundert nach Italien und England über Maria Sibylla Merian, die zu Beginn des 18. Jahrhunderts allein mit ihrer Tochter nach Südamerika reiste, bis zu den Gartenreisen, die Agatha Christie ihre Heldin Miss Marple unternehmen lässt. Amerikanische Literatinnen und britische Schriftsteller, die nebenbei auch Gartenfans waren, sind ihre Themen, genauso wie ihre eigenen Reisen zu den Schneeglöckchen oder in völlig unbekannte, abgelegene Gartenlandschaften.

Auch Anja Birne reist: Die studierte Gartenbauerin leitet einschlägige Reisen durch ganz Europa. In ihrem Buch „Neue romantische Gartenreisen in England“ ist sie zu Besuch in den schönsten Gärten von London bis Yorkshire, in noch immer intakten elisabethanischen Gärten, Landschaftsgärten, Wald- und Sammlergärten, Küchen- und Nutzgärten. Es sind meist sechs Gärten, die sie in den einzelnen Grafschaften hervorhebt, um am Ende jedes Kapitels dann auch noch entsprechende Tipps zu



Gartenreisen: von fernöstlicher Gartenkultur (li.) bis hin zu englischen Landschaftsgärten (re.)

geben. Frau Birne beschließt ihr Buch mit Rezepten aus dem Küchengarten. Was bei diesem – und auch beim folgenden – Buch besonders auffällt, sind die prächtigen Foto-Illustrationen, die schon auch daran erinnern, was Anja Birne in ihrer Einleitung schreibt: „Gartenkultur spiegelt Gesellschaftsordnungen, Machtverhältnisse und Schönheitsideale ... wider.“ Das Buch wurde soeben mit dem Deutschen Gartenbuchpreis 2018, bester Gartenreiseführer, ausgezeichnet.

URLAUB IN FREMDEN GÄRTEN

Auch an Deutschlands Küsten – wie in den englischen Graf-schaften – blühen blau die Hortensien. Beate Schönke-Penke hat die Aktion „Offene Gärten in Mecklenburg-Vorpommern“ initiiert und entdeckt in dem Buch „Die schönsten Gärten an Deutschlands Küsten“ bezaubernde Refugien an Nord- und Ostsee. Die Autorin will vermitteln, was den Besitzern der 26 vorgestellten Gärten wichtig war, und da ist es sehr interessant zu lesen, welch verschiedene Zugänge Menschen zu ihren Gärten haben, wie eins aufs andere abgestimmt wird, so dass sich letztlich eine Einheit ergibt. Die einen wissen schon von Anfang an, was sie wollen, bei anderen wieder ändert sich der Geschmack im Lauf der Zeit. Christian Lehsten illustrierte mit seinen Fotos das Buch, er lebt in Güstrow, mitten in Mecklenburg-Vorpommern, und man sieht es seinen Bildern an, dass er

dort zu Hause ist, egal ob er jetzt kleine Details ins Bild rückt oder große, bunte Beete leuchten lässt. Nun sei doch noch ein Blick aus diesen europäischen Idyllen hin in den fernen Osten gewagt. Der Schweizer Gartenarchitekt Jochen Wiede hat schon ein Buch über die Abendländische Gartenkultur verfasst und lässt dem nun – unter dem Titel „Fernöstliche Gartenkultur“ – eines über die geheimnisvollen Gärten in China und Japan folgen. Er führt da zuerst einmal in die Grundlagen des chinesischen Denkens ein, erklärt die Idee, die hinter einem chinesischen Garten steht, und verfolgt zuerst die chinesische, dann auch die japanische Gartenkunst im Wandel der Zeit.

DIE BÜCHER



Anja Birne **Neue romantische Gartenreisen in England. Zu Besuch in den schönsten Gärten von London bis Yorkshire** Callwey, 192 S.

Renate Hücking **Unterwegs zu den Gärten der Welt** Insel, 318 S.

Beate Schöttke-Penke **Die schönsten Gärten an Deutschlands Küsten** DVA, 200 S.

Jochen Wiede **Fernöstliche Gartenkultur** Marix, 256 S.



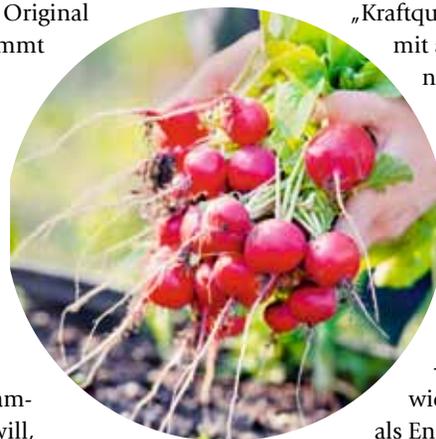
FOTOS: CHRISTIAN VERLAG, SHUTTERSTOCK, ALEXANDER, CHRISTINE PAXMANN, BLV BUCHVERLAG

Gärtnern mit allen Sinnen

NEBEN DER VORFREUDE auf die Saison der dreckigen Hände und der erdfleckigen Knie nistet auch schon der nicht eingestandene Stress – was pflanzen, wie gestalten, wo die Zeit für konsequente Pflege hernehmen. Neue Bücher geben Anregungen, wie man den Garten aber auch als Quelle für innere Ruhe nutzen kann.

VON SABINE MEIER

Die fünf hier vorliegenden Gartenbücher sind sehr unterschiedlich angelegt – als eine der Kopfnoten setzt sich der Begriff „Achtsamkeit“ in den Vordergrund. Mit dem man zwar Schwierigkeiten haben könnte, weil er nicht so ganz an das englische Original *mindfulness* herankommt – wie in Holly Farrels Titel „Achtsamkeit beim Gärtnern“ (*Gardening for Mindfulness*). Ob man für ihr Angebot offen ist, liegt in der persönlichen Disposition, die letztlich darüber entscheidet, ob man einen „Achtsamkeitsgarten“ anlegen will, sich am „Merkblatt zur Achtsamkeit“ orientiert und den Garten als Meditationsraum begreift. Farre gibt Tipps für



Einsteiger genauso wie für Erfahrene, was Achtsamkeit ausmacht, welche Pflanzen empfehlenswert sind und wie man dadurch zu Gelassenheit und innerer Ruhe gelangen kann.

Selbiges gilt auch für den Titel von Marlen Partzsch und Christine Paxmann:

„Kraftquelle Garten. Gärtnern mit allen Sinnen“,

der nach sinnlichem Erleben in die Kapitel Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Fühlen unterteilt ist. Auch hier findet man – begleitet von stimmungsvollen Fotos – viel Anregendes, wie man seinen Garten als Energiequelle, der uns Geduld und Inspiration liefert,

nutzen kann. Die beiden Autorinnen beschreiben den Garten als Kommunika-



FOTO: DORLING KINDERSLEY

tionsort, als Platz der Entspannung und des Stressabbaus, aber auch als Hort zahlreicher Heilpflanzen. „Lob der Erde“ des Philosophen Byung-Chul Han präsentiert sich melancholisch und metaphysisch, wartet mit schönen Schwarz-Weiß-Illustrationen auf, begleitet, ausgehend vom Winter (Tod, Wiederauferstehung als Thema),

durchs Gartenjahr. Neben der Aufgeladenheit mit (philosophischen) Zitaten finden sich auch praktische Hinweise. In seiner Einleitung schreibt Han, der zu den Initiatoren der Charta der Digitalen Grundrechte der EU zählt: „Es gibt keine biologische Evolution. Alles verdankt sich einer göttlichen Revolution. Die Biologie ist letzten Endes eine Theologie, eine Lehre Gottes.“ So gesehen hat dieser Band gute Chancen, in Breiten, wo der Kreationismus wieder Eingang in den Schulunterricht findet, ein Bestseller zu werden.

Absolut empfehlenswert ist der Band von Lars Weigelt „Durch Gärtnern zur Achtsamkeit“. Insgesamt ist das Buch getragen von Liebenswürdigkeit, nachvollziehbaren Anregungen zur Gesamtgestaltung des (Wohn)Gartens – und besonders wesentlich auf dieser Reise durchs Gartenjahr, die unaufdringliche Empfehlung: Zeit lassen, nichts müssen, weil es „perfekt“ sein soll, kei-

ne Plansoll-Erfüllungen: „Für gewöhnlich beginnt im Frühling der große Run auf all die verlockenden Angebote und angesagten Neuigkeiten der Saison. Nein, daran muss man nicht teilnehmen. Das Gartenglück hat jeder für sich in der Hand. (...) Man sollte das Gartenjahr mit der nötigen Entspannung beginnen; optimale Basis für Achtsamkeit! Während »andere« ihr Nervenkostüm bereits beim Streben nach den besten Angeboten und den allerneuesten Neuheiten strapazieren, kann man selbst noch einmal in sich gehen und sich ehrlich und objektiv fragen, was man im Garten wirklich will.“

DIE BÜCHER



Holly Farrell **Achtsamkeit beim Gärtnern. Mit allen Sinnen pflanzen, pflegen und genießen** Übers. v. Reinhard Ferstl, Dorling Kindersley, 224 S.

Byung-Chul Han **Lob der Erde. Eine Reise in den Garten III.** v. Isabella Gresser, Ullstein, 160 S.

Maren Partzsch, Christine Paxmann **Kraftquelle Garten. Gärtnern mit allen Sinnen** BLV, 128 S.

Lars Weigelt **Durch Gärtnern zur Achtsamkeit. Bewusst erleben. Zur Ruhe kommen. Kraft schöpfen** Christian, 192 S.



www.pustet.at

304 Seiten, 24,5 x 30,5 cm durchgehend farbig bebildert Hardcover mit Schutzumschlag und goldenem Lesebändchen ISBN 978-3-7025-0797-8, € 45,-

VERLAG ANTON PUSTET
Lesen Sie uns kennen.



Zuhause

NATÜRLICH KANN MAN auch einfach bei Ikea einkaufen. Aber selbst da stellt sich die Frage, wie möchte ich wohnen: Shabby Chic, Landhausstil oder dänisches Design? Einige Neuerscheinungen helfen bei der schwierigen Wahl.

VON KARIN CERNY

FOTOS: BUSSEVERLAG GMBH; BUSSECOLLECTION; FRECHVERLAG; NORM ARCHITECTS; BRITA SONNICHSEN

Theoretisch ist es gerade beim Einrichten leichter denn je, Geschmack zu beweisen. Ob auf Instagram oder in Design-Ratgebern, überall finden sich praktische Anregungen, wie man aus seinem Eigenheim ein stil-sicheres Zuhause zaubert. Trotzdem sieht die Praxis oft anders aus. Wer hat schon eine ständig aufgeräumte Wohnung, in der keine unnützen Sachen herumliegen? Wer schafft es schon, nur einem Stil treu zu bleiben?

Wie in Coffee-Table-Books sind zwar die wenigsten Wohnungen gestylt, aber zumindest sollte man merken, ob sich jemand damit beschäftigt hat, welche Einrichtung zu ihm passt. Einige Neuerscheinungen helfen dabei, Grundsatzfragen zu klären. DC Hilliers „Mid-Century Modern. Das Einrich-

tungshandbuch Raum für Raum“ ist eine höchst gelungene Mischung aus praktischen Beispielen, wie jene Moderne, die zwischen 1945 und 1970 angesagt war, auch heute noch gut aussieht. Wie man nach folgendem Motto lebt: Weniger ist mehr, ohne sich dabei auf sterile Räume reduzieren zu lassen. Es werden sowohl dänische als auch amerikanische Wohnklassiker berücksichtigt. Und im Unterschied zu vielen Modernismus-Design-Führern ist das Buch sympathisch praktisch angelegt: Jeder Raum – von Küche bis Bad – wird einzeln durchbesprochen, sogar die empfohlenen Farben (von matten Grüntönen bis zu Korallenrosa) sind aufgelistet. Gleichzeitig geht es auch um banale Fragen: Wie bringe ich meinen Flachbildschirm in dem Teak-Ensemble unter? Schließlich soll die Wohnung ja kein Mid-Century-Modern-Museum werden.



Und die ausgewählten Fotos hat man auch nicht schon in tausend anderen Büchern gesehen. Man merkt, dass der Herausgeber Innenarchitekt und leidenschaftlicher Sammler ist.

Die amerikanische Autorin Liz Fourez ist mit ihrem Mann und ihren beiden Söhnen in ein kleines Landhaus in Indiana gezogen, das sie nun mit vereinten Familienkräften renoviert. In „Modern Country Living“ geht es um dekorative DIY-Ideen im Landhausstil, wie man einen Schuhständer für die Cowboy-Boots selber bastelt, welches Werkzeug man unbedingt anschaffen sollte (eine Nagelpistole!). Die Materialien, mit denen Liz hantiert, sind alltäglich und günstig. Da werden aus Maschendraht ein Kerzenhalter, aus alten Buchseiten gerahmte Bilder hergestellt. Es sind originelle Ideen – allesamt erprobt –, vom Gesamtbild wirkt das Landhaus von Liz für europäische Verhältnisse aber womöglich ein wenig glatt. Für all jene, die es rauer wollen, bietet sich dieses Buch an: Manuela Kaplans „Man wohnt nur mit dem Herzen gut“, das auf Shabby Chic setzt: Flohmarktfunde, romantische Rüschendecken, und Großmutter's Nähmaschine wird zur Ablage in einer rustikalen Küche. Vintage bestimmt die Optik, wobei Kaplan im Herzen vor allem eine Romantikerin ist: Ihre Vorstellung von Shabby Chic ist ein kreativer Jungmädchenraum, der sehr barock wirkt. Mehr ist bei Kaplan einfach mehr, was wahrscheinlich vielen Sammlerinnen und Shopping-Queens aus dem Herzen spricht.

Mit Minimalismus können die Freundinnen Jane Rockett und Lucy St. George, die gern gemeinsam auf Flohmärkten stöbern, ebenfalls nicht viel anfangen. Ihr Buch „Atemberaubend anders“ gibt Tipps, wie man sich nicht nach der gängigen Norm



Neue Trends: Für den richtigen Input lohnt es sich, in den Büchern zu schmökern.

einrichtet. Es soll anregen, Abenteuerliches zu wagen, wie die Autorinnen betonen. Die beiden raten, bei einem Glas Wein in Ruhe zu überlegen, was für ein Typ man eigentlich ist, was man am liebsten zu Hause macht. Das Buch zeigt übervolle Regale und dunkle Wandfarben und rät zu „Mut zum Kontrast“, es muss nicht alles perfekt zueinander passen. Das macht Spaß und ist befreiend. Viele der gezeigten Wohnbeispiele sind aber dann trotzdem sehr praktisch und nicht sonderlich exzentrisch. Praktisch sind die Tipps, wie man seine Sammlungen – von Muscheln aus dem Urlaub bis Broschen oder alte Bilder – am besten in Szene setzt.



Wohnen ist nämlich mehr, als schöne Möbel und praktische Küchengeräte: Die Einrichtung spiegelt bestenfalls ihre Bewohner wider, zeigt, wofür sie sich begeistern können. Deshalb lohnt es ja auch, in ein paar Büchern zu schmökern, bevor man einkaufen geht. Und sei es zu Ikea.

DIE BÜCHER



Liz Fourez **Modern Country Living. Dekorative DIY-Ideen im Landhausstil**
Übers. v. Stephanie Busch, BusseSeewald, 176 S.

DC Hillier **Mid-Century Modern. Das Einrichtungshandbuch Raum für Raum**
Übers. v. Jürgen Dubau, DVA, 192 S.

Manuela Kaplan **Man wohnt nur mit dem Herzen gut. Unser Traum vom Wohnen im neuen Shabby Chic** Fotos v. Brita Sönnichsen, Callwey, 168 S.

Jane Rockett, Lucy St. George **Atemberaubend anders. Erstaunliche Looks für schöne Räume** Übers. v. Wiebke Krabbe, Damos. Fotos v. Debi Treloar, BusseCollection, 176 S.



FOTO: ARTEMLOSKUTOV (KUNSTLER)

NEUE KLEIDER FÜR NEUE MENSCHEN

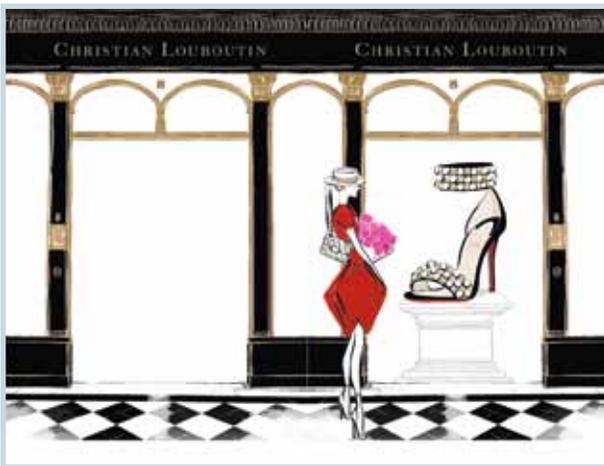
Was hat die russische Revolution mit Mode zu tun? Das umfangreiche Buch **Mode und Revolution** zeigt spannende Zusammenhänge auf.

„Der Overall – ist ebenso ein Produkt der künstlerischen Kultur, wie ein Gemälde, und es gibt keinen Grund zwischen ihnen eine Trennlinie zu ziehen“, schrieb der russische

Futurist und Kulturkritiker Ossip Brik 1924. Zuvor war die Nähe von Mode zur Kunst verpönt, aber eine utopische Zeit verlangte nach neuen, ganzheitlichen Visionen. Den „Anzug von Heute“, so die sowjetische Malerin und Designerin Warwara Fjodorowna Stepanowa, müsse man in Aktion sehen, er sei vor allem Arbeits- und Sportbekleidung. Funktionalismus und Zweckdienlichkeit standen im Zentrum, zudem schufen die russischen Konstruktivisten faszinierende



Stoffmuster, die noch heute ungemein modern wirken. Der Kunsthistoriker Wladimir Welninski und der Grafiker Dmitri Dergatjew legen mit **Mode und Revolution** (ciconia ciconia, 200 S.) ein tolles Buch mit großartigem Bildmaterial vor. Abgedruckt sind Originaltexte damaliger Denker und Künstler sowie zahlreiche Fotos von Entwürfen, Kleidern und Propagandafotos. **KARIN CERNY**

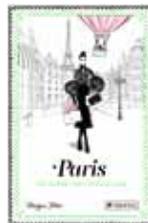


Für die Modeillustratorin Megan Hess ist Paris eine wichtige Inspirationsquelle.

Bei ihren Tipps ist sie praktisch: von Wellness-Spas, in denen sich die Fashion-Welt gerne tummelt, bis zu Coco Chaneles Appartement, das im Originalzustand erhalten ist, aber nur nach besonderer Terminvereinbarung besichtigt werden kann. Dafür ist der Laden im Erdgeschoss für einen Spontanbesuch bestens geeignet. Ihr Reiseführer ist für Fashion-Begeisterte gedacht, empfohlen werden Modemuseen wie das Musée Yves Saint Laurent oder das Grand Musée du Parfum in einem Pariser Herrenhaus aus dem 19. Jahrhundert. Alles très chic! **KARIN CERNY**

TRÈS CHIC

Schon als kleines Mädchen träumte die Australierin Megan Hess von einem Leben in Paris, schreibt sie in der Einleitung zu ihrem Buch **Paris. Der Fashion- und Lifestyle-Guide** (Prestel, 208 S.). Sie wollte den Eiffelturm erklimmen, mit dem Fahrrad durch Montmartre klappern und Baguettes essen. Als gefragte Mode-Illustratorin, die Aufträge von Cartier bis Dior, von Chanel bis Louis Vuitton an Land zog, gingen diese Träume in Erfüllung. Hess ist mittlerweile eine profunde Paris-Kennerin. Ihre atmosphärischen Zeichnungen versuchen den alten Glamour der Stadt einzufangen.



MODISCHER MINIMALISMUS



Wer kennt das nicht: Der Kleiderschrank quillt über, aber trotzdem weiß man nicht, was man anziehen soll. „Viel Kleidung heißt schließlich nicht unbedingt viel Auswahl“, bestätigen Anna Bronowski und Juliana Holtzheimer im Vorwort ihres Ratgebers **Minimal Fashion** (Dorling Kindersley, 160 S.).

Die beiden betreiben das Berliner Modelabel Jan 'n June, das auf ökologisch nachhaltige Kleidung setzt. Minimalismus ist für sie mehr als Reduktion: „Die Vorteile geringeren Besitzes sind weniger Verantwortung, mehr Platz, mehr Zeit und als schöner Nebeneffekt mehr Geld, zum Beispiel zum Reisen.“ Erster Schritt: ausmisten. Zweiter Schritt: sich fragen, welcher Modetyp man ist – von „Fast-Fashion-Victim“ bis zu „Modehat-keine-Prio-Typ“. Natürlich geht es auch um die Frage: Welche Essentials sind unverzichtbar? Checklisten sollen dabei helfen, Teile zu finden, an denen man länger als eine Saison Freude hat. Auf Beispielfotos werden die vorgeschlagenen Basics dann auf höchst unterschiedliche Weise kombiniert, damit es nicht langweilig wird, obwohl der Kasten endlich nicht mehr überquillt. **KARIN CERNY**

LÄSSIGE ELEGANZ

heimnis des typisch skandinavischen Looks liegt, der androgyn, sportlich, stilsicher und sehr entspannt wirkt. Das Buch ist sympathisch bodenständig geschrieben, es gibt

Tipps, wie man den nordischen Minimalismus am besten lebt, ohne sich in Schulden zu stürzen: „Ich habe keine Lust, jede Saison meinen Style zu ändern, um mit den aktuellen Trends Schritt zu halten. Da bleibe ich mir lieber treu und gehe spielerisch mit Details um. Mein Kleiderschrank ist für mich eine richtige Schatzkammer, mit der ich Dinge ausprobieren kann.“ Genau darum geht es: Einen Look zu kreieren, der zeitlos, aber nicht langweilig ist, bei dem moderne Klassiker wie Hoodies unter einem eleganten schwarzen Blazer oder ein Schal als Gürtel für eine Levi's 501 verwendet werden. Eben typisch dänisch: Streetstyle und trotzdem elegant.

KARIN CERNY



FOTO: OSCAR MEYER, NICOLAJ DIDRIKSEN, PRIVAT KNESEBECK VERLAG

Pernille Teisbaek ist eine Vorzeige-Dänin: Die adrette Blondine ist Stylistin und hat über 500.000 Follower auf Instagram, wo sie ihre Lieblingsoutfits vorführt. In ihrem Buch **Dress Scandi** (Knesebeck, 192 S.) versucht sie nun zu erklären, worin das Ge-

VON A BIS Z PERFECT

Zwei ältere Stilratgeber beweisen, dass sie noch immer aktuell sind. Sir Hardy Amies (1909–2003) war ein typischer englischer Gentleman, so elegant und spitzzüngig wie Oscar Wilde. Als Londons bekanntester Couturier war er Hofschneider von Elizabeth II. Sein Stilratgeber **Das kleine Buch der Herrenmode** (Eden Books, 128 S.) ist brillant, hier schreibt ein Snob, der sein Fach versteht: „Ein Mann sollte so aussehen, als habe er seine Kleider mit Einsicht erworben, mit Sorgfalt angezogen und sie dann vollkommen vergessen.“ Als Wörterbuch von A bis Z kommen Themen wie „Après-Ski“ zur Sprache: „Tatsächlich sind die meisten Schweizer Hotels so überheizt, dass die besten Après-Ski-Kleider die dunkleren Artikel Ihrer Sommerurlaubsgarderobe sind.“

Modelegende Christian Dior ist zwar weniger bissig, aber **Das kleine Buch der Mode** (Eden Books, 128 S.), 1954 erschienen, ist noch immer ein Standardwerk. Sein Credo: „Stil beruht auf Schlichtheit, gutem Geschmack und Pflege, und all das kostet



kein Geld.“ Zugleich denkt Dior sehr praktisch: „So sehr Sie ein bestimmtes Kleid oder einen Mantel auch an einem Model bewundern. Wenn es nicht mit Ihrer Persönlichkeit, Ihrem Alter und Ihrer Figur harmoniert, müssen Sie etwas anderes aussuchen.“

Stilvolles aus dem Hause Dior



FOTOS: CATHERINE DIOR; EDEN BOOKS

ABO

BUCHKULTUR Die Literatur im Griff.



Ihre ABO-Vorteile:

- ABO-VORTEIL 1: 6-mal im Jahr zum günstigeren Tarif

Jede Menge Lesetipps. Die wichtigsten Romane und die interessantesten Sachbücher werden aktuell besprochen. Zusätzlich in jeder Ausgabe: Interviews und Geschichten, die Sie sonst nirgends zu lesen bekommen, sowie jede Menge Rezensionen zu ausgewählten Neuerscheinungen!

- ABO-VORTEIL 2: Themenhefte gratis in Ihrem Postkasten

Mit dem Abonnement erhalten Sie alle drei zusätzlichen Buchkultur-Themenhefte zugesandt – zum Beispiel unser neues SCHÖN & GUT im Frühjahr.

- ABO-VORTEIL 3: Geschenkbuch

Ihre Abo-Prämie zur Wahl! Beachten Sie unsere aktuellen Angebote auf der Postkarte.



Buchkultur gibt den Überblick aus der Welt der Literatur.

www.buchkultur.net





Vom Abschalten und Auftanken

„**LAGOM**“ UND „**HYGGE**“, das „Genau richtig“ und das „Wohlbefinden“, sind zwei zentrale Begriffe der skandinavischen Lebensart und der Schlüssel für ein erfülltes Leben in Glück und Harmonie. Neue Bücher mit Inspirationen, Ideen und Gedanken für einen ausgeglichenen Alltag nach skandinavischem Modell.

VON KAROLINE PILCZ

Buddha war nie in Skandinavien, und dennoch finden wir in der Lebensart der Skandinavier, allen voran der Schweden, etwas, das wir als „Achtsamkeit“ und „Maßhalten“, besser vielleicht als „Balance“ bezeichnen. „Extreme werden vermieden. Weder Euphorie noch Depression haben eine Chance. Man sucht den Ausgleich und findet in jeder Situation das Beste“, schreibt Susanne Schaller über Schweden. Reisen wir nun gedanklich in das Land des Glücks.

Tatsächlich gelten die Schweden mit ihren skandinavischen Nachbarn seit Jahren als die glücklichste Nation auf Erden. Zwischen Arbeit, Fleiß und Hightech, inmitten der Schnelllebigkeit der Welt, versuchen sie – wie man sieht, mit Erfolg – innezuhalten und die körperlichen wie seelischen Batterien wieder aufzuladen. Wie sie das tun, zeigen einige neue Bücher, die neben wunderbaren Bildern und inspirierenden Texten auch Tipps, Ideen und konkrete Anleitungen zum Abschalten und Auftanken bereit halten.

Sei einfach „lagom“! „Genau richtig! Nicht zu viel und nicht zu wenig“, meint dieses schwedische Wort und bezeichnet eine in Schweden weit verbreitete Einstellung zu vielen Dingen: Ablehnung von Extremen und Bevorzugung des gesunden Mittelmaßes. Haben die Skandinavier diese Sehnsucht nach der goldenen Mitte in allen Dingen, weil Klima und Wetter ohnehin extrem sind?

Maßlos glücklich durch Maßhalten. So könnte man den Begriff „Lagom“ pointiert auf einen Nenner bringen, und doch beinhaltet er viel mehr.

Eine große Palette von diesem „Viel mehr“ in sämtlichen Lebenslagen zeigt die Designerin Susanne Schaller in ihrem wunderschön gestalteten Buch „Lagom“. Sie bietet inspirierende Texte zum Thema Balance und Ausgleich und entführt Leserin und Leser mit ihren Bildern auf eine Reise durch Schweden. Es finden sich Kochrezepte für gemütliche Abende und Feste, Turn- und Yoga-Übungen für ein gutes Körpergefühl, Ideen für Abendgestaltungen und Feiern, für den Urlaub und das Kofferpacken. Und weil die Schweden das gute Maß und Schlichtheit lieben, kommt man beim Lagom nicht um das Entrümpeln und Wegwerfen von ausrangierten Dingen herum! Auch dafür gibt es wertvolle Tipps.

WOHLIGE ATMOSPHERE

Natürlich spielt in einem Leben im Gleichgewicht das Essen eine große Rolle! Dem goldenen Mittelweg bei Kochen und Essen widmet Margareta Schildt Landgren ihr Buch „So schmeckt Schweden“ mit Rezepten für jede Jahreszeit. Hier finden sich traditionelle schwedische Rezepte, nach modernen Bedürfnissen entstaubt und erneuert – und herrlich einfach. Die Autorin setzt unbedingt auf saisonale und regionale Zutaten. Wer Fisch mag, ist hier genau richtig. Aber auch Pilze und Beeren, frisches Gemüse und ofenwarmes Brot kommen auf den Tisch, Fleischgerichte und natürlich Süßes. Nach Jahreszeiten und saisonalen Festen angeordnet, außerdem reich bebildert lassen die Rezepte bereits beim Schmökern das Wasser im Mund zusammenlaufen.

Inken Henzes Herz schlägt für Dänemark und sein Lebensgefühl, das nicht nur lagom ist, sondern auch „hyggelig“. Das norwegische Wort „Hygge“ ist schwer zu übersetzen, bedeutet aber in etwa „den Augenblick genießen, sich Gutes tun, eine wohlige Atmosphäre schaffen“. Die deutsche Autorin



Das norwegische Wort „Hygge“ ist schwer zu übersetzen, bedeutet in etwa „den Augenblick genießen“.

meint, dass man das Prinzip von „Hygge“ lernen und sich so einen wunderbaren Gegenpol zur Schnelllebigkeit der Zeit schaffen könne. Dazu gibt sie in ihrem liebevoll gestalteten Band „Mein dänisches Lebensgefühl“ nicht nur Tipps für hyggelige Momente, Rezepte, Bastelanleitungen, Inspirationen und wunderschön-atmosphärische Bilder, sondern präsentiert auch Texte von Dänen zum Thema „Hygge“ sowie Reisetipps und Adressen rund um das Thema Dänemark. Ein umfassendes, ansprechendes Ratgeber-, Anleitungs- und Schmöckerbuch, das zum Träumen einlädt. Auch Mode und ihre Herstellung sind in Skandinavien wohliger und gemütlicher, also hyggelig. Anleitungen für Wohlfühlkleidung aus Wolle für die Kleinsten laden in zwei „Hygge Babys und Kids“-Büchern zum Nachmachen ein. Während die Strickmodelle für alle Lebenslagen recht traditionell und zeitlos gehalten sind, sind die Häkelmodelle moderner und trendiger. In beiden Büchern findet sich von der Babysocke über Hosen, Röcke, Jäckchen, Fäustlingen und Hauben tatsächlich alles, was ein Kleinkind so brauchen kann. Die Grundlagen des Strickens und Häkelns werden übrigens zu Beginn jeweils anschaulich bebildert erklärt. Ran an die Nadeln und ausprobieren!

Ran an die Nadeln und ausprobieren!

DIE BÜCHER



Susan Gast **Hygge Babys und Kids. Wohlfühlkleidung häkeln. Größe 50-92**
Edition Michael Fischer, 96 S.

Inken Henze **Mein dänisches Lebensgefühl. Hyggelige Inspirationen rund ums Jahr**
Busse-Seewald, 160 S.

Wenke Müller **Hygge Babys und Kids. Wohlfühlkleidung stricken. Größe 50-92**
Edition Michael Fischer, 112 S.

Susanne Schaller **Lagom. Lebe glücklich wie in Schweden. Inspirationen und Ideen für ein Leben in Balance** Naumann und Goebel, 96 S.

Margareta Schildt Landgren **So schmeckt Schweden. Die besten Rezepte für jede Jahreszeit** Übers. v. Marie-Luise Schwarz, Fotos v. Christina Uhlin, Busse Seewald, 128 S.



Abonnement:

PAPPELBLATT Zeitschrift für Literatur, Menschenrechte und Spiritualität
erste ganzheitliche Literaturzeitschrift

3 Ausgaben/Jahr: 15,- € inkl. Versand (EU 23,- €)

zu bestellen unter:

bestellungen@sonneundmond.at

oder Tel: +43 (0)699-11446340

Mehr zur Zeitschrift unter:

www.sonneundmond.at

Das Wahre, Gute und Schöne der Antike, das die ästhetische Rezeption des Mittelalters bestimmte und noch bis in die Renaissance galt, wurde ab 1800 durch das Abstruse, Böse und Hässliche der Moderneideologie ersetzt. (Daraüber beklagte sich schon Friedrich Schlegel in seiner Vorrede zur Griechischen Poesie.) Das Neuigkeitsgebot gilt seit ca. 1900 und ist wie der Fortschrittswahn und die Wissenschaftsgläubigkeit äußerst fragwürdig (siehe etwa den menschengemachten Klimawandel). Die Alles-ist-möglich-aber-nichts-gilt-Parole der Postmoderne ist das Siegel auf die Bulle der ästhetischen Modernevorschrift. Nichts hat heute mehr verbindliche Gültigkeit, wird postuliert. Aber dabei so getan, als ob alle Fragen der Literatur gelöst wären. Speziell der Roman geriert sich, als wäre aus dem experimentellen Spiel der Worte (wie in der konkreten Poesie) nun endgültig der Stein des Weisen fabriziert: Der Krimi und der Negativ-Kitsch. Der alchemistische Prozess, der diesen Wandel von der Erbauungsliteratur zur Apokalyptik- und Thrillerlektüre vollbrachte, wird in die Tradition der modernen Wissenschaften gestellt. Mathematisierung der Literatur ab James Joyce, die Abstrakte Kunst, die Mathematisierung der Musik (Zwölftonmusik) und die Verdinglichung durch die Sprachwissenschaften, welche Sprache als Objekt wahrnimmt statt als Ausdruck menschlicher bzw. aller lebenden Kommunikation, bewirken den Stillstand der Gegenwartsliteratur und weitere Bereiche der Kunst. Verschleiert wird das sinnbefreite Tun des Kunst/Literaturbetriebs durch emsiges Treiben am Boulevard der Marktstände. Der Wert der Literatur wird (wie jener der Kunst) an Auflage, an den Verkaufszahlen, den Einschaltquoten gemessen.

mehr unter

ALT IST DAS NEUE JUNG

Der deutsche Theologe Reimer Gronemeyer fragt sich, was wir von älteren Menschen lernen können. Ein Satz, der trifft: „Vielleicht ist die Frau, die Bohnen einkocht, viel jünger als der Student, der Abend für Abend den Pizzadienst kommen lässt.“ Der deutsche Theologe und Soziologe Reimer Gronemeyer wirbelt gängige Kategorien durcheinander. Was ist altmodisch? Was innovativ? Seiner Meinung nach sind es oft gerade ältere Menschen, die neue Wege aufzeigen können. Sein Buch **Die Weisheit der Alten. Sieben Schätze für die Zukunft** (Herder, 216 S.) ist ein Lob auf den „humanitären Reichtum des Alters“. Er klopft zahlreiche Trends der Gegenwart ab, um zu erkennen, dass die Oma schon früher damit dran war. Nehmen wir nur die „Simplify“-Bücher: Für viele Ältere längst Realität. Nichts



FOTO: PRIVAT



„Die Erinnerungen der Alten sind kein Kitschparadies, sondern harte Wirklichkeit“, meint Reimer Gronemeyer.

wegzuwerfen war keine Theorie, sondern eine notwendige Praxis, die man gerade in aktuellen Krisenzeiten wieder entdecken müsse. „Bescheidenheit und Geduld sind die unzeitgemäßen Worte, die in diesen Zusammenhang gehören. Sie wollen aus der Schublade geholt werden“, fordert der Autor.

KARIN CERNY



Etwas Neues wagen – dazu fordert Susanne Niemeyer auf.

Susanne Niemeyer hat einen Ratgeber geschrieben, wie man ein schöneres, wilderes und echteres Leben führen kann. Man muss selbst entscheiden und nicht blind die Anforderungen der Gesellschaft erfüllen. „Ich habe keine Kinder. Das ist kein Missgeschick, keine Laune der Natur, keine Bequemlichkeit, und es hat auch nichts damit zu tun, dass ich Kinder nicht mag“, schreibt die deutsche Autorin Susanne Niemeyer in ihrem Ratgeber **Mut ist ... Kaffeetrinken mit der Angst. 40-mal anfangen** (Herder, 144 S.): „Ich habe keine Kinder, weil ich nie die Sehnsucht danach spürte.“ Sehr persönlich

RAUS AUS DER KOMFORTZONE



geschrieben, mit absurden Einschüben, in denen die Autorin sogar Gott zu Wort kommen lässt, geht es um die Frage, wie das „schönere, bessere, wildere, echte Leben“ denn aussehen könnte. Oft sind es große Träume, die sich auch eine Nummer kleiner verwirklichen lassen. Wer unbedingt einen Eisbären streicheln möchte, sollte es doch mal mit einem Pferd oder einer Kuh versuchen. „Wenn du bereits fortgeschritten bist, dann lass sie mit ihrer Zunge über deine Hand schlecken. Fühl den Unterschied zwischen einem Buchen- und einem Eichenstamm.“

KARIN CERNY

FOTO: PRIVAT

SPIRIT UND SPUMANTE

Trixi von Bülow gibt spritzige Tipps, wie man sich als Lebenskünstlerin über Wasser hält. Für sie ist die Sache klar: Die drei Säulen der Lebenskünstlerin heißen Stil, Spirit und Spumante. Eine Flasche Champagner



im Kühlschrank bewahrt nicht nur vor Welt-schmerz, sondern lässt auch den schlimmsten Arbeitstag vergessen. In direkter Anrede an die Leserschaft geschrieben, geht es in **Das kleine Handtaschenbuch für die Lebenskünstlerin** (Thiele, 160 S.) um Alltags-Hedonismus, den man sich unbedingt gönnen sollte. „Als Lebenskünstlerin wirst du bald wissen, wie man theoretisch spart und praktisch eine Prada-Handtasche trägt.“



Wer billig einkauft, der macht einen Fehler. „Wenn du kein Geld hast und dann noch billig kaufst, bist du doppelt frustriert. Erstens, weil du kein Geld hast, und zweitens, weil du dir auch noch miese Klamotten oder Sofas kaufen musst, in denen nicht mal Audrey Hepburn auch nur annähernd gut aussehen würde.“ Das Buch ist ein pointiertes Plädoyer für mehr Lebensfreude, für unvernünftige Aktionen, die im Ende doch sinnvoll sind: „Wenn du Schokolade willst, versuch es nicht mit einem Apfel. Denn wie schlau du es auch anstellst – am Ende wird die Begehrlichkeit über alle Vernunft triumphieren.“



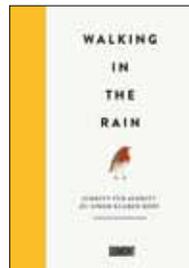
KARIN CERNY

Warum es gut tut, spazieren und wandern zu gehen, selbst wenn es Überwindung kostet.

Walking in the Rain. Schritt für Schritt zu einem klaren Kopf (Dumont, 160 S.) nennt sich diese Sammlung an Texten, die von Leuten verfasst wurden, die ihren inneren Schweinehund überwunden und dabei ihre Leidenschaft fürs Gehen, Wandern und Flanieren entdeckt haben. Die Texte sind

EINFACH RAUS!

famos formuliert, das liegt auch daran, dass einige der Schreiber journalistische Erfahrung haben oder Künstler, Psychologen und Coaches sind, die sehr persönlich und plastisch erzählen. Da berichtet jemand, wie er mit zwölf bei den Pfadfindern seine erste Nachtwanderung mit einem Freund unternommen hat, die ein großes Abenteuer wurde. „Hätten Tom und ich zusammen an einem Tisch gesessen, wäre das Gespräch anders verlaufen. Wir hätten uns nicht so lange unterhalten.“ Sehbehinderte Wanderer reflektieren über ihre Erfahrungen auf dem Jakobsweg. Und es geht darum, die Stadt als urbane Flaniermeile zu nutzen, in der man entspannt herumtrödeln und dabei viel entdecken kann.



KARIN CERNY

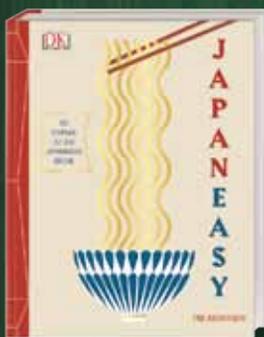
FOTO: ALEXANDRAETHELL

ILLUS.: ALISA FOYTIK

Länderküche:
Die Aromen der Welt in Ihrem Kochtopf



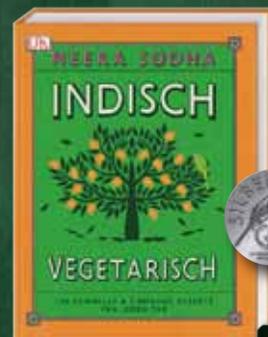
Tim Anderson: Japaneasy
So einfach ist die japanische Küche
€ 19,95, ISBN 978-3-8310-3451-2



John Gregory-Smith: Honig & Orangenblüte.
So schmeckt Marokko
€ 19,95, ISBN 978-3-8310-3448-2



Meera Sodha: Indisch vegetarisch.
130 schnelle & einfache Rezepte für jeden Tag
€ 24,95, ISBN 978-3-8310-3237-2



Bestellen Sie jetzt:

Mohr Morawa Buchvertrieb, E-Mail: bestellung@mohrmorawa.de, Tel: 01/680 140, Fax: 01/688 7130 oder direkt bei Ihrem Vertreter.

ARSEN UND SPITZENLAYOUT

Es gibt Bücher, bei denen die Idee derart famos ist, dass man das Werk bereits mag, ehe man noch eine einzige Zeile gelesen hat. **Gefährlich schön: Giftige Tapeten im 19. Jahrhundert** (Gerstenberg, 256 S.) von Lucinda Hawksley ist genau so ein Buch. Bereits der Titel sagt alles über den Inhalt aus, verschweigt aber die Schönheit des Prachtbandes. Denn abseits des launigen Prosatextes glänzt das Buch vor allem durch seine verblüffend-originalgetreuen Abbildungen von real existierenden Gift-Tapeten aus dem England der 1800er-Jahre. Apropos glänzen: Der schöne Schein der Farben war der Hauptgrund, warum Arsen in der Tapetenproduktion im 19. Jahrhundert auch dann noch zum Einsatz kam, als die Gesundheitsgefährdung des maliziösen Werkstoffs bereits aktenkundig war. Was seit jeher für das Zwischenmenschliche gilt, galt dereinst eben auch für britische Wandbeklebungen. Für Schönheit nimmt man halt gerne auch ein bisschen Gefährlichkeit in Kauf. „Giftige Tapeten“ ist eine herrlich-irrelevante Preziose. Und vor allem auch ein echter Hingucker – um zur Abwechslung mal ein hässliches Wort zu benutzen. WOLFGANG ZECHNER

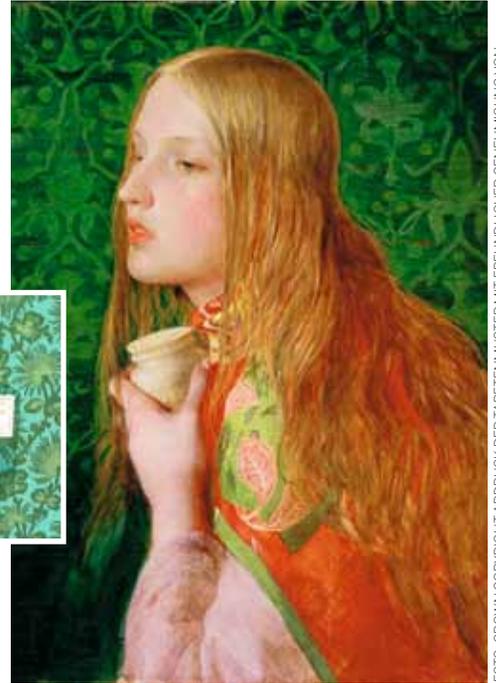
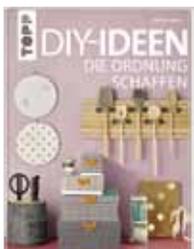


FOTO: CROWN COPYRIGHT ABDRUCK DER TAPETENMUSTER MIT FREUNDLICHER GENEHMIGUNG VON THE NATIONAL ARCHIVES, LONDON, ENGLAND, 2016



FOTO: FRECHVERLAG

BASTELN GEGEN DAS CHAOS



So viel Arbeit, so wenig Zeit: Da kann in manchem Raum schon ein gehöriges Durcheinander entstehen. Wenn sich der Schreibtisch schon fast zu biegen droht oder die Küche einem Saustall gleicht, kann das manchen zur Verzweiflung treiben. Zu Hilfe kommt Sabine Haag mit ihrem Band **DIY-Ideen, die Ordnung schaffen** (frechverlag, 112 S.). Hier stellt sich die studierte Buchwissenschaftlerin die Frage: „Wie kann ich eine maximal saubere und ordentliche

Wohnung mit minimalem Einsatz bekommen?“ Ihre Antwort darauf sind zahlreiche kreative Bastelanleitungen, mit denen man dem Tohuwabohu in Büro, Bad und Küche Herr wird. So zeigt Haag Schritt für Schritt und mit vielen praktischen Tipps, wie man Karton in Hängeregister verwandelt, einen Untersetzer aus Filzkugeln herstellt oder Äste in Handtuchhalter transformiert. So ist mit der Lektüre bereits der erste Schritt gemacht, sich dem Chaos zu stellen – wie Haag schreibt: „Wer Fische fangen will, muss sich nass machen.“ JOHANNES LAU

DIE ORTUNG DER DINGE

Ernst ist das Leben, heiter ist die Kunst“ schrieb Schiller einst. Und so setzen sich in der Regel die Gelehrten nicht mit profanen Alltagsgegenständen auseinander, sofern sie nicht gerade Roland Barthes oder Peter Handke heißen. Nun aber würdigt eine kleine Reihe namens **Poesien des Alltags** (Edition Zeitblende im AT-Verlag, je 32 S.) diverse Alltagsgegenstände wie den Besen oder die Büroklammer mit mehr Aufmerksamkeit: In diesen mit grafischer Hingabe gestalteten Heftchen wird in kurzen wie knackigen Essays die Geschichte dieser Dinge erzählt, aber auch ein Blick darauf geworfen, welche Spuren jene Sachen in der Kunst wie in der Popkultur hinterlassen haben. Ebenso wird über alternative Verwendungsweisen nachgedacht. Dabei erfährt man auch weniger Bekanntes über diese eigentlich vertrauten Gegenstände: So liest man, dass eine der größten Unternehmenspleiten direkt mit der Streichholzproduktion verknüpft war oder dass der Reifenhersteller Goodyear auch Kaugummi produziert. Ähnlich Verblüffendes findet sich hier noch mehr. JOHANNES LAU



Geschichten über Alltagsgegenstände erzählt diese neue Reihe.

EINBLICKE IN KREATIVE WERKSTÄTTEN

Wo kommt das Produkt her? Und wie wird es hergestellt? Diese Fragen stellen Konsumenten heute vermehrt und fragen verstärkt qualitativ hochwertiges Handwerk nach. Zahlreiche Beispiele für derartige Designgegenstände präsentiert der Band **Insiders & Company. Neues Handwerk für ein stilvolles**



Zuhause (Die Gestalten, 256 S.). Die Herausgeber versprechen „Dinge, die bestenfalls nicht restauriert werden müssen. Weil sie von Anfang an so gemacht sind, so würdevoll altern, dass sie ein Leben lang halten.“ Da solche Gegenstände nicht vom Himmel fallen, stellt das Buch die verantwortlichen Meister vor und erzählt ihre Geschichten. So sieht man handgeknüpfte Teppiche aus St. Tropez oder die Möbel der letzten englischen Rattanflechter. Zwischen zahlreichen ästhetisch ansprechenden Fotoaufnahmen versammelt das Buch somit eine Reihe kreativer Geister und ihre Ideen für einen individualistischen Wohnraum. Dabei zeigt sich: Gutes Handwerk repariert weniger Altes, sondern erschafft vielmehr neue Dinge.

JOHANNES LAU



FOTO: LISA KLAAPPE

WIE MAN EIN BIENENNEST BAUT

HANDWERK, DAS ABFÄRBT



FOTO: CORYRYAN PHOTOGRAPHY

Eine Schwalbe macht noch keinen Sommer und eine Biene kein Königreich: Verfolgt man aber ihren einsamen Flug bis zum Nest zurück, bekommt man einen Begriff von der Schlagfertigkeit eines solchen Imperiums. Dass diese Insekten mit den Menschen aber auch friedlich koexistieren können, zeigt die Arbeit des Imkers. Wer sich auf dieses Abenteuer einlassen möchte, bekommt mit der **Bienen-Werkstatt** von Kim Lehman (Haupt, 144 S.) einen kurzen Leitfaden in die Hand, wie man direkt an der Quelle den Honig abschöpft. Anhand von 52 Projekten wird erklärt, wie man einen Bienenstock einrichtet und anschließend den emsigen Bienenstaat bei Laune hält. Neben Honigrezepten bekommt man auch Tipps zur Herstellung von Kerzen aus Bienenwachs oder Kosmetikprodukten.

Aus Bienenhonig lässt sich viel mehr produzieren als der altbekannte Honig: etwa der einfach herzustellende Lippenbalsam.

Bei der reinen Praxis bleibt es aber nicht, man erfährt darüber hinaus zahlreiche Dinge über diese Art der Hautflügler – auch weil Lehman Fragen stellt, die man nicht so häufig hört – etwa „Können Bienen lesen?“.

JOHANNES LAU



Zurück zur Natur“ heißt es allerorten. Offenbar wächst der Wunsch, den Segnungen der Zivilisation zu entfliehen und wieder mehr im Einklang mit der Umwelt zu leben. An diese Zielgruppe wendet sich Abigail Booth mit **Wild gefärbt** (Haupt, 160 S.), die hier eine Lanze für das natürliche Färben

bricht: „Naturfarbstoffe sind besonders zarte und vergängliche Arbeitsmittel, doch sie bieten auch besonders viele Möglichkeiten und sorgen oft für Überraschungen.“ Wie man zu diesen Ergebnissen kommt, wird hier anschaulich und unaufgeregt erklärt: Das beginnt bei einer Einführung in das Sammeln und Kultivieren von Färberpflanzen, geht über zu der Ausstattung einer Färberküche, Textilkunde und Nähanleitungen bis hin zur Farb- und Pflanzenkunde für Naturfärber. „Das Färben mit Pflanzen bietet auch den Luxus, aus einer Fülle von natürlichen und nachwachsenden Rohstoffen schöpfen zu können.“ Die Natur ist laut Booth der beste Farbladen.

JOHANNES LAU



**Ausblicke für Reisende:
Das Fenster ist offen.**

macht das perfekt: Er teilt die Begeisterung für das vitale Tel Aviv, wo er mit besinnlichen Plätzen überrascht, so wie er im heiligen Jerusalem laut vibrierende Orte findet.

In einem „Atlas der spirituellen Orte“ versammelt Sarah Baxter 25 fesselnde, faszinierende, mit Glauben vollgepackte Plätze, beschreibt sie in ganz einfacher, ungekünstelter Sprache, macht so auch das, was dahintersteht, greifbar und findet in den Illustratoren Harry und Zanna Goldhawk ebenbürtige Partner. Eine außergewöhnliche Seite des Mühlviertels haben Nina Stögmüller und Robert Versic ausgemacht: Sie wanderten die märchenhaften Kraftplätze dieser schönen Gegend nördlich der Donau zwischen Linz und dem Böhmerwald ab. Begleitet von Sagen und Bräuchen

Grenzenlose Sehnsucht

VON LIEBLINGSORTEN bis zu Kraftplätzen, davon handeln die Bücher, die sich entweder mit dem Reisen an sich oder mit dem Reisen zu konkreten Orten befassen. Eine Auswahl spezieller Neuerscheinungen.

VON KONRAD HOLZER

Der schwedische Journalist und Schriftsteller Per J. Andersson ist ein Reiseprofi, er weiß viel, hinterfragt manches und kann schreiben. In seinem Buch „Vom Schweden, der die Welt einfiel und in seinem Rucksack nach Hause brachte“ macht er die Geschichte der wandernden Völker zum Thema. Weiters das Reisen als religiöse Handlung, die Leidenschaft fürs Wandern, wie die Flugreisen unser Bild von der Welt verzerren, das Joggen und das Radfahren, das Trampeln – und ob man das heutzutage überhaupt noch kann. Irgendwann einmal kommt er zu dem Punkt: „Hört auf, immer schneller zu werden!“ Er übt sich im akademischen Blick aufs Reisen und im touristischen. Und er weiß, dass es nach jeder Reise ein Heimkommen gibt. Reiseziele sind Orte: Lieblingsorte, spirituelle Orte und Glücksorte. „Lieblingsorte“ ist eine Serie im Insel Verlag. Peter Münch wählte dafür „Tel Aviv/Jerusalem“. Die Qualität eines solchen Buches vermag ich daran zu messen, wie sehr der Autor auf meine persönliche „Lieblingsort-Befindlichkeit“ einsteigt. Er

bieten sie neben Wanderrouen auch Wissenswertes und Hintergrundinformationen. „Märchenhafte Kraftplätze. Wandern im Mühlviertel“ ist ein Wander- und Lesebuch für Körper und Seele.

„Fahr hin und werd glücklich“ heißt eine Reihe im Droste Verlag. Tanja Weimer und Torsten Wellman lösten die für einen Außenstehenden wohl nicht so einfache Aufgabe, „Glücksorte im Ruhrgebiet“ zu finden. Aber so wie die beiden diese schildern, möchte man sofort hin zu den Abraumhalden, Kaffeehäusern, alten Schlössern und Gärten, um dort Glück zu finden. Das „World Travel Book“ soll eine Einladung sein, die Welt und ihre grandiosen Natur- und Kulturschätze besser kennen zu lernen. Übersichtlich nach Kontinenten geordnet, wecken weit über tausend atemberaubende Bilder und dazu knapp gehaltene Hintergrundinformationen Lust aufs Reisen.

DIE BÜCHER



Per J. Andersson **Vom Schweden, der die Welt einfiel und in seinem Rucksack nach Hause brachte** Übers. v. Susanne Dahmann, Ill. v. Luus Schreurs, C.H.Beck, 301 S.

Sarah Baxter **Atlas der spirituellen Orte. Eine Reise zu den mythischen Kraftplätzen und religiösen Pilgerstätten der Welt** Übers. v. Barbara Sternthal, Brandstätter, 144 S.

Peter Münch **Lieblingsorte – Tel Aviv/Jerusalem** Fotos v. Beryl Schennens, Insel, 200 S.

Nina Stögmüller, Robert Versic **Märchenhaften Kraftplätze. Wandern im Mühlviertel** Anton Pustet, 264 S.

The World Travel Book. Das Weltreisebuch Kunth, 416 S.

Tanja Weimer, Torsten Wellman **Fahr hin und werd glücklich. Glücksorte im Ruhrgebiet** Droste, 168 S.

FOTO: CORBIS; ANGELO CAVALLI

jura[®]

Kaffeegenuss –
frisch gemahlen,
nicht gekapselt.



R.F.

Roger Federer
Größter Tennis-Champion
aller Zeiten

SWISS  MADE

Die J6 von JURA überzeugt selbst anspruchsvolle Genießer und Ästheten wie Roger Federer. Das preisgekrönte Rundumdesign schmeichelt dem Auge. Der Puls-Extraktionsprozess (P.E.P.[®]) garantiert vollendeten Ristretto und Espresso. Spezialitäten von Cappuccino bis Flat White gelingen dank Feinschaum-Technologie in Perfektion. Ein klares Bedienkonzept mit TFT-Display macht die Handhabung intuitiv. Auf Wunsch lässt sich die J6 sogar übers Smartphone oder Tablet steuern. Und das Intelligent Water System (I.W.S.[®]) erkennt den Filter automatisch. JURA – If you love coffee. www.jura.com

Für die schönste LOVESTORY des Jahres

NEU! Überall
wo es Bücher gibt oder
unter www.herder.de



80 Seiten, Gebunden
€ 23,- (D) / € 23,70 (A)
ISBN 978-3-451-38121-8



120 Seiten, Gebunden
€ 26,- (D) / € 26,80 (A)
ISBN 978-3-451-38127-0



64 Seiten, Gebunden
€ 10,- (D) / € 10,30 (A)
ISBN 978-3-451-38103-4



112 Seiten, Spiralbindung
€ 12,00 (D) / € 12,40 (A)
ISBN 978-3-451-38128-7



144 Seiten, Gebunden
€ 20,- (D) / € 20,60 (A)
ISBN 978-3-451-38118-8



Für ein Geldgeschenk,
mit Umschlag
€ 4,99 (D) / € 4,99 (A)
GTIN 40-40808-03127-7, GTIN 40-40808-03121-5



10 Karten, Gebunden
€ 12,- (D) / € 12,40 (A)
ISBN 978-3-451-38139-3

HERDER

www.herder.de