



LESEN SIE HEUTE

LANDKREIS

**Neues Programm der
Tourismus-Akademie**

Seit Beginn der Tourismus-Akademie vor zehn Jahren haben 5000 Teilnehmer die Kurse mit 26 klassischen Themen und 38 Themen im Wellness- und Kosmetikbereich besucht.

➤ SEITE 37

BAD KÖTZTING

**Tonnenweise Stahl für
die AQACUR-Rutsche**

Seit dieser Woche arbeiten die Monteure beim Schwimmbad auf Hochtouren. Denn spätestens Anfang November sollen sie ersten Badegäste die 100-Meter-Rutsche testen.

➤ SEITE 38

WETTER IM LANDKREIS

MORGENS	MITTAGS	ABENDS
10°	18°	21°

NIEDERSCHLAGSPROGNOSE:	5%
SONNENSTUNDEN:	11,3
SONNENAUFANGANG:	06:58 Uhr
SONNENUNTERGANG:	19:04 Uhr
MONDAUFANGANG:	18:57 Uhr
MONDUNTERGANG:	08:09 Uhr
MONDPHASE:	Vollmond
(ab 1.10.: Letztes Viertel)	Q.met ↗

NAMENSTAG

Gerhard, Gislar, Hermann, Mercedes, Rupert, Virgil

STERNENHIMMEL ÜBER CHAM

**Spannende Monate
für Himmelsgucker**

Die nächsten Monate werden für alle Sternenfreunde sehr interessant. Der Komet Hartley – offiziell 103P – nähert sich der Erde und wird bald auch mit bloßem Auge im Osten sichtbar werden. Jetzt ist schon mit einem guten Feldstecher, auf jeden Fall aber mit einem Teleskop zu sehen. Der Komet wurde erst 1986 entdeckt. Der periodisch wiederkehrende Schweifstern hat eine Umlaufzeit von etwa 6,5 Jahren. Der Komet wird für Beobachter auf der Nordhalbkugel unter nahezu optimalen Bedingungen über den herbstlichen Nachthimmel ziehen. Zu Beginn seiner Sichtbarkeit kann er fast im Zenith aufgefunden werden und hält sich auch während seiner nahen Erdpassage hoch am dunklen Nachthimmel auf. Dabei wird er im Oktober stetig an Helligkeit zunehmen und am Schluss tatsächlich mit dem bloßen Auge sichtbar sein, wenn es keine anderen störenden Lichtquellen gibt. Der Komet wird durch die Sternbilder Andromeda, Kassiopeia und Perseus gehen. Der Schweifstern zieht in sehr geringem Abstand (0,121 Astronomische Einheiten) an der Erde vorüber. Am 11. Oktober wird die Raumsonde Deep Impact am Kern des Kometen vorbeifliegen und diesen aus geringer Entfernung auskundschaften. Ein Komet ist im Gegensatz zu anderen Himmelskörpern durch seinen Schweif gekennzeichnet. Asteroiden sind nur dadurch von einem Kometen zu unterscheiden. Früher galt das Erscheinen eines Kometen als Vorbote eines Unglücks. Berühmte Kometen sind der Halley'sche Komet und der erst kürzlich entdeckte Hale-Bopp. Es wird angenommen, dass es sich auch beim Stern von Bethlehem um einen Kometen gehandelt hat. (ik)

INHALT

LANDKREIS	SEITE 35-37
BAD KÖTZTING	SEITE 38-39
RÖTZ	SEITE 44-45
NITTENAU	SEITE 43

Das Paradies gleich neben der Hölle

LEBENSKUNST Das Projekt Höllbachhof: Im Naturschutzgebiet „Hölle“ suchen fünf Frauen, zwei Männer und vier Kinder die Erfüllung im „einfachen Leben“.

VON ERNST FISCHER

LANDKREIS. Hier beginnt die „Hölle“. Sie liegt einen Kilometer westlich von Postfelden in der Gemeinde Rettenbach. Der Höllbach hat sich Jahrtausenden ein Bett durch Granit gesucht und die Steine zu Riesenkugeln geschliffen. Ein Paradies für Wanderer und Naturfreunde! Sie gehen gern durch die Hölle.

Rechts über den Bach zeigt ein Schild den Wanderweg „Zur Hölle“. Geradeaus führt der ungeteerte Fahrweg weiter und endet nach 200 Metern an einem Lattenzaun. Das ist der Höllbachhof. Vor 350 Jahren haben hier einmal Bauern begonnen, der Erde etwas abzurufen. Heute leben hier fünf Frauen, zwei Männer und vier Kinder mit einer „Vision“: Sie wollen „einfach leben“, sich „erden“.

Puria Kästele wird später solche Worte sagen. Sie kommt lächelnd aus dem Haus. Wir setzen uns an den wettergrauen Holztisch im Hof in die Herbstsonne. Und sie erzählt, wie sie die Welt ändern will. Nämlich andersrum: Puria Kästele hat sich erstmal selbst „gewandelt“. Diese Frau war auf „ein ganz normales Leben“ programmiert am Anfang ihrer heute 47 Jahre: ein Beruf mit 40- bis 50-Stunden-Woche als Medizinisch-Technische-Assistentin, Ehemann, zwei Töchter.

Was macht Menschen krank?

Puria hat „den ganz normalen Stress erlebt“ in ihrem Beruf. Aber irgendwann hat sie sich gefragt: „Was macht die Menschen eigentlich so krank?“ – Was denn? Die „Isolation“ zum Beispiel, in der sich heute viele fühlen. Oder: „...ein Leben in immer gleichen Abläufen, ohne es einmal zu hinterfragen.“ Wer hat das größte Auto, wer das schönste Haus? „Die Leute rennen und rennen“, sagt Puria Kästele, „und wenn sie alles haben, dann merken sie, dass sie trotzdem leer sind“.

Puria hat sich selbst hinterfragt. Sie hat andere Ziele und Wege gesucht im Leben als den Stress von 50-Stunden-Wochen. Sie hatte einen Mann, der diesen Weg zuerst mitgegangen ist. Er ist Ingenieur. Und er ist mit seiner Frau gemeinsam in die Welt hinaus gezogen. Sie waren in Nepal, Indien oder auf Bali. Und Puria hat sich dort für die ganz einfachen Menschen interessiert. Wo sonst sollte man das einfache Leben finden? „In diesen Kulturen lebt man noch in großen Gemeinschaften“, sagt Puria. „Und man weiß, dass man die Ressourcen der Natur nicht aufbrauchen darf, wenn man weiter leben will.“

Das gilt auch für die Ressource Mensch. „Ich bin wertvoll, so wie ich bin!“ – Das ist ein Grundmotiv, das Puria Kästele und ihre Mitstreiter(innen) am Projekt Höllbachhof vor allem bewegt. In diesem Bewusstsein wollen sie selber leben. Und dieses Bewusstsein wollen sie weitergeben.

„Welt im Wandel“ – So heißt das Motto eines Symposiums, in dem sie ihre Gedanken auch nach draußen in alle Welt tragen wollen. In England zum Beispiel gibt es auch diese Bewegung. Und das englische Wort trifft's noch besser: „Be the change!“ – „Sei der Wandel!“ Das heißt: Wenn die Welt sich ändern soll, dann muss der Mensch schon selbst etwas dazu tun.

Was die Leute vom Höllbachhof machen? Das können Seminare sein,



Gemeinsam kochen mit Tomaten und Zucchini aus dem eigenen Garten. Auch das gehört zum „einfachen Leben“, das Puria (v. li.), Ciara und Nathalie gemeinsam mit insgesamt fünf Frauen, zwei Männern und vier Kindern am Höllbachhof führen. Ihr Ziel: Sie wollen auch andere Menschen dafür gewinnen. Foto: Fischer

DAS PROJEKT „STIFTUNG FÜR NACHHALTIGES LEBEN“ IM HÖLLBACHHOF

➤ **Der Höllbachhof** ist ein altes alleinstehendes Gehöft (Ursprung im 16. Jahrhundert) in der Gemeinde Rettenbach am bekannten Naturschutzgebiet „Hölle“. In den vergangenen Jahrzehnten wurde das Anwesen liebevoll restauriert und als moderner Seminarbetrieb ausstattet.

➤ **Die Forschungs- und Bildungsstätte** Höllbachhof versteht sich als Projekt, um neue Formen des Umgangs mit Ressourcen, miteinander, mit Beschränkung und mit Überfluss zu erforschen. Zu diesem Zweck werden einzelne Projekte ins Leben gerufen

➤ **Der Höllbachhof** ist das Zuhause einer kleinen Gemeinschaft und zugleich Veranstaltungsort für Seminare. Das Veranstaltungsprogramm orientiert sich an der Vision des Ortes, eine neue Kultur der Nachhaltigkeit entstehen zu lassen. Das Projekt wird getragen von



Puria Kästele vor dem Höllbachhof

der „Stiftung für nachhaltiges Leben“, die von drei Frauen gegründet wurde: ➤ **Vivian Dittmar (32)**, geb. in Starnberg, ist Initiatorin des Projekts und unter dem Pseudonym Amana Virani international als Seminarleiterin tätig. Sie ist Autorin des Buches „Gefühle – eine Gebrauchsanweisung“

➤ **Chiara J. Greber (37)**, geb. in Dortmund, ist dipl. Kunsttherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie hat Medizin, Schauspiel und Kunsttherapie studiert und danach freiberuflich als Kunsttherapeutin und Pädagogin gearbeitet. Auf Reisen durch Asien und Mittelamerika suchte sie nach alternativen Behandlungsansätzen.

➤ **Puria C. Kästele (47)**, geb. in Augsburg, ist gelernte Medizinisch-Technische Assistentin und hat sich später mit östlicher Philosophie, Meditation, Qi Gong, Tai Chi, intuitiver Malerei und geistigen Heilweisen aus verschiedenen Kulturen beschäftigt.

➤ **Das nächste Symposium** „Welt im Wandel“ findet am 8./9. Oktober am Höllbachhof statt. Informationen gibt es unter: www.be-the-change.de

➤ **Weitere Informationen** im Internet unter www.hoellbachhof.net

die auf die Spur der Indianer oder Schamanen führen. Und das ist das einfache Leben, das sie hier führen. Menschen sind eingeladen, hier mitzuleben, sagt Puria Kästele. Wenn's passt, ein Leben lang. Für 20 Leute wäre wohl auf Dauer Platz hier am Höllbachhof. Etwa 400 Seminar-Gäste und Freunde haben im vergangenen Jahr seit Gründung des Projekts schon an diesem Leben gekostet.

Heute leben elf Menschen ständig hier, sieben Erwachsene und vier Kinder. Fünf davon sind Frauen, darunter die drei Gründerinnen der „Stiftung für nachhaltiges Leben“, die das Projekt Höllbachhof mitträgt.

„Ein Kraftplatz, wie in Stonehenge“

Puria Kästele und ihre Mitstreiterinnen Vivian Dittmar und Chiara Greber haben sich als Seminarleiterinnen kennengelernt, wo sie früher selbstständig zum Teil in aller Welt unterwegs waren. Wie sind sie ausgerechnet hier ans Ende der Welt in die „Hölle“ gekommen? Am Anfang war „die Idee, das einfache Leben nicht nur theoretisch in Seminaren weiterzugeben, sondern selbst zu leben“. In einer Immobilien-Anzeige haben sie dann vom Höllbachhof gelesen. Puria hat es gleich bei der ersten Besichtigung gespürt: „Das ist ein Kraftplatz, ...wie Stonehenge in England.“ Im Juni 2009 haben sie das 3,5-Hektar-Anwesen gekauft. Schon die Vorbesitzerin hatte hier ein Seminarhaus betrieben mit Angeboten von Meditation bis Kunst und Musik. Es war eine Millionen-Investition. Klingt nach viel, aber wenn man das alles durch Sieben teilt... Und die Leute vom Höllbachhof brauchen nicht viel Geld zum Leben. Puria schätzt: „Ich komme mit 500 Euro im Monat aus.“

Nein, sagt sie auch noch: „Wir sind keine Spinner, die nicht wissen, was sie machen sollen im Leben!“ Das ist ihr und den anderen wichtig in dieser Gemeinschaft: „Jeder sorgt dafür, dass er sein eigenes Leben selber bestreiten kann.“ Das heißt: „Die Leute vom Höllbachhof gehen auch „raus“ ins ganz normale Leben. Der einzige Mann zum Beispiel, der ständig hier lebt, ist Handwerker und kümmert sich „um die Dinge im Haus“. Aber daneben hat er auch „Aufträge von außen“.

Der zweite Mann in der Gemeinschaft ist „nur zeitweise“ da. Das ist der Ex-Mann von Puria Kästele. „Die Trennung ist schon länger her und hat nichts mit unserer Gemeinschaft zu tun“, erzählt Puria, „...und wir vertragen uns immer noch ganz gut“. Aber sie sagt auch ganz offen, dass so eine Gemeinschaft eine Zweier-Partnerschaft sehr bereichern kann. Was sie mit ihrem neuen Partner, einem Mann aus dem Bayerischen Wald, am eigenen Leib erfahre. Erklärung: „Hier muss man sich mit vielen Menschen

auseinandersetzen.“ Und: „So eine Gemeinschaft funktioniert nur, wenn man alle Dinge sofort offen und frei anspricht.“

Und in der Ehe? „Da ist oft alles so verschlungen und festgefahren“, sagt Puria. Und die Kinder? – „Sie haben hier viele Väter und Mütter.“

Die Mittagssonne brennt uns ins Gesicht. Schon längst Termin für den täglichen Morgenkreis. Nein, da darf ich nicht mit. Dieser Moment gehört der „Gemeinschaft“ ganz alleine. Da gibt es Rituale. Zum Beispiel: „Jeder sagt, was für ihn neu und gut ist an diesem Tag.“ Das ist auch anders als im „ganz normalen“ Leben unserer Gesellschaft. Puria: „Da wird doch meistens nur über Probleme geredet.“

Und wer wäscht und putzt?

Natürlich will so eine Gemeinschaft auch organisiert sein. „Bei uns hat jeder seinen bestimmten Aufgabenbereich“, erklärt Puria. Sie selber ist zum Beispiel unter anderem „für die Beschaffung der Lebensmittel zuständig“. In der Küche treffen wir die Mitbewohnerinnen Ciara und Nathalie. Puria hat einen Korb mit Tomaten und Zucchini aus dem Garten auf den noch kalten Herd gestellt. Wer kocht? „Das entscheiden wir oft kurzfristig“, sagt Puria. Das gilt übrigens auch fürs Putzen oder Waschen. „Da langt halt jeder mal hin!“ – So einfach kann das gehen im einfachen Leben.