



Für September 2021

Anstatt ...

"... Langsam wird es Zeit die Unterhalts-Arbeiten am Fernwanderweg E4, der von Nord nach Süd durch den Peloponnes führt, wieder aufzunehmen. Rolf und Jorgos kümmern sich seit Jahren um den 260 km langen Teil des europäischen Fernwanderweges, unermüdlich und unentgeltlich. Ihre Motivation? Damit sich die Wandersleute auf dem E4 voll auf den Genuss der Landschaft, den Weitblick über die Täler und in die Berge einlassen können und der E4 regelmässig begangen wird. Dadurch bleibt auch der Aufwand für den Unterhalt geringer." ... schreibe ich über das was mir momentan stärker unter den Nägeln brennt weil es mich betroffen macht. Ich schreibe über Feuer, und hoffe, euch trotzdem mit meinem creative drop September-Wander erfreuen zu können.

Herzlichst, Sonja

Wenn es brennt wird's brenzlig

Die meisten von uns kennen den Zwischenfall, wenn etwas in der Pfanne oder im Topf irrtümlicherweise anbrennt und die Fenster ganz schnell sperrangelweit aufgerissen werden, um sofort mit frischer Luft auszugleichen. Verbranntes riecht nachhaltig und dieser Geruch steckt in jeder noch so kleinsten Ritze.

Und wer kennt nicht die Gemütlichkeit eines Feuers im Kamin. Entspannt schaut man in die züngelnden Flammen und sinniert. Vielleicht trinkt man dazu ein Glas Wein, legt noch ein Scheit nach, weil es gerade so schön knistert oder um den Flammen noch etwas länger zuzusehen. Beobachten wie sich die Flammen als farbiges Spektakel langsam durch das Holz fressen. Wie die Scheiter dunkelgelb auflodern, orange oder bläulich flackern, bis dann irgendwann später die feurige Glut zu bröckeln beginnt, unaufhaltsam verkoht und in gräuliche Asche zerfällt.



In solchen Momenten stelle ich mir manchmal vor, wie es wohl gewesen sein könnte, als die Menschen ausschliesslich Jäger und Sammler waren. Wie sie abends zufrieden (wohl eher erschöpft) ins Feuer starteten. Die Arbeit war getan, draussen war es dunkel und in der Höhle war man in Sicherheit und an der Wärme.

Was wäre der Mensch ohne die Entdeckung des Feuers? Dieses kraftvolle Element und diese wärmespendende Quelle.



Sobald sich ein Feuer jedoch ausserhalb seines dafür vorgesehenen Platzes frei und ungestüm entfaltet, ist es vorbei mit der Romantik. Dieses Element wird schnell zu einem Ungeheuer. Es frisst sich, meist vom Gefährten Wind unterstützt, durch alles hindurch was ihm im Wege steht und hinterlässt Schutt und Asche.

Im positivsten Fall hinterlässt es "bloss eine leicht versengte Natur" und beim Menschen grosse Dankbarkeit und das Gefühl, mit dem Schrecken davon gekommen zu sein. Je nach Ausmass erholt

sich die Natur rasch wieder, auch Bäume können wieder ausschiessen. Fängt ein Olivenbaum richtig Feuer, dann brennt er aus dem ölhaltigen Stamm heraus wie eine Fackel. Da schießt kein bisschen Grün mehr aus. Da muss man neu anpflanzen. Für den Bauer heisst dies: Verlust von Ernte und Einkommen, Wiederaufbau und ein paar Jahre warten bis er wieder ernten kann. Noch ein paar Jahre länger warten, bis der Baum den selben Ertrag bringt wie er ihn vor dem Ausbruch des Feuer hatte.

Ein Feuer kann auch reinigend sein, das sage ich mir auch immer wieder, doch manchmal ist es eine schale Ausrede, die den Betroffenen nichts bringt. Dennoch sagt man die Natur brauche Feuer, um sich zu säubern, zu entwickeln und zu reinigen. Es gibt Bäume und Pflanzen die sich erst durch einen Brand zeigen oder vermehren können, sogenannte Pyrophyten.



Zum Beispiel die [Lilium Pyrphyllum](#), die profitiert von den Nährstoffen in der Asche. Auch [Korkeichen und Mammutbäume](#) sind angeblich Pyrophyten.

Jorgos, der sehr viel über die Pflanzenwelt weiss, hat mir erzählt, dass Erdbeerbäume ([Arbutus unedo](#)) zu den Pyrophyten gehören, ohne Feuer können sie sich nicht vermehren.

Ihre runden, Erdbeer- oder lycchiähnlichen Früchte reifen im Herbst und bieten Erfrischung beim Wandern. Obwohl die reife Frucht rot zwischen den Blättern lockt, bleibt ihr fleischig mehliges Fruchtfleisch im Innern gelborange. Trotz längerer Recherche habe ich nichts im Internet darüber gefunden, die Jorgos Aussage bestätigen würde. Falls diesbezüglich jemand etwas weiss, bin ich dankbare Abnehmerin dieses Wissens.

In der Mani sollen die alten Menschen Pflanzen kennen, die angeblich nur nach einem Flächenbrand austreiben. Einige davon sollen auch essbar sein. Ich möchte diesem Wissen hinterher und hoffe diesen Winter genug Zeit dafür zu haben, um etwas Klarheit zu erlangen. Es wird ja vieles erzählt, doch was wirklich stimmt, weiss ich nicht.

Was aber stimmt, weil ich es leider mit eigenen Augen schon gesehen habe, ist, dass die verbrannten Flächen im Frühling während Wochen, über und über in einem sattem Rosa aufleuchten. Dieser Farbe werde ich im nächsten Frühling nachgehen und euch Fotos davon schicken. Bei meinen Recherchen habe ich Einiges gefunden was es sein könnte, doch ich will es nun genau wissen. Diese Pracht sieht toll aus und tröstet das Auge etwas darüber hinweg, dass sich die Farbe schwarz den ganzen Winter über gehalten hat.



Auch in der Alltagssprache gibt es sehr viele Redewendungen, die mit dem Element Feuer zu tun haben. Es zeigt mir, dass Feuer eben ein Bestandteil des Lebens ist und seine Berechtigung hat, ob wir Menschen es gut finden oder nicht.

Hier ein paar davon:

Feuer und Flamme sein.

Eine neue Flamme haben.

Eine Nachricht verbreitet sich wie ein Lauffeuer.



Öl ins Feuer giessen.

Feuer im Herzen gibt Rauch in den Kopf.

Das Feuer schüren.

Vom Job gefeuert werden.
Das ist bloss ein Strohfeuer.
Wie Feuer und Wasser sein.
Mehrere Eisen im Feuer haben.
Jemandem Feuer unter dem Hintern machen.
Spiele nicht mit dem Feuer.
Für jemanden seine Hand ins Feuer legen.
Die Kastanien (oder die Kartoffeln) aus dem Feuer holen.
Für jemanden durchs Feuer gehen.
Kein Rauch ohne Feuer.
Unser Rauch ist besser denn des Nachbars Feuer.
Wer ins Feuer bläst, dem fliegen die Funken ins Auge.
Ein gebranntes Kind scheut das Feuer.
Alt Holz gibt gut Feuer.

En Somati Spot Zentrieren & Ausrichten 4 - Körperflüssigkeiten in Bewegung bringen



Mit dieser kreativen Pause bringst du sämtliche Körperflüssigkeiten ganz schön in Bewegung. Du wirst dich hinterher körperlich, emotional und mental erfrischt fühlen.

[HIER KLICKEN](#) und mitmachen.

Dafür verwendetet Musik:
Pflanzplätz, Es isch kei sölige Stamme und Funky Wah-Wah, Dr Gändeler

Feigenkuchen mit Bitterorangen-Marmelade

Fürs Rezept [hier](#) klicken.



September-Wandern



Meinen Wanderschuhen braun
 denen kann ich voll vertrau'n.
 Knöchelhoch, mit starkem Profil
 tragen die mich wohin ich will.
 Die roten Schnürsenkel fest gezogen,
 kann sie nur in höchsten Tönen loben.
 Gehe weiter auf den obligaten

Pfaden, höre nur mein vertieftes Atmen.
Jetzt noch über den nächsten Kamm.
Diese Schuhe marschieren stramm
über steile Felder mit groben Steinen
mit rutschfestem Gefühl in den Beinen.
Meinen Wanderschuhen braun
denen kann ich voll vertrau'n.

Sonja Roost-Weideli

Meine wöchentlichen creative drops als Kurznachricht ...

Du willst sie auch erhalten?
über Threema, klicke [HIER](#).
über Signal, klicke [HIER](#).
über Telegram, klicke [HIER](#).
oder über WhatsApp, klicke [HIER](#).

Die WhatsApp-Gruppe habe ich so eingerichtet, dass nur ich Meldungen darin verschicken kann, damit es nicht ständig bei allen bimmelt. Bei den restlichen Anbietern klappt das leider (noch) nicht. Beim (nicht immer ganz ernst zu nehmenden) wöchentlichen drop handelt es sich um ein Foto, versehen mit einem Spruch, einer Weisheit, einen Impuls in Form eines kleinen Textes, etwas Humor, u.a.

Alles Liebe, Sonja
