

# MITTEILUNGEN WINTER 2022/23

WIRKEN  
INEINANDER



RUDOLF STEINER SCHULE  
BERNER OBERLAND

## HEUTE

---

Die Kinderbetrachtung	SEITE 2
Unfreiheit und Freiheit	SEITE 4
Gesteinskundelager der 6. Klasse	SEITE 6
Waldpraktikum der 9. Klasse	SEITE 8

## GESTERN

---

Basar <sup>22</sup>	
ein Blick aus der Wechselstube	SEITE 12

## KOLUMNE

---

Oh Tannenbaum	SEITE 16
---------------	----------

## EIN TAG IM LEBEN VON...?

---

Nadine Aeberhard-Josche	SEITE 18
-------------------------	----------

## STEINERSCHULE UND WAS DANN?

---

Konstantin Rosshoff	SEITE 24
---------------------	----------

## VERÄNDERUNGEN

---

Michael Schaub	SEITE 30
Stephan Sitaras	SEITE 31

## WIR BESUCHEN

---

Regula Berger	SEITE 32
---------------	----------

## MÄRCHEN

---

Die Grindelwaldzwerge	SEITE 38
-----------------------	----------

## BUCHTIPP

---

Scrooge	SEITE 40
---------	----------

## BUCHREZENSION

---

Dreigliederung	SEITE 42
----------------	----------

## SPENDEN | SPONSORING

---

Eine Spende, die ankommt	SEITE 45
--------------------------	----------

## VORSCHAU

---

Vorschau auf kommendes Quartal	SEITE 46
Stelleninserat	SEITE 47

INSERATE	SEITE 48
----------	----------

FERIENORDNUNG	SEITE 54
---------------	----------

ADRESSEN	SEITE 55
----------	----------

STANDORTE   KONTAKT	SEITE 56
---------------------	----------

# 40 Jahre

## RUDOLF STEINER SCHULE BERNER OBERLAND

### Impressum

#### Herausgeber

Kollegium und Vereinigung  
Rudolf Steiner Schule  
Berner Oberland  
Astrastrasse 15  
CH-3612 Steffisburg

#### Beiträge und Artikel

Die Inhalte werden von den jew.  
AutorInnen selbstverantwortet

#### Redaktion

Benjamin Kälin, Gabriele Ortner,  
Magdalena Reinhard, Pascaline  
Rubin, Jasmine Stampfli,  
Daniela Steger, Natalie Wacker  
mitteilungen@steinerschulebo.ch

#### Fotos

S. 2, 8, 22, 23, 27-29, 33-36 zVg  
S. 6-7 Lilian Josche  
S. 14, 15, 31 Gabriele Ortner

#### Titel/Rücktitel

Zeichnungen: Nadine  
Aeberhard-Josche

#### Bildredaktion

Gabriele Ortner-Rosshoff  
info@bilder-spektrum.ch

#### Korrektorat

Natalie Wacker  
Magdalena Reinhard  
Matthias Giger

#### Beilage:

Kulturfensterkarte

Auflage 750 Ex.

38. Jahrgang, Nr. 160

#### Erscheinungsweise

Vierteljährlich: Frühling, Sommer,  
Herbst und Winter

#### Abonnementpreis

Jahresabonnement Fr. 20.-,  
für Vereinsmitglieder gratis

#### Bankverbindung

PC 34-4839-5  
IBAN CH59 0900 0000 3400 4839 5

#### Redaktionsschluss/Themen

1. Februar/Frühling/  
Wirken aufeinander

#### Inserate

Gabriele Ortner  
c/o Rudolf Steiner Schule  
Berner Oberland  
mitteilungen@steinerschulebo.ch

1 Seite 121 x 180 mm Fr. 280.-  
½ Seite 121 x 90 mm Fr. 150.-  
¼ Seite 121 x 45 mm Fr. 80.-

#### Layout

Gabriele Ortner-Rosshoff  
www.bilder-spektrum.ch

#### Druck

Roth Druck  
www.rothdruck.ch

## Der Zusammenhang des Ganzen

Das Grosse einsehen und gelten lassen, ist nur eine Einsicht;

es feiern, eine Überschwänglichkeit: denn es steht in Verklärung da und lässt sich nicht übertreffen.

Es anwenden im Menschlichen ist eine Weisheit und ein äusserster Erfolg; aber aller Aufgaben Aufgabe ist, Geringes in Grosses umzuwandeln, Unscheinbares in Scheinendes;

ein Stäubchen so zu zeigen, dass man es nicht sehen kann, ohne zugleich alle Sterne zu sehen und der Himmel tiefen Zusammenhang, in den es innig mit hineingehört.

Rainer-Maria Rilke, zitiert im Buche «Du sollst sein Rätsel lösen ...» – Gedanken zur Kunst der Kinder- und Schülerbesprechung von Christof Wiechert, siehe auch Seiten 2 und 3.

Daniela Steger

# Die Kinderbetrachtung

In diesem Schuljahr haben wir das Glück, dass es neun Lehrkräften möglich ist, das Seminar mit Christof Wiechert über die Kinderbetrachtung zu besuchen, welches in einer Folge von acht Malen in Zürich stattfindet und von der Gemeinschaft der Rudolf-Steiner-Schulen Schweiz finanziert wird. Wir bekommen jedes Mal einerseits eine anspruchsvolle Einführung in die Menschenkunde und in die Entwicklungsschritte der Schüler:innen, andererseits betrachten wir jedes Mal während circa 2 bis 3 Stunden ein Kind und üben uns mit Hilfe Christof Wiecherts darin.

Rudolf Steiner erhoffte sich, dass die Lehrer die Kinderbetrachtung als ein Instrument nutzen, um ihre pädagogischen Probleme mit einzelnen Kindern selbständig zu lösen. Dazu fehlte aber über Jahrzehnte das Fachwissen und vermutlich auch der Mut und die Fantasie. Ich selber erlebe sehr deutlich, dass eine Kinderbetrachtung wirklich eine **Kunst** ist, die gemeinsam in einem Lehrerkollegium geübt und ausgeführt wird. Einerseits geht es um menschenkundliche Kenntnisse, die sich die Teilnehmer:innen bzw. die Lehrer:innen erwerben müssen, andererseits braucht es ein sehr grosses inneres Einfühlungsvermögen, ein vertieftes genaues Hinhören und Hinschauen ohne wertende Vorurteile, wenn das Kind beschrieben wird. Aus den inneren Bildern der einzelnen Menschen im Kreis entsteht nämlich eine Art gemeinsames Bild, eine Bildgestalt bzw. Imagination, die danach zu möglichen Handlungsschritten und Hilfestel-

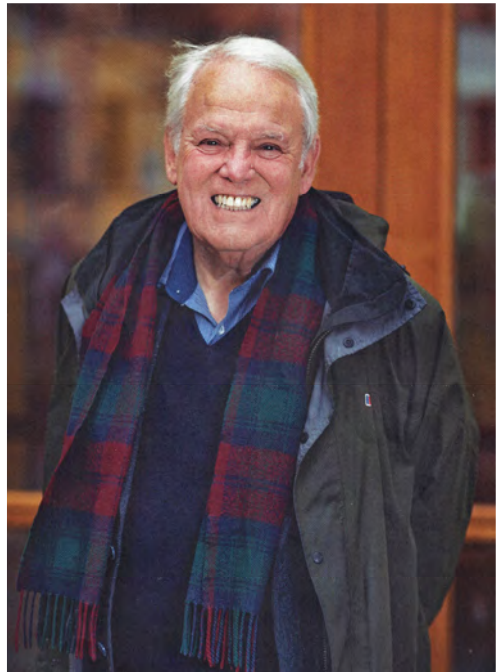
lungen für das Kind führen kann. So wie in jedem künstlerischen Prozess geht es nicht um ein starr festgelegtes Programm, nach dem man vorgeht, obwohl man gewisse Schritte in der Vorgehensweise beachten muss, sondern bei jeder Kinderbetrachtung – selbst bei einer sehr geglückten, welche Freude und Kraftzuwachs für das Kollegium vermittelt – bleibt der Impuls, es nächstes Mal besser machen zu wollen.

Zur Vorgehensweise: Vor der Kinderbetrachtung beschäftigt sich die Klassenlehrkraft intensiv mit dem Kind: Erstens vom räumlichen Aspekt her (Wie sieht es aus? Wie sind seine Proportionen? Wie steht es in der Welt? usw.), zweitens vom zeitlichen Aspekt her (Wie bewegt sich das Kind? Feinmotorisch und grobmotorisch? Was hat es biografisch durchgemacht? Wie sind die Entwicklungsschritte verlaufen? Wie wacht und schläft es?). Dazu werden meist intensive Gespräche mit den Eltern geführt oder noch schöner: Die Eltern können bei der Kinderbetrachtung dabei sein. Im Teilnehmerkreis werden Hefte, Zeichnungen, auch Fotografien usw. ausgelegt. Die Leistungen werden angeschaut und noch vieles mehr. Es ist gar nicht nötig, dass alle Teilnehmer:innen das Kind schon kennen. Gerade der unbefangene Blick und das unbefangene Ohr können ebenso hilfreiche Beiträge geben, bzw. Fragen stellen.

In Christof Wiechert haben wir einen Meister dieser Kunst, der sich jahrzehntelang ühend und vertiefend mit diesem Thema ausein-

andergesetzt hat und an vielen Schulen auf der Welt bei Kinderbetrachtungen dabei war und noch ist. Ich erlebe ihn wie eine Art Geburtshelfer, der uns durch das Nadelöhr der gemeinsamen Imagination des Kindes lotsen kann, was eine exakte Fantasie bedingt. In vielen Lehrer:innenkollegien besteht nämlich das Problem, dass man nach einiger Übung zwar eine vertiefte, wertfreie Beschreibung bekommt, aber nicht zum zweiten Schritt der 'Bildgestalt' und zum dritten Schritt der möglichen Hilfestellungen vordringt. Mit Hilfestellungen sind die Möglichkeiten gemeint, die die Lehrer:innen selber im Klassenzimmer ausschöpfen können.

Daniela Steger



«Du sollst sein Rätsel lösen ...»  
 ISBN/EAN 978-3-7235-1440-5  
 Verlag am Goetheanum

# Unfreiheit und Freiheit

*Zu Schillers Drama «Maria Stuart»*

*Aufgeführt von der 8. Klasse der Rudolf  
Steiner Schule Berner Oberland*

*Am 26. / 27. / 28. / 29. Januar 2023*

Friedrich Schiller gilt als der Dichter und Denker der menschlichen Freiheit. In immer neuen Variationen hat Schiller die Frage nach der Freiheit des Menschen behandelt. Vieles steht der Freiheit des Menschen entgegen. Da sind als erstes äußere Faktoren, durch die der Mensch seiner Freiheit beraubt wird: vom Gefängnis bis hin zu unsinnigen Vorschriften im Betrieb, von politischen Verhältnissen bis hin zu geschickter Manipulation durch Informationen und Kampagnen. Aber diese Formen von Unfreiheit sind nur die eine Seite. Die andere liegt – so Schiller – im Menschen selbst, nämlich im Innern seiner Seele: Emotionen, Leidenschaften und Triebe können den Menschen hochgradig unfrei machen. Der Getriebene seiner Stimmungen ist genauso wenig frei und selbstbestimmt wie der Triebtäter. Irgendetwas lässt getriebene Menschen so handeln, wie sie es tun, aber dieses Etwas – zum Beispiel ein Machttrieb – sind sie nicht selbst.

Schillers Drama «Maria Stuart» beginnt mit der Unfreiheit: Die schottische Königin Maria Stuart befindet sich in englischer Gefangenschaft. Schlimmer noch: Ein Gericht hat sie bereits zum Tode verurteilt. Ihr wird vorgeworfen, in England einen Umsturz ge-

plant zu haben, um als katholische Königin sowohl England und Schottland vereint zu regieren.

Gleich das allererste Bild des Dramas zeigt also ein Höchstmaß an Unfreiheit: Kerker und Todesurteil. Mehr Unfreiheit geht nicht. Es ist Unfreiheit von außen.

Die Gegenspielerin der Maria Stuart ist die Königin Elisabeth. Sie ist unfrei in einem anderen Sinn: Sie fühlt sich der öffentlichen Meinung unterworfen, die sie berücksichtigen muss, statt ganz aus sich selbst heraus entscheiden zu dürfen. Das beklagt sie, wenn sie sich eingesteht:

*O der ist noch nicht König,  
der der Welt gefallen muss.  
Nur der ist's, der bei seinem Tun  
Nach keines Menschen Beifall brauch zu fragen.*

Am Ende aber kehren sich die Verhältnisse um: Elisabeth entscheidet sich aus Wut gegen eine Begnadigung der Maria. Es ist eine emotionale Entscheidung und gerade dadurch alles andere als frei. Ganz anders Maria. Maria akzeptiert am Ende ihre Verurteilung zum Tod. Sie weiß zwar, dass ihre Verurteilung ein Justiz-Skandal ist. Ihr Prozess war ein Schau-Prozess und in Wahrheit politischer Mord. Aber obwohl Maria das alles weiß, nimmt sie das Urteil in einem ganz anderen Sinn als gerecht hin, nämlich als Sühne für die Verbrechen, die sie als junge Königin begangen hat. Indem Maria

ihren Tod als Schicksals-Ausgleich akzeptiert, wird sie seelisch und geistig frei. Aus der größten äußeren Unfreiheit erhebt sich so der Sieg der Freiheit durch den Geist des Menschen. Das ist Schillers Botschaft, das ist sein Evangelium.

Zwischen den benannten beiden Polen der Freiheit und Unfreiheit schildert Schillers Drama das ganze Spektakel einer durch und durch intriganten politischen Welt – eine Art „House of Cards“ der elisabethanischen Zeit, das man an vielen Stellen eins-zu-eins in die Verhältnisse des 21. Jahrhunderts übersetzen könnte.

Die Schülerinnen und Schüler der 8. Klasse sind dabei, das Drama einzustudieren, die Kostüme zu nähen und das Bühnenbild zu malen. Wir fiebern den Aufführungen Ende Januar entgegen, manchmal voller Sorgen, ob auch alles wie gehofft gelingen wird, und manchmal voller Vorfreude. Auf jeden Fall aber freuen wir uns auf zahlreichen Besuch und werden noch mit einem gesonderten Prospekt zu den einzelnen Aufführungen einladen.

Mit herzlichen Grüßen

Valentin Wember

# Gesteinskundelager der 6. Klasse

In begeisterter Vorfreude trafen sich die SchülerInnen der 6. Klasse früh morgens am Bahnhof, bereit für die grosse Reise!

Die ging nun ins Wallis, Brig, Andermatt, den Oberalppass hinauf, Disentis-Muster und dann endlich Thusis. Von dort noch zweimal ins gelbe Postauto steigen, dann waren wir am Ziel: Mathon, ein kleines Dorf im Kanton Graubünden.

Dort besuchten wir noch am selben Nachmittag in Wergenstein Wolfgang Josche, Berufsstrahler mit über 30 Jahren Erfahrung. Am Dienstag ging es dann endlich los! Die erste Gruppe durfte unter fachkundlicher Anleitung von Wolfgang und Johannes Josche in die Schlucht bei Wergenstein hinabsteigen. Ein Abenteuer für sich! Glücklicherweise angekommen ging das Strahlen mit Hammer und Meissel ausgerüstet, los. Wieder einmal mehr zeigte sich, wie hart das Gestein sein kann. Doch mit Widerstandskraft und Durchhaltewillen konnten alle 6.Klässler kleine Schätze mit nach Hause tragen.

Die zweite Gruppe wanderte mit Lilian Josche zu einem Bergsee, der über der Baumgrenze lag und, wie wir leider feststellten, ausgetrocknet war.



Auch hier konnten wir uns in vollen Zügen an der schönen Bergwelt erfreuen. Im trockenen Grund des Bergsees fanden wir zu unserem Erstaunen Kristalle, welche ein Geschenk!





Nach dem Wechsel der Gruppen am Mittwoch ging es am Donnerstag noch gemeinsam auf die Suche nach Pyriten. Wir suchten die von aussen unscheinbaren, dunklen Steine, die unbeachtet in einem wilden Bachbett herumlagen. Mit Hilfe von Hammer und Meissel kamen kleine, schöne, goldige Würfel zum Vorschein. Wie Sternenstaub der vom Himmel auf die Erde fiel, um sich in den Steinen verewigen.



„Steinreich“, glücklich und mit vielen schönen Erlebnissen beschenkt, ging die Reise wieder nach Hause - in Dankbarkeit und Vorfreude auf unsere nächste gemeinsame Unternehmung.

Lilian Josche



# Waldpraktikum der 9. Klasse

Wann immer möglich, absolvieren die Schülerinnen und Schüler der oberen Klassen ein Waldpraktikum. Dort pflegen sie unter Anleitung engagierter Förster den Wald, beräumen Wald- und Weideflächen, bauen Wege und Trockenmauern, lichten Wald aus und fällen Bäume. Sie lernen, was Waldpflege wirklich bedeutet, wie die dazu benötigten Werkzeuge und Materialien eingesetzt und gehandhabt werden und vieles mehr. Während ihres wertvollen Einsatzes erhalten sie genauere Einblicke in die Vorgänge der Natur, werden mit grösseren Arbeitszusammenhängen innerhalb der Natur bekannt gemacht und bemerken so, dass jeder einzelne durch sein Mittun Grosses bewirken und sinnvoll Spuren hinterlassen kann. Die Arbeit im Wald ist körperlich anstrengend und nicht selten müssen Arbeitsmaterial und Verpflegung an schwer zugängliche Stellen geschleppt werden. Und trotzdem: Kaum ein Schüler, kaum eine Schülerin möchte dieses unvergessliche Erlebnis und die gemachten Erfahrungen missen. Sie gehen schliesslich mit anderen Augen durch den Wald, tragen selbst zu Schutz und Pflege des Waldes bei. In diesem Schuljahr ging es hoch hinauf, nach La Fouly (Unterwallis). Dort arbeiteten die jungen Menschen im Bergwald und auf Bergweiden, nicht selten stotzig und unwegsam, in Zusammenarbeit mit dem ortsansässigen Förster und sehr zur Freude der betroffenen Bergbauern. Einer davon bedankte sich sogar persönlich mit einem leckeren Käselai.

Bereits kurz nach den Herbstferien machten wir, die 9. Klasse, uns auf den Weg nach La Fouly, um dort ein einwöchiges Praktikum zu erleben, welches von der Bildungswerkstatt Bergwald ([www.bergwald.ch](http://www.bergwald.ch)) organisiert worden war. Diese Praktikumswoche war aber ebenso eine Begegnungswoche, denn wir lebten und arbeiteten gemeinsam mit einer Klasse Geflüchteter vom Zugang B, Huttwil. Diese Klasse hatten wir vorgängig bereits kennengelernt und freuten uns auf spannende Tage mit den jungen Menschen, die ganz allein, also ohne ihre Eltern oder Familien, aus verschiedenen Ländern wie Afghanistan, Syrien, Türkei oder Guinea in die Schweiz geflüchtet waren.



Natalie Wacker

Es hat zwar eine Weile gedauert, bis wir uns kennengelernt hatten und aufeinander zugehen konnten, aber dann hatten wir wirklich eine gute Zeit. Im Laufe der Woche war jede Gruppe an insgesamt vier verschiedenen Orten mit verschiedenen Förstern im Einsatz. Die Gruppen waren gemischt, d.h. es waren immer Schülerinnen und Schüler aus unserer und der Huttwiler Klasse dabei. So kamen wir nicht nur im Lagerhaus, sondern auch bei der Arbeit ins Gespräch und lernten uns besser kennen. Wir lernten neue Sprachen, Kulturen, Religionen und Meinungen kennen und im gegenseitigen Austausch realisierten wir, wie leicht unser Leben hier ist. Es war extrem aufschlussreich und spannend, denn wir konnten mehr über diese fremden Kulturen erfahren und auch sehr viel darüber, wie privilegiert wir in der Schweiz eigentlich leben. Dass wir in die Schule gehen können, eine Familie haben, ein Haus, ein eigenes Zimmer, nie zu wenig essen etc., ist für andere nicht selbstverständlich.

Wir merkten aber auch, wie stark diese Jugendlichen sein können, dass sie immer noch, nach all den Traumata, die sie erlitten hatten, lachen und fröhlich sein können. Wir haben erkannt, dass viele Vorurteile, die man gegenüber Flüchtlingen so hat, falsch sind. Alle, die wir kennengelernt haben, waren und sind respektvoll, hilfsbereit und offen. Es machte ihnen nichts aus, hart zu arbeiten, und sie hatten grosse Freude zu helfen. Es war z.B. für uns Mädchen fast nicht möglich, etwas zum Arbeitsplatz

zu tragen. Kaum hatten wir beispielsweise eine Verpflegungskiste in der Hand, war einer der Jungs da und nahm sie uns ab.

Eine weitere wichtige Erkenntnis für uns war, dass es völlig unwichtig ist, woher der einzelne Mensch kommt, wie er aussieht oder woran er glaubt. Wenn alle zusammenarbeiten und das gleiche Ziel haben, kann man vieles schaffen. Gemeinsam erfuhren wir viel Wissenswertes über den Bergwald, seine Bewohner und warum er gepflegt werden muss. Einige der geflüchteten Jugendlichen fühlten sich dort in den Bergen sogar an ihre Heimat erinnert und hatten grosse Freude.



Nach dem Lager haben wir extrem gemerkt, wie nahe wir uns waren und wie stark wir die anderen Schüler ins Herz geschlossen hatten. Wir vermissen sie und haben uns sehr gefreut, sie am Sporttag Ende November wiederzusehen. Wir bleiben in Kontakt und werden sie auch zu uns einladen, vielleicht ‚schlößen‘ oder ‚schlitteln‘ gehen.



Es hat extrem viel Spass gemacht, und auch unsere Klasse ist in dieser Woche noch mehr zusammengewachsen. Insgesamt war es eine sehr intensive Zeit. Wir würden das sofort noch einmal wiederholen und hoffen, noch viele Klassen nach uns werden dieses Erlebnis haben dürfen, denn wir glauben, es ist auf eine Art wichtig, ein

bisschen mehr zu hören und zu erleben, als das, was die Medien uns sagen.



Wir danken allen, die uns dieses Praktikum ermöglicht und uns begleitet haben, vor allem Kaspar Zürcher von der Bildungswerkstatt Bergwald, den FörsterInnen Janis und Jenny sowie allen beteiligten LehrerInnen.

Uma Binetti und Célestine Grichting



# Basar<sup>22</sup> - ein Blick aus der Wechselstube

**7:50**

Noch ist die Müdigkeit vom Basaraufbau am Vortag nicht ganz verfliegen, der Samstag noch nicht ganz erwacht. Das Schulhaus liegt noch still. In den menschenleeren Räumen stehen die Marktstände bereit, neugierige Besucher anzulocken.

**8:30**

Ich richte die Wechselstube für den Tag ein, damit sich die Marktstände stets mit genügend Wechselgeld versorgen können. Allmählich kommt Leben ins Schulhaus und auf das Schulhausgelände. Die Standanbieter:innen sind mit letzten Vorbereitungsarbeiten beschäftigt.

**9:50**

Es summt und brummt im Schulhaus. Viele Schülerinnen und Schüler sind schon da und warten gespannt auf ihren Auftritt an der Quartalsfeier, mit der der Basar<sup>22</sup> eröffnet werden wird. In der Wechselstube ist ein Kommen und Gehen. Kassen werden herausgegeben, letzte Einrichtungsarbeiten koordiniert. «*Kann jemand diese Liste im Sekretariat ausdrucken?*» - «*Wo ist Martina?*» - «*Haben wir ein Verlängerungskabel?*»... es wird einem ganz wirbelig im Kopf.

**11:20**

Der Basar hat Fahrt aufgenommen. Die offene Türe der Wechselstube gibt den Blick ins Foyer und auf den steten Besucherstrom frei, der sich durch unser Schulhaus bewegt. Die ersten Standanbieter:innen sind schon mit grossen Banknoten in die Wechselstube gekommen. Ich tausche sie gegen kleine Noten und Münzen und muss schmunzeln: Vermutlich haben sich die wenigsten Besucher:innen je Gedanken darüber gemacht, welche Arbeit ihre, in bester Absicht, genügend Bargeld dabei zu haben, frisch aus dem Bankomaten gezogenen Hundertfranken-Scheine verursachen.

**13:35**

Das sonnige Herbstwetter macht Hunger. Die vielfältigen Essensangebote auf dem Schulhausgelände erfreuen sich grossen Zuspruchs. So gross sogar, dass die ersten Anbietenden schon bald nach dem Mittag in der Wechselstube stehen, um die Schlussabrechnung zu machen. Ausverkauft! Andere fangen an zu rechnen, ob ihre Vorräte für den Sonntag wohl noch reichen. Dürfte knapp werden. Noch haben die Läden im Dorf geöffnet, also werden rasch ein paar Helfer ausgeschiedet um einzukaufen. Dem Pizza-Stand fehlen ein paar helfende Hände für Sonntag. Aber auch dieses Problem ist mit einem kurzen Telefonanruf gelöst. Und wieder staune ich, was möglich wird, wenn Menschen, die guten Willens sind, gemeinsam etwas anpacken.

**17:50**

Noch einmal wird es betriebsam in der Wechselstube: die Standanbieter:innen bringen ihre Tageseinnahmen in die Wechselstube. Geld zählen, Quittung ausstellen, Buchhaltung nachführen... Ohne den Stellenwert des Geldes am Basar zu sehr betonen zu wollen, so ist es doch schön zu sehen, dass sich die ganzen Anstrengungen, die in die Vorbereitung geflossen sind, nun im wahrsten Sinne des Wortes «auszahlen».

**19:30**

Es ist ruhig geworden im Schulhaus. Ich räume die Wechselstube auf und bereite sie für den Sonntag vor. Da streckt Matthias noch rasch den Kopf hinein, um einen guten Abend zu wünschen. Himmell! Den ganzen, betriebsamen Tag lang habe ich nicht eine Sekunde an Matthias und das Küchenteam gedacht, das so unentbehrlich für die Basargastronomie abgewaschen, abgeräumt, Geschirr nachgefüllt hat... Als sich Matthias nach einem kurzen Schwatz verabschiedet hat, versuche ich, kurz all die anderen, unsichtbaren Helfer:innen, die zum Gelingen dieses Basars beigetragen haben, in meine Gedanken einzuschliessen. Es gelingt mir nicht so recht, es sind so viele!

**19:40**

Auf dem Heimweg spüre ich eine grosse Dankbarkeit: Wie wunderbar, mich als Teil einer Gemeinschaft zu wissen, die mit ihrer Hände Arbeit ein so grossartiges Fest nicht nur auf die Beine gestellt, sondern auch zu feiern verstanden hat! Ich freue mich auf den nächsten Tag. Denn dann geht unser Fest weiter!

**Das Basarkernteam sagt Danke!**

Zwar hat das Basarkernteam die Organisation koordiniert. Aber ohne all die Anbieter:innen, Produzenten, Künstler:innen, ohne das Kollegium und die Schülerinnen und Schüler, ohne die unzähligen unsichtbar gebliebenen Menschen, die dem Basar zugearbeitet haben, und erst recht ohne die hungrigen, kauflustigen, kulturbegeisterten Besucher:innen und Besucher wäre der Basar nicht der Basar geworden. Danke, danke allen aus tiefstem Herzen!

Benjamin Kälin







# Oh Tannenbaum

Es ist wieder so weit: Wo man hinschaut, überall Weihnachtsdekoration und geschmückte Tannenbäume.

Auch in unserer Schule steht ein solches Exemplar, vor einigen Jahren initiiert vom Ideenbüro (also der damaligen 9. oder 10. Klasse, ich weiss es nicht mehr so genau). Schmücken durften ihn in den ersten Jahren die Initianten selbst – was für ein Fest für die Schülerinnen und Schüler! Bunt und voller Lichter, so stand ab diesem Zeitpunkt Jahr für Jahr ein Tannenbaum im Foyer, an dessen Fuss eine Krippe mit der Jesus-Familie zu finden war und eine Zeitlang auch Wichtelgeschenke. Doch es hatte nicht jeder Freude an unserem Bäumchen. Dem einen war es zu kitschig, dem anderen zu bunt und dem dritten passten die elektrischen Lichter nicht. So dauerte es nicht lange, bis die Erwachsenen ihre eigenen Vorstellungen davon, wie ein Weihnachtsbaum auszusehen hat, durchsetzten und einen “schönen” und “ordentlichen” Weihnachtsbaum ins Foyer stellten. Ich versuchte, diesem “schönen” und “ordentlichen” Weihnachtsbaum auf die Spur zu kommen.

Immergrüne Pflanzen symbolisieren Lebenskraft und werden seit Menschengedenken von Britannien über die nördlichen Gebiete bis nach Ägypten und China in der dunklen Jahreszeit als Schmuck ins Haus geholt, als Bäumchen, Kranz oder Strauss. Aufgehängte Tannenzweige gaben Hoffnung auf den Frühling und sollten böse

Geister vom Eindringen ins Haus abhalten. Mit einem geschmückten Baum ehrte man zur Wintersonnenwende im Mithras-Kult den Sonnengott.

Auf öffentlichen Plätzen und in öffentlichen Gebäuden wurden ab Ende des 15. Jh. immer häufiger Tannenbäume aufgestellt, Zünfte und Vereine holten Bäumchen in die Zunfthäuser und Ratsstuben. Im Baltikum war es zu Beginn des 16. Jh. Brauch, Tannen in der Weihnachtszeit auf den Markt zu tragen, zu schmücken und schliesslich zu verbrennen. Auch Kirchgemeinden stellten Weihnachts- oder Christbäume auf. Geschmückt wurden sie ganz unterschiedlich. In Strassbourg z.B., hängte man laut einer Aufzeichnung aus dem Jahre 1605 bunte Papierrosen, Äpfel, Oblaten, flimmernde Metallplättchen und Zuckerwerk an den Baum. Herzogin Dorothea Sybille von Schlesien soll 1611 erstmals einen Tannenbaum mit Kerzen verziert haben. Ab dem 18. Jh. wurde das Aufstellen eines Weihnachtsbaumes auch in den Haushalten der einfachen Leute populär. Der Baumschmuck bestand aus Obst (meist Äpfel), Back- und Zuckerwerk, kleinem Spielzeug und ähnlichem und wurde jedes Jahr neu selbst hergestellt. Sogar bemalte Eier fanden sich am Baum – je nach Region. Glitzernder Baumbehang sollte in einigen Regionen die Geschenke der Heiligen Drei Könige symbolisieren. Hier und da, u.a. in anthroposophischen Einrichtungen, gehören echte, gefilzte oder Papierrosen zum Christbaumschmuck: 30 rote für Je-

sus und 3 weisse für die drei Jahre seines Lebens nach der Taufe im Jordan.

So mannigfaltig wie der Baumschmuck sind auch die Beweggründe für das Aufstellen eines Weihnachtsbaums. In ganz früheren Zeiten, kam es auch vor, dass der Weihnachtsbaum beispielsweise von Bäckern und Händlern eines Ortes aufgestellt und mit Lebkuchen, Obst und anderen Lebensmitteln für die Kinder und arme Familien behängt wurde – ein Almosenbaum sozusagen. Für die einen war und ist der Weihnachtsbaum Symbol für Lebenskraft und Fruchtbarkeit der Natur, für die Hoffnung auf das Wiedererwachen der Natur im Frühling. Für andere ist er eine christliche Metapher für den Zusammenhang der Erlösung durch die Geburt Jesu mit dem biblischen Sündenfall. Für dritte ist er schlicht eine Dekoration, die zur Weihnachtszeit gehört. Und schliesslich verkörpert ein geschmückter Weihnachtsbaum immer auch die eigenen Sichtweisen aufs Fest, repräsentiert ein Unternehmen, eine Einrichtung oder schlicht den eigenen Geschmack.

Im Gegensatz zur Meinung vieler, war das Aufstellen eines Weihnachtsbaums zunächst ein heidnischer und teils bürgerlicher Brauch, und hatte nichts mit der Kirche zu tun. Ganz im Gegenteil. Die katholische Kirche weigerte sich lange Zeit, den geschmückten Tannenbaum als zur Weihnachtszeit gehörig anzuerkennen. 1982 schliesslich liess Papst Johannes Paul II

den ersten Christbaum im Vatikan auf dem Petersplatz aufstellen. Für die Protestanten hingegen erklärte Martin Luther den Christbaum bereits zur Reformationszeit zum Symbol des christlichen Festes. Ganz ursprünglich nämlich versinnbildlichte der Tannenbaum im Christentum als "Paradiesbaum" Evas und Adams Vertreibung aus dem Paradies. Für das am 24. Dezember aufgeführte Mysterienspiel benötigte man einen grünen Baum und voilà: der Tannenbaum hatte seinen ersten "Auftritt". Mit der Zeit wurde aber der 24.12. zunehmend als "heiliger Abend" wahrgenommen und der Paradiesbaum wurde zum Christbaum.

Sie sehen also: Der Tannen-, Weihnachts- oder Christbaum hat in jeder Form, mit jedem Schmuck und in jeder Grösse seine Berechtigung. Den "schönen" oder "ordentlichen" Weihnachtsbaum gibt es nicht - Schönheit liegt schliesslich im Auge des Betrachters. So kommt es, dass wir an unserer Schule einen "repräsentativen" Weihnachtsbaum im Foyer haben und in einigen Zimmern einen klasseneigenen, der - je nach Gusto - auch knallbunt und glitzernd sein darf.

Natalie Wacker

# Nadine Aeberhard-Josche

Ich schlummere gerne. Es ist Montag. Der Wecker klingelt. Es ist 4:30. Er darf drei Mal klingeln, während ich schlummere und mich bedanke, dass ich lebe. Um 4:50 stehe ich auf.

Als erstes putze ich mir die Zähne, gehe in den unteren Stock ins Wohnzimmer, zünde eine Kerze an und lege mich auf meine Yogamatte. Ich wiederhole 21 Mal ‚Ich bin‘. Danach verbinde ich mich mit der göttlichen Daseinsebene, zentriere mich und mache ein paar Übungen zur Stabilisierung meiner Knie, da meine Kreuzbänder seit einem schweren Verkehrsunfall aus dem Jahr 2002 beidseitig abgerissen sind. Während der abschliessenden Übungen höre ich zum Tageseinstieg gerne die Hörbücher von Neville Gordard, wie z. B. ‚Das erste Prinzip‘.

Gegen halb sechs gehe ich in die Küche, bereite mir einen Grüntee und gehe hoch duschen. Etwa 10 Minuten später decke ich den Frühstückstisch für meine drei Kinder (Julie ist 9, Leeven 12 und Cyril 15) und trinke meinen Grüntee, frühstücke meine Avocado mit Ananassaft, gerösteten Sonnenblumenkernen und Kokosflocken, gerne auch Brennesselblätter dazu. Dieser Energiestart nährt mich meist bis in die Nachmittagsstunden. Heute koche ich ausserdem für Leeven das Mittagessen vor, da er am Mittag nach Hause kommt und nachher wieder in die Schule gehen muss. Ich schaffe es nicht, um Mittag zu Hause zu sein. Um 6:05 gehe ich wieder in die Ebene der Schlafzimmer und des Badezimmers. Ich

putze meine Zähne und wecke zum ersten Mal meine Kinder, packe meine Tasche fertig, zieh mich warm an und hole mein Velo aus der Garage. Ausserdem füttere ich die Hasen und erzähle ihnen, wer am Tag wann zu Hause ist und sie besuchen kommt. Dann bring ich mein Velo zur Haustüre und kontrolliere, ob alle Flügelschrauben daran angezogen sind, ausserdem installiere ich die neu aufgeladenen Lampen.

Anschliessend wecke ich meine Kinder ein zweites Mal und spreche mich mit ihnen ab: Wer geht wann in die Schule und kommt wann zurück, was steht für heute Besonderes an? Cyril bitte ich nochmals darum, bevor er geht zu überprüfen, dass Julie aufgestanden ist. Ich verabschiede mich bei ihnen und verlasse erst das Haus, wenn jedes Kind mich zumindest einmal direkt angesprochen hat.

Die folgende Stunde von 6:30 bis 7:20 ist ‚meine‘ Zeit auf den 26 Kilometern. In dieser Zeit verbinde ich mich nochmals mit den göttlichen Prinzipien, hole meine Visionen herbei und bitte um Heilung der anstehenden Prozesse privat und beruflich. Wenn ich in Heimberg auf der Kuppe angekommen bin, verbinde ich mich erneut und lade jedes Kind der 7. und 4. Klasse einzeln in meinen Herzraum hinein. Das ist der Moment, wo ich meine Aufgaben als Mutter zurücklasse und voll und ganz in meine Aufgabe als Lehrerin eintrete.

In der Schule angekommen, dusche ich ein zweites Mal und bin nach etwa 10 Minuten parat für den Schulalltag.

Letzte Woche hat die neue Epoche angefangen. In der Ernährungskunde 7. Klasse haben wir uns vorgenommen, eine Woche lang auf isolierten Zucker zu verzichten. Es gab Sorgen von einigen SchülerInnen, dass sie nicht durchhalten würden. Gemeinsam haben wir mit den aufkommenden Fragen und Sorgen gearbeitet. Dank der Mithilfe der Klassengemeinschaft trauen es sich nun alle zu, die Woche des Verzichtes zu wagen.

In der 4. Klasse sind wir in das Formenzeichnen eingetaucht. Jeden Tag ist eine Steigerung wahrzunehmen. Gerade letzten Freitag ist allen Kindern eine besonders schwierige Form gelungen. Das hat uns sehr gefreut. Die Schüler sind dabei ganz bei sich. So habe ich es auch mit der 7. Klasse in der Geometrie empfunden: Es wächst der Wunsch, die Aufgaben wirklich zu schaffen. Die Klassen sind sehr motiviert. Wir spielen Flöte, singen, erfüllen den Stabreim, rechnen und packen immer wieder den Koffer zur Gedankenreise.

Das Wochenende nutzte ich, um in beiden Klassen möglichst viele Vorkehrungen zu treffen, um die Woche über möglichst entlastet und frei für den eigentlichen Unterricht mit den Kindern zu sein.

Mein Schulalltag beginnt stets gleich: Seit diesem Sommer platziere ich meine Schul-sachen als aller erstes in der 7. Klasse, begrüsse die bereits eingetroffenen Schülerin-ne und Schüler und gehe dann runter in die 4. Klasse. Heute ist Janine, wie auch an 2 anderen Tagen, da und wir beginnen im Morgenkreis mit Flötenspielen und Singen. Ich freue mich: in beiden Klassenzimmern liegen Adventskränze bereit, welche die Elternschaft uns geschenkt haben. Im Anschluss daran begeben sich in die 7. Klasse zurück und beginne dort mit dem Morgenritual. Montags definieren wir die Ämtli neu, planen, was diese Woche ansteht und ich höre aus dem Klassenrat, woran sie diese Woche arbeiten wollen. Nach der Epochenzeit in der 7. Klasse, gehe ich in die 4. Klasse und bereite mich während der grossen Pause auch hier auf die Epochenzeit vor.

In der ersten Fachstunde musizieren wir montags, unterstützt von Nathalie Gähwiler, mit der 4. und 7. Klasse zusammen. Nach einigen Singübungen sind wir im Moment mit dem Lied *'Vois sur ton chemin'* aus dem Film *'Les Choristes'* unterwegs.

Zur 3. Fachstunde bin ich zurück in der 7. Klasse, um eine Übstunde zu geben. Danach orientiere ich mich, dass in der 4. Klasse die Ämtli der Ordnung erfüllt werden. Frau Abele begleitet dies nach der Eurythmie sorgfältig.

Am Mittag isst meine Tochter in der Schule in Ittigen und ich kann die Zeit für ein Elterngespräch in Steffisburg nutzen. Etwa um 13:45 schwinde ich mich aufs Velo. Jetzt bleibt wieder Zeit für einen Rückblick auf den heutigen Morgen. Viele Gedanken lasse ich wie Wolken vorbeiziehen, doch wenn etwas meine Aufmerksamkeit braucht, richte ich mein Bewusstsein nochmals darauf.

Dann ist für mich das Einkaufen unterwegs angesagt. Am liebsten kaufe ich im Coop Wichtrach ein. Die Auswahl ist für das vegane Sortiment hier grösser als in Worb und meist brauche ich auch schon eine kleine Stärkung: Der Nachhauseweg ist im Gefühl viel länger als der Weg am Morgen, obwohl das natürlich nicht stimmt.

Da der Platz in meinem Rucksack beschränkt ist, wird er weit über sein Mass bepackt und muss daher nach oben offen stehenbleiben. Auf der Anhöhe in Münsingen, im Wald, nehme ich mir die Zeit und beantworte SMS und Telefonate, damit ich zu Hause wirklich für meine eigenen Kinder da sein kann.

Julie kommt meistens eine viertel Stunde nach mir, um 15:30Uhr, Leeven noch eine viertel Stunde später. Nachdem alle eingetrudelt sind, lege ich mich mit einem Tee eine halbe Stunde auf die Couch und die Kinder erzählen von ihrem Tag. Wir spielen gerne dabei *'Eile mit Weile'* oder auch *'Backgammon'*. Oft schliesse ich aber auch für eine halbe Stunde die Augen und tanke

auf. Ein erster Blick auf die Schulsachen, ein paar Vorbereitungen und schnell ist Abend. Meist müssen wir doch noch einmal mit den Velos ins Dorf, weil etwas zum Nachtessen fehlt. Ein Kind begleitet mich dabei.

Es wird gegen 18 Uhr gemeinsam gekocht. Cyril, mein ältester Sohn ist unterdessen auch eingetrudelt. Jeden Montag haben wir noch ein Gastkind bei uns, das am Abend gerne zu Tisch bleibt. Wir haben einen Holzofen in der Wohnung, heizen kräftig ein und verteilen die Aufgaben: Jemand muss mit der Taschenlampe los, da es schon früh dunkel wird, um oben am Wald auf der Wiese Löwenzahn für unsere Hasen zu pflücken. Dort geniessen wir das ganze Panorama der Alpen beim Eindunkeln. Nachdem die Hasen gefüttert sind, kontrollieren wir wegen dem Marder nochmals alle Türen am Hasenstall. Der Fuchs und der Marder sind alle Nächte bei uns zu Gast. Die Kinder spielen manchmal noch draussen, während ich mit einem Kind das Essen vorbereite. Bevor wir zum Essen starten, schaue ich noch auf die Mails, damit ich den Abend vorbereiten und vor dem Essen sondieren kann, was heute Abend noch Priorität bekommt.

Gegen 19:15 essen wir. Meistens ist bis um 20:00 am Tisch ein buntes Treiben. Es geht lebhaft zu, das Gastkind wird abgeholt. Der 15jährige Cyril arbeitet an 4 von 5 Tagen am Abend noch in der Bioholzbackerei Vechigen und muss meist um 20:30 los.

Die beiden jüngeren Kinder machen sich bettparat, sie befinden sich im oberen Teil der Wohnung, während ich die Küche auf-räume und nochmals für 20 Minuten in mein Hörbuch reinlausche. Spätestens um 20:45 ist es Zeit zusammen die Bettruhe einzu-läuten. Das funktioniert nicht immer wie am Schnürchen. Wir finden uns meistens in meinem grossen Bett zusammen und lesen: im Moment Wanja. Zum Abendritual gehört noch immer das gemeinsame Singen.

*In Dich ströme Licht, das Dich ergreifen kann.  
Ich begleite seine Strahlen mit meiner Liebe Wärme,  
Ich denke mit meines Denkens besten Frohgedanken  
An Deines Herzens Regungen.  
Sie sollen Dich stärken,  
Sie sollen Dich tragen,  
Sie sollen Dich klären —Ich möchte sammeln in Deinen Lebensschritten  
Meine Frohgedanken,  
Dass sie sich verbinden Deinem Lebenswillen  
Und er in Stärke sich finde in aller Welt  
Immer mehr durch sich selbst.*

*Und/oder*

*Vom Kopf bis zum Fuß  
Bin ich Gottes Bild  
Vom Herzen bis in die Hände  
Fühl ich Gottes Hauch  
Sprech ich mit dem Mund*

*Folg ich Gottes Willen  
Wenn ich Gott erblick  
Überall, in Mutter, Vater,  
In allen lieben Menschen  
In Tier und Blume  
In Baum und Stein,  
Gibt Furcht mir nichts  
Nur Liebe zu allem  
Was um mich ist.*

*Beide Rudolf Steiner, GA 40,  
Wahrpruchworte*

Wir geniessen das Beisammensein und ich verabschiede mich für die Nacht. Es ist mir jeden Abend ein Segen, dass Julie und Leeven sofort zur Ruhe finden und schlafen.

In der nächsten Zeit arbeite ich die SMS, Mails und Telefonate ab. Meist trinke ich nochmals ein oder zwei Tassen Grüntee.

Um halb zehn kommt Cyril vom Bäcker nach Hause. Wir arbeiten immer wieder gemeinsam am Tisch und haben Teil an dem Erlebten des anderen. Oft essen wir nochmal etwas zusammen. Um 23:00 gilt auch für ihn: Lichterlöschen und Handy aus. Das klappt weniger gut. Wir arbeiten beide daran.

Am Wochenende bereite ich den Bogen für die ganze Woche in beiden Klassen vor. Das hat zur Folge, dass ich auch dann nach Steffisburg fahren muss. Meist male ich die Wandtafelbilder, erledige einen Teil der Korrekturen und stelle die Unterrichtsunterla-

gen zusammen. Somit reicht die Zeit unter der Woche am Nachmittag zwischen 16 und 17 Uhr und abends von 22 bis 23 Uhr um den Unterricht am nächsten Tag fertig vorzubereiten.

Zwischen 23 und 24 Uhr widme ich mich meinem zweiten Standbein als Kommunikationsfachfrau für Anthroposophie in der Schweiz. Dazu gehört, Beantwortung der Mails und Bereitstellung der Tagesneuigkeiten auf das Portal [anthroposophie.ch](http://anthroposophie.ch). Auch die Termine bereite ich auf und stelle sie ein.

Anschliessend wird im Haus überall das Licht gelöscht, das WLAN ausgeschaltet und ich finde mich bei einer Kerze wieder auf meiner Yogamatte ein, wiederhole 7 mal, *Ich bin*. Ich versuche in die Stille zu kommen, ohne einzuschlafen. Dann blase ich die Kerze aus, mache mich fertig und begeben mich ins Bett. Ich versuche mit den letzten Gedanken des Tages Sorgen und Emotionen zur Seite zu legen und den Tag mit den Gedanken: *Ich bin nicht mein Körper. Ich bin nicht mein Denken. Ich bin nicht meine Gefühle.* abzuschliessen. Mit meiner geliebten Wärmflasche schlafe ich sehr schnell ein.

Nadine Aeberhard-Josche







# Konstantin Rosshoff

Mein Name ist Konstantin Rosshoff, ich bin 26 Jahre alt und ging von der ersten bis zur 12. Klasse in die Waldorf/Steinerschule: Die ersten beiden Jahre an der Rudolf Steiner Schule Sihlau bei Zürich, dritte bis zehnte Klasse an der Rudolf Steiner Schule BEO hier in Steffisburg und zuletzt 11. und 12. Klasse an der Rudolf Steiner Schule in Ittigen.

Wenn ich an die Schulzeit zurückdenke, habe ich die zwölf Jahre in guten Erinnerungen. Ich ging gerne zur Schule und mochte den Austausch mit meinen MitschülerInnen. Bildnerisches Gestalten, Handarbeit, Werken, Geometrie und Geschichte gefielen mir am besten. An die 8., 10. und 12. Klassenspiele denke ich gerne zurück auch an den Oberstufenchor bei Herrn Werren in Ittigen, das waren alles besondere Projekte, die klassenübergreifend stattfanden. Man konnte interaktiv etwas lernen und selbst seinen Teil beisteuern. Es ist auch nicht selbstverständlich, dass man solche Projekte in der Schulzeit umsetzt.

Während der Schulzeit hatte ich das Glück in meiner Freizeit den Musikunterricht an der Musikschule Thun zu besuchen, zuerst vier Jahre Klavier danach vier Jahre Cello zu erlernen und zu spielen. Mit dem Beginn der Oberstufe wechselte ich von der Musik auf den Sport. Im Seeclub Thun ging ich regelmässig ins Rudertraining, mein Vorbild war mein älterer Halbbruder Thomas. Wie er, wollte ich Wettkämpfe rudern und opferte fast meine gesamte Freizeit dem Rudersport. Mit

18 Jahren ruderte ich in einer Renngemeinschaft mit dem Seeclub Biel an der Schweizermeisterschaft - leider schafften wir es im Zweier- wie auch im Vierer- Boot nur auf den vierten Platz. Nach einer doch nicht so schlechten letzten Saison stoppte mich das Pfeifferische Drüsenfieber, welches mich zu lange im Training fehlen liess. Nach meiner Genesung spielte ich zwei Jahre American Football bei den Berner Grizzlies, nach einem Wettkampfsjahr wechselte ich vom Mannschaftssport auf mein eigenes Fitnesstraining.

Dann Mitte der 9. Klasse habe ich zum ersten Mal vom Vorkurs für Gestaltung, Design und Kunst an der Schule für Gestaltung Bern gehört. Zeichnen, Malerei, Fotografie, Film und Kunst war schon immer mein grosses Interesse, das ich nebenher immer verfolgte. Es wurde durch meinen Vater wie auch meiner Mutter und Grossmutter gefördert. Durch meinen Vater hatte ich das Glück sämtliche Museen in ganz Europa, unzählige Filme und Theaterstücke besucht und gesehen zu haben.

Ende des zehnten Schuljahrs besuchte ich den Tag der offenen Tür des Vorkurses und beschloss mich am Ende des 12. Schuljahres dort zu bewerben. Als ich während des Englisch Unterrichts bei Frau Begby in Ittigen, die Nachricht der Aufnahmebestätigung bekam, freute mich das natürlich unheimlich. Danach ging alles sehr schnell, mit 18 Jahren zog ich von meinem Zuhause in Einigen bei Spiez aus und zog in eine WG nahe der

Schule für Gestaltung in Bern. Dort wohnte ich mit zwei KlassenkameradInnen aus der 12. Klasse. Tagsüber besuchte ich den Vorkurs, abends arbeitete ich im Kino an der Kasse. Den Sport hängte ich vorübergehend an den Nagel. Während des Vorkurses entdeckte ich die Faszination für die Malerei. Obwohl ich mich für alle gestalterischen Disziplinen begeistern konnte, beeindruckte mich die traditionelle realistische Malerei am meisten. Diese Zeit genoss ich so sehr, dass ich mein eigentliches Ziel, ein Portfolio für die Kunsthochschule zusammenzustellen, völlig versäumte. In keiner Kunsthochschule fand ich das, was ich wirklich lernen wollte.

Sehr überwältigt von der visuellen Welt und den unendlich scheinenden Möglichkeiten, fing ich an Bilder zu malen und die Welten zu kreieren die ich sehen wollte. Trotzdem entschied ich mich sehr kurzfristig, es doch noch zu probieren. Etwas planlos bewarb ich mich für die zwei Studiengänge die alle machen wollten: Nach zwei Absagen im Aufnahmeverfahren für Visuelle Kommunikation und Graphic Design - aufgrund meines unvollständigen Portfolios, das quasi nur aus Illustrationen und Gemälden bestand, freute ich mich auf ein Zwischenjahr, in dem ich machen konnte was ich wollte. Mein Vater war schockiert über die Nachricht, dass ich nicht die Aufnahmeverfahren bestanden hatte, er war gestresst, dass ich nach der Schulzeit nicht sofort ein Studium anfangen und dachte wohl, dass ich mein Leben verhängte. Nach dem Vorkurs reiste ich allein für drei Monate nach Australien und beschloss

auf der Rückreise der Sache mit der Malerei nachzugehen. Zurück in Bern, fing ich also an, meine Bilder in meinem Schlafzimmer zu malen und Online zu publizieren. Nach den ersten veröffentlichten Bildern wurde ich angefragt, ob ich meine Illustrationen für das Programmplakat des Gaskessels in Bern liefern möchte. Also entstand jeden Monat ein neues Bild für das monatliche Programm-Plakat - mit dem Geld, das ich damit verdiente, mietete ich mir ein Atelier. Schon bald boten mir Leute, die ich nicht kannte, Geld für meine Bilder oder Auftragsarbeiten an, so dass ich diese zu verkaufen begann. Zusammen mit einem Freund organisierten wir eine Ausstellung in Bern, dann in München und kurz darauf konnte ich meine Bilder noch an anderen Events zeigen wie zum Beispiel an einem Streetart-Festival mit hundert anderen Künstlern und Künstlerinnen in Bristol UK.

Wahrscheinlich hätte das mit der Malerei allein funktioniert aber irgendwie fühlte sich das Ganze nicht richtig an - ich wollte etwas „Richtiges“ lernen, einen Abschluss haben worauf auch mein Vater drängte. Ich bekam einen Platz in der Grafikkfachklasse in Biel, was eigentlich alles war, was ich wollte. Jedoch merkte ich, dass ich mit Typografie und Grafik nicht viel anfangen konnte bzw. mein Interesse nicht ausreichte. Nachdem zwei Lehrer während einer Lektion mein Aufnahmeportfolio durchgeblättert hatten und meinten, dass dies ein Portfolio sei, was normalerweise nach dem Abschluss vorliegen würde, merkte ich, dass ich dort meine Zeit

vergeude. Vielleicht hätte ich die vier Jahre durchgehalten, hätte ich nicht die Nachricht erhalten, dass mein Vater aufgrund einer Krebserkrankung nur noch vier Jahre zu leben habe. Mit dieser Nachricht, dieser neuen Realität war ich so dermassen überfordert, dass ich nicht mehr zur Schule ging und die Ausbildung abbrach. Mein Vater war nun zutiefst enttäuscht, was zur Folge hatte, dass ich den Kontakt zu ihm auf das Mindeste reduzierte. Ein weiteres Jahr verbrachte ich in meinem Atelier, malte Bilder und stellte drei Portfolios her: Für „Game Design“, „Fine Arts“ und „Filmanimation“. Überall bekam ich eine Zusage und entschied mich schliesslich für das Studium für „Filmanimation“ in Luzern.

Mein Vater war beruhigt und ich glücklich, dass es nun geklappt hat. Nun wird alles gut werden dachte ich, das Studium begann und je mehr ich über diese Branche lernte, desto grösser wurde der Druck, länger die Arbeitsstunden und kürzer die Zeit mit meiner Familie und Freunden. Blicke ich zurück, so verlor ich durch diesen Umstand fast gänzlich die Faszination und Freude am Medium des Films bzw. Animationsfilms. Ich wusste, nur mit einem überragenden Portfolio, einem Praktikum im zweiten Jahr würde ich eine Chance haben nach dem Studium. Ich arbeitete Tag und Nacht an einem Portfolio für ein Austauschsemester am Animation Workshop in Vieborg Dänemark. Viele aus meinem Jahrgang wollten diesen Platz erobern, meine Mitbewohnerin gewann zusammen mit einem weiteren Studienkollegen. Ent-

täuscht von der Absage bewarb ich mich, um keine Zeit zu verlieren, sofort bei 30 weiteren Studios in Deutschland, England und der Schweiz. Absage nach Absage flatterte herein, bis ich zu guter letzt einen Praktikumsplatz in Hamburg in einem Filmstudio bekam. Das Studio war ein guter Fang, da es an grossen Kinofilmproduktionen mitarbeitet und ein perfekter Start in die Filmbranche für mich war. Das sollte mein Durchbruch sein, nun würde ich mich gebührend vorbereiten können für die Arbeitswelt nach dem Studium. Nach einem Monat durfte ich am Kinofilm „Lauras Stern“ mitarbeiten, was karrieretechnisch ein ziemlicher Schritt gewesen wäre, doch die Freude war von kurzer Dauer - nach dem ersten Tag bekam ich spät abends die Nachricht, dass mein Vater im Sterben liegt.

Nun hatte ich die Entscheidung zu fällen: In Hamburg bleiben, hoffen das alles gut geht und weitermachen, worauf ich so lange hingearbeitet hatte, oder Nachhause zu meinem Vater fahren und Abschied nehmen. Schweren Herzens hörte ich auf mein Gefühl den Rat meiner Freundin und Familie und so packte ich nachts alle meine Sachen und fuhr am nächsten Morgen Hals über Kopf zurück in die Schweiz. Per SMS informierte ich meinen Chef mitten in der Nacht und wir verblieben so, dass ich wieder zurückkehren würde.

In Zürich angekommen, merkte ich sofort, dass ich nicht nach Hamburg zurückkehren kann, ganz Deutschland verhängte den

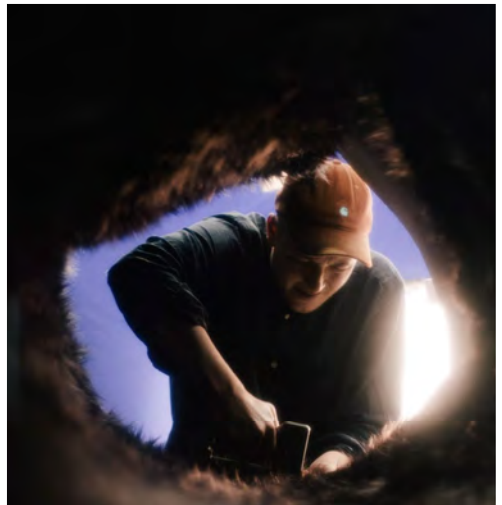
Lock-down. Nach sechs Wochen palliativer Pflege wobei mir meine Freundin sowie die Partnerin meines Vaters half, starb mein Vater in meiner Anwesenheit.

Die Welt stand nun auf einmal still, da war kein Stress mehr, kein „sich Beweisenmüssen und Erfolgreich sein“... Mein Vater und ich hatten sich in dieser Zeit, im letzten Moment versöhnt. Eine riesen Last warf ich damit von meinen Schultern, doch die Trauer war umso stärker. Trotzdem wusste ich, dass es weiter gehen musste.

Durch die Pandemie konnte ich an den Vorlesungen meines Studiums online teilnehmen ohne dass es irgendjemandem (bis auf meinen Dozenten) auffiel was passiert war, ich konnte somit mein Studium fortsetzen. Mir war das Ganze sehr unangenehm und ich wollte, dass möglichst niemand davon wisse, einfach damit ich in Ruhe gelassen würde.

Nach der Beerdigung in Deutschland, im kleinsten Kreis der Familie aufgrund der Pandemie, folgte die Auflösung des Haushaltes meines Vaters in Zürich. Danach kehrte ich zurück nach Bern. Die Semesterferien gingen dem Ende zu und der Präsenzunterricht kehrte zurück. Im letzten Semester entwickelte ich mit zwei Studienkollegen als Abschlussarbeit einen fünfminütigen Stop Motion Film. Wir hatten das Glück, den Film in einer Kollaboration mit *Warner Media* zu entwickeln, was die Ansprüche von uns und unserem Kollaborationspartner ganz oben

ansetzte. Wir arbeiteten jeden Tag, von morgens bis spät nachts. Viele Nächte schliefen wir unter dem Pult in der Hochschule und brauchten sogar einen Monat länger als alle anderen unseres Jahrgangs, um fertig zu werden. Wie wir das genau geschafft haben bzw. wie ich das mitmachen konnte nach all den Geschehnissen davor, ist mir bis heute ein Rätsel, vielleicht war das auch ein wichtiger Prozess meine Verarbeitung der Geschehnisse, wer weiss.



Nach dem Studium absolvierte ich meinen Zivildienst um etwas Abstand von allem zu bekommen und in Ruhe meinen Platz in der für mich nun völlig unverständlichen Welt zu finden. Die ersten 180 Tage konnte ich im Inselfspital im OP-Saal der Urologie machen, was mich total beeindruckte. Anschliessend verbrachte ich die restlichen Tage der Dienstpflicht in der Kinemathek Lichtspiel und kam

mit der alten Filmtechnik in Berührung was meine Motivation wieder ankurbelte.

Während dieser Zeit konnten wir unseren Film „DUDE“ an verschiedenen Filmfestivals zeigen von Tschechien, Schweiz, Canada bis hin nach USA, Italien, Dänemark und Deutschland. Vor einigen Wochen gewannen wir sogar den Berner Filmpreis mit eben diesem Abschlussfilm, was ein toller Abschluss der Festivalsaison ist. Langsam habe ich die Freude am Film wieder gefunden ohne dass die ganze Arbeit und der Druck im Weg steht. Nun, ein Jahr nach dem Studium, lerne ich den Animationsfilm und die Szene mit einem besseren Gefühl neu kennen.



Nach einer längeren Reise durch Mexico mit meiner Freundin, um uns wieder auf uns selbst konzentrieren zu können, konnte ich als Theaterplastiker und Bildhauer im Opernhaus Zürich anfangen. Dort mache ich eigentlich das gleiche wie bei unserem Ab-

schlussfilm nur ein paar Massstäbe grösser: Bühnenbilder und Requisiten bauen. Wer weiss wie es weiter geht, auf jeden Fall haben sich mit unserem Film ein paar Türen geöffnet und wir konnten Kontakte knüpfen. Was daraus wird, ergibt sich in nächster Zeit. Nun geht es erstmal nach London, um den Film dort an einem Festival zu präsentieren und mit ein paar Studios in Kontakt zu treten.

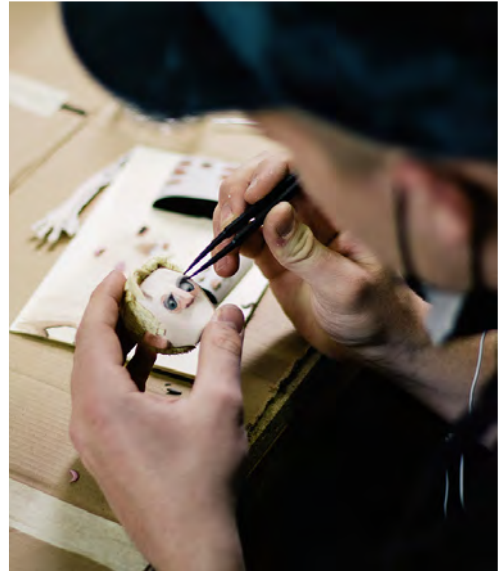
Schaue ich zurück auf den Weg, welchen ich seit der Steinerschule gegangen bin, dann ist er alles andere als geradlinig. Ich bin dankbar konnte ich schon so viel erleben und sehen, auch wenn es zeitweise eine harte und traurige Zeit war, empfinde ich sie als eine unheimlich spannend. Eine Zeit die mich gelehrt hat mehr auf meine Mitmenschen acht zu geben und Zeit mit ihnen zu verbringen, bevor es zu spät ist. Gelernt habe ich, dass es nicht nur um meine eigenen Interessen geht.

Die Steinerschule war für mich eine Komfortzone, eine heile Welt mit ihren eigenen Ecken und Kanten. Der Eintritt in die grosse weite Welt eher eine Achterbahnfahrt. Dass das mit der Steinerschule zu tun hat glaube ich nicht, bin jedoch wahnsinnig froh durch die Schulzeit ein gewisses Kulturverständnis mitbekommen zu haben, was mir immer wieder aufs Neue eine Perspektive gibt.

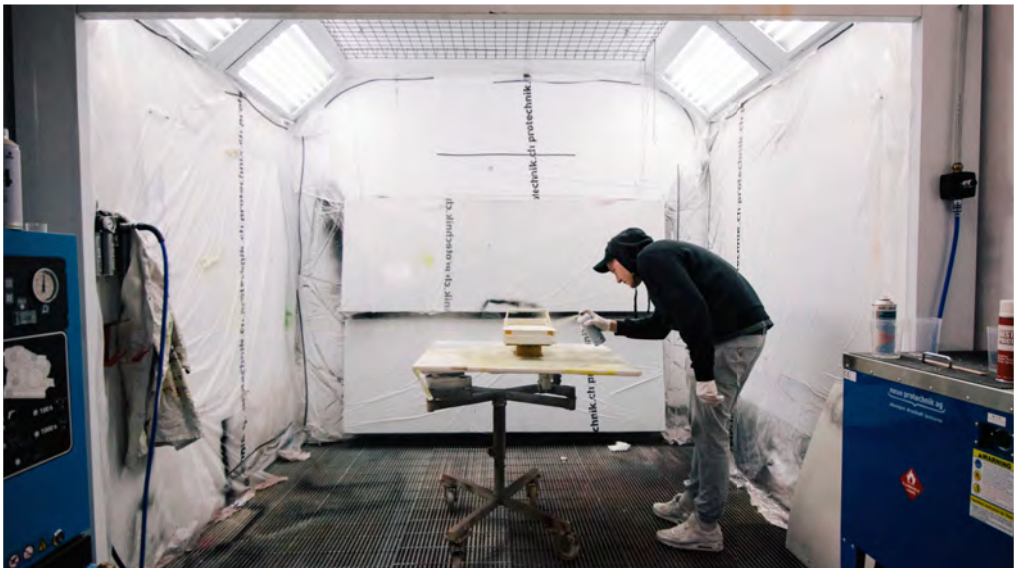
Lese ich meinen Werdegang durch, dann frage ich mich, wie ich auf meine Mitmenschen wirke und was so viele Leute aus meinem Umfeld mit mir mitgemacht haben? Ich bin

vor allem meiner Mutter unglaublich dankbar, dass sie mich während dieser gesamten Zeit bedingungslos unterstützt hat. Auch meinem Vater gegenüber bin ich dankbar und habe Verständnis seiner Angst gegenüber, dass aus seinem Sohn nichts werden könnte - diese Angst muss vor allem auch mit der Wahrnehmung seines eigenen Ablebens um so stärker gewesen sein.

Vielleicht erkennen einige Eltern diese Angst wieder oder einige Schüler und Schülerinnen diese Verwirrung in der Tatsache, *Steinerschule und was dann...*? Das ist nun mein Teil zu dieser Frage. Mein „Was dann...“ war nicht gradlinig, nicht normal und für mich aber trotzdem okay.



Konstantin Rosshoff



## Michael Schaub

Michael Schaub musste leider aus gesundheitlichen Gründen seine Tätigkeit als Musiklehrer an unserer Schule in den Herbstferien frühzeitig beenden, was er und wir sehr bedauern. Michael Schaub hatte aus seinem grossen Erfahrungsschatz heraus unsere Mitteilungen durch eine dreiteilige Folge sehr bereichert. Nun hat er realisiert, dass er im Alter von beinahe 65 Jahren die Wege von Basel nach Steffisburg unterschätzt hatte und ebenso die Tatsache, dass ein intensiverer Kontakt zum Kollegium und zu den Schüler:innen wegen der örtlichen Distanz nicht möglich war und dies den Unterricht sehr erschwerte. Wir wünschen ihm von Herzen alles Gute und hoffen, dass er noch viele Menschen durch seine Musikbegeisterung wird anstecken können.

Daniela Steger

## Stephan Sitaras

Alles in Kreisen.

Vor gut dreissig Lenzen erblickte ich im schönen Schwarzwald das Licht der Welt.

Nach einer wohlbehüteten und naturnahen frühen Kindheit im Dreisamtal, kam eine schwierige und oft mühselige Schulzeit, nach welcher mir erst einmal nichts ferner lag, als der Lehrberuf. In meinem Bekanntenkreis wurden dennoch immer wieder Stimmen vernehmbar, die mir rieten, es doch mit der Arbeit als Klassenlehrer oder zumindest mit Pädagogik zu versuchen. Ich entschied mich dagegen.

Nachdem wir von Freiburg nach Kassel umgezogen waren, konnte ich dort neben dem Abitur eine Ausbildung zum Industriemechaniker absolvieren. Auch dorthin zog es mich danach nicht hin, sondern zum Schauspiel, welches ich im 12.Klassspiel für mich entdeckte. Ich zog nach bestandener Aufnahmeprüfung am Michael Tschechow Studio in Berlin um und absolvierte im Winter 2017 erfolgreich meinen Abschluss.

Gut zwei Jahre arbeitete ich danach an unterschiedlichen Bühnen in Deutschland, merkte aber, dass mir diese Arbeit nicht genügte.

Im Frühjahr 2019 kam dann der erste grössere Einschnitt meines Lebens. Mein Vater starb nach langer Krankheit. Daraufhin stand ich erst einmal vor einer leeren Leinwand und hinterfragte notgedrungen viele



meiner bisherigen Lebensentscheidungen. Ich unterbrach meine schauspielerische Tätigkeit. Um finanziell über die Runden zu kommen, fing ich eine Arbeit in einem Bioladen an.

Während dieser Zeit, setzte sich so einiges, und ich konnte mich wieder mit meiner künstlerischen Arbeit auseinandersetzen, welche mir sehr half, den grossen zweiten Einschnitt mit der Corona-Krise, aktiv zu gestalten.

Wie gerufen kam da die Anfrage einer Schule im Sommer 2020, welche mich bat kurzfristig die Inszenierung eines 12.Klassspiels zu übernehmen. Ich sagte kurzerhand zu, und wir konnten trotz strenger Regularien arbeiten: am Ende war aus dem Theaterstück ein Film geworden. So folgte an unterschiedlichen Schulen in Deutschland eine Klassenspiel-Arbeit nach der anderen, bis ich im Frühsommer dieses Jahres beschloss, in die Schweiz zu ziehen.

Ich bewarb mich u. a. in Steffisburg und wurde gleich bei dem ersten Kennenlernen warm empfangen. Es sollte jedoch erst Herbst werden, bis die Schule mich brauchen würde. Der dritten Klasse fehlte nach den Herbstferien ein Klassenlehrer. Meinem Bauchgefühl folgend sagte ich zu. Und habe es keinen Tag bereut.

Zum Frühjahr 2023 werde ich die Klasse jetzt ganz übernehmen. Die Arbeit füllt mich und mein Leben nun in Gänze aus und ich

schaue voller Vorfreude, Neugier und Tatendrang auf alles zu Lernende, Werdende und Kommende.

Stephan Sitaras



# Regula Berger

**Vielen Dank für den Empfang, liebe Regula. Wir freuen uns darauf, mit Dir eine neue Reihe zu eröffnen, mit Dir einen Schwerpunkt: anthroposophische Kunsttherapien.**

**Du bist vielseitig aufgestellt: Apothekerin, Sängerin, Therapeutin, Chorleiterin, Pädagogin. Wie schaffst Du es, all diese Dinge zu leben?**

Ein Grund ist, dass ich keine eigene Familie habe, also sozusagen eine 'Solistin' bin. Dadurch habe ich viel Kraft für diese Aufgaben. Es gibt keine Trennung zwischen dem Leben, diesen Aufgaben und der geistigen Entwicklung.

**War das schon immer so?**

Als Kind konnte ich das Künstlerische ausleben und wollte Missionarin und Sängerin werden. Meiner Schwester habe ich den ersten Kontakt zur Anthroposophie zu verdanken, da sie mich, in der Pubertätskrise, zu Vorträgen mitnahm. Sofort fühlte ich mich in diesem Gedankengut zu Hause. Da ich Sprachen liebte und gerne schrieb, plante ich, Germanistik zu studieren. Im Zwischenjahr nach der Matur arbeitete ich sechs Monate in Schottland in einer *Camphill-Gemeinschaft*. Diese Erfahrung war bahnbrechend für mich: Ich war begeistert von der Arbeit des Apothekers, bei dem ich aushelfen durfte, wie er Löwenzahnwurzeln röstete und Heilmittel potenzierte. Da entschied ich mich dafür, Apothekerin zu

werden. Im Praktikum in der Apotheke Dr. Noyer in Bern, lernte ich viel über anthroposophische Heilmittel. Nachdem ich bei der auf Spagyrik spezialisierten Spiritalis-Apotheke in Bern als Co-Verwalterin tätig war und diese verkauft wurde, besann ich mich darauf, dass ich schon immer singen wollte. Ein kurzer Besuch am Konservatorium machte mir klar, dass diese Art Ausbildung nicht mein Weg war. Also machte ich mich auf die Suche, was es wohl bei den Anthroposophen in dieser Richtung gibt. So fand ich einen Kurs bei meinem ersten Lehrer der Schule der Stimmenthüllung: Christiaan Boele. Ich wusste nach dem ersten Kurs, dass das genau das war, was ich immer gesucht hatte: ein liebevoller Umgang mit der Sprache, der Stimme und dem Körper! Diese Übungen waren – und sind es heute noch für mich – ein 'den Himmel auf die Erde holen'. Ein halbes Jahr war später war ich in Finnland an der Laulukoulu (Gesangsschule) in Lahti. Dort absolvierte ich das erste Jahr meiner Werbeck-Sing-Ausbildung, dieses Jahr zählt zu den glücklichsten in meinem Leben. Es folgten sechs weitere bei Marianne Prato in Vechigen. Noch immer inspiriert mich mein Meister-Lehrer Wolfgang Strübing aus Berlin mit seiner intensiven Fähigkeit des Hörens/Erlauschens der Töne. Auch die geistige Unterstützung durch Frau Werbeck-Svärdström ist spürbar, wenn ich unterrichte und in der Therapie. Weil diese Schule ein lebendiger Entwicklungsweg ist, und man auch als Lehrer oder Therapeut immer Suchender bleibt, wird es nie langweilig beim Üben.

Pär Album, auch ein direkter Schüler von Frau Werbeck, der die intuitive Pädagogik begründet hat und die langjährige Zusammenarbeit mit Wulf Seggelke aus Berlin prägten meine Unterrichtstätigkeit.

Das Singen ist mein Lebenselixier geblieben, auch in verzweifelten Situationen oder bei Depressionen. Immer wieder erlebe ich die potente Heilkraft und eine grosse Lebensfreude und Dankbarkeit im Tun, dank diesem ganzheitlichen spirituellen Weg mit den Tönen/Tonwesenheiten, den Logos-Kräften.

In den Upanischaden (den vedischen Schriften) steht, dass der Gesang, das einzige Mittel ist, mit den entferntesten Mächten in eine direkte und substanzielle Wechselbeziehung zu treten. Das ist erlebbar: Das Werbeck-Singen ist nicht nur ein Weg zur Gesundung, es ist eine spirituelle Arbeit an den verschiedenen Wesensgliedern. Alle Tugenden, auf dem anthroposophischen Schulungsweg geübt, werden auch hier in der Arbeit mit den Tönen, Lauten, Rhythmen, Intervallen geschult: es braucht Hingabe, Konzentration, Devotion, Ausdauer, Demut und vieles mehr, man begegnet allem Unerlösten und es will in Bewegung, Wandlung, Heilung kommen. Dieser Schulungsweg entspricht meinem Wesen eher, als der Weg übers reine Denken.

Die Arbeit als Apothekerin ist weiterhin mein zweites Standbein. Nach über 20 Jahren in der Sternapotheke in Worb mit Schwer-

punkt Komplementärmedizin, bin ich seit drei Jahren 40 Prozent in der Apotheke-Drogerie Spiez tätig.



**Regula Berger**

eidg. dipl. Apothekerin

Ich empfinde die Pharmazie als Beruf und das Werbeck-Singen als Berufung.

Die Arbeit in der Offizin ermöglicht mir, Menschen zu beraten. Dazu gehört auch das Gespräch, die Aufgabe, sich in den Zustand des Patienten hinein zu fühlen, herauszufinden, was die wirkliche Ursache seines gegenwärtigen Zustandes sein könnte.

In meiner Arbeit als Therapeutin kann ich mit den Menschen ausführlicher, persönlich und in die Tiefe gehend arbeiten. Durch das Singen kann das Wesentliche unmittelbar berührt und immer mehr erfasst werden. Daraus ergibt sich meist eine tiefe Verbindung, die aus dem unvergänglichen Ewigkeitskern stammt.

Dies stelle ich auch beim Arbeiten in Gruppen fest, z. B. bei Kursen, die ich gebe: Ich bereite etwas vor und oft entwickelt sich das Ganze in eine andere Richtung, und dabei fühle ich mich immer getragen und geführt. Es entsteht ein Boden, eine Verbindung aus der Mitte des Menschen, ein Erlebnis von Ich-Stärkung und Ich-Begegnung.

Es gibt drei hauptsächliche Richtungen in der Werbeck-Bewegung:

- als Hilfe für den künstlerischen Weg, die Gesangskunst
- die Pädagogik
- die Therapie

Zur letzten Gruppe fühlte ich mich sehr hingezogen weil die Stimmung unter Therapeuten immer lauschend, suchend, forschend und im Dialog ist. Es gibt keine starren Vorgehensweisen. Mit spezifischen Übungen, kann konkret und tief wirksam auf einzelne Beschwerden eingegangen werden.

Rudolf Steiner hat, nachdem er Frau Werbeck singen gehört hat, zu Ita Wegmann gesagt: *‘Es wäre höchste Zeit, dass die Ärzte sich für dieses Singen interessieren. Es werden Krankheiten kommen, denen nur mit diesem Singen beizukommen ist.’*

Es erfüllt mich mit Schmerz, dass das enorme Potential der Gesangstherapie noch wenig bekannt ist.

Mein zweites therapeutisches Standbein ist die natürliche, physiologische Atemtechnik. Ich bedaure sehr, dass auch diese nicht gebührend bekannt ist, obwohl auch Rudolf Steiner die beiden Konstitutionen schon angedeutet hat.

Noch immer erlebe ich, dass selten zwischen aktiver Ein- und Ausatmerphysiologie unterschieden wird. Vermutlich wird der richtigen Atmung heute immer noch nicht mehr Gewicht beigemessen, weil im Standardwerk von Frau Werbeck diese Atemkonstitutionen nicht erwähnt werden. Aufgrund von Gesprächen mit der Ärztin von Frau Werbeck, Ute Gerlach und Helga Lausmann (beide im direkten Austausch und Schülerinnen von Frau Werbeck) geht klar hervor, dass die Berücksichtigung des richtigen Atemtyps für sie eine Selbstverständlichkeit war.

Die Atmung hat damit zu tun, wie Körper und Seele in Verbindung sind: Wir inkarnieren und exkarnieren ein wenig ca. 25'000 Mal am Tag. Wenn diese natürliche Atmung durch ein Trauma oder falsche Schulung gestört ist, bedeutet dies Stress für Seele und Leib und kann zu Krankheiten führen. Die physiologisch natürliche Atmung ist Voraussetzung für Gesundheit. Auf dieser Grundlage können andere Therapieformen wirksamer ihr heilendes Potential entfalten. Singgemäss nach Frau Werbeck: *Man kann die Atmung vergessen, wenn sie gesund ist: Man kann erleben, es geht von selbst, „es atmet“.* Ihre Übungen zum Vergessen des

Atmens unterstützen diese Selbstregulation des Körpers.

### **Wie kamst Du auf die Idee einen Verein zu gründen?**

Seit Jahren führe ich in der Schweiz und im Ausland Singwochen und Weiterbildungen durch. Die ersten im einem wieder aufgebauten Franziskanerkloster in Umbrien, dann nach Lucelle an der französischen Grenze, im Tessin, im Schwarzwald, in Spanien und in der Schweiz im 'Goldenen Hirschen' auf dem Rigi. Im Tessin kam Wulf Seggelke als Chordirigent dazu, daraus ergab sich eine wunderbare Zusammenarbeit mit vielen Konzerten zum Beispiel zum Jahresübergang in der Mutterkirche der 12 Thunersee-Kirchen in Einigen.



In den ersten Jahren organisierte ich alles selber. In Lucelle entstand bei Teilnehmern die Idee zu meiner Entlastung einen Verein zu gründen. Jemand fand den stimmigen Namen dafür 'Kalliope' (die schönstimmige Muse). Ich empfinde unsere Schutzpatro-

nin Kalliope als eine geistige Realität. Der Verein hilft mir auch bei meiner ehrenamtlichen Arbeit z.B. den regelmässigen Naturritualen und anderen Veranstaltungen und Projekten. Die Menschen können etwas dafür spenden, und der Verein kann das Geld sinnvoll einsetzen.

Zur Zeit unterstützen wir damit zum Beispiel eine Übersetzung des Werkes von Frau Werbeck ins Spanische und Praktikumsplätze für eine Studentin der Werbecktherapie in der Schweiz.

### **Hast Du einen Wunsch für die Zukunft?**

Ja, zur Zeit einen ganz konkreten: Eine Aufführung der Licht- und Tontherapie und zwar der Komposition von Frau Werbeck in Zusammenarbeit mit Karl König. Es war angedacht, dass dies im Camphills während neun Tagen abends (Teil eins in Dur-Tonarten für die Exkarnation) und morgens (Teil zwei in Moll für die Inkarnation) aufgeführt würde. Rudolf Steiner sagte, dass drei gleichzeitige Sinneseindrücke besonders heilsam seien: Musik, Farbe und Bewegung: Es ertönt hinter dem Publikum Musik (Gesang und Leier) ein Eurythmist bewegt sich hinter einem Tuch welches von farbigen Scheinwerfern angeleuchtet wird. Dadurch entstehen farbige bewegende Schatten.

Ich durfte dies in der Institution 'La Branche' einmal aufführen und erlebte es als äusserst heilsam. Es ist mir ein grosser Wunsch,

eine solche Aufführung wieder auf die Bühne zu bringen. Dies ist ein anspruchsvolles Projekt, welches über mehrere Jahre vorbereitet und erarbeitet werden muss.

Mein genereller Wunsch ist, dass die verschiedenen anthroposophischen Künste, Therapien und Strömungen zusammenarbeiten und bekannter werden und so dazu beitragen, dass jeder Mensch seinen Platz und seine Berufung findet und das verwirklichen kann wofür er auf die Welt gekommen ist.

Weiterführende Informationen kann man folgenden Homepages entnehmen: <https://www.kalliope.ch> (z.B. Kurse, Konzerte) <https://www.schule-der-stimmenthuellung.de>, <https://www.telusollogie.de>



#### **Bücherhinweise:**

**Valborg Werbeck-Svärdström:**

#### **Die Schule der Stimmenthüllung**

Ein Weg zur Katharsis in der Kunst des Singens

Erscheinungsjahr: 2022 im Verlag am Goetheanum

Auflage: 7. Auflage,

Beiträge: Einleitung von Jürgen Schriefer,

Nachwort von Eugen Kolisko

ISBN: 978-3-7235-1363-7



**Ein Ratgeber für den Alltag mit praktischen Übungen**

Im Widar Verlag erschienen: 2022

**Regula Berger: Die Rettung des Lebendigen und die Liebe zum Leben**

Ein Plädoyer für das Leben des freien Menschen

ISBN 978-3-948815-15-8

**Konstitution und Bipolarität, Dr. med Charlotte Hagena. ISBN 3-7760-1320-6**

Terlusollogie, durch typengerechtes Atmen zu mehr Körpergefühl und Gesundheit,

Dr. med. Christian Hagena

ISBN 3-8304-2088-9

Für das Interview:

Natalie Wacker und Pascaline Rubin

# Die Grindelwaldzwerge

Vor vielen Jahren stand hinten am Mühlenbach bei Grindelwald das einsame Häuschen einer Frau, deren Mann beim Bergheuen ums Leben gekommen war.

Gar oft leuchtete bis spät abends ein schwaches Licht aus ihrem Dachstübchen, dann saß die gute Frau vor ihrem Webstuhl und webte. Eines Abends, wie sie wieder so fleißig am Werke war, hörte sie draußen vor der Haustüre ein Geräusch. Sie legte das Weberschiffchen in den Schoß und lauschte. War das eine Katze, eine Maus oder gar ein Mensch? Plötzlich, da klopfte es an die Haustüre. Der Frau kam das seltsam vor. Wer wollte zu solch später Stunde noch etwas von ihr? Sie blieb einen Augenblick still sitzen und beruhigte sich dann damit, dass es doch wohl nur der Gletscherwind gewesen sei, der an ihrem Häuschen gerüttelt habe. Da...tock...tock...tock... hub das Klopfen von vorne an. »Es will jemand zu mir,« murmelte sie. Eine leise Angst huschte über ihr Herz. Sie ergriff das brennende Öllicht und stieg damit von der Dachkammer hinunter in die Küche. Bevor sie den Riegel der Haustür zur Seite schob, rief sie: »*Wer ist draußen?*« Da ließ sich eine krächzende Stimme vernehmen: »*Kommt uns helfen, liebe Frau! Ich bin ein Zwerg vom Wetterhorn!*« Jetzt schob die Frau vorsichtig den Riegel zurück, und leuchtete mit dem Licht vor die Türschwelle. Richtig, da stand scheu und zusammengeduckt ein Bergmännchen und flehte: »*Kommt mit mir hinüber zum Wetterhorn! Unsere Zwergenkönigin hat ein Kind geboren, und wir wissen uns nicht recht zu helfen.*«

»*Ja, ich komme!*« antwortete die Weberin, denn sie war auch weit und breit im Tal als gute Kindsfrau bekannt. Geschwind tat sie in einen Korb ein paar Sachen und legte oben auf noch ein selber gewebtes weißes Stück Linnen. Dann lief sie dem Bergmännchen nach, dem Wetterhorn zu. Halber Mond stand am Himmel. Der Weg war weit und beschwerlich. Endlich gelangten sie zu einer Felsenspalte. Die Frau musste sich bücken. Der Höhleneingang führte immer tiefer in den Berg hinein. Weit hinten strahlte ein blauer Lichtstrahl auf. Nach und nach wurde der Gang breiter und höher und die Menschenfrau konnte sich wieder aufrichten. Der Felsengang endete in einem weiten Felsensaal. Es schien der Frau, dass eine ganze Dorfkirche darinnen Platz hätte. Wie glitzerten von allen Wänden wunderbare Bergkristalle! Im bläulichen Lichte gewahrte sie überall ein Gewusel von Bergmännchen, die behend zur Seite sprangen, um der großen Menschenfrau Platz zu machen.

Sie wurde seitab in ein Kristallgemach geführt, und konnte endlich der Zwergenkönigin und ihrem Neugeborenen helfen. Der kleinen Zwergenprinzessin schenkte sie das selber fein gewobene Stück Linnen. Die Bergleute zeigten sich überaus freudig und dankbar... Als die Mühlenbachfrau nun die Zwergenmutter und das Kind gehegt und gepflegt hatte, wollte sie wieder heimkehren. Eine dankbare Schar von Zwergen begleitete sie dem Ausgang der Höhle zu.



Beim Hinausgehen bemerkte die Frau, dass ihr ab und zu ein Männchen etwas in den Korb warf, den sie am Arm trug, so dass er immer schwerer an ihrem Arm hing. Es sah aus wie Steine oder Kohlen. Als ein solches Stück aus dem Korbe heraus fiel, stürzten gleich mehrere Männchen herbei und legten es wieder hinein. Eines rief: *«Je mehr du ver-zettest, je weniger du hättest!»*

So kamen sie vor den Höhleneingang. Die Bergmännchen dankten noch einmal und nahmen Abschied von der Mühlenbachfrau. Im Weiterlaufen wurde ihr der Korb am Arm immer schwerer und lästiger. Als sie einmal über einen Stein stolperte und fast alle Brocken heraus fielen, bückte sie sich nicht danach sie wieder einzusammeln. Zu Hause schüttelte sie den kleinen Rest auf die Feuerplatte des Herdes. Sie begab sich in ihre Kammer um sich schlafen zu legen, sie war sehr müde.

Am anderen Morgen, als sie im Kochherd Feuer anfachen wollte, ihre Milch zu wärmen, was sah sie da auf der Herdplatte? Ein Häufchen goldglänzender Steine lachte sie an. Sie nahm einige Stückchen auf die Hand. Es war pures, schweres Gold! Ihr kam in den Sinn, wie sie auf dem nächtlichen Heimweg etliche der Brocken verschüttet hatte, lief den Weg noch einmal zurück um nach den Kohlen zu suchen. Doch wie sie auch herum spätere auf den steinigen Halden, sie fand keine mehr, und auch der Felseingang war verschwunden.

Nun, die Mühlenbachfrau konnte von den ihr übriggebliebenen Goldklümpchen ihr wind-schiefes Häuschen wieder aufrichten lassen und das Dach bekam ganz neue Schindeln.

In mancher Nacht, wenn die Weberin wieder vor dem Webstuhl saß und webte, stand sie auf, trat ans Fenster und schaute hinüber zum Wetterhorn, wo der Gletscherbach in die Nacht rauscht, und dachte: Ob wohl jemals wieder ein Bergmännchen kommt und mich holt? Doch es kam keines mehr, denn eine Zwergenprinzessin wird wohl nur alle hundert Jahre einmal geboren.

Aus: Jacob Streit, Von Zwergen und Wildmannli, Schweizer Jugendschriftwerk, Fassung, Urla Hagedorn

ausgewählt von Doris Barrot

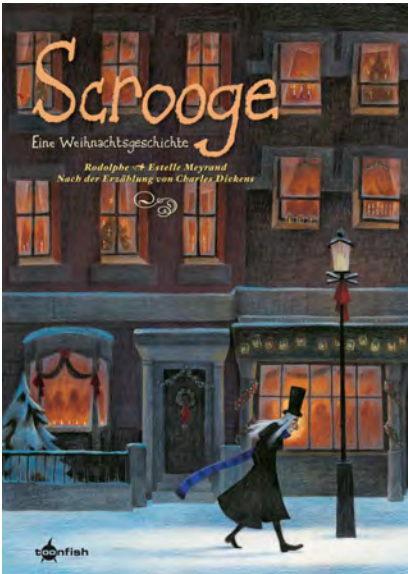
Doris & Steve Barrot

Märchen- und Geschichtenerzähler

[www.maerchenundgeschichten.com](http://www.maerchenundgeschichten.com)

Telefon +41 79 960 30 41

# Scrooge - eine Weihnachtsgeschichte



«Scrooge - Eine Weihnachtsgeschichte»  
(ISBN 978-3-96792-731-3), Fr. 22.50

«*A Christmas Carol*» von Charles Dickens gehört zu den grossen Büchern der Weltliteratur. Es wurde am 19. Dezember 1843 erstmals veröffentlicht und löste solche Begeisterung aus, dass es zu Weihnachten bereits ausverkauft war. Bis heute wurde es nie aus dem Druck genommen und unzählige Male adaptiert und verfilmt.

Die Geschichte des alten, hartherzigen Geizkragens Ebenezer Scrooge steckt voller Humor, abgrundloser Traurigkeit und tiefer Menschlichkeit. Der Geschäftsmann Scrooge (der Name des Protagonisten ging in die englische Sprache als Synonym für «miser» - also Geizhals - ein) ist so knausrig,

dass er sich selbst nur eine Dose Bohnen zum Abendessen gönnt, sein Büro kaum heizt und Weihnachten – weil mit Geschenken verbunden – als «Humbug» befindet. Am heiligen Abend erscheint ihm jedoch der Geist seines verstorbenen Geschäftspartners Marley, der Scrooge ein düsteres Ende prophezeit, falls dieser sich nicht grundlegend ändere. Danach erhält Scrooge zunächst Besuch aus der geistigen Welt in Form des «*Ghost of Christmas Past*», der Scrooge in seine Kindheit zurückversetzt. Anschliessend besucht ihn der «*Ghost of Christmas Present*», der ihn in das Haus seines ärmlichen Angestellten Cratchit führt sowie in das Haus seines Neffen, in dem fröhlich Weihnachten gefeiert wird. Der dritte Geist führt ihm schliesslich vor Augen, dass er einsam sterben und von keinem einzigen Menschen in guter Erinnerung behalten werden wird. Scrooge erwacht tief bewegt aus diesem Albtraum und bemerkt mit grosser Erleichterung, dass Weihnachten noch nicht vorüber ist. Er verändert sich kraft seines Willens zum Besseren und erlebt das erste Mal in seinem Leben, wie reich beschenkt er selber ist, wenn er anderen eine Freude bereitet.

Rudolf Steiner hat «*A Christmas Carol*» für Jugendliche empfohlen. In der Tat kann jeder, der sich darauf einlässt, enorm viel aus dieser Weihnachtsgeschichte mitnehmen. In der Originalsprache Englisch ist sie nicht ganz einfach zu lesen, aber sehr lohnend, nicht zuletzt wegen Dickens' Humor und kreativem Umgang mit Sprache.

Letztes Jahr erschien das Werk unter dem Titel «Scrooge – Eine Weihnachtsgeschichte» (ISBN 978-3-96792-731-3) etwas verkürzt als Graphic Novel im Splitter Verlag mit bezaubernden Zeichnungen von Rodolphe und Estelle Meyrand.

In dieser Form findet der Verlag die Geschichte schon für Kinder ab 8 Jahren geeignet, ich würde sie eher für Kinder ab 10 Jahren und ihre Erwachsenen zum gemeinsamen Lesen an einem gemütlichen Winterabend empfehlen.

Dagmar Anreiter

# Dreigliederung

Valentin Wember hat innerhalb weniger Jahre ca. ein Dutzend neue Bücher verfasst, die im Stratos-Verlag herausgegeben wurden. Eine seiner letzten Veröffentlichungen heisst: **»Dreigliederung – Eine aktuelle, allgemeinverständliche Einführung in Rudolf Steiners Entdeckung zu einer heilsamen Organisation der Weltgesellschaft.«** Ich lese die Bücher von Valentin Wember ausgesprochen gerne, weil sich bei ihm Aktualität, anschauliche Erklärung, Kompetenz in allen anthroposophischen Dingen, gründliche Recherche und tiefgründige Gedanken zusammenfinden.

## Warum ist dieses Buch so wichtig?

Nach über zwei Jahren Krisenpolitik (Corona, Klimawandel, Ukrainekrieg, Stromnetzausfallgefahr) sind viele Menschen verzweifelt und ratlos. Sie ahnen, dass bei gleichzeitiger Unterdrückung alternativer Ansichten durch dauernde Wiederholung gleicher Meldungen mit Medienmacht manipuliert wird. Sie ahnen, dass Medien und Politik viel stärker von Lobbyisten und Konzernen geführt und verführt werden und die demokratischen Einflüsse des Volkes und sogar dessen Urteilsmöglichkeiten geschwächt sind.

In dieser Situation entspricht das neue Buch von Valentin Wember über die Idee der sozialen Dreigliederung der Gesellschaft, die auf Rudolf Steiner zurückgeht, einem ganz dringenden aktuellen Bedürfnis. *«Warum dieses Buch und warum jetzt?»* fragt Valentin Wember. *«Erstens aufgrund der Zeitereignis-*

*se, nämlich um diese besser zu verstehen und um zielgerichteter handeln zu können.»* *Zweitens: Vor ca. 100 Jahren hat Rudolf Steiner nach dem Desaster des ersten Weltkrieges dieses Konzept der Dreigliederung als Weg in eine bessere und menschengemässe Zukunft entwickelt.»* Das vorliegende Buch macht nichts anderes, als seine vorliegenden Entdeckungen nachzuzeichnen, an den aktuellen Zeiterscheinungen zu erläutern und in eine heutige Sprache zu bringen.» (Wember S. 8)

Valentin Wember beginnt mit sieben Fragen zu den aktuellen Defiziten der bestehenden demokratischen Gesellschaften. Die sind, warum gibt es:

1. krankmachende Lebensumstände,
2. prekäre Arbeitsbedingungen und überflüssige Arbeit,
3. erschreckende Ungleichverteilung des Besitzes,
4. Aushöhlung der Rechtsstaatlichkeit,
5. Naturzerstörung,
6. ständig Kriege,
7. Wege in eine neue Form des Totalitarismus.

Um diese Fragen zu beantworten geht er auf die Urphänomene des menschlichen Zusammenlebens in einer Grossgemeinschaft ein. Es gibt

1. das Wirtschaftsleben das die leiblichen Bedürfnisse der Menschen befriedigen soll

2. das Geistesleben, in dem sich die menschlichen Fähigkeiten entwickeln sollen

3. das Rechtsleben, in dem die Menschen auf der Basis ihrer Gefühle Gesetze schaffen, die für alle gleichermaßen gelten sollen.

Für alle drei Bereiche gibt es grundlegende Lebensbedingungen bei deren Missachtung genau die Probleme auftreten, die in den sieben Fragen erwähnt sind.

**Im Bereich «Geistesleben»** greift Wember die drei Beispiele auf: Bildung, Forschung und Medizin. Für alle drei Bereiche heisst das Heilmittel: Befreiung aus politischer und wirtschaftlicher Bevormundung. Freiheit für das Geistesleben! Am Beispiel der Schulbildung zeigt Wember: «Indem die Wirtschaft ihre Vorgaben an das Schulsystem stellte und stellt ... und indem der Staat das Schulsystem entsprechend einrichtet, übersieht man etwas ganz Entscheidendes: ... Die Kinder werden in der Konsequenz als Mittel zu einem Zweck behandelt. (S.42)» Das verstösst gegen die Würde des Menschen. Und: Wer in der Kindheit als Mittel zum Zweck benutzt wurde, der trägt als Erwachsener die Disposition in sich, andere Menschen als Mittel zu ihrem eigenen Zweck zu benutzen. Dazu Rudolf Steiner: *«Man sieht nicht die Fäden zwischen dem, was Erziehung im Laufe der letzten Jahrhunderte geworden ist und dem, was im sozialen Leben zerstörend, vernichtend, verheerend uns entgegenstürmt.»* (GA 310, Arnheim 1924, 10. Vortrag.)

## Wirtschaftsleben

Valentin Wember führt uns in Gedanken in eine Bäckerei, die nach den besten fachlichen und menschlichen Qualitäten funktioniert und deshalb Kunden und Mitarbeitende höchst zufrieden stellt und ausserdem sich vergrössern und modernisieren kann und Gewinn abwirft.

Als nun die Frage der Nachfolge des Inhabers entsteht, tut der Unternehmer etwas Ungewöhnliches: Er übergibt den Betrieb kostenlos der fähigsten Person, die er kennt – nicht seinem Sohn! Er erreicht so, dass der Betrieb weiter bestens floriert und in die Umgebung positiv ausstrahlt. Er hätte ja den Betrieb auch gegen Bezahlung einem Investor übergeben können. Das Ergebnis wäre gewesen, der Investor will, dass die Bäckerei viel Rendite abwirft. Also werden Mitarbeiter entlassen und die Brötchen teurer. Dadurch wäre für alle betroffenen Menschen, ausser für den Investor, das Leben unangenehmer geworden. Die Schlussfolgerung aus dem ganzen Kapitel **«Kapital»** lautet: Kapital gehört in die Hände der Fähigsten und menschlichsten und nicht automatisch in die der leiblichen Kinder und gar nicht in die Hände von rücksichtslosen Investoren. Der Verkauf von Kapital, von Firmen, von Wohnungen, von Grund und Boden führt immer zu einer Umverteilung von Geld von unten nach oben. Dadurch werden einige Wenige extrem reich, ohne produktive Arbeit leisten zu müssen und die Mehrheit muss mit gestiegenen Preisen und unangenehmeren Arbeitsbedin-

gungen bezahlen. Die wahre Aufgabe eines Unternehmens ist nicht die Gewinnmaximierung, sondern die Versorgung der Konsumenten mit guten Produkten. Eine gesunde Ordnung für die Wirtschaft ist das Prinzip der Geschwisterlichkeit, weil von Natur aus die Menschen jeweils für andere produzieren und zufriedene Kunden für Produzent und Konsument eine Win-Win-Situation ergeben.

Der von Rudolf Steiner gegebene Hauptsatz, in den man sich gedanklich vertiefen muss lautet: *«Das Heil einer Gesellschaft von zusammenarbeitenden Menschen ist umso grösser, je weniger der Einzelne die Erträge seiner Leistungen für sich beansprucht, das heisst je mehr er von diesen Erträgen an seine Mitarbeiter abgibt, und je mehr seine eigenen Bedürfnisse nicht aus seinen Leistungen, sondern aus den Leistungen der anderen befriedigt werden. Alle Einrichtungen innerhalb einer Gesamtheit von Menschen welche diesem Gesetz widersprechen, müssen bei längerer Dauer irgendwo Elend und Not erzeugen.»*

Ziel der sozialen Dreigliederung ist, dass die menschlichen Grossgemeinschaften so harmonisch in ihren Aufgabenbereichen organisiert sind, wie der menschliche Körper. Es gibt Organe, die die geistigen Funktionen (entsprechend dem Geistesleben) übernehmen, Organe, die der Willensausübung dienen (entsprechend dem Wirtschaftsleben) und Organe die für Ausgleich und Gefühl zuständig sind (Entsprechend dem Rechtsleben). Alle Organe sind lediglich dienend und

keines übt Macht oder Egoismus gegen das andere aus. Nur so kann ein Organismus gesund sein. Die menschliche Gesellschaft jedoch braucht dringend eine Therapie, die sie harmonisieren kann.

Die Fülle der gedanklichen Anregungen in diesem Buch ist hochaktuell und ausserdem so umfangreich, dass es mir im Rahmen einer Buchbesprechung nur möglich war, einige Beispiele herauszupflücken und im übrigen anzuregen, das Buch selbst zu lesen.

Rudolf Ortner



Eine aktuelle, allgemeinverständliche Einführung in Rudolf Steiners Entdeckungen zu einer heilsamen Organisation der Weltgesellschaft. 196 Seiten. 21,- Euro. ISBN: 978-3-943731-38-5

# Eine Spende, die ankommt!

Macht es nicht viel mehr Freude, Geld zu spenden, wenn man als Spender:in schon weiss, wofür das Geld verwendet wird? Wir sind sicher, dass dem so ist! Darum haben wir in der Vergangenheit an dieser Stelle verschiedene Vorhaben an unserer Schule präsentiert, die finanzielle Unterstützung benötigten.

Auch im laufenden Schuljahr gibt es Wünsche. Da wäre zum Beispiel die Spielkiste auf dem Pausenplatz. Darin findet sich allerlei Spielgerät: solches mit Rädern, Stelzen, Pingpong-Schläger und so weiter. Und wie das bei Spielzeug, das von vielen Kindern intensiv genutzt wird, zu gehen pflegt: Es muss irgendwann ersetzt werden. Das Gleiche gilt für Schulpulte und Stühle: Zwar geben wir uns alle Mühe, damit diese Möbelstücke ein langes Leben haben. Aber nach vielen Jahren im täglichen Gebrauch, müsste nun doch dieses oder jenes Stück ausgetauscht werden.

Stichwort	Beschreibung	Betrag (CHF)
Inneneinrichtung	Vorhänge für den grossen Saal	950.-
Möbiliar	Schulpulte und Stühle für diverse Klassen	4'500.-
Pausenplatz	Allerlei Spielgerät für die Pausenplatz-Spielkiste	1'200.-

Im Laufe des Schuljahres werden bestimmt weitere Projekte und Vorhaben dazukommen. Wir freuen uns, wenn Sie sich entschliessen, eines davon zu unterstützen!

Ihren selbstgewählten Beitrag zahlen Sie bitte auf folgendes Konto ein (Stichwort des Projekts das Sie unterstützen möchten, nicht vergessen): CH59 0900 0000 3400 4839 5  
Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

Benjamin Kälin

# Tage der offenen Türen Januar 2023

Fr 20. Januar | 19:00 | im Saal der Schule

## **Waldorfpädagogik - Hochleistungspädagogik für alle**

Ein Impulsreferat von Dr. Valentin Wember  
Waldorflehrer aus Überzeugung seit über 30 Jahren, Klassenlehrer und Co-Leiter im Vorstand, Leiter Ressort Pädagogik.

Sa 21. Januar | 10:00 - 11:30

## **Einblick in den Unterricht Quartalsfeier - Vom Klassenzimmer auf die Bühne**

mit Pausenbuffet der 9. Kl. zu Gunsten der Abschlussreise

Sa 21. Januar | ab 12:00

## **Informationen zu Pädagogik und Finanzen, Ausstellung,**

Gespräche und Rundgang durchs Schulhaus mit Lehrpersonen.

Anmeldung erforderlich:  
info@steinerschulebo.ch

Sa 21. Januar | 14:00 - 16:00

## **Kindergarten Rosenhof**

Astrastrasse 15, 3612 Steffisburg

Anmeldung erforderlich:

anuschka.stuedle@steinerschulebo.ch.

Sa 21. Januar | 14:30 - 16:30

## **Kinderstube ab 2 Jahren bis Kindergarten**

Asternweg 1, 3612 Steffisburg

Anmeldung erforderlich:

sarah.pfiffner@steinerschulebo.ch

Do 26. + Fr 27. Januar | 08:45 - 11:45

## **Waldspielgruppe ab 2 ½ Jahren**

Anmeldung erforderlich:

sarah.pfiffner@steinerschulebo.ch

Details siehe Homepage

Fr 27. + Sa 28. Januar | 19:00

So 29. Januar | 17:00

## **8.Klass Theater**

**Maria Stuart von Friedrich Schiller**

aufgeführt von der 8. Klasse

Alle Angaben ohne Gewähr.

Details zum Programm, Informationen zur Durchführbarkeit und Reservationen zu den einzelnen Anlässen siehe Homepage.

Im gesamten Schul- und Vorschulangebot können jederzeit Schnuppertermine vereinbart werden.

Bitte melden Sie sich bei Interesse im Sekretariat: 033 438 07 17



# Wir suchen

## Wir suchen ab sofort:

- Englischlehrperson 5. bis 9. Klasse
- Musiklehrperson 5. bis 9. Klasse
- Förderlehrperson (20 %)

## Für das Schuljahr 2023/24:

- Klassenlehrperson für die 1. Klasse

## Sie bringen mit:

- Freude an der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen, Eltern und Kollegen
- Selbstständigkeit und Initiative
- Interesse an kollegialer Zusammenarbeit und der Mitgestaltung der Schulgemeinschaft
- ein abgeschlossenes Studium der Rudolf Steiner Pädagogik oder
- eine abgeschlossene pädagogische Ausbildung mit der Bereitschaft zur Weiterbildung in der anthroposophischen Pädagogik
- Interesse an Forschung und Weiterbildung

## Wir bieten:

- eine aktive Schulgemeinschaft
- ein offenes und engagiertes Kollegium, das mit Freude an einer zeitgemässen Gestaltung von Schule arbeitet
- Möglichkeit zur Fortbildung und Hospitation
- Einarbeitung durch erfahrene Mentoren
- Einkommen auf der Basis der internen Gehaltsordnung
- Tätigsein in der kraftvollen und berührenden Landschaft am Thunersee, des Berner Oberlands

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung an die Mitarbeitergruppe:  
[mitarbeitergruppe@steinerschulebo.ch](mailto:mitarbeitergruppe@steinerschulebo.ch)

Rudolf Steiner Schule Berner Oberland

Pädagogische Leitung  
 Dr. Valentin Wember

Leitung Mitarbeitergruppe  
 Justine Gölz

# Demetrius, der Bioladen unserer Schule



neu mit Homepage:  
[www.demetrius.ch](http://www.demetrius.ch)

der Bioladen unserer  
Schule - ein kleiner  
Laden mit grossem  
Sortiment!



Wir bedanken uns herzlich bei Ihnen für Ihren Einkauf, Ihre Treue und die netten Begegnungen und wir freuen uns, Sie weiterhin so zahlreich begrüßen zu dürfen.

**Ihr Demetrius-Team**

Unserem Motto bleiben wir weiterhin treu: **bio – regional – saisonal**

An unseren Öffnungstagen, Montag bis Freitag, haben wir bereits ab 8 Uhr geöffnet, ideal um nach Schulbeginn in Ruhe die Einkäufe zu tätigen.

Infos, Aktionen, Tipps und Bestellung: [demetrius.ch](http://demetrius.ch)

Neu sind wir auch auf Facebook!

**Demetrius**

**vis-à-vis Schulparkplatz | Telefon: 033 438 71 00 | Mo - Fr 8:00-12:30**



**Lukas Gräppi**

Bau- & Möbelspenglerei  
Spengleranschlüsse zu  
Photovoltaik-Anlagen

Lattigweg 10 | 3700 Spiez  
t 033 221 04 40 | m 076 372 30 06

lukas@graepi-biegteshin.ch  
www.graepi-biegteshin.ch

SCHRANZ GEIGENBAU

VERKAUF, REPARATUR, MIETE, ZUBEHÖR  
3600 Thun · Tel. 033 223 42 39 · www.geigenbau.ch

Unverpackt-Laden | Werkstatt  
Workshops | Caterings | Events  
| Leihbar | Café

**OHNI Thun**  
www.ohni.ch  
Schulstrasse 10 | 3604 Thun

# HERZ SINNE

ATELIER FÜR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG, ENERGIE- UND KÖRPERARBEIT

[www.herzundsinne.ch](http://www.herzundsinne.ch)

Marcel Ruchti

Mittlere Strasse 74

3600 Thun

079 656 77 87

[marcel@herzundsinne.ch](mailto:marcel@herzundsinne.ch)



## O E K O L A D E N

Biologische Lebensmittel und Naturkosmetik

Obere Hauptgasse in Thun

Mo 12.00 – 18.30 | Di – Fr 9.00 – 18.30 | Sa 8.30 – 16.00

**impuls plant  
schreinert  
baut und denkt  
nachhaltig**

Marcel Ruchti  
Mittlere Strasse 74  
3600 Thun

fon +41 33 223 25 50  
[info@holzimpuls.ch](mailto:info@holzimpuls.ch)

Holzbau / Schreinerei / Möbel / Solarkraftwerke  
Bauplanung / Küchen / Akustik & Technik

**holzimpuls.ch**



## Körper - Atem - Stimme

Therapie und Schulung nach der Methode der Stimmenthüllung mit Berücksichtigung der Atemkonstitution (Terlusollogie)



## Regula Berger

(EMR® Methode 128)

Eidg. dipl. Apothekerin  
Gesangstherapeutin,  
Sängerin

### Einzelunterricht/Therapie/Gruppenunterricht Singwochen/Termine auf Anfrage

Über die Stimme kann der ganze Mensch in Fluss und ins Gleichgewicht gebracht werden, Selbstvertrauen und Ausdruckskraft gewinnen und gesundheitlich Stabilisierung erfahren.

Körperliche und seelische Beschwerden hängen oft zusammen und können über Töne, Elemente der anthroposophischen Musiktherapie und die Atmung gezielt bearbeitet werden.

Brauereiweg 6 | 3612 Steffisburg | 033 438 11 13 | 079 232 46 02 | [r.berger@kalliope.ch](mailto:r.berger@kalliope.ch)



## Freude am Leben

Bauen für morgen

[frutiger.com](http://frutiger.com)

**Frutiger**



**SCHLOSSAPOTHEKE**  
THUN

OBERE HAUPTGASSE 33  
3600 THUN  
T 033 222 45 51  
SCHLOSS-APOTHEKE.CH

**ZYBACH**  
HOLZTECHNIK  
*Creativ*

Schreinerei  
Innenausbau  
Fensterfabrikation

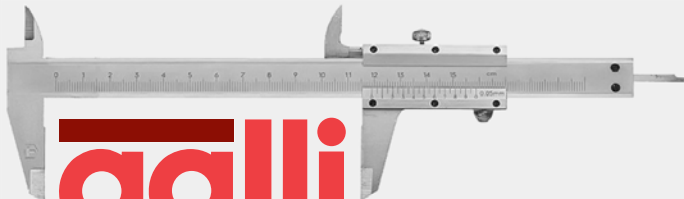
Zybach Holztechnik AG | Kreuzweg 117 C | 3614 Unterlangenegg | Tel. 033 453 13 62 | [www.zybach-holztechnik.ch](http://www.zybach-holztechnik.ch)




**ERNST RIESEN AG**  
**Schreinerei Innenausbau**

Frutigenstrasse 55A Tel. 033 336 90 66  
3604 Thun Fax 033 336 36 26  
[www.riesen-ag.ch](http://www.riesen-ag.ch) [stutz@riesen-ag.ch](mailto:stutz@riesen-ag.ch)

- Möbel nach Mass
- Neu- und Umbauten
- Prompter Reparaturservice
- Innenausbau
- Holz- und Kunststoff-Fenster
- Haus- und Zimmertüren

**galli** Metallbau

Massenarbeit in Stahl und Metall  
Galli Metallbau AG, Steffisburg, 033 439 01 10, [info@gallimetallbau.ch](mailto:info@gallimetallbau.ch), [gallimetallbau.ch](http://gallimetallbau.ch)

# HBR

## ARCHITEKTEN

Krankenhausstrasse 24 | 3600 Thun  
033 225 20 60 | [www.hbrarchitekten.ch](http://www.hbrarchitekten.ch)



## H. MEYER

### Zimmerei und Chaletbau AG

Entschwil 86, 3755 Horboden, Telefon 033 684 14 71  
[meyerzimmereiag@bluewin.ch](mailto:meyerzimmereiag@bluewin.ch), [www.meyerzimmereiag.ch](http://www.meyerzimmereiag.ch)

- Zimmerarbeiten aller Art
- Umbauten und Renovationen
- Ökologisches Bauen, Beratung und Ausführung



Gurnigelweg 18 | 3612 Steffisburg | 033 437 63 76 | [www.daehler-thun.ch](http://www.daehler-thun.ch)

planen, gestalten, bauen und  
pflegen in und mit der Natur

- Biologische Gartenpflege
- Gartenbau und naturnahe Lebensräume
- Bepflanzungen und Gartengestaltungen
- Gärten für das Leben (Geomantie)



Aeschlimann's Lebensgärten

Adrian Aeschlimann  
Riggisbergstrasse 30  
3155 Helgisried  
079 815 20 38  
[info@lebensgaerten.ch](mailto:info@lebensgaerten.ch)  
[www.lebensgaerten.ch](http://www.lebensgaerten.ch)

# Schuljahr 2021/2022 und 2022/2023

Weihnachtsferien:	Sa 24. Dezember 2022	bis	Sa 07. Januar 2023	DIN 52 - 01
-------------------	----------------------	-----	--------------------	-------------

Sportwoche:	Sa 18. Februar 2023	bis	Sa 25. Februar 2023	DIN 08
-------------	---------------------	-----	---------------------	--------

Frühlingsferien:	Karfreitag 07. April 2023	bis	Sa 29. April 2023	DIN 14 - 16
------------------	---------------------------	-----	-------------------	-------------

Sommerferien:	Sa 01. Juli 2023	bis	Sa 12. August 2023	DIN 27 - 32
---------------	------------------	-----	--------------------	-------------

Herbstferien	Sa 23. September 2023	bis	Sa 14. Oktober 2023	DIN 39 -41
--------------	-----------------------	-----	---------------------	------------

## Schulpflichtige Tage für alle Klassen:

- Sa 21. Jan 2023 Quartalsfeier, vormittags

## Schulfreie Tage für alle Klassen:

- Fr 13. 01. 2023 Gesamtschweizerische Weiterbildung in Dornach (WBT)

- Do 18. + 19. 05. 2023 Auffahrtsbrücke

- 29. 05. 2023 Pfingstmontag

Stand 07.12.2022



# Rudolf Steiner Schule Berner Oberland

info@steinerschulebo.ch | www.steinerschulebo.ch

## Vereinigung, Vereinsvorstand

Vorsitz	076 388 13 14	Justine Gölz
Pädagogik	079 218 43 99	Valentin Wember
Personal	076 388 13 14	Justine Gölz
	078 824 31 79	Andreas Schneider
Verwaltung/Betrieb	079 656 77 87	Marcel Ruchti
	078 717 02 09	Roger Wenger
Kommunikation	079 503 24 70	Jasmine Stampfli
	079 364 50 38	Benjamin Kälin
Sekretariat Mo - Fr   7:30 - 12:15	033 438 07 17	Pascaline Rubin
Telefonzeiten: 7:30-8:30   11:30-12:15	oder nach Vereinbarung	
Lehrerzimmer	033 438 07 16	vor der Schule und in den Pausen
Hauswart	079 790 84 08	Urban Schnidrig
Heileurythmie	079 949 75 74	Ernst Schwarzbach

## Tages-Kindergärten

### Kindergarten Rosenhof

Astrastrasse 15, 3612 Steffisburg	079 824 48 72	Anuschka Stüdle (Hauptverantwortung)
	078 951 03 08	Sabina Meyer (Waldtag)

### Nachmittagsbetreuung

Vom Kindergarten bis 4.Klasse	079 136 07 05	Andrea Juravle
-------------------------------	---------------	----------------

### Spielgruppen/ Waldspielgruppen

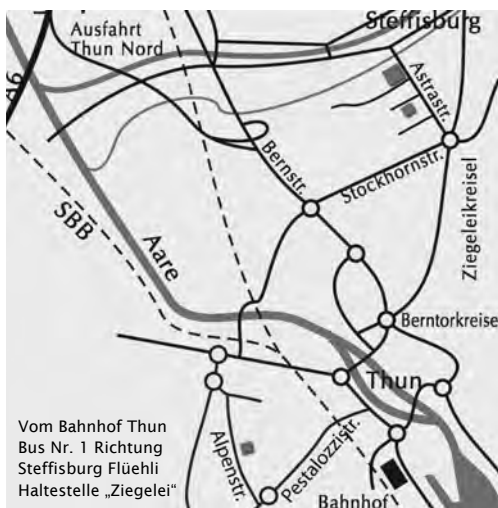
Asternweg 1, 3612 Steffisburg	079 375 74 29	Sarah Pfiffner (Leitung Vorschulbereich)
-------------------------------	---------------	--

## Vereinigung

Rudolf Steiner Schule Berner Oberland

Postkonto 34-4839-5,

IBAN CH59 0900 0000 3400 4839 5



## SITUATIONSPLAN | KONTAKTINFORMATIONEN

### RUDOLF STEINER SCHULE BERNER OBERLAND

Astrastrasse 15 | 3612 Steffisburg  
 Telefon 033 438 07 17 | Fax 033 438 07 18  
[www.steinerschulebo.ch](http://www.steinerschulebo.ch) | [info@steinerschulebo.ch](mailto:info@steinerschulebo.ch)

### TAGES-KINDERGÄRTEN/SPIELGRUPPEN

**ROSENHOF** Astrastrasse 15, 3612 Steffisburg  
**KINDERSTUBE** Asternweg 1, 3612 Steffisburg

### WALDSPIELGRUPPE

**WURZELKINDER** Brändlisberg, 3612 Steffisburg

# Beitrittserklärung Vereinigung Anmeldung Abonnement Mitteilungen

Auszug aus den Statuten der Vereinigung Rudolf Steiner Schule Berner Oberland  
(Download auf unserer Homepage: [www.steinerschulebo.ch/organisation/](http://www.steinerschulebo.ch/organisation/))

## Artikel 1 | Name und Sitz

Unter dem Namen «Vereinigung Rudolf Steiner Schule Berner Oberland» besteht ein Verein im Sinne von Art. 60 ff ZGB mit Sitz in Steffisburg.

2 Der Verein ist Träger der Privatschulbewilligung gemäss Schulgesetzgebung des Kantons Bern. Er verfolgt keinen Erwerbszweck und ist politisch und konfessionell neutral.

## Artikel 2 | Zweck

1 Der Verein ist gemeinnützig und bezweckt, die ideellen, rechtlichen und wirtschaftlichen Grundlagen für eine private Bildungsstätte auf der Grundlage der Pädagogik und des Menschenbildes Rudolf Steiners zu erhalten und auszubauen.

**1'000 Steiner Schulen weltweit,  
eine davon ist ganz in ihrer Nähe!**



### Ich unterstütze die Rudolf Steiner Schule Berner Oberland mit einer Fördermitgliedschaft

- Fördermitglied einzeln, inkl. Jahresabo Mitteilungen Fr. 50.- pro Jahr
- Fördermitglied doppel, inkl. Jahresabo Mitteilungen (2 Personen im gleichen Haushalt) Fr. 70.- pro Jahr
- Ich interessiere mich für die Veranstaltungen und Schulmitteilungen. Jahresabo Fr. 20.-
- Ich interessiere mich für die Veranstaltungen und Schulmitteilungen. Digital per Link.

Name  Vorname

Name  Vorname

Adresse

PLZ, Ort

Telefon

e-mail

Datum  Unterschrift

**Herzlichen Dank für Ihr Interesse und Ihre wertvolle Unterstützung!**



**RUDOLF STEINER SCHULE  
BERNER OBERLAND**



Vereinigung  
Rudolf Steiner Schule  
Berner Oberland  
Astrastrasse 15

**3612 Steffisburg**