

„Alles neu macht der Mai!“

INHALT DIESER AUSGABE

- | | | | |
|-----------|--|-----------|---|
| 02 | Vorwort
<i>Carin Utermöhle begrüßt zur Mai-Ausgabe</i> | 11 | Happening im englischen Pub
<i>Erlebnisbericht aus Devon · Sven Tietgen</i> |
| 03 | Aus der Redaktion
<i>Henrik Bauer verstärkt das Team</i> | 13 | Genossenschaftstreffen Betheln
<i>4.–7. Juni 2026 · bei Hildesheim</i> |
| 04 | Tanzen macht glücklich
<i>Offene Tanzfläche am Treptower Park</i> | 14 | Ursprüngliche Worte
<i>Kunni</i> |
| 06 | Anzeige: Triple A „UNERHÖRT“
<i>Theaterhaus Schille Leipzig · 6. Juni 2026</i> | 15 | Anglizismus des Monats
<i>Workaround</i> |
| 07 | Buchrezension
<i>Wem die Welt gehören könnte.</i> | 16 | Anzeige: Pfingstakademie
<i>Lindenhof Oberlausitz · 22.–25. Mai 2026</i> |
| 09 | Wild und Grün - Die Taubnessel
<i>Mit Rezepten von Daniela Aue-Gehrke</i> | 16 | Impressum
<i>MWM Onlinezeitung</i> |

Vorwort

„Alles neu macht der Mai!“

Liebe Leser und Freunde der Online-Zeitung,

„Alles neu macht der Mai!“ – unser Hilferuf wurde gehört und so können wir gleich zu Beginn ein neues Redaktionsmitglied in unserem Team willkommen heißen. Henrik Bauer wird uns in Zukunft tatkräftig beim Layout von unserem Zauberblatt unterstützen, wofür wir sehr dankbar sind und worüber wir uns riesig freuen!

Auch dieses Mal warten wir mit spannenden Artikeln auf: Von Oliver Schindler stammt der herzerwärmende Beitrag zu „Tanzen macht glücklich“ – einem wunderbaren Projekt, das seit April 2021 in Berlin besteht, durch seine Einfachheit besticht und seitdem immer mehr Anhänger gefunden hat.

„Wem die Welt gehören könnte“ – Beate Diederichs hat das Buch von Uli Gausmann und Peter Schmuck für euch gelesen und setzt sich in ihrer Rezension mit dem Inhalt auseinander.

Bei „Nesseln“ denkt man in erster Linie sofort an Brennnesseln, doch in „Wild und Grün“ von Daniela Aue-Gehrke geht es diesmal um ihre zahmen Verwandten, die Taubnesseln, die momentan allorts blühen und in Wirklichkeit kleine Kraftpakete mit vielen Anwendungsmöglichkeiten sind.

Sven Tietgen nimmt euch passend dazu mit nach England ins wilde Devon und berichtet über eine sowohl kreative als auch klangvolle Idee, dem Pubsterben dort entgegen zu wirken. Vielleicht findet sie auch hierzulande Nachahmer?

In meine Endauswahl für das ursprüngliche Wort hat es diesmal „Kunni“ geschafft. Das hat nicht nur einen sehr freundlichen, weichen Klang, sondern ist auch in der Tat ein sehr altes Wort mit interessanter Herkunft und mehreren Bedeutungen.

Zu guter Letzt ist es immer hilfreich, einen „Workaround“ parat zu haben, wenn es irgendwo klemmt. In meinem Artikel zum „Anglizismus des Monats“ nehme ich Bezug auf die kreativen Ideen der Erfinder und „MacGyvers“ dieser Welt – und wie immer darf dort auch der Humor nicht zu kurz kommen!

Wir wünschen Dir nun viel Spaß beim Lesen unserer Mai-Ausgabe und freuen uns wie immer über Zuschriften unter redaktion@radio-berliner-morgenroete.de!

Carin Utermöhle

Genossenschaft Menschlich Wirtschaften



Gemeinsame Ideen für den Wandel

Impulse und Inspirationen –
als Grundlage für gesellschaftliche Veränderung



Raum für Ideen und Entwicklung – zur Ausgestaltung von konkreten Projekten

Vom Satzspiegel zum Satzspiegel

Henrik Bauer verstärkt das MWM-Redaktionsteam



Henrik Bauer in Below, Mecklenburg-Vorpommern · Foto: privat

Wer zwanzig Jahre lang Satzspiegel als Anwalt verfasst hat, weiß: Ein Text ist nie nur Text. Er hat einen Rand, eine Spalte, einen Atem.

Umso mehr freue ich mich, dass ich ab dieser Ausgabe die MWM-Onlinezeitung in eine les- und druckbare Form bringen darf als gesetztes PDF, das man herunterladen und in Ruhe lesen kann.

Mein Werdegang führt aus dem Anwaltsberuf über das juristische Wissensmanagement hin zum „Bauen“ von Selbstlernkursen bei Bildungsinstituten.

Drei Stationen mit einem gemeinsamen roten Faden:

Das Ordnen und Übersetzen von Wissen.

Ein gut gesetztes Magazin ist im Kern nichts anderes als gezielte Information mit Luft drumherum, in einer Reihenfolge, die dem Auge folgt und dem Gedanken Pause gibt.

Mit jeder neuen MWM-Onlinezeitung übernehme ich die Druckform. Jeder Beitrag erhält eine Gestalt mit Wiedererkennungswert:

A4, sauber gesetzt, mit Bildunterschriften, Spaltensatz und der gewohnten türkis-blauen Linienführung. Wer mag, hat das Heft dann auch als PDF zum Download fürs Tablet auf der Couch, für den Reisedrucker oder zum Nachlesen in der Schublade.

Bei Bedarf werde ich auch selbst zur Feder greifen. Meine Themen ergeben sich aus einer Schnittmenge von vier Aspekten des menschlichen Lebens: die spirituelle, mentale, emotionale und physische Ebene der Existenz. Dazu vielleicht mehr in einer der nächsten Ausgaben.

Bis dahin:

Schreibt mir gern, wenn euch beim Lesen eine Idee kommt, ein Hinweis fehlt oder ein Layoutdetail stört.

Eine Zeitung lebt davon, dass ihre Leserinnen und Leser sie mitlesen.

Henrik Bauer



Sensation!!!

Die guten Nachrichten sind ausgebrochen und verbreiten sich unaufhaltsam auf der ganzen Welt.

Wer sich von Optimismus und Selbstwirksamkeit anstecken lassen will, findet alles, was er braucht, auf dem „Menschliche Werte Medien“ YouTube-Kanal oder bei Telegram unter „t.me/Menschliche_Werte_Medien“.

REPORTAGE

Tanzen macht glücklich

Ein Ort am Treptower Park - fünf Jahre offene Tanzfläche

Stell dir vor, es gibt einen Ort mitten in der Stadt, an dem niemand fragt, wer du bist, woher du kommst oder warum du hier bist. Ein Ort, an dem Menschen einfach anfangen zu tanzen. Kein Eintritt, keine Anmeldung, kein Programmheft – nur Musik, Bewegung und ein stilles Einverständnis: Du kannst bleiben, solange du willst. Du kannst gehen, wann du willst. Und du kannst jederzeit wiederkommen. Vor dem Gebäude der Hafenmeisterei am Treptower Park, direkt am Weg zur S-Bahn, befindet sich dieser Ort – Woche für Woche, seit inzwischen fünf Jahren. „Tanzen macht glücklich“ steht auf einem Banner, das dort hängt. Und das beschreibt ziemlich genau, was hier passiert.

Immer wieder entstehen spontan Kreise, Polonäsen oder kleine Gruppen, die gemeinsam eine Choreografie ausprobieren oder ein eingeübtes Stück zeigen.

Der Platz ist groß genug, dass sich die Bewegung entfalten kann – theoretisch könnten hier Hunderte tanzen. Es ist wie ein offenes Feld, in dem jede und jeder seinen eigenen Rhythmus findet. Manche tanzen für sich allein, fast versunken. Andere finden sich zu zweit zusammen.

Am Rand stehen Bänke. Dort sitzen Spaziergänger, Touristen, manchmal auch Menschen, die sonst wenig Raum haben. Sie beobachten das Geschehen, lehnen sich zurück, lachen – erst sind sie die Betrachter des Bildes und nach einiger Zeit werden sie ein Teil davon.

Auf einer kleinen Mauer sitzen Menschen, unterhalten sich, teilen Essen. Ein offenes Buffet entsteht ganz nebenbei: Brot, Aufstriche, Selbstgemachtes, Snacks, Getränke – alles wird einfach dazugestellt.



„Daneben hängt eine lange Wäscheleine.“ Foto: privat

Daneben hängt eine lange Wäscheleine mit Kleidung, Kostümen, Hüten, manchmal auch Perücken.

Wer möchte, kann sich verwandeln, etwas ausprobieren oder einfach etwas mitnehmen oder dalassen. Auch das gehört dazu: Geben und Nehmen ohne große Worte.

Viele der Anwesenden kennen sich. Einige kommen seit Jahren. Und doch wirkt die Gruppe nie geschlossen. Neue Gesichter fallen auf – aber nicht im Sinne von Abgrenzung. Eher als stille Einladung. Ein Blick, ein Lächeln, ein wenig Platz auf der Tanzfläche. Mehr braucht es nicht, um dazugehören.



„Ein offenes Buffet“ Foto: privat

Doch wie und wann ist dieses kleine Wunder entstanden?

Es war im April 2021, mitten im zweiten Jahr der Coronakrise. Initiiert wurde das Ganze von Ellen und Esther – aus dem Wunsch heraus, der damaligen Stimmung aus Einschränkungen, Unsicherheit und sozialer Enge etwas Positives und Kraftbringendes entgegenzusetzen: Musik, Bewegung, ein gemeinsamer Moment im Freien.

Ausgangspunkt war eine einstudierte Choreografie mit einer klaren Botschaft zur Eigenverantwortung. Ursprünglich als kurzfristige, mobile Aktion gedacht, wurde das Konzept schnell angepasst: Statt spontaner Auftritte an wechselnden Orten etablierte sich ein fester wöchentlicher Termin.

Fortsetzung auf S. 5

Bereits im ersten Monat wuchs die Gruppe von wenigen Teilnehmern auf mehrere Dutzend an. Anfangs war die Zurückhaltung groß – auch aus Sorge vor möglichen Einschränkungen durch Behörden. Dennoch blieb das Treffen bestehen und entwickelte sich weiter. Neben gemeinsamen Choreografien entstand zunehmend Raum für freies Tanzen. Musiktechnik wurde organisiert, Abläufe eingespielt, das Repertoire erweitert.

Von Beginn an wurde darauf geachtet, politische Botschaften nicht in den Vordergrund zu stellen. Im Mittelpunkt stand das gemeinsame Tanzen als niedrigschwellige Möglichkeit, Kraft zu schöpfen. Mit der Zeit zog das Treffen immer mehr Menschen an – sowohl gezielt Kommende als auch zufällige Beobachter, die sich anschlossen. Für viele wurde der Ort zu einem festen Anker im Alltag.

Mit dem Nachlassen der Einschränkungen kehrte allmählich eine Art Normalität zurück.

Die Gruppe wurde kleiner, einige blieben ganz weg, andere kamen nur noch gelegentlich. Geblieben ist dennoch eine Verbindung. Die gemeinsame Zeit hat viele zusammengeschweißt – sichtbar wird das bis heute, etwa bei Festen, zu denen weiterhin zahlreiche Menschen zusammenkommen. Aus dem regelmäßigen Tanzen ist über die Jahre mehr entstanden: Freundschaften, Beziehungen und kleine Projekte. Gemeinsames Kochen, Ausflüge, Musik, Gespräche – vieles hat sich daraus entwickelt, oft ganz selbstverständlich.

Und auch wer nicht mehr regelmäßig kommt, ist oft auf andere Weise verbunden geblieben – mit eigenen Wegen, die im Kleinen weiterführen, was hier einmal begonnen hat.

Ich, der Autor dieses Artikels, bin nach längerer Abwesenheit zum fünften Jahrestag von „Tanzen macht glücklich“ zurückgekehrt.



Zum 5-jährigen Jubiläum · Foto: privat

Die Ankunft mit der S-Bahn hatte etwas Nostalgisches. Erinnerungen kamen hoch – oft war damals auch mein Sohn dabei, wenn er gerade in Berlin zu Besuch war. Während ich tanzte und mit Freunden sprach, spielte Bruno mit den anderen Kindern Fußball oder Verstecken.

Es war gut, ihm diesen Ort zeigen zu können: dieses lebendige, leicht unangepasste Miteinander am Treptower Park. Eine Erfahrung, die bleibt – zu sehen, dass es auch andere Formen des Zusammenlebens gibt. Eine Welt, die sich hier für einige Stunden einfach selbst geschaffen hat.

Zum Jubiläum waren viele Menschen gekommen. Ellen las aus der Chronologie der vergangenen Jahre, und all jene, die diesen Ort mitgetragen hatten, wurden gewürdigt. Danach wurde wieder getanzt. Ich entschied mich für eine dunkle Perücke und bewegte mich für ein paar Stunden unbeschwert und glattenfrei durch den Park.

Fortsetzung auf S. 6



Tanzen bei Nacht · Foto: privat

Besonders berührt haben mich die Passagen über die Menschen, die ihre irdischen Körper in dieser Zeit verlassen hatten.

Ellen stellte mir ihre Chronologie freundlicherweise zur Verfügung. Besonders berührt haben mich die Passagen über die Menschen, die ihre irdischen Körper in dieser Zeit verlassen hatten – und doch auf ihre Weise Teil dieser Gemeinschaft geblieben sind. Der Gedanke liegt nahe, dass sie noch immer dabei sind und gemeinsam mit uns tanzen.

Von Ellen: „Aya war Stammgast geworden, kam mit ihren Kindern Anna und Sascha. Meist kam sie zu mir und fragte, „Wann spielst du denn mein Lieblingslied?“ – das war die Friedenshymne. An diesem Abend hatten wir bemerkt, dass es ihr nicht gut geht, sie wirkte abwesend, redete kaum. Trotz der Minusgrade setzte sie sich. Ich sprach mit ihrem Sohn ab, dass wir sie zu ihrer Tochter fahren. Als ich mit dem Auto in den Park einfuhr, kam ein Polizeiauto direkt hinter her, fuhr langsam an mir vorbei und hielt dann in einiger Entfernung. Wir mussten Aya ins Auto tragen, sie sprach nicht mehr und konnte nicht mehr laufen. Als ich mit dem Auto losfuhr, fuhr die Polizei langsam vor mir her, raus aus dem Park. Das war wieder ein Moment, in dem ich dachte, dass wir auf

unserem Tanzplatz unter einem Schutzschild, einem Heiligenschein stehen. Aya verlor im Auto das Bewusstsein, sie wachte danach nicht wieder auf und starb einige Tage später, behütet von ihren Lieben.“

*„Im Februar war **Werner verstorben**. Er war regelmäßig dagewesen und ein leidenschaftlicher Tänzer. Persönlich wussten wir wenig von ihm, keine Telefonnummer, keine Adresse. Wir hatten seine Abwesenheit bemerkt. Schließlich rief seine Schwester uns an und erzählte, dass er in einem Tanzklub gestürzt war, sie hatte ihn noch ein paar Tage betreut. Vor seinem Tod war es sein dringender Wunsch gewesen, uns, seine Tanzfamilie zu benachrichtigen.“*

Gemeinsames Tanzen gehört zu den ältesten Ausdrucksformen des Menschen. Lange bevor es geschriebene Sprache gab, wurde in Gruppen getanzt – zur Feier, zur Trauer, zur Verbindung mit der Gemeinschaft. In vielen Kulturen ist Tanz bis heute ein zentrales Element sozialer Rituale: Er stiftet Zugehörigkeit, vermittelt Identität und schafft ein Gefühl von Gleichzeitigkeit – alle bewegen sich im selben Moment, im selben Rhythmus.

Oliver Schindler

VERANSTALTUNG

◆ **Termin:** 6. Juni 2026 · 20:00 Uhr (Einlass 19:30)

► **Ort:** Theaterhaus Schille · Otto-Schill-Str. 7, 04109 Leipzig

TRIPLE
THEATER

Das ist ja „UNERHÖRT“!

Die drei Freundinnen Florentine, Amanda und Sabine treffen sich zu einem geselligen Abend im Garten. Sie tauschen zunächst alltägliche Neuigkeiten aus. Doch dann beginnen sie einander Unerhörtes zu erzählen ...

Early-Bird bis 30.04.: 20,68 € p.P. · ermäßigt 15,57 €

REZENSION

Alternativen zur Alternativlosigkeit

Beate Diederichs hat das neue Buch von Ulrich Gausmann und Peter Schmuck gelesen



Cover: Massel Verlag · 2026, 25 €

Das Buch im Überblick

Titel: Wem die Welt gehören könnte. Eigentum in der Regionalgesellschaft

Autoren: Ulrich Gausmann, Peter Schmuck

Verlag: Verum Utopia / Massel Verlag

Erscheinen: Anfang 2026

Preis: 25 €

In „Wem die Welt gehören könnte. Eigentum in der Regionalgesellschaft“ stellen Ulrich Gausmann und Peter Schmuck Initiativen vor, die auf lokaler Ebene mit Gemeinschaftseigentum wirtschaften. Diese versuchen so im Kleinen, lebenswichtige Bereiche wie Wohnen, Bildung oder Ernährung dem Zugriff des Großkapitals zu entziehen. Wenn sie weiter wachsen und zusammenarbeiten, können Regionalnetzwerke entstehen, die den Menschen vor Ort dienen. Dieses Sachbuch ist Anfang des Jahres beim Verein „Verum Utopia“ erschienen und kann für 25 Euro beim Massel Verlag erworben werden.

„Wem die Welt gehören könnte“ atmet Zuversicht. Es nutzt dafür den reichen Erfahrungsschatz seiner beiden Autoren: Ulrich Gausmann, geboren 1960, beschäftigt sich schon lange damit, alternative Gesellschaftsmodelle theoretisch zu durchdenken und praktisch umzusetzen. Peter Schmuck, Jahrgang 1956, setzt sich seit Jahrzehnten dafür ein, Initiativen für eine regional aufgestellte Gesellschaft zu etablieren, wie Energiewendedörfer oder Zukunftskommunen. Dennoch startet das Buch zunächst mit einer nüchternen Bestandsaufnahme des gegenwärtigen Deutschlands: „Viele haben derzeit den Eindruck, dass die Welt aus den Fugen ist“, schreiben die beiden Autoren in der Einleitung.

Denn eine winzige Minderheit, eine selbsternannte Elite, bedrohe das Wohl der Bevölkerung und wolle in

zunehmendem Maße über diese bestimmen. Sie zettete daher Kriege an, zerstöre die natürlichen Lebensgrundlagen und höhle demokratische Strukturen aus. „Wie können wir dieser Fremdbestimmung entgegentreten?“ fragen sich Schmuck und Gausmann. Da das Problem nur zu verstehen ist, wenn man sich mit der Eigentumsfrage auseinandersetzt, geben sie zu Beginn des Buches einen Überblick über die Geschichte des Eigentums und präsentieren Auswüchse kapitalistischen Handelns, wie zunehmende Verschuldung oder die ausbeuterische Plattformökonomie. Vieles davon wird den Menschen als alternativlos verkauft. Gibt es Alternativen zur Alternativlosigkeit? Schmuck und Gausmann bejahen diese Frage, indem sie bereits vorhandene oder entstehende Initiativen vorstellen, die mit Gemeinschaftseigentum arbeiten. Aus diesen „erfolgreichen Leuchttürmen“ kann sich dann die Regionalgesellschaft formen.

Die Autoren haben zu den Bereichen Wohnen, Essen und Trinken, Bewirtschaftung von Acker, Wald, Gartenland, Seen und Quellen, regionales Handwerk, Strom und Wärme, Bewegen und Reisen, Informieren und Unterhalten, Bildung sowie Heilen zahlreiche Beispiele aus dem gesamten Bundesgebiet gesammelt, mit kleinen Exkursen in die Nachbarländer.

Fortsetzung auf S. 8

Bevor sie erfolgreiches Wirken darstellen, thematisieren sie meist den herrschenden Missstand. So zeigen sie zum Beispiel im Kapitel zur Landbewirtschaftung, wie globale Akteure in großem Stil Land aufkaufen oder sich Patente auf Saatgut sichern, wodurch lokale Bauern ihre Existenzgrundlage verlieren. Danach beschreiben sie kurz die jeweiligen Initiativen: bei Wohnen beispielsweise das „Mietshäuser-Syndikat“, das es schon seit 1992 gibt, und die „Alte Feuerwache Weimar“, gegründet 2019. In der Rubrik Land stellen sie unter anderem dar, wie die digitale Plattform „Bioverita“ die Verteilung ökologischen Saatgutes fördert. Beim Handwerks-Abschnitt gehen sie darauf ein, wie man nichtkommerziell teure Maschinen und Infrastruktur gemeinsam nutzen kann. Bei Strom und Wärme geht es unter anderem um Energiewendedörfer und den Zusammenschluss mehrerer Gemeinden zu einem sogenannten Regionalwerk, das sich um günstige Energieversorgung kümmert. Bei Geld liest man von analogen und digitalen Regionalwährungen. Unter dem Titel Information kommt beispielsweise das Radio Berliner Morgenröte als unabhängige Quelle vor, ebenso wie das Pareto-Projekt des Journalisten Milosz Matuschek.

Am Schluss des Buches findet der Leser einen Exkurs zum Wirken von Vereinen und Stiftungen sowie Tipps für gelingende Kommunikation innerhalb der Initiativen. Eine Kostprobe: Nicht die hundertste WhatsApp-Gruppe gründen, sondern regelmäßige und verlässliche Termine für Treffen vor Ort etablieren. Realistische Schritte planen statt auf den großen Wurf zu setzen. Verschiedene Meinungen akzeptieren. Danach führen Schmuck und Gausmann ihre Ideen zu einem Ganzen zusammen: dem Drei-Säulen-Modell aus privatem Unternehmenseigentum, gemeinschaftlichem Infrastruktureigentum und einer Zwischenform, dem geteilten Eigentum. An drei fiktiven Beispielen zeigen sie, wie das konkret laufen kann und wie so schrittweise ein regionales Wirtschaftsnetzwerk entsteht. Dieses soll dann aufgrund der gemeinschaftlichen Finanzierung unabhängig von Wachstumszwängen agieren können, die die Kapitalverzinsung in herkömmlichen Unternehmen mit sich bringen würden. Eine ausführliche Literatur- und Quellenliste rundet das Buch ab. Darin verweisen die Autoren natürlich auch

auf eigene Werke.

Man könnte kritisch anmerken, dass Schmuck und Gausmann einige der Kurzporträts in identischer Form aufgebaut haben, was zu Wortwiederholungen und beim Leser eventuell zur Ermüdung führt. Andererseits soll diese äußere Form dem Leser helfen, sich schnell im Text zu orientieren. Einige mögen den Autoren auch vorwerfen, dass sie bei manchen Themen zu bereitwillig vorgegebene Narrative übernehmen, zum Beispiel bezüglich der Windkraft als zukunftssträchtiges Modell. Über manche Regionen Deutschlands schreiben sie besonders ausführlich. Das mag aber daran liegen, dass es dort einfach mehr Initiativen gibt als anderswo. Zudem sollte man stets mitdenken, dass das herrschende System einzelne Projekte oft solange duldet, wie sie „unter dem Radar laufen“. Wenn sie eine größere Reichweite erzielen, werden sie bekämpft. Doch das dürfte Gausmann und Schmuck bewusst sein. Zu loben ist, dass „Wem die Welt gehören könnte“ einen umfangreichen und inspirierenden Ideenfundus bietet – ohne zu beanspruchen, vollständig zu sein. Bei einigen Initiativen räumen die Autoren ein, dass es auch kritikwürdige Aspekte gibt: dass man zum Beispiel beim „Pareto-Projekt“ nicht subjektiv für die Bitcoin-Technologie werben sollte. Es wird zudem ehrlich thematisiert: Gute Ideen scheitern leider oft am Faktor Mensch. Daher sind die Kommunikationstipps wertvoll. Fazit: Das Buch ist eine nützliche Fundgrube an Ideen, die Alternativlosigkeit zu überwinden, zumal Papier nicht gelöscht werden kann. Welche der Initiativen sich auch gegen Widerstände bewähren werden und ob es gelingt, funktionierende regionale Netzwerke aufzubauen, bleibt abzuwarten – und zu hoffen.

Beate Diederichs

Wild und Grün

Nessel ohne Nesseln – die Taubnessel ist ganz anders als ihr kratziger Namensvetter

Um es vorwegzunehmen: die Taubnessel hat mit ihrem Namensvetter herzlich wenig gemein. Zwar mag es auf den ersten, ungeübten Blick aufgrund der ähnlichen Blattform zu spontanen Verwechslungen kommen. Doch anders als die Brennnessel hat die Taubnessel weiche Blätter, den fehlenden Brennhaaren verdankt sie auch ihren Namenszusatz: taub. Je nach Sorte macht sie auf Wiesen oder an Waldrändern mit weißen, violetten oder gelb leuchtenden Blüten auf sich aufmerksam. Während die Brennnessel ein Nesselgewächs ist, gehört die Taubnessel zur Familie der Lippenblütler. Ihr süßer Nektar macht sie zum Liebling vor allem von langrüsseligen Insekten wie Hummeln. Denn den kostbaren Saft zu ernten ist aufgrund der langen Lippenblüten nicht ganz ohne und zum Beispiel für Schmetterlinge mit ihren langen Flügeln ein vergebliches Unterfangen. Hummeln sind, wenn auch sonst etwas behäbig, mit ihrem langen Rüssel klar im Vorteil.

Nur gut, dass wir auch ohne lange Nasen in den Genuss der Blüten kommen können. Vor allem die weißen und gelben Sorten sind getrocknet schmackhaft als Tee oder frisch als bunte Deko für Salat oder Desserts zu genießen. Die Blätter lassen sich gedünstet zu einem wilden Spinat verarbeiten oder roh im Salat genießen.

Sie schmecken leicht pilzig, die weiße Sorte ist etwas milder, die violette – mein persönlicher Favorit – etwas strenger. Ich finde schon den Anblick der purpurnen Blütenköpfchen so verlockend, dass ich kaum vorbeigehen kann, ohne ein paar davon für meinen Salat abzuknipsen.

Alle drei Sorten enthalten wertvolle Inhaltsstoffe, wie Kalium, Magnesium und Kalzium sowie Flavonoide, Schleimstoffe und Saponine. Typisch sind, wie für alle Lippenblütler, die ätherischen Öle, die beim Zerreiben der Blätter für einen typisch würzigen Geruch sorgen und Fressfeinde wie bestimmte Insekten abschrecken.

Taubnesseln reihen sich damit ein in eine ganze Riege bekannter Küchenkräuter wie Thymian, Salbei, Basilikum, Oregano, Melisse oder Minze.



Drei Gesichter einer Pflanze: Links und rechts die purpurne und die weiße Taubnessel. In der Mitte die Goldnessel mit ihren silbrig glänzenden Blättern.

Foto: Daniela Aue-Gehrke · plantoga.de

Sie sind damit nicht nur eine gesunde Ergänzung für die Küche, sondern verfügen auch über ein beachtliches Heilungspotenzial. Auf feinstofflicher Ebene der weiblichen Mondenergie zugeordnet, hebt sich gerade die weiße Taubnessel als ausgesprochenes Frauenkraut hervor und hilft, in Form von Tee oder Spülung etwa bei Ausfluss oder Menstruationsbeschwerden.

Den gelben Blüten der Goldnessel wird vor allem eine herzstärkende Wirkung zugeschrieben. Die Blätter der purpurroten Art wirken lindernd bei Verbrennungen.

Fortsetzung auf S. 10

Wild und Grün

Fortsetzung von S.9: Taubnessel – Heilkraft, Standorte und Rezepte

Die Taubnessel liebt eher feuchte, halbschattige Standorte. Vor allem kommt sie selten allein. Haben wir erstmal Augen und Herz für diesen wilden Lippenblütler geöffnet, begegnet uns das Kraut nahezu überall.

Ihre Wurzeln bilden lange Ausläufer, sodass sich die Pflanze oft gleich zu ganzen Teppichen ausbreitet. Während die Goldnessel vor allem in Wäldern oder an Waldrändern wächst, fühlen sich die violetten und weißen Sorten auch auf Wiesen wohl. Allen gemeinsam sind der vierkantige Stängel und die gezackten Blätter, die „kreuzgegenständig“ angeordnet sind, sodass immer zwei Blätter genau andersherum aus dem Stängel wachsen.

Die Blütenstände sind bei allen Sorten wie eine Rosette oberhalb der Blätter am Stiel angeordnet und können bis Oktober geerntet werden. Die Blätter der Goldnessel sind etwas runder als die der weißen Sorte, leicht kratzig und mit einem silbrigen Schimmer überzogen – auf den ersten Blick wirkten sie für mich daher lange Zeit wie eine Zierpflanze, und ich war überrascht, dass dieses Pflänzchen überhaupt essbar ist.

Mittlerweile gehört sie, zusammen mit ihren beiden Verwandten, zu meinen treuesten wilden Begleiterinnen bis in den Herbst hinein.

Daniela Aue-Gehrke

Schmackhafte und heilende Rezepte mit Taubnesseln

- **Möhrengemüse mit Taubnesselblättern:**

1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Oliven- oder Kokosöl zum Anbraten, ca. 4 Handvoll Blätter der weißen Taubnessel oder Goldnessel sowie 4 Möhren. Knoblauch und Zwiebeln fein würfeln und mit dem Öl etwas andünsten, Möhren in mundgerechte Stücke schneiden, mit etwas Wasser ablöschen und ca. 10 Minuten garen. Am Schluss die Blätter kleingehackt hinzugeben und wenige Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und nach Geschmack etwas Chili abschmecken.

- **Tee aus Taubnesselblüten:**

Blüten der weißen Taubnessel oder Goldnessel vorsichtig abzupfen und ausgebreitet trocknen lassen. Für den Tee 2 Esslöffel der getrockneten Blüten aufgießen und ca. 5–10 Minuten ziehen lassen.

- **Brandgel:**

Blühende Taubnesseln in einen Topf geben, mit wenig Wasser übergießen und einige Minuten kochen lassen. Abgedeckt abkühlen lassen, nach ca. 2 Stunden das Gel abschöpfen und auf die Brandwunde geben. Wirkt kühlend und entzündungshemmend. (Rezept nach Susanne Fischer-Rizzi)

- **Tipp:**

Die Blüten als essbare Deko für süße und herzhaftere Speisen verwenden. Gerade der Anblick der gelben Blüten erfreut das Herz!

Daniela Aue-Gehrke, Wildkräuter-Beraterin nach Dr. Markus Strauß, ganzheitliche Ernährungsberaterin und Yogalehrerin · www.plantoga.de

Happening im englischen Pub

Inspiration für Gaststätten in Deutschland?

An der Küste von Devon stemmen sich die „Anchor Inn“-Betreiber Ann und Fif mit einem besonderen Programm gegen das Pub-Sterben im Land. Ein Erlebnisbericht von Sven Tietgen



Strahlende Gesichter beim Shanty-Mitsingen mit dem zertifizierten Nichtsnutz · Foto: Anchor Inn

Nach einem schönen Wandertag entlang der wilden Nordküste bei Hartland in der Grafschaft Devon sitzen wir entspannt im „The Anchor Inn“. Gerade haben wir *fish and chips* sowie *curry of the day* bestellt, da fällt der Blick auf die Wandtafel. Ein Plakat kündigt für diesen Abend den Auftritt eines Shanty-Chors an. Oh nein, bitte nicht, denke ich. Vor meinem inneren Auge marschieren sofort ältere Herrschaften in Matrosenanzügen in den Pub und schunkeln dort um die Wette. Sollen wir nicht besser gehen?

Wir geben dem Chor dann doch eine Chance – und das war mit die beste Entscheidung des Tages. Denn statt uniformierter Sängertuppe strömen ganz unterschiedliche Besucher in den Kneipenraum. Ältere setzen sich mit Jüngeren an die Tische, auch Kinder in Piratenmontur wuseln umher. Bier und andere Getränke werden geordert, dann packt ein junger Mann mit Bart und Zopf jede Menge Notenblätter auf einen Billardtisch. Harrison Wallace heißt der Mann mit den Noten, wie wir später erfahren. Die Notenblätter wandern gleich weiter auf alle Tische in der Nähe. Auch bei uns landen die zusammen getackerten Papiere mit dem Deckblatttitel „Shanty Song Book“.

Lautes Tönen und Mundgymnastik vom zertifizierten Nichtsnutz

Was dann folgt, ist ein Happening im wahrsten Sinne

des Wortes.

Denn Harrison Wallace lädt die Kneipenbesucher zum Mitsingen ein. Zunächst ist Einsingen angesagt – lautes Tönen und Mundgymnastik für alle. Das ist schon echt lustig.

Dann werden die ersten Shanties gefordert. Harrison Wallace, in der Region bekannt als „certified scallywag“, auf Deutsch zertifizierter Nichtsnutz, intoniert die Stücke als Vorsänger. Töne genau treffen oder alte Wörter aus der Walfängerhistorie richtig aussprechen? Darum geht es Harrison nicht. „Bloß nicht nach Noten gucken, das haben die Seeleute damals auch nicht gemacht“, erklärt der Musiker, der jeden Mittwoch im „Anchor“ zum Mitsingen einlädt.

Mit markanter Stimme animiert er die Pubbesucher zum Mitsingen der Refrains – vom „Wellerman“ über „John Kanaka“ bis „Rolling down to old Maui“. Wow, was für eine Energie! In der jahrhundertealten und zwei Meilen von der Küste entfernten Gaststätte blicken wir in strahlende Gesichter und leuchtende Augen. Ich sehe die Shanties plötzlich mit ganz anderen Augen, es sind ja Arbeitslieder, die das Schuften auf den Segelschiffen vergangener Zeiten leichter machen sollten.

Fortsetzung auf S. 12



Was für ein schöner Tag: erst an der wilden Nordküste laufen, dann einen großartigen Mitsingevent im Anchor Inn in Energie erleben. Foto: Sven Tietgen

Ann und Fif haben am Tresen gut zu tun

Gut gelaunt sind übrigens auch Ann und Fif, die beiden Betreiber haben am Tresen gut zu tun. Der Mitsingabend ist nicht die einzige Veranstaltung: In nahezu jeder Woche organisiert das Ehepaar Auftritte von Bands, Einladungen zu jam sessions, Vorträge oder Spieleabende. Vor allem in den Wintermonaten, wenn nur wenige Touristen unterwegs sind, locken die Angebote die Einheimischen in den „Anchor“. Besonders die Shanty-Abende mit Harrison Wallace sind ein großer Erfolg. „Wir versuchen, den Menschen in der Region und den Touristen viele Gründe zu liefern, zu uns zu kommen. Das hat natürlich auch finanzielle Gründe“, erklärt Ann.

Auf der britischen Insel stecken viele Pubs in finanziellen Schwierigkeiten, erfahren wir eine Woche später in einem Pub in Cornwall. Im „The Three Pilchards“, auf Deutsch „Die drei Sardinen“, herrscht am Abend gähnende Leere – obwohl die historische Gaststätte mitten im malerischen Fischerdorf Polperro liegt, das bei Touristen extrem nachgefragt ist. In den vergangenen Jahren mussten die Wirte wie überall im Land deutlich mehr für den Biereinkauf zahlen, dazu stiegen Versicherungsprämien und Mindestlöhne an. „Jede Woche machen zehn Pubs in England dicht“, erzählt ein Kellner. Die Betreiber schränkten den Service ein: Besucher bestellen jetzt am Tresen und zahlen dabei gleich die Rechnung – bevorzugt in *cash*. „So hoffen wir, die Preise für die Speisen stabil halten zu können“, sagt der Kellner.

Ist das Anchor Inn ein Vorbild für Gaststätten in Deutschland?

Gaststätten haben auch in Deutschland in den vergangenen Jahren reihenweise dicht gemacht. Vielleicht inspiriert das bunte und vielseitige Programmangebot, das Ann und Fif im „Anchor“ auf

die Beine stellen, auch deutsche Kneipen- und Gasthofbetreiber – mit dem Ziel, Treffpunkte für die Region zu erhalten. Das ist seit der Übernahme des „Anchor“ vor sieben Jahren auch das erklärte Ziel von Ann und Fif: „Wir haben uns von Anfang an bemüht, den Pub zu einem wichtigen Stützpunkt der Dorfgemeinschaft zu machen.“

Weitere Infos zu den beiden Pubs in Devon und Cornwall:

www.anchorhartland.co.uk und
www.threepilchardspolperro.co.uk

Sven Tietgen



Ein Aufsteller vor dem Pub wirbt für den Shanty-Chor mit Harrison Wallace. Foto: Sven Tietgen



„Die Gabe von Vertrauen“ im Telegramkanal MWM

VERANSTALTUNG

Großes Genossenschaftstreffen in Betheln

Kreativ für die freie Rede – wir öffnen Debattenräume!

◆ **Termin:** 4. Juni (16:30) bis 7. Juni 2026 (17:00)

▶ **Ort:** Betheln bei Hildesheim

Liebe Mitglieder, liebe Freunde und Wegbegleiter, unser Genossenschaftstreffen 2026 steht ganz im Zeichen der Fragen, die uns als Gemeinschaft bewegen: Wo stehen wir? – Was sind unsere Themen? – Wo wollen wir hin? Und vor allem: Was bewegt Dich als Mitglied?

In lebendigen Formaten wollen wir miteinander diskutieren, zuhören, neue Impulse aufnehmen – und Ideen entwickeln, die unsere Genossenschaft weitertragen. Die Zeit des Nicht-Handelns ist vorbei!

▶ **Vorträge:**

Thomas Brunner (Wirtschaft), Heiko Schuler (Existenzsicherung), Sandra Seelig (Valdesana – digitale Gesundheitsplattform), Andreas Rieger (alternativer Reisemarkt), Stephanie Doetzer (Nachrichten klar lesen)

▶ **Gesprächsrunde:**

Prof. Dr. Ulrike Guérot – „Kunst, Bildung, Presse, Wirtschaft – Impulse für ein neues Deutschland & Europa“

▶ **Kabarett & Konzert:**

Melanie Haupt (Kabarett) · LÜÜL & Jens Fischer Rodrian (Konzert)

▶ **Themenschwerpunkte:**

Marktplatz, Reisemarkt, innovative Projekte, Gesundheitsnetzwerk SOLIDAGO, Akademie Menschlich Wirtschaften

Mitglieder 100 € · Gäste 120 € · Tageskarte 50 € · Verpflegung 12 € pro Essen · Max. 100 Teilnehmer

Tickets & Anmeldung: menschlichwirtschaften.de · **Eigene Angebote:**
vorstand@menschlichwirtschaften.de

Ursprüngliche Worte

Teil 17: Kunni

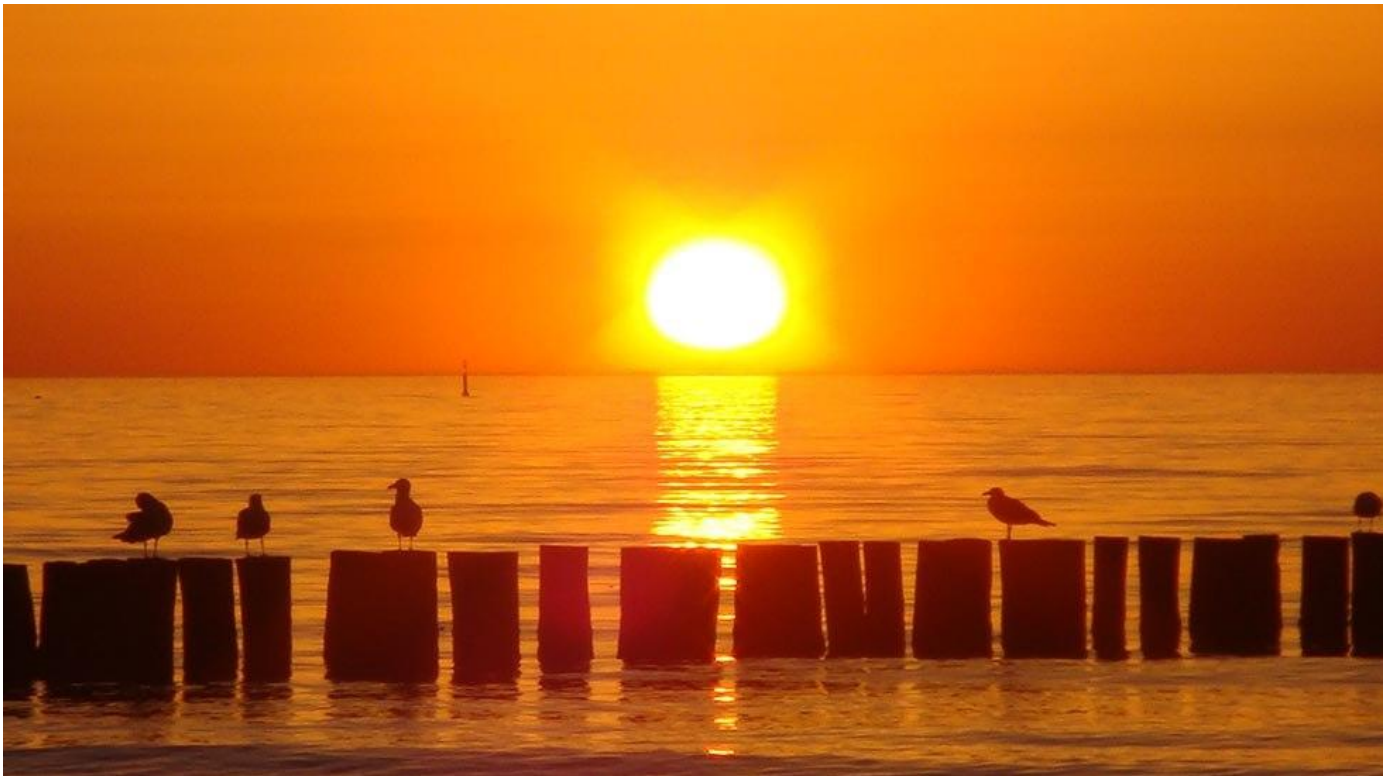


Foto: Mario Sunmir · www.sonnenmeer.eu

„Kunni“ – das klingt erst mal irgendwie niedlich! Es begegnet uns auch – in leicht abgewandelter Form „Kuni“ – als Kosename für „Kunigunde“, hat aber nicht direkt etwas damit zu tun. „Kuni“ hieße in dem Fall so viel wie „kühn“, „tapfer“ oder „mutig“ und „gund“ – wie damals ziemlich häufig – „Kampf“ oder „Krieg“.

Das Wort „Kunni“ stammt aus dem Althochdeutschen und bedeutete so viel wie „Stamm, Volk, Gemeinschaft, Familie, Generation“ etc.

Möglicherweise ist auch das englische „kin“ oder „kind“ ein – Achtung, Wortspiel! – entfernter Verwandter davon. Andere Formen von „Kunni“ sind: „künne“ (Mittelhochdeutsch), „kunka“ und „kunjam“ (Germanisch), und „kunnig“ (Althochdeutsch).

Weitere Übersetzungen nennen „geschickt“, „gelehrt“ sowie „kundig“, welches wir heute noch nutzen. Dazu passt auch „Künne“ in (Ostfriesen-)Platt: „Dar heb ik keen Künne von!“ („Davon habe ich keine Kenntnis!“ im Sinne von „Davon habe ich keine Ahnung!“ oder „Dessen bin ich nicht kundig!“).

„Kunni“ ist allerdings auch „ein wahrhaft königlich Wort“, geht doch der „König“ auf das alte germanische „Kunis“ und „Kuninga“ zurück!

Andere Formen aus dem 8. Jahrhundert sind „Kuning“ bzw. „Kuningin“ für „König“ bzw. „Königin“.

Bemerkenswert ist hier auch die Verbindung zu „kunnan“ - „kennen, etwas zu tun verstehen, begreifen, wahrnehmen, erkennen“: Der König, oder generell ein Staatsoberhaupt sollte im besten Fall etwas von seinem „Handwerk“ verstehen! Sonst geht es ihm wie dem Bauernsohn in dem Lied „Egil Saga“, dessen Text auf der „Verlorene Worte“-Seite zu finden ist: Er hat keine Kenntnis („Kunni“), wie man Runen richtig anwendet und macht ein armes Mädel noch schlimmer krank statt gesund. Glücklicherweise kommt der kundige Egil des Weges und bringt alles wieder in Ordnung!

Carin Utermöhle

[Link zu kunni:](#)

<https://verloreneworte.de/gefundeneworte/11114-kunni>

[Link zum Lied „Egil Saga“:](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=6oYmc9WTdSs>

Der Anglizismus des Monats

Teil 14: Workaround

Man kennt das ja: man muss zur Arbeit, die Zeit ist ohnehin schon knapp und dann streikt zu allem Überfluss noch die Kaffeemaschine! Eine Frau Amalie Auguste Melitta Bentz aus Dresden hatte Anfang des 20. Jahrhunderts folgenden Einfall: sie nahm Löschpapier und legte es in ein Sieb – der Kaffeefilter war erfunden! Wo wären wir heute nur ohne sie... Und: es geht doch nichts über handgefilterten Kaffee!

Schon sind wir beim „Workaround“! Die „Arbeit außenrum“, „man arbeitet um irgendwas herum“, oder auch gerne mal „Plan B“ genannt. Er kommt immer dann zum Tragen, wenn der direkte Weg – aus welchen Gründen auch immer – verbaut ist. Beispiele dafür gibt es sicher wie Sand am Meer. Und dann ist die menschliche Kreativität und positives Denken gefragt! Irgendwie geht's immer.

Im Büro quittiert der Computer just in dem Moment seinen Dienst, in dem man eine wichtige Präsentation halten muss. „Vorführeffekt par excellence“, sozusagen. Wohl dem, der am Tag zuvor noch eine Sicherheitskopie gezogen hat und von einem anderen Rechner aus weiterarbeiten kann!

Der Fahrstuhl ist kaputt? Macht nichts, dann nimmt man halt die Treppe. Sport hält schließlich fit... Das Auto sagt keinen Mucks mehr? Das ist zwar ärgerlich und das Geld für die Reparatur hätte man sicher lieber anderweitig ausgegeben, aber entweder nutzt man dann die öffentlichen Verkehrsmittel oder ein lieber Kollege, der in die gleiche Richtung fährt, nimmt einen mit, solange das Auto in der Werkstatt ist.

Nach einem „Pleiten, Pech und Pannen“-Tag versalzt man sich dann zu allem Überfluss noch das Abendessen. Ein Schuss Milch oder Sahne oder ein Stück Butter und das Mahl ist gerettet! Im Fernsehen kommt nichts Gescheites?

Wie wäre es denn mal wieder mit einem Spieleabend?! Oder, jetzt wo die Tage wieder länger und wärmer werden, trifft man sich mit Freunden zum Spaziergehen, zum Grillen oder einfach nur zum Austausch.

**„Es ist schon alles da –
ich nutze es nur anders!“**

- MacGyver -

Ihr kennt doch sicher noch MacGyver – der Serienheld, der mit einem Schweizer Taschenmesser

und Klebeband quasi die Welt retten kann. In einer Episode wird er gefragt, woher er denn seine Ideen nimmt. Seine Antwort ist ziemlich einleuchtend wie eindeutig: „Es ist schon alles da – ich nutze es nur anders!“.

Kleine Anekdote dazu am Rande: in meinem Arbeitsleben ist mir mal ein Toilettenpapierhalter begegnet, auf dem stand „What would MacGyver do?“ (Was würde MacGyver tun?). Der Spruch war aber nur bei leerem Halter sichtbar...

Jedenfalls wurden die meisten Erfindungen aus der Notwendigkeit geboren. „Not macht erfinderisch!“. Eine Künstlerin – sie bezeichnet sich selbst als „Trash-Designerin“ – aus Kiel zum Beispiel hat ihr „Herz für Plastikverpackungen“ entdeckt und gestaltet damit nun Bilder und stellt diese auch aus. Angefangen hatte es bei ihr nach eigenen Angaben damit, dass sie selbst etwas brauchte. Wovon sie mehr als genug hatte, waren Plastikverpackungen.



Illustration: Frida Aue

Wie auch immer man es nennen möchte: „Umweg“, „Trick 17“, „Gute Idee“, „MacGyverismus“, „Alternative“, „Kreativität“ oder einfach nur „Plan B“: es ist immer gut, eins davon auf Lager zu haben. Dann kann einen das Leben nicht aus der Bahn werfen.

Carin Utermöhle

Quelle zur Künstlerin:

<https://www.youtube.com/watch?v=70g2DLpJT5g>

Liebe Leserinnen und Leser, gerne könnt ihr uns per E-Mail (redaktion@radio-berliner-morgenroete.de) eure Lieblingsübersetzungen für den jeweiligen Anglizismus zusenden. Wir freuen uns über jede Zuschrift!

ZUM SCHLUSS

VERANSTALTUNG

Freie Pfingstakademie auf dem Lindenhof

◆ **Termin:** 22. Mai (18:30) bis 25. Mai 2026 (12:00)

▶ **Ort:** Lindenhof · Hauptstr. 10, 02829 Markersdorf OT Pfaffendorf, Oberlausitz

„Denn im Grunde sind es doch die Verbindungen mit Menschen, welche dem Leben seinen Wert geben, und je tiefer eingehend sie sind, desto mehr fühlt man, worin doch zuletzt der eigentliche Genuss steckt, die Individualität.“ – Wilhelm von Humboldt

Teilnahmebeitrag: 90 € p.P. · Begrenzte Platzanzahl – schnell sein lohnt sich!

Anmeldung: Janina Mergelsberg · pfungstakademie@lindenhof-gemeinschaft.de

Impressum

Menschliche Werte Medien · Onlinezeitung

Herausgeber

Menschliche Werte Medien

Redaktion

Oliver Schindler (V.i.S.d.P.)

redaktion@radio-berliner-morgenroete.de

Layout & Satz

Henrik Bauer

Autorinnen und Autoren

Carin Utermöhle, Oliver Schindler, Beate Diederichs, Daniela Aue-Gehrke, Sven Tietgen, Henrik Bauer

Bildnachweise

Mario Sunmir (sonnenmeer.eu) · Oliver Schindler · Henrik Bauer · Sven Tietgen · Frida Aue · Daniela Aue-Gehrke (plantoga.de)

Erscheinungsweise

monatlich · Ausgabe Mai 2026 · 16 Seiten

Ideen, Vorschläge, Kritik oder Mitteilungen

Dann schreib uns gerne an: redaktion@radio-berliner-morgenroete.de

Die Online-Zeitung von „Menschliche Werte Medien“ ist entstanden in Kooperation mit der Genossenschaft „Menschlich Wirtschaften“: www.menschlichwirtschaften.de.

Dort ist sie auch online abrufbar, außerdem ist MWM noch eine Sparte bei www.radio-berliner-morgenroete.de.

Mit herzlichen Grüßen aus der Redaktion · Mai 2026