



Buchtipps

Wir Kinder der Natur

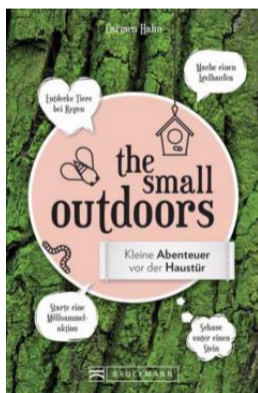
Große Erlebnisse zwischen zwei Buchdeckeln, die gibt es nicht nur in Romanen. Im Buch „**In der Natur zu Hause**“ (Bergwelten 2019, 18 Euro) nimmt Norbert Leitner seine Leser mit in die Natur seines österreichischen Zuhauses im Inntal – Entdeckungstouren, die sich anfühlen, als sei man selbst dabei. Denn er zeichnet mit einfühlsamer Sprache wie mit einem Pinsel eindrucksvolle Landschaftsbilder und Innenansichten. So hören auch wir, wie der Wind kalt ums Biwak auf dem Berg braust, das Herz nachts allein im dunklen Wald vor Aufregung kräftig pocht und sind sprachlos vor Staunen, wenn uns Milliarden Sterne in dunkler Winter-



nacht zublitzeln. Ja, dieses Buch ist auch auf dem heimischen Sofa und ohne selbst dabei gewesen zu sein ein großes Erlebnis. Denn es verbindet uns mit der Natur. Es stellt uns altbekannte, aber gerne verdrängte Begleiter unseres Menschseins vor: den inneren Schweinehund und die Angst. Aber wir dürfen auch Kind sein – wenn Norbert Leitner uns in seine Kindheit mitnimmt. Und wir werden Bruder und Schwester, wenn wir ihn mit seinen Geschwistern erleben. Nebenbei lernen wir, wie man Feuer macht, ein Biwak baut und keine Spuren hinterlässt. Wie man in der Hängematte schläft und Weidenrindente kocht. Vor allem aber erfahren wir viel über uns und was wir auch einmal machen müssten: „Einfach von zu Hause aufbrechen. Für einen Spaziergang, ein paar Stunden, bis zum Sonnenuntergang, vielleicht bis zum nächsten Morgen“, schreibt Leitner. Denn es braucht nicht viel, um ein Abenteuer zu erleben. „Das Leben selbst ist eines. Also kann jeder ein Abenteuer sein.“ *at*

Auf Glückssuche

Die eigenen Großeltern hätten womöglich nur ungläubig den Kopf über solch ein Buch geschüttelt. „**The small outdoors**“ (Bruckmann, 192 Seiten, 16,99 Euro). Nicht nur ob des englischen Titels. Kleine Abenteuer vor der Haustür meint es übersetzt. Sondern auch mit Blick auf die Tipps der Titelseite: „Mache einen Igelhaufen“, „Schau unter einen Stein“, „Entdecke Tiere bei Regen“. Knapp 200 Seiten Plädoyer für das Naheliegendste? Nun ja, wo es eben genau das heutzutage nicht mehr ist, ist das eine wirklich hübsche Sache. Wie man mit ziemlich wenig Aufwand die Natur in den Alltag holen kann, das zeigt die Erziehungswissenschaftlerin Carmen Hahn mit 30 Ideen pro Jahreszeit. Eltern oder Großeltern können mit Kindern und Enkeln im Frühling Wildkräuter entdecken und Gartenvögel kennenlernen, Samenbomben bauen, im Sommer den Zunderschwamm finden und ein Lagerfeuer machen, schwarzen Holunder sammeln oder Wolkenbilder lesen. Und wie wäre es damit, einfach mal das Glück zu suchen? Marienkäfer, Fliegenpilz oder vierblättriges Kleeblatt? Auch für die kälteren Monate gibt es Dutzende Ideen, alle liebevoll beschrieben. Klar, man kann – soll! – ja zu jeder Zeit nach draußen. Und alle, die wissen möchten, warum Gänseblümchen immer auch ein bisschen rosa sind, sollten das Buch sowieso lesen. Denn die (nicht-biologische) Geschichte dazu ist einfach zu schön. *ssp*



inen kurzen Flirt mit der Natur haben zuletzt viele gesucht. Schließlich waren Freizeitalternativen rar gesät. Für Susi und Frank Reiser aus Nürtingen ist das Durchstreifen von Wiesen und Wäldern aber zur großen Liebe geworden. Die beiden Wanderführer beim Schwäbischen Albverein haben ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht. Über ihre Erlebnisse auf der Schwäbischen Alb und im Raum Stuttgart berichten sie regelmäßig in einem Podcast. Der heißt „Heimat-Verliebt“ – so wie das aktuelle Wanderbuch der *Heilbronner Stimme*. Im Interview erklären die 34- und der 44-Jährige, warum „Heimat-Verliebt“ für sie zum Lebensmotto geworden ist.

Nach eurer Wanderführerausbildung vor ein paar Jahren habt ihr euer Leben geändert. Wie kam es dazu?

Susi Reiser: Ich komme aus dem IT-Bereich. Nach meiner Wanderführerausbildung 2016 konnte ich einfach nicht mehr den ganzen Tag im Büro sitzen. Also habe ich ein Jahr Auszeit genommen. Für diesen Zeitraum waren Ersparnisse da und ich wollte sehen, ob sich auch als Selbstständige und mit Wanderführungen Geld verdienen lässt. Meine Haltung war: Wenn es klappt, ist gut. Wenn nicht, finde ich wieder einen Job.

Frank Reiser: Wir haben uns auf ihren Touren kennengelernt. Dann habe ich mein Haus auf der Alb verkauft – das war eh viel zu groß für mich – und bin zu ihr nach Herrenberg gezogen – in eine 50-Quadratmeter-Wohnung. Für meine Arbeit in Schwenningen und Esslingen lag Herrenberg aber recht ungünstig. Also haben wir uns ein Wohnmobil gekauft und mehr Zeit darin gewohnt als daheim. Unser „Bussle“. So haben wir viel Zeit gespart, die sonst auf der Straße liegengeblieben wäre.

Du arbeitest also auch noch regulär?

Frank: Ja genau! Ich hatte meine Arbeitszeit für ein Jahr verkürzt. Wir nutzen den Feierabend und den Urlaub, um in der Heimat unterwegs zu sein und das Land zu erkunden.

Wie sieht euer Leben jetzt aus?

Susi: Für den Schwäbischen Albverein sind wir ehrenamtlich am Start. Geführte Touren für Gruppen und Interessierte mussten dieses Jahr wegen Corona pausieren. Ansonsten sitze ich auch jetzt viel am Rechner. Die Selbstständigkeit mit Wanderpodcast, Social Media, Website, Blog und anderem bringt das mit sich. Aber zwischendrin sind wir viel draußen, erkunden die Heimat und haben den Geist frei, die Dinge wahrzunehmen, die einfach da sind, für die man aber sonst gar nicht offen ist, weil der Alltag so stresst.

Und darüber berichtet ihr in einem Podcast.

Susi: Das Motto des Podcasts ist: Wir stöbern das Besondere auf, der Hörer darf dabei sein und kann es dann selber auch ausprobieren. Es gibt verschiedene Kategorien: Wanderungen, Radtouren, Ausflugstipps oder besondere Menschen. Das alles im Radius Schwäbische Alb und Stuttgart und ab und an sogar ein Exkurs ins Hohenlohische. Und es gibt Tipps zu Ausrüstung und vielem anderen, worauf man achten muss.

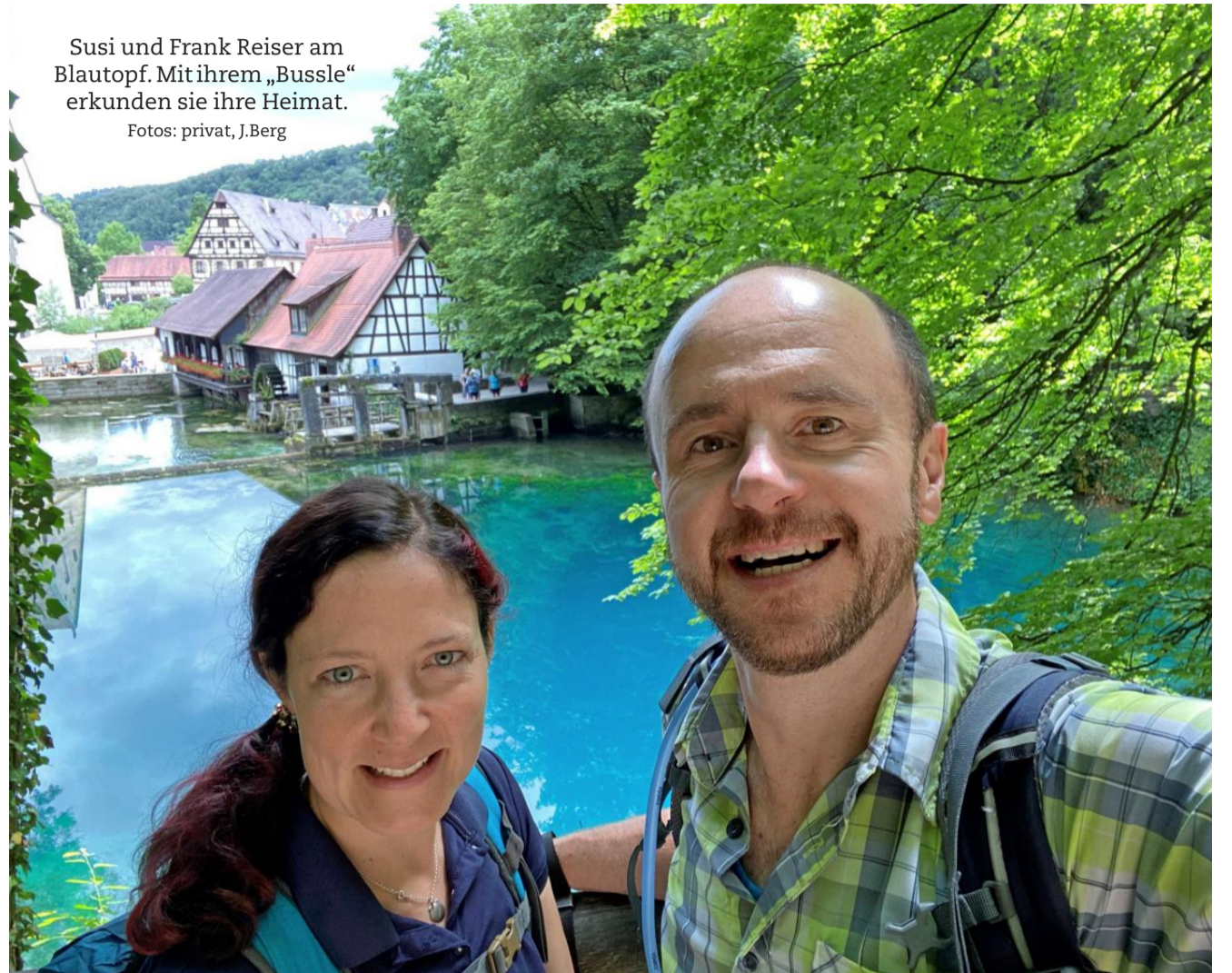
Frank: Wir hatten den Wunsch, unsere Begeisterung für unsere Heimat, für die Natur

Text von unserem Redakteur Andreas Tschürtz

Die Wanderführer Susi und Frank Reiser berichten in ihrem Podcast „Heimat-Verliebt“ von ihren Wander- und Radtouren

Susi und Frank Reiser am Blautopf. Mit ihrem „Bussle“ erkunden sie ihre Heimat.

Fotos: privat, J. Berg



vor unserer Haustüre, die Menschen, die besondere Dinge machen, nach außen zu tragen. Der Podcast bietet die Möglichkeit, sich Anregungen zu holen, wohin man selbst als nächstes einen Ausflug machen könnte.

Und euch gehen die Ideen nicht aus?

Susi: Wir haben einen riesigen Fundus an Zielen, wo man hingehen könnte. Ich glaube, die Ideen gehen uns in zehn Jahren noch nicht aus.

Vielen geht es da anders: Die Lust auf ein Naturabenteuer wäre da, aber letztlich ist man doch etwas ratlos. Wie kommt man auf Ideen und gute Ziele?

Frank: Ich habe früher gerne eine Landkarte genommen, geschaut, wo ich entlangfahre, und dann überlegt: Wo links und rechts von meiner Fahrtstrecke war ich eigentlich noch gar nicht? Das ist wie mit den braunen Schildern entlang der Autobahn: Da kann man einfach mal abfahren.

Susi: Oder seinen täglichen Arbeitsweg mit offenen Augen gehen und überlegen: Bin ich hier schon mal abgebogen? Da mag es Schilder geben, die liest man jeden Tag – aber ist man ihnen schon mal gefolgt? So kann man ganz spontan einen Ausflug in der Nähe machen und etwas Neues entdecken.

Also heißt heimatverliebt zu sein für euch, den Blick fürs Kleine und leicht Übersehene zu öffnen?

Susi: Ja. In der Heimat unterwegs sein, als wäre man Tourist. Mit Urlauberverbrille auf. Im Urlaub schaut man ganz anders auf eine Gegend. Man wechselt den Blickwinkel.



Buchtipps

Susi und Frank Reiser: Pilgererlebnis Schwäbische Alb – 13 inspirierende Wochenendtouren auf Jakobswegen. J. Berg 2020, 160 Seiten, 15,99 Euro.

Podcast

Jede Woche nehmen Susi und Frank Reiser im Podcast „Heimat-Verliebt“ Hörer mit auf Ausflüge, Wanderungen, Radtouren und Begegnungen mit Menschen. Folge 128 (www.heimatverliebt.de/buchvorstellung-heimatverliebt/) dreht sich um das Heilbronner Stimme-Buch „Heimat-Verliebt“.

Frank: Oder mal das Verkehrsmittel. Statt dem Auto das Rad nehmen. Statt dem Rad mal zu Fuß gehen. Und dann natürlich mit anderen reden und zuhören. Man lernt ja immer am meisten, wenn andere von sich erzählen und was sie gemacht haben.

Ihr habt auch ein Buch geschrieben. Worum geht es da?

Susi: Es heißt „Pilgererlebnis Schwäbische Alb“ und es geht um Jakobswege dort. Man denkt ja beim Jakobsweg immer an Frankreich und Spanien, sechs Wochen Urlaub und 900 Kilometer nach Santiago laufen. Kann man machen. Hat Frank auch. Ich bin von Porto nach Santiago gegangen. Aber seitdem sehe ich das Pilgerwegzeichen – die gelbe Muschel auf blauem Schild –, das den Weg nach Santiago weist, überall hier. Wir haben 13 Touren auf der Schwäbischen Alb zusammengestellt, die man auch mal an zwei Tagen am Wochenende laufen kann, ohne Urlaub nehmen zu müssen. Mit Übernachtungs- und Anfahrtstipps und wie man wieder zurückkommt.

Was unterscheidet Pilgern vom Wandern?

Frank: Pilgern ist ja meist eine Streckenwanderung. Es füllt den ganzen Tag. Ich habe nichts anderes vor. Ich fange morgens an, übernachte und laufe am nächsten Tag zeitig weiter. Zum Gesamterlebnis gehört auch das Gefühl: Ich muss mich nur um mich und meinen Rucksack kümmern und habe nur das Ziel vor Augen. Dorthin laufe ich, schalte ab, genieße den Weg. Es ist anders als Wandern, mehr das Gefühl, ich bin jetzt einfach mal weg. Mache Urlaub vom Alltag.

Ein Buch für alle, die Draußensein lieben

Text von unserem Redakteur Andreas Tschürtz

Barfuß im Bach, mit Esel durch Hohenlohe: „Heimatverliebt“ gibt Tipps für Ausflüge rund um Heilbronn

Wer in diesem Frühjahr hinaus ins Grüne gegangen ist, durfte staunen: über die fröhliche Unbekümmertheit der Natur, in der, völlig unbeeindruckt von den menschlichen Corona-Sorgen, gebalzt und gebrütet, geboren und gezwitschert, geblüht und geduftet – oder einfach: gelebt wurde.

Mittlerweile sind Spargel und Erdbeeren geerntet. Das dunkle Rot der Kirschen kündigt unverkennbar den Sommer an. Und bis zu den Ferien ist es nicht mehr weit. Wer in diesem Jahr nicht in die Ferne reist, kann mit dem *Heilbronner Stimme*-Buch „Heimatverliebt“ die Schönheit des Sommers im Umkreis von eineinhalb Fahrstunden rund um Heilbronn entdecken: bei außergewöhnli-

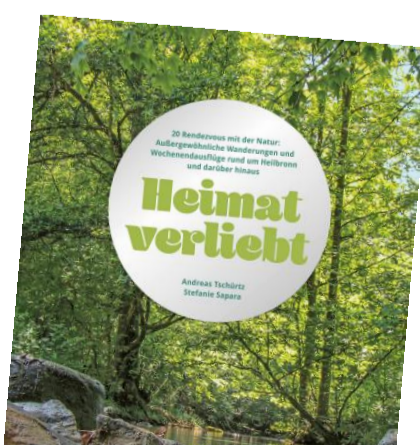
chen Tageswanderungen und Wochenendausflügen, mit Ideen für einen besonderen Nachmittag, Morgen oder Abend.

20 Rendezvous mit der Natur

Im Mittelpunkt der 20 Touren im Heilbronner Land, dem Kraichgau und in Hohenlohe, auf der Schwäbischen Alb, in der Pfalz, im Oden- und Nordschwarzwald: die Zeit in der Natur. Weil sie entschleunigt. Weil sie ein Abenteuerplatz ist. Weil sie guttut. „Was wir erlebt haben, erzählen wir in Reisege-schichten – reich an Details, Eindrücken

und Empfindungen“, erklären die Autoren Stefanie Sapara und Andreas Tschürtz. Dazu gibt es ausführliche Tourinfos, ausgewählte Einkehrtipps oder Rezeptideen fürs Picknick unterwegs. „Heimatverliebt will Lust machen, hinauszugehen und sich selbst in das wunderschöne Fleckchen Erde zu verlieben, das direkt vor unserer Haustüre liegt.“

Info zum Buch „Heimatverliebt. 20 Rendezvous mit der Natur“, Heilbronner Stimme, 192 Seiten, 3. Auflage, 19,90 Euro – im Buchhandel, den Geschäftsstellen der Zeitung und auf www.stimmeshop.de



Impressum

freizeit – das Stimme-Magazin zum Wochenende

Eine wöchentliche Sonderveröffentlichung der Heilbronner Stimme, Hohenloher Zeitung und Kraichgau Stimme

Chefredakteur: Uwe Ralf Heer

Redaktionsleitung: Alexander Schnell (verantwort.)

Anzeigen: Martin Küfner (verantwort.)

Verlag und technische Herstellung:

Heilbronner Stimme GmbH und Co. KG

Allee 2, 74072 Heilbronn

Printedruck: Austraße 50