





Herausgeber, Redaktion und Verleger: Arge BESSER LEBEN, Mariahilferstraße 75, 1060 Wien = Verlagsort; **Druck**: remaprint, Langegasse 42, 1080 Wien = Herstellungsort.

"Besser Leben"

wurde den Schulen von den Bundesministerien für Unterricht und Kunst sowie Wissenschaft und Forschung als Information für Lehrer empfohlen.

Jährlich erscheinen fünf Haupthefte, fünf "Besser Leben Aktuell" und fallweise Lokalzeitungen zum Gesamtpreis von öS 140,—. Autorenmeinungen müssen nicht immer der Redaktionslinie entsprechen. Nachdruck der Beiträge ohne © gestattet, Quellenangabe erwünscht.

Die Mitwirkenden:

Ständige Mitarbeiter: Lucia Cerny, Robert Drapela, Eirene, Walter Förster, Margit Jachs, M.&E. Lukan, Edeltraud & Helene Nowak, Werner Scherlofsky, Toni Schilk, Traude Steinberger, R. Suilibuk, Catherine Voggenberger. Redaktionsbeirat: Dipl. Ing. Helmut Deubner (BAUBIO-LOGIE), Dr. Peter Krenek (GESUNDHEITS-VORSORGE), Dr. Norbert Knoll (HABITAT), Gertrude Reiger, Dipl.Diätass. (ERNÄHRUNG), Dr. Peter Weihs (UMWELT- & NATURSCHUTZ); Redaktion und Layout: Kurt Meissner, Karl W. Nowak, Karin Richter Titelbild: Ready Made Grafics — R.Zeger

Wer beim Frühsommerheft 1985 mitmachen will, ist herzlich eingeladen. Bei (manchmal gekürztem) Abdruck gibt's ein Gratis-Abo. Redaktionsschluß ist Anfang April 1985.

Händlervertrieb:

Fa. Morawa & Co., $1140 \, \text{Wien}$, Hackinger Str. 52, (0222) 94 76 41.

Besser Leben Werkstätten:

Bioformhaus, 8010 Graz, Heinrichstr. 139, (0316) 36026; Wilhelm C.Meixner, 4910 Ried im Innkr., Beethovenstr. 35, (07752) 38095; Edeltraud Nowak, 2485 Wampersdorf, Johann Strauß Str.1, (02623) 20095; Wien Noubau, 1050 Wien, Franzensgasse 13

Anzeigenvertretung BRD:

Werbeagentur Georg Stoffel, Unterföhringer Str. 8, D-8045 Ismaning, $(089)\ 96\ 43\ 84$

Redaktion, ABOs & Anzeigen:

1060 Wien, Mariahilfer Straße 75, Telefon (0222) 57 76 20

Die einfachste Art, "Besser Leben" regelmäßig zu erhalten ist die Einzahlung von ö**S 140,** — (= **Preis für 1985**) auf unser Konto 028-33204 bei der Ersten.



Auflage kontrolliert Verband Österreichischer Zeitungsherausgeber und Zeitungsverleger

Aus dem Inhalt

der Zeitschrift für Menschen einer neuen Zeit: natürlicher, umweltbewußter, anders Leben ...

Von Leser zu Leser		Science & Phantasie	
Briefe an die Redaktion	4	Die Drei Magischen Tore	
Rezeptservice — diesmal Waschmittel	6	(aus ,,Die Unendliche Geschichte"	
Lebensmittel		von Michael Ende)	2
Spitalskost als Krankmacher	8	Grün-Politik	_
Magnesium — Zaubertrank mit 300 Wirkungen	13	Am Wendepunkt — meine Erlebnisse in der Au	1
Gesundheitsvorsorge			

10

11



20

14

Kandidieren oder nicht kandidieren?
Walter Förster sprach mit
Freda Meissner-Blau, Günther Nenning
und Friedensreich Hundertwasser
34



Jetzt sind Parodontose

Lebenskraft in die Augen trainieren

Falsch geheizt ist halb gestorben

Gesucht: Apfel- und Birnsorten

Frühiahrsputz trotz Umweltschutz

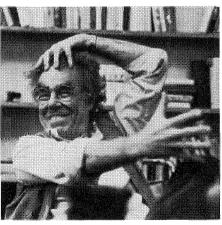
Frühlingserwachen — Schönheitstips

Bau- und Wohnbiologie

Umwelt- und Naturschutz

und Karies besiegbar!

von Linda Böhm



Besser Leben Markt	32
Scherly's Buchtips	35

"Besser Leben" wird zum Teil auf "ÖKOPRINT" aus der Produktion der Firma Steyrermühl gedruckt. Damit schonen wir pro Ausgabe vier Bäume mittlerer Größe, sparen 3000 kWh und lassen 125.000 Liter Wassr unberührt.

Am Wendepunkt

Meine Erlebnisse in der Au
Schnee fällt, Wasser rinnt — ein bizarrer Krieg beginnt. Als ich leicht frierend mit meiner dicken, blauen Daunenjacke aus unserem Zelt hinauskroch, überdeckte die urwüchsige, in seiner Eigenart nur einmal auf Erden existierende, traumhafte Landschaft für kurze Momente meine innere Anspannung.

Aufhören! Aufhören! Aufhören!

Die stets drohende Gefahr und das rege Lagerleben waren mir bereits in der letzten Woche zur Gewohnheit geworden. Man schrieb den 18.Dezember 1984. Bald würde es wieder losgehen.

"Warum bist Du zu alldem eigentlich bereit?" mußte ich spontan das auf mich blutjung wirkende Mädchen fragen, das sich soeben stark fröstelnd (weil nur ungenügend gekleidet) neben mich ans Feuer gesetzt hatte.

"Weißt Du Walter," entgegnete sie, "ich war noch nie in meinem Leben bei einer Demonstration, aber jetzt ist es genug. Als dieser Bescheid von diesem Brezovsky freigegeben wurde, hat es mir gereicht. Die können einem da oben doch nicht ewig auf den Kopf scheißen und unsere allerletzten gesunden Lebensräume, die wir

noch besitzen für immer zuschütten!" Feste Entschlossenheit, aber auch liebevolle Natürlichkeit vernahm ich in ihrer Stimme ... keinerlei Spur irgendeines gewalttätigen Fanatismusses.

Im Hintergrund dröhnte es durch's Megaphon: ,,Der Tee steht bereit!"

"Und woher nimmt so ein junges Mädel wie Du die Kraft her, das ganze durchzustehen? Hast Du denn keine Angst vor Verhaftung, etc.?"

"Für mich nur keine Sonderrechte bitte... Ja, und wenn
man mich verhaftet, würde ich
sobald wie nur möglich wieder
kommen. Soo schlimm ist das
nicht! Schau, ich weiß halt,
daß es jetzt um unsere Zukunft, einfach um alles geht.
UM ALLES!"

Die Bilder verschwimmen, die Zeit dreht sich zurück. Montag,



10.Dezember, 13 Uhr. Nachdem ich mit gemischten Gefühlen im einzigen Gasthaus Stopfenreuth einige Schmalzbrote verzehrt hatte, schickte ich mich wieder an, mit meinen schmutzigen Bergschuhen ins Augebiet zu marschieren. Heute würde vermutlich nichts mehr passieren. Ich hatte noch gut die selbstsicheren Worte Günther Nennings im Ohr.

Schließlich war es ja erst der erste Tag der direkten Konfrontation mit den Baumsägen.

Erfolgreich hatten wir am Vormittag an allen Zufahrtsstraßen Menschenketten errichtet, waren in der Nacht zuvor ins Augebiet gewandert (überall waren Barrikaden aus Holz und Steinen errichtet worden) und als die Bauarbeiter um 7 Uhr früh mit ihren Motorsägen herbeikamen, wurden sie immer wieder an ihrer traurigen Arbeit gehindert, indem wir uns einfach vor die bedrohten Bäume stellten und sie umarmten. Die darauffolgenden Gespräche mit den Arbeitern verliefen sehr ruhig. Eine Menge Scherze fielen, keine Spur von Aggression auf beiden Seiten war bemerkbar. Eine verdächtig friedliche Atmosphäre kehrte ein und die allgemeine Fröhlichkeit steckte auch mich an. Als ich aber jetzt den Hubertusdamm entlangschritt, schließlich bei der Donaubrücke (dem späteren Lager 4) anzugelangen, wurde es mir mit einem Schlag bewußt, wie ernst es in den allernächsten Stunden werden sollte. Hunderte zumeist junge Naturschützer versperrten gerade den Zufahrtsweg zur Au, als die Baufahrzeuge und die Arbeiter unter dem Geleitschutz von ca. 300 Gendarmeriebeamten herbeistürmten. Eine kurze Aufforderung per Megaphon, das Feld zu räumen. Dann wurde auch schon zum Angriff geblasen.

Nie in meinem Leben werde ich diese bizarren, auf mich irgendwie unwirklich wirkenden Szenen vergessen: ... wie ich mich in eine der Menschenketten oberhalb des Abhanges einreihte ..., wie wir die Bundeshymne sangen ... wie es mir die Kehle zuschnürte und

meinen ganzen Körper ein prickelndes, zitterndes Gefühl überkam, als ein riesiger Schwall von Beamten sich wild auf uns stürzte und uns den Abhang hinunterwarf schreiende und singende Menschen ... hämisch grinsende oder haßerfüllt blickende Beamte ... Tritte, ausgerissene Haare, die ersten Verletzten. NEIN, NEIN! Das war doch

nicht möglich ... hier bei uns ... hier bei uns ... Dann waren sie auch schon bei mir, riefen mir derbe Sprüche zu und packten mich mit festem Griff. Und so flog auch ich wie ein Gummiball den Abhang hinunter ... und immer wieder Tränen, Schreie, Angst, Verzweiflung. Als ich den Abhang wieder hinaufrobbte und das Getümmel der einseitigen Gewalt von oben betrachtete, da war auch mir zum weinen zumute, so unfaßbar war für mich dieses Szenario ... Also doch ... also doch ... jetzt war es soweit ... Orwell's 1984 sollte recht behalten ... Jenes Szenario, das nur der Auftakt zu viel wilderen, blutigeren Geschehnissen werden sollte.

Der irrealste Anblick an diesem Tag, war aber für mich nicht das riesige Bündel der ineinander verkrallten menschlichen Körper, sondern die vielen Filmkameras, die oberhalb des Dammens von ruhigen Augen und Händen geführt wurden. Der ORF und andere Kamerateams sollten in diesen Tagen so gut wie keinen Schritt mehr von uns weichen. Nun wurde ein Film gedreht, den buchstäblich das Leben schrieb. Eiskalt inszenierten die Machthaber. Die Hauptdarsteller waren

Bedarf es eines deutlicheren Beispiels, daß das Leben eine Illusion ist, daß es keine klaren Grenzen zwischen Traum und Wirklichkeit, Film und Leben gibt?

Und dann sah ich Bernd Lötsch, wie auch er, sichtbar stark bewegt, mit einer großen Kamera diesen ganzen Wahnsinn für immer aufzeichnete. Später sollte sich der unerschrockene Lorenz-Schüler genauso einreihen und genauso zur Seite geschleudert werden wie wir alle. An diesem

10. Dezember, an diesem Tag, an dem die österreichische Demokratie zum ersten Mal seit langem in noch nie dagewesener Form mit dne Füßen brutal niedergetreten wurde.

Nach stundenlangem, engagierten Widerstand fielen die ersten Bäume ... Und gar manchem Menschen übermannte vor meinen Augen die Verzweiflung. Schnee fällt, Wasser rinnt - ein bizarrer Krieg beginnt!!

Es würde den Raum dieses Heftes sprengen, wenn ich nun auf die unzähligen, für mich zutiefst beeindruckenden Erlebnisse näher eingehen würde, die ich in den drauffolgenden Tagen erfahren sollte: Die Zunahme von staatlicher Gewalt. die am 19. Dezember endgültig eskalierte, die blutigen, leidvollen Gesichter zusammengeschlagener Naturschützer, Tränen und Hoffnung; die Angst, als mir jemand mit schweren Stiefeln seltsam langsam auf mein Gesicht stieg, dort sekundenlang verharrte und ich dennoch wie durch ein Wunder unverletzt blieb; die Zärtlichkeit, die Hilfsbereitschaft, die Solidarität der unzähligen Gleichgesinnten aus allen Bevölkerungsschichten und Altersgruppen; die Negativ-Propaganda nach Orwell'schem Muster, die ich jeden Tag durch unsere winzigen Radios erfuhr (Linksextreme, Rechts-Ghadaffigetreue, radikale, Taggeld 1000 Schilling, etc.); die Manipulation und Neudefinition der Sprache (gewaltloser Widerstand = aktive Gewalt); die Nachricht, daß Friedens-

reich Hundertwasser aus Protest seinen Staatspreis zerriß; die eisigen Nächte, die trotzdem mehr Wärme in sich trugen als manche Nacht daheim: die Gespräche mit den vielen. uns wohlgesonnenen Gendarmen; das Gefühl der Erleichterung, als die Regierung endlich den Weihnachtsfrieden erklärte. Danke!

AN NUBBIA

THE PERSON NAMED IN

Wenige Wochen danach (die Lage hatte sich inzwischen sehr beruhigt) erhielt ich von einem meiner neuen, in der Au gewonnenen Freunde (Beruf Gärntner) einen sehr herzlichen Brief worin er unter anderem schrieb: ,.Wir stehen eindeutig an einem Wendepunkt, denn die Zeichen laufen genau in eine Richtung — in die des UMDENKENS UND DER EIGENVERANTWORTUNG! ... Jedenfalls hat unsere Sache einen vorläufigen Sieg davongetragen, an den ich nicht mehr zu hoffen wagte ... Erinnerst Du Dich noch an den Vogelschwarm als wir das Lager verließen, um nach Hause zu fahren? Es war wie im alten Griechenland, der Zug der Vögel - ein Zeichen der Götter

Lächelnd legte ich den Brief in meine Schreibtischlade, stand auf und ging hinaus ins Freie, denn eine Menge Arbeit wartet auf mich...

Gebt niemals auf! Macht immer weiter! ... und ihr werdet sehen, wie sich die grüne Welle bald in einen kraftvollen Ozean verwandeln wird.

Walter Förster, Siebenbrunneng. 60/15, 1050 Wien, Tel. 5558603 u. 8438044

