

# Die Kraft der Lebens(t)räume

## „Lebensbäume“ bauen heißt verbinden: Mensch, Natur und Bauwerk

Immer wieder empfinde ich eine große Dankbarkeit für die Begegnung mit Menschen, die fast selbstverständlich bereit sind, ihr Leben und damit auch das anderer zu ändern. Menschen, die beobachten, träumen, nachdenken und irgendwann, oft leise und unbemerkt für sich einen Entschluss fassen: Jetzt. Dann kommt das Leben in seine ihm innewohnende Eigendynamik. Die Lebenskräfte kommen in Fluss. Selbst Zweifel, Ängste, Sorgen, Widerstand können das Vollenden eines lebensbejahenden Projektes nicht verhindern – nur verzögern. Ich bin überzeugt, dass jeder hier auf Erden seine ganz eigene Aufgabe findet. Wir lernen es nur nicht, uns die Zeit zu nehmen und nach dem Sinn des Lebens und dessen, was wir tun, zu fragen.

### Vorbestimmung?

Ich meine nicht, ich glaube, dass wir jeden Tag in jedem Moment die Möglichkeit haben, uns für einen neuen Weg in unserem Leben zu entscheiden. Wir tun es ständig, jeder Gedanke, jede Vorstellung, jeder versteckte Herzenswunsch, nach dem wir uns richten, stellt schon mal eine kleine Weiche. Bei Steffi Hübl aus Chemnitz (s. IBN-Webcode am Textende), heute 43 Jahre alt, war es der lang gehegte Traum, „noch etwas Gutes zu tun“, zu Veränderung beizutragen. Sie wollte etwas schaffen, bei dem sie ihre, für sie so wichtigen Werte von Selbstbestimmung, menschlicher Wärme, Würde und Wertschätzung, Achtsamkeit und Miteinander, Toleranz und Gelassenheit und vor allem Liebe vorleben und damit weitergeben kann. Eingespannt in das Tagesprogramm einer voll berufstätigen Mutter von 2 Kindern schienen solche Träume Utopie. Doch auch längst vergessene Wünsche besitzen eine ungeahnte Kraft, sie melden sich, wenn eine Chance dafür da ist. Heute weiß man, dass die Natur immer für Ausgleich sorgt. Fehlt es uns an etwas, fehlen z.B. die o.g. Werte, die wir heute mehr oder weniger alle zunehmend im Alltag vermissen, sucht unser Unterbewusstsein nach Ausgleich. Wie dieser Ausgleich herbeigeführt wird, wie wir unsere naturgegebenen Bedürfnisse erfüllen, das ist die Entscheidung eines jeden

selbst. Erkennen wir jedoch nicht die Bedürfnisse hinter unseren Wünschen, können wir nicht wirklich für deren Erfüllung sorgen, reagiert irgendwann unsere innere Natur mit Symptomen.

Ende 2007 erhielt Steffi Hübl von ihrem Arbeitgeber betriebsbedingt die Kündigung. Angst, Traurigkeit, Wut und die Frage „wie nun weiter?“ lähmten nur kurze Zeit das Denken. Sie erkannte die Chance, etwas für sich zu tun, sich ihr Bedürfnis zu erfüllen und zum Wandel beitragen zu können. Das war ihre Entscheidung: JETZT.

### Vom Traum zur Geschäftsidee

In Absprache mit ihrer Familie ließ sie ihrer Kreativität und Lebensfreude freien Lauf. Aus der Erfahrung als Mutter lag ihr das Wohl der Kin-

der sehr am Herzen. Hierzu sah sie immens viel Änderungsbedarf und deshalb entwickelte sie ein Konzept. Mit ihrer Idee, eine Tagesstätte zu errichten, in der Kinder spielerisch die Erfahrungen Erwachsener übernehmen, traf sie bei ihrem Bearbeiter im Arbeitsamt auf offene Ohren. Sie begann mit der Vorbereitung ihrer Selbständigkeit mit dem Ziel der Schaffung einer Kindertagesstätte nach einem bisher wenig praktizierten Bildungsplan für Kinder. Der Entschluss „Ja, ich will!“ öffnete Türen und Tore für Kontakte, Ideen, Wissen, Unterstützung... all das, was Steffi Hübl brauchte, ihren Traum zu erfüllen. Ihre eigenen Werte, die sie lebt, waren dabei ihr größtes Potential. Ihre Offenheit und Begeisterungsfähigkeit ließen zuerst ihre Familie, dann alle, die es wollten, teilhaben an ihrem Weg.



Vorher



Nachher

So traten dann auch die Menschen in ihr Leben, die dazu beitrugen, dass ihre erste Idee reifte und sich erweitern konnte. Ohne dass sie als Diplombauingenieurin viel von den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Neurobiologen bezüglich der Zusammenhänge zwischen sozialem Verhalten von Bevölkerungsgruppen, Demenz, Vitalität und Gesundheit wusste, spürte sie intuitiv die Bedeutung der gesellschaftlich – auch baulich – so verfestigten Trennung zwischen Jung und Alt. Ganz entgegen den heute als unvereinbar propagierten Befindlichkeiten Heranwachsender und Lebenserfahrener begann Steffi Hübl zu planen.

### Der Weg zum „Lebensbaum“

Ein Jahr lang knackige Planungs- und Bauzeit, 14 Stunden am Tag Beschäftigung mit diesem Thema. Immer selbst die nächste Aufgabe formulieren, Prioritäten setzen, bereit zu vollkommen neuen Ansätzen, wenn sich ein Weg als Sackgasse erwies. Ein Jahr lang Beschäftigung mit Objektsuche, Marktanalyse, Kapitalbeschaffung, Genehmigungen einholen, Unterstützer finden, Bauvorbereitung, Bauen... das alles zwischen Scheitern und Gelingen auszubalancieren – alle Achtung. Steffi Hübl dankt dafür ihrer Familie, dem Bürgermeister der Erzgebirgsstadt Amtsberg, Silvio Krause... und sie nutzte die Kraft von Meditation und Yoga. So ließ sie, wie sie selbst sagt „ihren Lebenszug über die bewusst gestellte Weiche in eine neue Richtung rumpeln“. Den „Bahnhof“ vor Augen plante sie nach einem eigenen engen Terminplan, organisierte, fragte, stellte Kontakte her, lud alle erkennbar Beteiligten an den Planertisch und stellte ein rundum überzeugendes Projekt vor. Trotz der so umfangreichen Unterstützung durch das zuständige Jugendamt, den Bürgermeister von Amtsberg und die CDU-Fraktion im sächsischen Landtag

drohte noch einmal ein Scheitern. Das Versagen der beantragten Fördermittel zwang zum ungewollten Zwischenstopp. Auch dieses „über die Gleise ruckeln“ wurde als Herausforderung angenommen. Steffi Hübl ging mit ihrer Familie in Klausur und – eine neue Tür öffnete sich. Die nochmalige eigene Prüfung und neuerliche Entscheidung zum „Ja“ wurde mit einem neuen Förderprogramm und im Dezember 2008 mit der Zusage auf einen erneuten Antrag belohnt.

Aufgrund der überlegten Herangehensweise, sehr frühzeitig alle Entscheidungsträger an einen Tisch zu bitten und so das gewollte Miteinander zu leben, war die Planungssicherheit vergleichsweise hoch. Dennoch gab es Restriktionen, die einer überzeugenden Planung bedurften.

### Denkmalschutz als Planungsargument...

... für gesundes Bauen. Planer kennen das: Es ist eigentlich so einfach, gesund zu bauen. Doch alte Handwerkstechniken sind vergessen, Bauteile spezialisiert und ohne Bezug zum Gesamtsystem Haus, gesetzliche Auflagen, einseitiges und wenig hinterfragtes Energiesparen, Forderungen der verschiedenen Behörden und Ämter, Nutzervorstellungen und nicht zuletzt die Kosten lassen allzu oft die Gesundheit der Nutzer an zweite, dritte... Stelle treten. Doch nicht bei Steffi Hübl. Auch ohne Baubiologie studiert zu haben, folgte sie dem Grundverständnis natürlichen Bauens. So bot der Denkmalschutz die Chance zu zeigen, dass eine ungedämmte 60 cm dicke Feldsteinaußenwand mit ihrer Speichermasse beste Voraussetzungen für ein gesundes Raumklima bei geringem Energieverbrauch bietet. Bei 330 m<sup>2</sup> Nutzfläche, der Entscheidung für den Einsatz einer Luftwärmepumpe und die Beheizung des Gebäudes mittels einer Fußbodenheizung mit hohem

Wirkungsgrad lag im ungewöhnlich harten Winter 2010/11 der Energieverbrauch bei 39 kWh/m<sup>2</sup>a.

Fast 500 Jahre alt, traurig verlassen war das gewählte Schlösschen für eine Generalsanierung fällig. Dank der inneren Haltung der Bauherrin wurden alle Bauteile sorgfältig geprüft, erhalten, und wo es nicht zu verantworten war, ausgetauscht. Behutsam wieder hergestellt, den funktionalen Anforderungen räumlich angepasst, bietet das Gebäude auf 3 Geschossen Platz für Gruppenräume, einen großen Begegnungsraum, das „Starkmacher-Restaurant“ mit eigener Zubereitungsküche für 32 Kinder zwischen 3 und 6 Jahren, die „Traumwerkstatt“ für die Kleinsten, Räume für die verschiedensten Bewegungs- und Sportangebote und für das Personal.

Das Feldstein-Tonnengewölbe des Kellers bietet sich mit seinem eigenen, wieder eingestellten Feuchtehaushalt idealerweise an für die Lagerung von Obst und Gemüse.

### Das Gebäude als System verstehen

Gegründet auf in Lehm versetzten Feldsteinen, von Hangwasser um- und durchflossen, war die aufsteigende Nässe bis in das Erdgeschoss sichtbar. Kellergeschosse trocken zu legen – eine Erfindung der Neuzeit – ist in dieser Situation ein vages Unterfangen. Die alten Baumeister wussten sehr genau, was sie planten: das Gebäude wurde als Gesamtorganismus, eingebettet in die Natur verstanden. Es wurden alle umgebenden Energien – Wasser, Boden, Pflanzen, Sonnenstand – beobachtet und diesen entsprechend gebaut bzw. gegründet. Das anstehende Schichten- und Hangwasser wurde – so auch im Einzugsbereich von Bächen – um das Haus herum gezielt vorbei und in einem Rinnensystem durch das Haus abgeführt. Die Keller wurden gut gelüftet, blieben so kühl und feucht, wie es für die Obst- und



Schach mit ...



Lesezeit



Essenszeit

Gemüselagerung notwendig war. Spätere Generationen schlossen oft die Abflüsse und verminderten die Belüftung, auch aus Angst vor Überwinterungsgästen.

Die Bauherrin erkannte das Prinzip und damit die Ursache des unter Wasser stehenden Kellers. Eine Trockenlegung hieß für sie, das alte, über Jahrhunderte funktionierende Entwässerungssystem wieder herzustellen. Dies wurde von Dipl.-Ing Steffen Mehner mittels des energetischen Systems „Torkine“ ausgeführt. Heute sind die Erdgeschosswände trocken, der Keller hat sich in seinem ursprünglichen Feuchtegleichgewicht eingependelt.

Das in den Keller eindringende Wasser wird wieder in den ursprünglich gedachten Rinnen aufgefangen und als Brauchwasser für die Toiletenspülungen genutzt. Ein Überlauf sorgt dafür, dass überschüssiges Wasser – z.B. bei Starkregen – ohne Schaden anrichten zu können, durch das Haus in die benachbarten Fischteiche abgeführt wird.

## Eine Gesellschaft ist so gesund wie ihre Bürger

Das beginnt bei den Kleinsten. Ein gesundes Raumklima zu ermöglichen, ist ein großer Anspruch. Sehr viele Kriterien sind zu berücksichtigen, die sich nicht unwesentlich gegenseitig beeinflussen. Das Alles in kürzester Zeit umzusetzen, bedarf einer gehörigen Portion gesunden Menschenverstandes, der intuitiv

auf das natürliche Wissen zurückgreift. Das Gebäude selbst bringt nicht nur für das Energiekonzept optimale Bedingungen mit, sondern auch für die Gesundheit der Nutzer. Die massiven Wände bieten einen sehr guten Schutz vor elektromagnetischen Wellen (z.B. Mobilfunk) und besitzen eine hohe Wärmespeichermasse. Damit sind gute Voraussetzungen für ein gesundes Raumklima gegeben.

Frau Hübl entschied sich für Holzfenster, Linoleum für den Fußboden, achtete bei der Auswahl der Ausstattung auf schadstoffarme Naturholzmöbel, wählte Weidenholzkörbe als Schlafstätten und nutzt Glüh- statt Energiesparlampen, sowie Baustoffe aus Holz, Kalk und Lehm. Die Innenwände wurden im Erdgeschoss weitgehend unverputzt als Natursteinsichtwände belassen. Eine schöne Gelegenheit für Kinder, sinnliche optische und haptische Reize zu erfahren. Dem äußeren, freskal aufgetragenen Kalkputz wurden als Putzarmierung Dachshaarbüschel beigemischt (Fa. Werner Bräuer aus Gornau, Material „Solubel“).

Das gesamte Bau-, Betreuungs- und Ernährungskonzept wird von den Bedürfnissen der Kinder und Betreuer bestimmt. Alles ist an deren ganzheitlicher Gesunderhaltung orientiert und auf eine langfristige Nutzung ausgerichtet, wenn Wünsche offen blieben, führte z.B. die gedeckelte Bausumme zu der Entscheidung, im Dachbereich statt Holzfasern oder Hanf Mineralfaser-

dämmung einzubauen. Der bewusste Umgang und die innere Einstellung der Bauherrin prägen die Ausstrahlung des Gebäudes. Das ist wohl die bedeutendste Botschaft, die hier den Kleinsten vorgelebt wird. Eine Botschaft, die zeigt, dass Jeder zu einem Wandel beitragen kann.

Nach meinem Gespräch für diesen Artikel bittet mich Steffi Hübl, den Lesern Mut zu machen und ich spüre, wie wichtig ihr dies ist. Mut zu machen, bewusst Verantwortung zu übernehmen und sein Leben selbst zu bestimmen: „Raus aus der Komfortzone“, ein Stück Unsicherheit akzeptieren und der eigenen Überzeugung vertrauen. Ihr Lohn, den sie mir im ruhigen Brustton tiefen Wohlempfindens so beschreibt: „Pure Glückseligkeit“ angesichts der Lebendigkeit des „Lebensbaum e. V.“.

Das braucht keine Ergänzung. Doch wie sehen das die großen und kleinen Nutzer? Lesen Sie weiter in *Wohnung + Gesundheit* Nr. 143.

Anke Plehn, Dipl.-Ing. Arch. (TU)  
Baubiologin IBN  
Mediatorin (BM e.V.)  
04229 Leipzig  
[www.perma-architektur.de](http://www.perma-architektur.de)

[www.baubiologie.de](http://www.baubiologie.de)  
IBN-Webcode 14352

Ergänzender Bericht zu  
Frau Dipl.-Ing. Steffi Hübl,  
die Visionärin der Kindertagesstätte  
mit Seniorentreff „Lebensbaum e.V.“