

Menschen zu ihren Herzen führen

Buchvorstellung: Die Weinheimer Autorin Heike Steinbrenner taucht mit ihrem Buch „Liebe und andere Irrtümer“ tief in die Psyche ein

Von Iris Kleefoot

Weinheim. Liebe ist das Thema ihres Lebens, und doch nennt Heike Steinbrenner ihr neues Buch „Liebe und andere Irrtümer“. Ist Liebe also ein Irrtum? „Auf keinen Fall“, erklärt die Weinheimer Autorin, „nur manchmal das, was wir dafür halten.“ Liebe, verwechselt mit einer toxischen Abhängigkeit, dem unermüdbaren Streben nach unerreichbarer Perfektion oder verbunden mit der Angst vor dem Verlust. Die Liebe scheint für viele Menschen mehr Leid als Freude bereitzuhalten, ein abstrakter Begriff wie Glück, das von jeher im Auge des Betrachters liegt.

Den Blick auf das Wesentliche zu öffnen, auf die innere Freiheit, auf erfüllte Momente, in denen alles stimmt, ist das Ziel von Heike Steinbrenner. Die 49-Jährige ist nicht nur Buchautorin, sondern auch Lebensenergie-Therapeutin und selbst Suchende, wenn auch nur noch von Zeit zu Zeit. Denn seit einigen Jahren

„Ich putze die Menschen sozusagen, damit Altes gehen kann und Platz ist für Neues“

HEIKE STEINBRENNER

scheint sie angekommen.

Als Klientin kam sie einst selbst zu einer Heilerin. „Bei ihr lernte ich so viel über mich kennen, dass auch ich das an andere Menschen weitergeben wollte“, sagt sie offen. Es folgte eine Ausbildung, in der sie lernte, Menschen mit energetischer Heilarbeit wieder in Balance zu bringen. Dabei geht es grundsätzlich darum, Belastungen abzustreifen, Blockaden zu lösen, Energie freizusetzen. Steinbrenner: „Ich putze die Menschen sozusagen, damit Altes gehen kann und Platz ist für Neues.“ Für Neues, auch in Beziehungen.

Dem inneren Drängen folgend

Ihr erstes Buch, noch erschienen 2016 im Eigenverlag, nannte sie „Mein verlorenes Herz“. Der Roman handelt von einer Frau, der die Freude im Leben abhandengekommen ist, weil sie ihr Herz verloren hat. 2019 erschien „Lebenskrisen bewältigen“, ein spirituelles Praxis-Buch, erschienen im Spirit Rainbow Verlag. Es bietet Lösungsmöglichkeiten und Methoden zur Selbstanwen-



Den Blick auf das Wesentliche zu öffnen, ist das Anliegen der Weinheimer Autorin Heike Steinbrenner.

BILDER: THOMAS RITTELMANN

derung, Expertentipps und tiefe spirituelle Einsichten für ein glückliches und erfolgreiches selbstbestimmtes Leben. Und jetzt erneut Belletristik, „einem inneren Drängen folgend“, wie sie bekennt, mit acht Kurzgeschichten. Die Protagonisten in diesem abwechslungsreichen Sammelband führen den Leser in die Abgründe menschlicher Leidenschaft und Obsessionen und begleiten ihn auf der Suche nach nichts weniger als dem Sinn des Lebens.

„Man muss bei der Suche nach der Liebe erst einmal bei sich selbst anfangen“

HEIKE STEINBRENNER

Dabei wählt die Autorin verschiedene Stilmittel, um ihre Idee zu transportieren, darunter Fabeln, Märchen und Parabeln. Wie die Geschichte eines Hundes, der die Zu-



Bücher mit dem Herzen am rechten Fleck: „Ich möchte damit berühren“, sagt Heike Steinbrenner.

neigung seines Herrn verliert, sich für seine Dompteurin fast völlig aufgibt, um am Ende seine Seelenverwandte zu finden, jedoch erst nachdem er sich selbst gefunden hat. Und hier liegt nach Ansicht Steinbrenners der Schlüssel. „Man muss bei der Suche nach der Liebe erst

einmal bei sich selbst anfangen“, weiß sie aus eigener Erfahrung. Auch sie hat eine Trennung hinter sich. In ihren Geschichten verarbeitet sie eigene Erfahrungen. Vielleicht ist es genau das, was sie zu einer so sensiblen Schreiberin macht. „Schreiben macht mich glücklich“, sagt sie, der

die Geschichten zufliegen, die nicht konstruiert, die intuitiv die richtigen Worte findet, sei es im Märchen des Prinzen, dem seine Leidenschaft für Feuer zum Verhängnis wird, oder in der Geschichte von Edith, die ihre Verlustängste über das Glück im Hier und Jetzt stellt. „Ich möchte die Leser zu ihren eigenen Herzen führen, indem ich Impulse gebe, genau hinzuschauen“, verrät sie ihre Intention und fügt hinzu: „Aber ich bin auch einfach nur froh, wenn ich berühren kann.“

Am Sonntag, 22. Januar, um 17 Uhr liest Heike Steinbrenner aus ihrem Buch „Liebe und andere Irrtümer“ (Books on Demand, ISBN: 9783756815562) im „Raum am Schlosspark“, Katzenlauf 4, in Weinheim. Anmeldungen zu dieser kulinarischen Lesung werden entgegengenommen über die Homepage www.heike-steinbrenner.de

Der Grüffelo in Ukrainisch und Deutsch

Stadtbibliothek:
Vorlesenachmittag am Freitag

Weinheim. Das mehrsprachige Vorlesen der Weinheimer Stadtbibliothek dreht sich beim nächsten Mal am Freitag, 13. Januar, 15 Uhr um den Grüffelo (Archivbild: Philipp Reimer), der bekanntlich schon wegen des Beltz-Verlages und des Grüffelo-Pfades in Weinheim eine Heimat hat. Das weltberühmte Waldmonster, das aus der Feder des deutsch-britischen Illustrators Axel Scheffler stammt, wird an diesem Nachmittag für Kinder ab vier Jahren in Ukrainisch und Deutsch vorgelesen. Im Anschluss wird etwas gebastelt.

Die Grüffelo-Geschichte ist weit hin bekannt. Der große Wald ist voller Gefahren. Da ist es gut, wenn man einen starken Freund hat. Und wenn man keinen hat, muss man einen erfinden. Die kleine Maus droht jedem, der sie fressen will, mit dem schrecklichen Grüffelo. Dabei gibt's Grüffelos gar nicht. Doch dann taucht er plötzlich wirklich auf ...

Die mehrsprachige Vorlesestunde ist ein gemeinsames Angebot des Bildungsbüros Weinheim/Integrations Central und der Stadtbibliothek Weinheim innerhalb des Netzwerkes MGH Weinheim. Der Eintritt ist frei.

Sternschnuppen am 20. Januar

„Wenn du eine Sternschnuppe siehst, wünsch dir was“, dieses Kinderbuch von Sang-Keun Kim steht im Mittelpunkt des nächsten Kindernachmittags in der Stadtbibliothek Weinheim am Freitag, 20. Januar, 15 Uhr. Es ist der erste Kindernachmittag zwischen Büchern in diesem Jahr. Darum geht es in dem Buch: Der kleine Maulwurf ist umgezogen und stapft ganz alleine durch den Schnee nach Hause. Also baut er sich einen Freund aus Schnee, einen starken Bären. Doch kein Busfahrer will die beiden mitnehmen. Da erinnert sich der Maulwurf an ein Sprichwort seiner Oma: „Wenn du eine Sternschnuppe siehst, wünsch dir was!“ Was sich der kleine Maulwurf wohl wünschen wird?

Es wird für Kinder ab vier Jahren gelesen und gebastelt. Der Eintritt ist frei.

Empfang der Grünen

Weinheim. Der Neujahrsempfang der Grünen und der GAL (Grüne Alternative Liste) Weinheim findet am Sonntag, 15. Januar, um 11 Uhr im Alten Rathaus statt. Es werden unter anderem die Bundestagsabgeordnete und Staatssekretärin Franziska Brantner und die Landtagsabgeordnete Fadime Tuncer sprechen. Michelle Walker und Daniele Aprile treten auf.

STADTCHRONIK

Der Jahrgang 1938/39 trifft sich am Donnerstag, 26. Januar, um 10.30 Uhr in der Weststadt vor dem Rolf-Engelbrecht-Haus zu einem Spaziergang um den Waidsee, danach um 12 Uhr zum Mittagessen, auch für Nicht-Mitläufer, im Restaurant „Beim Alex“ im Rolf-Engelbrecht-Haus.

Die aktiven Sänger des GV Liedertafel Weinheim treffen sich am Donnerstag, 12. Januar, um 19 Uhr im kleinen Saal des Rolf-Engelbrecht-Hauses zur 1. Singstunde im Jahr 2023.

Der Jahrgang 1943/44 trifft sich am Freitag, 13. Januar, um 17.30 Uhr im Restaurant „Janni im Scharfen Eck“. Bitte Anmeldung unter Telefon 06201/12867 oder 66267.

Der Rentnerclub Weinheim Nord trifft sich am Samstag, 14. Januar, um 12 Uhr im Lokal „Zagrep-Grill“ im AC-Sportzentrum, Waidallee 8.

Weinheim. „Im Frühtau zu Berge“, „Wenn wir erklimmen ...“, „Das Wandern ist des Müllers Lust“. Zwei Freizeitaktivitäten passen definitiv zusammen: das Wandern und das Singen. In Weinheim gibt es einen Menschen, der mit großem ehrenamtlichen Engagement dafür steht, wie beides zusammengehört: Walter Hebling, der seit Jahrzehnten für die Weinheimer Sektion des Deutschen Alpenvereins DAV organisatorisch tätig ist und damit viele Menschen begeistert hat. Hebling bekam für sein ehrenamtliches Engagement jetzt von Oberbürgermeister Manuel Just die Ehrennadel der Stadt Weinheim verliehen.

Ehrung als Überraschung

Der Geehrte wurde mit der Auszeichnung überrascht und konnte sich über eine besonders rege OB-Teilnahme an der Verleihungsfeier freuen. Neben dem amtierenden Rathausschef gehörte auch dessen Vorgänger Heiner Bernhard zu den ersten Gratulanten. Der Ex-OB war bereits in den Genuss von Wanderungen gekommen, die Walter Hebling organisiert hatte.

Die Ehrennadel, beschrieb Manuel Just, wird an Persönlichkeiten verliehen, die sich in jahrelanger ehrenamtlicher Tätigkeit in Weinheimer Vereinen und Organisationen mit kulturellen und sozialen Zielen oder den Zielen der Sportförderung besondere Verdienste erworben ha-

Musik als Liebeserklärung an die Berge

Auszeichnung: Walter Hebling vom Weinheimer Alpenverein erhält die Ehrennadel der Stadt Weinheim



Einen „ehrenamtlichen Überzeugungstäter“ nannte Oberbürgermeister Manuel Just Walter Hebling. In den Genuss der von Hebling organisierten Wanderungen kam auch Ex-OB Heiner Bernhard, der ebenfalls gratulierte (von links).

BILD: STADT WEINHEIM

ben. Der Ehrungsausschuss des Weinheimer Gemeinderats hatte die Verleihung neulich beschlossen.

Walter Hebling ist seit 1980, seit der Gründung des Singkreises der DAV-Sektion Weinheim, der Leiter dieser Abteilung. Just bescheinigte: „Sie haben mit Ihrem unermüdl-

ichen Engagement maßgeblich zum Erfolg der Gruppe beigetragen.“ In Spitzenzeiten beteiligen sich 60 bis 70 Personen an den Singkreis-Proben. Die Grundidee des Singkreises, beschrieb der OB schmunzelnd, sei „eine Liebeserklärung an die Berge und die Musik gleichermaßen“. Das

Engagement Heblings sei aber keineswegs auf die Leitung des Chores beschränkt, betonte er. Seit vielen Jahren organisiert und führt der Geehrte auch mehrtägige (Berg-)Wanderungen und Aktivreisen im In- und Ausland für die Mitglieder des DAV. Dazu ergänzte DAV-Sektions-

vorstand Franz Wirth: „Viele Mitglieder in unserem Verein, die sich im Laufe der Jahre aus gesundheitlichen Gründen vom Wandern und Klettern zurückziehen mussten, haben dank Walter ein Zuhause im Singkreis gefunden.“ Hebling war aber auch viele Jahre Mitglied des Gesamtverbandes und als Elektromeister stets tatkräftig ehrenamtlich bei vielen Installationen von Elektroanlagen der verschiedenen Baumaßnahmen der Sektion Weinheim an vorderster Front.

Manuel Just bezeichnete Hebling als „ehrenamtlichen Überzeugungstäter“. Dies werde an weiteren zahlreichen Aktivitäten deutlich: So ist der neue Ehrennadel-Träger seit vielen Jahren als Mitglied im Kirchenchor der katholischen Kirchengemeinde St. Laurentius und bei der ökumenischen Aktion „Mittags-tisch“ freiwillig im Ehrenamt engagiert. Auch der Verein Begegnungsbrücke Weinheim schätzt das besondere Engagement, die Hilfsbereitschaft, die Kontaktfreudigkeit und stetige Zuverlässigkeit Walter Heblings.

Der OB erklärte: „Es freut mich, dass wir Persönlichkeiten wie Sie in unserer Stadt haben. Menschen, die sich für das Wohl unserer Gesellschaft mit außerordentlichem Engagement einsetzen und unsere Stadt mit Blick auf die zahlreichen Facetten der Vereinsaktivitäten bereichern.“