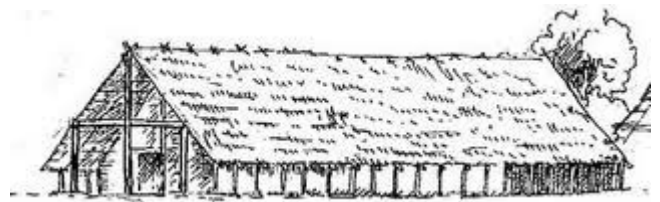


IchZeit oder auch Entschleunigung

Möglichkeiten und Chancen der Frankensiedlung Nithrindorp

„Als es noch keine Uhren gab, bestimmten Sonne, Mond und Sterne unseren Rhythmus. Heute ticken wir Menschen im Minutentakt. Die Zeit rast und wir verlieren den Blick für das Wesentliche. Langsam wächst die Erkenntnis, dass es so nicht weitergehen kann. Immer mehr Menschen sehnen sich nach einer kurzen Auszeit vom Alltag, von Beruf oder Familie. Sie sehnen sich nach Entspannung und Erholung, kurz, nach Zeit für sich! Stillen Sie diese Sehnsucht mit einem Kurzurlaub mit Nachhaltigkeit.“¹



Ein Tag in der Frankensiedlung

Der Besucher kommt in der Frankensiedlung an. Er tritt durch das große Eingangstor und wird von einem Franken begrüßt. Dieser begleitet ihn in einen gesonderten Raum. Hier bekommt er die ersten Informationen, wie sich das Leben in der Frankensiedlung abspielt.

Als erstes wird der Besucher gebeten, alles Technische abzulegen und in einem Schließfach unterzubringen. Er legt sein Handy ab und seine Uhr braucht er für den Aufenthalt in der Frankensiedlung auch nicht. Wenn er jetzt auch seine moderne Kleidung gegen eine Tunika und auch Holzschuhe austauscht, dann ist der erste Schritt zur „Entschleunigung“ getan. Erst jetzt tritt er ein in die Welt der Franken und in den Alltag in einer fränkischen Siedlung aus dem Frühmittelalter.

Er bekommt einen Begrüßungstrunk, entweder einen Tee mit Kräutern aus eigenem Anbau oder auch einen Met. In der Gruppe wird nun der Ablauf des Tages besprochen und jeder erhält seine Aufgaben und kann sich auch seine Arbeitsbereiche aussuchen.

Die ersten wollen wissen, wie spät es ist. Schwierig zu sagen, nach der Sonne und deren Stand ist es noch vor Mittag – das muss reichen.



Zwei der Besucher müssen sich um das Holz kümmern, das wir für das Mittagmahl brauchen. Zwei weitere kümmern sich um die Zubereitung des Essens. Andere gehen schon mal zur entsprechenden Handwerkshütte, einige wollen sich mit Töpfern beschäftigen, einer möchte einen Bogen bauen, andere wollen sich mit der Kunst des Schmiedens auseinandersetzen.

Zwei Frauen wenden sich dem Weben zu und der Herstellung von Kleidung. So hat jeder seine Aufgaben und immer noch weiß keiner, wie spät es ist. Hat jemand versucht mich telefonisch zu erreichen – geht nicht!

Es ist heute ein kühler Tag in der Frankensiedlung, jeder zieht sich einen Umhang um, um nicht zu frieren. Im Langhaus wird das Essen vorbereitet. Die Beiden, die für das Holz zuständig sind, entzünden das Feuer im Lehmofen, damit es mit den Temperaturen in der

¹ Aus der Broschüre Wellness in Rheinland-Pfalz / Ich Zeit

Sitzecke ein wenig aufwärts geht. Der Tisch ist gedeckt, mit einer Schale, Löffel und Messer (Gabeln gibt es noch keine). Ein Krug mit Wasser steht bereit, aufgrund des kühlen Klimas gönnt man sich einen Tee. Das Brot, einfache Laibe in Fladenform mit Kräutern, sind gerade aus dem Lehmofen gekommen und die Gemüsesuppe köchelt über dem Feuer. Ein Signal durchdringt die Stille in der Siedlung: Es ist Zeit, sich zum Essen zusammen zu finden.

Nach dem gemeinsamen Essen findet eine Ruhephase statt, jeder sucht sich eine stille Ecke oder plaudert mit anderen aus der Gruppe. Nach einer gewissen Zeit - man weiß nicht genau wann - gehen alle wieder zu ihrer Arbeit in die Handwerkshäuser. Ein Kaffee wäre jetzt die Krönung – Kaffee? Den gab es erst rund 1000 Jahre später.

Die Sonne neigt sich langsam dem Horizont zu, es wird Zeit, an das Abendmahl zu denken. Manche verspüren auch schon etwas Hunger, da es ja zwischen den Mahlzeiten nichts gibt außer vielleicht etwas Wasser oder Tee. Die Arbeit im Garten ist auch soweit getan, die Tiere sind versorgt.

So langsam steigt der Geruch aus der Küche in die Nasen der Besucher, es riecht nach Kräutern, Zwiebeln und gebratenem Fleisch. Im Langhaus werden die ersten Lampen angezündet, es wird ein Feuer gemacht im Lehmofen, der Tag neigt sich langsam dem Ende zu und alle sind etwas erschöpft von der Arbeit des ersten Tages. Man setzt sich zusammen und genießt das Essen und dazu den Met und den Wein. Kerzen erleuchten den Raum und man sitzt lange zusammen, da es draußen dunkel geworden ist, die Arbeit kann jetzt ruhen. Wie spät ist es eigentlich? Keiner weiß es – ist ja auch eigentlich egal.

Man sitzt noch eine ganze Weile um das Feuer und lauscht der Musik vergangener Tage. Die ersten bereiten ihr Nachtlager vor, es wird auf den breiten Bänken, wo man sonst den Tag über sitzt geschlafen. Viele sind neugierig auf den nächsten Tag, Wird meine Schale aus Ton gelingen, wie weit komme ich mit meinem Bogen, kann ich morgen mein eigenes Messer schleifen? Wenige denken auch an Ihren Bürojob, wie läuft es ohne mich, geht das?

Es wird schnell ruhig in der Frankensiedlung, zwei oder drei sitzen noch bis tief in die Nacht und reden über vieles, was sie erlebt haben. Entschleunigt legen sich auch die letzten irgendwann nieder und schlafen zwar etwas unruhig, aber zufrieden ein.



So oder so ähnlich könnte ein Tag in der Frankensiedlung aussehen. Zentrales Anliegen ist es, zum einen die Geschichte der Franken näher zu bringen, zum anderen aber auch sich selbst als Teil dieser Geschichte erleben zu können. Sich zu entschleunigen ist heute umso wichtiger, da wir alle nur noch getrieben werden, wir hetzen durch den Tag und die Woche. Jeder hat Angst, etwas zu verpassen oder nicht schnell genug zu sein. Jeder soll heute an seinem Arbeitsplatz immer mehr in noch weniger Zeit erbringen – wir rennen vor uns selber davon.