

Leseprobe



Marion Küstenmacher

Von der Freude einfacher Dinge

Das kleine Buch der Achtsamkeit

32 Seiten, 16 x 19 cm, farbige Abbildungen

ISBN 9783746260938

Mehr Informationen finden Sie unter st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2022

Marion
Küstenmacher

Von der
Freude
einfacher
Dinge

Das
kleine Buch
der
Achtsamkeit

benno

Der Apfelkuchen

Wer beim Backen eines Apfelkuchens
ganz von vorn anfangen will,
muss zuerst das Universum erschaffen.

Carl Sagan

VOM URSPRUNG

Um einen leckeren Apfelkuchen zu backen, braucht es allerhand Zutaten: Eier, Butter, Mehl, Zucker, Äpfel und natürlich einen Ofen. Nichts davon war von Anfang an fertig da. Alles hat unser Planet nach und nach in einem gigantischen Evolutionsprozess hervorgebracht. An dem wir Menschen kreativ mitgewirkt haben.

Der früheste Beleg für Butter findet sich auf einem 5.000 Jahre alten sumerischen Mosaik. Der älteste Nachweis für Zuckerrohranbau führt mindestens 10.000 Jahre zurück nach Polynesien. Der Apfel stammt aus Zentralasien und wurde dort schon vor 12.000 Jahren angebaut. Dass man aus Getreidekörnern Mehl mahlen kann, fanden unsere Urahnen vor rund 105.000 Jahren heraus, als die letzte Eiszeit begann. Noch früher, etwa vor einer Million Jahren, legten Menschen gesicherte Feuerstellen in Höhlen an.

Die Eier verdanken wir Hühnern, die wiederum von gefiederten, zweibeinigen Dinosauriern abstammen. Es ist 150 Millionen Jahre her, dass sie ihre Eier auf den Boden legten. Feste Landmassen gibt es seit 2,7 Milliarden Jahren. Das Leben auf der Erde begann vor 3,77 Milliarden Jahren mit ersten Mikroben, wie in Kanada an heißen Quellen am Meeresboden nachgewiesen werden konnte. Und unser Universum, in dem all dies möglich wurde, ist 13,7 Milliarden Jahre alt. Ein unvorstellbar langer Weg, den das Universum zurückgelegt hat, um uns den Genuss eines frisch duftenden Apfelkuchens zu gönnen.

