



MITTEILUNGEN

Jutta Asskamp

Wir bedanken uns herzlich für die zahlreiche Rückgabe der übersandten Formulare der Mitgliederregistrierung. Diese gute Mitarbeit zeichnet unseren Verein aus, vielen Dank dafür! Um aber nun alles komplett abschließen zu können, bekommen auch die noch verbleibenden Kollegiaten diese Formulare mit dem Kulturbrief August. Enthalten ist wieder ein frankierter Rückumschlag, um es leichter zu machen. Wir freuen uns sehr, wenn auch diese Formulare, Mitgliederregistrierung und Datenschutz, uns bald wieder zurückgeschickt werden. Nochmals ein herzliches Dankeschön!

Außerdem bitten wir, an die Überweisung der noch ausstehenden Mitgliedsbeiträge 2026 zu denken. Leider müssen wir auch noch an den Beitrag von 2025 erinnern. Herzlichen Dank!



BERICHTE

Besuch der Gitarrenfabrik Sandberg am 18. Juni Bässe aus Braunschweig weltweit auf der Bühne Wie aus Bäumen Gitarren werden

Eva-Maria Dennhardt



Einen sehr freundlichen Empfang erlebten die Kollegiaten durch Holger Stonjek und seine Mitarbeiter in der Gitarrenfabrik Sandberg. Doch was heißt hier Fabrik? Vom liebevoll ausgewählten Holzbrett bis zum fertigen Instrument steckt ganz viel Handarbeit

in den elektronischen Bässen, die den Namen Sandberg weltweit bekannt gemacht haben. Etwa 1500 fertigen die zwei Dutzend Mitarbeiter jährlich nahezu individuell an. Wie Rockstars sehen die meisten Instrumente schon selbst aus, wobei kurioserweise einige Besitzer auf eine künstliche Alterung Wert legen, so als ob die Instrumente bereits ein wildes Bühnenleben hinter sich hätten. Einige sind aber auch wie Surfbretter bemalt und strahlen in den wildesten Farben. Doch es sind die kleinen Veränderungen und Verbesserungen, die Sandberg Gitarren unverwechselbar machen – Details, die für Musiker auf der ganzen Welt bedeutsam sind.

Sandberg-Gitarren sind der zweitgrößte Hersteller für Bässe in Deutschland und haben sich längst einen festen Platz im globalen Musikgeschäft gesichert. Die „Reise“ dieses deutschen Instrumentenmachers begann aus bescheidenen Anfängen, fing sozusagen in einem Küheschuppen an, wie Holger Stonjek und sein Mitarbeiter auf anschauliche Art berichteten. Vierzig Jahre wilde

Experimente, bunte Anekdoten und kuriose Geschichten später merken selbst Hobbymusiker bei dem Namen auf. Im riesigen Obergeschoß einer alten Kaserne entstehen mit Präzision und Liebe die Instrumente. Von der Optimierung der Service-Arbeitsabläufe – auf der Homepage kann man sich individuell seinen persönlichen Bass zusammenstellen - bis hin zur Feinabstimmung einzelner Instrumente wurde den Kollegiaten gezeigt, wie durchdachte Anpassungen und ein Qualitätsbekenntnis den ehemaligen Schuppen Sandberg zu einem Szeneplayer machten, durch solides Handwerk, Designphilosophie und Leidenschaft.

Auch wenn nicht bei allen Namen, die Sandberg Gitarren auf der Bühne halten – so ein Bass wiegt locker vier Kilo aufwärts – Erkennen stattfand, bei dem Namen Tokio Hotel und Peter Dinklage strahlten die Augen der Kollegiaten umso mehr. Entgegen früherer Bandphilosophie geben nun immer mehr Frauen an der Bassgitarre den Sound an, wurde anhand der Bandfotos deutlich. Dass man der Welt nicht nur einen guten Klang hinterlassen möchte, wurde sympathischerweise nur am Rande erwähnt. Die Greenline – kein Baum ist wie der andere, das spiegeln diese Instrumente wider, trägt mit dem Pflanzen von Bäumen zur Wiederaufforstung des Harzes bei. Pro Gitarre ein Baum.



Ein Fest der Basskultur und höchst persönliche Geschichten neben hervorragenden Bildern finden sich auch in dem Buch „The Face of Bass“, das Holger Stonjek druckfrisch vorstellte. Ein Nachmittag voller Überraschungen und Enthusiasmus, der uneingeschränkte Begeisterung bei den von Stonjek scherzhaft mehrfach als „Jugendgruppe des Kolleg88“ bezeichneten Teilnehmern fand.



Forum am 25. Juni. Prof. Dr. Dieter Jahn: „Unsere kleinen Freunde im Darm - wie das Darmmikrobiom unsere Gesundheit bestimmt“

Jutta Asskamp

„Alle Krankheiten beginnen im Darm“, ein Zitat von Hippokrates, ca. 460-370 v. Chr. Zahlreiche Kollegiaten kamen trotz enormer Temperaturen zum Vortrag von Prof. Jahn, der uns mit hoher wissenschaftlicher Kompetenz und dennoch in unterhaltsamer Weise mit auf die „Reise vom Mund zum Darm und wieder hinaus“ nahm. Er ist Biochemiker und Mikrobiologe an

der TU Braunschweig und hat einen beruflichen Werdegang aufzuweisen, der sich ebenso spannend liest wie die Wirkung des Ökosystems der Bakterien.

Eigentlich redet man ja nicht so gerne über seine Ausscheidungen, aber darin befindet sich sicher eine der größten Sensationen der Gesundheitsforschung der letzten zehn Jahre, das menschliche Mikrobiom. 2000 verschiedene Bakterien und insgesamt 30 Billionen Mikroorganismen, die unverzichtbar für die Gesundheit sind, tummeln sich in und auf uns. Der Mensch hat genauso viele eigene Körperzellen. Erste essentielle Kontakte mit dem Mikrobiom hat der Mensch im Geburtskanal und beim Stillen. Das schützende Mikrobiom des Säuglings bildet sich bei der Passage durch den Geburtskanal schneller und schützt so vor Allergien, Asthma und Diabetes¹. Bei einer Kaiserschnitt-Geburt sollte der Säugling sofort mit Scheidensekret abgetupft werden. Außerdem wieder die Bestätigung: Kinder im Dreck, mit Hunden und auf dem Bauernhof haben ein gesünderes Mikrobiom. Dieses verstoffwechselt im Darm unsere Nahrung und produziert dabei chemische Signal-Moleküle, die unseren Körper kontrollieren und dabei über unsere Gesundheit bestimmen.



Man staunt nicht schlecht - auch unsere Psyche wird dadurch beeinflusst. Im Darm werden unterdrückte Emotionen, Lebensereignisse, psychische Belastungen und Stress „verarbeitet“. Er ist unser „Bauchhirn“, kommuniziert mit dem Kopfhirn und spiegelt wider, wie gut wir Emotionen „verdauen“ oder „loslassen.“ Durchfall = „Belastungen schnell loswerden“, und eine Verstopfung will „Dinge festhalten“. 90 % Information „funk“ der Darm an das Gehirn, während es auf umgekehrtem Weg nur 10 % sind. Eine Mikrobiom-Fehlfunktion ist mit verantwortlich für Depressionen, Autismus, ADHS, Alzheimer und Parkinson. Ein gesundes Mikrobiom schützt vor Herz-Kreislauf-Erkrankung, der Todesursache Nr. 1. Wer dabei was macht, welche Rolle die Ernährung spielt und welche Krankheiten betroffen sind - das alles erfuhren wir auf humorvolle und gut verständliche Art.

Und wie „pflege“ ich mein Mikrobiom? Eiweiß, Eiweiß, Eiweiß! Hülsenfrüchte, Gemüse, Avocado, Nüsse, fetter Fisch, Joghurt, Haferflocken, Vollkorn, Obst = **YES**. Huhn, Käse, Eier = **O.K.** Reis, Weißbrot, Pizza, Wurst, Pommes, Industriefleisch, Pangasius, Kuchen, Süßigkeiten, Softdrinks = **NEE**. Noch einen Daumen hoch für **dunkle Schokolade** - da kommt Freude auf.

Glücklich über diesen gelungenen Vortrag, beladen mit vielen neuen Informationen, und mit Applaus verabschiedeten wir Prof. Jahn. Er versprach wiederzukommen, wir freuen uns drauf. Interesse an den Folien des Vortrages? Bitte Mail an kolleg88@gmx.net.



Regionale Geschichte am 15. Juli Die berühmteste Frau Braunschweigs Vortrag von Prof. Gerd Biegel Eva-Maria Dennhardt

Sie gilt als Repräsentantin eines neuen Deutschlands: Ricarda Huch (1864 - 1947), Dichterin, Schriftstellerin, Philosophin und Historikerin (sie schrieb u.a. über den 30jährigen Krieg und eine Biografie über Bakunin, den russischen Dichter, Revolutionär und Anarchisten). „Mut war ihr selbstverständlich“, sagte Alfred Döblin über sie. Prof. Biegel beleuchtete besonders ihr Verhältnis zur Ideologie des Dritten Reichs. Sie hatte stets klar Position gegen das nationalsozialistische Regime bezogen, musste Rückschläge und Demütigungen hinnehmen, blieb aber unbeugsam, trotz finanzieller Schwierigkeiten, als freie Schriftstellerin ohne Vermögen und Alterssicherung. Ricarda Huch setzte sich für Frauenrechte ein und war die erste deutsche promovierte (Universität Zürich) weibliche Historikerin. Sie gilt als Brückenbauerin und Versöhnerin, da sie mit über 80 Jahren den ersten gesamtdeutschen Schriftstellerkongress 1947 im zerstörten Berlin eröffnete.

Als "Literatin der Freiheit" sah sie Prof. Biegel in seinem grandiosen umfassenden Vortrag: "Ich hasste die Tyrannen und liebte die Rebellen." Ihr Verhältnis zu ihrer Heimatstadt, die sich bis heute etwas schwer tut, sie umfassend zu würdigen, war nicht ungebrochen, aber doch von Liebe geprägt: "Ich bin in einer norddeutschen Hansestadt geboren, in eine gut bürgerliche, damals noch wohlhabende Familie einer Stadt, der ich niemals gedenken kann ohne Verwünschungen und ohne Tränen." Dennoch schrieb sie nach der Bombennacht vom Oktober 1944, als das historische Braunschweig fast vollständig verloren ging, ein literarisches Denkmal für ihre Geburtsstadt.

Wie schön sie war, bald wird es niemand mehr wissen, Braunschweig, die Löwenstadt:

Die Jahre des Unheils kamen, die ihr entrissen
Ihre Krone Blatt um Blatt.

Zerfallen die Straßen, durch die wir täglich gegangen
Zur Schule als Kind,

Mit den Namen, die so alt und wunderlich klangen:
Kattreppeln, Ruhfäutchen, Klint.

Die Häuser waren künstlich gezimmert aus Eichen,
In die Balken geritzt

War manch geheimes, zauberkräftiges Zeichen,
Das vor Feuersnot schützt.

Sie verströmten Waldluft und traute Waldgerüche;
Überm breiten Portal

Las man verschollene Namen und weise Sprüche.
Inmitten der Jahreszahl.

Viel Bilder schmückten ihre Geschosse und Giebel:
Mit Schwert und Gebet,

Die tapferen Heiden und die frommen Helden der Liebe,
 Apostel und Prophet.
 Sie waren ein offenes Buch voll bunter Geschichten,
 Voll Fabel und Mär,
 Von listigen Frauen, von Narren und drolligen Wichten,
 Fuchs, Esel und Bär.
 Und herrlich türmten die Kirchen sich hoch über ihnen
 Wie Berge überm Tal!
 Martini und Petri, Aegidien und Katharinen,
 Auch Andreas wie ein Strahl.
 Ihr Geläute schwang sich empor wie auf Adlergefieder –
 Jetzt langsam und schwer
 Tropft es versteinerten Tränen gleich hernieder
 Auf ein Trümmermeer. –
 Geliebte Heimat, auf unsern harten Wegen,
 Da dein Glanz schwand,
 Sei Erinnerung deiner uns ein Pfand und ein Segen
 Aus hoher Ahnenhand. (GW 5, S. 361f.)

✱

Kulturfrühstück am 15. Juli
Malen gegen den Schmerz
Das unsterbliche Erbe der Frida Kahlo
 Eva Hilderts

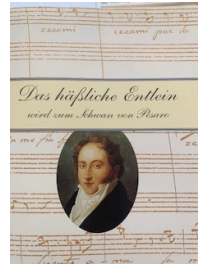
Sie ist eine der schillerndsten Ikonen der Kunstgeschichte: Frida Kahlo (1907 – 1934). Bis heute fasziniert die mexikanische Malerin Millionen Menschen nicht nur durch ihre Kunst, sondern durch ihren unbeugsamen Lebenswillen. Ein schwerer Busunfall im Alter von 18 Jahren zertrümmerte ihren Körper und fesselte sie ans Bett. In dieser Isolation begann sie zu malen. Durch einen Spiegel über ihrem Himmelbett schuf sie jene schonungslosen Selbstporträts, die sie weltberühmt machten.

Ihre Bilder zeigen keine Eitelkeit, sondern den Schmerz. Gezeichnet von Operationen, Fehlgeburten und der stürmischen, oft schmerzhaften Ehe mit dem Maler Diego Rivera. Doch statt zu verzweifeln, hüllte Kahlo ihr Leiden in leuchtende Farben, traditionelle Gewänder und die Flora und Fauna ihrer Heimat. Als sie 1954 mit nur 47 Jahren in ihrem berühmten „Blauen Haus“, dem „Casa Azul“ starb, hinterließ sie ein Erbe, das weit über die Kunstwelt hinausreicht. Heute gilt sie weltweit als Symbolfigur für weibliche Selbstbestimmung, Stärke und den Triumph des Geistes über den Körper.
„Letztlich sind wir fähig, sehr viel mehr auszuhalten, als wir uns vorstellen können.“ Frida Kahlo.

✱

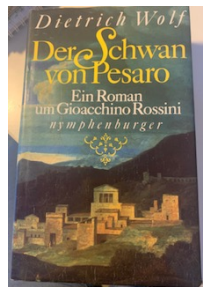
ANKÜNDIGUNGEN

Literaturkreis am 12. August:
Der Schwan von Pesaro
Rossini – Komponist, Bonvivant und Gourmet
 Eva-Maria Dennhardt



Lebensfreude und Musik bestimmten das Leben von Gioacchino Antonio Rossini (1792 – 1868), einem der bedeutendsten italienischen Opernkomponisten. Sein Barbier von Sevilla, Die Italienerin in Algier oder La Cenerentola gehören weltweit zum Standardrepertoire der Opernhäuser. Doch wer war dieser Mann, dessen Lebensfreude schon zu seinen Lebzeiten legendär war, der die Frauen schätzte und so gerne aß, daß er sich sogar selbst an den Herd stellte und Gerichte, wenn nicht erfand, dann doch verfeinerte „a la Rossini“. Es gibt keinen zweiten Künstler, der sich mit solcher Hingabe der Kochkunst gewidmet hat. Eine verbürgte Episode besagt, er habe in der Zeit, in der sein Risotto kochte, eine Arie komponiert. Und dann gibt es noch seine Äußerung, er habe nur dreimal in seinem Leben geweint: einmal als ihm ein getrüffelter Truthahn bei einer Bootstour ins Wasser fiel.

Er galt als Bonvivant und Gourmet, erfuhr Anbetung, die ihn zu einer Ikone seiner selbst werden ließ, aber auch Häme: Stendhal (französischer Schriftsteller und Kritiker (1783.1842 – Die Kartause von Parma) behauptete dreist: Rossini hat fünf Opern komponiert, die er immer wieder kopiert. Rossini bestritt stets die Bekanntschaft, er habe niemals mit ihm gesprochen. In Wirklichkeit waren es 39 Opern in zwei Jahrzehnten, danach setzte er sich in Frankreich zur Ruhe und komponierte nur noch sogenannte Alterssünden. Er hinterließ neben seinen Opern zahllose Messen, Kantaten und Klavierwerke. Eine Kuriosität am Rande: Das Schweizer Posthornmotiv aus seiner Oper Wilhelm Tell erklingt von Schweizer Postautos auf unübersichtlichen Bergstrecken.



Manfred Zieger spürt anhand von Biografien dem „Schwan von Pesaro“ nach, der in unruhigen Zeiten lebte, und weiß auch um eine Episode, die sehr zum Schmunneln anregt und ihn sogar im weitesten Sinn mit Braunschweig verbindet: Der Held hatte Rücken! Genießen Sie einen heiteren Vortrag mit Musik und italienischem Flair.

VERANSTALTUNGEN

Mi, 5. Aug. 15:00 Uhr **Philosophischer Lesekreis** im Stadtpark. Wir lesen Friedrich Wilhelm Schelling.

Do, 6. Aug. 11:00 Uhr **Psychologie: „Modelle der Persönlichkeit“ FÄLLT AUS: SEMESTERFEREN!**

Di, 11. Aug. 10:30 Uhr **Kulturfrühstück** im Stadtpark. Andreas Jäger (Schauspieler) liest aus Juli Zeh's Erfolgsroman "UnterLeuten".

Mi, 12. Aug. 15:00 Uhr **Literaturkreis** im Stadtpark: Rossini und seine Operngeschichten, Vortrag mit Musik von Manfred Ziegler. Eva Dennhardt (s. Ankündigung).

Mo, 17. Aug. 15:00 Uhr **Philosophischer Lesekreis** im Stadtpark. Wir lesen Friedrich Wilhelm Schelling.

Mi, 19. Aug. 10:30 Uhr **Regionale Geschichte** im Stadtpark. Prof. Dr. Gerd Biegel.

Mi, 26. Aug. 10:30 Uhr **Grundbegriffe der Philosophie** im Stadtpark. Thema: Thomas von Aquin. Dr. Helmut Blöbbaum.

Do, 27. Aug. 11:00 Uhr **Forum** im Stadtpark: „Die Fotografie - Mittel zur Darstellung von Ästhetik und Dokumentation in Vorbetrachtung der Wirkungsgeschichte Lee Millers“ 1. Teil. Jutta Asskamp



VORSCHAU

Kulturfrühstück am 13. 10. Eberhard Kittler, langjähriger Leiter des Automuseums Wolfsburg, Motorjournalist und Automobilhistoriker, hält einen Vortrag über Herrnhut und sein 300 Jahre altes Siedlungskonzept. Im Gefolge der Gegenreformation siedelten sich in einigen deutschen Teilstaaten protestantische Christen an, die den Verfolgungen der Katholiken entkommen waren. Bekannt sind die Hugenotten im Berliner Raum. Ähnlich war das Schicksal von böhmisch-mährischen Exulanten, die 1722 das sächsische Herrnhut gründeten. Binnen weniger Jahre siedelten sie in ganz Deutschland und im Zuge ihrer Missionierungstätigkeit weit darüber hinaus. Losungsbücher mit täglich wechselnden Bibelzitate, die bekannten Herrnhuter Weihnachtssterne als auch das genormte Siedlungskonzept wurden übernommen. Eva Hilderts.

Kolleg-Reise 2026: Vom 6. bis 12. Sept. ins Altmühltal, nach 92339 Beilngries. Anmeldungen bei Ulli-Reisen, Denise Jahnke, Tel. 0531-321369.

Redaktion: Birgit Sonnek. Beiträge bitte bis zum 20. eines Monats an big.sonnek@gmx.de.

Fotos: Eva-Maria Dennhardt, Jutta Asskamp.

Regelmäßige Kurse und Veranstaltungen

vierzehntäglich

Stadtpark Tagesstätte
1. Mi+3. Mo 15:00 Uhr

PHILOSOPHISCHER LESEKREIS
Hartmut Kawlath

Hohetorwall 10
1.+3. Mo 15:00 Uhr

ENGLISH CONVERSATION GROUP
Hubert Josephowski

monatlich

Stadtpark Tagesstätte
2. Di 10:30 Uhr

KULTUR-FRÜHSTÜCK
Stefan Nagel

Stadtpark Tagesstätte
4. Mi 10:30 Uhr

GRUNDBEGRIFFE DER PHILOSOPHIE
Dr. Helmut Blöbbaum

Stadtpark Tagesstätte
1. Do 11:00 Uhr

PSYCHOLOGIE – MODELLE DER PERSÖNLICHKEIT
Prof. Dr. Jochen Hinz

Stadtpark Tagesstätte
4. Do 11:00 Uhr

FORUM
Jutta Asskamp

Stadtpark Tagesstätte
3. Mi 10:30 Uhr

REGIONALE GESCHICHTE
Prof. Dr. Gerd Biegel

Stadtpark-Tagesstätte
2. Mi 15:00 Uhr

LITERATUR-KREIS
Eva-Maria Dennhardt

Firmenbesichtigungen
nach Ankündigung

BESICHTIGUNGEN
NN

Stadterkundungen
nach Ankündigung

KULTOUR UND REISEN
Heide Steinmann

1 x im Quartal
nach Ankündigung

KUNST UND KÜNSTLER
Eva Hilderts

KOLLEG 88 e.V. (www.kolleg88.de)

1. VORSITZENDER Dr. Helmut BLÖHBAUM, Tel. 0531-513711
Email: HelmutBloehbaum@web.de

2. VORSITZENDE Eva HILDERTS, Tel. 05363-30256
Email: eva.hilderts@gmail.com

SCHATZMEISTERIN Jutta ASSKAMP, Tel. 0531-375677
Email: juttanitschke@arcor.de

SCHRIFTFÜHRERIN Birgit SONNEK, Tel. 05304-3273
Email big.sonnek@gmx.de
(www.schlüsseltexte-geist-und-gehirn.de)

BEIRAT Giesela BECKER, Tel. 0531-2337185
Email: giesela.becker@gmx.de

Dr. Rüdiger STEGEN, Tel. 0531-797005
Email: ruediger.stegen@t-online.de

Heide STEINMANN

Ulrike VOIGT, Tel. 0531-2702803
Email: voigt.frick@gmail.com

EHRENVORSITZENDER Stefan NAGEL, Tel. 05306-5384
Email st.nagel@gmx.net

KULTURBRIEF Birgit SONNEK, Tel. 05304-3273

INTERNET Patrick VOLGMANN / Birgit SONNEK
Tel. 0163 3344 410
Email p.volgmann@gmx.de

TECHNIK Horst HILDERTS, Tel. 05363-30256
Email: horsthilderts@gmail.com

BANKKONTO IBAN: DE47 2505 0000 0001 5871 38