



35

TRENDS FÜR 2014

Wer möchte nicht gerne wissen, was das kommende Jahr für Trends bringen wird? Welche Kleider werden angesagt sein, welche Möbel, welche kulinarischen Gerichte? Schwierig zu sagen, aber unsere Autorin hats versucht – ihr wichtigster Tipp: Wer dieses Jahr hip sein will, braucht vor allem eines: Zeit.

33

LINSEN NEU ENTDECKT

Nach den Völlereien der Festtage ist jetzt wohl eher wieder einfachere Kost angesagt. Einfacher – aber nicht minder schmackhaft. Zum Beispiel mit Linsen. Unser Experte zeigt auf, wie man aus der oft etwas verkannten und verschmähten Hülsenfrucht wunderbare Gerichte zubereiten kann.

36

NEUSEELAND



Der Fjord Milford Sound auf der Südinself Neuseelands ist einer der faszinierendsten Orte des Landes. Obwohl es hier ziemlich oft regnet, gehört er zu den wichtigsten Touristenattraktionen – die Landschaft ist so beeindruckend, dass sie mit Worten kaum zu beschreiben ist.

«Wir brauchen auch Negatives»



«Ich habe noch nie jemanden gezwungen, zu mir an eine Sitzung zu kommen. Es ist alles freiwillig»: Medium Pascal Voggenhuber.

Bild Karin Heidmeier

SPIRITUELL Der ebenso erfolgreiche wie umstrittene Pascal Voggenhuber behauptet, er rede mit Verstorbenen. Als Wahrsager will der Basler aber nicht verstanden werden.

INTERVIEW ANNETTE WIRTHLIN
annette.wirthlin@luzernerzeitung.ch

Pascal Voggenhuber, wie sind Sie ins neue Jahr hineingerutscht?
Pascal Voggenhuber: Wunderbar. Meine Verlegerin, ich und ein paar weitere Autoren feierten das neue Jahr zusammen ganz gemütlich in Mallorca – übrigens fernab vom Ballermann-Strand.

Haben Sie sich von der Weihnachtszeit schon etwas erholt? Da herrschte doch sicher Hochbetrieb im Reich der Engel?

Voggenhuber: Na ja, ich glaube, vor allem gab es viele Engelsfigürchen in Stuben und Schaufenstern (lacht). Dass in der Weihnachtszeit mehr Geistwesen anwesend sind, davon wüsste ich nichts. Aber es stimmt schon: Rund um Weihnachten, das Fest der Familie, verzeichnen wir immer besonders viele Anfragen für Jenseitskontakte, weil dann die Menschen wieder vermehrt über ihre verstorbenen Angehörigen und Freunde nachdenken.

Und jetzt möchten sicher viele hören, was das neue Jahr bringen wird.
Voggenhuber: Was ich mache, ist Trauerberatung. Ich zeige den Menschen auf, dass es ein Leben nach dem Tod gibt. Aber ein Wahrsager bin ich nicht, ich kann keine Tipps für die Zukunft abgeben. Dieser Unterschied ist mir ganz wichtig.

Sie sagen, jeder Mensch hat einen persönlichen Schutzengel.

Voggenhuber: Ich mag das Wort Schutzengel nicht besonders. Denn es geht nicht so sehr darum, uns zu schützen, sondern dafür zu sorgen, dass wir die Aufgaben, die unsere Seele in unseren Lebensplan geschrieben hat, erfüllen. Er schaut auch

dazu, dass wir nötigenfalls auch unangenehme Situationen durchleben. Ein Schutzengel ist eine Art Regisseur unseres Lebens.

Wenns sein muss also auch mal ein fieser ...

Voggenhuber: Darum geht es nicht! Aber wir sind hier, um Erfahrungen zu sammeln. Und wann lernen wir am meisten? Etwa aus den schönen Erfahrungen? Wohl kaum. Wir brauchen das sogenannte Negative, um zu merken, dass wir an uns arbeiten oder etwas verändern müssen.

Und neben den Engeln schwirren noch unsere verstorbenen Angehörigen um uns herum?

Voggenhuber: Ja, sozusagen.

Bis jetzt dachte ich, wir sitzen hier zu zweit. Jetzt muss ich schnell fragen: Schaut mir vielleicht gerade mein Grossvater über die Schulter?

Voggenhuber: Momentan sehe ich niemanden, was aber nicht heisst, dass er nicht da ist. Ich konzentriere mich auf das Interview und blende die geistige Welt aus. Die Verstorbenen tauchen meist bei besonderen Anlässen auf, wenn man Unterstützung braucht oder wenn es einem nicht gut geht. Viele Menschen machen die Erfahrung, egal ob sie daran glauben oder nicht, dass sie kurz nach dem Tod eines Angehörigen Zeichen bekommen oder dass eigenartige Dinge geschehen. Dies ist so, weil sie ihren Liebsten sagen wollen: Ich bin noch hier, mach dir keine Sorgen. Mit der Zeit nimmt das wieder ab, wenn man die Trauer verarbeitet hat.

Ihr Vater starb, als Sie 23 waren. Wirklich weg ist er für Sie aber nicht.

Voggenhuber: Da ich viele Medien kenne, kommt er immer wieder mal zu mir durch, und ich kann ihn auch selber wahrnehmen. Das ist ein Vorteil, den ich habe. Was mir aber genauso fehlt wie allen anderen Menschen, ist, mal mit ihm zusammensitzend, ein Bierchen zu trinken oder ihn in den Arm zu nehmen. Nach dem Tod meines Vaters habe ich erst richtig gemerkt, wie heilsam solche medialen Kontakte sein können. Und ich

sagte mir: Wenn ich diese Fähigkeit schon habe, kann ich sie ja auch positiv nutzen. Vorher litt ich eher darunter; man sagte mir, ich sei nicht ganz normal. Die Ausbildung zum Medium habe ich ursprünglich begonnen, weil ich lernen wollte, die Gabe zu unterdrücken und zu kontrollieren.

Wann sind Sie zum ersten Mal einem geistigen Wesen begegnet?

Voggenhuber: Ich war drei. Ich wachte nachts auf und wollte zu meiner Mutter gehen, da stand unten an der Treppe ein Mann. Als ich es meiner Mutter sagte, dachte sie zuerst, es sei ein Einbrecher. Also ging sie nachschauen, sah nichts und sagte dann: «Du hast nur geträumt.» Später hat sie mir meine Eindrücke aber auch nie so richtig ausgedrückt, denn von ihrer eigenen hellen Mutter her war sie mit der Thematik bereits vertraut.

Sie behaupten, dass die meisten kleinen Kinder die geistige Welt wahrnehmen können.

Voggenhuber: Ja, oftmals haben Kinder einen natürlichen Zugang, der dann aber durch die Eltern und das ganze Umfeld blockiert wird. Hatten Sie nicht als Kind manchmal den Eindruck, da ist etwas Fremdes neben meinem Bett, haben aber nichts gesehen?

Kann sein. Wann merkten Sie, dass nicht alle Menschen dasselbe sehen wie Sie?

Voggenhuber: Kürzlich erinnerte mich eine ehemalige Schulkollegin daran, dass ich damals immer von Hanspi, meinem geistigen Begleiter, redete. Für mich selber war das damals einfach das Normalste der Welt und er eine völlig reale Bezugsperson. Erst mit 19, als ich meiner damaligen Freundin von den Dingen erzählte, die ich sehe, sagte sie: «Das ist nicht normal, du brauchst Hilfe.» Da beginnt man schon, an sich selber zu zweifeln.

Können Sie heute immer unterscheiden zwischen dem, was real ist, und dem, was nur Sie sehen?

Voggenhuber: In den allermeisten Fällen schon. Dass ich die Dinge verwechsle,

Kontakt ins Jenseits

ZUR PERSON Pascal Voggenhuber (33) ist im Kanton Baselland aufgewachsen, wo er auch heute noch mit seiner Lebenspartnerin und dem gemeinsamen Sohn (9 Monate) lebt. Er bezeichnet sich als hellseht seit frühester Kindheit. Nach der Diplommittelschule moderierte er eine Jugendsendung bei Tele Basel und liess sich zum Schauspieler ausbilden. Später absolvierte er in England eine mehrjährige Ausbildung zum Medium und gründete 2009 das Spirit Messenger Center in Sissach mit dem Wunsch, sein Wissen über Geistheilen, Aura-Reading und Medialität weiterzugeben. Voggenhuber hält Vorträge und Seminare in ganz Europa. Er ist Autor von sieben Büchern, die allesamt in den Bestsellerlisten landeten. Diesen Herbst lief auf SAT 1 Schweiz eine Pilotstaffel seiner eigenen TV-Sendung «Das Medium – Nachricht aus dem Jenseits». Eine weitere Staffel ist in Planung.

passiert mir vielleicht zweimal im Jahr, wenn ich gestresst oder müde bin. Da kann es passieren, dass ich plötzlich jemanden grüsse, der nur in der geistigen Welt existiert, und dann gefragt werde: «Wen hast du jetzt gerade gegrüsst?»

Als Bub wollten Sie zuerst Priester und dann Polizist werden. Sind Sie nun als Medium etwas zwischendrin?

Voggenhuber: Irgendwie schon. Die mediale Ausbildung, die ich in England absolviert habe, drehte sich um Trauerarbeit und beinhaltete auch die Gestaltung von Gottesdiensten. Ich mache noch heute manchmal Beerdigungen. Und mit der Polizei arbeite ich ja tatsächlich hin und wieder zusammen, wenn es um die Aufklärung von Mord- und Vermisstenfällen geht.

Fortsetzung auf Seite 33

Linsen: Bunte Perlen zur Winterzeit

KÜCHE Linsen haben einen festen Platz im Menüplan verdient. Kreativ zubereitet, findet man sie heute sogar in Szene-Restaurants – als Salat, Suppe oder Hauptgericht.

HERBERT HUBER
piazza@luzernerzeitung.ch

Vor zwei Wochen habe ich an dieser Stelle über Kaviar geschrieben. Heute geht es fast nahtlos weiter zum «Kaviar des armen Mannes». Aufgrund ihrer optischen Ähnlichkeit wird die Linse manchmal so bezeichnet. Eher spöttisch, obwohl es dazu keinen Grund gibt.

Meine Generation kennt Linsen noch als währschafte Magenfüller der Nachkriegszeit. Als breiiges Linsenmus oder als dicke Suppe. Wenn es gut kam, in Begleitung eines Würstchens oder mit grünem Speck, wobei man mir mit dem Würstchen die grösste Freude machen konnte. Weit grösser als mit den Linsen. Dass Linsen für mich dann doch einmal eine ganz besondere Bedeutung erhalten sollten, darauf komme ich später zurück.

Bei meiner Grossmutter im sanktgallischen Rheintal gab es die besten Linsen. In Form von Küchlein, einer Art Linsentätschli, mit ganz wenig altbackenem Brot und Linsenmus vermischt. Dazu gab es Salat, mit Zucker abgeschmeckt. Grossmutter war deutscher Abstammung, und ich habe mir sagen lassen, dass etwas Zucker in der Salatsauce in vielen deutschen Küchen nach wie vor üblich sei.

Linsen weltweit verbreitet

Linsen stammen ursprünglich aus dem Mittelmeerraum und aus Kleinasien. Heute werden sie vorab in Spanien, Russland, Chile, Argentinien, in den USA, in Kanada und Vorderasien angebaut. Allein in Indien sind über fünfzig Sorten verbreitet.

Gegessen werden ausschliesslich die Samen. Linsen sind entgegen einer weit verbreiteten Meinung nicht wertvoller als Bohnen oder Erbsen. Ganzjährig kaufen kann man sie getrocknet im Reformhaus oder fixfertig zubereitet in Dosen. Letzteres ist übrigens gar nicht mal so übel. Am besten aber ist es, Linsen frisch auf dem Markt zu kaufen.

Oder tiefgefroren, wie ihre Gspänli, die Erbsli oder Böhnli. Wie ging doch gleich dieser Spruch? «Iss Linsen oder Böhnli, mein Söhnli, dann tönt es bald wie ein Kanönli.»

Liebe, Linsen, Einzelzimmer

Es war 1967, als ich mit meiner Gertrude nach Paris reiste, mit dem Ziel, uns in der Stadt der Liebe zu verloben. Man kann doch nicht einfach mir nichts, dir nichts nach Paris abhauen und womöglich noch im gleichen Zimmer schlafen, hiess es damals bei meinen Eltern. Bei den Schwiegereltern in spe im Entlebuch tönte es kürzer und bündiger: Geht mit Gott, ihr wisst, was ihr zu tun habt – und was nicht sowieso.

Verlobungsringe im Hosensack, Knorr-Suppe, eine Dose Linsen und Toblerone im Köfferchen, so fuhren wir nach Paris. Obwohl 26- und 27-jährig, freuten wir uns wie zwei Kinder. Im Hotel de la Nouvelle France hatten wir – man mag es uns glauben oder nicht – zwei Einzelzimmer. Denn bei der Familie Laurent herrschte Zucht und Ordnung. Schliesslich war das «Nouvelle France» ein Studenten- und kein Stundenhôtel. Kochen auf dem Zimmer war strikt verboten. Doch aus den mit Tüchern vermachten Ritzen der Zimmertüren duftete es manchmal trotzdem ganz artig.

Mit Tipps von Studenten erkämpften wir uns Karten für Universitätskantinen. Da standen wir oft Schlange. Für Linsen, Linsen und nochmals Linsen. In Variationen mal verkocht, mal noch hart, selten so, wie es sein soll. Dafür gab es immer herrliche Baguettes. Für das Festessen im Zimmer gab es Käse, Wurst und Früchte. Die trockenen Burger mit der roten Sauce in den «Wimpies» gehörten ab und zu zum höchsten aller Ausgehvergnügen. Wir haben es überlebt, den Linsen sei Dank!

Exotisch oder bodenständig

Linsen sind bei uns eine echte Bereicherung für den Winterspeiseplan. Es gibt sie nicht bloss in verschiedensten Farben, sondern auch in den verschiedensten Küchen, von denen man viele Anleihen machen kann. Von der libanesischen «Adas nil Hamod» über die ägyptische «Shorba Ada» – beides sind Suppen – findet man Rezepte für Balsamico-Linsen, für Beluga-Linsen (die schwarzen) mit mariniertem Feta, für eine Bolognese mit roten Linsen, für



Linsen gibt es in allen möglichen Farben – und sie werden in den verschiedensten Küchen verwendet. Getty

Fortsetzung von Seite 31

«Wir brauchen auch Negatives»

Und, haben Sie tatsächlich schon einen Fall aufgeklärt?
Voggenhuber: Vermisste Personen oder deren sterbliche Überreste sind dank meiner Hinweise tatsächlich schon gefunden worden. Aber ich bin nicht allwissend. Ich kann allein keine Mordfälle lösen. Die Polizei hat oft ein paar Puzzle-teile, die sie neu zusammensetzen kann, nachdem ich mit dem Verstorbenen Kontakt aufgenommen und ihn gefragt habe, wie er den Fall erlebt hat. Das Gute an den Polizeifällen ist, dass ich nur erfahre, wer das Opfer war. Ansonsten habe ich keine Akteneinsicht. Uns wird ja immer wieder vorgeworfen, wir würden unsere Klienten im Vorfeld googeln oder alles an ihrer Körpersprache ablesen.

Wenn Sie wirklich an der Lösung eines Kriminalfalls beteiligt waren, wäre das doch ein super Glaubwürdigkeitsbeweis.
Voggenhuber: Für mich als Medium schon. Aber wenn ich damit aus Werbezwecken an die Öffentlichkeit ginge, wäre ich als Privatperson ziemlich dumm. Oft handelt es sich beispielsweise um Delikte von Drogenbanden, und wer würde mich da schützen? Zudem möchte auch kaum eine Polizei öffentlich dazu stehen, dass sie einen Fall mit Hilfe eines Mediums gelöst hat.

Sie sind ein Star in der Esoterik-Szene. Hat dies auch mit Ihrem untypischen Aussehen – Jeans, Turnschuhe, Piercings und Tattoos – zu tun?
Voggenhuber: Am Anfang war das alles andere als ein Vorteil. Als ich 27 war – ich sah aus wie etwa 19 –, kamen Klienten zu mir, die sagten: «Ich habe einen Termin

mit deinem Vater.» Als sie erfuhren, dass ich das selber bin, waren sie teils geschockt. Darum habe ich damals die Geld-zurück-Garantie eingeführt: Wenn eine Sitzung nichts bringt, muss man auch nichts bezahlen. Als später mein erstes Buch und Interviews in Zeitungen erschienen, begann mein jugendlicher Look plötzlich zu einem Markenzeichen zu werden. In der Esoterik-Szene hat man mich hingegen eher schräg angeschaut, bis man feststellte, dass ich als Medium wirklich etwas taue.

Das sehen aber nicht alle so. Wie gehen Sie damit um, wenn Sie öffentlichs Spinner oder Scharlatan bezeichnet werden?
Voggenhuber: Wenn dies jemand als seine persönliche Meinung äussert, kann ich es verkraften. Meistens sind das Leute, die mich nie kennen gelernt haben. Wenn aber Sachverhalte extra verdreht werden, um mich als Person anzugreifen, und es gar nicht mehr um meine Fähigkeiten als Medium geht, dann trifft mich das schon. Gerade kürzlich wurde mir in einem Artikel unterstellt, ich würde behaupten, ich werde von Adidas gesponsert, obwohl dies gar nicht stimme.

Und, stimmt es denn?
Voggenhuber: Nein. Ich habe das auch nie behauptet. Ich habe Adidas auf meiner Homepage unter «Partner» erwähnt, weil ich dort wie andere prominente Personen als sogenannter «Freund des Hauses» gelte. Das heisst, ich werde mit Muster-Kleidern ausgestattet. Das ist alles. Ein Sponsoring ist das ganz klar nicht. Das wurde dem betreffenden Journalisten eigentlich auch so mitgeteilt.

Wie lassen sich Menschen am ehesten überzeugen, dass Sie wirklich können, was Sie behaupten?
Voggenhuber: Manchmal kann ich wirklich konkrete Namen von Menschen oder

Orten nennen oder auch Daten. Aber harte Kritiker lassen sich auch davon kaum überzeugen. Wenn ich etwa sage, «Die Frau, die deine Adoption damals bewilligt hat, hiess Rosa», heisst es immer: «Rosa hiess ja fast jede Frau zu jener Zeit.» Tja, klar, aber dafür kann ich nun wirklich nichts. Zudem habe ich noch nie jemanden gezwungen, zu mir an eine Sitzung zu kommen. Es ist alles freiwillig.

Haben Sie manchmal die Schnauze voll von all der Feinfühligkeit?
Voggenhuber: Eigentlich nicht. Aber es ist mir sehr wichtig, den Boden der Realität bei all dem «Feinfühligem» nicht zu verlieren. Ich gehe darum gerne mit meinen Kumpels an einen FCB-Match oder zum Kickboxen. Es tut gut, das männliche Element immer wieder mal zu spüren, denn an meinen Vorträgen bin ich sehr viel von Frauen umgeben. Ich fange teils selber schon fast an zu reden wie eine Frau (lacht).

Haben Menschen in Ihrem Umfeld Angst, dass Sie wie ein Scanner durch sie hindurchblicken könnten?
Voggenhuber: Von meiner Mutter habe ich die Angewohnheit, den Leuten beim

Abschied jeweils zu sagen: «Pass auf dich auf.» Da sagten schon manche ganz erschrocken: «Wieso? Siehst du etwas?» Aber grundsätzlich: nein. Meine Freunde wissen, dass ich ihnen nicht ständig die Aura interpretiere. Ich habe noch viele

«Wir haben keine Räucherstäbchen zu Hause.»

Freunde aus meiner Zeit als Fernsehmoderator oder als Schauspieler und vom Kampfsport. Und ich bin auch deshalb gerne mit ihnen zusammen, weil ich dann nicht immer über Medialität reden muss.

Ist Ihre Freundin auch hellsichtig?
Voggenhuber: Ich würde mal sagen, sie nimmt auch sehr vieles wahr. Sie arbeitet mit geistigem Heilen. Wir werden oft gefragt, ob unser Sohn nun wie Harry Potter oder Buddha aufwächst. Bei uns dreht sich aber überhaupt nicht alles um die Medialität. Wenn man sich vertraut, muss man sich gegenseitig nicht ständig

Chili con carne mit roten und gelben Linsen mit Curry. Auch ein Salat mit drei verschiedenfarbigen Linsen mundet herrlich und sieht auch noch spitze aus. Oder wie wärs mit einem Lauch-Linsen-Ragout zu Fisch und Geflügel? Mit Linsen-Frikadellen? Mit einem Linsen-Kastanienbraten? Wer im Internet sucht, wird schnell fündig.

Aber es darf natürlich auch etwas Heimisches und Bewährtes sein. Nachfolgend ein von mir besonders geschätztes Rezept mit Linsen aus dem Repertoire von Betty Bossy.

Rezept: Linseneintopf mit Waadtländer Saucisson

Zutaten für 2 bis 3 Personen:
80 g Speckwürfeli; 200 g Lauch, in Ringe geschnitten; 7 dl Wasser; 400 g festkochende Kartoffeln, in Würfel geschnitten; 150 g braune Linsen (roh, nicht eingeweicht); 1 Lorbeerblatt; 1 Waadtländer Saucisson (zirka 350 g); Salz und Pfeffer zum Abschmecken; frischer Peterli zum Dekorieren

Zubereitung:
1. Speckwürfeli im Brattpf knusprig braten, herausnehmen, Hitze reduzieren.
2. Lauch in Ringen andämpfen.
3. Wasser, Kartoffeln, Linsen und Lorbeerblatt begeben, aufkochen, Hitze reduzieren.
4. Gebratene Speckwürfeli darunter-mischen.
5. Saucisson auf das Linsengericht legen. Zugedeckt bei kleiner Hitze zirka 40 Minuten schmoren lassen. Evtl. noch etwas Wasser nachgiessen. Tipp: Ich gebe immer noch einen «Gutsch» Weisswein dazu. Die Säure macht das Ganze besonders pfiffig. Oder kürzlich habe ich es mit ein paar Spritzern Aceto Balsamico di Modena versucht. Ein wunderbares Geschmackserlebnis!
6. Abschmecken mit Salz (zirka 1 bis 1½ gestrichene Teelöffel) und wenig Pfeffer.
7. Vor dem Servieren Lorbeerblatt entfernen. Saucisson in Scheiben schneiden. Tipp: Vor dem Reinstechen in die Wurst ein Stück Brot unter die Gabel. Der Saft spritzt so ins Brot und nicht ans Hemd.
8. Saucisson auf die Linsen und Kartoffeln anrichten. Mit Petersilie dekorieren.

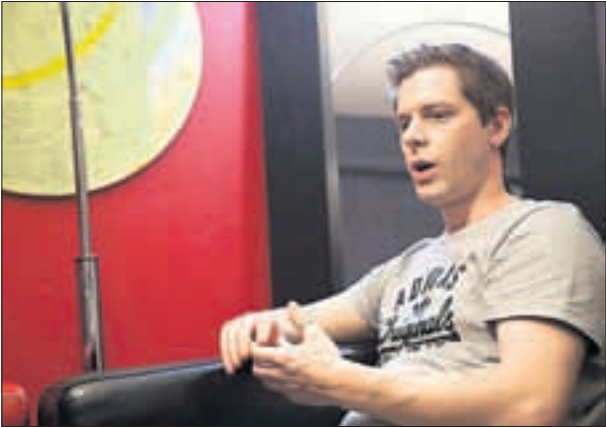
die Aura checken, um herauszufinden, ob der andere auch treu ist. Wir haben übrigens auch keine Räucherstäbchen zu Hause (lacht).

Ihr Sohn heisst Shane. Wie kamen Sie auf den Namen?
Voggenhuber: Das ist die irische Form von Johannes und heisst «Gott ist gnädig». Aber das ist Zufall. Wir fanden den Namen einfach cool.

Haben Sie sich durch seine Geburt verändert?
Voggenhuber: Früher musste ich immer schmunzeln, wenn jemand sagte: «Wenn dein Kind lächelt, ist alles Schwere vergessen.» Heute muss ich sagen, es ist nochmals eine ganz andere Art von Heimkommen, wenn du die Türe aufmachst, und dein Sohn strahlt dich an.

Ihr aktuellstes Buch wendet sich an Eltern, deren Kind gestorben ist. Was macht Sie als frischgebackener Vater kompetent in diesem Thema?

Voggenhuber: Während der Schwangerschaft war meine Freundin 19-mal auf dem Notfall, und jedes Mal hiess es, das Kind werde nicht überleben. Während dieser Zeit stand ich jeden Abend auf einer Bühne und versicherte den Leuten, dass sie sich keine Sorgen zu machen brauchen, denn es geht weiter nach dem Tod. Als Privatperson spürte ich andererseits die entstehenden Vatergefühle und eine Vorahnung des Schmerzes, falls mein Kind nicht überleben würde. Es war die brutalste Zeit meines Lebens, sie hat mir aber auch eine enorme Kraft gegeben. Ich verstehe jetzt jeden Vater und jede Mutter anders, auch wenn ich den Tod zum Glück nicht miterleben musste. Shane ist heute völlig gesund. Viele fragten mich in jener harten Zeit: «Wie schaffst du das?» Und ich sagte: «Weil ich wirklich an das glaube, was ich erzähle.»



Pascal Voggenhuber über die Beziehung mit seiner Partnerin: «Bei uns dreht sich überhaupt nicht alles um die Medialität.» Bild Peter Dafinger