

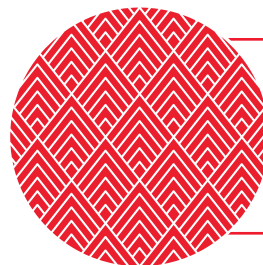
Island

Sabine Burger
Alexander Schwarz

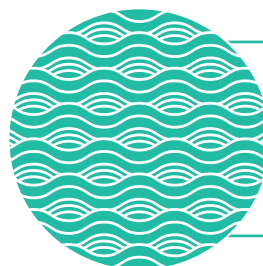
SOUL PLACES

Die Seele
Islands
spüren

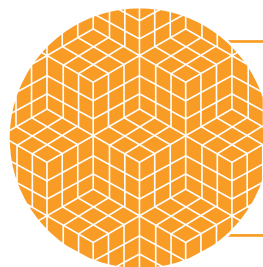
**Jeder Soul Place in diesem
Buch hat eine ganz
besondere Atmosphäre:**



Menschen treffen, **Abenteuer**
erleben und Island mit allen
Sinnen genießen



Sich treiben lassen, **Ruhe**
finden, entspannen und die
Natur entdecken



Den eigenen **Geist** öffnen
für Kultur, Architektur, Religion
und Kunst

Im Anschluss an das Inhaltsverzeichnis gibt es
weitere inspirierende Assoziationen zu den drei
Kategorien.

Island

**SOUL
PLACES**

Sabine Burger
Alexander Schwarz



Góðan daginn,

... og velkomin á Íslandi, dieser sagenumwobenen Insel weit draußen im Nordatlantik. Jahrhundertlang hatten die Isländerinnen und Isländer nur wenig Kontakt zur Außenwelt, was die Winter noch dunkler und die Sommer noch heller machte. Das raue Klima auf der Insel prägt die Seele dieses Volkes, dessen Anfänge im 9. Jahrhundert sich heute so spannend wie brutal lesen: So waren die ersten Isländer in Norwegen für vogelfrei erklärte Straftäter, die ersten Isländerinnen Frauen von den Hebriden, die von den Männern entführt wurden.

In einem Land, dessen faszinierende Natur in Form von riesigen Gletschern mit ihren sich stets verändernden Eismassen und aktiven Vulkanen mit einem Wechselspiel aus rumorender Erde, feuer-speienden Bergen und dampfenden Lavaströmen sich ständig neu gestaltet, sind auch die Bewohnerinnen und Bewohner erstaunlich unkonventionell, kreativ und spontan. Alles scheint möglich und für jedes Problem findet sich eine Lösung.

Das isländische Volk liebt seine Traditionen und hält sie nicht nur in Ehren, sondern hat sie oft in den Alltag integriert. Die Welt aus sichtbaren und unsichtbaren Wesen, die auch die Erzählungen und Lieder der Sagas und Eddas bevölkern, hat dabei einen beachtlichen Einfluss auf das Inselleben. Neben den Lebewesen, die sich dem menschlichen Auge ohne Weiteres zeigen – ohne Pferde und Schafe wäre ein Überleben jahrhundertlang unmöglich gewesen – sind die Isländerinnen und Isländer auch von *Huldufólk* umgeben, den verborgenen Völkern, zu denen die Elfen, Trolle, Zwerge und Riesen gehören.

Wir freuen uns, Ihnen die Seele Islands, diese einzigartige Mischung aus extremer Natur und unglaublicher Geschichte in 80 Soul Places näherbringen zu dürfen.

Sabine Burgel und
Alexander Schwarz

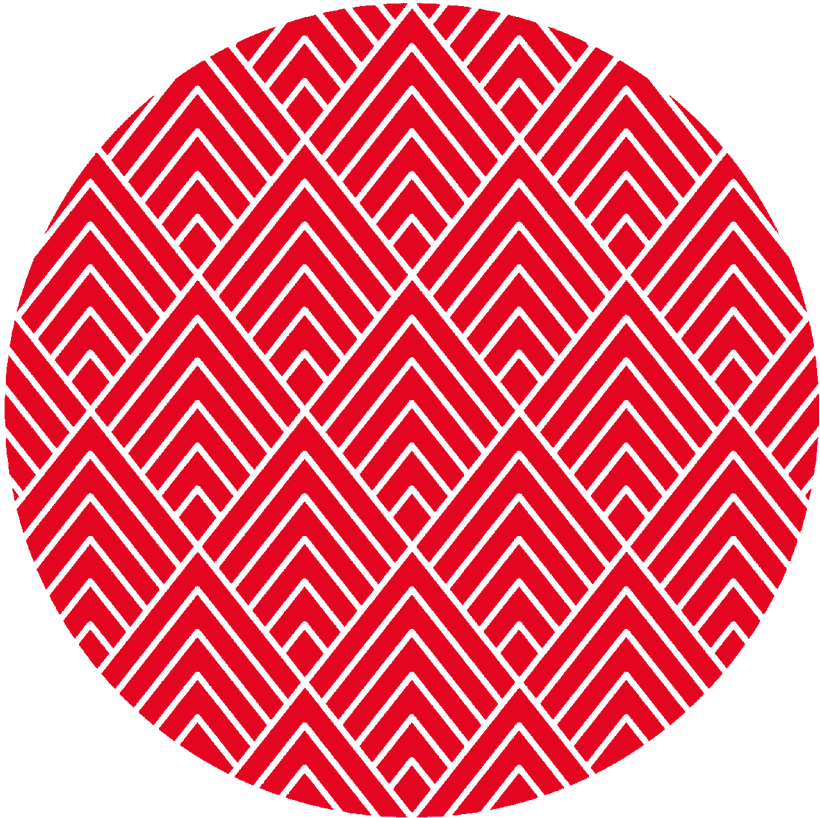
Inhalt

- 1 Soziale Interaktion im heißen Wasser – Hot Pots.
- 2 Sprache verbindet. Ein rundum schützenswertes Gut.
- 3 Das Alþingi – Zentrum der Demokratie.
- 4 Essen für Tollkühne. Die Speisen beim Þorrablót.
- 5 Sjómannadagur. Ein Fest zu Ehren aller Seeleute.
- 6 Natur und Musik im Einklang – die Harpa begeistert.
- 7 Wie Sagas und Eddas die Isländer bis heute begleiten.
- 8 Die unbeachtete Schönheit im Herzen Reykjavíks.
- 9 Kuschelich und warm. Der beliebte Lopapeysa.
- 10 Kontroverse Architektur: Blickfang in Reykjavík.
- 11 In der Jurtaapótek ist alles biologisch und gesund.
- 12 Die Schutzgeister wachen über die Isländer.
- 13 Höfði húsið. Der Geist der Vergangenheit.
- 14 Die Stadt ist auf den Beinen: Kulturnacht in Reykjavík.
- 15 Mit farbenfrohen Kostümen für Toleranz einstehen.
- 16 Die Ásatrú: Ein alter Glaube geht mit der Zeit.
- 17 Rímur – die historischen Lieder Islands a cappella.
- 18 Zwischen Bienen und Blumen im Grasagarðurinn.
- 19 Über den Weltfrieden sinnieren auf Viðey.
- 20 Bessastaðir – der erste Siedler und der Präsident.

- 21** Wikinger und ihre Schiffe: Njarðvík.
- 22** Den heidnischen Göttern ganz nah.
- 23** Hvalsneskirkja. In Gedenken an Hallgrímur Pétursson.
- 24** Es blubbert, dampft und zischt in Gunnhver.
- 25** Erholung für Körper und Geist in der Blauen Lagune.
- 26** Natürliche Heilkräfte – die Pflanze Arznei-Engelwurz.
- 27** Halldór Kiljan Laxness: Meister der Literatur.
- 28** Wanderungen zu den heißen Quellen im Reykjadalur.
- 29** Skálholt – verlassenes Dorf mit immenser Geschichte.
- 30** Gullfoss: Tosende Wassermassen stürzen in die Tiefe.
- 31** Sonnenstrahlen brechen in meterhohen Fontänen.
- 32** Þingvellir – dramatische Landschaft, Wiege der Nation.
- 33** Feierlichkeiten im ganzen Land – rundum traditionell.
- 34** Hoch hinaus – Sportler und Genießer auf der Esja.
- 35** Eine unerwartete Blütenpracht auf ganz Island.
- 36** Landnahme und Egils saga bildlich präsentiert.
- 37** Klatsch, Tratsch und Alkohol an Borganes Tankstellen.
- 38** Auf den Spuren des Snorri Sturluson in Reykholt.
- 39** Zwei Wasserfälle, eine Legende und viele Beeren.
- 40** Die Besiedlung Islands und Entdeckung Amerikas.

- 41 Der erfrischende Saft des Lebens aus der Quelle.
- 42 Der Snæfellsjökull Nationalpark: Wunder der Natur.
- 43 Flatey: Eine kleine Insel im Rampenlicht.
- 44 Blick aufs Meer, die Füße im Sand, Idylle pur.
- 45 Geräusche der Natur. Am Nistplatz der Papageitaucher.
- 46 In den Tiefen des Meeres lauern sie. Meeresungeheuer.
- 47 Eine Hommage an den Architekten Islands.
- 48 Hautnah am donnernden Wasserfall Dynjandi.
- 49 Wenn der Himmel von Grün durchzogen wird.
- 50 Heißt alle die ersten Sonnenstrahlen willkommen!
- 51 Geschichte der Hexerei – nichts für schwache Nerven.
- 52 Islandpferde: Urlaub mit den unentbehrlichen Helfern.
- 53 Wie im Auenland: Häuser aus alter Zeit in Glaumbær.
- 54 Das starke Geschlecht: Frauen als Vorreiterinnen.
- 55 Bischofssitz, Pferde und Tourismus im kleinen Hólar.
- 56 Das Freibad im Winter ist gut für Körper und Geist.
- 57 Reichtum durch Fisch: Heringsmuseum in Siglufjörður.
- 58 Bis über den nördlichen Polarkreis auf Grímsey.
- 59 Warum Weihnachten auf ein Mal im Jahr beschränken?
- 60 Querfeldein durch Niemandsland. Ein Abenteuer.

- 61** Trolle im Lavafeld. Die Natur bestärkt den Glauben.
- 62** Ruhe finden in einem aktiven Lavafeld – Mývatn.
- 63** Die Lóa kündigt den Frühling an. Ein Ort für Vogelfans.
- 64** Ein großer Schritt für die Isländer in Húsavík.
- 65** Wo ein Gott die Erde berührte. Ásbyrgi bezaubert.
- 66** Alles rund ums Schaf. Réttir – eine lebendige Tradition.
- 67** Das Leben in alter Zeit: Bustarfell zeigt es.
- 68** Mythos oder wahre Begebenheit? Islands Seemonster.
- 69** Ein Küstendorf besticht durch Farbenvielfalt.
- 70** Mitten in einem nordischen Krimi: Trapped.
- 71** Tauschhandel im Kaupfélagið.
- 72** Bei Sturm und Schnee auf den Berg Harðskafi.
- 73** Weiße Eleganz auf schwarzem Sand am Jökulsárlón.
- 74** Gletscherwandern. Gefährlich, doch aufregend.
- 75** Zu farbenfrohen Bergen wandern im Fjallabak.
- 76** Wenn die Erde bebt. Vulkanausbrüche hautnah.
- 77** Þórsmörk. Ein wildes, grünes Paradies.
- 78** Auf Schatzsuche unter dem Wasserfall – Skógafoss.
- 79** Die Tragödie des Trollschiffes: Fabelwesen bei Vík.
- 80** Mini-Insel mit riesiger Geschichte – Heimaey.



**Leidenschaft ist immer
siegreich.**

Theodor Fontane

Das Leben erleben

Die Kultur schmecken

Den Puls spüren

VOLLER >>>>
ENERGIE &
TATENDRANG



Genuss

Momente
für die
Ewigkeit
schaffen

SICH INS

ABENTEUER

STÜRZEN



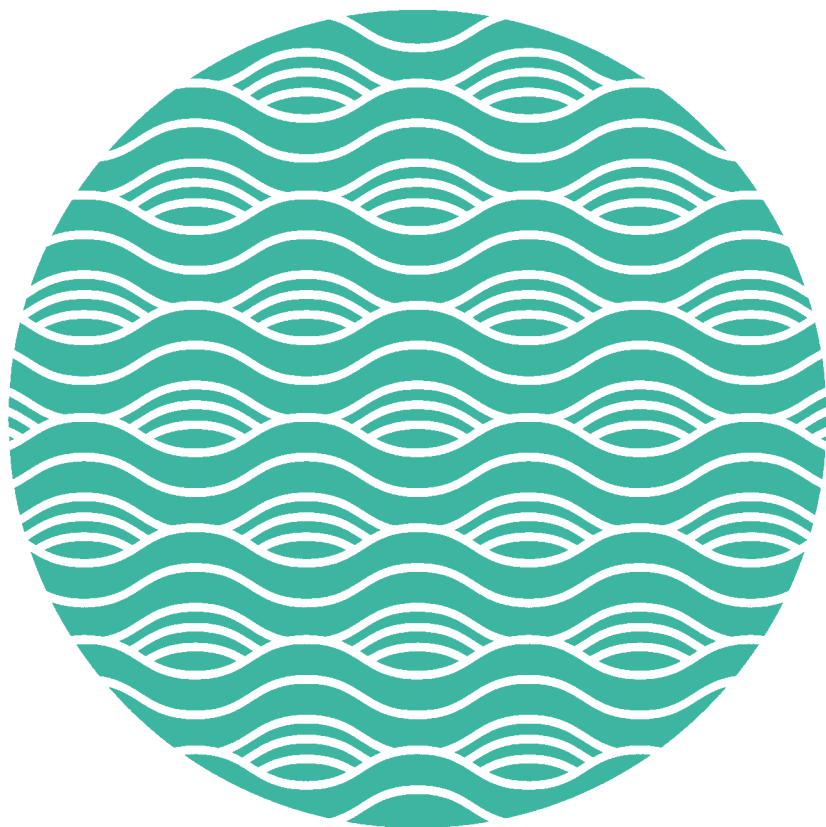
NEUE BEKANNTSCHAFTEN
SCHLESEN
SCHLESEN
SCHLESEN



#eintauchen

kommunikativ
sein





**Es gibt keine richtige Art, die Natur
zu sehen. Es gibt hundert.**

Kurt Tucholsky

BREATHE IN
BREATHE OUT



ZUR MITTE FINDEN



Natürlich
Natürlich
Natürlich
schön



*Heilende
Ruhe*

EINE PAUSE MACHEN

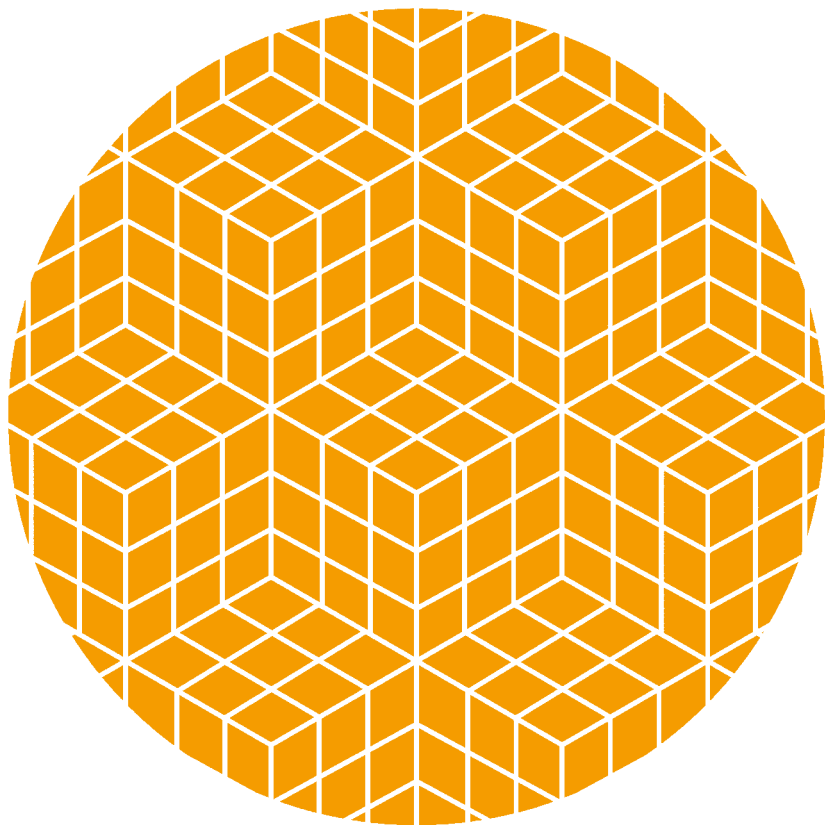


#Achtsamkeit

into the

unknown

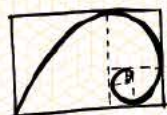




**Der Geist spricht zum Geist
und nicht zu den Ohren.**

Giacomo Girolamo Casanova

Bewusstsein



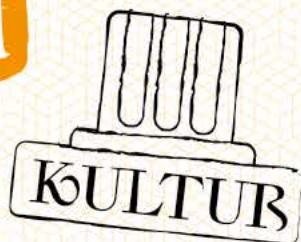
1²3

Once upon
a time ...

Den Geist
beschäftigen



Kreativität
IST EIN
Fluss



MYSTIK
& **MAGIE**

NEUE
PERSPEKTIVEN
GEWINNEN



Das wahre Leben spielt sich tagtäglich im Wasser ab.

Was treibt einen denn nur dazu, bei zweistelligen Minusgraden freiwillig in ein Freibad zu gehen und sich dann in einen *heitur pottur*, einen *Hot Pot*, zu setzen? Tatsächlich gibt es wohl nichts Wohltuenderes, nichts Entspannenderes, als sich vor allem im Winter in die *Heißen Töpfe* zu setzen und sich vom Wasser aufwärmen zu lassen.

Für Körper und Geist

Die meisten Isländer gehen erst gar nicht in das Schwimmbecken, sondern setzen sich gleich in eines der Wasserbecken. In den meisten Bädern gibt es gleich mehrere. Man fängt an mit 36–38°C, und arbeitet sich dann hoch auf 38–40°C. Wem es dann immer noch nicht genug ist, der kann sich auch in 40–42°C heißes Wasser trauen. Aber Achtung beim Verlassen des Beckens: Langsam, tief atmen und Schritt für Schritt. Unterschätzt man die Hitze und ist nicht langsam genug, kann man leicht das Bewusstsein verlieren.

Soziale Interaktion

Je nachdem sitzen die Menschen ruhig und in Gedanken versunken in aller

Ruhe im *Hot Pot*. Aber vor allem nach Büroschluss, wenn sich die Bäder und damit auch die *Hot Pots* füllen, geht das Geschnattere los. Hier trifft man sich, um ausgiebig zu diskutieren, über Politik, die Wirtschaft und die Familie, kurz, über die kleinen und großen Probleme der Welt. Hier werden Beziehungen geknüpft und Geschäfte abgeschlossen. Es gibt fast nichts, was nicht im *Hot Pot* besprochen wird, und es wäre nicht das erste Mal, dass sich Neuigkeiten, auch in Zeiten der sozialen Medien, zunächst hier verbreiten.

Der größte *Hot Pot* wird im Vesturbærund in Reykjavík mit Wasser gefüllt. Hier herrscht anscheinend der meiste Redebedarf. Und man sollte sich nicht täuschen, Isländer halten es oftmals dank täglicher Übung locker eine Stunde oder länger in dem warmen Wasser aus. Wahrscheinlich wäre ein Überleben auf der Insel in früheren Zeiten ohne die natürlichen heißen Quellen in den harschen isländischen Wintern gar nicht möglich gewesen. Kein Wunder also, dass sie ein fester Bestandteil des alltäglichen Lebens der meisten Isländer sind.



Wo?

Vesturbærlaug, Hofsvallagata,
107 Reykjavík; <https://reykjavik.is/vesturbæjarlaug>

Wann?

Das ganze Jahr über, von frühmorgens bis spätabends.

Wichtiges

Jedes Schwimmbad hat mehrere *Hot Pots*. Zu jeder Tageszeit und bei jedem Wetter geeignet. Die ultimative Entspannung nach einem erlebnisreichen Tag. Und die beste Art, sich im Winter von innen so richtig aufzuwärmen.

Sprache als Heimat. Verbindung zwischen Menschen, Vergangen- heit und Gegenwart.

Etwas, worauf die Isländer ganz besonders stolz sind, ist ihre Sprache. Seit Jahrhunderten erzählen Isländer Geschichten und singen Lieder. Dichter und Barden besaßen großes Ansehen und auch heute noch werden Poeten und Schriftsteller hoch geschätzt.

Velkomin heim!

Reist man mit der isländischen Fluggesellschaft *Icelandair* an, beginnt die isländische Ansage nach der Landung in Keflavík mit *Velkomin heim!* (Willkommen zu Hause!) Man geht wohl ganz selbstverständlich davon aus, wer dies versteht, gehört auch hierher. Die Sprache verbindet untereinander, schließlich sind es nur sehr wenige Menschen, die diese erhalten. Aber das Isländische schafft auch eine Verbindung zwischen Vergangenheit und Gegenwart. Es erfüllt die Isländer mit Stolz, dass sie die Sagas noch immer im Original lesen und verstehen können, während uns das mit mittelalterlichen Texten nicht mehr ohne Wörterbuch und Grammatik gelingt.

Schützenswertes Gut

Um die Sprache so gut wie möglich vor fremden Einflüssen zu schützen, gibt es zwei Sonderkommissionen. Eine davon überträgt moderne Wörter ins Isländische: Ein Computer – *tölva* – setzt sich zusammen aus den Worten *tölur* (Zahlen) und *völva* (Wahrsagerin), ein Telefon heißt *sími* (Faden) und ein Mobiltelefon – *farsími* – erhält die Vorsilbe von *að fara* (gehen, reisen, fahren). Eine weitere Kommission schützt die isländischen Namen, indem sie in regelmäßigen Abständen eine Liste mit offiziell zugelassenen Vornamen herausgibt.

Für die isländische Universität HÍ wurde im Herbst 2023 das Forschungs- und Lehrzentrum für isländische Literatur- und Sprachwissenschaft fertiggestellt, das gleichzeitig das Árni Magnússon Institut beherbergt, in dem zu den alten Manuskripten der Sagas geforscht wird. Dessen Name Edda verbindet wiederum die Vergangenheit mit der Zukunft und ist zugleich urisländisch, denn er schlägt eine Brücke von den alten Sagas zu einem immer noch beliebten weiblichen Vornamen.



Wo?

Edda, Hús íslenskra fræða,
Arngrímsgata 5, 107 Reykjavík,
www.hi.is; Arni Magnússon
Institut: www.arnastofnun.is

Wann?

Das ganze Jahr über

Wichtiges

Von Aa bis Ó: Das isländische
Alphabet hat 32 Buchstaben,
also einige mehr als wir, obwohl
es nicht einmal ein C, Q, W oder
Z gibt: A, Á, B, D, Ð, E, É, F, G, H, I,
Í, J, K, L, M, N, O, Ó, P, R, S, T, U, Ú,
V, X, Y, Ý, þ, æ, ö

Das Zentrum der Demokratie. Ein Gebäude so unscheinbar wie immens wichtig.

1799 hatten die dänischen Machthaber das isländische Parlament in Þingvellir aufgelöst. 1844 wurde es zunächst als beratendes Organ wieder eingesetzt. 1881 konnte die erste Sitzung im neuen Parlamentsgebäude im Zentrum Reykjavíks gehalten werden.

Klein, aber fein

Das Gebäude steht auf der breiten Seite des Austurvöllur. Das Zentrum der Demokratie befindet sich damit auf dem zentralen Platz im Herzen der Hauptstadt. Für isländische Verhältnisse ein großes Gebäude (nun ja, das Hotel auf dem Platz um die Ecke ist schon wesentlich größer), wirkt es als Parlament doch recht bescheiden. Besonders wenn man es mit den pompösen und prunkvoll angelegten Bauten vergleicht, die in anderen Ländern die Regierung einer Nation repräsentieren. Zusätzlich muss man sich vorstellen, dass zu Beginn sogar noch Teile der Universität und ein Museum hier untergebracht waren. So hat man es zwar mit einem unauffälligen Gebäude mit zurückhaltend wirkender Architektur zu tun, doch das tut dem Stolz, den die Isländer angesichts einer über tausend-

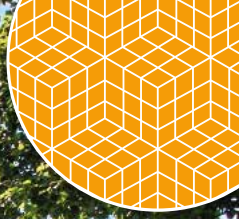
jährigen parlamentarischen Geschichte verspüren, keinen Abbruch. Auf der Fassade findet man über den äußeren Fenstern die vier Schutzmächte Islands abgebildet. Obwohl Island selbst nie einen König und nicht einmal Adel kannte, thront mittig unter dem Dach die dänische Königskrone – des damaligen Kolonialherren Islands.

Unruhen

Der eigentliche Parlamentssaal befindet sich hinter den mittleren Fenstern der ersten Etage. Eine Bannmeile sucht man hier vergebens. Daher tat hier das (für isländische Verhältnisse) aufgebraute Volk in einer Anzahl und Emotion bis dahin unbekanntem Ausmaßes ihrem Unmut während der Finanzkrise 2008 auf dem Rasen des Austurvöllur direkt vor dem Parlamentsgebäude kund.

An schönen Tagen kann man sich hier aber auch einfach gemütlich ins Gras legen und die Sonne genießen.

Hoch auf einem Sockel stehend, so dass er auch einen guten Einblick ins Plenum hat, erinnert Jón Sigurðsson, der „Architekt“ des heutigen Islands, die Parlamentarier an ihren Auftrag, ihr Mandat zum Wohle des Volkes auszuüben.



Wo?

Austurvöllur, mitten im Zentrum Reykjavíks

Wann?

Das ganze Jahr über

Wichtiges

An der Rückseite des Parlaments befindet sich seit 1893 der älteste öffentliche Garten Islands. Sein Gründer, der Parlamentarier Tryggvi Gunnarsson, liegt hier begraben.