

TEXT ZUM HÖRVERSTEHEN

DIE ERSTE FLASCHE SEKT

Ich war gerade siebzehn geworden, als ich mich „wahnsinnig“ in die kleine sechzehnjährige Inge verliebte. Wir hatten uns im Schwimmbad kennen gelernt. Seit dieser Zeit lud ich sie oft in eine Eisdielen ein. Immer, wenn ich an Inge dachte – und das geschah hundertmal am Tag – freute ich mich sehr. Kam sie dann wirklich, so vergaß ich all die schönen Sätze, die ich ihr sagen wollte. Schüchtern saß ich neben meinem Mädchen. Inge musste das gemerkt haben, denn sie ermunterte mich.

Dadurch wurde natürlich mein Selbstvertrauen gefestigt und ich entschloss mich, „meine“ Inge regelmäßig in die Eisdielen oder zum Baden einzuladen. Das ging so lange gut, bis mir Inge eines Tages sagte: „Ich habe nun genug von der Eisdielen. Eisdielen sind etwas für kleine Kinder und ich möchte auch mal so richtig ausgehen und Sekt trinken wie meine große Schwester...“

Zuerst tat ich so, als hätte ich gar nichts gehört; dann aber vernahmten meine Ohren das Wort Sekt. Ich fühlte mich verlegen, weil mein bisschen Taschengeld schon fast verbraucht war. Trotzdem ließ ich mir nichts anmerken, sondern sagte gleichgültig: „Sekt – warum nicht?“ Was tut man nicht alles, wenn man verliebt ist.

Ich sparte so lange, bis das Geld eines Tages reichte. Dann führte ich meine Flamme in das beste Lokal der Stadt. Dort umgab uns leise Musik, die Ober glitten lautlos hin und her.

Nachdem wir an einem der kleinen Tische Platz genommen hatten, musste ich mich sehr zusammennehmen, um Inge und mich nicht zu blamieren. Ich rief also nach dem Ober und bestellte, so nachlässig und gleichgültig ich in meiner Aufregung nur konnte, eine Flasche Sekt. Der Ober – es war ein älterer, würdiger Herr mit grauen Schläfen und freundlichen Augen – verbeugte sich diskret und wiederholte ernst und feierlich: „Eine Flasche Sekt für die Herrschaften... Sofort bitte“.

Er hatte uns also akzeptiert, denn nicht das leiseste spöttische Lächeln glitt über sein Gesicht. Es war doch gut, dass ich meinen Anzug und den neuen roten Binder trug, den mir Frieda geschenkt hatte. Aber auch die anderen Gäste schienen uns für voll zu nehmen. Na ja, immerhin war ich schließlich schon siebzehn. Inge hatte das elegante schwarze Kleid ihrer Schwester angezogen. Der Ober kam zurück, stellte zwei Gläser auf den Tisch und öffnete – eine schneeweiße Serviette um die Flasche geschlungen – den Flaschenverschluss. Dann goss er das perlende Festgetränk in unsere Sektdgläser. Es war einfach herrlich. Wir fühlten uns wie in einer anderen Welt. „Auf unsere Liebe!“ sagte ich und hob mein Glas, um mit Inge anzustoßen, die mich mit großen Rehaugen selig anblickte.

Beim zweiten Glas zog Inge ihre Hand nicht mehr zurück, als ich sie streicheln wollte. Und beim dritten durfte ich ihr sogar einen heimlichen Kuss geben. Der Sekt war wunderbar. Inge meinte, sie sei schon etwas beschwipst, uns auch mir

war ziemlich heiß geworden. Leider aber war die Flasche nun leer. Verstohlen blickte ich auf die Weinkarte, **ob wir noch eine zweite Flasche bestellen konnten – aber nein, mein Taschengeld reichte nicht mehr.** So rief ich schweren Herzens den Ober, um zu zahlen.

„Sofort, Herr Doktor!“ antwortete mir der Ober. Donnerwetter, mir fehlten richtige Worte, um meine Gefühle zu beschreiben, und ich war stolz zugleich. Auch Inge hatte es gehört und strahlte mich verzückt an. Dann aber kam unser vornehmer Ober zurück. **Er hatte die Rechnung auf ein silbernes Tablett gelegt.** Als er sich wieder entfernt hatte, drehte ich – so ganz nebenbei – den Zettel und las: **„1 Flasche Fruchtsprudel mit Bedienung: 5.10 Mark“.** Darunter stand: „Bitte verzeiht mir, Kinder, aber ich wollte kein Spaßverderber sein. Euer Ober“. Das hat aber Inge nie erfahren.

LÖSUNGSSCHLÜSSEL, 10

I. 1.in; 2.in; 3.an; 4.aus; 5.über; 6.über;7.zu; 8.am; 9.für; 10.aus; 11.für; 12.für;
13.Im; 14.in; 15.im

II. (16) 1d; (17) 2e; (18) 3a ; (19) 4c ; (20) 5b

III.

Nachdem ihn seine Frau verlassen (21) hatte (21), weil er behauptete (22), alles im Haushalt besser zu können (23), musste (24) ein junger Mann aus einer französischen Kleinstadt seinen Haushalt selbst führen (25). Eines Tages wollte (26) er einen besonders problematischen Fleck aus seiner Wäsche entfernen (27). Er hatte (28) von seiner Mutter gelernt (28), das Benzin besondere Reinigungskraft hat (29). Deshalb schüttete (30) er Benzin statt Waschpulver in die Waschmaschine und ging (31) einkaufen (32). Als er zurückkam (33), fand (34) er seine Wohnung nicht mehr. Ein Funke in der Maschine hatte (35) eine Explosion verursacht (35), die die ganze Wohnung in Brand gesteckt (36) hatte (36). Der Fleck war (37) auch beseitigt (38).

IV. (39) A. gelegt; (40) B. einen Topf; (41) C. abgeschleppt; (42) D. zudrehen;
(43) E. sauer; (44) F. schicken; (45) G. vor; (46) H. Deutscher; (47) I. Margarine;
(48) J. an; (49) K. daran; (50) L. eine Tulpe

TEXT ZUM HÖRVERSTEHEN

SCHÜLERREFERAT ZUM THEMA „BIORHYTHMUS“

Ich habe ein Referat zum Thema „Biorhythmus“ vorbereitet und möchte euch einige Zusammenhänge darstellen.

Biorhythmus – was ist das? Vereinfacht kann man sagen, dass das **so etwas wie die „innere Uhr“ von Lebewesen ist.**

Gucken wir erst einmal in die Wissenschaftsgeschichte: Schon seit drei Jahrhunderten sind Wissenschaftler nämlich auf der Suche nach der „inneren Uhr“.

Bereits im Jahr 1729 beobachtete ein französischer Forscher, wie eine Blume auf der Fensterbank ihre Blüten morgens öffnete und abends schloss. Die Pflanze hielt ihren Rhythmus auch bei, als der Forscher sie auf einen dunklen Schreibtisch stellte. Wie lässt sich das erklären? Offenbar, so folgerte er, wird die Stellung der Blütenblätter – also offen oder geschlossen – nicht vom Sonnenlicht beeinflusst. Und so ist es tatsächlich: Die Pflanzen beginnen schon vor Sonnenaufgang damit, ihren Stoffwechsel so umzustellen, dass sie sofort beim ersten Lichtstrahl bereit sind, Energie zu gewinnen.

Auch Menschen haben solch eine biologische Uhr. Wir alle kennen das: Da wird man nachmittags um drei regelmäßig müde, egal ob man nachts gut geschlafen hat oder ob man ein üppiges Mittagessen verspeist hat. Ihr kennt das sicher auch von Partys: Irgendwann, mitten in der Nacht, kommt der tote Punkt. Dann wird man endgültig müde und beginnt zu frieren.

Sicher habt ihr auch schon mal von „Eulen“- und „Lerchen“-Typen gehört. **Als „Eulen“ bezeichnet man Menschen, die bis spät nachts aktiv sind. Sie stehen morgens nicht so gern früh auf und sind dann meistens noch ziemlich schläfrig. „Lerchen“ sind Menschen, die abends früher schlafen gehen, morgens früh aufstehen und sich dann sofort topfit fühlen.** Dies ist keine Frage der Lebenseinstellung, sondern hängt von einem Biorhythmus ab, der von Hormonen gesteuert wird. **Das hat man in den 70er Jahren in zahlreichen Untersuchungen herausgefunden.** Schlafforscher haben damals Freiwillige beobachtet, die isoliert wurden. Sie lebten wochenlang ohne Tageslicht, ohne Uhr und ohne Kontakt zur Außenwelt. Das Erstaunliche: Alle Versuchspersonen behielten so ungefähr ihren Rhythmus bei. Sie schliefen nachts, wachten morgens auf und hielten nachmittags ein kleines Schläfchen. Für die Forscher war dies der Beweis dafür, dass die Menschen nach einem täglich ungefähr gleich bleibenden Rhythmus leben.

Aber woher weiß unser Organismus eigentlich, wie spät es ist? Dieser Frage geht die Chronobiologie nach. **Chronobiologie – das ist die Wissenschaft, die Lehre von der biologischen Uhr. So glauben die Wissenschaftler an der Universität München, dass jede einzelne Körperzelle so ein zeitliches Programm besitzt.** Also gibt es im Grunde genommen nicht EINE innere Uhr, sondern bei Unmengen von Zellen im Körper Billionen von Zell-Uhren. **Die funktionieren in einem 24-Stunden-Rhythmus.** Damit all diese Zell-Uhren den gleichen Rhythmus haben, ist

ein Taktgeber notwendig. Und der sitzt in unserem Gehirn: Da gibt es einen bestimmten Nerven Kern, der – ähnlich wie ein Dirigent in einem Orchester – den Takt angibt. Dieser Nerven Kern reagiert auf das Tageslicht und passt den Zell-Uhren entsprechend an. Ich gebe euch mal ein Beispiel zur Verdeutlichung: **Wenn es dunkel wird, dann bildet der Körper das Hormon Melatonin.** Das macht müde und bereitet somit den Schlaf vor. Ab etwa drei Uhr nachts reduziert der Körper die Melatonin-Produktion und beginnt stattdessen mit der Bildung des Hormons Kortisol. **Kortisol mobilisiert die Energien.** Bei den Frühaufstehern, den „Lerchen“, setzt diese Umstellung von der Melatonin-Produktion auf die Kortisol-Produktion etwas früher ein, während es bei den Nachtschwärmern, den „Eulen“, ein bisschen länger dauert, bis sie auf das Tagesprogramm umschalten. Für die Gesundheit des Menschen ist es wichtig, dass er seinen Rhythmus insgesamt einhält. **Wer viel quer durch die Welt reist oder über Jahre im Schichtdienst arbeitet, der tut seinem Körper nichts Gutes an.**

Warum ist es dann so wichtig für den Körper, dass der Biorhythmus eingehalten wird? Nun, die Wissenschaft hat auch dazu einiges herausgefunden. **Bestimmte Heilungsprozesse** und Reparaturvorhänge des Körpers sind nämlich tageszeitlich geregelt. Und zwar **laufen sie während der Nacht ab.** Da werden zum Beispiel die Sinneszellen des Auges erneuert, Heilungsprozesse in der Leber laufen ab, usw. Denn **nur nachts bildet der Körper die Hormone, die zur Erneuerung der Zellen wichtig sind.** Das sollte man bedenken: Wer dieses System auf Dauer missachtet, der gefährdet seine Gesundheit.

Zwar ist es eine uralte Weisheit, dass wir auf unseren Körper hören sollen. Aber nun hat es auch die Wissenschaft bewiesen: Wer auf seinen Biorhythmus achtet, der kann ein ausgeglicheneres, erfolgreicherer und gesünderes Leben führen.

LÖSUNGSSCHLÜSSEL

I. 1. europäischen; 2. halb; 3. Österreich; 4. ist; 5. Bern; 6. spricht; 7. Sprachen; 8. Deutsch; 9. zweiter; 10. wird; 11. gibt; 12. Ausländer; 13. bekannt; 14. Herstellung; 15. Schokolade ; 16. chemische; 17. exportiert; 18. steigen; 19. Urlaub; 20. Gipfel; 21. Metern (0,5+0,5); 22. Seen; 23. größten; 24. Nordosten

II. (25) 1b; (26) 2e; (27) 3d; (28) 4c; (29) 5a

III. 30. an; 31. vor; 32. in; 33. für/durch; 34. von; 35. bei

IV. 36. deinen lieben; 37. meine lustige; 38. meine italienischen; 39. ein netter; 40. seiner kleinen; 41. heiße; 42. heißes; 43. die schweren; 44. zwei neue; 45. ein schönes; 46. eine schwarze; 47. blaues; 48. das rote; 49. dem tollen; 50. eine kleine süße