

# Be More Bee

WAS WIR VON BIENEN  
LERNEN KÖNNEN



ALISON DAVIES

Illustriert von Emily Mayor

„Bücher sind Bienen,  
die belebenden Pollen  
von einem Geist zum  
anderen tragen.“

JAMES RUSSELL LOWELL







## EINLEITUNG 6

IMMORTALITY 12

STAYING ALIVE 30

MORE THAN A WOMAN 48

HIVE TALKING 66

YOU SHOULD BE DANCING 84

I STARTED A JOKE 104

HOW DEEP IS YOUR LOVE 126



# Einleitung

Ich bin so etwas wie eine Bienenflüsterin. Es begann während eines Sommerurlaubs am Meer, als ich fünf war. Eines Nachmittags spielte ich nicht mit den anderen Kindern, sondern bestaunte eine große Hummel auf meiner Fensterbank. Diese See-Hummel, so üppig und munter, erschien mir viel eindrucksvoller als ihre Cousinen aus der Stadt. Ihr bauschiger Pelz und die goldenen Streifen ließen sie strahlend schön aussehen. Ich wollte sie streicheln, damit etwas von ihrer beseligenden Vitalität an mir haften blieb. Und das tat ich dann auch – vorsichtig natürlich – und ich erinnere mich bis heute, wie samtig sie sich anfühlte und wie gut ich mich fühlte, als ich diese erstaunliche Kreatur berührte. Seither streichle ich Bienen (wenn sie mich lassen).

Für mich ist die Biene: ein Wunder, ein begabtes und elegantes Geschöpf, eine Freundin der Erde und Vorreiterin der Girl Power. Sie ist ein Totem. Und ein Rätsel.



Seit Anbeginn der Zeit ist die Biene ein Symbol für Faszination. Sie ist eine faire Verbündete und wichtiger noch: Sie teilt ihre Liebe und den hart erarbeiteten süßen Lohn in Form des allheilenden Superfoods Honig.

Und ganz nebenbei ist sie auch noch eine wahre Ausdruckstänzerin mit fantastischen Moves und einem sagenhaften Rhythmusgefühl.



Bienen inspirieren – glauben Sie mir. Egal, ob Sie noch skeptisch oder schon Fan sind, Sie werden ihre Weisheit lieben und von ihnen lernen, höher zu fliegen, als Sie es je für möglich hielten. Sie müssen nur Ihr Herz und Ihren Verstand öffnen und mehr Biene sein! **Be more bee!**



„Jene Bienen, die Deinen  
süßen Mund zum Stock  
sich wählten, um Honig  
aus Deinen Werken zu  
sammeln, überdauern.“

THOMAS PECKE







Immortality

Bienen sind die Alchemisten der Natur. Sie spinnen Stroh zu Gold, wenn sie Honig – das Superfood, den Nektar der Götter – produzieren. Doch hier hört das Märchenhafte auch schon auf, denn diese magischen Geschöpfe verlassen sich nicht auf Zauberkräfte, sondern auf harte Arbeit und Fleiß, um ihr Wunder zu erschaffen, ... und auf ein paar naturwissenschaftliche Prozesse, ohne die es nicht geht.

Haben die Bienen genug Nektar in ihrem Honigmagen (auch Honigblase genannt) gesammelt, reichern sie ihn mit körpereigenen Enzymen an, die den enthaltenen Zucker spalten. Sobald eine Biene wieder im Stock ist, beginnt ein „Gib-das-Zucker-paket-so-schnell-wie-möglich-weiter“-Spiel. Die ältere Sammlerin würgt es aus und übergibt es an eine jüngere Biene. Diese setzt ihm ebenfalls Enzyme zu und gibt das Zuckerpaket weiter, und so geht es, bis sich der Wassergehalt um etwa 20 Prozent reduziert hat. Jetzt füllt die „Hauswirtschaftsbiene“ die Substanz in eine Zelle und dann kommen die anderen Stockbienen, um den Schatz zu bewundern und ihn mit ihren Flügeln kräftig zu befächeln, bis fast alles Wasser verdunstet ist und

reiner Honig übrig bleibt. Die Zelle wird mit Wachs versiegelt und die goldene Ernte sicher eingelagert. Job erledigt!

Das nenne ich wunderbare Teamarbeit und vorbildliche Organisation, und es funktioniert seit Urzeiten zum Nutzen von Bienen und Menschen. Die Bienen brauchen den Honig, um die Wintermonate zu überleben, die Menschen schätzen diverse seiner Eigenschaften. Zuerst natürlich die Süße, doch in der glänzenden Delikatesse steckt mehr als nur Geschmack. Sie verfügt über lebenserhaltende Inhaltsstoffe wie Enzyme, Wasser, Mineralien und Vitamine. Die alten Ägypter liebten sie so sehr, dass sie ganze Töpfe mit ins Grab nahmen, man hat sie in Grabkammern gefunden, die über 3000 Jahre alt sind. Erstaunlicherweise ist der Honig aus diesen Töpfen noch immer essbar und süß. Honig hat außerdem viele wichtige Antioxidantien und anti-entzündliche Eigenschaften. Mit Honig kann man Bluthochdruck senken, das Immunsystem stärken und Wunden behandeln – was schon die alten Ägypter taten. Kein Wunder, dass sie ihn als perfekte Gabe für die lieben Verstorbenen ansahen, die für die Wiedergeburt aufge-

päppelt werden oder wenigstens einen süßen Snack auf der Reise ins Totenreich haben sollten.

Doch wir wollen die Bienen nicht vergessen. Ohne ihre selbstlose Meisterschaft gäbe es einen unserer meistgeliebten Würzstoffe nicht. Arbeitsbienen leben zwar nur ein paar Wochen lang, doch in dieser kurzen Zeit wirken sie Wunder, sie produzieren ein Zwölftel Teelöffel Honig, der, in den großen Topf des Stocks gegeben, zur jährlichen Ernte von rund 90 Kilogramm beiträgt. Bienen sind zielstrebig. Sie sorgen sich nicht um sich, um ihre kurze Lebensspanne, um all die Arbeit, die in so wenig Zeit erledigt werden muss. Sie haben eine Vision und lassen sie wahr werden, im großen Stil. Ihr Ethos ist einfach: Bienenfleiß beflügelt!

