

# like it



like-it-magazin.at  
SEPTEMBER/OKTOBER 2021  
€ 3,50

**HEALTH**  
ALTERNATIVMEDIZIN:  
SCHÜSSLERSALZE

**BEAUTY**  
FALTENLOS IN  
DEN HERBST, GANZ  
OHNE BOTOX!

**KULINARIK**  
ZU GAST IM  
TERRE DEL SUD

**& KÖSTLICHE  
REZEPTE**

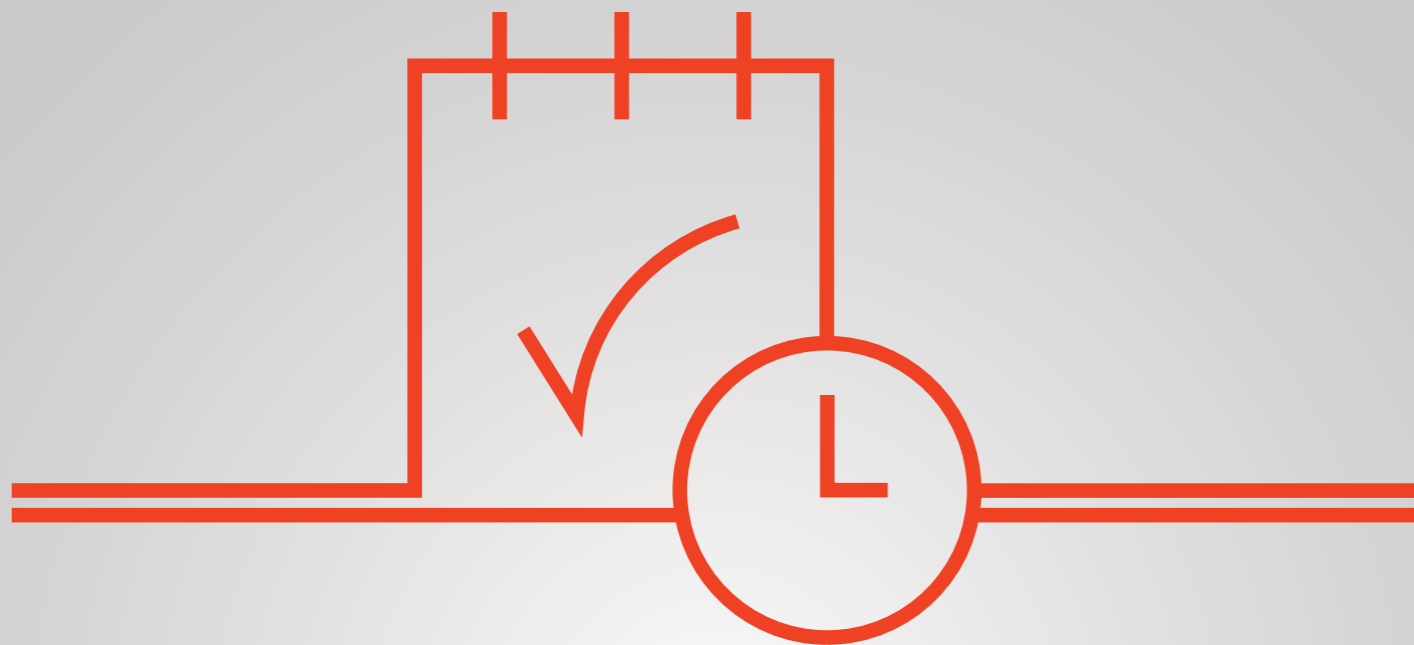
**WOHNEN**  
IKEBANA:  
BLUMEN STECKEN  
WIE IN JAPAN

**MODE**  
BOM: DAS IN-LABEL  
AUS ÖSTERREICH:  
MISO CURCIC DE JONG  
IM INTERVIEW

**TRENDS**  
PULLUNDER  
& MORE

*Do it  
yourself*  
**TIPPS**

AMAZING  
*Autumn*



[bmf.gv.at/terminvereinbarungen](https://bmf.gv.at/terminvereinbarungen)

## Sie sparen sich Zeit, wir nehmen uns Zeit

Vereinbaren Sie vorab einen  
Termin in Ihrem Finanzamt.

 Bundesministerium  
Finanzen

Nutzen Sie auch weiterhin unsere Onlineservices wie [finanzonline.at](https://finanzonline.at). Viele Anliegen lassen sich so am einfachsten erledigen. Sie benötigen dennoch einen persönlichen Termin in Ihrem Finanzamt? Kein Problem. Vereinbaren Sie diesen bitte unbedingt vorab verbindlich:

- Online über [bmf.gv.at/terminvereinbarungen](https://bmf.gv.at/terminvereinbarungen) oder
- Telefonisch unter der Nummer **050 233 700**

So ersparen Sie sich unangenehme Wartezeiten und wir können uns im Vorfeld auf Ihre Fragen vorbereiten.

# EDITORIAL

SEPTEMBER/OKTOBER 2021

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wie jedes Jahr um diese Zeit habe ich das Gefühl, der Sommer vergeht viel zu schnell. Und heuer scheint er ganz besonders kurz ausgefallen zu sein. Wenn es euch ähnlich ergeht, hätte ich einen großartigen Tipp für euch, um die sonnige Jahreszeit noch etwas zu verlängern. Habt ihr schon einmal an einer kulinarischen Reise teilgenommen? Als ich mir das Interview „Die Seele der italienischen Kochkunst“ – nachzulesen **ab Seite 58** – durchgelesen habe, habe ich sofort den Drang verspürt, mich der dort beschriebenen Italien-Partie anzuschließen. Diese Reise führt vier Tage nach Friaul, Triest, zu Fischküchen und Muschelzüchtern, zur Olivenernte und zu Topwinzern. Ein Traum!



*Katrin Jusko*  
Herausgeberin  
[katrin@like-it-magazin.at](mailto:katrin@like-it-magazin.at)

War das Wort „Ikebana“ für euch bis dato auch ein Fremdwort? Oder ist euch diese wunderschöne Art, Blumengestecke zu kreieren, bereits ein Begriff? Ikebana bedeutet „lebende Blume“ und ist eine traditionelle japanische Kunst des Blumenarrangierens, die vermutlich von Indien über China nach Japan gekommen ist. Auch bei uns kann man diese Technik in Workshops erlernen, und ich erwäge, mich dafür anzumelden. Auch das wäre ein verlockendes Programm, um dem auf uns zurollenden tristen Herbst ein bisschen zu entfliehen. Nachzulesen **ab Seite 36**.

Nachhaltig und regional sind zwei Begriffe, die aus unserem Wortschatz kaum mehr wegzudenken sind. Für beides steht das Modelabel Beware of Mainstream. Wir haben den Gründer besucht, der als Basismaterial seiner Kollektion gebrauchte Militärseesäcke und Zelte verwendet, die in Farbe, Beschaffenheit und Optik einzigartig sind. Verarbeitet wird alles, was nicht niet- und nagelfest ist. Welche coolen Teile er aus diesen Materialien erzeugt, könnt ihr **ab Seite 14** nachlesen.

Jetzt wünsche ich euch noch, wie immer, viel Spaß beim Lesen. **Das nächste LIKE IT erscheint am 13. Oktober** – ich freue mich auf euch!

Alles Liebe  
Eure

*Katrin*

## ABONNEMENT

3<sub>x</sub>  
like it  
MAGAZIN  
um € 10,50

[www.like-it-magazin.at/abo](http://www.like-it-magazin.at/abo)



Alle Abo-Angebote gelten zum jeweils gültigen und vorausbezahlten Bezugspreis für die Mindestbindedauer. Das Abonnement der Katrin Jusko Media endet automatisch.



like-it-magazin.at abo@like-it-magazin.at @like\_it\_magazin

## IMPRESSUM

### Medieninhaber und Redaktion

Katrin Jusko Media  
Im Kühnhagel 16, 2103 Langenzersdorf  
Tel. 0664 1807467

### Herausgeberin

Katrin Jusko

### Art-Director

Carolina Marchiori

### Lektorat

Gudrun Stecher

### CONTRIBUTORS

#### Lifestyle

REDAKTION Katrin Jusko  
REPORTAGE  
Petra Aschauer

#### Home

TEXT & BILDREDAKTION  
Katrin Jusko  
REPORTAGEN  
Petra Stelzmüller  
Karin Sonnleitner  
Birgit Indra  
REZEPTE  
Terre del Sud  
Brok Catering

#### Freizeit

TEXT Katrin Jusko

### HERSTELLUNG UND DRUCK

BAUER MEDIEN Produktions- & Handels-GmbH  
Baumannstraße 3/19  
1130 Wien

### LEGENDARY

Alle in LIKE IT angegebenen Preise sind Richtpreise. Teilweiser oder gesamter Nachdruck bedarf der Zustimmung des Verlags. Für eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen. Es gilt die Preisliste 2021.

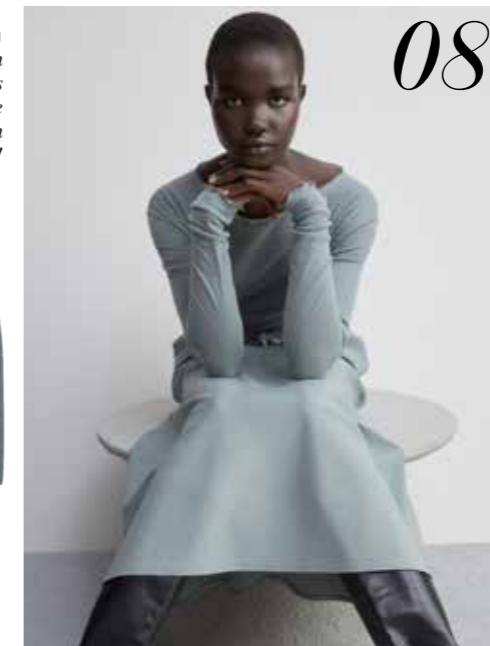
Die Informationen zur Offenlegung gemäß § 25 MedienG sind unter [www.like-it-magazin.at/offenlegung](http://www.like-it-magazin.at/offenlegung) abrufbar.

# INHALT

SEPTEMBER/OKTOBER 2021

## MODE

In diesen kuscheligen Materialien wärmt uns das sonst eher kühle Graublau auch an frischen Herbsttagen!



08

## STYLE

### EDITOR'S LIKES

Schwarz, Braun und Weiß – die coolste unter den zeitlosen Farbkombis 06

### MODE

TRENDS: Pullunder, Blue Mountain und Cognac 08

### PORTRÄT & DIY

Ein Talk mit dem Designer Miso Curcic de Jong

Plus: DIY-Anleitung Clutch 14

### REPORTAGEN

Ohne Botox geht's auch: mit Endermologie & Korneotherapie 20

Die Rosen-Methode: berührende Berührungen 26

Alternativmedizin: Schüsslersalze 30

### BEAUTY

La vie en rose 30

## WOHNEN

### TREND

Samt und Seide in Aqua-Tönen 34

### REPORTAGE

Ikebana: Blumengestecke aus Japan 36

### DO IT YOURSELF

Dekoratives und Praktisches zum Selbstmachen 58

### KULINARIK

Zu Gast im Terre del Sud 58

Rezepte: Italienisches, Veganes & more 63

## FREIZEIT

Auf nach Bad Ischl 76

Event-Tipp: Edelstoff – der Markt für junges Design 78

## TALK

Zwischenstopp bei Michou Friesz 82

IMPRESSUM 04



34

## WOHNEN

Wir erleben die Renaissance von Samt. Besonders königlich in Grün- und Aquatönen.



20

## BEAUTY

Die neuen Trends. Ganz natürlich ohne Botox sowie neue Beautyprodukte in Rosé.

24



FOTO DIOR, REVOLUTION PRO, UNSPLASH, HOMER, K-SWISS, LUISA CERANO, CLOSED



*Ein typisches Ikebana hat eine harmonische Asymmetrie, ist nicht überladen, und das Wasser spielt eine wesentliche Rolle. Die Wuchsform des Materials wird herausgearbeitet, um die Schönheit zu betonen.*

FOTO: PETRA STELZMÜLLER

INTERIOR

## IKEBANA

*Ikebana zu lernen – die japanische Kunst, Blumen zu arrangieren –, ist mehr, als ein Blumengesteck zu kreieren. Wer sich damit auseinandersetzt, geht einen eigenen Weg und hat sich Selbstbeherrschung und Persönlichkeitsbildung zum Ziel gesetzt. Die meditative Form des Ikebana wird Ka-do (Weg der Blumen) genannt.*

TEXT: PETRA STELZMÜLLER

# I

kebana bedeutet „lebende Blume“ und ist eine traditionelle japanische Kunst des Blumenarrangierens, die vermutlich von Indien über China nach Japan gekommen ist. Jeder kann diese Kunst mit diversen Materialien erlernen, seinen persönlichen Empfindungen Raum geben und sein dreidimensionales Denken fördern. Als Gründer der Ikebana-Schule gilt ein Mönch, der im Kyoto des 6. Jahrhunderts kunstvolle Blumenopfer arrangierte.

## VON ASIEN NACH EUROPA

Im Laufe der nächsten Jahrhunderte entwickelten sich mehrere Schulen, eine davon ist die Sogetsu-ryu Schule (Gras-Mond-Schule), gegründet vom 27-jährigen Sofu „sanfte Brise“ Teshigahara (1900–1979), dem ersten Iemoto (Headmaster). Er wurde auch „Picasso der Blumen“ genannt, seine Ikebana-Arrangements sah er als Gemälde und Skulpturen an.

Früh begann er mit Ausstellungen und Radiovorträgen, nach dem Zweiten Weltkrieg gestaltete er mit Frauen amerikanischer Offiziere eine Ausstellung im ersten Kaufhaus des Tokioter Stadtteils Ginza. Nach Vollendung seines Kunststudiums folgten weitere Veranstaltungen mit seiner Tochter Kasumi (1932–1980) und seinem Sohn Hiroshi (1927–2001) in den USA und Europa. Er erwählte seine Tochter zum zweiten Iemoto, doch starb sie bald darauf, und ihr Bruder, der Präsident der Sogetsu Foundation, wurde ihr Nachfolger. Beide kreierten ihre eigenen Stile und waren in der Öffentlichkeit sehr präsent.

Die Philosophie von Ikebana ist, dass sich nicht nur ein exklusiver Teil der japanischen Kultur damit beschäftigt, sondern dass sich dieser Lebensstil auf der ganzen Welt verbreitet.

“

Die vierte Iemoto ist Hiroshis Tochter Akane Teshigahara (\*1960), die die Sogetsu-Schule in Tokyo leitet. Sie führt Ikebana in die Öffentlichkeit, indem sie Jugendgruppen unterrichtet, Straßenausstellungen oder live Bühnenshows mit Künstlern veranstaltet. Sie ist eine Vertreterin des freien Stils, gestaltet also Arrangements, die sich nach keinen festen Grundregeln richten. Die Philosophie von Ikebana ist, dass sich nicht nur ein exklusiver Teil der japanischen Kultur damit beschäftigt, sondern dass sich dieser Lebensstil auf der ganzen Welt verbreitet. Daher können bei autorisierten Lehrenden nach einem weltweiten Lehrplan die Grundbegriffe und sämtliche Techniken erlernt und sowohl Zertifikate als auch Lehrerdiplome erworben werden. Heute wird Ikebana in Study Groups und 120 Niederlassungen in mehr als 38 Ländern gelehrt.

In Wien wurden in den 1950er-Jahren sowohl im Radio als auch im Fernsehen einige Ikebana-Vorführungen besprochen. Ende der 1960er-Jahre begann die Ehefrau des indischen Botschafters Trivedi mit Kursen für andere Diplo-



FOTO PETRA STELZMÜLLER

matenfrauen und für Frauen österreichischer Politiker. Diese Veranstaltungen waren vorerst nur der Oberschicht zugänglich, Ausstellungen waren ein besonderes gesellschaftliches Ereignis. Die Begeisterung schwappte auf die Wienerinnen über, sodass es heute neben der Study Group Vienna auch Kursmöglichkeiten an den Wiener Volkshochschulen gibt.

## WORAUF ZU ACHTEN IST

Den Jahreszeiten entsprechend und die Natur beobachtend, bieten sich viele Gelegenheiten, Materialien (Äste, Zweige, Blumen ...) zu sammeln und zu verwenden. Meist kommen beim Skizzieren oder gleich beim Einkauf die ersten Gedanken, wie man arrangieren möchte (freier Stil oder Schulform). Tatsächlich ist es ein Learning-by-doing-Prozess, da man schnell merkt, dass sich manch tolle Zweige und Blumen nicht so stecken lassen, wie man es möchte.

Zuerst werden die Bestandteile auf dem Tisch vorbereitet: eine Schale mit Wasser zum Schneiden, eine japanische Blumenschere, ein Gefäß (eine flache,



FOTO PETRA STELZMÜLLER

3–4 cm hohe runde, ovale oder eckige Schale oder eine Vase), eine kleine Gießkanne und ein Kenzan – ein Blumenigel –, in dem die frisch geschnittenen Äste, Zweige und Blumen arrangiert werden.

Wenn ein Gefäß ausgewählt ist, werden die Blumen in der Wasserschale angeschnitten und im Kenzan befestigt. Steckt man in Schulform, sind gewisse Richtlinien wie die Länge des Zweiges und der Blume abhängig vom Durchmesser und der Höhe der Schale zu beachten. Es gibt drei Hauptlinien, nämlich Shin (Himmel), Soe (Mensch) und Hikae (Erde). Diese werden auf die richtige Proportionslänge (ein- max. zweimal der Durchmesser und die Höhe des Gefäßes) geschnitten. Beim Stecken soll die Wuchsrichtung der Sonne zugeeignet sein. Je nach Grundform nimmt der Kenzan eine andere Position in der Schale (Moribana) ein, auch die Neigungswinkel verändern sich. Wird in der Vase gesteckt (Nageire), muss vorher eine „unsichtbare“ Kome-Konstruktion (verschiedene Varianten der Befestigung mittels Holzstäben) in der Vase vorbereitet werden. Anschließend wird das Wasser in der Schale gereinigt, Schnittabfälle werden mit dem Sieb herausgefischt.

Zu beachten ist, dass das Ikebana nicht transportiert werden kann, das heißt man steckt immer dort, wo es endgültig stehen soll. Auftragsarbeiten sind also nur vor Ort möglich.

#### SCHULFORMEN VERSUS FREIER STIL

Bei den Schulformen gibt es 19 Varianten des Moribana und 16 Varianten des Nageire. Diese Übungen können als „Grundform aufrecht“, „seitenverkehrt“, „geneigt“ und mit diversen „Neigungswinkelvarianten“ ausgeführt



FOTO PETRA STELZMÜLLER

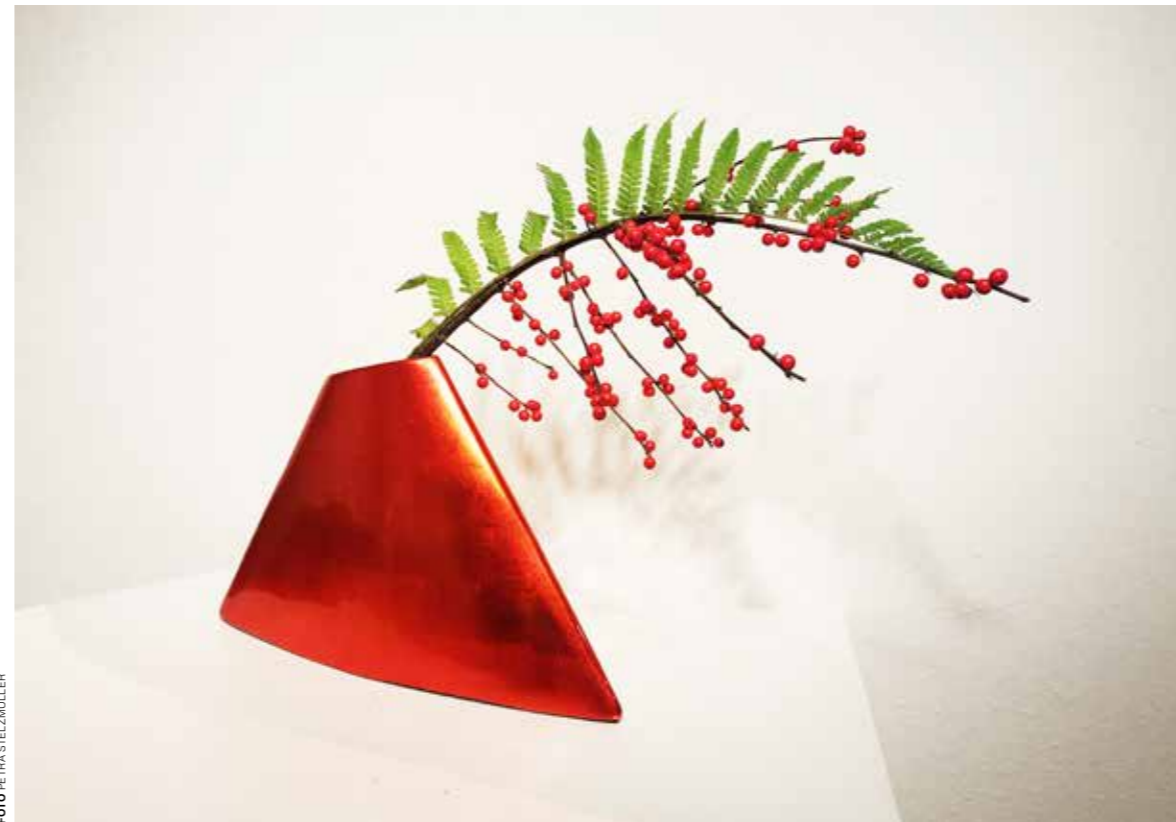
werden. Im freien Stil werden Themen wie „Masse und Linie“, „Verflechten“ oder „ohne Kenzan“ behandelt, ein striktes Befolgen der Regeln ist nicht mehr notwendig, Überlappungen mehrerer Themen sind möglich.

#### WO MAN IKEBANA HEUTE ANTRIFFT

Im Teehaus im Setagayapark in Döbling, im Weltmuseum oder bei öffentlichen Vorführungen gibt es die Gelegenheit, Ikebanas von Schülerinnen und Lehrerinnen zu betrachten. Oder man nutzt die Gelegenheit, einem Ikebana-Meister beim Stecken zuzusehen.

#### DER UNTERSCHIED ZU ANDEREN ARRANGEMENTS

Ein typisches Ikebana hat eine harmonische Asymmetrie, ist nicht überladen und das Wasser spielt eine wesentliche Rolle. Es wird die Wuchsform des Materials herausgearbeitet, um die Schönheit zu betonen. Die dekorative Wirkung ist eher Begleiterscheinung, das Ensemble ist selbst ein Kunstwerk und dient nicht zur Verschönerung anderer Objekte.



Nach Auswahl des Gefäßes werden die Blumen in der Wasserschale angeschnitten und im Kenzan befestigt.



Eine Ikebana-Darstellung der „Masse“ unterscheidet sich wesentlich von einer Überladung (Dichtheit) eines Blumen-gesteckes.

#### DIE WICHTIGSTEN KRITERIEN

Beachtet werden die Freiräume, Bewegungen, Balance, Harmonien von Farbe, Form, das Gefäß, aber auch Kontraste und Materialien sind wesentliche Merkmale. Beim Arrangieren soll die Ausführung als Schule oder freier Stil erkennbar sein. Auch eine gute Befestigung ist wesentlich, da ein leichter Windstoß oder unabsichtliches Berühren die Komposition der frisch geschnittenen Blumen zerstören kann. Wichtig ist auch, daran zu denken, dass im Ikebana weniger mehr ist!

Ikebanas können in Hotellobbys und Gästezimmern oder in Geschäften als Kunstobjekte präsentiert werden. Auch in der eigenen Wohnung ist ein selbstgestaltetes Ikebana eine Augenweide und fesselt die Aufmerksamkeit der Betrachter.



FOTO MICHEL PAUTY

#### PETRA STELZMÜLLER

Architektin und geprüfte Ziviltechnikerin

Seit 2012 ist Petra Stelzmüller mit ihrem Büro für Innenarchitektur, Grafik und Design selbstständig. Ihre Ausbildung zur Ikebana-Lehrerin machte sie bei Doris Wolf/Sogetsu-Schule. Ihr wurde vom 4. Iemoto Akane Teshigahara der Titel KO SHUN Yonkyu Shihan verliehen, das bedeutet KO = Licht, SHUN = Frühling. Zuletzt stellte sie in der Ausstellung „Höhere Mächte“ im Kunsthistorischen Museum ihren Talisman HUGIN aus.

Architektin DIn  
Petra Stelzmüller  
Schmalzhofgasse 22/DG5  
1060 Wien  
0699 12276226

[www.petra-stelzmueller.at](http://www.petra-stelzmueller.at)