

Alex beim Entfernen von Pflanzen an seinem eigenen Haus

Um Natürlich zu wohnen

kann man zum Beispiel auch ein Fachwerkhaus selbst sanieren

Manche wollen lieber etwas ganz Neues, andere bauen auf Vorhandenes auf. Wer Traditionen und das Wissen unserer Vorfahren schätzt, kann sich in Mitteleuropa durch die baubiologisch durchdachte Sanierung eines Fachwerkhauses preisgünstig ein gemütliches und gesundes Eigenheim erschaffen. Alex Beckmann hat das gemacht und fand die Stunden fern vom PC zutiefst erfüllend – und die einfachen Arbeiten sogar meditativ

VON ALEX BECKMANN

Alte Fachwerkhäuser bieten besondere Gelegenheiten, um mit vergleichsweise wenig Geld zu einem gesunden Wohnraum zu kommen. Oft kann man solche meist denkmalgeschützten Objekte zu »spekulationsbereinigten« Konditionen erwerben, da der Normalbürger sich lieber auf der grünen Wiese in Neubaugebieten ein Einfamilienhaus bauen lässt. Der Sanierungsbedarf bei Altbauten ist meist groß. Die meisten Menschen scheuen diesen augenscheinlich enormen Aufwand, obwohl solche alten Häuser doch vielfältige Möglichkeiten in sich bergen, und zudem bieten sie durch ihre Bauweise einen ökologisch hochwertigen Wohnraum. Oft kann man sie zum Grundstückspreis erwerben, manchmal sogar abzüglich der Abrisskosten. Mit Bereitschaft zur Eigenleistung kann man solche Objekte kostengünstig sanieren und erhält, bei richtiger Materialwahl, optimalen Wohnraum mit gesundem Raumklima.

Die alten Materialien

Die Fachwerkbauweise basiert auf den Materialien Lehm, Holz und Stroh. Oft wurden bei Sanierungen in vergangenen Jahrzehnten die Gefache (so nennt man die Zwischenräume zwischen den Holzbalkenkonstruktionen) mit Backstein ausgemauert, was bautechnisch keine Probleme darstellt. Leider wurden oft aber auch die Außenfassaden verkleidet oder verputzt. Dies führt zu Schäden an der Holz-Tragwerkskonstruktion, da die Diffusionsfähigkeit gehemmt oder unterbrochen wird. Zur Einschätzung eines Objekts sollte man möglichst viele Balken überprüfen, v.a. die im Sockelbereich des Gebäudes. Einzelne Balken lassen sich meist problemlos tauschen. Als Laie kann man sich Rat bei Zimmerleuten holen, die ich Architekten gegenüber bevorzugen würde, weil ihre Erfahrung mit Holzbauten meist größer ist. In den meisten Fällen ist es so, dass moderne Baumaterialien wie etwa Beton, Zement, Bauschaum, Glaswolle, Styropor die alte Bausubstanz im Lauf der Zeit schädigen, deshalb ist es besser, sie möglichst rückstandsfrei zu entfernen. Sehr wichtig ist die Diffusions-Offenheit der Materialien, um Nässestau von Kondenswasser oder von außen eindringender Feuchtigkeit zu vermeiden, denn dies würde die Holz- und Lehm-Konstruktionen schädigen.

Denkmalschutz birgt auch Chancen

Die Schwierigkeiten, die man bei der Altbau-sanierung mit dem Denkmalschutz haben kann, werden oft überschätzt. Aus Erfahrung kann ich sagen, dass offene Gespräche mit den Menschen vom Denkmalamt geeignet sind, die Möglichkeiten der Ausführung im Sinne des Bauherren zu beeinflus-

sen. Fast immer findet man dabei eine tragfähige und finanzierbare Lösung. Dem Denkmalamt ist vor allem der Erhalt der Gebäude wichtig, wobei größter Wert auf möglichst originalgetreue Ausführung gelegt wird. Es ist jedoch leicht, zum Beispiel den Abriss von ursprünglich denkmalgeschützten Nebengebäuden zu erwirken, wenn man die Originalsubstanz in anderen Gebäudeteilen wiederverwendet. Das hilft bei der Sanierung und spart Materialkosten. Mit vorhandenen Fenstergrößen aber muss man sich abfinden. Falls man die Fenster austauschen will, sollte man das auf jeden Fall mit dem Denkmalamt abprechen. Alte Häuser erscheinen für moderne Bedürfnisse oft als zu dunkel. Das

auf und lässt sich wieder zu Putz, Mörtel oder Isoliermasse verarbeiten. Man kann ihm Stroh und Sägespäne beimischen, das macht ihn fester. Oft sind solche Verfestiger, wie etwa Tierhaare, in Altlehm bereits enthalten. Anteile von Sand magern den Lehm ab, so dass er bei der Trocknung weniger leicht reißt. Es gibt gute Fachbücher zu dem Thema. Auch Holzbalken und Backsteine, zum Beispiel von abgerissenen Nebengebäuden, kann man recyceln. Vieles bekommt man, wenn man die Augen offen hält, sogar kostenlos von anderen Menschen zur Verfügung gestellt. Alte Holztüren haben frisch aufgearbeitet großen Charme, ich würde sie immer modernen Türen gegenüber bevorzugen.

Ein wunderbarer Nebeneffekt bei der Renovierung eines alten Hauses mit den eigenen Händen ist die Erweiterung der eigenen Fähigkeiten

kann man zum Beispiel durch den Einbau von Dachfenstern (oder auch Gauben) verbessern, sowie durch moderne Lichtkanäle. Ist ein Haus verputzt oder verkleidet, muss man nicht unbedingt das Fachwerk freilegen, oft ist das Haus dann aber schöner, und es atmet wieder.

Recycling von Baumaterial

Lehm lässt sich auch nach hunderten von Jahren wieder vollständig recyceln. Auch wenn große Stücke davon aus Gefachen herausgebrochen wurden, kann man ihn ein, zwei Tage im Wasser einweichen, dann löst er sich

Schritt für Schritt sanieren

Zuerst muss man sich einen Überblick über vorhandene Bauschäden verschaffen und dann die Vorgehensweise planen. Das Dach muss dicht sein, damit von oben kein Wasser eindringen und das Gebäude schädigen kann; eventuell muss das als erstes ausgebessert werden. Dann geht man von unten nach oben an statisch wichtige Konstruktionen. Falls ein Keller vorhanden ist, untersucht man die Grundmauer und bessert diese, wo nötig, mit geeignetem Material aus (Natursteine, Trasszement). Notfalls kann man an einigen Stellen den Kellerboden entfernen und neue Fundamente einbauen. Mit gemauerten Stützen und z.B. Stahlträgern kann man die Kellerdecke neu stabilisieren. Die Holzkonstruktionen des Fachwerks können freigelegt und ausgebessert werden. Vermo-derte Balken oder Balkenteile werden ausgetauscht (entweder Zimmermann bemühen, oder Fachliteratur und Eigenleistung). Wenn die statisch wichtigen Konstruktionen saniert sind, kann man an Installationen und Innenausbau gehen. Die richtige Materialwahl bei der Isolierung spielt für den Komfort und die Haltbarkeit des Hauses eine große Rolle. Für die Substanz schädliche Materialien können zurückgebaut werden. Installationen von Heizung, Wasser und Strom kann man direkt auf der Fachwerkskonstruktion wandinnenseitig anbringen. Die Isolierung wird dann von innen vorgenommen, wobei als Materialien Lehm, Hanfmatten, Holzdämmplatten oder/und Schilfmatten zu empfehlen sind. Die innere Wandoberfläche sollte an Außenwänden auch einen Abschluss aus Kalkputz erhalten – der ist diffusions-offen und verträgt sich mit

FINANZIERUNG

Oft geben Banken für Altbauten, die zu eigenen Wohnzwecken saniert werden sollen, Kredite über den Kaufpreis hinaus, da sich durch die Sanierung sofort eine enorme Wertsteigerung ergibt, oft auch ohne Eigenkapital. Dies gilt vor allem für spekulationsbereinigte Objekte. Man sollte sich jedoch bewusst machen, dass der größte Teil eines Kredits durch die Bank unbar in dem Moment geschöpft wird, in dem man den Kreditvertrag unterschreibt (vgl. »Kleines Lexikon der Schweizerischen Nationalbank; »Die Vollgeldreform«). Besser ist es also, auf private Mittel zurückzugreifen, sofern man die Gelegenheit dazu hat.

ALLE FOTOS © ALEX BECKMANN

den anderen Materialien hervorragend. Innenwände können auch eine Oberfläche aus Lehmputz haben, die wirkt sich positiv auf das Raumklima aus. Kalkfarbe sorgt für Desinfektion.

Eigenleistung als Chance

Bautätigkeiten wie die Schornsteinsanierung, den Einbau einer Heizungsanlage, Strom- und Wasser-Installationen sollte man lieber Fachleuten überlassen. Viele Tätigkeiten kann man aber selber ausführen, sofern man sich die nötige Zeit dafür nimmt. Für Holzarbeiten braucht man etwas handwerkliches Geschick und etwas Übung im Umgang mit entsprechenden Maschinen. Arbeiten mit Lehm, Wandputz und Farben kann man aber selbst ausführen. Grundsätzlich empfehle ich, sich etwas zuzutrauen. Vieles kann man sich von vorhandenen Kon-

struktionen anschauen, und über fast alles gibt es Bücher oder Informationen im Internet.

Gerade Wände und rechte Winkel kommen in der Natur nicht vor, und so ist die vermeintlich unperfekte Wand mit ihren Buckeln und Dellen für das Raumgefühl ein Bonus

Ein wunderbarer Nebeneffekt bei solchen Arbeiten ist die Erweiterung der eigenen Fähigkeiten. Es fühlt sich einfach sehr gut an, sich selbst und anderen auf diese Weise ohne viel Geld Wohnraum erschaffen zu können. Die sichtbaren Ergebnisse befriedigen zutiefst. Vor allem dann, wenn man im Berufsleben eher virtuell arbeitet, am Schreibtisch oder im Internet, gewinnt solch eine praktische Tätigkeit eine besondere

Qualität. Auch die Kostenersparnis beim Selberbauen ist nicht zu unterschätzen. Handwerkerstunden sind teuer, Material ist, selbst

wenn man es neu kauft, vergleichsweise günstig. Zudem bietet die Eigenleistung auch in der Ausführung individuelle Möglichkeiten. Zum Beispiel ein Fliesenmosaik baut man lieber selber ein, als es einem Handwerker zu erklären – man wird sich noch Jahrzehnte lang an den Ergebnissen erfreuen. Professionelle Handwerker versuchen möglichst gerade Wände und rechte Winkel zu erstellen. Sowas kommt aber in der Natur nicht vor, und so ist die vermeintlich unperfekte Wand mit ihren Buckeln und Dellen und der abgerundete Deckenanschluss für das Raumgefühl ein Bonus. Spötter mögen die Eigenbaumeister Dilettanten nennen – sie selbst und ihre Besucher werden sich aber in ihren auf individuell unvergleichliche Weise gebauten Heimen besonders wohl fühlen.

Beseitigung energetischer Altlasten

In Jahrhunderte alten Gebäuden hat sich in der Vergangenheit vieles zugetragen, darunter auch negative bis destruktive Ereignisse. Zudem können noch Seelenanteile verstorbener Menschen im Haus spürbar sein. Manche Menschen nehmen deshalb auch auf energetischer Ebene eine »Sanierung« des Gebäudes vor. Dafür erfährt man zunächst die Belastungen. Wer nicht selbst mit medialen Fähigkeiten ausgestattet ist, sucht sich dafür Experten. Meiner Erfahrung nach sind Menschen mit solchen Fähigkeiten in der Lage, energetische Altlasten zu entsorgen, sogar dann, wenn die konkrete Ursache unklar ist. Die energetische Verunreinigung kann man mit etwas Meditation im Haus leicht selbst erspüren oder sie sogar sehen – es mag sich als ein Flimmern in der Luft an bestimmten Stellen des Hauses zeigen, welches nach der »Behandlung« verschwindet. Wenn eine energetische Sanierung gewünscht ist, empfiehlt es sich, diese den Baumaßnahmen voranzustellen.

Feng Shui und Baubiologie

Es kann sich außerdem lohnen, im Rahmen der Planung der Raumaufteilung einen Baubiologen und Feng-Shui-Experten zu konsultieren. Wasseradern oder Erdverwerfungen könnten die Gesundheit negativ beeinflussen, wenn man zum Beispiel seinen



Alex' Haus im Rohzustand

Ein Rosenquarzband verschönert den selbst gemachten Fußboden



Ein schön renoviertes Fachwerkhaus im Elsass

Beim Verputzen oder Isolieren mit Lehm kommt man, sofern man alleine oder mit schweigenden Menschen auf der Baustelle ist, quasi automatisch in Meditation

Schlafplatz direkt über diesen einrichtet. Die Richtung und der Winkel der Eingangstür können ebenso relevant sein wie die Position von Küche und Herd oder Badezimmer. Für viele Umstände, denen man sich selbst vielleicht zunächst nicht bewusst ist, haben Fachleute nebst der Analyse auch die Lösung parat.

Meditation auf der Baustelle

Bau mit viel Eigenleistung erfordert wie schon gesagt Zeit. Größere Wandflächen mit Lehm zu verputzen oder zu isolieren ist eine einformige Tätigkeit, die einem viel Geduld abverlangt. Mit derartigen Tätigkeiten kommt man, sofern man alleine oder mit schweigenden Menschen auf der Baustelle ist, quasi automatisch in Meditation. Die Gedanken bei der Tätigkeit werden immer weniger, und nach Stunden merkt man manchmal, dass man nun schon lange kaum mehr etwas gedacht hat – man meditiert im Tun, mit der Bewegung und der Einförmigkeit.

Vor allem für intensiv im Arbeitsleben integrierte Menschen bietet die Baustelle insofern einen Ort zum Abschalten und Energie sammeln. Das mag paradox erscheinen, da man an körperliche Tätigkeit und damit an »Arbeit« denkt. Die Arbeit ist jedoch selbstbestimmt, und durch die geistige Verbindung mit dem Material und der Tätigkeit erreicht man dabei einen entspannt-meditativen Zustand wie von selbst. Das sichtbare materielle Ergebnis, welches man durch das eigene Schaffen erreicht, befriedigt zudem die Seele umfassend.

Rückbesinnung

Befassen wir uns mit der traditionellen Bauweise unserer Ahnen, stellen wir auf diese Weise auch einen Bezug zu ihnen her. Die Sanierung und damit Erhaltung der in unseren Breitengraden historischen Bausubstanz bringt uns so wieder in Kontakt mit unseren Wurzeln und hilft, auch sich selbst wieder zu verwurzeln. Die natürlichen Mate-

rialien bringen uns in Kontakt mit unserer eigenen Natur. Lehm und Holz helfen als erdige Elemente, unsere Seele zu erden. Während all dem erhalten wir auch noch Traditionen, altes Wissen und die spezifische Kultur der Region lebendig, in der wir leben und die vielleicht sogar das Land ist, in dem wir aufgewachsen sind oder das nun auf neue Weise, durch die Tätigkeit des Hausbaus, uns zur Heimat werden kann.

Literaturempfehlungen zum Lehm-Bau:

- Horst Schröder: *Lehmbau – mit Lehm ökologisch planen und bauen*. 425 S. HC, Springer Vieweg 2013, 44,99 €.
- Richard Niemeyer: *Der Lehmbau und seine praktische Anwendung*. Reprint der Ausgabe von 1946, SC, 10,95 €



ALEX BECKMANN ist Verleger, Grafiker und Künstler und führt mit zwei Partnern verschiedene kooperierende Unternehmen: www.syntropia.de, www.synergia-verlag.de, www.fontfront.com. Zur Zeit saniert er zusammen mit seiner Lebensgefährtin ein denkmalgeschütztes Fachwerkhaus. a.beckmann@synergia-verlag.de.