

Zeitschrift: Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin
Herausgeber: Verein Saiten
Band: 24 (2017)
Heft: 263

Rubrik: Abgesang

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 18.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

G wie Girlen 1141 m, (47°15'N, 9°5'E)

TEXT: DANIEL KEHL, ILLUSTRATION: DARIO FORLIN



In der S8 liest ein Wanderer im Nebenabteil Goethes Gedichte – Welch wunderbarer Einstieg in unsere G-Wanderung vom Toggenburg ins Linthgebiet. Ebnat-Kappel ist uns bestens vertraut: Zu Hause in der Küche stehen ein Besen und eine Gemüse-Bouillon aus Ebnat, und im Turnunterricht rollten wir über «Alder und Eisenhut»-Matten aus Ebnat. Beim Bahnhof sieht man noch immer, wie sich Industrie dank Eisenbahnanschluss im flachen Talboden ansiedelte und den Dörfern im mittleren Toggenburg Arbeit und soziale Vielfalt brachte.

Unser Wanderweg führt zunächst vorbei an der Pinselfabrik, dann über die Thurbrücke Richtung Eich. Ein Bachbett ist überzogen von einer Eisschicht – eine Naturbrücke für Katzen! Auf der ersten Anhöhe steht eine Fabrikanten-Villa mit Park und alter Fabrikhalle neben denkmalgeschützten Toggenburger-Häusern. Wir wandern auf einem einladenden Weg zum «Sinne-Park»; wir rascheln durch knietiefes Laub, drei Tannenhäher fliegen auf und die Kirchenglocke schlägt elf Uhr. Bei der ersten offiziellen «Sinne»-Station stellen wir uns vor grossen Parabolspiegeln auf und flüstern uns über dreissig Meter hinweg Zärtlichkeiten zu.

Jetzt aber hinan, auf sanft ansteigenden Wegen über Rietwiesen in warmen, fahlbraunen und goldgelben Farbtönen. Wo die Sonnenstrahlen noch nicht hinfallen, ist der Boden pickelhart. Kaum zu fassen, dass uns dieses reizvolle Wandergebiet durch das Hochmoor bisher entgangen ist. Der Ausblick ist eindrücklich, der Säntis über der anderen Talseite ist ungewohnt spitz wie ein Chinesenhut. Vorbei an Relis gehts hinauf nach Müslen, wo wir der Fahrstrasse über das Eichbach-Tobel folgen. Bei Obergirlen steht ein imposanter Bergahorn am Weg.

Mittagsrast auf der sonnigen Bank bei der Alphütte. Vier Bauern aus dem Untertoggenburg, die hier oben Holz schlagen, setzen sich zu uns und löffeln ihre Suppen. Nach einem kurzen Austausch mit uns Städtern verhandeln sie eigene Themen: Was tun,

wenn der Milchpreis noch weiter fällt? Einer berichtet von einer neuen Bar, der andere vom betagten Nachbarn, der sein Auto billett jetzt freiwillig abgegeben hat. Ein älterer unter den Bauern erklärt uns, wo sich in den 1970er-Jahren der Start zum Weltcup-Skirennen befand. «Weiter vorne, beim Hotel, wo der Hang steiler abfällt. Ja, auch Heini Hemmi war da...» Beim Aufstieg Richtung Regelstein sehen wir das leere Berghaus Girlen, das vor einigen Jahren auch als Asylzentrum genutzt wurde. Der Gedanke, hier oben – weit weg vom belebten Tal – auf Behörden-Entscheide zu warten, ist beklemmend.

Nun fehlen wenige Höhenmeter bis zum Regelstein, dem Übergang ins Linthgebiet. Beim Oberen Hüttenbüel entdecken wir Fundamente der ehemaligen Skilift-Anlagen und steigen hinauf in den Jagd-Hochsitz. Wurde hier einst überwacht, ob man richtig abbügelt? Ein letzter Hang und wir sind oben auf dem Grat, neben Schneeresten: G wie grossartig! Wir sehen von See zu See, erahnen Lindau im Bodensee-Nebel, Zürich im Dunstschleier und Yverdon im Wasserdampf. Die Churfürsten halten Hof, der Speer droht, Köbelisberg, Petersalp und Salomonstempel winken freundlich, und irgendwo im gleissenden Sonnenlicht im Süden jubiliert sogar der Gotthard.

Der Regelstein (1315m) ist ein beliebter Graspipfel. Hier kreuzt man den Toggenburger Höhenweg, der vom Obertoggenburg her nordwärts weiter zum Ricken führt. Waren wir auf der Toggenburger Seite noch allein unterwegs, so grüssen wir nun zahlreiche Spaziergänger und Mountain-Biker, die von der Gaster-Seite auf den langen Hügelrücken heraufkommen. An einer Allee aus Bergahorn-Bäumen steht ein grosses Kreuz, das an die heilige Regula erinnert, die dem Berg den ursprünglichen Namen («Regulastein») geschenkt hat. Hier mischen sich die Dialekte, die verbissenen Biker grüssen in Zürcher Dialekt und sofort werden Ostschweizer Reflexe aktiv. Nur: Die

SG-Autokennzeichen auf dem Parkplatz bei der Alp Egg erinnern uns daran, dass wir hier oben ganz einfach St.Gallerinnen und St.Gallern von ennet dem Ricken mit anderem Zungenschlag begegnen.

Nun folgt der stotzige Abstieg nach Gommiswald. Wir haben den glatten Spiegel des Obersees vor Augen, rechts die grünen Hügelketten Richtung Zürcher Oberland und links das Giegentobel und lauter weisse Gipfel – wie Perlen aufgereiht auf der Horizont-Schnur. An einem Waldrand braten Kinder Würste und Erwachsene trinken Weisswein. Ein vollendeter Festtag wäre es heute auch für Wanderer, wäre nur der Weg zwischen Bärüti und Schafweid nicht so schlecht signalisiert. Wir verlieren den Wiesenweg aus den Augen, landen schliesslich auf Kuhwegen. Dabei erlebe ich wieder einmal, wie Sprichwörter entstehen: Ich sinke knöcheltief ein im Sumpf und ziehe dabei einen Stiefel Dreck heraus.

Gommiswald? Zum Vergessen. Zuerst ein Irrweg durch ein seelenloses Einfamilienhausquartier. Ein einziger Baustil-Horror: Jagdschloss, Chalet und Bauhaus auf wenigen Quadratmetern, zudem vorweihnachtlicher Rentier-Alarm in Vorgärten und Nikolaus als Einbrecher an Fassaden. Einziger Lichtblick im Dorf sind der kleine Heroweg – Wer findet die Konservenfabrik? – und das Wurstmobil des Metzgers Meier.

Daniel Kehl, 1962, ist Lehrer und Stadtparlamentarier in St.Gallen und schreibt monatlich die Wanderkolumne in Saiten. Dario Forlin, 1992, illustriert sie.

MILITÄRKANTINE
st.gallen

TAG DER OFFENEN TÜR.

Sonntag,
15.1.2017

Das historische
Hotel des Jahres
2017 zeigt sich.
14–17 Uhr

Wir stossen um
14.30 Uhr an!

Restaurant Hotel Militärkantine
Kreuzbleichweg 2, 9000 St.Gallen
www.militaerkantine.ch



mittagsmenu
montags–freitags
inklusive vorsepeise, getränk + kaffee
21.50 / 24.50

krug
die quartierbeiz

metzgergasse 28 sankt gallen* 071 220 97 83 restaurantkrug.ch



www.viegener.ch



viegener
optik
jung first

Pavillon im Park *St.Margrethen*

Kultur im Container 16. - 28. Januar 2017

Filmabend / Rheinholzer / Kuno Bont / Mo 16. Jan ab 20 Uhr
Alphorn + Drum / Enrico Lenzin / Trio Eselschwanz / Do 19. Jan ab 20 Uhr
Cocktails + Bitters / Philipp Grob / Fr 20. Jan ab 20 Uhr
Locals / Afternoon Daydreams / Kevin Bühler / Sa 21. Jan ab 20 Uhr
Brunch / So 22. Jan ab 10 Uhr
Jam-Session / Ostschweizer Jazz Kollektiv / Di 24. Jan ab 20 Uhr
Poetry Slam / U20 Slam / Do 26. Jan ab 20 Uhr
60s Italo Jazz / The Mozzarellas / Fr 27. Jan ab 20 Uhr
Songwriter / Lou Ees / Crimer / Sa 28. Jan ab 20 Uhr
The Aish Collective *www.kulturimcontainer.ch*

Fotoausstellung von Michaela Rohrer

Handwerk

Tradition

Kultur

Beitrag zur Entwicklung von
RHEINTALER Kulturstiftung Klausgesellschaft st.margrethen

Bodman im Krieg



Emanuel von Bodman. Bild: Archiv Stefan Keller.

Die Kriegserklärung erreicht den deutschen Dichter in Preda im Albulatal, wo er mit seiner frisch anvermählten Frau die Ferien verbringt und Schmetterlinge jagt wie jedes Jahr. Sofort ergreift ihn eine Welle der Hingabe und Leidenschaft, Gedicht um Gedicht entsteht (die Verse «kamen über ihn», wird die Frau später schreiben), und noch im selben Jahr erscheint in Leipzig ein Büchlein mit dampfender Kriegslyrik unter dem Titel *Mein Vaterland*. Die Erstauflage ist rasch vergriffen.

Der Dichter wohnt in Tägerwilen, Thurgau, unweit der deutschen Stadt Konstanz. Er ist gut vierzig Jahre alt und von schwacher Konstitution. Niemand will ihn zu den Waffen rufen. Er reist nach Stuttgart, um beim württembergischen König seine Mobilisation zu verlangen, doch der König empfängt ihn nicht. Er besucht einen Schwager an der Front im Elsass und hört dort echten Kanonendonner. Er fährt nach Berlin und interveniert auf dem Kriegsministerium. Aus patriotischen Gründen wechselt er sogar die Handschrift, schreibt nur noch deutsche Sütterlin, und endlich, im Mai 1916 erreicht ihn der Marschbefehl nach Belgien. «Ich bekam eine nagelneue Uniform, bestehend aus Waffenrock und Hose, hohen Schaft-

stiefeln, festen Schnürschuhen usw. Das hat der Feldwebel mir angezogen grad wie die Mutter dem Kind und die Knöpfe noch selber zugemacht», schreibt er nach Tägerwilen.

Doch Emanuel von Bodman stirbt nicht im Schützengraben. Der Tabakrauch seiner Kameraden ruft eine Augenentzündung hervor. Beim Handgranatentraining vertritt er sich das Knie und wird 1917 mit einer schweren Gürtelrose ins Landesinnere zurückversetzt. Als Bürosoldat soll er dort eine Durchhalterede für kriegsmüde Soldaten schreiben. Auch diese Rede schafft es nie an die Front. Im November 1918 steht er nachts vor dem Stuttgarter Schloss und glaubt, hinter erleuchteten Fenstern den ruhelosen Schatten seines Königs zu erkennen. Tags darauf stürzt der König vom Thron, der Kaiser dankt ab, der Dichter kehrt geschlagen in die Schweiz zurück.

Stefan Keller, 1958, aufgewachsen im Thurgau, hat im Oktober das Buch *Bildlegenden. 66 wahre Geschichten* im Rotpunktverlag veröffentlicht.

WIAM

Winterthurer Institut
für aktuelle Musik

Bachelor of Arts (Hons) MUSIC

Aufnahmeprüfungen:

Studienangebote

Vorbereitungsjahr
20. Mai 2017

- Bachelor of Arts (Hons) Music
- Fähigkeitsausweis I (4 Sem. berufsbegleitend):
Beginn 13. Februar 2017
- Studienvorbereitungsjahr (Pre-Bachelor)

Bachelor
3./10. Juni 2017

WIAM Untere Vogelsangstrasse 7 8400 Winterthur Tel: 052 212 56 67 www.wiam.ch

26. November 2016 bis
12. Februar 2017

Mit Kevin Aeschbacher,
Ramon Feller, Nelly Haliti
Sophie Jung,
Jan Vorisek/Anina Troesch

Kunst Halle Sankt Gallen
Davidstrasse 40
9000 St. Gallen
www.k9000.ch

«Unmittelbare
Konsequenzen»

Finissage*:
Sonntag, 12. Februar
2017, 15 Uhr
* mit Führung
und anschliessender
Performance von
Sophie Jung, 16 Uhr

Öffnungszeiten:
Di-Fr 12-18 Uhr
Sa/So 11-17 Uhr

COMEDIA



Katharinengasse 20, CH-9004 St. Gallen,
Tel./Fax 071 245 80 08, medien@comedia-sg.ch

**OB ROMAN, SACHBUCH, COMICS, MANGA, KINDERBUCH,
MAGIC-KARTEN ODER WELTMUSIK: BEI UNS WIRD MAN FÜNDIG.**

www.comedia-sg.ch mit unseren Buch-, Comic/Manga- und WorldMusic-Tipps und dem grossen Medienkatalog **mit E-Shop!** (auch E-BOOKS)

Sag einfach Ja, Hm, Ja.

TEXT UND BILD: CHARLES PFAHLBAUER JR.



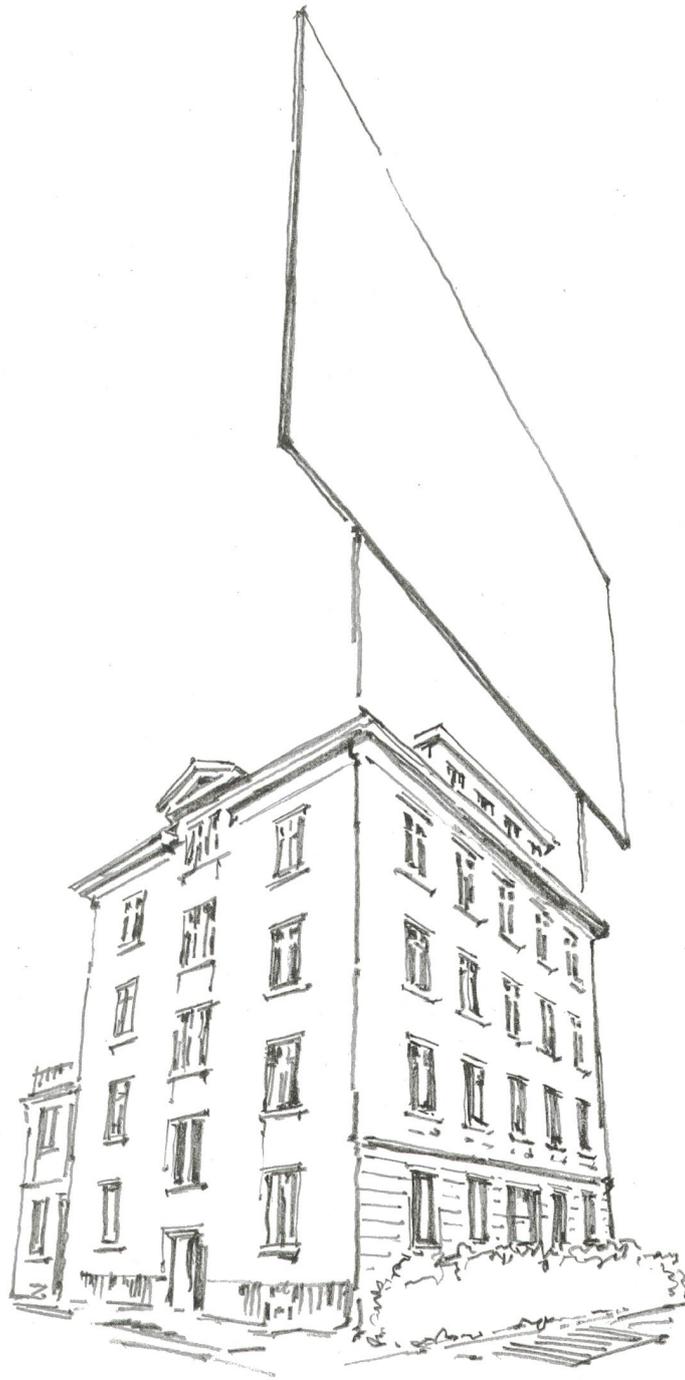
Zack, eins auf den Hinterkopf, verbunden mit der Frage: Heute schon genickt? Ei war das lustig an unserer Schule, und manchmal auch weniger. Ob die schlagende Frage auf heutigen Pausenplätzen noch der Brauch ist? Wäre allenfalls eine kleine soziologische Studie wert: zu erheben die gesellschaftlich fabrizierten oder eben provozierten Abnicker-Rituale in Relation zum Anteil der notorischen Neinsager. Was für ein Hafenkäse! dachte ich und haute mir eins auf den nassen Hinterkopf, angesäuselte Trübtassenexistenz am Rand einer Jahresend-Vereinsvöllerei in der parfümierten Toilette eines schäbig ambitionierten Lokals. Es gab in unserer Tischgemeinschaft manche Ausfälle zu beklagen, passend zu den Tiefschlägen einer niederschmetternden Zeit wurden die Nächsten und die Liebsten von Magendarm- und anderen Viren sowie allerhand Seelenleiden niedergestreckt. Doch die, die noch konnten, machen jetzt allen Viechern in ihren Eingeweiden und überdies den sowieso vorherrschenden schwarzen Gedanken mit Quittenschnaps den Garaus.

Nein, nicht schon wieder! Das Getöse des Händetrockners riss mich in Windeseile aus dem intimen Verweilmoment. Welcher Teufel hat nur alle Beizen und Betriebe geritten, darunter sogar sympathische und solche, die man einst alternativ nannte, dass die meisten von ihnen plötzlich einen sogenannten Dyson-Airblade-Apparat installiert haben? Es sei der schnellste und hygienischste und günstigste, heisst es, aber vor allem ist er garantiert der weltweit lauteste. Nichts anderes als ein Hassgenerator am Ort friedlichen Verdauens, und häufiger schon habe ich dem Nebenblödmann, der seine Hände in den Schlitz steckte, gewünscht, dass da statt Heissluft scharfe Messerklingen ihren Dienst täten, oh je, welch schreckliche Fantasie.

Kaum draussen, stolperte ich in die nette Gisela, lange nicht gesehen, ausgerechnet sie, ein Ausbund gutmütiger Besorgtheit; die Giselkröte, wie wir sie fies genannt hatten, damals im Jugendtreff unserer Siedlung am Grossen See, als sie uns als vermutliche

Problemjugendliche immer allerliebste überbetreut hatte, Giselkröte, weil sie, also vor allem ihr Hals, an eine Erdkröte erinnerte. Die nette Gisela, im Alter noch genau die gleiche Allmenschenfreundin, sprach mir nach einem kurzen Wortgeplänkel sofort ins Gewissen: Oh Charlie, du bist ja immer noch ein grosser Neinsager, das geht irgendwann auf die Pumpe, du musst häufiger Ja sagen. Oder die Dinge, wie sie meinte, einfach einmal so stehen lassen. Und zwischendurch, wenn immer du kannst, einen Wildfremden umarmen. Sonst bleibst du ein nichtiger Nein-Nichtsnutz... Und so weiter.

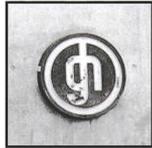
Ich war baff. Ja sagen, ja genau, Ja, Ja, Ja, puh, Ja oder wenigstens Hm sagen zum Dyson-Händetrockner und all den sonstigen Sachen, die mir ständig natürlich auf den Nerv gehen, fangen wir gar nicht an, die Liste ist endlos. Ich schnaubte vor Wut und ging mit jeder Pore auf Ablehnung. Die Gisela-Hippietanten und Konsorten können einem noch genau so gestohlen bleiben wie damals. Doch irgendwie hatte ihr Zureden einen Nerv getroffen: Schon in der Nacht kamen mir ihre Worte hoch, wie Schwaden eines grundlegenden Gutgüterumschlags, und am Morgen, im wackligen Rumpelbus in grimmiger Fahrzweckgemeinschaft auf dem Weg durch die verarmte Vorstadt, eingelullt vom gräulichen Gallenwinter vorbei an der Blaukreuz-Brockenstube und dem gebleichten Schweizerkreuz am Balkon in der Kreuzbleiche, da wurde mir schlagartig bewusst: Du kannst so nicht weitermachen, nicht in der Welt, wie sie geworden ist. Ich blätterte in meinen Notizen und fand einen Satz aus einer Fernsehkrimiserie: Verurteile nie die Last, die ein anderer trägt. Ich nahm mir vor, der netten Gisela eine nette Karte zu schreiben. Danke, der depperte Charlie-wüterich wird nicht mehr wüten, und schon gar wegen ihresgleichen und gegen seinesgleichen, er wird gute Energien haben und sie nötigenfalls dort einsetzen, wo andere zurecht noch wüten. Natürlich auch mal dagegen. Und schon haute ich mir wieder eine auf den Hinterkopf.



«Leere Botschaft»

Wir wünschen Euch keine
diplomatischen Zeiten.

Umzug, Umbruch, Durchbruch. Das wäre die ideale Abfolge. Saiten ist bereits umgezogen ins Konsulat und hofft nun auf allerlei Um- und Durchbrüche kreativer und publizistischer Natur. Umziehen muss auch unsere Büropartnerin, die GRABENHALLE. Ab Ende Januar heisst ihre neue Adresse Unterer Graben 58, die Halle kommt so der Halle wieder ganz nah. Einen Umzug der rasanten Art gab es auch einige hundert Meter weiter östlich vom Stadtzentrum. «Nach 8 Jahren an der Ackerstrasse haben wir unser Hab und Gut an die Turnerstrasse 2 gezügelt und beleben nun das Otmar-Quartier», vermeldeten DIE FLIEGEN, unsere Velokuriere des Vertrauens im Dezember.



Für Umbrüche im theologischen Sektor sorgte Darwin einst mit seiner Evolutionstheorie, jene in der Kategorie Spiel und Spass übernehmen heute PIERRE LIPPUNER, FABIAN ENGELER, STEFAN WEISSKOPF und PASCAL FRICK von der Rule Factory – und setzen ebenfalls auf natürliche Selektion. Nach ihrem ersten Hit Frantic bringen sie nun Darwins Dice auf den Markt. Währenddessen hat Frantic den Ostschweizer Jugendprojekt-Wettbewerb gewonnen.



Mehr als Spielerei ist «Hiltibold»: Unter diesem Namen haben die Künstlerinnen ANITA ZIMMERMANN und MARIANNE RINDERKNECHT zwei frühere Abstellnischen des Bauamts zu Kunst-Nischen umfunktioniert. In der einst verruchten St.Galler Goliathgasse treibt nun der Gallus-Gefährte sein Unwesen. Bei der Eröffnung sprach KRISTIN SCHMIDT von der Fachstelle Kultur, und JACQUES ERLANGER zündete ein Feuerwerk: ein gutes Omen für die Nischen-Kultur im wörtlichen Sinn. Im Januar eröffnet die erste Doppelausstellung.



Ein «Chlapf» der unfreiwilligen Art hat sich bei der feierlichen Verleihung der Werkbeiträge der Ausserrhodischen Kulturstiftung ereignet. Mitten in der Laudatio für die Bildende Kunst jaulte das Mikrophon sirenenartig auf, alles zog die Köpfe ein, gefühlte Minuten später war der Spuk zu Ende, das Mikro funktionierte wieder. Kunst kann ganz schön explosiv sein – der für die Technik verantwortliche RUBEL VETSCH jedenfalls will einen solch mysteriösen Fall noch nie erlebt haben. Und nie mehr erleben.



Eine gute Aufbruchs-Chance für Zeichnerinnen und -Zeichner bietet sich am Festival Delémont'BD. Es schreibt einen Workshop für junge Schweizer Comic-Talente aus allen Sprachregionen aus. Innerhalb von sechs Tagen an einem Ort in der Natur eine Comic-Geschichte zu kreieren: tönt aamächelg. Die Arbeiten werden anschliessend am Festival präsentiert und als Sammelband veröffentlicht. Geleitet wird der Workshop von der St.Galler Autorin LIKA NÜSSLI und dem Genfer Autor TOM TIRABOSCO. Anmeldeschluss ist Ende Januar, mehr Infos auf delemontbd.ch.



Neuland betritt die Kulturförderung des Kantons St.Gallen: Werkbeiträge werden künftig neben den bisherigen Kunstsparten auch in «Geschichte und Gedächtnis» vergeben. «Damit können Forschende bei Sondierungen und ersten Recherchen zu Vorhaben in historischen, kulturwissenschaftlichen sowie aktuellen relevanten Themen unterstützt werden», teilt das Amt für Kultur mit. Eingabeschluss ist der 20. Februar.

Die crazy RIKLIN-ZWILLINGE haben es definitiv zu nationaler Berühmtheit gebracht. Das Schweizer Fernsehen SRF hat sie für die «Glorys»-Awards in der Kategorie «crazy» nominiert, neben der Extrembergsteigerin EVELYN BINSACK und einer gewissen Zoe Scarlett, die man vielleicht auch kennen müsste. Am 17. Dezember holte dann aber Bergsteigerin Binsack die Trophäe. Das Atelier für Sonderaufgaben wird's verkraften.



Schwer zu verkraften wäre es, wenn die Türkei in einem Bürgerkrieg versinken würde. In Sorge um die kurdischen HDP-Abgeordneten und alle anderen demokratischen Kräfte dort hat Saiten kürzlich einen Brief an das Departement für auswärtige Angelegenheiten mitunterzeichnet. «Gewalt hat in einer demokratischen Gesellschaft keinen Platz», heisst es in der Antwort von Bundesrat DIDIER BURKHALTER. «Die Schweiz ist davon überzeugt, dass ein klarer und direkter Dialog, insbesondere in Zeiten der Unsicherheit und angesichts der aktuellen Herausforderungen, das zielführendste Mittel ist, uns für demokratische Werte wie Rechtsstaatlichkeit und Menschenrechte in der Türkei einzusetzen.» Wir hoffen auf Durchbrüche – und ein besseres neues Jahr.



Bilder: tagblatt.ch, fm1today.ch, kunstgiesserei.ch, basarbizarr.ch, avant-verlag.de, rheintaler.ch, beobachter.ch, wikimedia.org

Nordklang Festival St.Gallen

9 – 11. Februar 2017

NORDKLANG

Musik aus dem Norden
www.nordklang.ch

Vorverkauf bei Transa / Viegener Optik | In Zusammenarbeit mit dem SPOT-Festival, Århus (DK)

Kanton St.Gallen
Kulturförderung



TRANSA
TRAVEL & OUTDOOR

viegener
optik

SPOTFESTIVAL

ROSA
LADU WIRTSCHAFT

acrevis
Ihre Bank, näher bei Ihnen

IMX
ICELAND
MUSIC
EXPORT

MIGROS
kulturprozent

Metrohm

ARNOLD BILLWILLER
STIFTUNG

Ob- und Nordschweizer Stiftung
für Musik und Theater



büro

ceDe.ch

NiedermannDruck

ÖSTERBÜRGENGEMEINSCHAFT
ST. GALLEN

VITAMIN