

„Ich vermisse sie noch immer“

Meena hat vier Kinder verloren. Jetzt passt
sie auf, dass ihren Enkeln nichts passiert

„Sagen, was ich will“, ohne Angst zu haben.

Das ist Freiheit für Sibel Kekilli



Eine AMADEUS-Flusskreuzfahrt verbindet auf unnachahmliche Art die Annehmlichkeiten eines schwimmenden Komforthotels mit dem Entdecken von Ländern und Menschen entlang Europas schönster Wasserwege. An Bord eines unserer Premium-Schiffe gleiten Sie durch traumhafte Landschaften, lernen pulsierende Städte und unzählige Kulturschätze kennen – und genießen dabei:

- **höchste Qualitätsstandards** in puncto Ausstattung, Wohnkomfort und Gastronomie mit einer der **europaweit jüngsten und modernsten Flussreisen-Flotten**
- das fundierte Know-how eines **familiengeführten Unternehmens mit mehr als 30 Jahren Erfahrung** im Flusskreuzfahrten-Segment,
- einen **erstklassigen und persönlichen Service**, der nicht nur für eine exzellente Dienstleistung, sondern auch für eine herzliche Atmosphäre sorgt,
- und nicht zuletzt viele **exklusive Zusatzleistungen**.

Preisbeispiele aus unserem Programm 2021:

KURZ-KREUZFAHRT AUF DER DONAU
3 Nächte Passau – Wien – Passau
mit 15% Frühbucherbonus* p. P. ab € **543,-**

SÜDFRANKREICH ERLEBEN
7 Nächte Lyon – Chalon-s.-S. – Arles – Lyon
mit 15% Frühbucherbonus* p. P. ab € **960,-**

TULPENKREUZFAHRT
7 Nächte Amsterdam – Gent – Amsterdam
mit 15% Frühbucherbonus* p. P. ab € **1.028,-**

*Bitte beachten Sie: Der Frühbucherbonus in Höhe von 15% pro Person gilt auf den reinen Kreuzfahrtpreis (ohne Ausflüge) bei Buchung von Reiseternen 2021 bis **30.11.2020**. Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen von Amadeus Flusskreuzfahrten.



Neuer Katalog 2021

ab Anfang Mai 2020 erhältlich.

Profitieren Sie von **15%**
Frühbucherbonus!

28

Warum wir?

Freya von Stülpnagels Sohn Benni und Golli Marboes Sohn Tobias haben sich das Leben genommen



40

Du und ich

Eine Liebesgeschichte in kurzen Sätzen und klaren Wörtern – Literatur für alle



46

„Was ich will“

Das zu denken und zu sagen, hat einen Preis, sagt die Schauspielerinnen Sibel Kekilli



04 Portal

06 Kreuz und quer Ursula Ott's Ansage, Miss Money Penny und James Bond, Applaus für Leute, die zuhören

10 Auf ein Wort Heinrich Bedford-Strohm

24 Standpunkt Der Theologe Wolfgang Huber erinnert an Dietrich Bonhoeffer

26 Laut und leise Kino, Museum, Bücher, Musik – unsere Tipps

28 Begegnung Wenn sich das eigene Kind das Leben nimmt. Eine Mutter und ein Vater im Gespräch

34 Die Entscheidung Rudolf Kasztner rettete Juden. Aber dafür feilschte er mit den Nazis. Das nimmt man ihm übel

36 Religion für Einsteiger Wovon erlöst Gott?

38 Die Bessermacher Familie Rathert wohnt auf dem Land. Und hat das Auto abgeschafft

40 Literatur Eine Liebesgeschichte in einfacher Sprache

46 Fragen an das Leben Die Schauspielerinnen Sibel Kekilli

50 Projekt Seniorenhilfe LichtBlick unterstützt Menschen mit kleiner Rente

52 Brummers Welt Wer sich bewegt, dem purzeln Ideen ins Gehirn

52 Impressum

53 Leserpost

54 Anfänge Immer war die Familie dran. Aber nun gibt die Pianistin Jimin Oh-Havenith wieder Konzerte

Titel

12

Am Strand von Mumbai

Dort ist es gefährlich, dort lebt Meena mit ihrer Familie. Drum passt sie besonders gut auf die Enkel auf

Ein Lamm. Ich sag's gleich, die Kinder würden das nicht essen. Die würden dasitzen und weinen. Zumal der Große neuerdings eh Vegetarier ist. Das kann man der Oma doch beibiegen, dass es dieses Jahr Ostern anders wird. Wir könnten eins backen, das ist dann auch ein Lamm Gottes. Ich hab sogar eine Backform da, zack, das ist schnell erledigt, Puderzucker drüber, lecker. Man muss nur gut aufpassen, dass die Öhrchen nicht in der Form festkleben. Und zu Mittag? Ja bitte, da werden wir doch wohl was Schönes finden. Wir könnten eine neue Familientradition begründen. Ein Frühlingsalat, was mit Spargel, ein Erdbeersüppchen... Aber der Opa, der besteht auf seinem Lamm, sagst du? Komm, wir fragen die beiden einfach mal.





Zitat

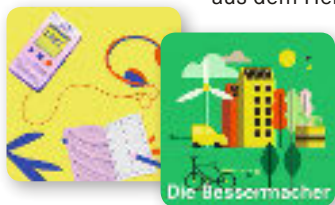


...fragen zwei Männer in glänzenden Kleidern die Frauen am Grab Jesu. Das Grab ist leer, die Frauen am Grab gelten als die ersten Zeuginnen der Auferstehung.

Newsletter

Jede Woche chrismon!

Kennen Sie schon unseren Newsletter „chrismontag“? Immer montags bereiten wir unser „Thema der Woche“ für Sie auf und vertiefen einzelne Geschichten aus dem Heft. Wir berichten über die Hintergründe von Recherchen, liefern Leseempfehlungen und laden Sie ein zu unseren Podcasts „Wie hast du das gemacht“ und „Die Bessermacher“. Es gibt Tipps und Termine – und manchmal auch Aktionen und Gewinnspiele. Registrieren Sie sich gleich unter chrismon.de/chrismontag



Applaus, Applaus

Der Zuhörer am Gleis

Wie ein schöner Baum in einer kahlen Landschaft – so beschreibt Christoph Busch seinen Zuhör-Kiosk, den er seit 2018 auf dem Bahnsteig der Station Emiliensstraße betreibt. Die kahle Landschaft ist Hamburgs U-Bahn. Den Kiosk hat Busch aus Neugierde gemietet – auf Geschichten aus dem Leben. Sein Zauber: Hinein- oder vorbeigehen?! Viele kommen rein, wollen ihre Erlebnisse, ihr Glück, ihre Lebenskämpfe loswerden. Viele bleiben stundenlang; finden, in ihrer Kindheit habe es an etwas gemangelt; sagen, es höre ja keiner zu. Doch Busch weiß: Meist gibt es jemanden. Aber sich Bekannten anzuvertrauen, ist nicht einfach. „Ich bin ja auch nicht neutral“, sagt er. „Ich bin ich – und für den Moment ein fremder Freund.“ Mittlerweile wechseln sich viele Zuhörer im Kiosk ab, ein Verein hat sich gegründet. Mit lauter fremden Freunden.



Montag bis Freitag, 12 bis 18 Uhr > zuhör-kiosk.de

Quiz

Ostereier

- 1 Wer bittet Jesus: „Bleibe bei uns; denn es will Abend werden“?
 - ☐ Der reiche Kornbauer
 - ☐ Die Emmausjünger
 - ☐ Der arme Lazarus
 - ☐ Der verlorene Sohn
- 2 Wer legt seine Finger in die Wunden des Auferstandenen?
 - ☐ Maria Magdalena
 - ☐ Der verräterische Judas
 - ☐ Der ungläubige Thomas
 - ☐ Der verleugnende Petrus
- 3 Was essen die Jünger mit ihm?
 - ☐ Hühnerschenkel in Thymiansauce
 - ☐ Fisch und Brot
 - ☐ Ostereier
 - ☐ Brot und Wein

Viel Spaß beim Knobeln!
Die Auflösung finden Sie auf der Seite 53.

Oh, das tut mir leid! Kann jetzt echt nicht so schwer sein, oder?

Seit diese kleine Rubrik umgetauft wurde in „Ansage“, kriegt die Autorin auch Ansagen. Also Vorschläge, was jetzt mal dran wäre. Gleich die erste Ansagen-Ansage kam zum passenden Zeitpunkt. Leserin Claudia F. schrieb: „Was mir fehlt im täglichen Zusammenleben? Die Fähigkeit, sich auch mal spontan zu entschuldigen, wenn was nicht gut gelaufen ist. Lieber wird auf andere verwiesen oder einfach großzügig darüber hinweggegangen.“

Claudia F. schrieb mir diese Mail am Sturm-Sonntag, ich saß im letzten ICE, der noch durchkam von Köln nach Frankfurt am Main. Sturmtage sind Ausnahmetage – ich habe an solchen Tagen ein weites Herz. Die Großraumwagen sind überfüllt, die Mitreisenden genervt. Ist ja alles nicht so, wie man geplant hatte, da wird man schon mal nervös. Drum war ich nicht sauer, als hinter mir einer laut telefonierte und dabei nicht merkte, dass er immer weiter aufdrehte. Ich machte ein Zeichen: „zu laut“. Und war sicher, wenn er sein Handytelefonat beendet, würde er so was sagen wie „Oh, ich hab's nicht gemerkt“. Das hätte für

mich geklungen wie „Tut mir leid“. Der Mann aber beendete sein Telefonat und sagte zu mir: „Junge Frau, ich habe extra einen Platz im Handybereich gebucht.“ Jetzt war ich sauer. Denn es klang eher wie: „Ich habe diesen Platz gekauft, und eigentlich gehört mir der ganze Zug.“ Oder wie: Ich Chef, du nix.

Was genau ist so schwer daran, sich bei kleinen Fehlern rasch zu entschuldigen? Wir reden nicht von den ganz großen Dramen, nicht von schwerer Schuld, um deren Vergebung man bitten muss. Sondern von diesen blöden Missgeschicken im Alltag. Mich blaffte neulich meine Friseurin an, weil ich einer anderen Kundin die Tür aufmachte. Die Tür sei kaputt, da hänge übrigens auch ein Schild „Nicht anfassen!“. Gerade wollte ich beleidigt sein, da kam sie noch mal her: „Tut mir leid, war blöd von mir.“ Das gab mir die Gelegenheit, zu fragen: „Mensch, was ist passiert?“ Und erfuhr von: Einbruch, kein Handwerker, nerviger Vermieter. Das ist das Tolle am Entschuldigen: Man steigt ganz schnell in die Schuhe des anderen. „Spontan entschuldigen“, schreibt Claudia F., „bahnt neue Wege zueinander.“ Und macht in meinem Fall die Haare schön. Weil: Will man ausgerechnet mit seiner Friseurin Stress haben? Am Ende schneidet sie noch schief und krumm.

Neue Wege – klingt wie ein Kirchenlied. Diese chrismon-Ausgabe erscheint mitten in der Passionszeit, sie erzählt Geschichten von großem Leid. Und von der Hoffnung auf Erlösung. Wir wünschen Ihnen frohe Ostern. Und wenn Sie Ihrem oder Ihrer Liebsten an den Feiertagen eine Geschichte vorlesen mögen, mein Tipp: Auf S. 40 finden Sie eine besondere Liebesgeschichte. ❖

Ursula Ott
ist Chefredakteurin
von chrismon.
ott@chrismon.de



Gelassenheit

Befreit von Furcht und Resignation

- Wie sollen wir gelassen bleiben angesichts der Lage der Welt?
- Oder ist nicht eher prophetische Ungeduld gefragt?
- Braucht man die eigene Mitte, um gelassen zu sein?

Einfach gelassener sein!? Wie geht das?

Wir laden Sie ein: Erfahren Sie mehr dazu im Publik-Forum EXTRA »Gelassenheit«. Diese Ausgabe erhalten Sie **gratis**.

☒ **Ja**, schicken Sie mir das Publik-Forum EXTRA »Gelassenheit« **gratis** zu. Die Belieferung endet automatisch.

NAME

VORNAME

STRASSE, HAUSNUMMER

POSTLEITZAHL, ORT

TELEFON

Die Gratis-Ausgabe Publik-Forum EXTRA »Gelassenheit« schalten wir Ihnen gerne auch digital frei. Zur Freischaltung benötigen wir Ihre E-Mail-Adresse

E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

20202103

BITTE EINSENDEN:

Publik-Forum Verlagsgesellschaft,

Postfach 2010, 61410 Oberursel,

Telefon: **06171/7003470**, Fax: **06171/700346**

oder bestellen Sie Ihre zwei Ausgaben auf:

www.publik-forum.de/202103

Paargespräche



Miss Moneypenny & James Bond

Moneypenny: Hast du eigentlich für den Brexit gestimmt?

James: Ich hab keine Zeit für Politik, ich muss ständig die Welt retten.

Moneypenny: Großbritannien gehört auch zur Welt.

James: Ich war bei der Abstimmung auf dem Mond.

Moneypenny: Und bei den Wahlen?

James: Da war ich am Meeresboden.

Moneypenny: Du arbeitest zu viel.

James: Alles andere würde mich überfordern.

Moneypenny: Man muss ja nicht immer gleich die Welt retten, man kann auch kleinere Brötchen backen.

James: Soll ich für die EU-Kommission gegen CO₂-Emissionen kämpfen?

Moneypenny: Vielleicht erfordert es von einem Mann in Wirklichkeit mehr Mut, Verantwortung für seine Familie zu übernehmen und seinen Kindern Werte zu vermitteln, als Verbrechern hinterherzujagen.

James: Ich fühl mich zu alt für Kinder und zu jung zum Heiraten.

Moneypenny: Die Chefin will dich übrigens sprechen, es geht um irgendwelche Atombomben.

James: Siehst du! Und da soll ich Elternzeit nehmen...

Die Illustratorin **Line Hoven** und der Autor **Jochen Schmidt** zeichnen für **chrismon** Paardialoge auf. Jetzt auch als Buch: Paargespräche. C.H. Beck. 95 Seiten mit 34 Illustrationen, 18 Euro

Umfrage

Dagebliebene und Nirgendwos

Wie weit von Ihrem Geburtsort leben Sie heute entfernt?

Es gibt Forscher, die zwischen den „Nirgendwos“ und den „Dagebliebenen“ unterscheiden. Klar, auch die Nirgendwos wohnen irgendwo, ziehen aber oft um und verstehen sich als Weltbürger. Fast zwei Drittel der Befragten leben weniger als 100 Kilometer vom Geburtsort entfernt. Das kann Konflikte geben, wenn sich die einen vielleicht mehr für globale Fragen interessieren und die anderen sich für den Sportverein im Ort engagieren. Vielleicht hilft es ja, den Geschichten der neun Prozent zuzuhören, die in einem anderen Land geboren wurden!

Quelle: Kantar (ehemals Kantar EMNID-Institut) im Auftrag von chrismon



Den AfD-Politiker ausladen?



„Neulich hat sich bei mir ein früherer Mitschüler gemeldet, Daniel. Er sei auf der Durchreise, ob er übernachten dürfe? Sicher! Daniel kommt allein vorbei. Meine Frau Irene setzt sich dazu, schnell geht es um schwierige Themen, Islam, Integration, angebliche Sprechverbote. Irgendwann will Daniel etwas aus dem Auto holen, Irene begleitet ihn. Im Wagen liegen AfD-Plakate. Schließlich gehen alle zu Bett, meine Frau und ich können kaum schlafen. Wir recherchieren im Internet und finden menschenverachtende Facebook-Einträge von Daniel. Am liebsten würden wir ihn bitten, noch vor dem Frühstück zu gehen.“

Manfred P., Frankfurt

Natürlich ist es allein meine Entscheidung, wer mit mir unter meinem Dach frühstückt. Aber mittlerweile schwingt da noch eine andere Frage mit: Wie kann man klug umgehen mit Menschen, die rechte Sprüche klopfen? Pfadfinder unserer Gemeinde hatten vor kurzem ein ähnliches Problem, als ein langjähriges Mitglied mit AfD-Aufkleber auf dem Auto vorfuhr. Nach einem ernsten Gespräch der Leiter über den Widerspruch dieser politischen Gesinnung zu Toleranz, Nächstenliebe und Gemeinschaftssinn der Pfadfinderschaft war zumindest der Aufkleber verschwunden. Doch klar blieb die Unsicherheit groß. Schnell befeuert man ja den Opfermythos. Sie könnten trotzdem versuchen, dem AfD-Politiker ein Vorbild zu sein.



Stefanie Schardien, geboren 1976, ist Pfarrerin in Fürth und „Wort zum Sonntag“-Sprecherin.

Indem Sie etwa zeigen, was Gastfreundschaft gegenüber „Fremden“ bedeutet. Oder indem Sie ohne Polemik mit Fakten argumentieren. Denn es ist in diesen Zeiten gut nachvollziehbar, dass Sie klar Position beziehen und eine Konfrontation nicht scheuen wollen. Aber Ihnen geht es nicht gut mit diesem Gast, das ist nicht zu unterschätzen! Und welchen Nutzen hat es, die Diskussion beim Frühstück fortzuführen? Leider zeigt die Erfahrung, dass AfD-Vertreter kaum an ernsthaften Diskussionen über ihr Weltbild interessiert sind. Also gilt für den konkreten Fall: Ich muss nicht, aber ich darf jemandem mein gutes Frühstück verweigern, der umgekehrt ja vieles von dem zurückweist, das mir wichtig ist.



GELASSENE

Zeiten und ein wohlwollender Blick auf uns selbst – Yoga und Meditation verändern unsere

HALTUNG.



AUCH ALS
APP

Trost braucht nicht viele Worte

Wie können wir helfen, wenn anderen Schlimmes passiert? Vielleicht hilft nur: das Leid und die Trauer mit aushalten

Nahezu jeder kennt die Situation. Ein Mensch sitzt vor dir, dem Unheil widerfahren ist. Er muss den Tod eines lieben Menschen verkraften oder eine schlimme Diagnose. Oder er erlebt ein tiefes Gefühl der Traurigkeit oder eine Verzweiflung, für die keine Gründe benannt werden können.

Abgründe tun sich auf. Tränen fließen. Manchmal ist es auch ein Schweigen, das noch schwerer zu ertragen ist. Was tun in einer solchen Situation? Oft genug reagieren wir hilflos. Das rechte Wort fällt uns nicht ein. Oder die Worte, die wir finden, trösten nicht, machen die Situation vielleicht noch schlimmer.

Menschen, die einen Todesfall in der Familie zu verkraften hatten, berichten, dass Bekannte, die sie aus der Ferne sehen, die Straßenseite wechseln. Aus Unsicher-



Heinrich Bedford-Strohm ist Ratsvorsitzender der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD), Landesbischof der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern und Herausgeber des Magazins *chrismon*

„
Der
Karfreitag
lehrt uns,
mit unseren
Erfahrungen
von Ohnmacht
klarzu-
kommen
“

heit. Und eine Mutter, die ihr Kind bei einem Unfall verloren hatte, sagte mir einmal: Das Schlimmste waren die vorschnellen Trostworte. „Alles wird wieder gut.“ – „Es hat alles seinen Sinn, auch wenn wir ihn jetzt nicht erkennen können.“ Nein: Nichts wird gut! Und was soll das für ein Sinn sein, wenn ich meine über alles geliebte Tochter verliere?

Was hilft: das Leiden auszuhalten. Die Trauer mit dem betroffenen Menschen einfach mitzutragen, und wer nicht selbst Worte findet, kann sie sich leihen. Zum Beispiel aus der Bibel. Zu den biblischen Worten, die mich am meisten berühren, gehören die Worte, die der Verzweiflung Raum geben. Wir finden sie an vielen Stellen in der Bibel. Etwa in den Psalmen.

„Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen? Ich schreie, aber meine Hilfe ist ferne. Mein Gott, des Tages rufe ich, doch antwortest du nicht, und des Nachts, doch finde ich keine Ruhe.“ So heißt es im Psalm 22. Jesus Christus selbst hat sich diese Worte in der Stunde seiner größten Not geliehen. Nach dem Matthäusevangelium sind es seine letzten Worte am Kreuz. Man muss sich das einmal klarmachen: Der Mensch, den wir Gottes Sohn nennen, in dem Gott uns in menschlicher Gestalt begegnet, stößt diesen Verzweiflungsschrei aus, einen Schrei der Gottverlassenheit. Keine billigen Trostworte von irgendwem. Nur Dunkelheit und Tod.

Es ist gut, dass wir in Deutschland einen gesetzlichen Feiertag haben, der an Jesu qualvolles Sterben erinnert und daran, dass wir manchmal gezwungen sind, Leid zu ertragen. Sich auf den Karfreitag einzulassen, ist eine Schule des Lebens. Sie lehrt uns, mit unseren Erfahrungen von Ohnmacht klarzukommen. Sie lehrt uns, der Versuchung zu widerstehen, diese Erfahrungen oberflächlich wegzureden. Denn dadurch werden sie umso mächtiger. Das gilt für persönliche Leiderfahrungen. Es gilt aber auch für den Umgang mit öffentlichem Erschrecken und öffentlicher Trauer wie nach dem rechtsradikalen Terroranschlag von Hanau.

Der evangelische Theologe Dietrich Bonhoeffer hat einmal geschrieben: „Die Bibel weist den Menschen an die Ohnmacht und das Leiden Gottes; nur der leidende Gott kann helfen.“ Er wusste, wovon er sprach. Die Nähe des leidenden Gottes gab ihm die Kraft, kurze Zeit vor seiner Hinrichtung als Widerstandskämpfer seine berühmten Worte zu schreiben: „Von guten Mächten treu und still umgeben, behütet und getröstet wunderbar...“ In diesen Tagen ist es 75 Jahre her, dass er im Konzentrationslager Flossenbürg ermordet wurde. Woher – so fragen sich viele – hat er nur die Kraft genommen, mit seiner ausweglosen Situation so umzugehen?

Es ist der mitleidende Gott, dem Bonhoeffer sich in seinem Leiden anvertraut hat. Und er hat ihm geholfen. ✦

FOTO: THOMAS MEYER/OSTKREUZ

Hingehört. Lassen Sie sich die Kolumnen unserer Herausgeberinnen und unseres Herausgebers vorlesen chrismon.de/auf-ein-wort

Volksleiden Gelenkverschleiß

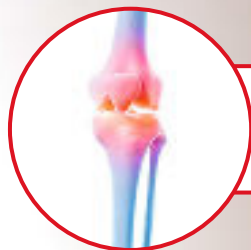
Spezielles Arzneimittel bekämpft Arthrose wirksam



Arthrose in den **Finger- und Handgelenken** ist weit verbreitet



Die **Hüfte** ist nach dem Knie das am meisten von Arthrose betroffene Gelenk



Die **Kniearthrose (Gonarthrose)** ist die häufigste Form



Schmerzen in den Knien, Fingern oder der Hüfte – früher oder später leiden wir fast alle unter Problemen mit den Gelenken. Die Ursache ist meist Arthrose. Lesen Sie hier, **woran Sie Arthrose erkennen können und wie ein spezielles Arzneimittel helfen kann!**

Gelenkschmerzen schränken den Alltag von Millionen Menschen stark ein. Bei der Mehrzahl der Betroffenen steckt Arthrose dahinter, die häufigste Verschleißerkrankung der Gelenke.

Wie Arthrose entsteht und woran man sie erkennen kann

Arthrose ist eine Verschleißkrankheit der Gelenke, die häufig sogar mit Entzündungen einhergeht. Sie entsteht meist mit zunehmendem Alter, wenn sich die Knorpel zwi-



„
*Ich bin begeistert!
Schon nach wenigen
Tagen waren meine
Schmerzen in den
Gelenken verschwun-
den. Empfehlenswert!*“

„
(Christoph H.)

schen den Gelenken durch die lebenslange Belastung abnutzen. Auch Fehlstellungen und Verletzungen begünstigen die Entstehung von Arthrose. Am häufigsten sind die lasttragenden Gelenke wie Hüft- und Kniegelenke betroffen, aber auch Schultern oder Finger können Arthrose aufweisen.

Bei Arthrose empfiehlt sich ein spezielles Arzneimittel

Im Zuge ihrer Recherchen haben unsere Experten ein spezielles Arzneimittel bei Arthrose entdeckt, das sie in mehreren Punkten überzeugt hat: Rubaxx Arthro (Apotheke, rezeptfrei)! Das Besondere an Rubaxx Arthro ist der darin enthaltene Wirkstoff Viscum album. Dieser hat in Laborstudien bemerkenswerte Ergebnisse erzielt: So wirkt Viscum album nicht nur schmerzlindernd, sondern auch entzündungshemmend. Zudem kann der Wirkstoff bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose weiter angreifen.^{1,2}

Gut zu wissen:

In den Arzneitropfen Rubaxx Arthro ist der Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthalten. Das Arzneimittel ist gut verträglich und hat keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen.

- ✓ Bekämpft speziell Arthrose
- ✓ Wirksam & gut verträglich
- ✓ Individuell dosierbar



Jetzt NEU von Rubaxx

Für Ihren Apotheker:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)
www.rubaxx.de

Hiobs indische Schwester

Meena beschützt ihre Enkelin. Wer in Mumbai am Strand schläft, lebt gefährlich. Meena hat Schreckliches ausgestanden – aber sich auch behütet gefühlt. Der Fotografin Helena Schätzle hat sie ihre Geschichte erzählt

✦ Fotos: Helena Schätzle Text: Tulsi Amina Ansari





The first photo
I sent long post-
from Germany
to Meena

Unter einer grossen Foto,
das du von Deutschland aus
an Meena geschickt

Helena Schätzle hat
die Hindu-Frau Tulsi
Amina „Meena“ Ansari
2006 kennengelernt.
Aus Deutschland
hat sie ihr dann dieses
Foto geschickt.
Heute ist Meena
64 Jahre alt

Wir Menschen sind Reisende, und jede einzelne Reise ist eine Geschichte für sich. Ich weiß kaum etwas über meine Mutter. Aber ich erinnere mich, dass ich jedes Mal vor Freude lachen musste, wenn sie in ihrer Muttersprache mit mir sprach.

Ob meine Mutter uns verließ oder starb, kann ich nicht sagen. Aber alles veränderte sich, als sie weg war und mein Vater und ich zurückblieben. Mein Vater begann zu trinken. All seine Wut ließ er an mir aus, er schlug mich und jagte mich aus dem Haus. Ich hatte keinen Ort zum Essen oder Schlafen und nichts zum Anziehen. Ich strolchte herum und saß oft die ganze Nacht in einem Park oder auf einem Friedhof.

Ich hatte keine Ahnung, wie die Welt funktioniert. Mit zwölf besuchte ich häufig eine Nachbarin. Ich verstand das süße Gift hinter ihren Worten nicht. Eines Tages während Ramadan betäubte sie mich, nahm Geld von einem Jungen namens Anwar und ließ ihn mich vergewaltigen. Weinend vor Schmerz wachte ich auf. Anwar befahl mir, den Mund zu halten, und gab mir Geld für Essen. Schluchzend kam ich zu Hause an, meine Kleidung war voller Blut. Mein Vater war so aufgebracht, dass er mich verprügelte.

Ich wusste nicht, was ich verbrochen hatte, aber nach diesem Tag brachte mich mein Vater in ein Kinderheim. Der Vergewaltiger wurde nie belangt.

Von da an änderte sich alles. Ich wusste nicht, was gut und schlecht, was richtig oder falsch war. Alles, was ich wusste, war, dass wir Kinder zusammenhalten mussten. Gemeinsam lernen, spielen und unsere eigene Welt aus Glück und Gemeinschaft aufbauen.

Als ich mit 18 aus dem Kinderheim kam, spürte mich der Mann, der mich als Kind vergewaltigt hatte, auf. Er folgte mir ständig und fragte, ob ich mit ihm zusammen sein wolle. Als ich mich weigerte, drohte er, mich mit Säure zu übergießen.

Die Leute um mich herum drängten mich ebenfalls und sagten: „Du solltest mit dem Mann zusammenleben, der dir deine Unschuld genommen hat.“

Dumm, wie ich war, gab ich nach. Ziemlich schnell bekamen wir ein Kind, einen Sohn. Anwar ließ uns auf der





Der Strand, an dem Meenas Familie lebt, heißt Girgaon Chowpatty. Reis, Zucker, Mehl und Öl bekommt sie vergünstigt vom Staat. Shabnam, die Schwiegertochter, zieht Aliva an. Ihnen ist es wichtig, jeden Tag zu duschen, die Kleider zu waschen, die Haare zu machen



Wenn der Monsun kommt, bringen sich die Menschen in Sicherheit. In den ersten Jahren hat Helena Schätzle noch relativ stabile Plastikdächer gesehen. Inzwischen baut die Polizei auch während der Regenzeit die Plastikplanen ab – um Meena und all die anderen vom Strand zu vertreiben

Liebe Helena,

eines Tages kam eine Fremde
zu mir. Das warst du.
Du fragtest, ob du mich
fotografieren dürftest, und ich
sagte Ja. Zwei Jahre später
kamst du wieder, ich erkannte
dich zuerst nicht.
Aber dann erinnerte ich mich.
Du hattest mir einen Brief
mit Bildern geschickt.
Du kommst wie ein Engel
und fliegst nach ein paar Tagen
wieder weiter.
Du erinnerst mich an meine
Tochter, die ich weggegeben
habe. Dein Kommen und
Gehen ist wie ein Traum.
Eine Reisende aus der Fremde
wird zu einer Bekannten,
die Bekanntschaft verwandelt
sich in eine Freundschaft.
Es kommt mir vor, als würden
wir uns schon sehr lange
kennen. Du fühlst dich an wie
jemand sehr Nahes,
den ich verloren und wieder-
gefunden habe.

Deine Meena



Shabnam kann –
wie Meena – lesen,
schreiben und nähen.
Und frisieren. Jedes Mal,
wenn Helena Schätzle
an den Strand kam,
wurde sie aufwendig
gestylt. Dem kleinen
Habib gefällt das

Anzeige



#zumerstenMal

World Vision
ZUKUNFT FÜR KINDER

Erstmals frisches Wasser:

**Eine Patenschaft bewirkt mehr
als du denkst**

Du gibst nicht nur deinem Patenkind die
Chance auf ein besseres Leben, sondern
auch seiner Familie und der ganzen Dorf-
gemeinschaft: Der erste Brunnen, die
erste Ernte für die Familie und die ersten
Schulerfolge sind Erlebnisse, die niemand



vergisst – auch du nicht als
Pate. Starte jetzt dein eige-
nes Abenteuer:

Werde Pate auf worldvision.de!



Mumbai hat 12,5 Millionen Einwohner, mindestens die Hälfte lebt in Slums. Und täglich kommen mehr, die dem Elend der Dörfer entfliehen. In Mumbai finden sie vielleicht Arbeit – aber keine Wohnung. Am Strand zu leben, ist eigentlich illegal. Für Meena (links) ist er ein Zuhause



Straße zurück. Ich hatte keine Unterstützung, kein Geld. Also gab ich unseren Sohn an ein Paar, das keine Kinder hatte. Viel später, als erwachsener Mann, besuchte er mich. Kürzlich erfuhr ich, dass er gestorben ist.

Anwar und ich hatten noch zwei weitere Kinder. Unser zweiter Sohn fiel beim Spielen in Ohnmacht. Wir brachten ihn ins Krankenhaus, wo der Arzt ihm eine Spritze gab, ihn aber kurz darauf für tot erklärte.

Unser drittes Kind, eine Tochter, verheiratete Anwar mit dem Sohn eines Freundes. Heute wohnt sie mit ihm und ihren Kindern in Tardeo und verweigert jeden Kontakt mit mir.

Mit Anwar zu leben, war der größte Fehler meines Lebens. Am Ende ließ er mich allein zurück und zog in sein Dorf, wo er sich zwei neue Frauen nahm und ein neues Zuhause aufbaute. Ich fühlte mich so einsam, dass ich mich dem Alkohol zuwandte. Erneut streifte ich durch die Straßen. Ich lernte, dass wir alle nur wie hungrige Tiere sind. Und ich begann zu glauben, dass Männer Frauen nur zur

Befriedigung ihrer Wünsche benutzen. Ich beschloss, niemals wieder einen Mann über mich bestimmen zu lassen.

Dann traf ich Rustom. Er ist zehn Jahre jünger als ich und Muslim. Ich sah damals sehr gut aus und trug Saris. Ich sagte mir: Vielleicht hatte Gott Mitleid mit mir und sandte mir einen Engel zu meiner Rettung. Ich fragte Rustom: „Wirst du mich genauso erniedrigen wie andere auch?“ Er schwor bei seinem Leben, das nicht zu tun, und ich glaubte ihm.

Seine Mutter jedoch beschimpfte mich. Ich sei schwarz, hässlich und alt. Sie beschwerte sich über meine Kaste und meine Religion und beschuldigte mich, ihren Sohn in die Falle zu locken. Nach und nach begann auch Rustom, schlecht über mich zu denken. Er tritt mit mir, und mein Herz brach immer wieder neu.

In dieser Situation brachte ich ein kleines Mädchen auf die Welt. Rustom schlug mich und sagte, er wolle weder mich noch unsere Tochter. Ich war so erschüttert, dass ich unsere Tochter in dasselbe Kinderheim gab, in das mein Vater mich gebracht hatte. Doch schon kurze Zeit später überkamen mich Schuldgefühle. Ich wollte unsere Tochter zurückholen, doch man teilte mir mit, dass sie an eine Schweizer Familie gegeben worden sei. Ich trauerte lange, und bis heute weiß ich nicht: Wurde sie wirklich adoptiert und lebt nun ein glückliches Leben, oder wurde sie an Unbekannte verkauft? Ich vermisse sie noch immer.

Rustom kehrte zu mir zurück, und ich gebar Zwillinge, Abdulla und Salma. Wir waren sehr arm und hatten nicht einmal ein Dach über dem Kopf. Ich schuftete ununterbrochen, um unsere Kinder auf eigene Faust durchzubringen. Ich fand mich damit ab, nur die Kleidung zu haben, die ich trug, und nur eine Mahlzeit am Tag.

Während der Ausschreitungen in Mumbai 1992 waren meine Zwillinge sieben Jahre alt. In verschiedenen Stadtteilen gingen Bomben hoch. Wir lebten auf der Straße,

und ich hatte große Angst. So beschlossen wir, die Kinder in Rustoms Dorf zu bringen.

Wir baten seine Verwandten, unsere Streitigkeiten zumindest so lange zu vergessen, wie die Ausschreitungen anhielten. Doch sie kümmerten sich nicht um die Kinder. Schließlich ergriff Abdulla die Flucht und kam zurück nach Mumbai. Er sah krank aus, und als ich ihm Essen gab, schlang er es hinunter wie ein ausgehungertes Bettler. Eines Tages begann er sich plötzlich im Kreis zu drehen und krachte auf den Boden. Ich war schockiert. So etwas hatte ich noch nie zuvor gesehen. Elf Jahre lang nahm er dann Medikamente gegen Epilepsie. Ich zog mit ihm durch die ganze Stadt – zu Ärzten, Tempeln, Moscheen und Heiligenschreinen, aber alles vergeblich.

Ich verkaufte Spielzeug, das ich aus Muscheln herstellte, und verdiente genug Geld, um uns eine kleine Hütte am Hanging Gardens zu bauen. Aber dann wurde meine Tochter mit achtzehn Jahren krank. Ich hatte noch nie von so einer Krankheit gehört. Ein Hirntumor.

Die Ärzte verlangten 100.000 Rupien für die Operation von mir. Ich verkaufte unsere Hütte für 45.000 Rupien, außerdem verkaufte ich das bisschen Schmuck, das ich für die Hochzeit meiner Tochter gespart hatte. Alles, was ich zusammenkratzen konnte, um die 75.000 Rupien*, gab ich den Ärzten.

Nach der Operation hatte meine Tochter ihre Stimme verloren, und bald darauf konnte sie sich nicht mehr auf den Beinen halten. Das war jetzt aus diesem zerbrechlichen, schönen, unschuldigen Kind mit all seinen Träumen von der Liebe und dem Leben geworden! Nach der Operation gab der Arzt ihr noch zwei Monate zu leben.

Als sie nach sechs Monaten starb, brach mir das Herz. Ich schluchzte vor Schmerz und Qual. Ich betrachtete ihr Gesicht und dachte: Mein ganzes Leben war ich eine Kämpferin, aber dagegen kam ich nicht an. Ich verstand, dass alle Anstrengung vergebens ist. Was immer wir tun, wir werden eines Tages leiden müssen.

>

* ca. 1000 Euro

Anzeige

SIE SPAREN
ÜBER 25 %

SPARGEL *liebt* SILVANER

Wer liebt es nicht, dieses **kulinarische Traumpaar**? Zum Start der **Spargelzeit** bieten wir Ihnen den perfekten Begleiter zum Spargel im 6er Karton aus einer der Spitzenlagen Frankens zum absoluten Traumpreis.



6ER PAKET »KULINARISCHE LIEBE«

6 x 0,75 l | Bestell-Nr. 94602

6 x 2019
**RANDERSACKERER EWIG LEBEN
SILVANER KABINETT TROCKEN**
Franken

Alk: 13,0 % vol | S: 6,3 g/l | RZ: 5,6 g/l

STATT
42,00 € + 5,90 €
€ 34,-

**JETZT DIREKT
BESTELLEN:**

T 09321 7005-184
www.gwf-frankenwein.de
bestellung@gwf-frankenwein.de

Der kleine Habib, seine Mutter Shabnam – und Meena. Unten ein Blick in Wohnzimmer, Schlafzimmer und Küche. Wer das Zuhause betritt, zieht die Schuhe aus. Fremde, die zu nahe kommen, verscheuchen sie





Das Buch „To Meena“ erzählt ebenfalls Meenas Lebensgeschichte und enthält noch viel mehr Fotografien von ihr und ihrer Familie. Der Sonderedition beigelegt ist ein von Meena bemalter Umschlag mit Zeichnungen, Fotografien, Geschichten und Briefen. Jedes Exemplar ist ein Unikat. Der Erlös ist für die Ausbildung von Meenas Enkelkindern bestimmt.

Das Buch kostet 32 Euro, mit Beilagen von Meena 48 Euro.
to-meena.de

Wie hast du das gemacht, Helena Schätzle? Unser Podcast zur Recherche
chrismon.de/wiehastdudasmag gemacht

Nachdem meine Tochter gestorben war, zogen wir zurück an den Strand von Chowpatty, genau dorthin, wo ich geboren wurde. In dieser kleinen Welt kannte ich jede Ecke, jeden Winkel. Das hier ist mein Zuhause, dieser Ort mit seinem unendlichen Horizont – der Strand, der Sand, das Meer und mein Baum, unter dem wir Zuflucht fanden und unsere Bleibe aufschlugen, eine Hütte aus Plastikplanen. Der Baum war wie eine Mutter. Die Vögel lehrten mich Geduld, und im warmen Sand fühlte ich mich gehalten wie ein kleines Kind an der Brust seiner Mutter. Jeden Abend malte die Sonne ein anderes schönes Bild über dem Meer. Trotz aller Probleme ist hier mein Ort des Glücks.

Ich glaube, es waren meine Gebete an die Heiligen, die Shabnam in das Leben meines Sohnes treten ließ. Ihre Eltern hatten sie gegen Geld mit einem alten Mann verheiratet, aber sie war ihm davongelaufen. Während Ramadan besuchte sie Chowpatty Beach häufig und verbrachte Zeit mit uns. Abdulla und Shabnam begannen, Gefallen aneinander zu finden.

Shabnams Familie war darüber sehr erbost, weil sie erneut an einen Mann verkauft werden sollte. Sie schlugen und verfluchten sie und sagten, sie werde nie Kinder bekommen können. Ich antwortete ganz ruhig: „Das ist etwas, das Gott entscheiden soll.“ Heute haben sie drei wunderbare Kinder.

Nachdem unsere Enkel geboren wurden, machte ich mir zunehmend Sorgen über die Zustände am Chowpatty Strand. Ich sah, wie viele Kinder Opfer von Vergewaltigungen wurden. Als das auch mit unseren Nachbarn passierte, begann ich, regelmäßig bis morgens um drei wach zu bleiben, um sicherzugehen, dass sich niemand an meinen Enkeln vergriff.

Eines Tages schafften wir es, mit Hilfe von Freunden nach Nala Sopara, einen Vorort von Mumbai, zu ziehen. Wir freuten uns, während des Monsuns endlich wieder ein Dach über dem Kopf zu haben. Die Kinder schlossen Freundschaften und begannen, zur Schule zu gehen.

Ich sagte mir, dass es so am besten für uns alle sei, und doch war es schwierig. Es war weit weg von allem Vertrauten – meinen Freunden und Bekannten, meiner Einkommensquelle, meinem Baum, den Wellen, den Vögeln und dem Strand von Chowpatty. Drei Jahre schlugen wir uns mit kleinen Jobs durch, um Miete, Essen und Schulgeld zu zahlen. Dann beschloss ich, zum Strand zurückzuziehen. Meine Familie folgte mir.

Es wurde schwerer als je zuvor. Die Polizei schikanierte uns regelmäßig. Wir wussten nie, wann sie kommen und all unsere Sachen mitnehmen würden. Manchmal nahmen sie während der Regenzeit unsere Plastikplanen und gruben große Löcher in den Sand, so dass wir dort nicht erneut lagern konnten.

Heute besitze ich nichts. Alles, was ich habe, ist mein Glaube. Wenn Gott keinen freundlichen Blick für mich hat, wie kann ich das dann von der Welt erwarten? Ich frage mich, wie lange ich noch durch diese Welt stolpern werde, auf einer endlosen Reise zu einem unbekannten Ziel. Und doch war meine Reise schön.



Retter aus Leidenschaft

Stiftungen gehören zu den ältesten Instrumenten bürgerchaftlichen Handelns und privaten Engagements für das Allgemeinwohl. Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine Stiftung oder Zustiftung und helfen damit anderen.

Jährlich werden fast 600 neue rechtsfähige Stiftungen in Deutschland gegründet. Aktuell gibt es hierzulande mehr als 22.000 rechtsfähige Stiftungen. Schätzungen zufolge kommen mindestens noch einmal so viele nicht rechtsfähige Stiftungen hinzu. Die Gründe für das blühende Stiftungswesen sind im über Jahrzehnte gewachsenen Wohlstand zu finden, im demografischen Wandel, in der Erbschaftswelle, aber auch in der gewachsenen Lust am Engagement und der vermehrten Bereitschaft zur Mitgestaltung.

„Die Motive, eine Stiftung zu gründen, sind vielfältig. Häufig geben persönliche Betroffenheit, Dankbarkeit oder Neigungen den Impuls zur Stiftungsgründung. Stifter möchten dauerhaft zur Bewältigung von

Herausforderungen beitragen, die sie für besonders wesentlich erachten“, sagt Markus Heuel, Mitglied der Geschäftsleitung des Deutschen Stiftungszentrums.

Mit über 60 Jahren Erfahrung zählt das Deutsche Stiftungszentrum (DSZ) im Stifterverband zu den großen und unabhängigen Stiftungsverwaltern in Deutschland. Das DSZ betreut Stifter in allen Fragen rund um die Stiftungserrichtung sowie gemeinnützige Stiftungen bei der Verwirklichung ihrer satzungsmäßigen Zwecke, etwa durch ein effektives Stiftungsmanagement, eine professionelle Beratung, eine unabhängige Vermögensverwaltung, durch die Entwicklung maßgeschneiderter Stiftungskonzepte oder Empfehlungen bei der Programmarbeit. Derzeit betreut das DSZ 680 rechtsfähige und nicht rechtsfähige Stiftungen mit einem Gesamtvermögen von mehr als 3,1 Milliarden Euro.

Weitere Informationen: www.deutsches-stiftungszentrum.de

Anzeige



DIE STIFTUNGSEXPERTEN

Mehr als 60 Jahre Erfahrung – von der Gründungsberatung bis zum Management bestehender Stiftungen.

www.deutsches-stiftungszentrum.de
Essen . Berlin . Hamburg . München . Stuttgart

World Vision

Jährlich sterben mehr als 5,3 Millionen Kinder, bevor sie ihr fünftes Lebensjahr erreichen. Die Not ist groß, sodass eine Verbesserung der Situation nur durch nachhaltige Maßnahmen erzielt werden kann. Hier setzt die World Vision Stiftung an, die bereits 2009 unter dem Dach der christlichen Kinderhilfsorganisation World Vision Deutschland e. V. gegründet wurde. World Vision kann durch Stiftungsspenden sowie Kinderpatenschaften in weltweiten Projekten Hilfe zur Selbsthilfe leisten und Kindern, Familien und der Region beispielsweise Zugang zu sauberem Trinkwasser durch den Bau eines Brunnens schaffen. Als Christen unterschiedlicher Konfessionen unterstützen Helfer und Helferinnen von World Vision weltweit Menschen in Not, unabhängig von der ethnischen Herkunft, Religion oder Nationalität.

Mit einer Kinderpatenschaft ermöglichen Spendende ihrem Patenkind zudem Zugang zu gesunder Ernährung, medizinischer Versorgung und Bildung. Mit 30 Euro im Monat kann jeder ohne vertragliche Bindung den Kindern, ihren Familien und ihrem Umfeld gezielt Hilfe zur Selbsthilfe zukommen lassen. Damit verfolgt World Vision seit über 60 Jahren das Ziel, das Leben von Kindern nachhaltig zu fördern. Bleibende Verbesserungen im Leben bedürftiger Kinder sind nur möglich, wenn ihr Umfeld verändert wird. Somit tragen die Kinderpatenschaften von

World Vision dazu bei, langfristig die Situation in der Region zu verbessern. Das Besondere: Eine Kinderpatenschaft ist eine sehr persönliche Form der Unterstützung. Paten und Kinder stehen per Post und E-Mail im Austausch. Zudem organisiert World Vision Reisen zum Patenkind. Aktuell unterstützt World Vision weltweit über 2,9 Millionen von ihnen. Mit diesen regelmäßigen Spenden kann World Vision notwendige Projekte, Kampagnen und Initiativen langfristiger kalkulieren und planen sowie verlässliche Hilfe für jene leisten, die sie am nötigsten brauchen: Kinder, die in Armut leben. Auch Sie können World Vision und die World Vision Stiftung ganz nach Ihren Wünschen und Möglichkeiten unterstützen.

Weitere Informationen: www.worldvision.de

Deutsche AIDS-Stiftung

Seit 33 Jahren steht die Deutsche AIDS-Stiftung als Anwältin an der Seite von HIV-positiven und Aids-kranken Menschen, die unbürokratische, schnelle Hilfe brauchen. Zwar hat die Krankheit dank neuer Medikamente ihren Schrecken verloren. Dennoch gilt es immer wieder neu, über HIV und Aids zu informieren. Denn das Wissen über die Infektion

wird nicht automatisch von Generation zu Generation weitergegeben. Die Deutsche AIDS-Stiftung kümmert sich deshalb darum, dass HIV im Bewusstsein bleibt. Denn Diskriminierung und Stigmatisierung begleiten HIV-positive Menschen leider noch zu oft in ihrem Alltag.

Die gute Arbeit der Aids-Beratungsstellen finanziell zu unterstützen, hat sich die Stiftung seit ihren Anfängen zur Aufgabe gemacht. Sie fördert daher bundesweit Vorhaben, die für HIV-positive Menschen ein wichtiger Anker in ihrem Alltag sind. Zum Beispiel Begegnungsmöglichkeiten, begleitete Krankenreisen, betreutes Wohnen oder Checkpoints, bei denen man kostenlos und von Fachleuten beraten seinen HIV-Status überprüfen lassen kann.

Auch wenn es gilt, eine finanzielle Notsituation zu überbrücken, in der andere nicht helfen können, ist die Stiftung eine wichtige Adresse. Manchmal helfen den Betroffenen und ihren Familien schon überschaubare Beträge, um sie aus einer ausweglosen Situation zu retten: Die kaputte Waschmaschine einer Familie mit kleinen Kindern, die seitenlange Materialliste für die Schulausstattung oder eine überraschende Stromnachzahlung strapaziert allzu oft die Budgets der ohnehin schon gebeutelten Familien.

Weitere Informationen: <https://aids-stiftung.de>

Anzeige



» Menschen mit HIV und Aids zu helfen, wenn sich niemand mehr zuständig fühlt, ist unser Auftrag. «

Das können wir nicht alleine. Wenn wir zusammen helfen, erreichen wir viel: Dann finden HIV-positive Menschen einen Weg aus ihrer Einsamkeit. Wachsen Kinder in Afrika ohne HIV glücklicher auf. Haben Frauen und Männer in hoffnungslosen Situationen wieder Chancen.

Helfen Sie mit, HIV-positiven Menschen neue Hoffnung zu geben!



ONLINE SPENDEN

aids.st/donate

Deutsche
AIDS-
Stiftung



Dem Rad in die Speichen greifen

Der evangelische Theologe Dietrich Bonhoeffer kämpfte gegen Hitler. Vor 75 Jahren wurde er ermordet. Heute lesen sogar Oppositionelle in der Gefängniszelle in China seine Schriften

*Von guten Mächten wunderbar geborgen,
erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.*

So lauten die bekanntesten Worte, die von Dietrich Bonhoeffer überliefert sind. Mit ihnen endet das wichtigste geistliche Gedicht des 20. Jahrhunderts. Das Gedicht war das letzte Zeichen der Liebe zu seiner Braut Maria von Wedemeyer. Diese Liebe blieb ebenso Fragment wie das Leben des Berliner Theologen, das am 9. April 1945 durch einen Justizmord ein jähes Ende fand. Im Konzentrationslager Flossenbürg wurde Bonhoeffer nach einem standgerichtlichen Verfahren umgebracht. Mit 39 Jahren starb er als Opfer von Adolf Hitlers Rachsucht gegen die Verschwörer des 20. Juli. Er ahnte dieses Ende; aber für ihn war es zugleich ein Beginn.

In der Gewissheit, dass der gewaltsame Tod sein Leben nicht zu nichtemachte, zeigte sich sein Gottvertrauen. Bonhoeffer orientierte sich an Jesus – seiner Menschlichkeit, seinem Kreuzestod, seiner Auferstehung. Darin fand er einen festen Anker. Dass Bonhoeffers Tod ein Beginn war, bestätigte sich darüber hinaus in einer Weise, die er selbst nicht ahnen konnte. Denn sein Leben gewann eine Ausstrahlung, die über alles, was er hatte bewirken können, weit hinausgeht.

Weil er sich aus Glaubensüberzeugung und Gewissenspflicht dem Widerstand gegen Hitler anschloss, wurde er schon bald nach seinem Tod als Märtyrer gewürdigt. Die Briefe, Aufzeichnungen und Gedichte aus der Haft, die nach seinem Tod veröffentlicht wurden, entfalten bis heute eine weltweite Wirkung. In vielen Ländern der Erde – von Japan bis Brasilien, von Südafrika bis Polen – wird er als Vorbild geachtet. Sein Beispiel ermutigt zum Widerstand gegen ungerechte Regime, zum Eintreten für den Frieden, zur Zivilcourage im Ringen um den richtigen politischen Weg. In China lesen Angehörige der politischen Opposition in der Gefängniszelle seine Briefe aus der Haft; in vielen Kirchen der Welt ermutigt er zu neuen Formen der christlichen Existenz.

In seinem letzten Gedicht findet das Gottvertrauen in schwierigster Zeit einen ebenso starken wie behutsamen Ausdruck. Natürlich haderte er mit seinem Schicksal; in der Einsamkeit der Gefängniszelle war er oft der Verzweiflung nahe. Aber seine Glaubensgewissheit half ihm, vor Schwierigkeiten nicht zu kapitulieren, Enttäuschungen produktiv zu verarbeiten und der Todesangst zu trotzen.

Von Anfang an stand er in klarer Opposition zu Hitlers Herrschaft und beteiligte sich schließlich aktiv am politischen Widerstand. Mehrfach verließ er Deutschland, um sich neuen Erfahrungen auszusetzen. Italien,



Wolfgang Huber
ist Professor für Theologie für Berlin, Heidelberg und Stellenbosch (Südafrika). Er war Vorsitzender des Rates der EKD, Bischof der Kirche Berlin-Brandenburg-schlesische Oberlausitz und Mitglied im Deutschen Ethikrat. Als Theologe setzt er sich vor allem mit ethischen Fragen auseinander. 2019 erschien von ihm das Porträt „Dietrich Bonhoeffer. Auf dem Weg zur Freiheit“ (C.H. Beck).

Spanien, die USA, Großbritannien waren Länder, in denen er sich längere Zeit aufhielt. Aber er kehrte immer wieder zurück, selbst als dies lebensgefährlich wurde.

Im Sommer 1939 fielen die Würfel. Er wurde in die USA eingeladen, wo man ihm anbot, auf Dauer zu bleiben. Doch über die Möglichkeit des Exils erschrak er zutiefst. Es kam ihm wie ein Verrat an seinen Freunden, an seiner Familie und an den von ihm ausgebildeten Pfarrern vor. Wie sollte er nach dem Krieg am Wiederaufbau Deutschlands mitarbeiten, wenn er den Krieg nur aus der Ferne miterlebt hätte?

Er war entschlossen, den Kriegsdienst in Hitlers Wehrmacht zu verweigern – nicht weil er ein prinzipieller Pazifist war, sondern weil er die Beteiligung an einem offenkundig ungerechten Krieg ablehnte. Doch dann öffnete ihm sein Schwager Hans von Dohnanyi den Weg zu einer Tätigkeit im militärischen Geheimdienst der deutschen Wehrmacht. In dieser Funktion stellte er nicht nur seine internationalen Verbindungen in den Dienst der „Feindaufklärung“. Viel wichtiger war, dass er seine Kontakte für die Widerstandsgruppe nutzte, die sich in seiner Berliner Dienststelle bildete. Ihr wuchs schnell eine Schlüsselrolle für die Zusammenarbeit zwischen dem militärischen und dem zivilen Widerstand gegen Hitler zu.

Offiziell war er Mitglied des militärischen Geheimdiensts, im Verborgenen Angehöriger der Verschwörung gegen den „Führer“. Das allein kann einen Menschen schon in Atem halten. Dennoch richtete sich Bonhoeffers Blick über die Forderungen des Tages hinaus. Die Flucht vor der Verantwortung kam für ihn nicht infrage. Nicht wie er sich „heroisch aus der Affäre ziehen“, sondern wie „eine kommende Generation weiterleben“ könne, war für ihn die entscheidende Frage. Wie sollte Deutschland nach dem erhofften Ende der Nazi Herrschaft aussehen? Wie ließ sich erreichen, dass Menschen in ihrem Lebensrecht wie in ihrer Freiheit gleichermaßen geachtet wurden? Fragen dieser Art ließen ihm keine Ruhe.

Er motivierte andere, sich damit zu beschäftigen. Er selbst bearbeitete sie, solange er sich noch frei bewegen konnte, in einem Manuskript, das grundlegenden Fragen der Ethik gewidmet war. Er schärfte vor allem die Verantwortung für fremdes wie für das eigene Leben ein. Lebte er in unserer Zeit, würde er auch den nachhaltigen Umgang mit der Natur hervorheben und darauf drängen, dass wir durch unsere Lebensgestaltung nicht den Lebensraum derer zerstören, die nach uns kommen. Der Klimawandel ist eine Herausforderung, auf die man Bonhoeffers Einsichten praktisch anwenden kann.

Ebenso wichtig war ihm die Frage nach der künftigen Gestalt der Kirche. Sie bedrängte ihn besonders in der Einsamkeit der Gefängniszelle. Die Kirche verfehlte nach seiner Überzeugung ihren Auftrag, solange sie nur um sich selbst kreiste und in der Selbstverteidigung befangen blieb. Es kam darauf an, ein Wagnis für andere einzugehen. Vor allem das Schicksal von Jüdinnen und Juden stand Bonhoeffer bei einer solchen Forderung vor Augen. Der Glaube konnte nicht länger auf die fromme Innerlichkeit beschränkt bleiben oder auf das Weltbild vergangener Zeiten gestützt werden. Bonhoeffer verstand den Glauben als eine Haltung, die das Leben bestimmt. Eine solche Erneuerung des Glaubens und der Kirche gehörte zu den großen

Hoffnungen, die zeit seines Lebens uneingelöst blieben.

Diese Hoffnung kann uns heute beflügeln. Sie begründet das Eintreten für nachhaltige Entwicklung, für die Überwindung von Armut und die Bekämpfung des Hungers in der Welt. Eine „Kirche für andere“ in Bonhoeffers Sinn steht auf der Seite von Menschen, die in ihrer Freiheit bedroht sind und um Leib und Leben fürchten müssen. Sie wendet sich denen zu, die vereinsamen und Angst vor der Zukunft haben. Sie hilft Menschen, zuversichtlich zu leben und getröstet zu sterben.

Bonhoeffers Leben blieb Fragment. Doch es ist erstaunlich, wie viel in diesem Leben Raum hatte. Die Leidenschaft für die Musik, die Lust am Spiel, die Kunst der Freundschaft und die Sehnsucht nach Liebe gehörten genauso dazu wie das Wirken für Kirche und Theologie, für die Ermütigung junger Menschen und für die Ausbildung künftiger Pfarrer.

Der Politik so viel Platz in seinem kurzen Leben einzuräumen, hatte er nicht geplant. Es waren die Umstände der Zeit, die dazu nötigten. Er wollte den Staat an seine Aufgabe erinnern, für ein Leben in Frieden und Gerechtigkeit zu sorgen. Er erkannte die Notwendigkeit, den Opfern unter dem Rad von Unfrieden und Ungerechtigkeit beizustehen. Er erlebte, dass es in bestimmten Situationen nicht reicht, die Opfer unter dem Rad zu verbinden. Dann gilt es, dem Rad selbst in die Speichen zu greifen.

Wir leben in anderen Zeiten. Doch Bonhoeffers Vorbild kann uns helfen, die Zeichen unserer Zeit wahrzunehmen, bevor es zu spät ist: Wenn die demokratischen Institutionen der Lächerlichkeit preisgegeben werden, ist Widerstand angesagt, nicht Kumpanei. Wenn die Möglichkeiten einer freien Gesellschaft genutzt werden, um gegen Minderheiten Stimmung zu machen, ist Parteinahme nötig, nicht Gleichgültigkeit. Wenn Antisemitismus um sich greift, gilt auch heute Bonhoeffers berühmter Satz: „Nur wer für die Juden schreit, darf auch gregorianisch singen.“ ❖

„
Wenn die
demokratischen
Institutionen
der Lächer-
lichkeit
preisgegeben
werden, ist
Widerstand
angesagt
“

Gott kennt keine No-Go-Areas



Mit zahlreichen Farbfotos
224 Seiten | Gebunden mit Schutzumschlag
€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)
ISBN 978-3-451-38744-9

Er liebt Johnny Cash, ist begeisterter Biker und über und über tätowiert: Rainer Fuchs fällt auf. Fuchs ist evangelischer Diakon und der Glaube ist seine große Leidenschaft. Er besucht Häftlinge in Gefängnissen, hilft Alleinerziehenden, spricht mit Jugendlichen an sozialen Brennpunkten. Dabei spürt man: Fuchs kennt Krisen und Umbrüche nicht aus gelehrten Büchern, sondern aus dem eigenen Leben. Er zeigt buchstäblich mit Leib und Seele:

Egal zu welcher Konfession man gehört, egal wo man lebt – Gott geht uns nicht nur an, sondern auch unter die Haut.



Neu in allen
Buchhandlungen
oder unter www.herder.de

HERDER

Lesen ist Leben



Mann tanzt

Der georgische Tanz ist „maskulin“, hart, eher Kampf als Sinnenfreude. Der vergleichsweise zarte Merab, der tanzt, seit er zehn ist, und ins Nationalensemble möchte, kann es seinem Trainer nicht recht machen. Als er merkt, dass er sich stärker zu einem neuen Kollegen hingezogen fühlt als zu seiner Jugendfreundin, gerät Merab vollends in die Krise: In der Mehrheitsgesellschaft von Tiflis ist Schwulsein nicht vorgesehen. Liebe und Sex scheinen sich allerdings günstig auf Merabs Stilnoten auszuwirken... „Als wir tanzten“ von Levan Akin ist originelles, schwungvolles, junges Kino – georgische Neue Welle. Ab 9. April



Sabine Horst, Redakteurin bei epd Film

im Kino

Komischer Name, tolle Musik

Manchmal können Bandnamen ganz schön in die Irre führen. The Saxophones zum Beispiel, ein kalifornisches Ehepaar, machen traumhafte Surfpopchansons – aber ohne Saxofon. Und Real

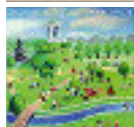
Estate haben überhaupt nichts mit Maklern am Hut. In ihrer federleichten und melodieverliebten Gitarrenmusik geht es um schwere Themen, den Zustand unserer Welt und den Umgang damit. Die Band mit dem Namen Der Englische Garten schließlich kommt zwar aus München, macht aber zutiefst britische Northern Soul- und Ska-Musik, die eher in den Club als in den Park passt. Aber vielleicht führt so manche Irritation ja auch zu einer lohnenden Neuentdeckung. Bleiben Sie offen!



The Saxophones – Eternity Bay. Full Time Hobby



Real Estate – The Main Thing. Domino



Der Englische Garten – Bei Tag und Nacht. Tapete



Claudius Grigat, Kulturredakteur bei chrismon

zum Hören

Vor gut 40 Jahren schickte der Schriftsteller Michael Ende den Jungen Bastian Balthasar Bux in die „Unendliche Geschichte“ nach Phantásien – und mit ihm Millionen begeisterte Leser. Das Bilderbuchmuseum Burg Wissem zeigt Ölgemälde und Zeichnungen aus der illustrierten Jubiläumsausgabe.

im Museum

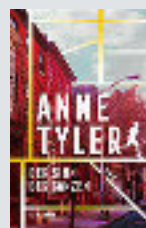


Michael Ende 8.3.–14.6. Bilderbuchmuseum Burg Wissem, Troisdorf > bilderbuchmuseum.de

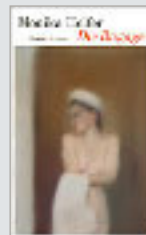
Randfiguren

Wer eine Gesellschaft verstehen will, muss sich an ihre Ränder begeben. Die Amerikanerin Anne Tyler verfügt über die große Gabe, Menschen zu beschreiben, deren Leben sich nicht als Erfolgsgeschichte erzählen lässt. Micah Mortimer heißt die Hauptfigur in ihrem neuen Roman – ein Mann Anfang vierzig, der als hochbegabter IT-Fachmann kleine Brötchen backen muss und einen Computernotdienst in Baltimore betreibt. Er ist besessen davon, seinen Alltag zu regulieren, doch als ihn mal wieder eine Freundin verlässt und ein junger Mann vor der Tür steht, der vorgibt, sein Sohn zu sein, gerät sein Leben aus den Fugen. Anne Tyler gibt seinem vermeintlich verpfuschten Leben Würde zurück und fragt wie ihr Held nach dem „Sinn des Ganzen“.

Die Österreicherin Monika Helfer legt mit „Die Bagage“ auf den ersten Blick einen herkömmlichen Familienroman vor. Weit geht ihre Ich-Erzählerin zurück, bis in die Zeit vor dem Ersten Weltkrieg. Ihre Vorfahren, die Moosbrugers, leben am Rand eines Dorfes und sind für die anderen nicht mehr als die „Bagage“. Als Josef davon hört, dass seine Frau Maria – während er als Soldat fern der Heimat kämpfte – vielleicht den Avancen eines durchreisenden Deutschen erlegen ist, verändert sich das Leben der Familie von heute auf morgen. Und die Erzählerin beginnt, darüber nachzudenken, wie weit die Schatten der Vergangenheit reichen. Gehören sie und die Ihrigen auch noch zur „Bagage“? Bleiben sie für immer Außenseiter, die am Rand der bürgerlichen Welt stehen?



Anne Tyler: Der Sinn des Ganzen. Übers.: Michaela Grabinger. Kein & Aber. 224 S., 22 Euro



Monika Helfer: Die Bagage. Hanser. 160 Seiten, 19 Euro

Rainer Moritz, Leiter des Hamburger Literaturhauses



zum Lesen

ILLUSTRATION: SEBASTIAN MESCHENMOSER, DIE UNENDLICHE GESCHICHTE (AUSSCHNITT), THIENEMANN-VERLAG, 2019; FOTOS: PR

Kulturerbe Äthiopien Land der christlichen Kopten

„Heilige Stadt“ Lalibela mit unterirdischen Kirchen - Klosterinsel im Tanasee

Erleben Sie die Höhepunkte Nord-Äthiopiens mit Höhepunkten der Religion frühchristlicher Kopten und die unberührte Natur mit Afrikas zweitgrößten Wasserfällen und beeindruckender Landschaft. Sie unternehmen eine Bootsfahrt auf dem Tanasee, auf dessen Inseln Sie eine koptische Klosterkirche besichtigen. Entdecken Sie Lalibela mit seinen Felsenkirchen (UNESCO-Welterbe), das als Neu-Jerusalem Afrikas gilt.

Ihr Reiseverlauf:

1. Tag, Hinflug Deutschland – Addis Abeba (Äthiopien): Nach voraussichtlicher Ankunft Ihres Fluges am Abend, Empfang durch Ihre Reiseleitung und Transfer zum Hotel.

2. Tag, Addis Abeba – Bahirdar: Fahrt nach Bahirdar. Die Reise führt über asphaltierte Straßen, die zum Teil noch im Ausbau sind, durch schöne Landschaften. Unterwegs sehen Sie nicht nur das dörfliche Leben, sondern oft Affen am Straßenrand.

3. Tag, Bahirdar – Tanasee – Blauer Nil-Wasserfall – Bahirdar: Fahrt zum größten See Äthiopiens dem Tanasee. Bootsfahrt zu einer der Inseln, Besuch einer koptischen Klosterkirche sowie einer Kaffeepflanzung. Weiterfahrt zum Oberlauf des Blauen Nils mit beeindruckendem Wasserfall während der Regenzeit. Bei einem Spaziergang zum Wasserfall erleben Sie die Idylle der Landschaft.

4. Tag, Bahirdar – Lalibela: Nach einer atemberaubenden Panoramafahrt durchs Gebirge erreichen Sie die „heilige Stadt“ Lalibela mit den Felsenkirchen (UNESCO-Welterbe). Der Pilgerort für äthiopische Christen wird von den Einheimischen „Neu-Jerusalem“ genannt. Unterwegs Fotostopp mit schönen Ausblicken. Übernachtung in Lalibela.

5. Tag, Lalibela: Heute besichtigen Sie mindestens 2 der insgesamt 11 der einzigartigen, aus dem Felsen herausgeschlagenen, unterirdischen Kirchen des Königs Lalibela. Die mehrstöckigen Gebäude stammen aus dem 13. Jahrhundert.

6. Tag, Lalibela – Dessie: Weiterfahrt durch die schöne Landschaft mit kleinen Dörfern nach Dessie. Unterwegs legen Sie gelegentlich einen Foto-Stopp bei typischen Märkten ein. Außerdem sehen Sie den Großen Afrikanischen Grabenbruch.

7. Tag, Dessie – Addis Abeba: Von Dessie Fahrt nach Addis Abeba, wo Ihre Reise am Flughafen endet. Unterwegs Gelegenheit zum Kauf von landestypischen Produkten wie Kaffee oder Malereien auf Ziegenleder. Am späten Abend Abflug nach Deutschland.

8. Tag: Ankunft in Deutschland. Am frühen Morgen Ankunft in Frankfurt.

Ihre ausgewählten, geprüften 3- und 4-Sterne Hotels

Sie übernachten während der Rundreise in guten 3- und 4-Sterne Hotels mit Frühstück (Halbpension optional zubuchbar). Alle Zimmer mit Bad oder DU/WC, Klimaanlage.



8 Tage / 7 Nächte
Hin- und Rückflug mit
renommierter Fluggesellschaft

statt ab € 1.299,-

schon ab €

999,-

p.P. im Doppelzimmer (Saison A)

NUR FÜR SIE ALS CHRISMON-LESER:

- ❖ Inkl. großem Kulturprogramm mit Besichtigungen und Eintrittsgeldern lt. Reiseverlauf mit folgenden Höhepunkten: Bahirdar – Tanasee (UNESCO-Biosphärenreservat) mit koptischer Kirche – Blauer Nil mit Wasserfällen – Lalibela mit Felsenkirchen (UNESCO-Welterbe) – Dessie - Addis Abeba
- ❖ Inkl. Hin- & Rückflug ab/bis Deutschland mit renommierter Fluggesellschaft
- ❖ Inkl. qualifizierter, deutschsprachiger Reiseleitung
- ❖ Inkl. Transfer Flughafen – Hotel - Flughafen
- ❖ Inkl. komfortable Rundreise im klimatisierten Reisebus/Minibus/Van
- ❖ Inkl. 6 Übernachtungen in guten Mittelklasse-hotels mit Frühstück (Halbpension zubuchbar)

Ihre Ersparnis als Leser

bis zu Euro **300,-** pro Person

ihre REISETERMINE 2020/2021

SAISON A: 12.06. – 19.06.2021 **SAISON B:** 15.10. – 22.10.2020 / 08.05. – 15.05.2021

SAISON C: 19.11. – 26.11.2020 / 06.02. – 13.02.2021 **SAISON D:** 06.03. – 13.03.2021 / 10.04. – 17.04.2021

ihre SONDERPREISE

(pro Person in Euro)

Unterbringung	Saison A	regulär^	Saison B	regulär^	Saison C	regulär^	Saison D	regulär^
Doppelzimmer	999,-	1.299,-	1.099,-	1.399,-	1.149,-	1.449,-	1.199,-	1.499,-

Einzelzimmerzuschlag + € 179,- p.P. // **Halbpension** (5 x Abendessen): 2020 + € 69,- / 2021 + € 79,- p.P.

BEQUEME AN- & ABREISE: Der Hin- & Rückflug mit renommierter Fluggesellschaft ab/bis Nürnberg nach Addis Abeba ist bereits für Sie inkludiert. Flughäfen/Zuschläge: Stuttgart, Köln-Bonn (je + 49,- €); München, Frankfurt, Düsseldorf, Hannover, Hamburg, Berlin (+ je 69,- €) mit Turkish Airlines oder gleichwertig. Umsteigeverbindung möglich. Flüge 2021 vorbehaltlich Änderung.

Jetzt anrufen ...und gleich dieses limitiertes Vorzugsangebot sichern oder kostenlosen Sonderprospekt anfordern!



Persönliche Beratung & Buchung: 06128 / 740 81 54
MO-SO: 8.00 - 22.00 Uhr



Infos und Buchung auch online:
www.rlw-touristik.de/CHRIS420

Ihr Vorteilscode:
CHRIS420-ADDFCA



RLW TOURISTIK seit 1984
Reisen. Impressionen. Welten.

Veranstalter:
RLW Touristik GmbH
Georg-Ohm-Str. 17, 65232 Taunusstein

WICHTIGE HINWEISE: REISEDOKUMENTE: Ihre Reise beinhaltet eine örtliche, deutschsprachige Reiseleitung. Es kann jedoch nicht garantiert werden, dass alle örtlichen Mitarbeiter (z.B. in den Hotels) deutsch sprechen. // Diese Reise ist grundsätzlich nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität geeignet. Betroffene Personen beraten wir gerne vor der Buchung. // MINDESTTEILNEHMERZAHL: 14 Personen. // REISEDOKUMENTE: Deutsche Staatsbürger benötigen einen noch gültigen Personalausweis oder Reisepass. Staatsbürger anderer Nationen informieren wir gerne vor der Buchung über Ihre Einreisebestimmungen – bitte geben Sie uns Ihre Nationalität vor der Buchung an. // Änderungen vorbehalten. Es gelten die Reisebestimmungen, die Sie nach Buchung erhalten und die AGB der RLW Touristik GmbH (auf Wunsch Zusendung der AGB vor Buchungsschluss). Mit Aushändigung des Sicherungsscheines ist eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Restzahlung 30 Tage vor Reiseantritt, anschließend erhalten Sie Ihre Reiseunterlagen. Verfügbarkeit, Druck- und Satzfehler vorbehalten. Datenschutzinformationen: Wir sind daran interessiert, die vertrauensvolle Kundenbeziehung mit Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen und Angebote zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 (1) (f) der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (auch mit Hilfe von Dienstleistern) Ihre Daten, um Ihnen Informationen und Angebote von uns zuzusenden. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke widersprechen (Telefon: 06128 / 740810, E-Mail: werbung@rlw-touristik.de). Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter www.rlw-touristik.de/Datenschutz. Unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie ebenfalls unter unserer Anschrift.

Freya von Stülpnagel, 70, ist Juristin und Mutter von vier Söhnen. Ihr Sohn Benni nahm sich im April 1998 mit 18 Jahren das Leben. Danach ließ sie sich zur Trauerbegleiterin ausbilden. Sie leitet Gruppen für Hinterbliebene, auch nach Suizid, bei Verwaiste Eltern in München und in der AGUS-Gruppe (Angehörige um Suizid). Sie schrieb neben anderen das Buch „Warum nur? Trost und Hilfe für Suizid-Hinterbliebene“.

Golli Marboe, 54, aus Wien ist Journalist und Dozent zu Medienfragen sowie Gründer des Vereins zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien. Er ist Vater von zwei Töchtern und zwei Söhnen. Sein Sohn Tobias nahm sich am zweiten Weihnachtsfeiertag 2018 mit 29 Jahren das Leben. Marboe engagiert sich seitdem für die Suizidprävention.





„Daran darf die Familie nicht zerbrechen!“

Die Mutter von Benni und der Vater von Tobias sprechen offen darüber, dass ihre Söhne sich das Leben nahmen. Sie wissen, was Trauernden hilft und was nicht

chrismon: Sie haben beide ein Kind durch Suizid verloren – was ist passiert?

Freya von Stülpnagel: Die ganze Familie hatte im März 1998 eine schwere Grippe gehabt. Benni, gerade 18 geworden, hat sich davon nicht mehr erholt. Der Internist und der Neurologe sagten, er solle sich ausruhen, autogenes Training machen, dann werde es schon wieder. Er war so ein fröhlicher Junge, sehr sportlich, super Schüler. Aber damals sagte er mal zwischen Tür und Angel: Mami, wenn ich nicht wieder gesund werde, dann bring ich mich um. Ich habe den Satz überhaupt nicht ernst nehmen können, weil so etwas wie ein Suizid jenseits meiner Vorstellung lag. Ich dachte mir, dieses Kind, dem alles so leicht gelingt, muss auch einmal eine Phase erleben, wo nicht alles so locker geht, das gehört zum Erwachsenwerden. Dann wollten wir im April alle zum Skifahren nach Österreich, er wollte nachkommen. Auf der Hütte bekam ich die Nachricht, dass er sich das Leben genommen hat.

Was denken Sie heute?

Stülpnagel: Er hatte in ganz kurzer Zeit eine schwere Depression entwickelt. Heute weiß man, dass auch Grippeviren Depressionen auslösen können. Benni war ein Perfektionist, weil er überall sehr gut war oder gut sein wollte, und die Depression hat ihn begrenzt in seinen Möglichkeiten – damit wurde er nicht fertig.

Golli Marboe: Bei uns war es viele Jahre später, Weihnachten 2018. Tobias war Cutter und Künstler, er hat getextet, gemalt, gefilmt. Er stellte Fragen, statt Antworten vorzugeben. Aber er konnte sich nicht gut promoten im Kunstmarkt. Wir haben erkannt, dass bei Tobias irgendwas nicht stimmt. Am ersten Weihnachtsfeiertag war er bei uns und hat eigenartig geredet. Wir wollten gleich nach Weihnachten mit ihm zu einer Psychiaterin. Für den zweiten Weihnachtsfeiertag lud er uns Eltern zu sich zum

Frühstück ein. Wir schlugen ihm dann vor, übergangsweise wieder zu uns zu ziehen. Damit er Geld sparen kann und nicht in die totale Einsamkeit fällt. Zu unserer Freude stimmte er zu.

Sie waren beruhigt?

Marboe: Ja, ich dachte, er öffnet sich uns nun. An dem Vormittag hat er mich auch umarmt und gesagt: „Papa, pass auf, dass niemand mehr so traurig wird, wie ich es geworden bin.“ Ich verstand das erst später als Abschied. Mittags räumten wir zusammen die Wohnung aus und fuhren seine Sachen zu uns. Er war sehr müde und ruhte sich im Wohnzimmer aus, während wir das Gästezimmer herrichteten. Dann hat es plötzlich an der Tür geläutet: Es sei was mit Tobias, unten auf der Straße. Ich rannte ins Wohnzimmer – die Tür zum Balkon war offen. Mir wird immer in Erinnerung bleiben, wie unser jüngerer Sohn nicht aufgehört hat zu brüllen: „Das ist ein Alptraum, ich will aufwachen!“ Tobias hat einen sehr liebevollen Abschiedsbrief hinterlassen. Er deutete sogar an, dass er von dort auf seine kleine Nichte Alma aufpassen wird – und vermittelte uns damit auch noch, dass er an was Transzendentes glaubt.

Hadern Sie?

Marboe: Ich bin sehr gespalten. Auf der einen Seite werfe ich mir vor, dass ich die Zeichen nicht gut gelesen habe, dass wir nichts über die Vorzeichen von psychotischen Schüben wussten. Denn man hätte Tobias mit Medikamenten gut behandeln können, ohne ihn dumpf zu machen. Und ich hadere mit dem Stolz in unserem bürgerlichen Milieu: Man spricht nicht darüber, wovon man lebt. Und man öffnet den Verwandten nicht das Herz und bittet sie um Hilfe, sondern macht alles mit sich selbst aus. Gleichzeitig glaube ich, dass Tobias auch sehr viele glückliche Momente in den 29 Jahren seines Lebens gehabt hat.

FOTOS: SEBASTIAN ARLT

Herr Marboe, Sie schrieben mal: „Es gibt kein größeres Scheitern für eine Familie, als wenn eines der Familienglieder vorzeitig aus dem Leben geht.“ Sehen Sie das wirklich so?

Marboe: Na sicher! Jeder Mensch, der ein Kind hat, möchte, dass es lebensfähig und lebensfroh ist. Dieses Ziel kann ich nicht mehr erreichen.

Stülpnagel: Für mich passt der Begriff „Scheitern“ nicht. Ja, die Illusion einer heilen Familie ist mir genommen worden. Aber ich weiß noch, dass unser ältester Sohn gleich seinem Vater um den Hals gefallen ist und gesagt hat: Papi, unsere Familie darf daran nicht zerbrechen! Wir mussten mit dem Trauma leben lernen. Meine drei lebenden Söhne, damals 10, 19 und 22, haben eine andere Einstellung zum Leben entwickelt und eine große Sensibilität. Wenn irgendwo was mit Tod ist, wussten sie immer sofort, was zu tun ist, haben Briefe geschrieben, sind ohne jede Scheu auf solche Familien zugegangen. Ich glaube, das ist der „Gewinn“ dieser Tragödie, dass wir eine höhere Sensibilität haben.

Marboe: Ja, wenn es etwas Gutes gibt an dem ganzen Wahnsinn, dann dass man sehr schnell begreift, was im Leben wirklich wichtig ist.

Viele Leute denken, wenn sie von einem Suizid hören: Da muss ja irgendwas gewesen sein in der Familie!

Stülpnagel: „Der hat bestimmt Drogen genommen!“ So ein Quatsch, Benni war aktiver Sportler. Die Menschen suchen eine Ursache, damit sie nicht fürchten müssen, dass das auch in ihr Leben einbrechen könnte. Aber es gab eine Mutter in unserem Freundeskreis, auch mit vier Kindern, die hat gesagt: Das hätte bei uns genau so passieren können. Natürlich habe auch ich mich am Anfang gefragt: Wieso in unserer Familie? Wir haben doch immer alles gut hinbekommen! Aber nach vielem Nachdenken konnte ich sagen: Warum wir nicht? Was bilden wir uns ein, dass wir so besonders sind, dass es bei uns nicht passiert! Ich bin da demütig geworden.

Marboe: Seit ich in der Öffentlichkeit über den Suizid meines Sohnes spreche und schreibe, kommt ständig jemand zu mir und sagt: Mein Vater hat sich das Leben genommen, mein Bruder hat versucht, sich umzubringen ... Man hält nicht für möglich, wie viele Menschen ein ähnliches Schicksal haben! Ich komme mir vor wie in einer neuen Gemeinschaft.

Stülpnagel: Das erlebe ich genauso. Ich habe damals sofort gesagt: Wir müssen offen damit umgehen. Das war immerhin vor 22 Jahren, da war Suizid noch ein größeres Tabu als heute.

Marboe: Toll!

Stülpnagel: Und auf einmal wurden aus all den Todesfällen, die vorher Herzinfarkte oder Unfälle gewesen waren, Suizide. Die Menschen waren so froh, dass sie das endlich mal sagen konnten. Wir haben bei den Verwaisten Eltern in München eine eigene Gruppe für Eltern, die ein Kind durch Suizid verloren haben, und diese Gruppe wird immer größer. Aber nicht, weil es mehr Suizide gibt, sondern weil die Menschen sich endlich helfen lassen. In der Gemeinschaft mit Gleichbetroffenen kann ganz viel Heilung geschehen.



Nebenbei gefragt

Herr Marboe, welche Musik tut Ihnen gut?

Zum Beispiel die Auferstehungssinfonie von Gustav Mahler. Und Anton Bruckner. Und das Lied, das Tobias mit 19 geschrieben hat: „Der einsame Astronaut“.

Soll man Menschen, um die man sich Sorgen macht, direkt fragen, ob sie womöglich daran denken, sich das Leben zu nehmen?

Marboe: Natürlich!

Stülpnagel: Viele denken, wenn sie das ansprechen, kommt der andere erst auf die Idee. Aber das stimmt nicht. Das Gegenteil ist wahr: Die Menschen fühlen sich ernst genommen und angenommen, es interessiert sich jemand für sie und ist bei ihnen.

Der Wunsch zu sterben ist ja auch fast immer ein vorübergehender Wunsch.

Marboe: Ich habe in meinem Leben oft über Suizid nachgedacht. Und ich wüsste keinen Verwandten, der nie darüber nachgedacht hätte.

Stülpnagel: Das ist menschlich, mal darüber nachzudenken, wenn es einem nicht gut geht. Aber ob man es umsetzt, das macht den Unterschied.

Marboe: Und ich hatte das Glück, mit 20 Vater zu werden. Tobias hatte dieses Glück nicht. Ich glaube, dann wäre alles anders gewesen. Der hätte schon gut für seine Kinder gesorgt. Dann wäre auch dieses Immer-um-sich-Kreisen nicht in dem Ausmaß möglich gewesen.

Haben Sie sich selbst Vorwürfe gemacht?

Stülpnagel: Natürlich. Ich hätte mehr auf mein Bauchgefühl hören und zu Hause bleiben sollen! Ich habe mein Unvermögen lange betrauert und bitterlich beweint. Und eines Tages konnte ich sagen: Ja, ich habe meine Grenzen, ja, ich habe mich nicht immer so verhalten, wie ich es mir von mir gewünscht hätte. Ich habe nicht erkannt, was mit Benni los war. Aber ich bin nicht schuld. Ich bin nicht allmächtig. Ich darf trotzdem leben, und ich darf mich trotzdem mögen. Dann konnte ich auch zu Benni sagen: Es tut mir unendlich leid, dass ich was versäumt habe.



**Tobias Marboe
(links) und Benni
von Stülpnagel sind
nicht vergessen**

Nebenbei gefragt

Frau von Stülpnagel, welche Musik tut Ihnen gut?

Tröstend finde ich
den Choral
„Denn er hat seinen
Engeln befohlen
über dir, dass sie
dich behüten auf allen
deinen Wegen“ aus
dem „Elias“ von Felix
Mendelssohn-
Bartholdy.

Marboe: Ich habe drei Tage nach dem Tod begonnen, Notizen an den Tobias zu schreiben. Ich wollte ihm berichten, was sich bei uns tut – ich weiß ja nicht, ob er die Fußballergebnisse noch bekommt. Natürlich suchte ich auch danach, wie unser Verhältnis war, was er uns für Signale gegeben hat, die wir nicht verstanden. Und was er als wohltuend kritischer Geist beigetragen hat zur Gesamtstimmung unserer großen Familie. Das soll dann auch ein Buch werden: „Notizen an Tobias“. Damit möchte ich anderen Angehörigen vermitteln, dass sie nicht allein sind. Am Welttag der Suizidprävention habe ich schon mal daraus vorgelesen, und es war sehr berührend, dass sich so viele Menschen wiedergefunden haben, obwohl die Geschichten ja nur von Tobias und mir handeln.

Welche Reaktionen helfen nicht?

Marboe: Wenn Menschen versuchen, irgendwelche Antworten zu geben auf unbeantwortbare Fragen.

Stülpnagel: Oder Ratschläge geben. „Du musst jetzt endlich mal rausgehen!“ Und: „Jetzt ist es schon ein Jahr her, du musst auch mal drüber wegkommen.“ Aber ich komme nie über den Tod meines Sohnes weg! Sondern ich lerne, damit zu leben, ich lerne, die Trauer in mein Leben zu integrieren. Dass andere meinen zu wissen, was für einen gut ist, das ist nicht hilfreich.

Marboe: „Kehr zum Alltag zurück!“ Das ist etwas, was mich sehr anstrengt. Wir haben Weihnachten diesmal bewusst anders gestaltet. Ohne die üblichen Traditionen mit Bescherung und den verschiedenen Weihnachtsessen mit der Verwandtschaft. Wir sind mit unseren Kindern weggefahren in eine Therme, wo es riesig lange Rutschen gab. Da sind wir miteinander im Wasser herumgelegen. Auch Alma war dabei, das wunderbarste Enkelkind, was es auf der Welt gibt; ich muss leider allen anderen Großeltern sagen, dass ihre Enkelkinder nicht so toll sind.

Stülpnagel: Selbstverständlich nicht! – Für mich war das erste Weihnachten der Alptraum. Ich wusste genau, es muss was anders werden. Aber wir hatten ja noch die drei anderen Kinder. Früher haben wir musiziert, Gedichte aufgesagt, so richtig wie im Bilderbuch. Jetzt sagte ich: Ich werde nie mehr zu Hause singen! Unsere drei anderen Söhne riefen: Na, Gott sei Dank! Sie waren erleichtert. Ich habe das Weihnachtsfest entheiligt. Diese heilige heile Familie, die gibt es ja so nicht mehr. Mein Mann und ich sind Heiligabend dann immer auf den Friedhof gegangen. Und irgendwann kamen unsere Kinder mit. Es wurde zu einem schönen Ritual, weil wir eine halbe Stunde hin- und eine halbe Stunde zurückgehen, da können die Brüder, die jetzt alle in unterschiedlichen Städten leben, sich unterhalten. Und auf dem Grab steht ein Weihnachtsbaum mit Kerzen.

Marboe: Bei uns ist es fast ein geflügeltes Wort geworden: „Schau’n wir beim Tobias vorbei?“ Der wohnt da jetzt. Selbstverständlich akzeptiere ich jeden Menschen, der sich im Wind verstreuen lässt. Aber für mich als Hinterbliebenen von so einer rätselhaften Tat ist es eine unglaubliche Hilfe, ein Grab als Gedächtnis- und Anknüpfungsort zu haben.

Und was hilft direkt nach dem Suizid?

Stülpnagel: Da sein, aushalten, mitgehen. Zum Aushalten gehört, nicht wegzutrösten, wo es keinen Trost gibt.

STARK FÜR ANDERE

Theologischer Direktor

(w/m/d) in Vollzeit zum 01. Januar 2021

Das AGAPLESION DIAKONIEKLINIKUM ROTENBURG gehört zur AGAPLESION gAG und ist das größte konfessionelle Krankenhaus in Niedersachsen, das als wirtschaftlich gesunder Maximalversorger mit ausgezeichneter Pflege und exzellenter Medizin überregionale Bedeutung hat. Unser 800-Betten-Krankenhaus liegt im verkehrsgünstigen Städtedreieck Bremen, Hamburg, Hannover und ist akademisches Lehrkrankenhaus der medizinischen Fakultät der Universität Hamburg.

Wir suchen einen ordinierten Theologen aus einer Gliedkirche der EKD, der die Perspektive evangelischer Theologie und Ethik in die Leitungsgremien des Klinikums einbringt und so das christliche Profil des Hauses mitgestaltet und fördert. Als Theologischer Direktor arbeiten Sie eng mit der Geschäftsführung zusammen und sind Mitglied der Krankenhausbetriebsleitung. Sie entwickeln Maßnahmen, die das diakonische Profil des Unternehmens für Patienten, Angehörige und Mitarbeitende erfahrbar machen. Darüber hinaus übernehmen Sie vielfältige Querschnittsaufgaben und Projektleitungen aus unterschiedlichen Bereichen des Unternehmens. Eine zentrale Aufgabe ist die Leitung des Bereiches Marketing und Kommunikation. Neben Ihrer Rolle als Unternehmenssprecher leiten Sie die Bereiche Seelsorge, Meinungsmanagement sowie innerbetriebliche Fort- und Weiterbildung. Unsere Berufsschule Pflege mit derzeit 180 Schülerinnen und Schülern liegt ebenfalls in Ihrem Verantwortungsbereich.

Was erwartet Sie?

- Sehr gutes Arbeitsklima und wertschätzendes Miteinander
- Vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten, die auf Ihre Ideen und Initiativen warten
- Eine leistungsgerechte Vergütung in Anlehnung an die Pfarrerbesoldungsordnung

Was sollten Sie mitbringen?

- Freude an der Entwicklung innovativer diakonischer Konzepte sowie deren Umsetzung
- Leitungserfahrung in der Diakonie und ein ökonomisches Grundverständnis
- Souveränes Auftreten auf christlicher Wertebasis
- Interesse, sich schnell in die vielen Facetten eines Krankenhauses der höchsten Versorgungsstufe einzuarbeiten
- Fähigkeit, sich in ein komplexes Unternehmenssystem als Teamplayer einzubringen und Menschen zu gewinnen
- Kommunikationsstärke, strukturierte und zielorientierte Arbeitsweise
- Hohes Maß an Flexibilität, Belastbarkeit und Einsatzbereitschaft
- Idealerweise Erfahrungen im Bereich Kommunikation, Marketing und Fundraising

Weitere Informationen erhalten Sie gerne vorab von unserem Geschäftsführer Detlef Brünger, unter Telefon (04261) 77 – 22 03. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung – gern über das Onlineformular unter www.diako-online.de/karriere.

„
Praktische
Hilfe tut gut
in der
Situation
“

„
Mein Onkel
kochte
jeden Tag
eine Suppe
“

Sondern den Schmerz aushalten. Auch mal die Klappe halten. Oder praktische Hilfe: Uns haben Freunde warmes Essen vor die Tür gestellt und Obstsalat.

Marboe: Das ist herrlich! Mein Onkel hat jeden Tag eine Suppe in einer anderen Farbe gebracht, in Wasserflaschen abgefüllt: mal eine grüne Suppe, dann eine rote, eine gelbe.

Stülpnagel: Und man sollte schnell reagieren. Mir sagte eine Frau, als ich ein Jahr danach auf einem Geburtstag war: Ich möchte so gern jetzt mit dir spazieren gehen. Da habe ich geantwortet: Weißt du, bei mir ist so viel passiert in diesem Jahr, ich hab jetzt gar keine Lust, mit dir spazieren zu gehen. Sie war so gut und sagte: Danke, dass du es mir so ehrlich sagst.

Marboe: Ich habe zwei gute Freunde, die haben sich nicht gemeldet. Ich weiß, dass sie nicht wussten, was sie sagen sollen. Ich habe dann immer wieder hingeschrieben. Ich wollte ihnen damit sagen: Du kannst mir ruhig schreiben, es gibt keine blöden Worte – geh'n wir auf einen Kaffee? Aber sie haben es nicht geschafft. Die Sprachlosigkeit hat sie so blockiert. Irre.

Stülpnagel: Es trennt sich beim Freundeskreis die Spreu vom Weizen. Die, die damit überhaupt nicht umgehen können, fallen weg. Bei uns sind heute die Hälfte unserer Freunde verwaiste Eltern. Für diese neuen Freundschaften bin ich zutiefst dankbar.

Marboe: Bei mir hat sich schon vor ein paar Jahren, als ich einen Konkurs hatte, die Spreu vom Weizen getrennt. Jetzt

konnte sich nicht mehr so viel trennen. Ich sehe es immer als eine Art Liebesbeweis, wenn ein Mensch es schafft, in so einer Situation auf einen zuzukommen. Auch wenn er nichts sagen kann.

Stülpnagel: Was soll er auch sagen!

Marboe: Und mich berührt es, wenn jemand eine Karte schreibt. Dass da jemand ins Papiergeschäft geht, ein Motiv aussucht, einen Spruch dazuschreibt oder persönliche Worte, das ist ja ein großer Gedankenprozess bei dem Gegenüber – das tut gut.

Stülpnagel: Ich schreibe Trauernden auch immer Erlebnisse, an die ich mich erinnere: Wenn ich an den Hans denke, denke ich daran, wie wir damals nach Italien gefahren sind und diese Panne hatten. Irgendwas, es kann auch was Lustiges sein.

Marboe: Lustig ist immer gut, auch lustige Fotos. Ganz im Ernst. Aber ich finde auch die kirchlichen Rituale wahnsinnig hilfreich. Wenn bei der Seelenmesse Tobias' Geschwister die selbst geschriebenen Fürbitten vorlesen. Wenn man die Kerzen an Tobias' Taufkerze entzündet. Das hilft sehr. Denn eigentlich ist die Kirche doch dazu da, zu trösten. Und nicht dazu, Moral vorzuschreiben. Das war schon am Tag des Todes so. Da hat sich die ganze Verwandtschaft bei uns zu Hause versammelt, 20, 30 Leute, auch Pater Nikolaus, mit dem ich früher in der Klasse war, ein ganz besonderer Benediktiner. Er hat nicht süßlich gesagt, im Himmel sei eh alles gut, sondern er hat das Unerklärliche bestätigt.

Glauben Sie an ein Leben nach dem Tod?

Marboe: Ich will vor allem daran glauben. Ich möchte den Burschen unbedingt wiedersehen! Es ist ja eine Win-win-Situation, an ein Leben nach dem Tod zu glauben. Wenn's nicht ist, ist's auch wurscht.

Stülpnagel: Aber ich lebe heute besser, wenn ich daran glaube.

Marboe: Daher verstehe ich überhaupt nicht, wie man daran zweifeln kann, das ist so unvernünftig!

✦ Moderation: Christine Holch

Wer hilft?

chrismon hat hilfreiche Infos für Menschen in suizidalen Krisen und ihre Freunde/Angehörigen zusammengetragen: > chrismon.de/suizid

AGUS e. V. – Angehörige um Suizid: bundesweite Selbsthilfeorganisation für Trauernde, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben. > agus-selbsthilfe.de

Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland, Bundesverband: > veid.de

Oft nutzen Menschen in suizidalen Krisen den Chat der Telefonseelsorge: > online.telefonseelsorge.de
Auch am Telefon kann man seine Sorgen teilen, rund um die Uhr, anonym und kostenfrei:
0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222

Fühlen Sie sich schwer und aufgebläht?

Das hilft bei Verstopfung, träger Verdauung und Blähbauch



Begeisterte Anwender berichten



„
Meine Bauch- und Darmgeräusche sind um einiges weniger geworden und der Blähbauch ist fast nicht mehr zu sehen. Ich trinke es regelmäßig früh und abends.“

„
(Andreas M.)



„
Immer wenn ich nicht den gewohnten Rhythmus habe (z. B. im Urlaub), habe ich Probleme mit dem Stuhlgang. Kijimea Regularis schmeckt nicht nur sehr gut, sondern hat mir auch geholfen.“

„
(Birgit M.)

Verstopfung, träge Verdauung oder ein unangenehmer Blähbauch sind eine wahre Last. Die gute Nachricht: Es gibt ein Medizinprodukt, das die Darmaktivität sanft und effektiv in Schwung bringt – und einen Blähbauch verschwinden lässt (Kijimea Regularis, Apotheke).

Stress, wenig Bewegung oder ballaststoffarme Ernährung führen häufig zu einer reduzierten Darmaktivität. Der Transport der Nahrung durch den Darm dauert deutlich länger, die Verdauung gerät ins Stocken – unregelmäßiger Stuhlgang oder sogar Verstopfung sind die Folge. Häufig tritt dazu noch ein unangenehmer Blähbauch auf. Betroffene fühlen sich oft unattraktiv, unwohl und dick. Das ist meist keine Einbildung: Denn durch den Blähbauch nimmt der Bauchumfang messbar zu. Effektive Hilfe kommt aus der Forschung (Kijimea Regularis, Apotheke).

Die Verdauung auf clevere Weise aktivieren

Die in Kijimea Regularis enthaltenen natürlichen Fasern quellen im Darm auf und dehnen die Darmmuskulatur sanft. Sie erhält dadurch den Impuls, sich wieder zu bewegen. Die Verdauung wird auf natürliche Weise aktiviert und die Verstopfung löst sich – planbar und zuverlässig. Zusätzlich reduziert Kijimea Regularis aktiv die Gase im Darm. Somit verschwindet auch der Blähbauch. Der Bauch fühlt sich endlich wieder angenehm flach und leicht an.

(Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert)

Ganz einfach zum neuen Darmgefühl

Die Anwendung von Kijimea Regularis im Alltag ist kinderleicht. Nach Bedarf zwei- bis dreimal täglich je einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken. Kijimea Regularis wirkt rein physikalisch: Der Darm wird

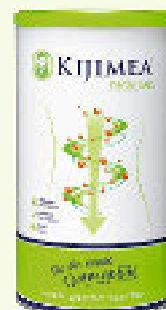


Kijimea Regularis hilft bei Verstopfung, träger Verdauung und einem Blähbauch – einfach einrühren und trinken

von innen heraus, wie durch ein sanftes Training, zur Bewegung animiert. Selbst bei langfristiger Einnahme führt Kijimea Regularis zu keinem Gewöhnungseffekt. Neben- und Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Kijimea Regularis ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Kijimea Regularis auf einen Blick:

- ✓ Der Darm kommt auf natürliche Weise wieder in Schwung.
- ✓ Die Verstopfung wird sanft und effektiv gelöst.
- ✓ Der Blähbauch verschwindet.



Für Ihren
Apotheker:
**Kijimea
Regularis**
(PZN 13880244)



Der mit den Nazis feilschte

Menschenleben gegen Kriegsgerät: Dieses Geschäft nahmen die Israelis dem Judenretter Rudolf Kasztner übel



”
Oder
bevorzugen Sie
Auschwitz?”

“
Adolf Eichmann

Er war 38 Jahre alt, Journalist und Aktivist im zionistischen Hilfskomitee von Budapest. Und nun sollte er mit dem Judenmörder Adolf Eichmann, dem Planer des Holocaust, einen Deal aushandeln: eine Million Juden gegen 10 000 neue Armeelastwagen für die Russlandfront.

Ein verrücktes Geschäft, Rudolf Kasztners Mitstreiter Joel Brand hatte es eingefädelt. Er war im Mai 1944 nach Istanbul gereist, um dort die Alliierten und die zionistische Führung in Palästina, die Jewish Agency, zu dem Deal zu überreden. Doch die Alliierten wollten den Nazis nicht helfen. Kasztner ließ Eichmann im Glauben, Brand verhandele noch. Kasztner wollte Zeit gewinnen.

Aber geht das überhaupt, mit Nazis verhandeln, sie bezahlen? Darf man sich zum Herrn über Leben und Tod aufschwingen, entscheiden, wer gerettet wird, wer nicht? Gerade für viele Überlebende des Holocaust ist beides bis heute undenkbar. Seine Entscheidung sollte Kasztner denn auch Jahre später zum Verhängnis werden.

1944 sah die Lage allerdings ganz anders aus. Kasztner wusste vom

systematischen Mord an den Juden in Auschwitz. Der Fabrikant Oskar Schindler hat ihm davon berichtet.

Kasztner entschied sich für einen Bluff. Er ließ Eichmann wissen, Brands Verhandlungen in Istanbul könnten scheitern. Eichmann war wütend und drohte, Kasztner nach Theresienstadt zu deportieren: „Oder bevorzugen Sie Auschwitz?“ Kasztner blieb standhaft und verlangte als Zeichen des guten Willens, Juden freizulassen. Der SS-Offizier gab nach. 388 Juden aus Kasztners Heimatstadt Cluj, (Kolozsvár) trafen in Budapest ein.

Mit Hilfe von Bestechungsgeld (das Hilfskomitee hatte 150 Plätze in die Freiheit an wohlhabende Juden verkauft) wuchs die Kasztner-Gruppe auf etwa 1700 Personen an. Sie kamen in einem sicheren Sammellager in Budapest unter. Kasztner bestimmte nicht, wer gerettet wurde. So waren seine Frau und sein Schwiegervater zwar unter den Passagieren – aber als Eichmanns Geiseln. Am 30. Juni verließ ihr Zug Budapest. Er fuhr aber nicht wie versprochen ins neutrale Spanien, sondern stoppte im KZ Bergen-Belsen bei Hannover.

Anfang Juli 1944 traf bei Eichmann in Budapest ein fingierter Brief der

Heftig umstritten

Rudolf ist sein deutscher, Rezső sein ungarischer Vorname. Kasztner (1906–1957) polarisiert Israelis bis heute. Derzeit klagt der israelische Historiker Nadav Kaplan um das Recht, Geheimdienstakten zum Fall Kasztner einzusehen. Einer der Kasztner-Juden, der damals elfjährige Ladislaus Löb, heute emeritierter Professor für deutsche Sprache in Brighton, England, beschrieb die Tragödie seines Retters in: „Geschäfte mit dem Teufel“ (Böhlau-Verlag 2010, 277 S., 30 Euro).

Jewish Agency ein. Darin versprach die zionistische Führung, eine Million Schweizer Franken monatlich zu zahlen, wenn die Judendeportationen eingestellt würden. Als Zeichen des guten Willens sollten die Juden aus Bergen-Belsen in ein neutrales Land ausreisen.

Kurz darauf wurde Kasztner in Budapest von ungarischen Polizisten entführt, in einer Polizeistation festgehalten, verhört und mit dem Tode bedroht. Nach neun Tagen kam er wieder frei. Am 2. August wurden 500 Juden aus Bergen-Belsen freigelassen; die anderen sollten erst folgen, wenn Brand nach Budapest zurückkehrte. Dank weiterer fingierter Briefe schafften es auch die übrigen Kasztner-Juden am 7. Dezember 1944 in die neutrale Schweiz. Eichmanns Rache an Joel Brand, der nicht zurückkehrte: Er hielt dessen Frau, Mutter, Schwester und weitere Verwandte zurück.

In der Schweiz wohnten die Kasztner-Juden in zwei Hotels über dem Genfer See: die orthodoxen in einem, die liberalen im anderen. Als Kasztner sie im Dezember 1944 besuchte, bedankten sie sich mit einer Urkunde bei ihrem „edlen Retter und Beschützer, der sein Leben gefährdete, um uns vom blutrünstigen Feind zu befreien“. Für Kasztner war das einer der glücklichsten Momente in seinem Leben.

In seiner neuen Heimat Israel erlebte Kasztner Neid und Hass alter Rivalen aus Ungarn. 1955 musste er sich in einem Prozess wegen des Vorwurfs der Kollaboration verantworten. 1957 wurde er vor seinem Haus in Tel Aviv angeschossen. Er starb acht Tage später – bevor das israelische Oberste Gericht ihn vom Vorwurf freisprechen konnte.

✦ Igal Avidan

ILLUSTRATION: LAURA BREILING

Direktflüge: Ohne Umstieg bequem auf die Kanalinseln!

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair

CO₂-Kompensation des Flugs inklusive



Mont Orgueil Castle • ©allardt - stock.adobe.com



Beauport Bay auf Jersey



Leuchtturm La Corbière



Inselauszeit auf Jersey



Quelle Abbildungen: GLOBALIS Erlebnisreisen GmbH

Reiseziel-Rarität zwischen zwei Welten:

Hidden Paradise: die Insel Jersey im Ärmelkanal

Eine Woche Inselauszeit zum Entdecken und Erleben

Britischer Lifestyle & französisches Savoir-vivre

Beste Hotelauswahl in guter Lage auf Jersey

Ein Stück Frankreich, das ins Meer gefallen ist und von England aufgesammelt wurde. So beschrieb der große Franzose Victor Hugo die Kanalinseln, und der musste es schließlich wissen – nach rund 20 Jahren Exil auf Jersey und Guernsey. Und aus dem Spannungsfeld zwischen den beiden großen Kulturnationen ergeben sich immer wieder faszinierende und anziehende Gegensätze, die den einzigartigen Reiz dieser Inseln ausmachen. Die Besucher erleben eine sympathische Mischung aus Tradition, Lockerheit und Individualismus. Aber das vielleicht Schönste ist, dass die Kanalinseln vom Massentourismus bis jetzt immer noch verschont blieben.

INDIVIDUELLE REISEBAUSTEINE: *

Die Kanalinsel Jersey ist vollgepackt mit Aktivitäten zum Entdecken, zum Erleben und zum Erholen. Wir haben ein Konzept entwickelt, mit dem Sie Reisebausteine individuell kombinieren können.

Zusätzlich zu Ihrem Aufenthalt können Sie das **4-tägige Ausflugs paket** und/oder **3 Zusatzausflüge** einzeln vorab buchen.

Jersey ist außerdem bekannt für eine herausragende Küche. Egal ob Sie auf eigene Faust zum Essen gehen oder das **Abendessenpaket** buchen: Bringen Sie unbedingt guten Appetit mit.



Fordern Sie gratis den Sonderprospekt an!

***) Unter www.globalis.de finden Sie die ausführliche Reisebeschreibung.**

Flug ab/an:	Termine 2020	Reisepreis:
Berlin-Schönefeld	19.09.-26.09.	€ 1.099,-
Bremen	10.10.-17.10.	€ 1.049,-
Dortmund	13.06.-20.06.	€ 1.149,-
Erfurt-Weimar	20.09.-27.09.	€ 1.099,-
Hamburg	03.10.-10.10.	€ 1.049,-
Hannover	07.06.-14.06. 26.09.-03.10.	€ 1.149,- € 1.099,-
Köln-Bonn	17.05.-24.05.	€ 1.099,-
Leipzig/Halle	16.05.-23.05. 13.09.-20.09.	€ 1.099,- € 1.149,-
Lübeck	27.09.-04.10.	€ 1.099,-
Memmingen	03.05.-10.05. 18.10.-25.10.	€ 1.049,- € 1.049,-
Münster Osnabrück	17.10.-24.10.	€ 1.049,-
Rostock-Laage	02.05.-09.05. 12.09.-19.09.	€ 1.049,- € 1.149,-
Stuttgart	11.10.-18.10.	€ 1.049,-

Zzgl. gesetzlicher Zuschlag zur Luftverkehrssteuer zum 01.04.2020: + € 5,- p.P.

O.g. Preise gelten p.P. im **Hotel Merton / DZ.**

Einzelzimmer im **Hotel:** + € **339,-**

Aufpreis für **Hotel: € 100,- p.P.**

Hotel Pomme d'Or, Hotel Cristina*, The Golden Sands* o. ä.)

Einzelzimmer im **Hotel:** + € **369,-**

*) The Golden Sands und Cristina sind nur mit obligatorischem Abendessenpaket buchbar (+ 245,- € p.P.).

Im Reisepreis bereits enthalten:

- Flüge mit Blue Islands nonstop nach Jersey und zurück via Guernsey (kein Umsteigen)
- CO₂-Kompensation der Flüge über atmosfair
- Flugabhängige Steuern und Gebühren
- Transfers im Zielgebiet lt. Programm
- 7 x Übernachtung im Hotel der gewählten Kategorie auf Jersey
- 7 x Frühstück
- Deutsch sprechende Reiseleitung vor Ort
- Reiseliteratur

Außerdem zusätzlich vorab buchbar:

- 7 x Abendessen im **Hotel** € **195,- p.P.**
- 7 x Abendessen im **Hotel** € **245,- p.P.**
- Ausflugs paket inkl. Eintrittsgelder: € **369,- p.P.**
 - Jerseys romantischer Osten mit traditionellem Fish & Chips-Lunch
 - St. Helier, die Hauptstadt der Insel
 - Durch Jerseys Gärten zur Austern-Degustation
 - Genießer-Tour mit Leuchtturm
- Zusatzausflug: Jersey War Tunnels € **47,- p.P.**
- Zusatzausflug: Insel Sark € **145,- p.P.**
- Zusatzausflug: Guernsey € **108,- p.P.**

Es gelten die Reisebedingungen des Reiseveranstalters: GLOBALIS Erlebnisreisen GmbH, Uferstraße 24, 61137 Schöneck

www.globalis.de → Online-Buchung und Details

0 61 87 / 48 04 840 → Gratisprospekt, Beratungs- & Buchungstelefon

Mo-Fr 9-18 Uhr, Sa+So 10-14 Uhr • Bitte geben Sie bei Ihrem Anruf den Aktionscode **CHR420 an.**

GLOBALIS®

GEMEINSAM MEHR ERLEBEN!

Wovon erlöst Gott?

Der Glaube, dass Gott das Böse
überwunden hat, gehört zum Kern des Christentums –
und ist eine hochaktuelle Botschaft



Eine Erlösung sei es für ihn gewesen, endlich über den Missbrauch reden zu können. Nach Jahrzehnten des Vertuschens, so berichtet ein 58-Jähriger, nach Jahren des Leugnens und Abwiegeln bekam er erstmals die Möglichkeit, einer Beauftragten der Kirche zu schildern, dass ein Pfarrer ihn missbraucht hatte. Sein Glück: Er geriet an eine Psychologin, die seine zum Teil unscharfen, aber ungebrochen schmerzhaften Erinnerungen nicht anzweifelte.

Es verlangt Opfern sexualisierter Gewalt viel ab, gerade diese Institution von Erlösung reden zu hören, die ihnen selbst großes Leid zugefügt hat. Was Erlösung bedeuten kann, ist im Zusammenhang mit seelischem Leid noch am leichtesten zu errahnen: Wenn jemand die Sprachlosigkeit überwindet, das erlittene Leid schildert und von der Schuld des Täters spricht. Wenn jemand die Souveränität über sein Leben wiedererlangt, sofern das überhaupt möglich ist.

Die letzte Vaterunser-Bitte lautet: „...erlöse uns von dem Bösen.“ Es ist ja Gott, der erlöst. Das Wort Erlösung gehört heute dennoch nicht mehr zu den Lieblingsvokabeln in den Kirchen – wegen seiner vielen Bedeutungen, aber auch, weil es den Verdacht nährt, man warte passiv auf bessere Zeiten.

Durch das Wirken, durch Leben, Tod und Auferstehung Jesu hat Gott den Menschen das Heil gebracht, das ist die wichtigste Botschaft des Neuen Testaments. Aber wovon hat Gott die Menschen erlöst? In manchen Jahrhunderten betonten Theologen, dass Gott die allgegenwärtige Macht der angeblich angeborenen „Erbsünde“ gebrochen hat, in anderen, dass Krankheit und Tod besiegt sind. Aber immer gehörte dazu: Das zerrüttete Verhältnis der Menschen zu Gott ist wieder geheilt. Denn die Heillosigkeit, die viele Menschen belastet, betonte Martin Luther, geht nicht nur auf einzelne Taten und Worte zurück, sondern sie hat ihren eigentlichen Grund darin, dass sich die Menschen von Gott abwenden und nur ihren eigenen Vorteil suchen.

Christen glauben, Gott habe Leid und Tod überwunden. Menschen

erkranken aber weiterhin, leiden Gewalt und sterben. Spätestens seit Auschwitz wirkt eine allzu naive Erlösungsgewissheit völlig unglaublich. Gewiss war für die meisten inhaftierten Juden, Kommunisten, Homosexuellen, Sinti und Roma nur ihre brutale Vernichtung. Gewiss war auch, dass sich die Mehrheit der deutschen Bevölkerung damals der Macht des Bösen nicht entziehen wollte oder konnte.

Trotz persönlichem Unglück und Tod gibt es aber auch diese Erfahrung: Tod und Vernichtung sind nicht alles bestimmend, alles beherrschend. Wovon erlöst also Gott? Vom Gift der Resignation, damit Gläubige sich nicht der Gewalt des Untergangs unterwerfen, sich nicht der Übermacht des Bösen geschlagen geben.

Jesus von Nazareth mag seinen eigenen Tod gefürchtet haben. Aber seine Selbsthingabe bewies gerade, dass er mit seinem Auftrag und seiner Menschenliebe nicht gescheitert ist, sondern dass er seine Menschenliebe bis aufs Äußerste unter Beweis stellte. Ganz ähnlich sagen Christen: Krankheit, Leid und Tod gehören zum Leben dazu. Gott reduziert uns nicht auf unsere Erfolge, er achtet uns auch nicht weniger, weil wir krank sind oder leiden. Wir sind mehr als die Summe unserer Leistungen und Erfolge, auch mehr als unser Leiden und Versagen. Das ist der Kern der Rechtfertigungstheologie des Apostels Paulus und der Reformatoren.

Wem der Begriff Erlösung zu gewaltig ist, der mag mit dem Reformator Martin Luther von Freiheit sprechen. Oder mit Dietrich Bonhoeffer, dem Pfarrer der Bekennenden Kirche, von Liebe. Bonhoeffer schrieb über den leidenden Christus am Kreuz: „In ihm geschah die Versöhnung der Welt mit Gott. Nicht Ideale, Programme, nicht Gewissen, Pflicht, Verantwortung, Tugend, sondern ganz allein die vollkommene Liebe Gottes vermag der Wirklichkeit zu begegnen und sie zu überwinden... Sie erfährt und erleidet die Wirklichkeit der Welt aufs härteste. Am Leibe Jesu Christi tobt sich die Welt aus. Der Gemarterte aber vergibt der Welt ihre Sünde. So geschieht die Versöhnung.“ Oder eben auch: Erlösung. ❖ **Eduard Kopp**

EINZIGARTIGER KAUKASUS

NEU: 3 Termine
und Vorreise
Aserbaidshon

Aserbaidshon, Georgien und Armenien zwischen Orient und Abendland

- 15 Tage geführte Kleingruppen-Reise mit Flug, Bahn und Bus
- Auch mit 4 - tögigem Vorprogramm in Aserbaidshon buchbar !
- Ständige Comundus-Reiseleitung

20.05. - 03.06.2020 | 28.08. - 11.09.2020 | 11.09. - 25.09.2020



Geführte Gruppenreise
15 Tage
schon ab

2.795,-
pro Person

Weitere geführte Zug- reisen für Anspruchsvolle

- Spezielles Bahnreiseprogramm „Bahnsinnige Schweiz“
- Geführte Premium-Gruppenreisen in Europa
- Bahn-Erlebnis und Kultur in Deutschland
- Weltweite Schienenkreuzfahrten
- Gruppenreisen für Eisenbahnfreunde
- Entdeckerreisen per Bahn
- Luxuszugreisen
- Kombinierte Zug- und Schiffsreisen
- Transsib und Baikal-See.

Jetzt kostenlos
Katalog anfordern!

**Unser Service: viele Reisen mit
Gepäcktransfer ab/bis Zuhause inklusive**

Buchung und Beratung
direkt beim Veranstalter: **0211 - 929 666 - 0**

info@bahn-erlebnis.de | www.bahn-erlebnis.de

Veranstalter: Comundus Reisen und Events GmbH, Scheurenstraße 26, 40215 Düsseldorf

Ohne Auto auf dem Land?



Das geht! Und wo früher der Parkplatz von Familie Rathert war, wächst nun Gemüse



Willi: Oh, draußen fährt gerade die S-Bahn vorbei. Warum hupt die denn?

Linus: Bestimmt war jemand an den Gleisen.

Willi: Wie weit ist der Bahnhof entfernt?

Christine Rathert: 350 Meter.

Willi: Und ihr habt kein Auto mehr?

Christine: Ja, wir hatten früher sogar mal zwei. So ganz ohne ist es eine Erleichterung: Keine Reifenwechsel, wir müssen nicht tanken, nicht zum TÜV und nie mehr zur Inspektion.

Frieda: Aber wenn man zum Geburtstag muss, ist das auch blöd ohne Auto.

Christine: Dann leihen wir uns eines.

Frieda: Und wir haben ein cooles E-Bike.

Linus: Das hält 250 Kilo aus!

Nick Rathert: Vier Leute können mitfahren.

Willi: Wie auf einem Tandem?

Linus: Nein, hinten ist eine Art Sitzbank.

Willi: Wie seid ihr mobil?

Nick: Zu Fuß, mit dem E-Lastenrad, mit dem Statt-Auto und mit S-Bahn und Bus.

Willi: Wann ist das Lastenrad eine Last?

Nick: Wenn Bahnhöfe nicht barrierefrei sind. Dann muss man das schwere Rad tragen.

Willi: Wie kommt ihr zur Arbeit?

Christine: Wir fahren mit der Bahn. Ich bin Lehrerin, Nick ist Lehrer. Weil wir beide Teilzeit und an je unterschiedlichen Tagen arbeiten, teilen wir uns die Karte für den Zug.

Nick: Viele arbeiten Vollzeit, damit sie in der knappen Freizeit nur noch mehr konsumieren können. Was kostet richtig Geld im Leben? Wohnen – und das Auto. Unser Familienbus kostete uns 600 bis 700 Euro pro Monat, wenn man Wertverlust, Inspektionen, Reparaturen und Betriebskosten einrechnet.

Christine: Wo früher ein Auto stand, ist heute ein Gewächshaus. Man gewinnt viel Platz, wenn man Autos loswird.

Willi: Andere sagen: Wenn mein Auto im Abendlicht glänzt, bin ich glücklich.

Christine: Das stimmt. Wir freuen uns darüber, mehr Platz zu haben. Dort haben wir im Sommer Linus' Geburtstag gefeiert.

Willi: Ich kann mir ganz schwer vorstellen, aufs Auto zu verzichten. Aber wenn der Bahnhof so nah ist...

Nick: Die Bahn brauchen wir nur für den Arbeitsweg. Was hier anfällt, machen wir zu Fuß, mit dem Rad oder dem Linienbus, mit dem die Kinder auch zur Schule fahren.

Willi: Wie kauft ihr ein?

Christine: Wir bekommen eine Biokiste. Sogar Putzmittel liefern die. Eier haben wir von unseren Hühnern. Im Ort ist ein kleiner Supermarkt, da holen wir den Rest.

Willi: Fangfrage: Die Leute mit der Biokiste – kommen die mit dem Fahrrad?

Christine: Nein, aber die sind schon früher hergefahren, da unsere Nachbarn dort schon lange bestellt haben.

Willi: Wie geht das mit dem Leihauto?

Christine: Mit einer App bucht man das Auto. Wir haben zum Beispiel schon für eine Fahrt im Mai reserviert. Es kostet sieben Euro Gebühr im Monat, dazu kommen die gefahrenen Kilometer und die Zeit, in der man das Auto nutzt. Einmal die Woche bin ich drei Stunden beim Yoga. Die Fahrt kostet mich zehn Euro.

Willi: Wie flexibel seid ihr wirklich?

Christine: Wenn du das Auto brauchst, ist es besser, wenn du es ein paar Tage vorher buchst, sonst ist es vielleicht weg. Man teilt es eben. Wenn etwas ganz wichtig war, haben wir es trotzdem geschafft, überall hinzukommen. Viele Nachbarn bieten uns auch ihr Auto an, Begründung: Es stehe doch eh meist nur rum.

Willi: Wie ist das Lebensgefühl ohne Auto?

Christine: Man ist freier, wir haben Platz gewonnen, und sonst ist nicht viel anders. Wir sind mobil – nur ohne eigenes Auto.

Nick: Ich kann mit dem Rad direkt unter den Carport fahren, weil da sonst nichts mehr ist.



Linus, Christine, Frieda und Nick Rathert mit ihrem E-Lastenrad vor dem heimischen Gewächshaus

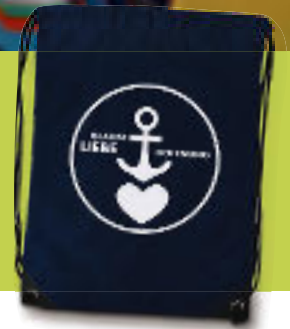


So bereiten Sie ein ganzes Jahr lang Freude

Verschenken Sie ein Jahresabo
chrismon plus!

Alle Vorteile sichern

- 28 Seiten mehr als chrismon
- Jeden Monat pünktlich und bequem nach Hause
- Das Abo endet nach einem Jahr automatisch
- Ein Dankeschön für Sie



Unser Dankeschön für Sie:
Turnbeutel „Glaube, Liebe, Hoffnung“

Bestellen Sie jetzt: ☎ **0800 758 75 37** (gebührenfrei)

Ihre Bestellmöglichkeiten:



0800 758 75 37 (gebührenfrei)



www.chrismon.de/geschenkabo



069 580 98-226



chrismon-Leserservice,
Postfach 50 05 50, 60394 Frankfurt am Main

Widerrufsbelehrung: Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen widerrufen. **Informationen zum Datenschutz:** Verantwortliche Stelle ist das Gemeinschaftswerk der Evangelischen Publizistik gGmbH, Emil-von-Behring-Straße 3, 60439 Frankfurt/M., Telefon: 0800 758 75 37 (gebührenfrei), E-Mail: leserservice@chrismon.de, Fax: 069 580 98-226. Ihre Daten werden nur für die Zwecke Ihrer Bestellung und der Kundenbindung verwendet. Es besteht keine Absicht, Ihre personenbezogenen Daten an einen Empfänger in einem Drittland zu übermitteln. Aufbewahrungsfristen (Löschfristen) richten sich nach gesetzlichen Vorschriften. Ihnen steht das Recht auf Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten sowie auf Berichtigung unrichtiger Daten und auf Löschung Ihrer Daten sowie auf Einschränkung der Verarbeitung nach den Vorschriften der DSGVO zu. Sie haben das Recht, jederzeit formlos der Verarbeitung mit Wirkung für die Zukunft zu widersprechen. Sie haben das Recht der Beschwerde gegen die Datenverarbeitung bei der für uns zuständigen Aufsichtsbehörde: Der Hessische Datenschutzbeauftragte, Wiesbaden. **Widerrufsbelehrung und Datenschutzerklärung** finden Sie auf leserservice.evangelisch.de. Mit der Auftragsbestätigung erhalten Sie **beide** in gedruckter Form.

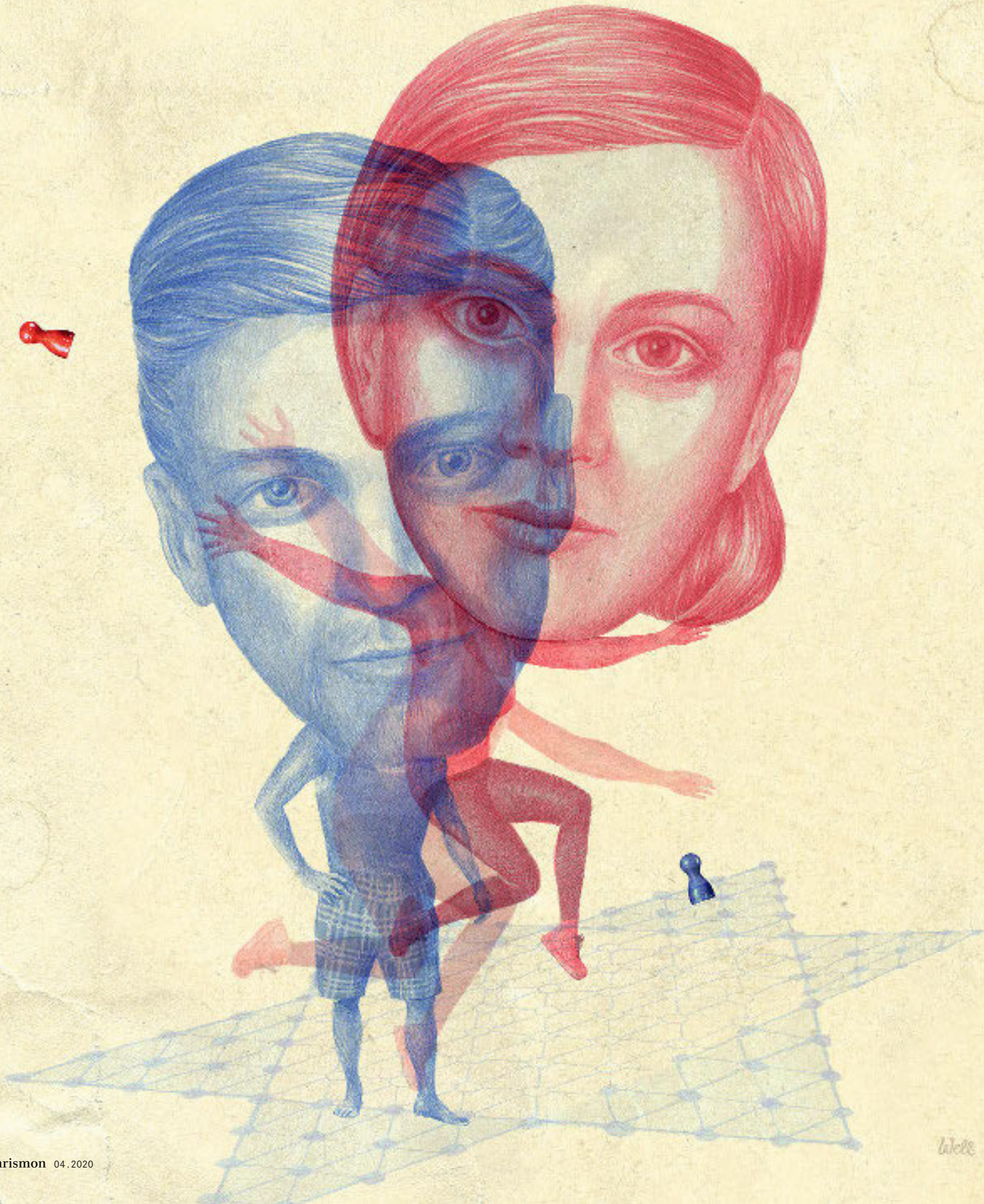
X Ja, ich verschenke ein chrismon plus-Jahresabonnement

ab Monat _____ **2020 zum Preis von 58,20 €** (12 Ausgaben frei Haus im Inland, Ausland auf Anfrage). Das Abo endet nach der Lieferung des zwölften Heftes automatisch. Mein Dankeschön erhalte ich nach Eingang der Zahlung. (**Unser Tipp:** Bei Bezahlung per Lastschrift erhalten Sie Ihr Dankeschön sofort.)

☐ Ich zahle bequem per Lastschrift. ☐ auf Rechnung	
Vorname Name	IBAN
Straße Hausnummer	Geldinstitut
PLZ Ort	Datum Unterschrift
Datum Unterschrift	

Das Geschenkaboo geht an:

Vorname Name
Straße Hausnummer
PLZ Ort



Ich verlasse dich

Eine Frau will nicht so weitermachen.
Sie denkt über ihre Ehe nach,
sie blickt zurück. – Ein Gedicht?
Nein. Eine Kurzgeschichte.
Literatur in Einfacher Sprache

✦ Text: Julia Schoch Illustration: Alice Wellinger

Es ist ganz einfach:
Ich verlasse dich.
Morgen gehe ich weg. Weg von dir.
Das bedeutet, ich gehe weg von uns.
Es klingt sehr einfach. Aber ich habe
viele Fragen.
Was passiert mit unserer Geschichte,
wenn ich gehe?
Wer wird sich um unsere Geschichte kümmern,
wenn es uns als Paar nicht mehr gibt?
Ich finde, unsere Geschichte ist wie ein Kind.
Wir tragen die Verantwortung für sie.
Das hört sich komisch an. Ich weiß.
Ich möchte, dass unsere Geschichte auch
ohne uns weitergeht.
Aber solche Sachen sind nicht möglich.
Außer im Traum.

Ich verlasse dich.
Drei Wörter, die jeder versteht. Eigenartig.
Es reichen drei Wörter, und alles ist getan.
Man muss sie bloß aussprechen.
Ich bin erstaunt, dass es so einfach ist.
Bevor ich den Satz laut ausspreche, übe ich ihn
im Stillen.
Ich sage ihn vor mich hin.
Ich. Verlasse. Dich.

Jetzt bin ich noch mal erstaunt.
Der Satz ist genauso kurz wie der Satz, den ich
am Anfang unserer Geschichte gesagt habe.

Am Anfang habe ich zu dir gesagt:
Ich liebe dich.
Drei Wörter am Anfang, drei Wörter am Ende.
Das Wichtigste im Leben lässt sich mit sehr wenig
Wort-Material sagen.
Ich stelle mir zwei Türen vor.
Auf der einen steht: Die Liebe fängt an.
Und auf der anderen steht: Hier hört die Liebe auf.
Durch eine Tür kommt man herein und durch
die andere geht man wieder hinaus.
Wie bei einem Theaterstück.
Wenn im Theater jemand eine Tür aufreißt oder
eine Tür zuschmeißt, wackeln die Wände.
Ich weiß nicht, wieso ich jetzt ans Theater denke.

Wenn du heute Abend nach Hause kommst,
werde ich den Satz zu dir sagen.
Ich verlasse dich.
Ich muss es gleich sagen.
Gleich, wenn du hereinkommst.
Am besten, ich lasse keine anderen Wörter
dazwischen geraten.
Ich darf nicht warten, bis du etwas sagst.
Sonst ist mein ganzer Plan hin.
Bis heute Abend habe ich noch ein paar Stunden
Zeit.
Ich denke über uns nach. Ich blicke zurück.
Ich gehe unser Zusammensein von Anfang bis Ende durch.
Das sind sehr viele Jahre.
So viele Jahre lassen sich auf ein paar Stunden
Erinnerung an einem Nachmittag zusammenstauchen.
Das gefällt mir nicht.
Andererseits will ich auch nicht dreißig Jahre
brauchen, um mich an dreißig Jahre zu erinnern.

Als erstes fällt mir unser Anfang ein.
Damals bewohnte ich ein Zimmer in einem
Wohnblock am Rande der Stadt.
Die Wohnung lag im sechsten Stock.
In dem Zimmer standen ein Bett und ein Tisch.
Auf dem Tisch hatte ich eine Menge Bücher gestapelt.
Und neben den Büchern stand ein Halma-Spiel.
Es war Sommer.
Abends klingelte das schwere schwarze Telefon
bei mir im Flur.
Zu der Zeit gab es nur Telefone mit einer Schnur dran.
Ich stand im Flur und hing an der Schnur.
Dieser Reim ist unbeabsichtigt, solche Dinge
passieren.

Du hast mich angerufen.
„Magst du Vanille-Tee?“, hast du gefragt.
Ich hätte jedes Getränk als mein Lieblingsgetränk
bezeichnet, Hauptsache es kam von dir.
Zehn Minuten später hast du vor meiner
Wohnungstür gestanden.
Ich habe dich reingelassen.
Wir setzten uns zum Teetrinken auf den Boden.
Das machten damals alle so. Es war Mode.

Wenn man auf eine Party kam, saßen alle auf dem Boden.
Warum?

Ich glaube, so ist es leichter, sich zu umarmen
und gemeinsam auf den Teppich zu sinken.
Wir haben es genauso gemacht.
Du hast mich umarmt, und dann sind wir
zusammen auf den Teppich gesunken.
Sogar den Tee haben wir ausgelassen.

Am nächsten Morgen wachte ich auf.
Du lagst neben mir.
Darüber habe ich mich gewundert.
Dann wurde es Mittag, und du warst immer noch da!
Du warst der erste Mensch in meinem Leben,
der nicht sofort verschwinden wollte.
Wir verbrachten die Tage auf meinem Balkon
unter dem Sonnenschirm.
Es war so heiß, dass wir der Wäsche beim Trocknen
zusehen konnten.
Unten schlich träge die Straßenbahn vorbei.
Wir lasen gemeinsam ein Buch.
Es hieß: *Was für ein kleines Moped mit
verchromter Lenkstange steht dort im Hof.*
Ein sehr komplizierter Titel! Das fanden wir schön.
Zuerst las ich das Buch, danach du.
Es war nicht sehr dick, und wir schafften es beide
am selben Tag.

Ich gab dir einen Schlüssel für meine Wohnung.
So konntest du kommen und gehen.
Du kamst tatsächlich wieder, meistens nachts.
Einmal sagte ich zu dir:
„Ich will mich nicht für jemanden ganz und gar aufgeben.“
Du hast mich mit großen Augen angesehen
und gesagt:
„Und worum geht es sonst in der Liebe,
deiner Meinung nach?“
Ich war froh, dass du es so sahst.
Ich gab mich nämlich längst auf.
Ich ging zum Friseur. Er schnitt mir die Haare ab.
„Ich habe sie mir wegen der Hitze abscheiden lassen“, sagte ich.
In Wirklichkeit wollte ich so aussehen wie du.

Irgendwann kamst du nicht mehr vorbei.
Ich machte mir Sorgen. Nicht so sehr um dich.
Ich machte mir Sorgen um unsere Geschichte.
Schließlich war es eine Liebesgeschichte.
Um solche Geschichten muss man sich ganz
besonders kümmern.
Vor allem, wenn sie gerade erst beginnen.
Mit einer Flasche Kirschsafte und einem Päckchen
Kekse machte ich mich auf den Weg zu dir.
Deine Wohnung lag außerhalb der Stadt.
Die Fahrt mit dem Bus dauerte eine halbe Stunde.
Ich klingelte, aber niemand öffnete.
Ein paar Minuten schlich ich um das hell erleuchtete Haus.
Dann fuhr ich wieder zurück.
Ich musste rennen, um den letzten Bus noch zu schaffen.
Es war schon kurz nach Mitternacht.

Im Speisesaal der Universität traf ich dich wieder.
Es waren immer noch Ferien, deshalb war
der Speisesaal wie ausgestorben.
Ich dachte, du würdest so tun, als wären wir uns
nie begegnet.
Aber du hattest mich nicht vergessen.
Ich sagte: „Warum sitzt du hier drin? Draußen ist
so schönes Wetter. Und es sind Ferien!“
Du hast die Augen zusammengekniffen und gesagt:
„Ich mache Ferien, wann ich will.“
Du hattest so eine Seelenruhe.
Da wurde ich auch ganz ruhig.
Gleichzeitig war ich aufgeregt.
Du hast mich in deinem Auto mitgenommen.
Es war ein brauner VW Jetta.
Wir fuhren raus aus der Stadt.
Einmal flog in der Dämmerung ein Fasan vor uns auf.
Ein anderes Mal streifte ein Uhu mit seinen
Schwingen die Windschutzscheibe.
Als ich das Fenster herunterkurbelte, brach die Kurbel ab.
Den ganzen Sommer über fuhren wir so, mit halb
geöffnetem Fenster.
Als der Sommer zu Ende war, habe ich dich gefragt:
„Was ist das zwischen uns?“
Statt einer Antwort hast du mich eingeladen.
Zu einem Picknick in den Park.
Dort schlossen wir einen Drei-Jahres-Pakt.
Du hast gesagt: Wenn wir drei Jahre schaffen,
sehen wir weiter.
Plötzlich hat ein fremder Hund nach dem Käse
in unserem Picknickkorb geschnappt.
Der Hund ging sofort würgend zu Boden. Dann ist
er weggerannt.
Und du hast mich geküsst.

Es war nicht Schluss nach 3 Sommern.
Wir haben 29 Sommer zusammen erlebt.
3 davon wurden in den Nachrichten als
Jahrhundertsommer bezeichnet.
Während wir zusammen waren, haben wir
19 Reisen unternommen,
12 Mal sind wir ins Ausland gefahren.
Wir haben 2 Küchen angeschafft.
4 Mal wurde uns während dieser Jahre ein neuer
Ausweis ausgestellt.
1 Mal haben wir einen Brand miterlebt und
mussten evakuiert werden.
Wir waren insgesamt 7 Mal in der Notaufnahme,
4 Mal wegen eines unserer Kinder und 3 Mal
wegen uns selbst.
5 Mal wurden wir bestohlen.
Wir haben 5 verschiedene Autos gehabt.
Keins davon haben wir neu gekauft.
Wir haben insgesamt 6 ½ Tage auf Ämtern erwartet.
Wir haben 812 Partien Halma gespielt.
Wir haben 5667 Frühstücksbrote geschmiert und
41 Geburtstagstorten gekauft.
In diesen Jahren haben wir 273.500 Fotos gemacht.
Wir hatten insgesamt 74 Infektionen.

(Die meisten davon machte ich durch).
Wir hatten 4 Operationen, davon eine schwere.
95 Mal waren wir beim Friseur.
Wir haben beide ein Kopfkissen zerfetzt (jeweils
an einem anderen Tag und aus verschiedenen
Gründen.)
6 Mal schafften wir uns einen neuen Laptop an.
Wir waren auf Beerdigungen und auf Hochzeiten.
Aber die habe ich nicht gezählt.

Am Anfang wollten wir nicht zu schnell
zusammenziehen.
Nach einer Weile kam uns diese Vorsicht albern vor.
Ich fand eine Wohnung für uns beide.
Wenn ich morgens aufwachte, hast du meistens
schon am Tisch gesessen.
Ich sah nur deinen Rücken.
Trotzdem wusste ich, ob du gut oder schlecht
gelaunt warst an dem Tag.
Als wir vier Jahre zusammen waren, habe ich
einen anderen Mann geküsst.
Ein Jahr später habe ich mit einem anderen geschlafen.
Ich erzählte es dir. Es stellte sich heraus, dass dir
dasselbe passiert war.
Wir mussten lachen. Beim nächsten Mal lachten
wir nicht mehr darüber.
Wir hörten auf, uns solche Sachen zu erzählen.

Wir hatten Angst davor, es auszusprechen.
Wenn man etwas ausspricht, ist es auch in der Welt.

Nach dem ersten Kind hast du gesagt:
„Ein so schönes Paar wie wir sollte mindestens zwei Kinder haben.“
Das fand ich logisch.
Nachts, wenn eines der Kinder schrie, wechselten wir wortlos
die Betten, jeder seine Zudecke über dem Arm.
Es war sehr schwer zu arbeiten, weil wir so müde waren.
Aber dann gewöhnten wir uns daran.
Wir machten einfach übermüdet weiter.
Manchmal langweilte ich mich mit den Kindern.
Ich hatte das Gefühl, die Zeit würde gar nicht vergehen.
Aber das stimmte nicht. Die Jahre vergingen sehr schnell.
Wir redeten weniger miteinander.
Und noch seltener küssten wir uns.
Die Wohnungen, in die wir in den Jahren zogen,
waren jedes Mal ein bisschen größer.
Zuerst waren die Kinder noch klein. Sie schliefen im selben Zimmer.
Dann wurden sie älter und wollten lieber für sich
allein sein.
Jeder von uns wollte mit den Jahren lieber für sich
allein sein.
Beim Nach-Hause-Kommen war ich froh,
wenn sich der Wohnungsschlüssel ganz herumdrehen ließ.
Das bedeutete: Ich hatte noch ein paar Minuten
für mich.

>

Anzeige



**HOHE SOZIALSTANDARDS
SITZEN IMMER RICHTIG.**

**GRÜNER
KNOPF**
SOZIAL. ÖKOLOGISCH. STAATLICH.
UNABHÄNGIG ZERTIFIZIERT.



Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Der Grüne Knopf kennzeichnet Textilien, die sozial
und ökologisch nachhaltig produziert wurden.

www.gruener-knopf.de

Manchmal verspürten wir Lust, miteinander zu streiten.
Dann fingen wir an, die Wohnung zu putzen.
Es war immer genug Staub und Unordnung da,
damit die innere Wut verflog.

Nach neun Jahren habe ich zum ersten Mal weggehört,
als du beim Abendbrot von deiner Arbeit erzählt hast.
Nachts im Bett weinte ich deswegen.
Ich dachte, das wäre das Ende. Aber es war nicht das Ende.
Es ist sehr leicht wegzuhören.
Ich hatte bislang nur nichts davon gewusst.
Nach zehn Jahren weinte ich nicht mehr darüber.
Wir hatten viel zu tun.
Wir haben Laufräder, Drachen und Ritterburgen gekauft,
Faschingskostüme und Schulhefte, eine Wii-Station und Tablets.
Wir haben Ostern und Weihnachten und Kindertage gefeiert.
Wir hatten Sehnsucht.
Wir wussten aber nicht genau, wonach.
Wir hatten ja alles.
Nach zwölf Jahren habe ich dir eine Ohrfeige gegeben.
Ich habe vergessen, warum.
Ich erinnere mich nur, dass die Ohrfeige nichts nützte.
Die Sehnsucht verschwand davon nicht.

Zu Beginn war alles einfach.
Dann wurde plötzlich alles schwer.
Warum wird plötzlich alles schwer, wenn es vorher
einfach war?
Mit einem Mal mochte ich es nicht mehr, neben dir
im Auto zu sitzen.
Ich schaute meistens aus dem Fenster.
Einmal haben wir uns verfahren.
Du hast gesagt, ich soll in die Straßenkarte schauen
und uns zur Autobahn lotsen.
Ich schaute auf die Straßenkarte.
Aber ich lotste dich nicht zur Autobahn, sondern über
lauter holprige Straßen in eine unbekannte Gegend.
Ich wollte dich ärgern.
Deshalb verdrehte ich die Richtungen.
Du hast dich tatsächlich geärgert.
Wenn wir spazieren gingen, liefst du drei Meter vor mir.
Einmal blieb ich an einem Schaufenster stehen.
Erst zwei Straßen weiter hast du gemerkt, dass ich
gar nicht mehr neben dir war.
Ich hatte das Gefühl, ich wurde mir selbst fremd.
Ich schlief viel. Abends ging ich oft schon
mit den Kindern ins Bett.
Sie waren inzwischen viel zu alt, um beim
Einschlafen begleitet zu werden, und wunderten sich.

In unserem 18. Jahr wurde ich sehr krank. Du
warst sehr besorgt um mich.
Das machte mich glücklich. Obwohl ich so krank war.
Danach gingst du aus beruflichen Gründen für ein Jahr weg.
Ich dachte, das Jahr ist eine gute Gelegenheit,
um sich Liebesbriefe zu schreiben.
Aber dann haben wir nur darüber geredet,
wer mit welchem Zug den anderen besuchen kommt.
So sind die zwölf Monate rasch vorbei gegangen.

Morgens standen wir mit verschränkten Armen
nebeneinander vor der Kaffeemaschine
und sahen zu, wie der frischgebrühte Kaffee
in die Glaskanne lief.
Einmal hatten wir den Plan, Deutschland zu
verlassen.
Aber es fiel uns kein Land ein, wo es besser ist.
Nirgendwo auf der Welt schien noch ein Abenteuer
auf uns zu warten.
Die Kinder zogen von Zuhause weg.
Die Wohnung kam mir jetzt noch größer vor.
Beängstigend groß.
Ein Gefühl fast wie im Weltall.
Die Dinge gingen darin verloren.
Ständig war ich auf der Suche nach irgendetwas.
Nach einer Weile schaffte ich mir eine Katze an.
Ich wollte in der großen Wohnung nicht so
allein sein.
Erst hatte ich jahrelang die Kinder gestreichelt.
Dann streichelte ich die Katze.
Ich glaube, die Katze merkte, dass sie bloß
ein Ersatz war. Sie wurde plötzlich scheu.
Es dauerte nicht lang, dann lief sie weg.
Ich traute mich nicht, ein neues Tier anzuschaffen.
Ich dachte, das neue Tier würde auch spüren,
dass es nur ein Ersatz war.
Diesmal ein Ersatz für die verschwundene Katze.

Ich glaube, ich habe genug über uns nachgedacht.
Ich bin am Ende.
Etwas erstaunt mich.
Ich will dich morgen verlassen. Gleichzeitig bereite
ich ein Essen für uns beide zu.
Eigentlich will ich meine Tasche packen.
Ich muss überlegen, was ich alles mitnehme.
Stattdessen vermische ich Gurken und Hackfleisch
und koche beides in einer Tomatensoße.
Dann gebe ich Dill, Essig und Zucker hinzu.
Ich überlege, wie es wohl ist, zum letzten Mal
durch diese Tür zu gehen.
Währenddessen rühre ich lange um.
Das viele Erinnern hat mich müde gemacht.
Wahrscheinlich handle ich deshalb so.
Aber ich tue nicht nur die falschen Dinge, ich sage
auch das Falsche.
Denn als du endlich zu Hause bist, sage ich zu dir:
„Ich habe Schmor-Gurken für uns gekocht.“
Ich begreife nicht, wie so etwas möglich ist.
Ich bin doch kein dummer Mensch.
Wieso sage ich das Falsche?
Wieso stolpere ich über die Wörter?
Wieso verwechsle ich die Sätze?

Ich will sagen: Ich verlasse dich.
Stattdessen höre ich mich den anderen Satz sagen.
„Ich liebe dich“, sage ich zu dir.
Du legst deinen Mantel über den Stuhl.
Dann siehst du mich entgeistert an und fragst:
„Was hast du gesagt?“



Julia Schoch
wurde 1974 in Bad
Saarow geboren.
Heute lebt sie als
Schriftstellerin
und Übersetzerin
in Potsdam. Sie
schreibt Romane,
Erzählungen,
Essays und
Hörspiele.
„Ich verlasse dich“
stammt aus
dem Buch „Lies!“,
siehe nächste
Seite.

Der Umbruch des
Textes ist aus
Platzgründen nicht
identisch mit der
Buchfassung.

Leichte Wörter, kurze Sätze

Und noch ein paar Dinge muss man beachten, wenn man in einfacher Sprache schreibt. Aber dann erreicht man so viele Menschen!

Es ist wichtig, dass wir einander verstehen. Dafür erzählen sich die Menschen seit jeher Geschichten. Und es ist wichtig, dass ganz viele verschiedene Menschen die Literatur unserer Zeit von Künstlern unserer Zeit lesen können. Dabei hilft eine einfache, eine leichtere Sprache. Denn einfache Sprache verstehen ganz viele. Schließlich konnten wir alle einmal einfache Sprache. Meistens haben wir in der Schule, an der Universität oder im Beruf verlernt, auch sie zu benutzen.

Alle haben ein Recht auf Kunst und Literatur. Da sind sich immer alle einig. Aber sechs Millionen Menschen beziehungsweise zwölf Prozent der volljährigen Deutschen können hierzulande nicht oder nur unzureichend lesen und schreiben. Weiteren rund elf Millionen fällt es zumindest nicht leicht. Für all diese Menschen, rund 17 Millionen, gab es bislang kein einziges künstlerisch anspruchsvolles Angebot.

In den letzten drei Jahren haben dreizehn Autorinnen und Autoren Geschichten in einfacher Sprache geschrieben. Das Literaturhaus Frankfurt am Main hat sie dazu eingeladen. Die dreizehn Autorinnen und Autoren haben sich auf ein Experiment eingelassen. Schreiben in einfacher Sprache ist Kunst, haben sie gesagt. Und sie haben sich Regeln gegeben, einfache Wörter benutzt, kurze Sätze gemacht und Zeitsprünge vermieden. Wie der Autor Arne Rautenberg einmal gesagt hat: „Alles ist gekürzt um Längen besser.“

Die Autorinnen und Autoren finden: Leser-Gewinnung ist besser als Leser-Vertreibung. Das Klagelied der Buchbranche, dass weniger Menschen lesen und Bücher kaufen, zeigt nur eine große Gestaltungs-Müdigkeit. Jedenfalls solange diese Branche findet, dass rund 17 Millionen Menschen nicht wichtig sind. 17 Millionen, denen Lesen aus verschiedenen Gründen schwerfällt, die kaum Zugang zu Büchern haben oder die gerade Deutsch lernen. 17 Millionen, für die es bislang kaum Geschichten gab von lebenden Autorinnen und Autoren. „Die können ja Kinderbücher lesen. Es gibt tolle Kinderbücher“ – das habe ich immer wieder gehört.

Gute Kunst sieht oft leicht aus. Was schwer ist, muss nicht besser sein. Ist eine besonders steile, eine schwere Treppe gut? Rollstuhlrampe und Aufzug haben die Treppe nicht verdrängt. Gefragt nach der Zielgruppe, habe ich immer gesagt: Das Ziel ist, aus dem Zielgruppen-Denken herauszukommen. Keine Stoppschilder, keine harte Tür. Keine Exklusion. Aber auch keine Fühlgut-Literatur. Kein Buch aus dem Sanitätshaushaltsbedarf.

Alt oder jung, fit oder gebrechlich, blind oder taub, hochbegabt oder tiefbegabt, Vielleser oder Youtube-Watcher, Feuilleton oder Twitter, Internat oder Palliativ-



Hauke Hückstädt leitet das Literaturhaus Frankfurt. Gerade erschien die von ihm herausgegebene Anthologie „LiES! Das Buch. Literatur in Einfacher Sprache“ (Piper, 18 Euro). Dieser Text ist seinem Nachwort entlehnt.

station, Feinkost oder Discounter. Die Zuschreibungen und Stempel verlieren an Macht.

Literatur in Einfacher Sprache ist für alle, die sich für Sprache und Experimente interessieren. Für alle, die im Hier und Jetzt leben und Literatur wichtig finden. Für alle, die zu uns kommen und die deutsche Sprache gerade lernen. Für alle, die Teilhabe schöner finden als Besitzstands-Wahrung und Ausschluss-Kultur. Für alle, die sich für die Möglichkeiten von Literatur interessieren. Für erwachsene Erstleser genauso wie für entdeckungsfreudige Vielleser.

Ich persönlich habe mir in der Literatur so viele Kapitel erschlossen, habe so viele Formen und Gestalten angetroffen, dass ich reich daran geworden bin. Meine Art Reichtum. Reichtum, den uns niemand nimmt. Und hier, mit diesen ersten dreizehn Autorinnen und Autoren kommt ein Kapitel dazu. Ein Kapitel, das offen ist. Offener als Bücher mit sieben Siegeln. ❖ Hauke Hückstädt

Anzeige

berge & meer
Reisen. Für Entdecker.

**JETZT MIT UNS
DIE WELT
ENTDECKEN!**

**100€
Gutschein**

Für eine Reise von Berge & Meer
Ihr Gutschein-Code: Chrismon20

Bis zum **31.10.2020** einlösbar unter:

www.berge-meer.de oder

Tel. 0 26 34 / 962 60 66 tägl. 8 – 22 Uhr

*Nur 1 Gutschein pro Buchung direkt bei Berge & Meer einlösbar. Keine Barauszahlung möglich. Nicht einlösbar auf bestehende Buchungen und Kaufgutscheine. Nicht kombinierbar mit weiteren Rabatten. Mindestreisepreis: 950 €. Weitere Bedingungen und Infos unter www.berge-meer.de/gutscheinbedingungen

Jetzt kein Angebot mehr verpassen! Melden Sie sich schnell unter berge-meer.de/newsletter zu unserem Newsletter an und sichern Sie sich Ihre monatliche Gewinnchance auf einen 500 Euro-Reisegutschein.

„Sagen und denken, was ich will“

Sich selbst entfalten, ohne Angst zu haben. Das ist für sie Freiheit,
sagt die Schauspielerin Sibel Kekilli

In welchen Momenten fühlen Sie sich lebendig?

Wenn ich arbeite, wenn ich in eine Rolle eintauche. Ich will meine Figur verstehen, wie eine Psychologin ihre Patientin: Wie denkt sie? Wie funktioniert, wie tickt sie? Es gibt Figuren wie Umay in „Die Fremde“, die mich lange beschäftigen, dann bin ich für nichts außerhalb zu gebrauchen, was mir sehr leidtut für meine Freunde. Auch danach brauche ich Zeit, um runterzukommen.

Was können Erwachsene von Kindern lernen?

Kinder machen einfach. Sie denken nicht groß nach, sie leben im Moment. Das vergessen wir immer wieder. Viele Menschen haben Zukunftsängste, da kann es schwierig sein, sich selbst zu sagen: „Stopp! Hör auf mit dem Grübeln. Du kannst die Vergangenheit nicht ändern, aber du kannst die Zukunft beeinflussen.“ Genau das habe ich mir fest vorgenommen: jetzt zu leben und den Moment zu genießen.

Haben Sie eine Vorstellung von Gott?

Als Kind musste ich arabische Gebete auswendig lernen, durfte aber zum Beispiel nicht in eine Koranschule. Das zu verstehen war für mich sehr schwierig. Ich habe lange mit mir gerungen, doch irgendwann konnte ich an einen Gott nicht mehr glauben. Trotzdem bin ich gewiss, dass es da etwas gibt. Ist es das Schicksal? Oder die Kraft, die ich in mir spüre? Meine beste Freundin sagt: „Der Glaube gibt mir Sicherheit.“ Mit meiner anderen besten Freundin gehe ich jedes Jahr an Heiligabend in die katholische Kirche. Zum einen ist das natürlich ein bisschen Tradition, aber die Predigten des Pfarrers haben mich schon oft sehr berührt.

Muss man den Tod fürchten?

Vor dem Sterben, vor dem Tod habe ich keine Angst. Mir macht aber Angst, dass die Zeit so schnell vergeht.

Was ist Freiheit?

Für mich hat Freiheit immer bedeutet, dass ich selbst entscheiden kann, wie ich lebe. Ohne Angst, das sagen und denken zu können, was ich will. Als ich ein Kind war,

Zur Person

Sibel Kekilli, 1980 in Heilbronn geboren, wurde 2004 mit dem Film „Gegen die Wand“ international bekannt, es folgten die Kinoproduktionen „Der letzte Zug“, „Winterreise“ und „Die Fremde“. 2011 bis 2014 spielte sie in „Game of Thrones“ die Kurtisane Shae, 2010 bis 2017 war sie die Ermittlerin Sarah Brandt im Kieler „Tatort“. Kekilli wurde vielfach ausgezeichnet, darunter auf dem Tribeca Film Festival, sie erhielt Bambi und Deutschen Filmpreis. Mit „Terre des Femmes“ kämpft sie gegen Ehrenmorde und für ein selbstbestimmtes Leben von Frauen. Sibel Kekilli lebt in Hamburg-Altona.

wurden mir enge Grenzen gesetzt. Ich musste mich von vielen Zwängen und Regeln befreien und das hat mich unglaublich viel Kraft gekostet. Freiheit bedeutet für mich, mich als Individuum entfalten zu dürfen. Insbesondere in der Kultur, in der ich aufgewachsen bin, ist das nicht selbstverständlich und kann auch dazu führen, dass man aus dieser Kultur ausgeschlossen wird und nicht mehr dazugehören darf. Aber das ist dann wohl der Preis für die Freiheit, den man in diesem Falle zahlen muss.

Wer oder was hilft in der Krise?

Meine engsten Freunde. Sie helfen, indem sie zuhören. Ich darf bei ihnen einfach sein. Das gibt mir Halt. Aber auch der Glaube an die besagte höhere Instanz und daran, dass es schon wieder aufwärtsgehen wird, ganz egal, ob man das dann Glaube an Gott, einen Schutzengel oder einfach Schicksal nennt.

Wo ist Heimat?

Da ich in zwei verschiedenen Kulturen aufgewachsen bin, war es für mich nicht einfach, ein Gefühl für Heimat zu entwickeln. Neulich war ich nach fünf Jahren mal wieder in der Türkei. Ich habe Türkisch gesprochen, ich liebe das türkische Essen, die türkische Kultur, das ist einfach in mir drin. Aber in der deutschen Kultur kann ich als Frau viel freier sein, hier fühle ich mich zugehöriger, hier werde ich weniger verurteilt für meine Ideale. Am ehesten bringe ich daher den Begriff mit Menschen in Verbindung – und so ist Hamburg mittlerweile genauso eine Heimat geworden, wie wenn ich bei meiner Freundin in Baden-Württemberg bin.

Welche Liebe macht Sie glücklich?

Die Liebe zu einem selbst, also mit sich völlig im Reinen zu sein, auch mit den eigenen Schwächen – das stelle ich mir sehr erfüllend vor. Ich bewundere es, wenn jemand das kann. Bei den Menschen, die gerade in meinem Leben sind, habe ich gelernt, zuzulassen, dass sie mich so lieben, wie ich bin. Wahrscheinlich ist das der erste Schritt zur Selbstliebe und Selbstakzeptanz.

✦ Fragen und Foto: Dirk von Nayhauf





Ilka Sokolowski, Janine Czichy (Illustr.)

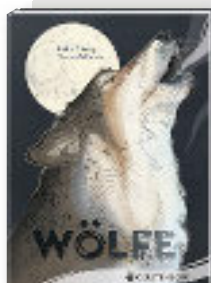
Wildes Leben im Watt

Kinder
ab 6 Jahren

lernen in diesem naturnah illustrierten Sachbilderbuch kleine und große Wattbewohner kennen – über und unter Wasser, am Spülsaum, in den Dünen und in der Luft.

64 Seiten, 22 x 28 cm, geb., farb. illustriert, Bestellnr. 207638

16,00 €



Bärbel Oftring, Theresa Schwietzer (Illustr.)

Wölfe

Nach dem Motto
„Was man versteht,

fürchtet man nicht“ macht das atmosphärisch illustrierte Sachbilderbuch mit dem Leben einer Wolfsfamilie vertraut.

64 Seiten, 20,5 x 28 cm, geb., ab 6 Jahren, mit zahlr. Abb. und Aufklapptafeln, Bestellnr. 207639

20,00 €



Thomas Müller

Die wunderbare Welt der Eiche

Ein detailreiches Sachbilderbuch für Kinder ab 6 Jahren,

die hier Tiere entdecken, die in dem Baumriesen eine Heimat, einen Unterschlupf oder Nahrung finden.

72 Seiten, 24,5 x 33 cm, geb., zahlr. farb. Illustrationen, Bestellnr. 207640

20,00 €

GARTENLIEBE

Nichts wie raus in die Natur!



Antje große Feldhaus, Britta Ruge (Illustr.)

Phänologischer Gartenkalender

Besser gärtnern im Rhythmus der Natur

Klassisch in 10 Gartenjahreszeiten eingeteilt, orientiert sich dieser Kalender an der Entwicklung bestimmter Zeigerpflanzen wie Hasel, Holunder oder Eiche. Ihrem natürlichen Werdegang können gärtnerische Arbeiten zugeordnet werden. Ein echtes Nachschlagewerk!

28-seitiges Gartenbuch im Kalenderformat, DIN A3 (offen), 100 % Recyclingpapier, Bestellnr. 207627

11,95 €



Blumenmurmeln für Kinder

Saatkugeln einfach auf die gewünschte Fläche werfen, warten und sich auf eine bunte, duftende Blumenwiese für Bienen und Schmetterlinge freuen.

Aus Saatgut, Erde und Ton,
20 Stk. (für ca. 1 m²),
Verpackung: ca. 12 x 3 x 3 cm
Bestellnr. 207628

6,49 €



Gartenbeutel mit Gartengerät für Kinder

Mit dieser Gartentasche und den passenden Gartengeräten können Kinder spielerisch etwas über unsere Umwelt lernen. Ideal natürlich auch zum Buddeln am Strand!

Inhalt des 5-teiligen Sets: Gartenbeutel, Handschaufel, Handspaten, Handrechen, Gießkanne, Bestellnr. 207506

24,95 €



Das Leben ist ein Überraschungs Menü

Man kann es sich nicht selbst zusammenstellen, der Chefkoch behält sich vor, was er seinen Gästen wohlmeinend serviert. Man ist weithin entzückt, hier und da allerdings auch mal wenig begeistert. Beschwingt und leichtfüßig nimmt

uns die leidenschaftliche Hobbyköchin und Theologin Susanne Breit-Keßler mit in die Küche. Wie bei einem abendlichen Gespräch am Küchentisch geht es um Gott und die Welt, das Leben und die Kultur des Essens.



Susanne Breit-Keßler

Prost Mahlzeit!

144 Seiten, 12 x 19 cm, Hardcover, zahlr. farb. Abbildungen, Bestellnr. 238242

15,00 €

„Prost Mahlzeit!“ sagt man oft, wenn das Leben einem wieder mal einen Streich spielt.



Durch das Flackern
des Teelichts (nicht im
Lieferumfang enthalten)
überhafte Silhouette zum
n mit der Postkarte flach im
schlag als kleine Aufmerk-
confirmation verschicken.

Edelstahl,
12 x 2 cm,
Bestellnr. 207624

5,90 €

Der Fisch „Ichthys“ als Ohrstecker – ein wunderschönes, dezentes Symbol des christlichen Glaubens. Die Lieferung erfolgt in einer hübschen Geschenkbox.

1,7 x 0,6 cm,
925er Silber, Bestellnr. 207498

21,95 €

Zeitlos schöner
Fisch „Ichthys“
aus 925er Silber
mit Kette aus
Naturkautschuk,
in kleiner Auflage
exklusiv für
den chrisonshop hergestellt.

Anhänger ca. 3 x 1 cm, Kettenlänge
ca. 45 cm, Bestellnr. 207410

54,95 €



Liegt der Bestellwert unter 30 Euro, fällt eine Versandkostenpauschale in Höhe von 3 Euro an. Die Lieferung erfolgt bis zum Bestellwert von 149 Euro auf Rechnung, ab 150 Euro gegen Vorkasse. Bei Bestellungen aus dem Ausland wird unabhängig vom Bestellwert das Auslandsporto gesondert berechnet, die Bezahlung erfolgt gegen Rechnung, der Warenversand erfolgt nach Zahlungseingang. Dieses Angebot gilt, solange der Vorrat reicht. Sie haben das Recht, die Ware innerhalb von zwei Wochen nach Lieferung ohne Begründung an die Evangelische Verlagsanstalt Leipzig GmbH, c/o Leipziger Kommissions-u. Großbuchhandels-gesellschaft mbH, Verlag 258 / Remissions-
abteilung, An der Südspitze 1-12, 04571 Rötha zurückzusenden, wobei die rechtzeitige Absendung genügt. Vom Käufer entsiegelte CDs können nicht zurückgegeben werden. Bitte beachten Sie: Versand und Rechnungsstellung erfolgen über unseren Dienstleister Leipziger Kommissions- und Großbuchhandels-gesellschaft mbH, An der Südspitze 1-12, 04571 Rötha.

OSTER-
DEKO-IDEEN

Dieses Windlicht zeigt Ihnen die schönsten Ostermotive in einer mit viel Liebe zum Detail gearbeiteten Miniatur-silhouette, die auf jedes handelsübliche Teelicht (nicht im Lieferumfang enthalten) passt. Sie wird flach auf einer Karte geliefert und kann auch so für kleines Geld in die weite Welt versendet werden.

*Edelstahl, 12 x 2 cm,
Postkarte im DIN-lang-Format,
Bestellnr. 207451*

5,90 €



Vorfreude auf Ostern



Die sympathischen Eierwärmer aus Wollfilz halten das Frühstücksei so lange warm, bis alle am Tisch sind. Farbenfrohe Hühnchen mit herausgestreckten Flügeln – so fängt der Tag mit einem Lächeln an.

Echter Wollfilz, 10,5 x 12,5 cm

Bestellnr. 207629, **rot**
Bestellnr. 207630, **petrol**
Bestellnr. 207631, **maigrün**
Bestellnr. 207632, **brombeer**
Bestellnr. 207633, **gelb**

je **9,90 €**

Die Osterbotschaft zum Leuchten bringen – und das ganz langsam: Nach dem Anzünden erscheint der verborgene Text auf der Kerzenoberfläche und sorgt über 40 Stunden für freudige Überraschungen.

7 x 14 cm,
Bestellnr. 205767

15,90 €

JETZT BESTELLEN

E-Mail:
chrisonshop@eva-leipzig.de

Post:
Evangelische Verlagsanstalt GmbH
chrisonshop
Blumenstraße 76
04155 Leipzig

Fax:
0341 71141-50

www.chrismonshop.de

Name | Vorname

Strasse | Hausnummer

PLZ | Ort

Datum | Unterschrift

Direkt bestellen:
0341 711 41 48

Versandkostenfrei ab 30 € Bestellwert.

[illegible]

> chrismonshop.de

Wenn das Geld nicht reicht

Neue Schuhe, eine Brille oder eine Couch: Ein Verein hilft Menschen mit kleiner Rente

Klar kommt Ingrid Feuchtnert mit ihrer Rente zurecht. Wer, wenn nicht sie? Die 72-jährige Münchnerin hat als junge Frau eine Hauswirtschaftslehre gemacht, in Hotels und Küchen gearbeitet und drei Töchter alleine großgezogen. Sie kauft die Kartoffeln im Sonderangebot und lagert den Wintermantel den Sommer über sorgfältig ein, damit der Stoff nicht bricht. Wenn sie die Enkelinnen von der Schule abholt, macht sie einen Bogen um Kino oder Eiscafé. Reisen sind nicht drin, auch keine Restaurantbesuche.

Einmal die Woche geht Ingrid Feuchtnert zur Tafel, Schlange stehen für kostenlose Lebensmittel. Nach Abzug der Miete bleiben ihr 280 Euro zum Leben. „Das geht, ich kann haushalten. Es darf halt nichts dazwischenkommen.“ So wie vor vier Jahren, als ihre Vermieterin Eigenbedarf anmeldete und sie zwar eine andere Wohnung fand, aber keine Möbel hatte.

Altersarmut ist schwer zu beziffern, aber rund 550 000 Menschen in Deutschland erhalten vom Staat „Grundsicherung im Alter“, weil ihre Rente nicht den Lebensunterhalt deckt. „Die meisten haben gearbeitet, ein Leben lang. Wie kann es sein, dass sie sich jetzt das Nötigste vom Mund absparen müssen?“, sagt Lydia Staltner, 60, die 2003 den Verein LichtBlick Seniorenhilfe gründete. Auch durch die Grundrente, die es ab 2021 geben soll, würde die Lage nicht viel besser, redet sich die Werbe-

Das kann ich tun...

Spenden

Mit 35 Euro monatlich können Sie Menschen, die im Alter bedürftig geworden sind, dauerhaft unterstützen:

LichtBlick Seniorenhilfe e.V.

Spendenkonto: Sparda-Bank, IBAN: DE30 7009 0500 0004 9010 10, Stichwort: chrismon. Rückfragen unter: Tel.: 089/67971010

> seniorenhilfe-lichtblick.de



Ingrid Feuchtnert (rechts) mit einer Mitarbeiterin im LichtBlick-Büro

„Die meisten haben ein Leben lang gearbeitet. Wie kann es sein, dass sie sich jetzt das Nötigste vom Mund absparen müssen?“

“

Lydia Staltner

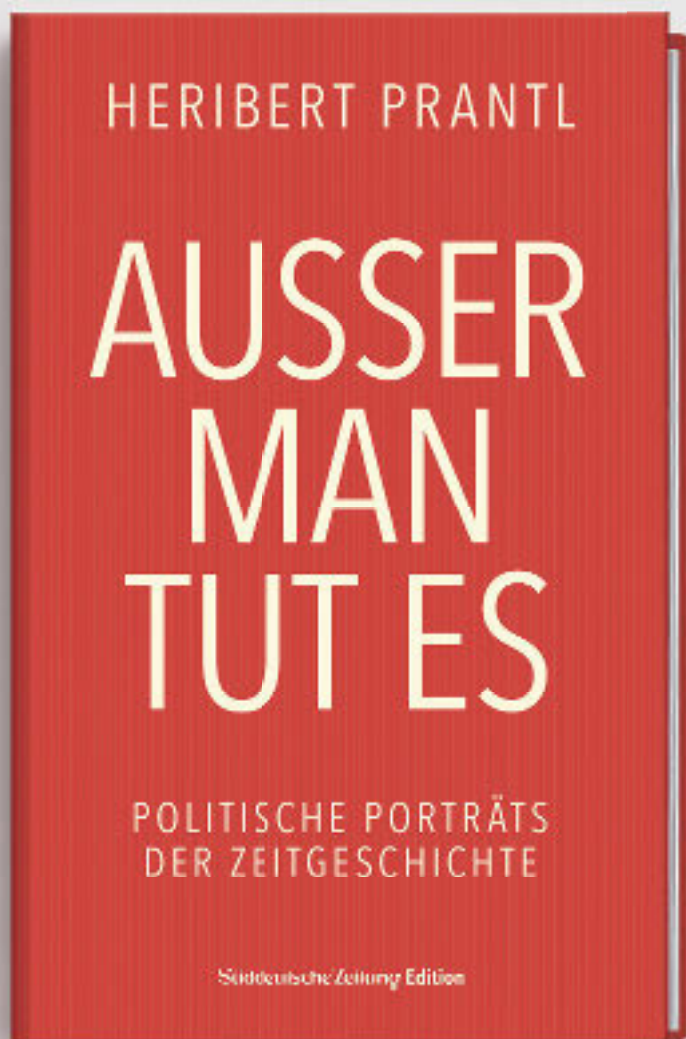
kauffrau in Rage, zumindest nicht in teuren Großstädten wie München. LichtBlick unterstützt Menschen wie Ingrid Feuchtnert in Notlagen. Mit einer neuen Waschmaschine, einer Brille, mit gemeinsamen Ausflügen oder Konzertbesuchen oder monatlich 35 Euro. „Es geht um Würde“, sagt Staltner. Sie hat erst nach und nach begriffen, was Armut bedeutet. „Ganz am Anfang hat mir ein Schuhfabrikant 300 Paar Schuhe geschickt. Viele bedürftige Senioren wollten sich eines abholen. Aber am vereinbarten Tag – es war sehr regnerisch – sagte einer nach dem anderen ab. Erst am nächsten Vormittag kamen sie doch, und mir wurde der Grund klar: Ihre Schuhe waren allesamt kaputt – sie konnten nur bei trockenem Wetter auf die Straße gehen.“

Den Verein LichtBlick erreichen täglich fünf bis zehn Hilfsanträge. Tendenz steigend. Die Mitarbeiter in den drei Büros in München, Münster und Deggendorf prüfen Renten-, Grundsicherungs- oder Steuerbescheide. In den vergangenen drei Jahren unterstützte der Verein, sagt Lydia Staltner, rund 18 000 Rentner aus ganz Deutschland. Auch Ingrid Feuchtnert. Sie erhielt nach ihrem Umzug Geld für eine Couch und einen Schrank. „Mit den Kleinen auf dem Sofa liegen und Bilderbücher angucken“, sagt sie, „so schön, das zu erleben.“

❖ Hanna Lucassen

FOTO: ANNA AICHER

Politische Porträts der Zeitgeschichte.



Wer war der Richter, der im Gerichtssaal die Krawatte des Anwalts zerschnitt und zu den Akten nahm?
Welcher Politiker ist ein Schüler von Jesus Christus und Karl Marx? Und welche Feministin verbündete sich mit den Männern, weil die ihr dabei helfen sollten, „die Scheiße des Patriarchats“ wegzuräumen?

Das neue Buch von Heribert Prantl ist eine Sammlung von Porträts bekannter und unbekannter Zeitgenossen. Er geht dabei der Frage nach, wer eigentlich ein Vorbild ist. Ein Vorbild muss nicht perfekt sein, meint Prantl.

Außer man tut es
Politische Porträts
der Zeitgeschichte
Heribert Prantl

ISBN: 978-3-86497-521-9
352 Seiten | **24,90 €**

**Für SZ-Abonnenten
nur 21 €**



Foto: © Stefanie Preuin

Heribert Prantl
ist Autor und Kolumnist
der Süddeutschen Zeitung,
Dr. jur., gelernter Richter
und Staatsanwalt, war
Mitglied der Chefredaktion
der SZ und 25 Jahre lang
Leiter der innenpolitischen
Redaktion.

Weitere Buchtitel von Heribert Prantl
im Buchhandel oder unter sz-shop.de/prantl



Überall im Buchhandel
oder bestellen unter
sz-shop.de/prantl
089 / 2183 – 1810

Seien Sie anspruchsvoll.

Süddeutsche Zeitung

Bewegung hilft dem Kopf

Wer am Schreibtisch sitzen bleibt,
blockiert Kreativität

Bis in die Nacht saß ich an meinem Schreibtisch“, erzählte mir neulich Tom, ein versierter Essayist. „Ich sollte das Vorwort zu einer Gedichtsammlung eines guten Freundes schreiben. Ich hatte zwar eine Idee, aber der Einstieg in den Text wollte mir einfach nicht gelingen. Mein Hirn war völlig blockiert. Nach circa dreißig Versuchen gab ich auf.“ Das kam mir bekannt vor. Man hat eine Idee, ist hellwach, fühlt sich ganz gut. Man knipst das Notebook an . . . und die Gedanken flattern einem ohne Ziel durch den Kopf. Und jeder Versuch scheitert, aus den Stichworten auf dem Papier neben der Tastatur die ersten Zeilen zu formulieren.

Tom ging zu Bett, blieb aber bis in den Morgen schlaflos. Dann rief er den Lektor des Buches an und teilte ihm mit, dass er das Vorwort nicht schreiben könne. „Ich kenne diesen Menschen schon eine halbe Ewigkeit. So konnte ich ihm kurz und schmerzvoll von meiner Hirnblockade berichten.“ Aus dem Hörer klangen aufmunternde Worte, zuletzt die Aufforderung: „Bewege dich! Das fördert die Kreativität. Egal, ob Wandern, Joggen oder Radfahren – wenn der Puls ein wenig ansteigt, purzeln einem die Ideen ins Gehirn.“

Tom mochte es zunächst nicht glauben. Beim Surfen durchs Inter-



„
Wenn der
Puls
ansteigt,
purzeln
einem Ideen
ins Gehirn
“

net begegneten ihm jedoch zahlreiche Hinweise, die den Rat des Lektors bestätigten. Outdoor, Herr Autor! Geh, Sünder! Es ist gesünder! Tom machte sich auf den Weg. „Eine Stunde war ich bei miserablen Wetter unterwegs – ohne Regenschirm oder Anorak. Patschnass war ich.“ Für Gedanken zum Text war kein Platz im Hirn.

Nachdem er die Klamotten gewechselt hatte, begab sich der Autor an seinen Schreibtisch. „Schon während ich das Textprogramm hochfuhr, rasselten zwei wunderbare Eingangssätze durch meinen Kopf.“ Innerhalb einer Stunde hatte er das Vorwort geschrieben und mit herzlichem Dank für seinen Rat an den Lektor gemailt.

Bewegung stärkt die Kreativität. Diese Parole bewegte meine Gedanken, auch als sich Tom längst verabschiedet hatte. Meine literarischen Lieblinge kamen mir in den Sinn, allen voran Eichendorffs Novelle „Aus dem Leben eines Taugenichts“. Der junge Kerl wird von seinem Vater losgeschickt, damit er endlich etwas für Leben und Beruf lernt. Und als er unterwegs ist, erfasst ihn Reiselust. Sein Leben lang wird er unterwegs bleiben.

Mir fiel Johann Wolfgang von Goethe ein. Der löste eine große Lebenskrise, indem er nach Italien aufbrach. Die zweijährige Tour bezeichnete er als eine „Wiedergeburt“, die es ihm ermöglichte, einige seiner bedeutenden Werke zu vollenden. Ludwig van Beethoven, Mark Twain, Theodor Fontane reisten nicht nur nach Wien, den Rhein entlang oder wanderten durch die Mark Brandenburg. Sie folgten pausenlos ihrer Neugier, ließen sich vielleicht körperlich irgendwo nieder, nie aber in Geist und Seele. Nun machten sie alle Station bei mir.

Bewegung macht Ideen mobil! Bevor ich meinen nächsten Text anfange, muss ich nun dringend aus dem Haus. Gut, dass ich meine angejahrten Wanderschuhe wiedergefunden habe.

„Im Himmel sind die Allerletzten!“
Das Kolumnenbuch von Arnd Brummer.
Bei der edition chrismon erhältlich:
über die Hotline 0341 / 7114148 oder
unter > chrismonshop.de

Impressum

chrismon, das evangelische Magazin, erscheint monatlich als Beilage in „Altmark Zeitung“, „Die Welt“, „Die Zeit“, „Dresdner Neueste Nachrichten“, „Frankfurter Allgemeine Zeitung“ (Hessen, Rheinland-Pfalz, Nordrhein-Westfalen), „Hannoversche Allgemeine Zeitung“, „Kölner Stadt-Anzeiger/Kölnische Rundschau“, „Kreiszeitung“ (Syke), „Leipziger Volkszeitung“, „Märkische Allgemeine Zeitung“ (Potsdam und Brandenburg), „Neue Presse“ (Hannover), „Rheinische Post“, „Süddeutsche Zeitung“, „Welt am Sonntag“ und „Westfälischer Anzeiger“ (Hamm).

Herausgeber:
Dr. Heinrich Bedford-Strohm,
Annette Kurschus,
Dr. Irmgard Schwaetzer

Geschäftsführender
Herausgeber: Arnd Brummer

Kontakt:
Postfach 50 05 50,
60394 Frankfurt am Main,
Telefon 069/580 98 - 0,
Fax 069/580 98 - 286,
E-Mail: kontakt@chrismon.de
leserservice@chrismon.de,
Telefon: 0800/758 753 7

Redaktionsleitung:
Ursula Ott (Chefredakteurin),
Anne Buhrfeind (stellvertretende
Chefredakteurin und Textchefin)

Art-Direktor: Dirk Artes

Chef vom Dienst:
Andreas Fritzsche

Redaktion: Mareike Fallet
(stellv. Textchefin),
Claudius Grigat, Michael Güthlein,
Dorothea Heintze, Christine Holch
(Chefredakteurin), Nils Huisman,
Claudia Keller (chrismon plus),
Burkhard Weitz (chrismon plus)

Ständige Autoren: Franz Alt,
Susanne Breit-Keller, Johann
Hinrich Claussen, Rainer Moritz,
Dirk von Nayhaub

Grafik: Elisabeth Fernges,
Lena Gerlach, Kerstin Ruhl

Produktion: Sabine Wendt

Bildredaktion: Michael Apel,
Dorothee Hörstgen,
Caterina Pohl-Heuser

Dokumentation:
Reinhold Schardt (Leitung),
Dr. Andrea Wicke

Verlag:
Gemeinschaftswerk der Evangelischen
Publizistik gGmbH (GEP),
Adresse wie Redaktion,
E-Mail: kontakt@chrismon.de
Anfragen zum Nachdruck an:
lizenzen@chrismon.de

Besucheradresse:
Emil-von-Behring-Straße 3,
60439 Frankfurt am Main
(Sitz der Gesellschaft: Frankfurt
am Main, HRB-Nr. 49081,
USt-IdNr. DE114235916)

Geschäftsführer:
Direktor Jörg Bollmann
Verlagsleitung: Bert Wegener

Anzeigen:
m-public Medien Services GmbH,
Zimmerstraße 90, 10117 Berlin.
Internet: www.m-public.de,
Anzeigenleitung: Yvonne Christoph,
Telefon 030/32 53 21-433,
Fax 030/32 53 21-444,
E-Mail: anzeigen@chrismon.de

Informationen zu chrismon plus
im Abonnement unter
0800/7587537 (kostenlos),
Jahresabonnementspreis inklusive
Inlandsporto: 58,20 €

Druck: PRINOVIS Ahrensburg
GmbH & Co. KG, Alter Postweg 6,
22926 Ahrensburg



ILLUSTRATION: ANJA STIEHLER

Gegen den Hass!



Wahrheit zu zweit

„**Riskiere den Streit!**“
in chrismon 3/2020

Als Familientherapeutin las ich mit besonderem Interesse das Interview mit dem von mir sehr geschätzten Friedemann Schulz von Thun. Aber der Satz „Die Wahrheit beginnt zu zweit“ stammt von Michael Lukas Moeller, dessen grundlegendes Buch über Zwiegespräche, das 1988 erschienen ist, diesen Titel trägt.

Angela Schreiner, Baldham

Anmerkung der Redaktion: Das Zitat stammt ursprünglich von Friedrich Nietzsche: „... aber mit zweien beginnt die Wahrheit“. Moeller machte es zu einem Buchtitel, Schulz von Thun griff es auf im „Inneren Team“. Heute ist es ein geflügeltes Wort in der Mediation.

Kein Elterntaxi

„**Die Bessermacher**“ Willi Weitzel besucht umweltbewusste Familien

Die Kinder mussten früher immer im Fahrradanhänger oder auf dem Fahrradkindersitz mitgenommen werden, das ging problemlos, aber seit sie in der Grundschulzeit dann so selbstständig wurden, dass sie überall alleine hinfahren konnten, innerhalb der Stadt, haben wir als Eltern gar keine

„
Vielleicht ist das ein Weg, das Unverständnis und den allerorts grassierenden Hass einzudämmen“

Gudrun Rosenkranz
über „Kirche in Neubaugebieten“
chrismon 3/2020

Schreiben Sie uns:
chrismon,
Leserpost,
Postfach 50 05 50,
60394 Frankfurt
am Main

E-Mail: leserpost@chrismon.de

Lesertelefon:
069/580 98-83 06

Facebook:
[chrismon.evangelisch](https://www.facebook.com/chrismon.evangelisch)

Twitter:
[@chrismon_de](https://twitter.com/chrismon_de)

Instagram:
[@chrismon_de](https://www.instagram.com/chrismon_de)

Taxipflichten mehr, im Gegensatz zu sehr vielen unserer „Elternkollegen“ rundum. Auch nachts lassen wir unsere Kinder, 14, 16 und 18, innerhalb der Stadt alleine mit dem Rad fahren (ist auch bislang nie was passiert) und wenn sie außerhalb sind, müssen sie halt dort übernachten, wo die Party ist, oder sich eine Mitfahrgelegenheit organisieren. Ilse Mörchen, Buxtehude

Die Zeit wird kommen, wo die einflussreichen, mächtigen Reichen weiterhin das Auto fahren, in fremde Länder reisen und fliegen, während die misera plebs (Horaz) = Otto Normalverbraucher auf Bezugsschein alle fünf Jahre mit dem Fahrrad (so lang er das körperlich kann) in den Westerwald fahren darf.

Dr. Wolfgang Mieke, Bergisch-Gladbach



Nicht unfehlbar

„**Wie viel Politik verträgt der Glaube?**“
in chrismon 3/2020

Glaube, Wissen, Religion, Politik und Staat gehören zusammen, sie bilden in ihrer entwickelten Form eine untrennbare, auf das Ganze gerichtete und aus dem Ganzen hervorgehende Einheit. In Detailfragen und unter der Bedingung unserer praktischen Endlichkeit sind die alltäglichen Dinge diskutabel – weshalb „Kom-

munikation“ eine zentrale anthropologische Kategorie ist.

Friedhelm Buchenhorst, Grafing

Sie schreiben: „Da die evangelische Kirche kein oberstes Lehramt kennt...“ Ich nehme an, dass diese Bemerkung auf die katholische Kirche und das Unfehlbarkeitsdogma zielt. Ich gestatte mir, darauf hinzuweisen, dass das Dogma vom 18.7.1870 den Unfehlbarkeitsanspruch deutlich eingrenzt: Der Anspruch gilt nur, wenn der Papst ex cathedra spricht (mit höchster Lehrgewalt) und de fide vel moribus (in Glaubens- und Sittenfragen). Davon haben die Päpste bis heute nur einmal Gebrauch gemacht: Pius XII. 1950 über die leibliche Aufnahme Mariens in den Himmel. Die Enzykliken der Päpste sind Sendschreiben mit Meinungsäußerungen der Päpste, haben jedoch keinen Unfehlbarkeitsanspruch.

Paul Schrömbges, Willich

Danke!

chrismon allgemein

Jetzt muss ich mich endlich einmal, nach vielen Jahren, für chrismon bedanken. Meine Frau und ich, wir lesen jedes Heft wirklich von vorn bis hinten. Vieles wird dann in Diskussionen zwischen uns weiterentwickelt. Uns gefällt die Gestaltung des Heftes, die Themenauswahl und die sorgfältige, ausgewogene journalistische Arbeit. Hut ab!

Bernhard und Barbara Siegel, Singen

Leserbriefe sind keine Meinungsäußerungen der Redaktion. Wir behalten uns vor, Zuschriften zu kürzen und sie ganz oder teilweise im Internet zu veröffentlichen. Bitte geben Sie Ihren Namen und Ihre vollständige Adresse an.

Quizauflösung

- 1 Wer bittet: „Bleibe bei uns“? **Richtig: Die Emmausjünger (Lk 24)**
- 2 Wer legt seine Finger in die Wunden? **Richtig: Thomas (Joh 20)**
- 3 Was essen Jünger und Auferstandener? **Richtig: Fisch und Brot (Joh 21)**



Erläuterungen zu den richtigen und zu den falschen Antworten finden Sie auf unserer Website unter
> chrismon.de/quiz



Jimin Oh-Havenith, 59:
„Und immer diese Stimme: ‚Zu alt, zu spät!‘ Ich hab ihr nicht nachgegeben“

Jetzt ist das Klavier dran, endlich!

Sie war ein Wunderkind am Piano. Dann kam alles anders. Aber nun gibt sie wieder Konzerte

Ich hatte lange keine Erinnerung an meine Kindheit in Korea. Meine Eltern waren beide traumatisiert von dem grausamen Bürgerkrieg, er hatte sie zu Waisen gemacht. Meine Mutter züchtigte mich, für nichts. Ich spielte Klavier, um zu überleben. Gott sei Dank musste ich von Natur aus nicht viel üben. In Deutschland hätte ich wohl als Wunderkind gegolten. Ich habe viel unterdrückt in mir. Das äußerte sich in Krankheiten wie Neurodermitis, jahrzehntelang hatte ich das, die ganze Haut war auf, ich konnte nicht schlafen.

Als ich mit 18 Klavier studierte, gab ein toller deutscher Pianist am Goethe-Institut in Seoul Kurse. Er sah mich spielen und sagte sich: Das ist meine Frau. Er war verliebt in mein Spiel. Er war 13 Jahre älter. Schon als ich klein war, hatten mir alle immer gesagt: Jimin, so wie du bist, kriegst du keinen Mann, du denkst zu viel, das mögen Männer nicht. Da kam mir der Pianist irgendwie richtig vor.

1980 zog ich nach Deutschland. Die Hochschule Köln nahm mich nach drei Minuten Vorspiel auf. Oh, dachte ich, mein Leben wird gut, in ein paar Jahren mache ich Weltkarriere. Nee! Als ich 21 war, kam meine Tochter zur

”
Die Kondition war nicht mehr da. Nur meine Finger waren so schnell wie immer
“

Welt. Ich studierte noch, musste aber auch Geld verdienen, denn mein Mann bekam auf einmal weniger Konzerte. Damit er in Ruhe üben konnte, kümmerte ich mich um alles. Ich tat, was meine Mutter mir eingedrillt hatte: Schnauze halten, lieb sein, die eigene Not verstecken. Dass ich depressiv war, wusste ich damals nicht. Mein Mann starb 1993 an Krebs, mit 45. Ich war 32, unsere Tochter zehn. Wir hatten Schulden bis sonst wohin.

Ich gab Musikstudenten Unterricht. Mein jetziger Mann war einer von ihnen. Mit 37 wurde ich wieder schwanger. Wo ich eigentlich dachte, jetzt ist Klavier dran! Aber ich wollte das Kind, ich musste das hinkriegen. Oft fragte ich mich: Wenn ich auf dem Sterbebett liege, was möchte ich? Die Antwort war immer gleich: Ich möchte, dass meine Kinder sagen, meine Mutter war ganz okay. Wenn sie das nicht sagen, habe ich falsch gelebt. Es muss doch einen Weg geben, dass man gesund und sozial integriert ist und gleichzeitig sein Ding macht, auch Kunst! Dann beschloss mein Mann, noch mal zu studieren: Medizin. Wieder trug ich die Verantwortung für die Familie fast allein.

Erst mit 49, als mein Sohn groß genug war, fing ich wieder an zu spielen. Ich merkte: Wenn ich das nicht mache, werde ich nie zu meinem inneren Frieden kommen. Es ging mir nicht darum, „was zu erreichen“. In meinem Alter, niemand kennt mich – da bin ich nicht vermarktbare.

Ich spielte eine Stunde und war fix und fertig. Die Kondition war nicht mehr da, schon gar nicht für ein ganzes Konzert. Man braucht sehr viel Kraft – körperlich, seelisch, geistig. Nur meine Finger waren so schnell wie immer. Aber ich hatte kein großes Solorepertoire, da ich als junge Frau vorwiegend als Klavierduo mit meinem Mann aufgetreten war. Sich die großen Stücke zu erarbeiten, braucht viel Zeit. Ich fühlte, dass es zehn Jahre dauern wird, bis ich so weit bin. Und immer diese Stimme: zu alt, zu spät!

Ich habe der Stimme nicht nachgegeben. Ich ging Schritt für Schritt, wie ein Kleinkind. Dann lud ich Freunde ein zu Hauskonzerten. Natürlich wäre ich fast gestorben, ich hatte ja keinerlei Selbstvertrauen mehr. Aber es ging gut. Und ich kümmerte mich um meine Psyche – was als Kind geschehen war. Es war harte Arbeit, diesen Knoten zu entwirren.

Als ich schon vier Jahre übte, lud ich auch mal meinen Steuerberater zu einem Konzert ein, ein großer Musikfreund. Hinterher sagte er: Wie wär's mit einer CD? Er wollte meine CD finanzieren. Die meisten Pianisten müssen heute für ihre CDs zahlen – und ich hatte einen Sponsor! Mittlerweile habe ich fünf CDs aufgenommen.

Jetzt bin ich so weit, zehn Jahre später. Ich plane nicht, aber ich bin bereit und arbeite. Wenn eine Hotelbesitzerin sagt, schreib mal an unsere Kurverwaltung, die veranstalten ein Festival, das mache ich. Aber wenn eine große Agentur aus den USA mich dort gegen Vorausbezahlung vermarkten will, das nicht.

Heute ist meinem Mann klar, was ich für die Familie getan habe und was das für mich bedeutet hat. Er liebt meine Musik, er unterstützt mich, er ist für mich da. Ich war immer irgendwo. Jetzt bin ich bei mir zu Hause.

✦ Protokoll: Christine Holch



Ratgeber und Orientierungs- hilfen

**Wir sind bestens
beraten!**

Vertrauen Sie auf unsere
Experten-Ratgeber
zum Thema
Steuererklärung für Rentner,
Vorsorge, Pflege, Erbe
und Wohnen im Alter



Jetzt informieren unter
steuertipps.de/ratgeberhilfen



HAWESKO

Hanseatisches Wein und Sekt Kontor

100% Primitivo – 100% Italien

SIE SPAREN
51%



10 Flaschen + 2 Weingläser
statt € ~~102,28~~ nur € **49⁹⁰**

VERSANDKOSTENFREIE LIEFERUNG

Jetzt bestellen:

hawesko.de/chrismon

Zusammen mit 10 Fl. im Vorteilspaket erhalten Sie 2 Gläser von Schott Zwiesel im Wert von € 14,90. Telefonische Bestellung unter 04122 50 44 55 mit Angabe der **Vorteilsnummer 1082946**.

Versandkostenfrei innerhalb Deutschlands. Max. 3 Pakete pro Kunde und nur solange der Vorrat reicht. Es handelt sich um Flaschen von 0,75 Liter Inhalt. Alkoholische Getränke werden nur an Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr geliefert. Informationen zu Lieferbedingungen und Datenschutz finden Sie unter www.hawesko.de/datenschutz. Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Gerd Stemmann, Alex Kim, Anschrift: Friesenweg 4, 22763 Hamburg, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, USt-Identifikationsnr: DE 25 00 25 694.