BENE 19

DAS MAGAZIN DES BISTUMS ESSEN FEBRUAR/MÄRZ 2017

LASS UNS NEU ANFANGEN!

VON SEHNSÜCHTEN, WÜNSCHEN, NEUSTARTS – UND WIE SIE SICH ERFÜLLEN

SACH WAT! WAS WIR GEGEN HASSPAROLEN TUN KÖNNEN

INTERVIEW: WOLFGANG BOSBACH ÜBER SEIN LEBEN NACH DER POLITIK

+ OPERNBESUCH UND WORKSHOP FÜR EINE SCHULKLASSE ZU GEWINNEN +

EDITORIAL: MEHR PERSÖNLICHES

Liebe Leserin, lieber Leser,

vor einigen Tagen wurde ich zufällig Zeugin eines Gesprächs zweier Verkäuferinnen, die sich über die Wertigkeit von Handy-Nachrichten und sozialen Netzwerken unterhielten. Die eine der beiden erinnerte sich an ihren persönlichen Jahreswechsel und kommentierte ihn ungefähr so: „Ich habe am Neujahrstag 140 „WhatsApps“ bekommen. Da war mindestens zehn Mal dasselbe Video dabei. Mein ganzer Tag war futsch, weil ich ständig geguckt habe.“

Ja, wie schnell doch so ein Tag vergeht! Und wie bitter, dann auch noch feststellen zu müssen, dass einem mitnichten 140 Freunde das Beste für 2017 wünschen, sondern dass man lediglich eine von vielen in irgendeinem Handy-Adressbuch war. Neujahrsgrüße mit persönlichen Botschaften? Fehlanzeige. Viel zu anstrengend. Copy and paste (engl.: kopieren und einfügen), das muss 2017 reichen!

Nein, das reicht nicht! Nichts gegen Grußbotschaften, Lebensweisheiten, lustige oder nachdenklich stimmende Videos, die durch die Netze gejagt werden. Das machen wir alle, ob Privatpersonen oder Zeitschriften oder Unternehmen – weil wir uns ja ein Profil schaffen wollen. Aber wie wunderbar ist es, wenn uns jemand, auch wenn wir ihn irgendwie auf dem (Facebook-) Schirm haben, dann ganz wahrhaftig mal direkt schreibt oder noch besser: anruft und trifft! Jedes einzelne persönliche Wort wiegt doch die millionenfach geteilten Botschaften auf. „Danke“ sagen, zum Beispiel, ist überraschend schön – für den Empfänger aber auch für den, der es tut. Um „Verzeihung“ bitten ermutigt vielleicht zu einem längst überfälligen Neustart.

„Herzlich willkommen, Neuanfang“ hat Sänger Clueso getextet (siehe S. 35). Das ist, wie ich finde, eine tolle Aufforderung, unser Handeln mal zu überdenken, bezogen auf uns selbst, auf unsere Beziehungen, auf alles, was uns lieb und teuer ist. Valentinstag und Fastenzeit nahen, da kann man sich schon mal auf ein paar neue Impulse einlassen. Wir halten in diesem Heft zahlreiche Anregungen zur Neuorientierung bereit und hoffen, dass das ein oder andere davon Sie weiter gut durchs noch junge Jahr trägt.

Und auch wenn wir uns vielleicht persönlich nicht kennen, wünsche ich Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, nun vor allem eins: viele persönliche Botschaften in 2017! Bleiben Sie uns gewogen!

Ihre Jutta Laege

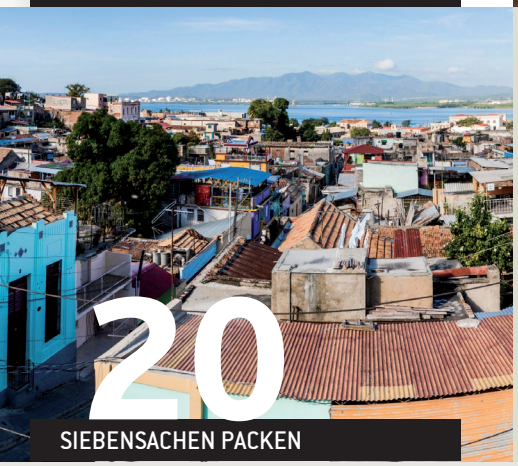
Redaktionsleiterin

8

ALLES AUF NULL: HEILFASTEN

10

EINE FLUCHT INS CHRISTENTUM



20

SIEBENSACHEN PACKEN

30

WAS TUN GEGEN HASSPAROLEN?

BE.on

Wenn Sie dieses Zeichen unter einem Artikel oder Foto in BENE sehen, gibt es online noch mehr Inhalte und Interaktives zum Thema. Geben Sie die jeweils neben dem Button stehende Adresse im Internet ein und lassen sich überraschen! Oder besuchen Sie uns direkt unter: **www.bene-magazin.de**
Wir sind auch bei facebook: **www.facebook.com/magazin.bene**

Unser BENE-Telefon ist für Sie immer dienstags von 10 bis 11 Uhr freigeschaltet: 0201/2204 633. Sollten wir einmal nicht da sein, sind wir wahrscheinlich für BENE im Einsatz. Dann hinterlassen Sie uns doch bitte eine Nachricht!

BEnissimo...

... sind unsere BENE-Experten: Achtsamkeitstrainerin Angela Homfeldt, Kräuter-Expertin Stefanie Horn und Garten-Fachmann Christof Rumbaum. Ihre regelmäßigen Videotipps gibt es unter: www.bene-magazin.de

ÜBERTAGE 4
Neue Wege: Jeden Tag ein neuer Impuls

QUERBEET 6
FLIZmobil in St. Gertrud in Essen,
höchstes Kreuz in Plettenberg,
Interview mit Moderatorin Bärbel Schäfer

LEBENSART 8
Heilfasten: Alles auf Null setzen – so geht‘s

BEGEGNUNG 10
Das neue Leben eines Iraners unter Christen in Bochum

BESUCH BEI ... 12
... Familientherapeutin Rita Cammann-Karpa bei der Caritas: Wie gelingt ein Neuanfang?

GLAUBENSSATZ 14
Von Abschied und Neufang: Interview mit dem CDU-Abgeordneten Wolfgang Bosbach

BENEFIT 18
Aktion 100.000: So hilft Hattingen Haiti

ALPHABET 19
Das BENE-Quiz zum Tag der Muttersprache

SIEBENSACHEN 20
7777, 777, 77 und 7 km von Essen nach ...
7 Gründe, St. Barbara Mülheim zu besuchen
7 Super-Krimis aus dem Ruhrpott

BESTIMMUNG 24
Schwester Birgit: Im Einsatz für indigene Völker

LIEBER GOTT 25
... ich hab‘ da mal ‘ne Frage, Kolumne

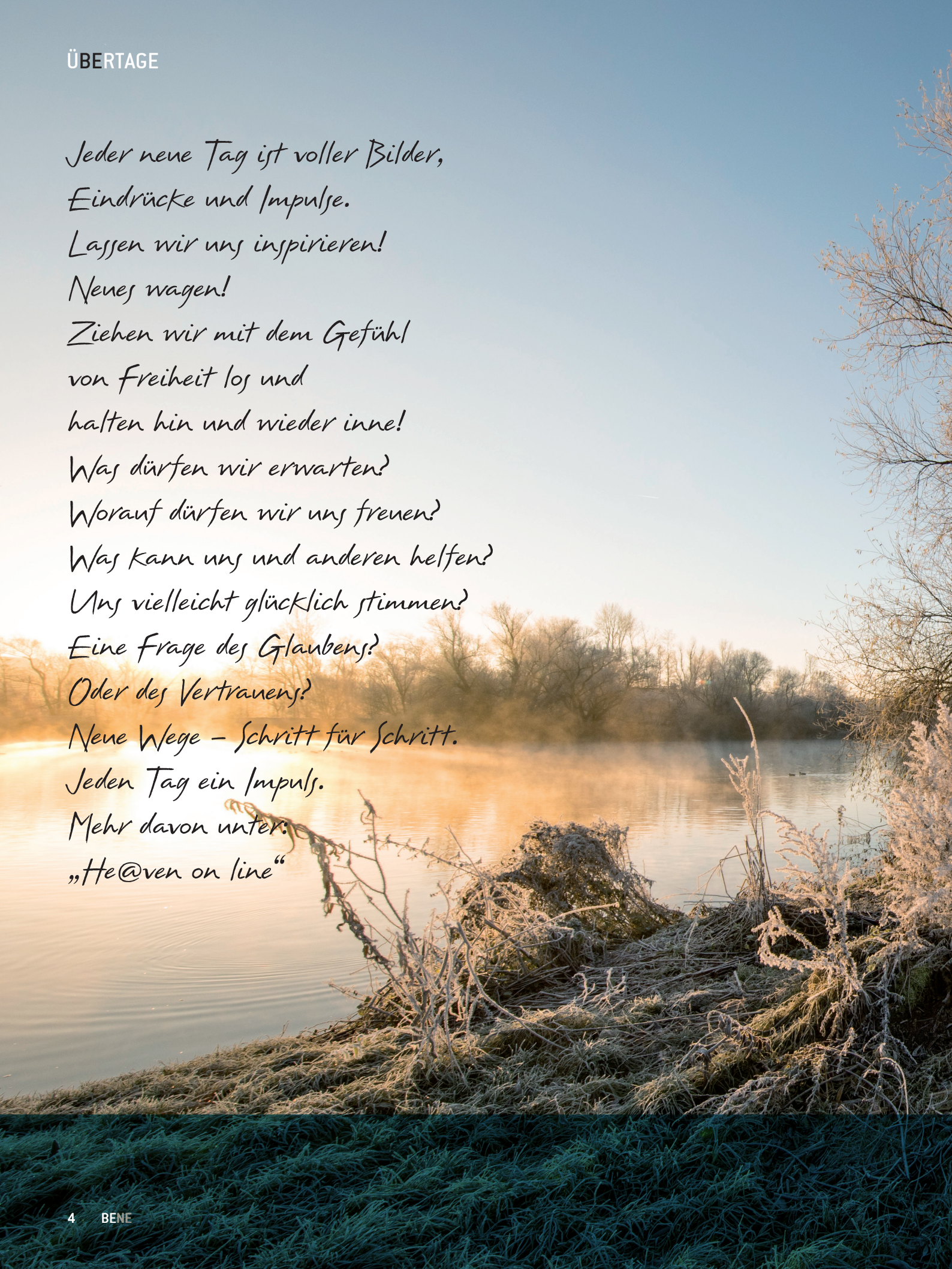
JUBEL & TRUBEL 26
Exklusiv für eine Schulkasse: Kinderoper mit Workshop und Besichtigung in Duisburg
Super-Preis: Die Ruhrtop-Card für eine Familie

BETRIFFT ... 28
BENE im Netz: Unser neuer Online-Auftritt
Neuer BENE-Bello, BENE-Frühchen Diego,
Kommunionkind Nick fragt

BESSERWISSER 30
Gegen Hassparolen: Kontern mit Herz und Verstand

BESTNOTEN 32
Haushaltstrainerinnen, Kino-Premieren & Buchtipps

BE PLUS / GEBET 34
Termine, Vorschau, Impressum



Jeder neue Tag ist voller Bilder,
Eindrücke und Impulse.
Lassen wir uns inspirieren!
Neues wagen!
Ziehen wir mit dem Gefühl
von Freiheit los und
halten hin und wieder inne!
Was dürfen wir erwarten?
Worauf dürfen wir uns freuen?
Was kann uns und anderen helfen?
Uns vielleicht glücklich stimmen?
Eine Frage des Glaubens?
Oder des Vertrauens?
Neue Wege – Schritt für Schritt.
Jeden Tag ein Impuls.
Mehr davon unter:
„He@ven on line“

Täglicher Impulsgeber für junge Menschen:
Ab Aschermittwoch gibt es über das Internetportal „www.heaven-on-line.de“ jeden Tag einen Impuls für die Fastenzeit.

Jetzt schon anmelden und kostenlos teilhaben!

Vielen Dank für den Kindertisch, FLIZmobil!

Originell und gesund: Der Gemüselolli (Foto oben). Schirmherr Nelson Müller (r.) mit einem der freiwilligen Helfer (Foto unten)

Ein gesundes, ausgewogenes Mittagessen, interkultureller Austausch, ein bisschen Entspannung, aber auch Spiel, Spaß und Bewegung: Dafür steht das FLIZmobil (Familien leben im Zentrum). Seit fünf Jahren gibt es die Initative für Kinder und Familien in der St. Gertrud-Gemeinde in Essen. Jetzt wurde Geburtstag gefeiert – mit Gemüselollies, großzügiger Spende und prominentem Besuch.

Dienstags, mittwochs und auch an Feiertagen kommen Kinder und Eltern zum Kinder- und Familientisch des FLIZmobils. Und das nicht nur, um zu essen. „Wir kochen vorweg alle zusammen“, erzählt Silke Michl, Koordinatorin der Initiative. Ziel des Mittagstisches ist es, den Familien ausgewogene Ernährung näher zu bringen. Aber hier haben Eltern auch Zeit, einfach mal abzuschalten, während die Kinder spielen können und betreut werden. Die Lebensmittel spendet die Essener Tafel, die auch einen Standort in der Gemeinde hat. Aus allem etwas Gesundes kochen können, das möchten die Organisatoren der Initiative den Familien vermitteln.

Das FLIZmobil entstand aus einer Idee des Sozialdienstes katholischer Frauen (SkF). Und ein prominenter Mitstreiter war auch schnell gefunden. Fernseh-Koch Nelson Müller, der in Essen lebt, ist Schirmherr des FLIZmobils, fördert die Initiative. Und er ließ es sich nicht nehmen, beim fünfjährigen Jubiläum dabei zu sein. Seine Botschaft war hier an der richtigen Adresse: „Wir müssen Wohlstand teilen, und der fängt bei der Ernährung an“, wirbt er: Wer gesund esse, könne in Schule und Ausbildung bessere Leistung bringen und auch einen guten Beruf ergreifen. Übrigens: einen Scheck über 25 000 Euro gab es als Geburtstagsgeschenk – überreicht von Martin Sutter, Geschäftsführer der A. Sutter Fair Business GmbH. I isi

BE.on So macht man Gemüselollies: bene.mg/lolli

HIMMELSSTÜRMER: UNSER HÖCHSTES KREUZ

Dieses acht Tonnen schwere und mehr als 30 000 Euro teure Stahlkreuz gilt als höchstes Kreuz im Bistum Essen. Es steht auf dem Johanniberg in Plettenberg und ist stolze 24,5 Meter hoch. Der Querbalken misst 10,5 Meter. Von der Friedhofskapelle aus führt ein Kreuzweg mit 15 Stationen durch den Wald zum Kreuz. Für Gruppen gibt es die Möglichkeit, den Kreuzweg zu gehen und anschließend zum Rasten einzukehren.

Tipp: An Karfreitag wird um 15 Uhr ein Gottesdienst am Kreuz gefeiert. Weitere Infos gibt Michael Neubauer unter der Telefonnummer: 02391/54012.

PLETTENBERG

» Willst du den Charakter eines Menschen erkennen, so gib ihm Macht. «

Abraham Lincoln (1809-1865), 16. Amerikanischer Präsident

5 FRAGEN AN: BÄRBEL SCHÄFER

MODERATORIN MACHTE SICH NACH HARTEN SCHICKSALSSCHLÄGEN AUF DIE SUCHE NACH GOTT

Bisher war Gott für Bärbel Schäfer (53) keine Option, sagt sie ganz offen. Nachdem sie innerhalb eines Jahres Bruder und Vater verlor, änderte sich das jedoch schlagartig. Die Moderatorin fiel „aus der Spur“, wie sie selbst sagt. Auf der Suche nach Halt und Trost begab sie sich auf eine Trauerreise. Im Gespräch mit BENE spricht sie über diese schwierige Zeit.

BENE: Frau Schäfer, Sie mussten gleich zwei Schicksalsschläge verkraften.
Bärbel Schäfer: Ich habe ein Jahr erlebt, das es so nicht mehr geben wird, ein Jahr des Vorhers und des Nachhers. Ich musste den plötzlichen Unfalltod meines Bruders und den langsamen Abschied von meinem Vater ertragen, der an einer Herzerkrankung starb. Ich habe mich gefragt, ob es etwas gibt, das mir Kraft geben kann. Ich wollte wissen, ob es für gläubige Menschen in so einer Situation andere Leitplanken als für ungläubige Menschen gibt.

BENE: Wie kann man sich diese Art der Trauerreise vorstellen?
Bärbel Schäfer: Ich habe Menschen aus verschiedenen Glaubensrichtungen gefragt, welche ‚Schlüssel‘ sie haben, wenn sie trauern. Wer ist ihnen dann nah, woran halten sie sich fest? Dabei habe ich festgestellt, dass Trauerrituale häufig identisch sind. Sie sind hilfreich, da sie ein Gerüst darstellen, um sich der Trauer formalisiert zu stellen. Das hilft vielen.

BENE: Konnten Sie bei Gott Trost finden?
Bärbel Schäfer: Bei mir ist der Funke, ehrlich gesagt, nicht übergesprungen. Ich hatte auf meiner Reise viele Momente, in denen ich Kraft tanken konnte, das waren zum Beispiel Momente in der Natur oder während eines intensiven Gesprächs. Aber tatsächlichen Trost dafür, dass ich keine große Schwester mehr bin, gibt es nicht. Da hilft mir auch kein Gebet. Der Mensch, der mein Lebenszeuge ist, der mein Elternhaus kennt, ist unwiederbringlich weg. Die Vorstellung, dass er auf einer Wolke sitzt

„Der Funke ist bei mir nicht übergesprungen“

und auf mich hinunterblickt, hilft mir nicht. Da ist er mir kein Partner im Alltag, da wird aus unserem Dialog ein Monolog meinerseits, und das ist nicht sehr befriedigend.

BENE: Dennoch muss das Leben irgendwie weitergehen. Was hilft Ihnen dabei?
Bärbel Schäfer: Ich glaube an das Leben in all seinen Facetten. Ich glaube an das Hier und Jetzt, und ich glaube an unsere Fähigkeit, zu lieben. Ich bin kein Mensch, der für sein Glück oder Unglück Gott verantwortlich macht. Ich habe gelernt, dass ein Verlust immer ein Verlust bleibt, doch wenn man es schafft, mit dieser Lücke umzugehen, kann sich daraus Neues entwickeln.

BENE: Sind Sie inzwischen wieder „in der Spur“?
Bärbel Schäfer: Ich weiß, dass das Leben viele Spuren hat. Man muss manchmal einfach sehr schmerzhafte Umwege fahren, um dann wieder auf den eigenen Lebensweg zurückzukommen.

Das Gespräch führte Kathrin Brüggemann

Die BENE-Zahl

Kilometer betrug laut ADAC die Gesamtlänge der Staus, die sich im Jahr 2016 allein auf der A40 zwischen Duisburg und Dortmund bildeten. Umgerechnet waren das 19.274 Staus, die die Autofahrer 9.342 Stunden Lebenszeit kosteten!

27.791 ...

ZEIT-RÄUME RUHR: ERINNERUNGEN HOCHLADEN UND TEILEN

Was sind die zentralen Erinnerungen der Menschen im Ruhrgebiet an ihre Heimat und wie haben sie sich im Laufe der Zeit verändert? „Zeit-Räume Ruhr“ heißt das neue Projekt des Instituts für soziale Bewegungen und der Stiftung Ruhr Museum im Auftrag des Regionalverbandes Ruhr (RVR) und des Landes NRW, das sich auf die Suche nach der Identität des Ruhrgebietes begibt. Auf einer zentralen Onlineplattform können bis zum 31. Dezember ganz persönliche Erinnerungsorte hochgeladen werden. Die Plattform lädt auch zur Diskussion ein und damit zur aktiven Gestaltung der Erinnerung und der Zukunft der Metropolregion Ruhr.

Infos: www.zeit-raeume.ruhr

BENE-HEILIGEN-QUIZ AUS HEFT 18: LÖSUNGEN & GEWINNER

Die richtigen Lösungen zum BENE-Heiligen-Quiz in Heft 18 lauteten: 1C; 2C; 3A; 4D; 5B; 6B; 7D; 8A; 9B; 10B. Glückwunsch an die Gewinner: Martha Brodatzki, Christoph Gerke, Karl-Heinz-Sauer, Norbert Schubinski, Karl Sellmaier.

ALLES AUF NULL

HEILFASTEN: NEUSTART FÜR KÖRPER UND SEELE

Text Kathrin Brüggemann

Tagelang auf feste Nahrung zu verzichten und ausschließlich Wasser, Tee und Brühe zu sich zu nehmen: Das klingt erstmal eher beängstigend. Doch dieser Eindruck täuscht. Denn gerade in einer Zeit des Überflusses kann es eine nahezu magische Erfahrung sein, sein Heil im Fasten zu suchen.

Das wusste bereits Hippokrates (460 bis 370 v. Chr.). In seinem Regelwerk für eine harmonische Lebensordnung hob der griechische Arzt die heilsamen Effekte des Heilfastens hervor. Hippokrates sah darin die wirkungsvollste Art, „den inneren Arzt" tätig werden zu lassen. Der Verzicht auf Nahrung helfe dabei, die dem Menschen innewohnenden Lebenskräfte zu mobilisieren und zu verbessern. „Wer stark, gesund und jung bleiben will, sei mäßig, übe den Körper, atme reine Luft und heile sein Weh eher durch Fasten als durch Medikamente", erklärte er.

Das Fasten blickt also auf eine jahrtausendealte Geschichte zurück. Es hat in nahezu allen Religionen Tradition. So beginnt für die Christen an Aschermittwoch eine 40-tägige Fastenzeit, die bis zur Osternacht anhält. Muslime üben sich während des Fastenmonats Ramadan von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang in Enthaltsamkeit. Buddhistische Mönche und Nonnen fasten täglich ab zwölf Uhr mittags, und auch im Hinduismus spielt die kontrollierte Nahrungszufuhr eine große Rolle. Das Ziel all dieser Praktiken: innere Einkehr zu finden. Denn, da sind sich Ärzte und Heilkundige von Hippokrates über Hildegard von Bingen (1098 bis 1179) bis hin zu den integrativ orientierten Medizinern von heute einig: Die heilbringende Quelle liegt im Menschen selbst.

Einer dieser integrativ orientierten Mediziner ist Professor und Klinikdirektor André-Michael Beer, der in der Naturheilkundeklinik Blankenstein (gehört zum Katholischen Klinikum Bochum) in Hattingen Patienten betreut, die unter chronischen Krankheiten leiden. Eingewiesen werden diese unter anderem mit starken Rückenschmerzen, hochentzündlichem Rheuma, Arthrose, Hautkrankheiten, Reizmagen oder -darm. Behandelt werden sie mit klassischen Naturheilverfahren wie der Phyto-, Hydro-, Bewegungs-, Ordnungs- und Ernährungstherapie. Ein Hauptbestandteil der Ernährungstherapie ist das Heilfasten. „Die häufigste Form ist das Heilfasten nach Otto Buchinger, das fünf bis sieben Tage

dauert“, so Professor Beer. Gestartet wird die Fastenkur mit einem Entlastungstag, an dem man sich mit leicht verdaulicher, vegetarischer Vollwerternährung auf das Heilfasten einstimmt. An den darauffolgenden fünf bis sieben Fastentagen nehmen die Patienten mittags und abends lediglich Gemüsebrühe und Gemüsesaft zu sich. Außerdem trinken sie pro Tag mindestens zwei bis zweieinhalb Liter Wasser oder Tee. Fastenbegleitend wird der Darm mit Einläufen und Bittersalzen gereinigt. Warme Leibwickel fördern die Durchblutung und regen den Stoffwechsel an. „Ergänzend erhalten die Patienten eine pflanzliche Therapiemaßnahme“, erklärt Diplom-Ökotrophologin Tanja Pötschke, die als Ernährungstherapeutin in der Klinik arbeitet. Nach den Fastentagen wird über zwei bis drei Tage ein sorgfältiger Aufbau mit einer leichten, ballaststoffreichen Kost durchgeführt. Dieser Aufbau ist wichtig, damit Verdauungs- und Stoffwechselfunktionen wieder aufgenommen werden können.

Während des Heilfastens heißt es: Alles auf Null! Abschalten, zur Ruhe kommen, durchatmen. Der Körper funktioniert, indem er auf seine Reserven zurückgreift. Zunächst werden die noch vorhandenen Kohlenhydrate verwertet. Danach wird Traubenzucker (Glukose) als vorrangige Energiequelle bereitgestellt. Ein weiteres Kennzeichen des Fastenstoffwechsels ist die zunehmende Umwandlung von Fettsäuren in Ketonkörper. „Das ist so, als ob man einen Resetknopf drückt“, so Ökotrophologin Tanja Pötschke. „Der Organismus muss sich nicht mehr mit unnötiger Verdauungsarbeit beschäftigen, die Schleimhäute regenerien sich, die Geschmacksknopsen auf der Zunge erholen sich. Nahrungsmittel werden intensiver wahrgenommen.“ Die Chance, seine Ernährung nach dem Fasten langfristig zu verändern und dauerhaft Gewicht zu verlieren, sei viel höher, da der Verzicht auf Genussmittel wie zum Beispiel Schokolade generell leichter falle.

Beer: „Der Körper stellt sich um, er geht in einen neuen Weg hinein, den er bisher nicht kannte. Der ganze Stoffwechsel wird neu ausgerichtet.“ Viele seiner Patienten seien nach dem Aufenthalt in der Klinik beschwerdefrei, benötigen weniger Medikamente. Die Wirkung des Heilfastens ist enorm: Die Zellneubildung wird beschleunigt. Blutdruck, Blutfettgehalt, Blutzucker und Harnsäure normalisieren sich, Herz und Kreislauf werden entlastet. Außerdem werden die Nährstoffe im Körper besser verwertet, die Leistungskraft erhöht sich. Es kommt zur Ausscheidung von Stoffwechselabfällen und Giften. „Durch das Heilfasten findet der Körper zu seiner inneren Ordnung zurück. Das ist eine Art Hausputz im körperlichen, geistigen und seelischen Bereich“, so Tanja Pötschke. Viele Patienten können nach dem Heilfasten häufig „klarer sehen“. Sie fühlen sich stärker, haben wieder mehr Kontrolle über ihr Leben.

Gemüsebrühe und Gemüsesaft: Mehr gibt es pro Mahlzeit nicht.

Der griechische Kirchenlehrer Johannes Chrysostomus (lebte um 350 bis 407) verglich diese Art des Verzichts sogar mit einer göttlichen Eingebung. „Das Fasten ist die Speise der Seele“, erkannte er. „Wie die körperliche Speise stärkt, so macht das Fasten die Seele kräftiger und verschafft ihr Flügel, hebt sie empor und lässt sie über himmlische Dinge nachdenken, indem es sie über Lüste und die Freuden des gegenwärtigen Lebens erhaben macht.“

Weitere Infos: www.naturheilkunde.klinikum-bochum.de

Nach dem Heilfasten fit und entspannt: Axel Lohmann

Axel Lohmann aus Sprockhövel

ICH FÜHLE MICH JETZT WIE BEFREIT

Sein Leben war vor allem eines: hektisch.

Als IT-Spezialist reist Axel Lohmann (64) quer durch die Nation, pendelt zwischen seinen Arbeitsorten und seiner Heimat hin und her. Er ernährt sich ungesund, lässt Mahlzeiten ausfallen. Seit Oktober ist er Rentner. „Endlich hatte ich die Chance, mir Zeit für mich selbst zu nehmen. Vorher war ich in einem Teufelskreis gefangen.“ Er lässt sich in die Klinik Blankenstein einweisen, fastet fünf Tage lang. „Es kamen in dieser Zeit eine ganze Reihe von Dingen hoch, mit denen ich mich beschäftigt habe. Beim Fasten konnte ich meine Gedanken sortieren und vom Alltag Abstand gewinnen.“ Er nahm knapp sieben Kilogramm ab, startet jetzt mit einer Ernährungsumstellung, um weitere zehn Kilogramm zu verlieren. Axel Lohmann geht es wieder besser. „Ich fühle mich jetzt wie befreit.“

Neuer Fastenkurs startet im Februar

Neues wagen und seinem Körper Gutes tun: Fastenleiterin Sabine Hafner bietet vom 7. bis 15. Februar „Fasten für Gesunde“ im Katholischen Stadthaus in Essen an. Teilnehmen dürfen Menschen, die nicht unter ärztlicher Aufsicht fasten müssen. Weitere Infos: www.kefb-bistum-essen.de oder unter der Telefonnummer: 0201/2204-250

ICH BRAUCHE EINE

BEGEGNUNG

Er hatte ein gutes Leben in seinem Heimatland, jedenfalls, wenn man es nach Status, Konstitution und Wohlstand bemisst. Davoud Behnamnejad war Fußballprofi im Iran, reiste als Auswahlspieler zu Turnieren durch Asien, besaß ein kleines Geschäft, hatte Freunde, Familie. Doch dann hatte er eine Begegnung, die alles Bisherige auf den Kopf stellte und die ihn am Ende zwang, seine Heimat zu verlassen. Der, dem er begegnete, war Jesus Christus.

Text Jutta Laege I **Fotos:** siehe S. 34

„Ich habe meine Liebe gefunden", ganz zart und andächtig sagt der 28-Jährige diesen Satz, der eine Gänsehaut verursacht. Denn was er zuvor beschrieben hat, ist so eindringlich und pur, wie man es bei Gesprächen mit anderen, hier bei uns groß gewordenen Christen, eher selten erlebt. Behnamnejad war Moslem. Nicht aus Überzeugung, sondern weil in seiner Familie alle Moslems waren. Hineingeboren eben. Jetzt ist er ein getaufter Christ.

Ein Besprechungszimmer in der Bochumer Pfarrei St. Peter und Paul: Hier und in der dazugehörigen Gemeinde Herz Jesu in Hamme kennen ihn alle. Hier ist er gelandet vor etwas mehr als anderthalb Jahren, nachdem er den Iran verlassen musste. Seine sportliche Karriere sieht man ihm an. Er ist durchtrainiert, hält sich fit, so gut es unter den momentanen Umständen geht.

„Schon im ersten Moment, als ich den Pastor traf, habe ich das Gefühl gehabt, ich bin ein Christ." Wieder so ein tonnenschwerer Satz. Der Genannte ist ein Pastor, den Behnamnejad im Iran kennenlernte. Über Freunde stieß der Ex-Fußballprofi zu einer christlichen Gruppe, begann sich mit Religionen und dem Sinn seines Lebens auseinanderzusetzen. „Ich wollte einfach wissen, was dahinter steckt", sagt er. Die Inhalte der Bibel, die Geschichte Jesu faszinieren ihn, aber noch mehr sind es die Menschen um ihn, die ihrem Christsein Taten folgen lassen. „Diese Gruppe hat Kranken, Alten und armen Familien geholfen", berichtet Behnamnejad. „Das wollte ich auch. Ich habe nur auf mein Herz gehört." Er engagiert sich im Verborgenen, besorgt Geld, stiftet Haushaltsgeräte und trifft sich mit denen, dessen Glauben er von Staats wegen nicht angehören darf. „Ja, ich hatte Angst", erinnert er sich. „Aber ich war vorsichtig – und das Gefühl, das Richtige zu tun, war entscheidend."

Während eines Trainingscamps wird in seinem Zimmer unterm Kopfkissen die Bibel entdeckt, berichtet er. Von jetzt an ist Behnamnejad nicht mehr sicher. „Ich wurde befragt und verhört von Trainern, Funktionären, Behörden, Polizei und Religionswächtern, durfte nicht mehr spielen, mich mit niemandem treffen, dann wurde meine Wohnung durchsucht. An meinem Schrank hing ein Bild von Jesus. Ich wurde inhaftiert", schildert er. Er kommt wieder frei, weiß aber, dass er nicht mehr bleiben kann.

Er verabschiedet sich von seiner Familie und flieht im Frühsommer 2015 über die türkische Grenze, kommt schließlich über Umwege nach Bochum. Warum Deutschland? Jetzt huscht einmal ein Lächeln über sein Gesicht: „Ich wurde gefragt: ‚Magst Du Germany?' Ich antwortete: ‚Ja, die haben eine gute Fußballmann-

> *„Fragen Sie sich doch mal, wer für seinen Glauben das alles auf sich nehmen würde!"*
>
> *Heike Renner, Mitbegründerin der Bochumer Flüchtlingsinitiative „Hamme hilft"*

CHANCE!

Davoud Behnamnejad musste aus dem Iran fliehen, weil er Christ werden wollte. Er hat sich in Bochum taufen lassen.

Foto oben: Probe für das Hörspiel „Karneval der Tiere", an dem der Iraner mitgewirkt hat.

Behnamnejad war Profifußballer in der iranischen Liga (2.v.l.) Er spielte für den FC Sepahan, Zob Ahan Isfahan und auch für den Iran.

Unten: Hörspielgruppe mit den Organisatoren des Ottilie-Schönewald-Weiterbildungskollegs und der Musikschule Bochum

schaft!'" An Fußballspielen ist anfangs nicht zu denken. Acht Monate lebt Behnamnejad in einer Turnhalle. Erste Anlaufstelle ist für ihn die Kirche Herz-Jesu. „Ich will getauft werden", erklärt er dem zuständigen Pastor, Thomas Quadt. Der ist überrascht über dessen Klarheit. In den Taufgesprächen geht es vor allem darum zu ergründen, warum ihn das Christentum beeindruckt und was die Geschichte Jesu bei ihm ausgelöst hat. „Dabei hat er nie ein abwertendes Wort über den Islam gesagt", betont der Pastor.

Behnamnejad gewinnt die Herzen der Gemeindemitglieder sofort. „Er ist ein ausgesprochen freundlicher, aufgeschlossener Mensch", sagt Quadt. „Er hängt uns allen sehr am Herzen", erklärt auch Heike Renner von der Flüchtlingsinitiative „Hamme hilft", die ihn bei seinem Weg durch den Behördendschungel unterstützt. Sie ist von seiner Disziplin fasziniert: „Fragen Sie sich doch mal, wer für seinen Glauben das alles auf sich nehmen würde?"

Der Geflüchtete lernt akribisch Deutsch, belegt Weiterbildungskurse, vor allem die Musik hat es ihm angetan. In der Gruppe „Padi" singt und trommelt er gemeinsam mit anderen Flüchtlingen. Er ist Akteur bei einem Hörspiel, das 2016 vom Ottilie-Schönewald-Kolleg und der Musikschule Bochum inszeniert wird. Einige Monate nach seiner Ankunft darf der gelernte Verteidiger auch wieder kicken. Beim SV Eppendorf und bei der Vereinigung der Vertragsfußballspieler e.V. (VdV) in Duisburg, wo er regelmäßig an Trainingscamps und Spielen teilnimmt. Er trainiert täglich zwei Stunden seine Fitness, hofft – mithilfe des Trainers eventuell in der vierten Liga an seine Fußballer-Laufbahn anknüpfen, endlich auch Geld verdienen zu können. Dazu bedarf es aber des wichtigen Aufenthaltstitels durch das BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge). Der fehlt immer noch und lässt Behnamnejad langsam verzweifeln: „Seit 20 Monaten warte ich schon, was muss ich noch machen? Ich lerne Deutsch, bilde mich weiter, trainiere. Ich hänge nicht rum!", beteuert er. „Ich möchte doch nur wissen, ob ich mir hier etwas aufbauen darf."

„Zurück kann er nicht", bekräftigen die Unterstützer in Bochum. Sie suchen gerade nach einem Ausbildungsplatz für ihn. Behnamnejad hat im Iran sein Abitur im Fachbereich IT und Elektronik gemacht. Er versteckt sich nicht, will weiterlernen. „Ich brauche eine Chance", fleht er. Regelmäßig hilft er in der Gemeinde mit, beim Begegnungscafé oder in der Kommunionkinder-Vorbereitung ist er gern gesehener Gesprächspartner. Kontakt zu seiner Familie habe er inzwischen regelmäßig, berichtet Heike Renner: „Er will aber nicht, dass sie weiß, was er aufgeben hat." Der Geflüchtete sucht indes weiter Halt in seinem tiefen Glauben. Trotz aller Angst und Sorgen, aller Unwägbarkeiten für die Zukunft, ist er überzeugt: „Ich bin den richtigen Weg gegangen."

Was zu Beginn eines neuen Jahres oder zu Beginn der Fastenzeit gerne als Neustart oder guter Vorsatz tituliert wird, ist in der Welt von Ehe-, Familien- und Lebensberatern ganzjährig ein wiederkehrendes Thema. Wenn Menschen fachliche oder psychologische Beratung suchen, geht es unterschwellig oder sogar offensichtlich immer um Veränderung, Chancen, Richtungswechsel. Rita Cammann-Karpa (Foto) ist seit 21 Jahren als Beraterin beim Caritasverband für die Stadt Essen tätig. Die Diplom-Pädagogin und Familientherapeutin hat uns erklärt, wie Neuorientierung entsteht und gelingen kann. Und wie wir es uns vielleicht auch selbst ein bisschen leichter machen können. Ein kleiner Leitfaden für „Neustarter".

Text Jutta Laege I **Fotos** Achim Pohl

SEHNSUCHT NACH NEUANFANG

Rita Cammann-Karpa ist Therapeutin beim Caritasverband.

WOHER KOMMT DER WUNSCH (SICH) ZU VERÄNDERN? ➔ Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, das hat schon Hermann Hesse gewusst. Es ist zutiefst menschlich, dass wir uns zuweilen nach einem Neustart sehnen. Aber es ist auch eine Illusion, eine Art kindlicher Verklärung anzunehmen, dass sich dann alles ändert. Wir nehmen uns ja selbst mit. Und oft scheitern wir an viel zu großen Vorsätzen.

GERADE ZWEI WOCHEN DURCHGEHALTEN ➔ Nicht mehr rauchen, keinen Alkohol mehr trinken, schlechte Gewohnheiten ablegen. So vieles steht auf den To-do-Listen und ist so schnell so hinfällig.

ERST MAL DAHINTER BLICKEN! ➔ Es gibt schlechte Gewohnheiten, die auch gespeicherte Lösungen sind. Deshalb sollte man sich zuerst fragen: Warum mache ich etwas? Oder: In welcher Situation mache ich etwas? Dann lässt sich Verhalten nachhaltig ändern.

BITTE POSITIV FORMULIEREN! ➔ Nicht: „Ich muss entspannter werden!" Sondern: „Ich bin entspannt." Schön in der Gegenwartsform formulieren: „Ich mache Sport", nicht „Ich werde jetzt mehr Sport treiben!"

UND WAS TUN GEGEN DEN INNEREN SCHWEINEHUND ... ? ➔ Vorsätze muss man gut vorbereiten. Sie müssen konkret sein, überschaubar und realistisch. Und wir brauchen Hilfskonstrukte: Den Sporttermin als festen Termin in den Kalender eintragen! Oder gleich etwas mit Freunden gemeinsam realisieren! Da kann einer den anderen antreiben.

DAS EWIGE MANTRA!? ➔ Schon wieder ist der Versuch gescheitert, abzunehmen. Was hilft es, wenn man sich ständig wiederholt und unter Druck setzt ...? Es geht nur in kleinen Schritten und mit Etappenzielen. Und doch funktioniert das mit dem Mantra manchmal auch: Ein von seiner Frau verlasse-

Wo stehe ich? Solche Holzfiguren werden in der systemischen Therapie eingesetzt. Unten: Wieder Ordnung schaffen, Bilanz ziehen, Pro und Contra abwägen – Aufschreiben hilft!

ner Mann setzte sich an seinen Computer und speicherte ein neues Passwort: „Ich verzeihe ihr". Es hat ihm geholfen, die Rachegefühle besser zu verarbeiten und einen Neuanfang zu wagen. Aber natürlich funktionieren solche Worte nur, wenn sie ernst gemeint sind.

BEIM NÄCHSTEN (MAL) MANN WIRD ALLES ANDERS. → Einspruch! Liebe dich selbst und es ist egal, wen du heiratest. Viele Menschen treffen in Beziehungen immer wieder auf die gleichen Typen, sehen zu wenig auf ihre eigenen Muster und Strukturen. Und wenn es Stress gibt, sehen sie die Anteile immer beim anderen. Aber: Es ist vielleicht nicht der Mann, der nicht stimmt, oder die Frau, die nicht stimmt oder der Chef, der nervt. Was sind denn die eigenen Anteile?

NOCHMAL GEMEINSAM NEU ANFANGEN? → Das sind oft lange Prozesse, in denen Therapeuten wichtige Begleiter sein können: Wie gestalten wir den Neuanfang? Wie viel Zeit haben wir? Wie reden wir? Es sollte nicht heißen: Alles wieder wie früher! Denn früher war ja nicht alles gut, sonst säße man nicht beim Therapeuten. Stattdessen: Alte Verletzungen und Fallen anerkennen und integrieren. Das ist Arbeit!

WENN NEUANFANG AUS DER NOT ENTSTEHT ... → hilft ein zuhörender Berater oder Therapeut, neu zu sortieren. Er ermuntert, kleine Experimente zu wagen und die Blickrichtung zu ändern, damit Neues gesehen und gewagt werden kann.

ES GIBT ZAUBERWÖRTER → „Trotz alledem" und „und". Sie helfen herauszukommen aus dem „Entweder ... oder". Das Wörtchen „und" offenbart Möglichkeiten. Jedes Aber hingegen ist ein Nein. Also: Ich darf traurig sein UND: Ich darf weiterleben! „Wir hatten eine große Krise UND: „Wir gehen weiter zusammen!"

DIE PRO & CONTRA-LISTE → Es hilft immer, eine Zwischenbilanz zu ziehen. Was waren/sind meine Wünsche und Ziele? Was war gut, was war nicht so gut? Und: Ehrlich mit sich sein! Sich nicht bewerten!

IN SICH HINEINHORCHEN → Anerkennen, wie man ist und dadurch seine Energie besser einteilen. Das ist es, was wir heute unter Achtsamkeit verstehen.

ANDERE MIT EINBEZIEHEN → Das hängt davon ab, wie intim die Themen sind und wie das Vertrauen ist. Manche Freundin kennt uns zu gut oder will uns nicht weh tun. Mancher wählt deshalb eher den Weg in die Beratung, um eine Außensicht und andere Fragen gestellt zu bekommen.

KANN GLAUBE DEN NEUSTART ERLEICHTERN? → Auf jeden Fall! Er gibt Geborgenheit, Gelassenheit und Entlastung, dass es jemand gut mit uns meint und wir nicht alles alleine machen müssen. Und wenn man an seine Grenzen kommt, kann er wirklich Kraft geben.

SELBST DER LÄNGSTE WEG BEGINNT MIT DEM ERSTEN SCHRITT → Die örtlichen Caritasverbände im Ruhrbistum bieten Ehe-, Familien- und Lebensberatung an.

Die Beratungsstelle in Essen ist per Mail unter efl@caritas-e.de oder telefonisch unter 0201-233888 erreichbar.

Der CDU-Bundestagsabgeordnete Wolfgang Bosbach ist einer der bekanntesten Politiker Deutschlands. Nach 23 Jahren steht er 2017 erstmals nicht mehr zur Wahl. Warum er aufhört, was er noch vorhat, was er vermissen wird und wie wichtig das „C“ für ihn ist, hat er BENE im Interview verraten. Wer den 64-Jährigen live erleben will: Am 9. Februar ist er im Essener Medienforum als Buchautor und Gesprächspartner zu Gast.

ENDSPURT. ABSCHIED.

BENE: 2017 wird für Sie ein besonderes Jahr. Welches Wort trifft es besser: Abschied oder Neuanfang?
Wolfgang Bosbach: Eindeutig „Neuanfang“! Der Abschied von der Politik bedeutet ja auch mehr Freiheit und Freizeit, und das werde ich ganz bestimmt genießen. Leider war ich in den vergangenen Jahren durch viele Termine und Verpflichtungen weitestgehend fremdbestimmt. Demnächst kann ich auch mal ausschlafen und mir sogar die luxuriöse Frage erlauben: Was soll ich heute machen? Allerdings nehme ich an, dass diese Phase nach einigen Wochen auch vorbei ist ... Dann werde ich bestimmt neue Aufgaben übernehmen. Aber kein politisches Amt, kein neues Mandat. Ich habe von der Welt noch nicht viel gesehen, was ich gerne nachholen möchte. Das gilt für eine Reise in den Oman ebenso wie für den berühmten Highway No. 1 in den USA. Es steht also noch einiges auf meiner To-do-Liste.

BENE: Was sagen denn Ihre Ärzte dazu?
Bosbach: Im Grunde seit Jahren dasselbe: „Machen Sie das, was Ihnen Freude macht, aber übertreiben Sie es nicht!“ Alles, wozu mir geraten wird, halte ich ein: Ich habe kein dramatisches Übergewicht, ich achte auf meine Ernährung, ich rauche nicht, ich treibe Sport. Nichtstun liegt mir einfach nicht. Aber von morgens bis abends darüber nachdenken, was mir in punkto Gesundheit noch alles passieren könnte? Nein danke!

Ihr jüngstes Buch, in dem der Leser von Ihren Kämpfen in der CDU bis hin zu Ihrer Krebserkrankung vieles erfährt, heißt „Endspurt“. Warum dieser Titel?
Bosbach: Weil es in die Schlussrunde meiner politischen Arbeit geht. Deshalb: Endspurt. Auch im letzten Jahr meiner parlamentarischen Arbeit werde ich mich nicht hängen lassen, sondern mit dem gleichen Tempo weiterarbeiten. Bekanntlich werden beim Endspurt noch einmal alle Kraftreserven mobilisiert, auch um den Erwartungen der Wähler gerecht zu werden, denn die haben mich nicht nur für drei Jahre gewählt, sondern für vier.

BENE: Und danach gibt’s die Memoiren ...
Bosbach (lacht): Wenn, dann keine klassischen. Allerdings sind mir bei der Erarbeitung des Buches unzählige heitere Anekdoten eingefallen, vielleicht bringe ich die einmal zu Papier. Der Politik fehlt es wirklich nicht an Ernsthaftigkeit, manchmal allerdings etwas an Heiterkeit. Anders als in Bonn macht man sich in Berlin als chronisch fröhlicher Rheinländer allerdings verdächtig, weil eigentlich jeder wissen müsste: Die Arbeit wird auch nicht besser, wenn wir Politiker schlecht gelaunt sind.

BENE: Apropos Bonn. Was hat sich in der Politik seither verändert?
Bosbach: Oft fällt das Wort Politikverdrossenheit, aber das ist nicht ganz präzise. Das politische Interesse ist heute genauso groß wie damals zu Bonner Zeiten. Aber der Graben zwischen Wählern und Gewählten ist immer größer geworden. Wir haben ein hohes Maß an Parteien- und Politikerverdrossenheit. Das ist leider richtig. Vielleicht auch deshalb, weil im Zeitalter von Globalisierung und Digitalisierung vieles komplexer und komplizierter geworden ist. Nehmen Sie das Feld der Innenpolitik. Klassische Innenpolitik gibt es kaum noch, selbst auf der Tagesordnung des Innenausschusses stehen überwiegend Themen mit internationalen Bezügen. Vieles kann man gar nicht mehr national entscheiden, weil die internationalen Verflechtungen und der europäische Einigungsprozess sehr weit vorangeschritten sind. Aber das bedeutet nicht, dass wir deshalb total kompliziert sprechen müssten, wir müssen sowieso weniger belehren und mehr erklären.

GESPRÄCHSABEND IM MEDIENFORUM

„Endspurt – Wie Politik tatsächlich ist – und wie sie sein sollte“ heißt der Titel des Gesprächsabends mit Wolfgang Bosbach am 9. Februar ab 19.30 Uhr im Essener Medienforum, Zwölfling 14. Das gleichnamige Buch des Politikers steht im Mittelpunkt des Talks mit Leiterin Vera Steinkamp. Restkarten (16 Euro) gibt es unter Telefon: 0201 / 2204-274.

Infos: www.medienforum.bistum-essen.de

Fortsetzung nächste Seite →

BENE: Sie legen Wert auf klare Sprache – ist das die Erklärung dafür, dass sie einer der bekanntesten Politiker sind, obwohl Sie nie Minister waren oder ein höheres Staatsamt innehatten?
Bosbach: Gut möglich, dass auch das ein Grund ist. Nicht jeder, der sich einfach und klar ausdrückt, ist ein tumber Tor, und nicht jeder, der total kompliziert formuliert, ist ein Intellektueller. Ich habe schon sehr oft erlebt, dass Menschen mir gesagt oder geschrieben haben, sie seien in dieser oder jener Frage zwar nicht meiner Meinung, aber sie schätzten es, dass ich zu meiner Überzeugung stünde, auch wenn es einmal Gegenwind gäbe. Außerdem würden es mir die Mitmenschen sofort ansehen, wenn ich etwas sagen würde, hinter dem ich nicht aus Überzeugung stehe. Ich kann und will mich nicht verstellen.

BENE: Diese Authentizität hat ihnen möglicherweise den Zugang zu den höchsten Ämtern verwehrt.
Bosbach: Das mag sein. Jedenfalls hoffe ich nicht, dass es Zweifel an meinem Fleiß oder meiner Kompetenz gibt, jedenfalls hat mir das noch nie jemand gesagt. Vielleicht war die oberste Heeresleitung aber auch der Auffassung, dass ich nicht geräuschlos jede politische Kurskorrektur mitmachen würde – und wenn das die Einschätzung war, dann war sie sogar richtig.

BENE: „Besser eingeladen, als ausgeladen" – ist ein oft zitiertes Motto von Ihnen. Wie werden Sie künftig ohne den Polit- und Medienrummel bestehen?
Bosbach: Gut möglich, dass ich ein paar Entzugserscheinungen haben werde, wenn ich merke, dass ich nicht mehr so gefragt bin wie jetzt. Aber zurzeit habe ich schon eine ganze Menge Einladungen für 2018. Ich teile zwar regelmäßig fröhlich mit, dass ich mein Pensum deutlich reduzieren muss, aber bis jetzt hat der Hinweis wenig Wirkung. Es sind ja nicht die Veranstaltungen selber, die belastend sind, die machen mir großen Spaß, es ist der damit verbundene Reiseaufwand. Für eine Veranstaltung von zwei Stunden bin ich nicht selten 16 Stunden unterwegs. Das geht in Zukunft nicht mehr, und dann müssen halt andere auf Reisen gehen.

BENE: Die müssen ja nun erst einmal gefunden werden ...
Bosbach: Ach wissen Sie, die Friedhöfe sind voll von unersetzlichen Leuten – und es geht doch immer weiter. Ich habe das vor einigen Wochen selbst erlebt – da ist man sofort wieder geerdet: Als ich meinem Kreisverband erklärt habe, warum ich nicht erneut für den Bundestag antrete, waren viele betrübt. Da fielen Sätze wie: „Und jetzt? Wie soll es weitergehen? Wer soll es denn sonst machen?" In der gleichen Nacht hatte sich schon der erste potenzielle Nachfolger gemeldet, nach einer Woche gab es schon fünf Kandidaten, die den Wahlkreis übernehmen wollten. So schnell geht das. Man darf sich selbst nicht wichtiger nehmen als man ist.

BENE: Sie treten ab in einer Zeit, in der geradlinige Politiker mehr denn je gebraucht werden, um Extremisten und Populisten die Stirn zu bieten. Wer taugt politisch noch zum Vorbild?
Bosbach: Populisten haben erstens dort eine Chance, wo Regierungen Probleme nur virtuos beschreiben, sie aber nicht lösen. Der zweite Punkt ist die Politikvermittlung: Mehr erklären, nicht ständig belehren! Die Entscheidung muss man dem Wähler überlassen. Und dann geht es natürlich um unser eigenes Verhalten als Politiker. Wenn wir uns skandalös verhalten, dann heißt es: So sind Politiker. Das nährt die Vorurteile gegen einen ganzen Stand.

BENE: Was ist also mit den Vorbildern?
Bosbach: Für viele ist die Bundeskanzlerin sicherlich ein Vorbild, auch weil sie völlig unprätentiös ist. Glanz und Glamour sind überhaupt nicht ihr Ding. Das macht sie sympathisch. Und wenn sie eines Tages kein politisches Amt mehr innehaben sollte, wird sie sicherlich nicht für Gazprom arbeiten, sondern sich in den Dienst einer guten Sache stellen. Da können sich die Leute sicher sein.

BENE: Aber ihr Satz „Wir schaffen das" hat seine Vorbildfunktion verloren.
Bosbach: Der Satz als solcher ist mir sympathisch, wir müssen nur diesen Optimismus mit Realismus kombinieren. Machen wir uns doch bitte nichts vor: Wenn wir in den letzten zwei Jahren nicht das überragende ehrenamtliche Engagement gehabt hätten, dann wären die staatlichen Instanzen heillos überfordert gewesen. Auf diesen großen Zustrom von Flüchtlingen war das Land überhaupt nicht vorbereitet. Dieses ehrenamtliche Engagement ist aber ein Kompliment für unser Land. Das ist praktizierte Nächstenliebe. Aber wir müssen uns darüber im Klaren sein, dass wir das, was wir schaffen müssen, nicht alleine mit ehrenamtlichem Engagement schaffen können. Und deshalb hat es ja auch in den letzten Monaten umfangreiche Kurskorrekturen gegeben, einschließlich der Verabschiedung des Integrationsgesetzes.

BENE: Der Ton von öffentlichen und privaten Debatten ist so rau und teilweise verachtend geworden, dass man Zweifel an der Diskursfähigkeit mancher Zeitgenossen bekommt. Wo steuern wir hin?
Bosbach: Ja, der Ton ist rauer geworden. Das hat sicherlich auch mit der Enthemmung durch das Internet zu tun: Wer anonym oder mit Pseudonym unterwegs ist, formuliert gerne rustikal. Das Überraschende für mich ist aber: Beschimpfungen und Beleidigungen, die früher anonym kamen, werden jetzt mit Klarnamen versehen – nicht selten mit akademischen Titeln. Da gibt es Vokabeln, von denen ich bis dahin noch gar nicht wusste, dass die zum deutschen Sprachschatz gehören. Aber bei gut 10 000 Zuschriften pro Jahr ist das nur eine kleine Minderheit, die Mehrheit verhält sich völlig anders.

BENE: Zu Ihren vielen schriftlichen Kontakten kamen fünf bis zehn persönliche Gespräche täglich, unzählige Begegnungen. Würden Sie Ihre Gesprächspartner alle noch wiedererkennen?

Bosbach: Nie und nimmer! Und ich tue auch nicht so, als ob das der Fall wäre. Ich bitte dann darum, dass man mir sagt, wann und wo wir uns begegnet sind. Kürzlich sprach mich ein älterer Herr an. Er war ganz unglücklich, weil ich ihn nicht wiedererkannt hatte. Auf meine Nachfrage erklärte er mir: Unser Gespräch war 2005 …!

BENE: Aber es gibt sicher Menschen, die sich eingeprägt haben. Wer hat Sie am meisten beeindruckt?

Bosbach: Es gab tatsächlich einmal eine Zufallsbegegnung mit Papst Johanes Paul II. Nach einer Papstmesse blieben wir noch im Petersdom, um uns alles im Detail anzuschauen. Und plötzlich sagte eine Stimme: „Ich höre, Sie kommen aus Deutschland!" Auf Deutsch. Ich drehte mich um, und der Heilige Vater stand vor mir. Ich wusste überhaupt nicht, was ich tun sollte. Ich konnte ja schlecht die Hand ausstrecken und sagen: „Och, das ist aber nett, mein Name ist Bosbach, Bergisch Gladbach. Schön Sie kennenzulernen!" Ich wollte mich auch nicht auf den Boden werfen und habe dann etwas unbeholfen versucht, den Ring zu küssen. Das war eine sehr schöne Begegnung, ein unglaublich emotionales Erlebnis. Dass der Papst sich so einfach unter die Gläubigen mischte, um sich mal privat zu unterhalten, das hat mich sehr beeindruckt. Viele Jahre später bin ich dann in Rom gewesen und in Erinnerung an diese Begegnung auch an seinem Grab.

BENE: Sie sind Christdemokrat. Welche Bedeutung hat das C in unserer heutigen Gesellschaft noch?

Bosbach: Das C muss für die CDU immer mehr sein als nur eine Marke. Unser Anspruch ist es ja, auf der Basis des christlichen Menschenbildes Politik zu machen. Ich bin in die CDU eingetreten, als es in den 1970er Jahren eine lebhafte politische Debatte um den Paragraphen 218 StGB gab. Der Lebensschutz ist für mich bis heute ein wichtiges Anliegen. Auch, dass wir bedrängten Menschen in Not helfen und vor Elend nicht die Augen verschließen. Allerdings in Kombination mit der Erkenntnis, dass wir nicht alle Probleme dieser Erde auf dem Boden der Bundesrepublik lösen können. Das ist leider so. Jeder weiß, dass es keine Höchstgrenze für die Aufnahme von Schutzbedürftigen gibt, aber jeder weiß auch, dass Deutschland keine unbegrenzte Integrationskraft hat. Die natürliche Obergrenze ist die Integrationskraft unseres Landes. Ich will die Zahl 200 000 nicht in ein Wahlprogramm aufnehmen, aber halte sie für realistisch.

BENE: Welche Rolle spielt der christliche Glaube in Ihrem Leben?

Bosbach: Glaubensfragen waren bei uns zuhause wichtig, schon weil meine evangelische Mutter einen katholischen Mann geheiratet hat. Mein Vater hat aber immer gesagt: „Katholischer als meine evangelische Frau hätte ich unsere Kinder auch nicht erziehen können!" Ich war sehr früh in der katholischen Pfarrjugend aktiv, war Messdiener und Lektor, ich bin viel länger kirchlich engagiert als politisch. In meinem Elternhaus ging es um die Vermittlung von Werten und Haltungen. Da spielt die Nächstenliebe eine große Rolle. Ein Christ, der seinen Glauben ernst nimmt, trägt Verantwortung auch für die Gemeinschaft, für die, die ihm anvertraut sind und für die, die sich nicht selbst helfen können. Deswegen ist der Begriff des Seelsorgers eine wunderschöne Berufsbezeichnung, schöner als Priester oder Pfarrer. Darin steckt die Sorge um die Seele anderer Menschen.

BENE: Und wie wichtig ist Gott für Sie?

Bosbach: Ich habe zum lieben Gott ein gutes, gelegentlich ambivalentes Verhältnis. Bei zwei ernsthaften, chronischen Erkrankungen habe ich mehr als einmal gedacht: „Musste das wirklich sein?" Aber man sucht und findet in solchen Situationen auch immer Kraft und Trost im Glauben. Ich bin dem lieben Gott dankbar für drei gesunde, wunderbare Kinder. Das ist eine Gnade, für die man nicht selber sorgen kann. Auf die Idee, den lieben Gott zu kritisieren, bin ich jedenfalls noch nie gekommen. Aber wenn man solche Diagnosen erhält, dann fragt man sich schon: „Womit habe ich das verdient? Was habe ich falsch gemacht?" Man hört auch in sich selbst hinein: „Wäre der Krug an dir vorübergegangen, wenn du dich im Leben anders verhalten hättest?" Mir hilft da eine kurze Zwischenbilanz: Ich habe im Leben so viel Glück gehabt, es wäre ein Wunder, wenn es nicht auch schlechte Momente gegeben hätte. Wunder sind aber eher selten.

BENE: Glauben Sie an ein Leben nach dem Tod?

Bosbach: Ich bin ja so ein rheinischer Katholik: Hier unten so leben, dass man oben so eben noch reinkommt! Nein, ich glaube nicht, dass mich Petrus am Himmelstor mustert und mich nur mit Rücksicht auf meine Eltern in den Himmel aufnimmt, oder dass ich vor einen älteren Herrn mit langem weißen Bart treten werde. Aber ich glaube fest daran, dass der Tod nicht das letzte Wort hat und dass wir weiterleben in den Gedanken und Seelen unserer Lieben.

Das Gespräch führte Jutta Laege

BELIEBTER TALKGAST

2014 und 2015 führte Wolfgang Bosbach die Liste der Gäste in den renommierten deutschen Polit-Talkshows (Maischberger, Will, Illner, Hart aber Fair) an, im Jahr 2016 halbierte er die Zahl seiner Auftritte. Aus politischen und gesundheitlichen Gründen tritt er im Herbst nicht mehr zur Bundestagswahl an. Der CDU-Politiker und Rechtswanwalt aus Bergisch-Gladbach war sechs Legislaturperioden lang Mitglied des Deutschen Bundestages, Schwerpunkt: Innenpolitik.

HATTINGEN HILFT HAITI

Von wegen Ruhestand und Rentnerdasein! 76 Jahre ist Manfred Laser – jung, heißt das wohl! Denn der vierfache Großvater ist noch richtig gut zu Fuß! Gemeinsam mit 174 weiteren Teilnehmern absolvierte er kürzlich einen kräftezehrenden 20-Kilometer-Marsch. Alles für den guten Zweck und wohl auch deshalb mit seligem Lächeln im Gesicht.

„Ich bin topfit“, erklärt der frühere Elektroningenieur, der noch zwei Mal pro Woche Tennis spielt und regelmäßig wandern geht. Bereits zum dritten Mal nahm er als einer der Ältesten am Hungermarsch in Hattingen teil. Der Marsch gehört zur ökumenischen „Aktion 100.000 – Solidarisch in der einen Welt“, die die Hattinger bereits zum 47. Mal auf Trab hielt.

Mit der Hilfsaktion, die von Misereor und „Brot für die Welt“ gefördert wird, werden benachteiligte Länder unterstützt. In diesem Jahr geht das gesammelte Geld nach Haiti. Der Karibikstaat ist gebeutelt von zahlreichen Erdbeben. Zuletzt verwüstete im Oktober 2016 Hurricane Matthew das Land: Hunderttausende Menschen wurden obdachlos, etliche landwirtschaftliche Flächen wurden überschwemmt. Die Spendenaktion soll deshalb vor allem den Kleinbauern Haitis dabei helfen, zerstörte Waldgärten aufzuforsten. „Es ist wichtig, dass sich Menschen hier in Deutschland, in Hattingen, um die Notlagen der Menschen in anderen Teilen der Welt kümmern“, erklärt Bürgermeister Dirk Glaser.

Neben dem Hungermarsch gab es noch zahlreiche weitere Spendenaktionen. So konnten die Hattinger für einen Spendenbeitrag fair gehandelten Wein verkosten, Benefiz-Konzerten lauschen und an einem Gemeinschaftsessen teilnehmen. Außerdem wurden an Schulen frisch gebackene Brote und Waffeln verkauft. Kleine Aktionen mit großer Wirkung. „Wir werden nicht alles Leid auf der Welt auf einmal abschaffen können, aber es ist wichtig, dass wir anfangen“, so Dirk Glaser.

Auch Manfred Laser leistete seinen ganz persönlichen Beitrag. Die 20 Kilometer, die in sechs Etappen von der St. Georgskirche über den Ruhrhöhenweg Blankenstein und den Leinpfad bis zum CVJM-Heim führten, ging er in viereinhalb Stunden. „Ich konnte gerade noch so durchs Ziel humpeln“, erinnert er sich. Ein anstrengender Marsch, doch für die gute Sache quälte er sich gern. „Es ist mir wichtig, anderen zu helfen.“ Der Lohn: 730 Euro, die er dank seiner Sponsoren, die ihm pro Kilometer Wegstrecke einen bestimmten Betrag gaben, spenden konnte.

Beeindruckend: „Die Teilnehmer erliefen gemeinsam 22 000 Euro“, freut sich Organisator Thomas Haep. Wie viel Geld insgesamt gesammelt werden konnte, steht noch nicht fest. Im letzten Jahr waren es 86 000 Euro. Bürgermeister Dirk Glaser ist mehr als zufrieden. „Die Aktion 100.000 zeigt, wie viel eine kleine Gruppe bewegen kann, um Menschen in Not zu helfen.“ I isi/kab

Hochkonzentriert: Manfred Laser beim Hungermarsch in Hattingen (Foto oben). Die Spendensumme geht an Haiti (Mitte). Unten: Tolle Aktionen! In den Pfarreien (hier: St. Mauritius) wurden zum Beispiel Waffeln verkauft.

DAS GROSSE BENE-QUIZ ZUM TAG DER MUTTERSPRACHE

Seit dem 21. Februar 2000 wird er jährlich von der UNESCO ausgerufen: der Internationale Tag der Muttersprache. Eigentlich, um die Aufmerksamkeit auf Minderheitensprachen mit weniger als 10.000 Sprechern zu lenken. Vielfach werden diese Sprachen nicht mehr an nachfolgende Generationen weitergegeben und geraten in Vergessenheit. Unser BENE-Quiz ist also diesmal dem Thema Muttersprache gewidmet, aber keine Angst, wir bewegen uns dabei in den uns bekannten Sprach-Abteilungen.

1 **Immer mehr Minderheitensprachen in Deutschland sterben aus. Welcher deutsche Promi muss sich Sorgen um seine „Muttersprache“ machen?**

A: Wolfgang Stumph B: Rosi Mittermaier
C: Otto Waalkes D: Carolin Kebekus

2 **Was ereignete sich parallel zum ersten Internationalen Tag der Muttersprache am 21. Februar 2000?**

A: Die Tageszeitung „Financial Times Deutschland“ erscheint zum ersten Mal.
B: Die Höhner landen „Wenn nicht jetzt, wann dann?“ in den Top Ten der deutschen Musik-Charts.
C: „Die Physiker“ von Dürrenmatt wird in Zürich uraufgeführt.
D: Die Februarrevolution in Russland

3 **Das deutsche Wort „Sinn“ versteht der Engländer manchmal falsch. Was glaubt er, heißt es?**

A: Sühne B: Sünde C: Schuld D: Opfer

4 **Wer A sagt, muss auch B sagen: Woher stammt das Sprichwort eigentlich?**

A: Aus einem Songtext der Band „Die Fantastischen 4“
B: Aus der Politik, um Gegner an ihre Worte zu erinnern.
C: Aus dem Volksmund: Es markiert schlicht die Reihenfolge der Buchstaben.
D: Der Fluss „Aa“ war früher so schmutzig, dass man oft den Ausdruck des Ekels „Bäh“ benutzte.

5 **Finde den Fehler. Welches deutsche Wort gibt es nicht (!) in einer Fremdsprache ...**

A: engl. kindergarten B: russ. buterbrod
C: frz. blockhaus D: nl. mittwoch

6 **Mit welchem Ausdruck liegen Sie bei Deutschlands Jugend im Moment voll im Trend?**

A: dufte B: oberaffengeil C: fly sein D: cool

7 **Welche/r deutsche Künstler/in hat sich 2015 auf seine/ihre Muttersprache zurückbesonnen?**

A: Mark Forster B: Andrea Berg
C: Sarah Connor D: Herbert Grönemeyer

8 **Welcher deutsche Gelehrte der Epoche der Klassik verglich den Sprachursprung mit einem blökenden Schaf?**

A: Johann Gottfried Herder B: Martin Luther
C: Günter Grass D: Theodor W. Adorno

9 **In welcher Metropole stoßen Menschen im eigenen Land auf Probleme bei der Verständigung?**

A: München B: Barcelona C: New York D: Moskau

10 **Andere Länder, andere Sprachen. Jedes Land hat seine eigene Vokabel für „Muttersprache“. Welches Wort ist hier fehl am Platze?**

A: langue maternelle B: büyük ben
C: materni jezik D: moedertaal

Wer bei unserem Quiz mitmacht, kann auch etwas gewinnen: Unter allen richtigen Einsendungen (Frage-Nummern und Lösungsbuchstaben auflisten) verlosen wir fünf muttersprachliche Grüße aus dem Ruhrpott. Einfach eine Mail mit Anschrift, Telefonnummer und Stichwort „Muttersprache-Quiz“ senden an:

quiz@bene-magazin.de

Einsendeschluss: 28.02.2017

KUBAS ALTE REBELLIN

RUHRBISTUM – SANTIAGO DE CUBA

Liebe Leserinnen und Leser! Nach 18 Ausgaben mit 18 Ausgangspunkten aus allen Städten des Ruhrbistums starten wir mit unseren „**Siebensachen**“ nun wieder von vorn! Das Ruhrbistum ist Ausgangspunkt, danach geht es in den bekannten 7er Schritten rund um die Erdball. Begleiten Sie uns auf unserer etwas anderen ***Pilgertour***. **FOLGE 1**

RUHRBISTUM – VENEDIG

777 km

WELTERBE VERPFLICHTET: EIN HERZ FÜR VENEDIG

Betörend und zerbrechlich: Venedig – mehr als hundert Inseln, verbunden durch Brücken, bilden diese Stadt, die jeder gesehen haben sollte. Sie besteht zu über der Hälfte aus Wasser – und das steigt. „La Serenissima“ (Kosename Venedigs: „Die Durchlauchtigste“) muss alle Kraft aufbringen, um den Problemen der Moderne, Klimawandel und Massentourismus, zu trotzen, und um nicht, wie einst Atlantis, unterzugehen. Wer eine Reise dorthin plant, sollte sich das zu Herzen nehmen und sich dennoch anstecken lassen vom einzigartigen Zauber der Lagunenstadt.

Ein guter Reisegrund: Der berühmte venezianische Karneval mit seinen Halbmasken und den phantasievollen, dem italienischen Theater entlehnten Kostümen, findet 2017 vom 11. bis 28. Februar statt. Unabhängig vom Karneval ist die Liste der Sehenswürdigkeiten ein hoffentlich unerschütterliches Weltkulturerbe: Markusplatz, Seufzerbrücke, Campanile von San Marco, Dogenpalast und Teatro La Fenice faszinieren seit Jahrhunderten. Selbstredend lässt sich all das per Boot am besten bestaunen (Linien 4.1/4.2 und 5.1/5.2). Oder Sie mieten, kitschig aber schön, eine Gondel für den ultimativen Valentinstag. I isi/jul

Infos: www.venedig.net

HEISS, TROPISCH & UNVERSTELLT

„Gestern rebellisch, heute gastfreundlich, immer heldenhaft“: In Santiago nahm mit dem Sturm auf die Moncada-Kaserne am 26. Juli 1953 die kubanische Revolution unter Fidel Castro ihren Anfang. Und so wundert es nicht, dass der 2016 verstorbene Anführer und langjährige Staatschef auch in seiner alten Heimat, der ehemaligen Hauptstadt Kubas, begraben ist.

Wer Kuba sagt, hat meist Havanna vor Augen. Kolonialbauten, Quantanamera-Gesänge am Malecon und Zigarren rauchende Frauen im Straßenbild. Vieles davon ist Inszenierung für Touristen. In Santiago de Cuba, das – zugegeben – heiß, tropisch und auch nicht immer ungefährlich ist, geht es dafür unverstellter zu. Die Stadt im Süden der Insel war Hafen der Spanischen Armada im 16. Jahrhundert. Davon zeugt noch die imposante Festung „El Morro“, die UNESCO-Weltkulturerbe ist und einen großartigen Blick auf die Karibische Bucht, die Bahia de Santiago, bietet.

Das Stadtbild ist eher afroamerikanisch. Die Häuser sind kleiner, die Straßen enger. Pferdekutschen sind hier keine touristische Attraktion, sondern Fortbewegungsmittel für Einheimische. Reisende sollten sich das pittoreske Stadtviertel El Tivolí und die Destillerie Bacardí & Ca. anschauen und unbedingt den „Santa Ifigenia“-Friedhof besuchen. Lohnenswert ist bei gutem Wetter ein Abstecher zur östlich gelegenen Gebirgskette Gran Piedra oder zu den zahlreichen Kaffeeplantagen. Der Abend lässt sich im Lokal „Casa de la Trova“ im Zentrum gut bestreiten: Dort treffen sich die Kubaner zu Son und Salsa, und der Mojito schmeckt tropisch-gut. I isi/jul

Infos: www.santiago-de-cuba.info

77 km

HOLLAND PUR – TOUR ZUR ANDEREN RUR

RUHRBISTUM – ROERMOND

Roermond? Da gibt es doch dieses Designer-Outlet! Seit 2001 lockt die südholländische Provinzstadt viele Deutsche aus dem Ruhrgebiet und vom Niederrhein zu ausgiebigem Shopping an 363 Tagen im Jahr. In unmittelbarer Nähe zur Innenstadt wurde aus einem ehemaligen Kasernenkomplex ein großes Einkaufszentrum mit demnächst rund 200 Geschäften. 2,8 Millionen Besucher kommen jedes Jahr und bescheren auch der Innenstadt einen erheblichen Aufschwung. Denn in der denkmalgeschützten Altstadt lässt es sich wunderbar durch kleine Boutiquen bummeln und holländisches Flair einatmen.

Wer an holländischer Kultur und Geschichte interessiert ist, findet in Roermond zahlreiche Sehenswürdigkeiten wie die als Teil einer Zisterzienserinnenabtei 1218 gegründete Munsterkerk (Liebfrauen-Münsterkirche) mit dem Prunkgrab des Stifters Graf Gerhard IV. von Geldern, oder wie das im Jahr 1700 erbaute Rathaus mit Glockenspielturm, die Marienwallfahrtskapelle „In ´t Zand“ oder den Yachthafen.

Die Ursprünge Roermonds gehen auf die Römer zurück. Die Stadt war einst Hansestadt und ist bis heute Bischofssitz. Gelegen an der Mündung des Flusses Rur, bietet sie mit 3.000 Hektar das größte Binnen-Wassersportgebiet der Niederlande. Die so genannten Maasplassen laden zum Segeln, Motorboot- oder Kanufahren ein. Und natürlich, Holland lässt grüßen, kann man die Altstadt nicht nur per Boot auf der Rur, sondern auch mit dem Fahrrad prima erkunden. I isi

Infos: www.roermond.nl/deutsch

DIE GÖTTLICHE ZAHL 7

Die 7 hat in vielen Kulturen eine besondere Bedeutung (sieben Weltwunder, sieben Hügel Roms, der siebenarmige Leuchter „Menora“ im Judentum …).
Im Christentum steht die 7 für die Kombination aus dem dreifaltigen Gott und der Welt mit ihren vier Himmelsrichtungen und findet sich unter anderem in den 7 Bitten des Vaterunsers – von denen sich drei auf Gott und vier auf die Menschen beziehen.

WIR SIND DANN MAL KURZ AUF DER „BREHM“

Sich auf einen gemütlichen Spaziergang verabreden, durchatmen, Natur spüren. Dazu eignet sich dieses Kleinod im Essener Süden hervorragend. Ein kleiner Stadtpark mitten in der Ruhr: die Brehminsel in Essen-Werden.

In Kürze sprießen hier wieder die Krokusse, die kleine Insel in der Ruhr (672 Meter lang) erwacht zum Leben. Naherholung für Müßiggänger, verliebte Pärchen, Familien mit Kindern, Senioren, die alle Sonne tanken wollen. Der oder die „Brehm“, sagen die Werdener in Anlehnung an das niederdeutsche Wort Brehm für Rand, Ufer. Die Insel lockt mit altem Baumbestand, Spielplätzen, Bänken, Wiesen und Spazierwegen.
Wer von weiter anreist, sollte sich einen Abstecher in die Werdener Altstadt gönnen: Die spätromanische Basilika St. Ludgerus ist einer der bedeutendsten Kirchenbauten des Rheinlands, hier ist die Grabstätte des heiligen Liudgers. Sehenswert auch: die St. Lucius-Kirche, älteste Pfarrkirche nördlich der Alpen, sowie die Gassen der Altstadt mit ihren liebevoll restaurierten Fachwerkhäusern und netten Cafés. I isi/jul

Infos: www.essener-ruhrperlen.de/werden/rundwege/

7 SPANNENDE RUHRKRIMIS

- **Lotte Minck „Cool im Pool. Eine Ruhrpott-Krimödie mit Loretta Luchs“ (Droste Verlag; 10,99 Euro)**
  Hobby-Detektivin Loretta Luchs ermittelt: Ein Mann wurde tot in einem Pool aufgefunden.
- **„Schicht im Schacht: Maloche, Macker und Moneten. Kurzkrimis aus dem Ruhrgebiet“ (KBV; 9,90 Euro)**
  Krimi-Sammlung mit Geschichten über das mörderische Ruhrgebiet zwischen Duisburg und Dortmund
- **Rainer Küster „Drachentod“ (Brockmeyer Verlag; 12,90 Euro)**
  Die Kommissare Brenner und Rogalla lösen einen Mordfall, bei dem auch der VfL Bochum eine Rolle spielt.
- **Christiane Bogenstahl und Reinhard Junge „Datengrab“ (grafit; 12 Euro)**
  Ein Leichenfund im Schrebergarten hängt mit den kriminellen Machenschaften eines renommierten Instituts der Universität Duisburg-Essen zusammen.
- **Herbert Knorr „Schitt häppens. Von Serienmördern und Stehpinklern. Mord und Totschlach aussen Pott (Ruhrgebiet de luxe; 9,90 Euro)**
  Martha Kowalski will ihren Mann Jupp mit mörderischen Geschichten überzeugen, aus dem Ruhrgebiet wegzuziehen.
- **Jörg Juretzka „Prickel“ (Rotbuch Krimi; 12,99 Euro)**
  Privatdetektiv Kryszinski will herausfinden, ob der geistig zurückgebliebene Prickel aus Bottrop schuld am Tod einer Frau ist.
- **Arnd Rüskamp und Jörg Stanko „KRIMMINI. Ruhr 4“ (hellblau; 4,95 Euro)**
  Eine Klatschreporterin und ein Privatdetektiv ermitteln in verschiedenen Fällen, die irgendwie zusammenhängen. I isi

BE.on

Mehr zu den Büchern:
bene.mg/krimis

ST. BARBARA MÜLHEIM

7 GRÜNDE, WARUM SIE DIESE KIRCHE GESEHEN HABEN SOLLTEN

1. Kirche als Musicalbühne

Von 1998 bis 2016 wurde in der 1955 eingeweihten Kirche mehr als 70 Mal ein Musical zu Ehren des seliggesprochenen Arbeiterführers Nikolaus Groß (1988 bis 1945) aufgeführt. Geschrieben und komponiert wurde das Stück von Pfarrer Manfred von Schwartzenberg und dem Kirchenmusiker Burkard Kölsch. 150 Menschen aus der Gemeinde haben sich an der Aufführung beteiligt. Ab Ende 2017 wird das Stück „Virgin" gezeigt. Thema hier: Die Gottesmutter von Guadalupe.

2. Wie auf dem Marktplatz

Sobald man die Kirche betritt, hat man das Gefühl, auf einem Marktplatz zu stehen. Das liegt vor allem an den Ballons, die die Bankreihen säumen. Diese finden sich auch vor der Kirche wieder. Bedeutung: So wie sich die Menschen früher auf den Marktplätzen versammelten, sollen sie sich auch heute noch in und vor der Kirche versammeln.

3. Rundherum

Obwohl die Kirche nicht groß ist, finden 300 Menschen darin Platz. Sie sitzen nah am Altar, da die Bänke nicht hintereinander angeordnet sind, sondern den Altar umschließen. Detailreich: Auf jeder Bank klebt ein Schild, auf dem steht: „Ich glaube an die Gemeinschaft der Heiligen."

4. Wie die Zeit vergeht

Auffällig ist die so genannte Ewigkeitsuhr, die vor den großen Glasfenstern hängt. Das Uhrwerk von 1820 stammt aus Frankreich, der Zeiger hat ein Unendlichkeitszeichen. Das Besondere: Auf dem Ziffernblatt sieht man die aktuelle Uhrzeit, die biblischen Uhrzeiten, die Gebetszeiten der Kirche und den Zeitpunkt des Sonnenauf- und Sonnenuntergangs.

5. Auf den Putz gehauen

Nachdem die Kapelle der Kirche renoviert wurde, durften zwölf Gemeindemitglieder ihre Hände in den noch nicht ausgehärteten Putz drücken. Entstanden ist ein plastisches Kunstwerk und ein ganz besonderes Glaubenszeugnis.

6. Moderne Kunst

Ganz schön kreativ: Zwei 17-jährige Jungen aus der Gemeinde haben verschiedene Bibelstellen in Graffitis umgewandelt und an die Kirchenwände gesprayt. Zu sehen sind Kain und Abel, der Berg Golgota und das Himmlische Jerusalem.

7. Verfolgter Christen gedenken

In jedem Gottesdienst werden zwölf Kerzen während der Fürbitten entzündet. Diese Kerzen stehen stellvertretend für die Nationen, in denen Christen verfolgt werden. Die Fahnen der Nationen hängen unter den Kerzen.

l kab

St. Barbara Mülheim, Schildberg 84, 45475 Mülheim an der Ruhr, ist ganztägig zur Besichtigung geöffnet. Infos unter www.pfarreisanktbarbara.de und unter Tel.: 0208/71313

BE.on Die Kirche in Bildern: bene.mg/barbara

BIRGIT WEILER AUS DUISBURG SETZT SICH ALS LEHRERIN IN PERU FÜR DIE INDIGENEN* VÖLKER EIN

*ursprüngliche Einwohner, Ureinwohner

LASST IHNEN IHRE WÜRDE!

Seit 1988 unterrichtet Birgit Weiler an der Jesuiten-Universität „José Luis Montana“ in Lima indigene Studenten. Junge Menschen also, die in der von Ausbeutung bedrohten Amazonasregion leben. Die Theologin ist fest dazu entschlossen, diesen Menschen dabei zu helfen, ihre Heimat zu schützen. Ein Drahtseilakt.

Text Kathrin Brüggemann I **Fotos** Adveniat

Die 58-Jährige, die der Ordensgemeinschaft der Missionsärztlichen Schwestern angehört und auch für Adveniat arbeitet, setzt sich dafür ein, dass der Lebensraum der indigenen Völker erhalten bleibt. Denn: Bergbauunternehmen und Ölförderfirmen dringen immer weiter in die letzten Naturparadiese Perus vor. „Wir sind als Kirche nicht gegen Bergbau und Ölförderung“, erklärt die gebürtige Duisburgerin. „Aber es muss verlässliche Umweltgutachten geben und die Indigenen müssen in die Entscheidungsprozesse über Projekte, die großen Einfluss auf ihren Lebensraum und ihre Zukunft haben, unbedingt einbezogen werden.“ Es geht ihr darum, dass das international verbriefte Recht auf Selbstbestimmung in der Praxis nicht verletzt wird. „Das ist eine Frage der Anerkennung dieser Völker und des Respektes ihrer Würde.“

Damit die indigenen Menschen sich in der Gesellschaft Perus Gehör verschaffen können, brauchen sie vor allem eines: Bildung! Deshalb haben talentierte Ureinwohner seit vier Jahren die Möglichkeit, mithilfe des staatlichen Stipendienprogrammes „Beca 18“ zu studieren. Im Gegenzug verpflichten sie sich dazu, nach ihrer Ausbildung in ihren Heimatregionen ihr berufliches Wissen an die indigenen Gemeinschaften weiterzugeben. „Durch Bildung können junge Menschen eigene Kriterien entwickeln, um kluge Entscheidungen treffen zu können. Sie wissen dann, was wirklich auf lange Sicht dem Wohl ihrer Völker und des Regenwaldes dient. Und sie lernen, Brücken zu schlagen zwischen westlichem Wissen und traditionellem indigenen Wissen.“

Kurs an der Jesuiten-Universität „José Luis Montana“: Schwester Birgit Weiler unterrichtet Schüler indigener Völker in Peru.

Einer der indigenen Stipendiaten, die Birgit Weiler unterrichtet, ist Bikut Yampiag. Vor allem die Mentalitätsunterschiede stimmen ihn nachdenklich. „In meinem Dorf sagen wir, was wir denken und tun, was wir sagen“, erklärt er. Das sei in Lima nicht so. „Das Gemeinschaftsgefühl und gegenseitiges Vertrauen sind elementar für uns. In Lima hingegen gibt es viele unterschiedliche Fraktionen, die gegeneinander kämpfen.“ Doch eine bessere Gesellschaft gebe es seiner Ansicht nach nur, wenn „wir uns wirklich verstehen und an einem Strang ziehen.“

Diese Einstellung ist es, von der Birgit Weiler immer wieder mit leuchtenden Augen spricht. Die Lebensweise der Indigenen, davon ist sie überzeugt, kann in vielerlei Hinsicht eine Quelle der Inspiration für die Menschen in Deutschland und anderswo sein. „Die indigenen Völker sind sich darüber bewusst, dass sie nur dann eine Zukunft haben, wenn sie den Regenwald nutzen und zugleich schützen, also ökologisch verantwortlich leben. Deshalb, so Weiler, erinnerten sie immer wieder daran, wie wichtig die Amazonasregion als eine der grünen Lungen der Welt für das Klima und somit für uns alle sei.

Und umso schlimmer sei es, dass immer mehr Stauseen angelegt und ganze Dörfer dafür überschwemmt werden sollen. Die Ungerechtigkeit, die den indigenen Völkern widerfährt, geht ihr sichtlich nahe. „Obwohl sich die Ureinwohner mit ihrem Einsatz für den Regenwald zugleich auch für unser Wohl einsetzen, werden sie einfach ignoriert.“ Daher bittet Birgit Weiler eindringlich: „Setzen wir uns gemeinsam dafür ein, dass sie geachtet werden und dass das Amazonasgebiet nicht aufgrund von Habgier und egoistischen Wirtschaftsinteressen zerstört wird.“

BE.on Video zu Birgit Weilers Leben in Lima: bene.mg/weiler

ICH HAB' DA MAL 'NE FRAGE

Vor einiger Zeit habe ich meine Frau betrogen. Da es ein einmaliger Ausrutscher war, wollte ich es ihr nicht sagen, um sie nicht zu verletzen. Jetzt brüstet sich die Frau, mit der mir das passiert ist, in ihrem Bekanntenkreis damit. Ich habe Angst, dass meine Frau davon erfährt.

Lieber Ratsuchender,

dass Sie sich in einer Zwickmühle befinden und diese Situation Ihnen Druck macht, kann ich lebhaft nachempfinden. Wenn Sie sich Ihrer Frau offenbaren, wird sie verletzt sein, und Sie wissen nicht, was das für Ihre Beziehung bedeutet.

Um sie – und sicherlich auch sich – zu schonen, wollten Sie es mit Ihrem Gewissen ausmachen und schweigen. Wenn Sie nun weiter schweigen, könnte das eine Zeit lang funktionieren, doch die Sorge, dass es auffliegen könnte, wird Sie weiterhin quälen, und das wird einen verunsichernden Einfluss auf Ihre Ehe haben. Schmerzlich spüren Sie, welche Verletzungen, Kränkungen und Ängste das Fremdgehen auslöst – bei Ihnen, sicherlich bei Ihrer Frau und sehr wahrscheinlich auch bei der anderen Frau, deren Prahlerei Kehrseite ihrer Verletzung sein könnte. Dass es keine solche Tränen geben muss, das ist vielleicht der Sinn des sechsten der zehn Gebote: „Du sollst nicht die Ehe brechen." Ich finde, dass für Sie in dieser Situation der Angst der einzige Weg hinaus der aktive Weg hindurch ist – hindurch durch die Angst, mit der Reaktion Ihrer Frau leben zu müssen. Denn wenn Sie die Initiative ergreifen und sich Ihrer Frau offenbaren, bleiben Sie nicht gelähmt und nicht abhängig von dem, was andere machen. Das Herz in die Hände zu nehmen, ist jetzt dran.

Wenn Sie Ihrer Frau ehrlich Ihren Fehltritt, Ihr anfängliches Verschweigen und das Gerede jetzt schildern und wenn Sie Ihrer Entschiedenheit und Ihren Gefühlen für Ihre Frau Ausdruck geben können inklusive einer Bitte um Vergebung, dann, so glaube ich, haben Sie und hat Ihre Beziehung eine Chance. Mehr können Sie nicht tun, weniger auch nicht. Ich drücke Ihnen die Daumen. Herzlich Ihr Olaf Meier

TelefonSeelsorge
www.telefonseelsorge.de

Olaf Meier ist Theologe und Psychologe. Er leitet die ökumenische TelefonSeelsorge Duisburg Mülheim Oberhausen.

Die TelefonSeelsorgen des Bistums Essen gibt es in Bochum, Duisburg und Essen. Sie sind rund um die Uhr erreichbar.

TelefonSeelsorge. Kostenfrei 365 Tage erreichbar.

0800 111 0 111 und 0800 111 0 222.

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

Ökonomisch. Sozial. Ökologisch.

BIB
FAIR BANKING

Unser neuer KCD-Mikrofinanzfonds - III für Privatkunden und institutionelle Anleger! Der Fonds investiert weltweit in Mikrofinanzinstitutionen und arbeitet mit ›zweifachem Ertrag‹. Neben der finanziellen Rendite dürfen Sie sich auch darüber freuen, in eine gerechtere Welt investiert zu haben. Vertrauen Sie unserer langjährigen Erfahrung im Mikrofinanzbereich! Das Fondsmanagement erfolgt durch die BIB. **www.bibessen.de**

BIB - BANK IM BISTUM ESSEN
Gildehofstraße 2 | 45127 Essen
Telefon 0201 2209-240

Alleinige Grundlage für den Kauf von Fondsanteilen sind die Verkaufsunterlagen (der aktuelle Verkaufsprospekt, das Verwaltungsreglement sowie der letztverfügbare Halbjahres- und Jahresbericht). Eine aktuelle Version der Verkaufsunterlagen sowie die ›Wesentlichen Anlegerinformationen‹ in deutscher Sprache erhalten Sie kostenlos in Papierfassung bei der Vertriebs- und Informationsstelle, der Depotbank, den Zahlstellen und der Verwaltungsgesellschaft. Des Weiteren können die Verkaufsunterlagen auf der Homepage der Verwaltungsgesellschaft (www.ipconcept.com) sowie der Vertriebs- und Informationsstelle (www.bibessen.de) abgerufen werden. Hinweise zu Chancen und Risiken entnehmen Sie bitte dem aktuellen Verkaufsprospekt.

GEWINN FÜR EINE GANZE KLASSE!

WO DIE WILDEN KERLE SPIELEN

Vorhang auf: Das wird eindeutig eine ganz besondere Premiere! BENE und die Deutsche Oper am Rhein laden eine komplette Schulklasse aus dem Ruhrbistum zur Kinderoper „Wo die wilden Kerle wohnen“ ins Theater Duisburg ein. Hier können Zuschauer ab 6 Jahren den Kinderbuchklassiker aus den 1960er Jahren vom 3. März bis 5. Juli 2017 als Familienoper erleben. Um auf den außergewöhnlichen Klassenausflug auch ordentlich vorbereitet zu sein, statten Musiktheaterpädagogen der Oper den Kindern vorher noch einen Unterrichtsbesuch ab, stellen bei einem Workshop das Stück vor und stehen für alle neugierigen Fragen zur Verfügung. Abgerundet wird das Ganze mit einem Blick hinter die Kulissen des Theaters am Veranstaltungstag. Operntermin ist der 29. März 2017. Bitte vormerken und sich bewerben! Wie‘s geht, steht rechts . ➔

KFO

Katholisches Ferienwerk Oberhausen
Fahnhorststraße 30 • 46117 Oberhausen
Telefon: 0208 99423-0 • Fax: 0208 99423-71
E-Mail: info@kforeisen.de • Internet: www.kforeisen.de

Urlaub 2017

Familienurlaub • Sightseeing & Sprachreisen für Familien
Seniorenreisen • Städte-/Studienfahrten • Tagestouren
Kids-Camps • Jugendreisen • Sprachreisen für Jugendliche

Ein Auszug aus unserem Reiseprogramm 2017:

FAMILIENURLAUB

NORDSEEINSEL SPIEKEROOG
Leistungen: Unterkunft mit Vollpension, Kinderanimation, Gepäcktransport a. d. Insel.
Termin: 21.07. - 04.08.2017, € 895,- (Erw.)
Kinderpreise gestaffelt!

TODTMOOS IM SCHWARZWALD
Leistungen: Unterkunft mit Vollpension, Hallenbadnutzung, Kinderanimation.
Termine: 18.02. - 25.02.2017, € 280,- (Erw.)
08.04. - 17.04.2017, € 360,- (Erw.)
05.06. - 12.06.2017, € 280,- (Erw.)
Kinderpreise gestaffelt!

SENIORENREISEN

MALLORCA
Leistungen: Flugreise, Hotelunterkunft mit Halbpension, Reisebegleitung, diverse Reiseversicherungen.
Termin: 25.03. - 08.04.2017, ab € 1.090,-

NORDSEEINSEL SPIEKEROOG
Leistungen: Haustürabholung, Busreise, Fährüberfahrten, Unterkunft mit Vollpension, diverse Reiseversicherungen.
Termine: 25.03. - 01.04.2017, € 570,-
25.03. - 08.04.2017, € 875,-
23.04. - 06.05.2017, ab € 950,-

STÄDTE-/STUDIENFAHRTEN

JAHRESERÖFFNUNGSFAHRT COMER SEE
Leistungen: Busreise, Hotelunterkunft mit Halbpension, umfangreiches Ausflugs-/Besichtigungsprogramm, Reisebegleitung, diverse Reiseversicherungen.
Termin: 27.04. - 01.05.2017, ab € 485,-

ROM - DIE EWIGE STADT
Leistungen: Flugreise, Hotelunterkunft mit Halbpension, umfangreiches Ausflugs-/Besichtigungsprogramm, Reisebegleitung, diverse Reiseversicherungen.
Termine: 22.05. - 27.05.2017, ab € 895,-
30.10. - 04.11.2017, ab € 895,-

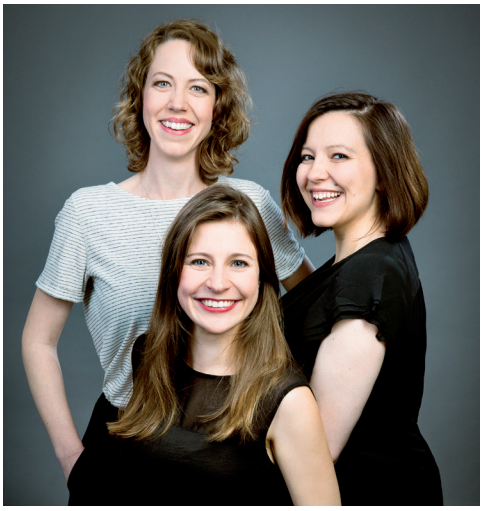
BENE und das Theater Duisburg laden zu Kinderoper, Schnupper-Workshop und Besichtigung ein

Wer genau sind die „wilden Kerle“? Als der kleine Max wieder einmal mit Wolfsgeheul durch die Wohnung tobt, schickt ihn seine Mutter ohne Abendessen ins Bett. Das verwandelt sich plötzlich in ein Segelboot, mit dem Max zu einer Insel gelangt, auf der seltsame Kreaturen leben, die den ganzen Tag herumtollen. Bald wird Max zum Häuptling ernannt und genießt die Ausgelassenheit, bis es ihm schließlich auch zu bunt wird. Er bekommt Heimweh. Als er sein Boot besteigt, wollen ihn die wilden Kerle nicht ziehen lassen, doch Max lässt sich nicht abbringen und kehrt nach Hause zurück. Dort wartet sein Abendessen auf ihn und er kann endlich seinen Hunger stillen.

Noch bevor die Verfilmung des Buchs 2009 in die Kinos kam, fand die Geschichte um Max und seine tierischen Gefährten den Weg auf die Opernbühne. Der britische Komponist Oliver Knussen malte die Welt der wilden Inselbewohner in expressiver Musik voll leuchtender Klangfarben aus. Die wird sogar in einer eigenen Fantasiesprache gesungen, die eigens für diese Oper erfunden wurde.

Und so geht‘s ans Gewinnen: Schreiben Sie/ Schreibt uns Bewerbungen, in denen die/eure Klasse benannt ist und der Grund, warum sie diesen außergewöhnlichen Tag erleben will. Vielleicht hängt Ihr/ hängen Sie noch ein Foto mit an: redaktion@bene-magazin.de oder an unsere Adresse (siehe S.34) l jul

Einsendeschluss ist der 10.03.2017 **Infos: www.operamrhein.de**



Das Team der Jungen Oper (v.l.): Anna-Mareike Vohn, Krysztina Winkel oder Anja Fürstenberg kommen für den Workshop zur Vorbereitung des Opernbesuchs gern in die Schulklasse, die gewinnt.

BE.on Hier gibt es dann später das Video zur Oper-Aktion: bene.mg/kerle

1 X 4 KARTEN FÜR EINE FAMILIE ZU GEWINNEN

RUHR-TOP!

EINTRITT FREI FÜRS GANZE JAHR

Unsere Region ist top! In Sachen Kultur und Vielfalt macht uns so schnell keiner was vor! Der Erlebnisführer der Ruhrtourismus GmbH ist inzwischen prallgefüllt mit rund 90 Ausflugszielen, die es zu entdecken gilt – von A wie Alpincenter Bottrop bis Z wie Zoo Duisburg.

Um all das zu erleben, gibt es auch in diesem Jahr wieder die Ruhr.Topcard, die freien oder ermäßigten Eintritt in alle teilnehmenden Einrichtungen ermöglicht. Bereits im vergangenen Jahr haben wir gemeinsam mit der Ruhrtourismus GmbH ein attraktives Familien-Paket verlost. Die Resonanz war riesig, deshalb wollen wir es diesmal wieder tun. Zwei Karten für Erwachsene im Wert von 54 Euro und zwei Karten für Kinder (Jahrgang 2003 bis 2012) im Wert von 35 Euro liegen bereit. Wer mit seiner Familie ein ganzes Jahr lang Kultur- und Freizeitspaß kostenlos erleben möchte, schickt uns bitte ein kleines Bewerbungsschreiben (gerne mit Foto oder Video) an: redaktion@bene-magazin.de
Einsendeschluss: 28.02.2017 l jul

Infos: www.ruhrtopcard.de

BENE GRATULIERT

- ... dem Gasometer Oberhausen! Die Ausstellung „Wunder der Natur“ brach 2016 alle bisherigen Gasometer-Rekorde: Mehr als 767 000 Menschen haben die 150 großformatigen Fotografien aus der Tier- und Pflanzenwelt und eine 20 Meter große, schwebende Erdkugel bewundert. Die Ausstellung wird bis zum 30. November 2017 verlängert. Infos: www.gasometer.de

- ... zur Wiedereröffnung des Mauritiusdoms in Niederwenigern (Hattingen). Gefeiert wird das in einem Pontifikalamt mit Bischof Franz- Josef Overbeck am 2. April um 11 Uhr. Außerdem gibt es am 1. und 2. April eine Extra-Kirmes am Dom.

- ... zwei Projekten aus dem Ruhrbistum, die es in die Endrunde für den Engagementpreis NRW 2017 geschafft haben: Der Beginenhof Essen sowie der Essener „ASB Wünschewagen – Letzte Wünsche wagen“ stehen gemeinsam mit neun weiteren Projekten im Finale. **Infos: www.engagiert-in-nrw.de**

NEU!

BENE GEHT ONLINE MIT NOCH MEHR INHALTEN

Seit 2013 gibt es das BENE-Magazin. Natürlich sind wir auch mit einer Homepage im Internet vertreten, auf der die Geschichten aus dem Heft aufbereitet werden – für alle, die nicht aus dem Ruhrbistum stammen oder uns lieber auf ihren Smartphones und Tablets lesen. 2017 wird auch für uns ein besonderes Jahr: Wir haben uns das aktuelle Motto des Heftes zu eigen gemacht und starten neu durch – mit einem optisch und inhaltlich überarbeiteten, noch praller gefüllten Online-Magazin. Neue und bewährte BENE-Themen aus den Rubriken Leben, Glauben und Bestimmung finden sich dort ebenso wieder wie neue Videos, Spiele und Rätsel. Außerdem gibt es regelmäßig Informationen aus Ruhrbistum und Pfarreien, Tipps und Termine. Einfach mal reinklicken unter:

www.bene-magazin.de

DAS IST MALOU, DER NEUE BENE-BELLO

Diesem treuen Blick kann kaum jemand widerstehen: Irish-Setter-Mischling Malou aus Werdohl bekam nach unserem Aufruf im Oktober die meisten Stimmen. Er darf sich jetzt ein Jahr lang über sein „Amt“ als BENE-Bello freuen. Besitzerin Nicole Theissig (30) holte den pechschwarzen Rüden aus dem Tierheim. „Er ist mein Seelenhund“, schwärmt sie. Sie besucht mit ihm Senioren im Altersheim und nimmt sogar mit ihm an Agility-Turnieren (Hindernis-Parcours) teil. Malou ist eben neugierig, lebhaft und ein echter Partner fürs Leben.

DIEGOS NEUE LIEBE: MUSIK MACHEN

BENE-Frühchen Diego hat die Welt der Musik entdeckt. Inzwischen ist der Sonnenschein aus Oberhausen drei Jahre alt und hält musikalisch alle auf Trab. Demnächst geht er in die Musikschule. Und zuhause dürfen Mama Barbara und Papa Christoph dann applaudieren, wenn er am Keyboard oder an der Gitarre sitzt. Ach ja, Singen ist gerade seine absolute Lieblingsbeschäftigung. Mehr von Diego hier:

BE.on bene.mg/diego5

BENE-VIDEOKANAL

KLOSTERGARTEN-EXPERTEN SIND AUCH 2017 WIEDER BEnissimo...

Sie gehören zu den lieb gewonnenen Experten in unserer Video-Rubrik „Benissimo“ auf unserer Homepage: Lehrerin Stefanie Horn und Gärtner Christof Rumbaum sind auch 2017 wieder im Klostergarten des Klosters Saarn in Mülheim für die BENE-Leser unterwegs und geben jahreszeitengemäß Tipps zu Kräutern, Küche, Garten und Botanik. Die Videos, dazu Workshops und Termine in Kloster Saarn gibt es künftig unter:

BE.on bene.mg/benissimo

KOMMUNIONKIND NICK FRAGT:

Lieber Nick,

mein direkter Chef ist unser Bischof Franz-Josef Overbeck. Er leitet unser Bistum Essen. Ihm habe ich bei meiner Priesterweihe versprochen, für das Bistum Essen und für ihn da zu sein.

Aber damit ist die Frage noch nicht ganz beantwortet. Ich habe noch andere Chefs, auf die ich hören muss. Im Bistum Essen ist das zum Beispiel der Generalvikar Klaus Pfeffer. Er ist dafür zuständig, dass das Geld richtig verteilt wird und dass die Verwaltung klappt.

In der Gemeinde gibt es eine weitere Gruppe, mit der ich eng zusammenarbeite: Der Kirchenvorstand. Das sind Leute aus der Pfarrei, mit denen ich mich in vielen Hinsichten abstimmen muss. Wenn diese Fachleute eine Angelegenheit anders beurteilen als ich, wird getan, was sie für richtig halten. Also ist diese Gruppe gewissermaßen auch mein Chef.

Und dann gibt es noch jemanden: Gott! Schließlich glaube ich an ihn. In seinem Auftrag versuche ich, den Menschen zu helfen – im Glauben und im Leben. Also ist er letztlich auch mein Chef. Aber ich sag lieber „Herr“ zu ihm.

Dein Pastor Paul

Ob am Stammtisch, am Arbeitsplatz oder im Bus: Im Moment muss man sich vermehrt drastische Behauptungen, die sich gegen Menschen mit anderer Herkunft, Hautfarbe, Lebensart oder Religion richten, anhören. Doch wie reagiert man spontan darauf? Die Caritas im Bistum Essen bietet unter dem Motto „Sach wat!“ Argumentationstrainings gegen Stammtischparolen an. BENE hat Workshopleiterin Berfin Balik gefragt, wie man Sprücheklopfern den Wind aus den Segeln nimmt.

Text Kathrin Brüggemann I **Illustration** Heiko Wrusch

KÜHLEN KOPF BEWAHREN! SO REAGIERST DU AM BESTEN AUF HASSPAROLEN

Sach wat! Mach wat!

Ruhig bleiben und auf Gefühle eingehen

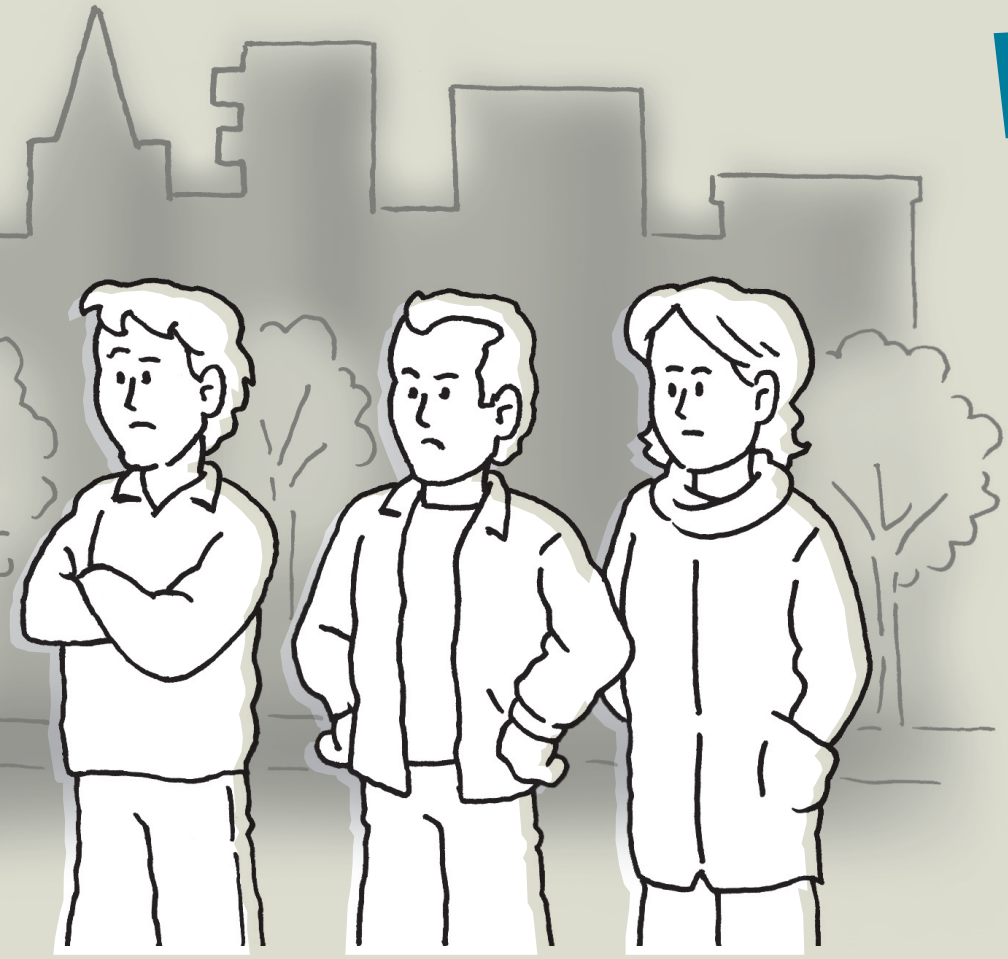
Wer mit einer provozierenden Stammtischparole wie „Die Flüchtlinge nehmen uns die Arbeitsplätze weg“ konfrontiert wird, gerät sofort in die Defensive. Denn die Sprüche kommen unerwartet, die Parolenvertreter sind oft aufgebracht, lassen keine Zeit für ausführliche Gegenargumente. Jetzt heißt es: Ruhig bleiben, die Luft rausnehmen! Oft sind Aggressionen Gefühlsäußerungen, die auf tiefsitzende Ängste hinweisen können. Vielleicht eröffnet die Frage „Warum regst du dich so auf?“ eine neue Perspektive.

Deutliche Grenze ziehen

Auch wenn Zivilcourage wichtig ist, sollte man nicht in jedem Fall einschreiten. Ist der Parolenvertreter ein überzeugter Rechtsradikaler, der den Holocaust verherrlicht, ist das eine absolute Grenzüberschreitung. Hier handelt es sich nicht um Stammtischgerede, sondern um eine rechtsextreme, nationalistische Haltung. Das Gespräch sollte hier direkt beendet werden.

Pauschalisierungen hinterfragen

Oft beginnen Stammtischparolen mit Pauschalisierungen wie „Die Flüchtlinge“. In diesem Fall könntest du entgegnen, dass es sich nicht um eine einheitliche Gruppe handelt, sondern um individuelle Persönlichkeiten. Wenn du dann fragst: „Wer sind denn ‚die‘ überhaupt?“ oder „Kennst du ‚die‘ persönlich?“, zwingst du den Parolengeber zum Innehalten. Generell ist es übrigens besser, von Geflüchteten anstatt von Flüchtlingen zu sprechen, da das Wort Flüchtling negativ besetzt ist.



Mit Moral argumentieren

Versuche am besten, nicht belehrend aufzutreten, sondern deinem Gegenüber auf Augenhöhe zu begegnen. Du solltest nicht moralisieren, sondern mit Moral argumentieren. Erhebe also nicht mahnend den Zeigefinger, sondern begründe deinen Standpunkt mit einem Hinweis auf die Menschenrechte, das Grundgesetz oder christliche Gebote. Das unterstreicht das sichere Fundament, auf dem deine Aussagen stehen.

Die Perspektive wechseln

Das oberste Gebot: Authentisch bleiben. Überzeugungsstärke, Entschiedenheit und Geradlinigkeit demonstrieren Stärke und Selbstbewusstsein. Sprich am besten eher leise und wähle deine Worte mit Bedacht. Ein Tipp: Bringe dein Gegenüber dazu, die Perspektive zu wechseln. Das schaffst du, indem du einfach fragst: „Was wäre eigentlich, wenn man selbst um Asyl bitten müsste?“

Widersprüche aufdecken

Es ist erfahrungsgemäß so, dass Parolengeber häufig nicht nur eine, sondern gleich mehrere Sprüche raushauen. Es wird zum Beispiel oft gesagt: „Die Flüchtlinge nehmen uns die Arbeitsplätze weg“. Im gleichen Atemzug wird hinzugefügt: „Die sind nur hier, um unser Sozialsystem auszubeuten.“ Dann kannst du schnell reagieren, indem du direkt einwirfst: „Da hast du dir jetzt aber widersprochen. Nehmen die Geflüchteten uns die Arbeitsplätze weg oder liegen sie uns auf der Tasche?“

Unentschlossene überzeugen

Meistens gibt es nicht nur erkennbare Pro- und Contra-Vertreter, sondern auch viele Abwartende, Unentschlossene. Diese sind vermutlich eher zu beeindrucken als die Parolengeber, die meistens so von ihren Ansichten überzeugt sind, dass sie sich davon nicht abbringen lassen. Solidarisiere dich also mit den Unentschlossenen und ermuntere sie dazu, ihre Meinung zu sagen.

Brücken bauen

Hinter vielen Parolen kann eine „subjektiv erlebte Wahrheit“ stecken, also eine Wahrheit, die der Sprücheklopfer in dem Moment wirklich so empfindet. Damit dieser das Gefühl hat, dass du ihn ernst nimmst und ihn nicht direkt verurteilst, könntest du zum Beispiel sagen: „Du hast möglicherweise recht mit deiner Aussage, aber hör‘ dir doch einfach mal an, wie ich die Situation einschätze.“ So entsteht eine Art Beziehung, und die starre Konfrontation wird aufgeweicht.

BE.on Sachwat-Aktion im Netz: bene.mg/sachwat

DIE GUTEN FEEN VON DER CARITAS

GANZ SCHÖN HOT!
DIESE HAUSHALTSTRAINERINNEN
HELFEN FAMILIEN,
DENEN DER ALLTAG
ÜBER DEN KOPF WÄCHST

1 | „Den Menschen immer auf Augenhöhe begegnen“

Kinderkrankenschwester und Trainerin Marzena Salomon aus Essen unterstützte eine junge Mutter, die nach der Trennung von ihrem Partner nicht mehr zurechtkam. Sie erarbeitete mit ihr eine Struktur für den Alltag, half ihr bei der Wohnungssuche, erklärte ihr, wie sie den Brei für die kleine Tochter am besten zubereitet. Das Ziel: Ihr zu mehr Selbstständigkeit zu verhelfen. „Ich begegne den Menschen immer auf Augenhöhe.“

I kab

2 | „Gemeinsam 20 Säcke Müll aus der Wohnung geschafft“

Sie ist sich nicht zu schade, sich die Hände schmutzig zu machen: Erzieherin und Trainerin Erika Süselbeck aus Oberhausen griff einer alleinerziehenden Mutter unter die Arme. „Ich habe mit ihr 20 Säcke Müll aus der Wohnung geschafft.“ Nicht nur das Ausmisten hilft: Auch die Aufmerksamkeit, die Erika Süselbeck der Frau schenkt, spielt eine Rolle. „Im Moment ist es wichtig, dass ich ihr zuhöre. Sie hat großen Redebedarf.“

I kab

3 | „Man darf keine schnellen Erfolge erwarten“

Erzieherin und Trainerin Antje Reß aus Gelsenkirchen setzt bei ihrer Arbeit vor allem auf Nachhaltigkeit. Sie legt Wert darauf, überforderten Familien langfristig zu helfen. „Von der Gesellschaft wird erwartet, dass man schnell Erfolge sieht, doch das ist schwierig. Man muss viel Zeit investieren.“ Sie versucht, kleinschrittig vorzugehen. „Wenn es jemand schafft, in einem kleinen Schrank Ordnung zu halten, bin ich damit schon sehr zufrieden.“

I kab

Weitere Infos zum HaushaltsOrganisationsTraining (HOT®) unter: www.caritas-essen.de und Tel: 0201/81028-120

DAS GEFÄLLT DEN BUCHPROFIS

Heiterer Sylt-Krimi

Ich empfehle den Sylt-Krimi „Kurschatten“ von Gisa Pauly, da er nicht blutrünstig, sondern eher heiter ist. Die Charaktere werden sehr unterhaltsam beschrieben. Die benannten Örtlichkeiten erkennen Inselliebhaber wieder.

Sabine Stroz
KÖB Liebfrauen
Bottrop

2 ERIKA SÜSELBECK

3 ANTJE REß

KINO-KULTUR

FÜR BENE-LESER: Die Tipps von Essens Lichtburg-Chefin Marianne Menze

01 HISTORIEN-FILM
Der junge Marx

„Der Junge Karl Marx“ ist großes historisches Kino. In großen Bildern und mit viel Sensibilität erzählt Regisseur Raoul Peck die Entstehungsgeschichte einer weltbekannten Idee – als Porträt einer engen Freundschaft. In den Hauptrollen als Karl Marx und Friedrich Engels: August Diehl und Stefan Konarske.
Premiere in der Lichtburg mit Hauptdarstellern: 01.03.2017, Kinostart: 02.03.2017

Großer Geschichtsstoff: Stefan Konarske (l.) und August Diehl als Engels und Marx

02 DRAMA
Silence

In Martin Scorseses Film reisen zwei Jesuiten-Priester nach Japan um dort das christliche Wort zu verbreiten und ihren Mentor (Liam Neeson) ausfindig zu machen. Der dritte Teil von Scorseses inoffizieller „religiöser“ Trilogie ist wunderschön gemacht, anspruchsvoll und überwältigend. Das Drehbuch basiert auf dem Roman „Chinmoku“ von Endō Shūsaku.
Kinostart: 02.03.2017

Anspruchsvoller Stoff: Liam Neeson in der Scorcese-Verfilmung „Silence“

03 DRAMA
Moonlight

Kritiker überschlugen sich bereits mit Lob für diesen Film: Eine eindringliche Charakterstudie, die den Werdegang des schwarzen Jugendlichen Chiron thematisiert, der am System zu scheitern droht. Das Drama passiert auf dem Theaterstück „Moonlight Black Boys Look Blue“. Trotz der melancholischen Grundstimmung erzählt der Film seine Geschichte mit Leichtigkeit und Frische.
Kinostart: 09.03.2017

„Moonlight“ erzählt die Geschichte des jungen Chiron im Amerika der 1980er und 1990er Jahre.

Sprechen wir über Ihre Aktionen!

Welche besonderen, herausragenden Aktionen gibt es in Ihrer Gemeinde, Ihrer Gruppe, Ihrem Verband? Wo bewegt sich Kirche? Haben Sie einen Vorschlag zur redaktionellen Verwendung? Dann schreiben Sie uns: tipps@bene-magazin.de

Multimediales Kinderbuch

Ich empfehle das Buch „Entdecke die Tiere Afrikas“, weil die Zeichnungen naturgetreu dargestellt sind. Außerdem kann man sich die passenden Tiergeräusche anhören und sich die Texte vorlesen lassen. Ein multimediales, informatives Sachbuch für Kinder.

Anna Ahrens
KÖB St. Hubertus
Essen

Spannende Biografie

Die Biografie „Amon: Mein Großvater hätte mich erschossen“ von Jennifer Teege ist traurig und zugleich spannend. Die Autorin hat durch Zufall Ihre Familiengeschichte gefunden und festgestellt, dass ihr Großvater ein Kriegsverbrecher war.

Monika Mock
KÖB St. Mariä Empfängnis
Essen

BE PLUS

05 02 2017
Segnungsfeiern für Neugeborene
Essen (Heilig Geist Kirche), Bochum (Kapelle St. Elisabeth-Hospital), Gelsenkirchen-Buer (Propsteikirche St. Urbanus), Bottrop (Propsteikirche St. Cyriakus), Oberhausen (Kapelle St. Clemens-Hospital), Neugeborene bis etwa vier Monate, Infos: www.segenfuerbabys.de

27 02 2017
Rosenmontagsumzüge im Ruhrbistum
Essen: 13.11 Uhr, ab Gruga-Parkplatz P2
Duisburg: 13.11 Uhr, ab Neudorf
Bochum: 14 Uhr, ab Lindener Straße
Mülheim: 14 Uhr, ab Südstraße
Gelsenkirchen: 14.30 Uhr, ab Willy-Brandt-Allee

01 03 2017
Sozialpolitischer Aschermittwoch der Kirchen
Essener Dom, 10.30 Uhr,
Redner: Ex-Bundespräsident Christian Wulff,
Anmeldung: Akademie „Die Wolfsburg“,
Tel.: 0208 99919981

Ab 10 03 2017
Fastenpredigten im Essener Dom
freitags ab 18.30 Uhr,
weitere Termine: 17., 24., 31.03. und 07.04

18/19 03 2017
Große Gesundheitsmesse in Duisburg
CityPalais, Landfermannstraße 6,
11 bis 17 Uhr, Eintritt frei,
Infos: www.gesundheitsmesse.nrw

19 03 2017
„Nur Nuhr“: Dieter Nuhr in Oberhausen
König-Pilsener-Arena, 18 Uhr,
Karten ab 29,50 (zzgl. VVK),
Infos: www.koenig-pilsener-arena.de

26 03 2017
Musical „Daddy Cool“
Colosseum Theater Essen,
20 Uhr, Karten ab 22,60 Euro (zzgl. VVK)
unter: 0209 1477999

MEHR BENE …

Uralte Wege und neue Routen:
Die Pilgerwege im Ruhrbistum

Ausgabe 20 erscheint Anfang April 2017

Immer ist was … mit: Kai Magnus Sting

Alltagsgeschichten des Duisburger Kabarettisten auf: bene.mg/sting

IMPRESSUM BENE
DAS MAGAZIN
DES BISTUMS ESSEN

GOGREEN
Der CO_2-neutrale Versand mit der Deutschen Post

Herausgeber: Bistum Essen
Stabsabteilung Kommunikation
Ulrich Lota (verantw.)

Redaktionsleitung: Jutta Laege
Redaktion: Kathrin Brüggemann
Mitarbeit: Isabel Wessels, Achim Pohl (Fotos)
Jens Albers, Simon Wiggen (online)

E-Mail: redaktion@bene-magazin.de
Redaktionsanschrift: Redaktion BENE, Bistum Essen, Zwölfling 16, 45127 Essen

Telefon: 0201-2204266
www.bene-magazin.de

Grafische Gestaltung: Rippelmarken – Werbung und Markenkommunikation

Druck: Rehms-Druck, Borken

BENE erscheint fünfmal im Jahr und wird umweltfreundlich auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt. Der jährliche Bezugpreis beträgt 3,60 Euro. Für Mitglieder der katholischen Kirche im Bistum Essen ist BENE kostenlos.

Bildnachweise: S. 1: Shutterstock; S. 4: Achim Pohl; S. 6/7: Achim Pohl, ©Anja Jahn; S. 8/9: Shutterstock, Pohl; S. 10-11: Pohl, ©Heinrich Brinkmöller-Becker, ©Razak Ghazali; S. 14-17: Pohl, ©dpa/Horst Galuschka; S. 18/19: Pohl, privat, Shutterstock; S: 20/21: Shutterstock; S.22/23: Shutterstock, WAZ.Fotopool/Konopka, Pohl; S.26/27:©Ruhrtourismus GmbH, Rheinoper/©Hans Jörg Michel; S. 28/29: privat, Pohl; S. 32/33: ©Neue Visionen, ©Concorde Filmverleih GmbH, ©A24/DCM, Achim Pohl; S. 34/35: Shutterstock; Pohl

Nevanfang

Was soll ich tun?
Wenn ich so seh, ich kann den Wind nicht ändern –
nur die Segel drehen.
Tausend Fragen schlagen Rad.
Ich will kein neues Leben, nur einen neuen Tag.
Was tut gut? Was tut weh?
Ein Gefühl braucht keine Armee.
Vor, zurück, zur Seite, ran.

Herzlich willkommen, Nevanfang (es ist nicht zu spät)
Nevanfang (es ist nicht zu spät)
Nevanfang

Es ist nicht zu früh, es ist nicht zu spät.
Ein guter Plan ist mehr als eine Idee.
Werf nicht mehr alles in einen Topf.
Veränderung braucht einen klaren Kopf.
Will mich nicht schämen für ein bisschen Glück.
Bin ich es selber oder spielt die Welt verrückt?
Zieh klare Linien zwischen Bauch und Verstand.

Herzlich willkommen, Nevanfang …

Ich bin nicht immun gegen Gegenwind,
doch ich lauf los.
All die schönen Erinnerungen – ich halt sie hoch!
Ich fühl mich einen Tag schwach,
einen Tag wie neugeboren.
Ich will Altes nicht bekämpfen, ich will Neues formen.
Folge meinem Ruf, träume von Wolken leicht.
Ich räum die Blüten aus dem Weg, nutz die Gelegenheit.
Halt mich am Vorne fest – es fühlt sich wacklig an.
Herzlich willkommen, Nevanfang …

Haben auch Sie ein Lied, ein Gedicht oder ein Gebet, das Sie besonders berührt, das Sie tröstet, Ihnen ein Lächeln entlockt oder an das Gute glauben lässt?

Dann schreiben Sie es uns:
gebet@bene-magazin.de

Text und Musik: Thomas Huebner, ©
IO Vor IO Ed./ Arabella Musikverlag GmbH

BE

MENSCH SEIN IM BISTUM ESSEN

Bistum Essen | Zwölfling 16 | 45127 Essen | www.bene-magazin.de