

BENE

42

DAS MAGAZIN DES BISTUMS ESSEN

MÄRZ/APRIL/MAI 2022

WAS MACHT DICH STARK?

Schwere Zeiten verkraften

KIRCHE AM ABGRUND

Was jetzt passieren muss

40 TAGE OHNE

Die Fastenzeit im Fokus

**Essen im 19. Jahrhundert:
Gewinnen Sie eine
„Zeitreise“**



EDITORIAL:

Was macht dich stark?

„Es gibt zwei Vereine, aus denen würde ich niemals austreten: aus dem ADAC und aus der Kirche. Man weiß nie, ob man die Mitgliedschaft irgendwann nicht mal wirklich braucht.“ Ein alter Bekannter hat mich vor vielen Jahren mit diesem Grundsatz zum Lachen gebracht. Ich habe ihn lange nicht gesehen und keine Ahnung, ob er seinem Prinzip treu geblieben ist. Vielleicht ist er längst aufs Fahrrad umgestiegen und hat keinen Automobilclub mehr nötig. Für wahrscheinlicher halte ich aber, dass die Mitgliedschaft in seinem zweiten „Verein“ für ihn auf dem persönlichen Prüfstand steht. Über die verschiedenen Gründe, die jetzt spürbarer denn je Menschen mit der Katholischen Kirche hadern lassen, sprechen wir in diesem Heft.

„Was macht dich stark?“ lautet die Titelfrage dieser BENE-Ausgabe. Tatsächlich ist eine Antwort darauf für viele immer noch: der Glaube an Gott. Umso problematischer ist es, wenn die Institution, die diesen Glauben repräsentiert, Menschen auch massiv schwächt – zum Beispiel, weil sie Ängste schürt und ausgrenzt. Mit ins Bild passen die unzähligen Fälle sexuellen Missbrauchs, die fassungslos machen.

Angesichts der vielen berechtigten Vorwürfe an die Kirche stellt sich die Frage: War's das jetzt mit ihr, hat sie sich selbst erledigt? Man könnte es meinen – wenn es nicht auch positive Zeichen gäbe. „Ich mache mich stark für eine Kirche, die anders wird“, schreibt Franz-Josef Overbeck, Bischof von Essen, in einem Beitrag für BENE auf Seite 8. „Eine Kirche, in der jeder Mensch spürt, von Gott geliebt und gewürdigt zu sein – und ein erfülltes Leben in Freiheit führen kann.“ Es sieht so aus, als würde sich hier ganz schön etwas tun. Das lässt hoffen.

Was sie stark macht und wie sie andere stärken, das hat BENE auch Frauen und Männer aus dem Bistum Essen gefragt. Die vielen Geschichten rund um Erholung in stressigen Zeiten, um das Aufarbeiten und Überwinden schwieriger Lebensphasen möchte ich Ihnen ans Herz legen. Sie zeigen, was alles noch möglich ist, wenn man sich mit seinen Kräften eigentlich am Ende wähnt.

Entscheidend scheint mir zu sein, nicht allein zu bleiben. Ob es das einfache Teilen von Freude und Leid im Alltag ist oder die Beratung durch Fachleute bei Problemen: Der Austausch mit anderen bringt einen auf neue Ideen, macht widerstandsfähiger – und tut einfach gut. Dazu möchte die neue BENE ein Stück beitragen.

Zusammenhalt macht stark – möge das in diesen bedrohlichen Zeiten auch für unsere verzweifelte Sehnsucht nach Frieden in der Welt gelten. Ich wünsche Ihnen einen Frühling, der von dieser Hoffnung getragen ist und neue Kräfte freisetzt!

Ihre Sandra Gerke
Redaktionsleiterin

12

Kinderkuren:
Traumata statt
Erholung



17

In der Krise Kraft
finden – eine
Lehrerin erzählt



32

Nachhilfe mit tierischer
Unterstützung



- 04 **KÖRPER UND GEIST**
Karate als Dampfventil
- 06 **„DIE BETROFFENEN STEHEN IM MITTELPUNKT“**
5 Fragen an Forscherin Helga Dill zur Missbrauchsstudie des Bistums Essen
- 07 **JESUS – GANZ ANDERS**
Neue Folgen der Serie „The Chosen“ ab Mai
- 08 **WAR'S DAS JETZT?**
Die Katholische Kirche am Abgrund – zwei persönliche Sichtweisen
- 10 **DARF ES EIN BISSCHEN MEHR SEIN?**
Keine freiwillige Fastenzeit: Eindrücke aus einer Gegend, in der Alltag Verzicht ist
- 12 **„DIE LÄNGSTEN SECHS WOCHEN MEINES LEBENS“**
Aufarbeitung einer Zeit, in der Kinderkuren Traumata statt Erholung brachten
- 14 **EINE AUSZEIT VOM ALLTAG**
Kuren heute
- 15 **DAS MACHT MICH STARK!**
Wie Menschen aus dem Bistum Essen neue Kraft finden
- 18 **RESILIENZ IM LENZ**
In der Glosse von BENE-Autor Paul Philipp gibt's diesmal viel Körpereinsatz
- 19 **DAS GROSSE BENE-SPORT-QUIZ**
Ob Sprint oder Spaziergang: Wählen Sie für unsere sportlichen Fragen Ihr eigenes Tempo
- 20 **MIT MÜLL MUSIK MACHEN**
Das Projekt Sonidos de la Tierra stärkt Kinder und Jugendliche in Paraguay
- 22 **MEIN GLAUBENSORT? ZWISCHEN HIMMEL UND ERDE!**
Im Segelflugzeug spürte Josef Krieg (84) aus Essen ein Gefühl der Geborgenheit
- 24 **40 TAGE OHNE**
Fakten rund ums Fasten
- 26 **OB IN DER STADT ODER IN DER NATUR**
Buch-Autorinnen zeigen, wo und wie man sich in unserer Region erholen kann
- 28 **NEUE PERSPEKTIVEN AM INNENHAFEN**
Besuch im Duisburger Museum Küppersmühle
- 29 **ZURÜCK MIT DER ZUKUNFT**
Die Stadt Essen bietet eine Reise in die Vergangenheit an – mit hochmoderner Technik
- 30 **WIR SIND DANN MAL UNTERWEGS**
Pilgerreise durch das Bistum Essen
- 31 **DIE KRAFT DES KLANGS**
Sebastian Küchler-Blessing über seine Arbeit als Organist am Essener Dom
- 32 **STALL STATT SCHULSTRESS**
Nachhilfe im Sattel für Kinder aus suchtbelasteten Familien
- 33 **KINOKULTUR UND LESELUST**
- 34 **BE PLUS, VORSCHAU, IMPRESSUM**
- 35 **GEBET**

Besuchen Sie uns unter: www.bene-magazin.de
Wir sind auch bei Facebook: www.facebook.com/magazin.bene
Oder schreiben Sie uns eine E-Mail: redaktion@bene-magazin.de
BENE ist telefonisch erreichbar unter: **0201 2204-267**



Körper und

Karate ist sein Ding: Wenn man Kristian Wember nach seinem Hobby fragt, kommt seine Antwort so schnell und präzise wie sein Sprungtritt: „Karate ist ein Dampfventil und eine effektive Möglichkeit, den Kopf klar und offen für neue Dinge zu bekommen.“ Der 20-Jährige nennt weitere Pluspunkte: „Gut finde ich das respektvolle Miteinander – ohne das funktioniert Kampfsport nicht. Und: Körper und Geist sind gefordert. Ich muss mich ständig in fremde Perspektiven versetzen, um nachzuvollziehen, wie ein Gegner agiert. Diese Fähigkeit ist auch im Alltag für ehrlichen Austausch mit anderen Menschen nützlich.“

Davon profitiert Kristian Wember auch im Berufsleben: Er macht eine kaufmännische Ausbildung beim Bistum Essen – mit begleitendem Studium der Wirtschaftspsychologie. Sein Arbeitgeber sucht derzeit wieder Bewerberinnen und Bewerber für das kommende Ausbildungsjahr, das Anfang September startet. Das Bistum Essen bildet Kaufleute für Büro- oder Digitalisierungsmanagement, Köchinnen und Köche, Hauswirtschaftskräfte sowie Fachinformatikerinnen und -informatiker aus. Alle Infos dazu gibt's im Internet unter bene.mg/kirche-kann-karriere

Text Sandra Gerke
Foto Nicole Cronauge

Geist

5

FRAGEN AN FORSCHERIN HELGA DILL
ZUR MISSBRAUCHSSTUDIE DES BISTUMS ESSEN

„DIE BETROFFENEN STEHEN IM MITTELPUNKT“

Wie konnte sexueller Missbrauch im Bistum Essen passieren? Und warum haben viele die Täter gedeckt? Das Münchener Institut für Praxisforschung und Projektberatung (IPP) untersucht gerade die Hintergründe von Missbrauchsfällen im Ruhrbistum, im Herbst soll die Studie fertig sein. Die Ergebnisse sollen helfen, sexualisierte Gewalt künftig noch besser zu verhindern, sagt IPP-Geschäftsführerin Helga Dill im BENE-Interview mit Thomas Rünker.



BENE: Frau Dill, nach den verschiedenen Missbrauchsstudien der vergangenen Monate: Welche Aufklärung kann Ihre Untersuchung noch bringen?

Helga Dill: Unsere sozialwissenschaftliche Studie kann noch mehr grundlegende Erkenntnisse liefern, warum viele Jahre der Schutz der Institution und der Schutz der Täter im Vordergrund standen. Das ist die Basis für zielgerichtete Prävention und für einen sensiblen Umgang im Fall neuer Missbrauchstaten. Wir rekonstruieren und analysieren Tatverläufe, fragen nach individuellen Folgen und der Bewältigung der erlebten Gewalt sowie nach den dafür nötigen Ressourcen und Unterstützungsmöglichkeiten. Hier stehen die Betroffenen im Mittelpunkt. Außerdem analysieren wir, wie Kirchengemeinden auf Missbrauchsfälle reagiert haben, und rekonstruieren, wie im Bistum Essen – etwa in der Priesterausbildung – über Sexualität diskutiert wurde. Dazu gehört weiter die Frage nach klerikaler Macht und der Deutungshoheit der Priester.

Warum betrachten Sie in Ihrer „Tiefenanalyse“ nur sechs Fälle?

Wir betrachten ausgewählte Fälle, von denen wir uns einen besonderen Erkenntnisgewinn über die zugrunde liegenden sozialen Beziehungen, Strukturen und Prozesse versprechen. Wir erwarten ein tieferes Verständnis darüber, was zur Entstehung und Aufrechterhaltung sexualisierter Gewalt im Bistum Essen beigetragen hat.

Sie schauen auch auf Kirchengemeinden, in denen ein Missbrauchsverdacht oft zu einer Spaltung in Befürworter und Gegner des Verdächtigen führt.

Wie sich Fälle von sexualisierter Gewalt auf ganze Kirchengemeinden auswirken, ist bisher wenig untersucht worden. Unsere Interviews zeigen: Auch wenn die Fälle lange zurückliegen, gibt es bis heute Verstrickungen der Gemeindemitglieder – sei es, weil sie damals nichts gesagt haben, sei es, weil sie den Täter geschätzt und damit wissentlich oder unwissentlich geschützt haben.

Hilft es, die Namen von Tätern zu veröffentlichen – auch wenn dem das Persönlichkeitsrecht entgegensteht?

Für Betroffene ist es wichtig, dass Täter zur Verantwortung gezogen werden. Und dass sie als Betroffene anerkannt und entschädigt werden. Die Veröffentlichung von Namen sehen wir zwiespältig. Zum einen haben auch die Täter ein Recht auf Resozialisierung und damit eine gewisse Anonymität. Zum anderen kann das jahrelange Schweigegebot, das sich die Menschen selbst auferlegt haben oder das ihnen vonseiten der Verantwortungsträger im Bistum auferlegt wurde, endlich aufgehoben werden. Ich plädiere für eine sorgfältige Abwägung in jedem Einzelfall.

Wie gehen Sie bei Ihrer Studie insgesamt vor?

Wir haben die Personal- und Geheimakten aller beschuldigten Priester und anderer Kirchen-Beschäftigter analysiert und daraus die sechs exemplarischen Fälle identifiziert. Diese Fälle analysieren wir vor allem durch Interviews mit Betroffenen, Zeitzeuginnen und Zeitzeugen und Verantwortlichen des Bistums. So können wir die systemischen Bedingungen und Folgen von sexualisierter Gewalt im Bistum zeigen.

JESUS – GANZ ANDERS

Neue Folgen der Serie „The Chosen“ ab Mai



Jonathan Roumie spielt Jesus.

Über 300 Millionen Menschen sollen sie schon gesehen haben: Die amerikanische Serie „The Chosen“ (deutsch: „Der Auserwählte / Die Auserwählten“) erzählt von Jesus von Nazareth und zeigt, wie drastisch sich das Leben der Menschen verändert, die ihm begegnen. Für den Fischer Simon zum Beispiel, der sich in große finanzielle Schwierigkeiten gebracht hat. Oder für Maria Magdalena, die am Sinn ihres Lebens zweifelt.

„In Amerika gibt es wahrscheinlich fast niemanden mehr, der die Serie nicht kennt“, glaubt Lukas Furch. „Da ist das Ding durch die Decke gegangen.“ Furch ist für die Verbreitung der Serie, die auf keinem TV-Sender, sondern via Internet zu sehen ist, in Deutschland zuständig. Auch hier habe „The Chosen“ über die sozialen Medien schnell ein Publikum gefunden – neben der englischsprachigen Originalversion mittlerweile in einer deutsch synchronisierten Fassung. „Nun wächst die deutsche Fangemeinde weiter – und freut sich auf den Start der zweiten Staffel auf Deutsch im Mai“, so der Manager.

„Gewöhn dich an anders“ ist das offizielle Motto der Serie, die laut ihrer Macher einen Jesus zeigt, „wie man ihn bisher noch nicht gesehen hat: warmherzig, humorvoll, einladend. Und so unwiderstehlich göttlich, dass man begreift, warum die Menschen alles stehen und liegen lassen, um ihm zu folgen.“

Eindruck gefällig? Unter **bene.mg/chosen** findet sich der Trailer zur Serie. Alle Folgen von „The Chosen“ sind kostenlos über eine spezielle App oder auf YouTube zu sehen. Weitere Informationen dazu sowie DVDs und Bücher gibt es unter **www.the-chosen.net**.

l sg

KLAUS PFEFFER, GENERALVIKAR DES BISTUMS ESSEN, ZUR INITIATIVE „OUT IN CHURCH“

„Mit der Initiative #Outinchurch beweisen kirchliche Mitarbeitende großen Mut: Sie stehen zu ihrer geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung – ob transident, homosexuell, bisexuell oder in anderer Weise queer. Sie decken auf, was es bedeutet, wenn Menschen wesentliche Seiten ihres Lebens verstecken müssen.“

Schon viel zu lange gilt in der Katholischen Kirche ein Arbeitsrecht, das Angst erzeugt und Leid verursacht, sobald Mitarbeitende eine traditionelle und strenge ‚Hochmoral‘ nicht leben können und wollen. Eine neue Beziehung nach einer gescheiterten Ehe oder eine gleichgeschlechtliche Partnerschaft – in manchen Gegenden Deutschlands löst das immer Angst um den Arbeitsplatz aus.

Im Bistum Essen gehen wir schon seit einigen Jahren einen anderen Weg. Wer bei uns arbeitet, soll aufgrund seines privaten Beziehungslebens keine Angst haben! Das Kirchliche Arbeitsrecht darf nicht dazu benutzt werden, um eine Sexual- und Beziehungsmoral durchzusetzen, die die komplexe Lebenswirklichkeit der Menschen ignoriert.“



Weitere Informationen: www.outinchurch.de

WAR'S DAS JETZT?

Die Katholische Kirche am Abgrund –
zwei persönliche Sichtweisen



Franz-Josef Overbeck, Bischof von Essen

„Wir stehen mit der Katholischen Kirche nicht nur am Abgrund, sondern sind bereits weit in den Abgrund geraten. Vor allem der Skandal des sexuellen Missbrauchs durch Kleriker hat schreckliches Leid offenbart, das Kindern und Jugendlichen zugefügt wurde. Unfassbar, wie viele Lebensgeschichten dadurch schwer beeinträchtigt oder sogar zerstört wurden.“

Das Gutachten des Erzbistums München und Freising hat einen besonders erschreckenden Fall eines Essener Priesters beschrieben, der unzählige Menschen über Jahre hinweg an verschiedenen Orten missbraucht hat. Dieser Fall steht exemplarisch für ein großes Desaster. Eine eigene Studie zum sexuellen Missbrauch in der Geschichte des Ruhrbistums wird im Laufe dieses Jahres wahrscheinlich auch zeigen, dass es bei uns ähnlich war wie anderswo: Unter dem Deckmantel von Religion und Glaube sind Verbrechen geschehen. Aber für die Opfer, die Betroffenen der sexuellen Gewalt, interessierte sich niemand. Alles drehte sich um den Schutz der Kirche und ihrer übergriffigen Priester.

Ich habe mir bis 2010 nicht vorstellen können, was geschehen ist. Das beschämt mich. Ich frage mich, warum ich nicht früher wahrgenommen habe, was unter der Oberfläche des kirchlichen Lebens an Unheil geschah. **Vor allem die Begegnungen mit den Betroffenen sexueller Gewalt haben mir die Augen geöffnet. Die Verbrechen haben zu tun mit grundsätzlichen Missständen in der Katholischen Kirche.**

Es wundert mich deshalb nicht, dass Zorn und Wut bei vielen Menschen so groß sind. Über Jahrzehnte haben Vertreter der Kirche hohe Ansprüche formuliert und den Zeigefinger über andere erhoben. Jetzt wird massives moralisches Versagen aufgedeckt.

Der Vertrauensverlust ist enorm. Selbst viele, die sich lange Zeit nicht vorstellen konnten, die Kirche zu verlassen, sind gegangen oder denken über den Abschied nach. **Die Gefahr ist groß, dass die Zahl der Austritte ein Ausmaß annimmt, das unsere Kirche in ihrer Existenz gefährdet. Dem können wir nur noch eine radikale Erneuerung entgegensetzen.**

Das Amt in der Katholischen Kirche braucht Demut, Menschlichkeit und auch Kontrolle in der Machtausübung. Die Kirche darf keine lebensferne Institution sein, die Menschen kleinmacht. So hat zum Beispiel die rigide Sexualmoral Verletzungen und Gewissensnöte ausgelöst – und Menschen ausgegrenzt.

Ich mache mich stark für eine Kirche, die anders wird – in der sich Menschen sicher fühlen, in der es ein gleichberechtigtes Miteinander gibt und niemand fürchten muss, aufgrund seines Geschlechtes, seiner sexuellen Identität oder seines persönlichen Familienstands verurteilt oder benachteiligt zu werden. Ich mache mich stark für eine Kirche, in der jeder Mensch spürt, von Gott geliebt und gewürdigt zu sein – und ein erfülltes Leben in Freiheit führen kann.“

**Elisabeth Hartmann-Kulla,
BENE-Leserin aus Wattenscheid**

*„Das war's jetzt mit der Kirche' – den Impuls hatte ich in der Vergangenheit schon öfter. Ich erinnere mich noch, wie mich der Umgang mit Aids in den 80er-Jahren schockiert hat, als die Katholische Kirche diese Krankheit als ‚Strafe Gottes' ansah. Oder als kirchenkritischen Theologen wie Hans Küng und Eugen Drewermann die Lehrerlaubnis entzogen wurde. Da habe ich mich gefragt: **Müsste ich nicht eigentlich austreten?***

Und dann die vielen Missbrauchsfälle! Erst als Erwachsene ist mir wieder eingefallen, dass wir in meiner Kindheit einen Kaplan hatten, der auf einmal verschwunden war. Mein Vater sagte damals nur: ‚Der hatte was mit Messdienern.' Weiter wurde nicht darüber geredet. Vor ein paar Jahren hat mich dann der Fall eines Priesters, der bei uns in der Gemeinde eingesetzt worden war, obwohl er ein verurteilter Missbrauchstäter war, einmal mehr vom Hocker gehauen.

Ich bin jetzt 67 Jahre alt – und geschieden. Eine Wiederverheiratung wäre nicht möglich gewesen, weil ich ‚in Lehre und Verkündigung' tätig war, wie es so schön heißt: Ich habe 42 Jahre als Religionslehrerin gearbeitet. Dass das Bistum Essen jetzt offiziell sagt, dass der Familienstand oder die sexuelle Orientierung keine Rolle spielen bei einer Anstellung, finde ich gut. Aber das reicht nicht.

***Es müsste so vieles grundlegend reformiert werden!** Das Pflichtzölibat gehört abgeschafft. Frauen müssen die gleichen Rechte wie Männer in der Kirche bekommen – auch Priesterinnen werden dürfen. Dafür setze ich mich mit der Bewegung Maria 2.0 und in der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands ein.*

Die Lage der Katholischen Kirche hat sich immer weiter zugespitzt in den letzten Jahren. Und dann lief Ende Januar im Fernsehen die Doku ‚Wie Gott uns schuf', bei der sich Menschen im kirchlichen Dienst zu ihrer Homosexualität bekannt haben. Zu hören, wie existenziell beeinflussend es war, lange nicht dazu stehen zu können, hat mich bewegt.

*Meine beiden Söhne sind aus der Kirche ausgetreten. Ich kann sie verstehen. Und doch habe ich mich entschieden zu bleiben. Das wiederum finden meine Kinder gut. **„Liebe deinen Nächsten, deine Nächste wie dich selbst' – die Botschaft Jesu. Das ist der Wert, der erhalten und weitergegeben werden muss. Für den es sich zu kämpfen lohnt.** Ich denke da auch an meine Enkel und alle, die nach uns kommen.*

*Das wird uns nicht gelingen, wenn alles so bleibt, wie es ist. Ich engagiere mich deshalb weiter für Veränderung. Meine katholische Glaubensgemeinschaft ist es wert, erhalten zu bleiben. Ich vermeide an der Stelle bewusst den Ausdruck Katholische Kirche. **Die Amtskirche wird nicht in der jetzigen Form bestehen bleiben. Sie wird entweder zusammenbrechen, sich selbst erledigen durch Skandale und immer mehr Austritte. Oder wieder stark werden durch grundlegende Reformen.**“*



WIE SEHEN SIE DAS?

Schreiben Sie uns, was Sie über die aktuelle Lage der Kirche denken. BENE möchte in der nächsten Ausgabe eine Auswahl der Einsendungen abdrucken. Kürzungen behält sich die Redaktion vor. Wenn Sie keine Veröffentlichung wünschen, geben Sie uns einfach einen Hinweis.

Ihre Zuschriften erreichen die Redaktion per E-Mail an meinung@bene-magazin.de oder per Post an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen, Betreff: „War's das jetzt?“**. Bitte geben Sie für eventuelle Rückfragen Ihre Telefonnummer an. Die Daten werden nach Verwendung nicht gespeichert.

„DARF ES EIN BISSCHEN MEHR SEIN?“

Keine freiwillige Fastenzeit: Eindrücke aus einer Gegend, in der Verzicht Alltag ist

Text Sandra Gerke | Fotos Achim Pohl

Geduldig stehen die Menschen in der Schlange, die sich bis an den Straßenrand zieht. Wer endlich an der Reihe ist, kann den Geschäftsraum betreten und sich gegen einen winzigen symbolischen Geldbetrag gut erhaltene gebrauchte Kleidung aussuchen. Der Laden ist Teil des Sozialzentrums St. Peter in Duisburg-Hochfeld, einer Gegend, die manche als „sozialen Brennpunkt“ bezeichnen würden. „Es ist ein Stadtteil, der besondere Aufmerksamkeit braucht.“ So beschreibt es Martina Paul (Foto). Die Ordensschwester ist Sozialpädagogin, Gemeindeferentin und Leiterin von St. Peter. Sie führt den Besuch aus der BENE-Redaktion durch die Räume der ehemaligen katholischen Kirche, die vor zehn Jahren zum Sozialzentrum umgebaut wurde. Und schildert später im Interview ihre persönlichen Gedanken zur gerade begonnenen Fastenzeit.

Eine Tür öffnet sich, hinter der sieben Frauen und ein Mann Deutsch lernen – jetzt ist gerade kurze Pause. Die Mitglieder der kleinen Klasse stammen aus Afghanistan, Syrien, Bulgarien, Ghana und der Türkei. Ganz unterschiedliche Wurzeln haben auch die Kinder, die am Nachmittag zu Schwester Martina in die Hausaufgabenbetreuung kommen und danach in einem eigenen bunt gestalteten Bereich gemeinsam spielen und lesen können. Eine Etage tiefer ist eine Ausgabestelle der Duisburger Tafel untergebracht. Gut 120 Tüten mit Lebensmitteln – pro Stück zwei Euro – verteilen Ehrenamtliche hier jeden Tag an Bedürftige.

Fastenzeit. Von Aschermittwoch bis zum Samstag vor Ostern suchen sich viele Christinnen und Christen etwas, bei dem sie jetzt einmal kürzertreten oder was sie sich komplett „verkneifen“ wollen. Viele finden, dass diese Wochen einen weiterbringen und Denkanstöße für die Zeit danach liefern. Schwester Martina kann dazu beitragen: mit ihren Eindrücken aus einer Gegend, in der notgedrungen Verzicht Alltag ist – und keine freiwillige Fastenzeit.





BENE: „Darf es ein bisschen mehr sein?“ – Die Frage, die man etwa von der Fleischtheke kennt, ist Ihnen direkt in den Sinn gekommen, als die BENE-Redaktion Sie auf das Thema „Fastenzeit im Brennpunkt“ angesprochen hat. Warum?

Schwester Martina: Bei Fastenzeit denken viele sofort an Verzicht. Ich aber finde: Es darf auch ein bisschen mehr sein. Zum Beispiel mehr Aufmerksamkeit, Zeit für den anderen. Fasten könnte heißen: stärker Beziehungen zu pflegen, nicht so zu hetzen. Beim Einkaufen nicht nur die Waren zu sehen, sondern auch die Menschen im Laden.

Auch wenn St. Peter zum Sozialzentrum umgebaut wurde: Einen kleinen Kirchenraum gibt es immer noch. Welche Rolle spielt eine christliche Gebetsstätte in einem Haus, in dem Mitglieder aller möglichen Religionsgemeinschaften ein und aus gehen?

In diesen Wänden steckt etwas Besonderes. Hier gab es nie Streit. Sorgen und Nöte wurden ausgesprochen und vor Gott gebracht, und Menschen gingen gestärkt nach Hause. Für mich ist diese Atmosphäre heute noch wirksam, viele Menschen spüren es auch. Es rührt mich an, wenn die Menschen immer wieder sagen: „Hier habe ich ein Zuhause gefunden.“

Der Leiter einer privaten Sprachschule, ein gebürtiger Amerikaner und Jude, bot einige Zeit im Sozialzentrum Wochenendkurse an. Einmal stand er im Saal des Zentrums und sagte: „Hier spüre ich eine besondere Energie, eine große Kraft.“ Da zeigte ich ihm die Kapelle und sagte: „Hier ist das Kraftzentrum.“

In der Kapelle treffen wir uns zum Gottesdienst, in unserem großen Saal zur Kontemplation. Das heißt: In entspannter Haltung wendet man seine Aufmerksamkeit nach innen, verzichtet auf jede Art von Aktivität, beobachtet seine Gedanken und Gefühle. Wenn ich so zur Ruhe komme, kann ich eine innere Stille erfahren, kann sich Klarheit des Bewusstseins einstellen bis hin zur Berührung des „göttlichen Funkens“. Alle diese Treffen erlebe ich immer als Energieaustausch.

Worin sind die Menschen, die die Angebote von St. Peter in Anspruch nehmen, in Ihren Augen besonders stark?

In unseren Deutschkursen erlebe ich die starke Sprachbegabung der Frauen und Männer. Die meisten sprechen zwei bis drei verschiedene Sprachen, bevor sie Deutsch lernen.

In den Gesprächskreisen, die wir für Frauen und Männer anbieten, um sicherer im Gebrauch der deutschen Sprache zu werden, erlebe ich die Menschen als offen und tolerant. Sie wollen einander kennenlernen und verstehen. Sie möchten dazugehören. Es wird auch über ihre unterschiedlichen Religionen, über Hinduismus, Islam und Christentum, gesprochen, ohne zu urteilen oder zu belehren, sondern um mit den anderen zu teilen, was sie glauben.

Eine Stärke erlebe ich auch im materiellen Teilen. Gerade auch Menschen, die wenig haben, teilen es selbstverständlich mit anderen. Der Familienbegriff ist nicht nur auf die Blutsverwandtschaft ausgerichtet. Bruder und Schwester sind die, die Hilfe brauchen.

Was sind die besonderen Herausforderungen bei der Arbeit hier – für Sie als Leiterin, aber auch für die vielen Ehrenamtlichen?

Im Sozialzentrum engagieren sich, auch jetzt unter den erschwerten Corona-Bedingungen, etwa 45 Menschen. Manche kommen einmal pro Woche, manche täglich. Meine Herausforderung ist, die unterschiedlichen Bereiche, in denen sie tätig sind, zu verbinden. Dass wir gemeinsam für die Menschen da sind, um ihnen nahe zu sein, sie zu unterstützen.

Bei uns ist jeder willkommen! Hier ist kein Ort für Rassismus – wie es auch auf der Fahne zu lesen ist, die an einem unserer Fenster hängt.

Als meine Aufgabe sehe ich auch, zu spüren, ob es den Einzelnen mit ihrem Engagement gut geht. Ehrenamt muss Freude machen. Es ist ein Geben und Nehmen. Das ist auch die Herausforderung jedes Einzelnen, zu reflektieren, ob die Motivation immer noch stimmt.



Was bedeutet die Fastenzeit für Sie persönlich?

Fastenzeit ist für mich auch immer eine Zeit, bewusst auf etwas zu verzichten, Abhängigkeiten zu überprüfen und sich ein Stück weit frei davon zu machen. In meiner aktiven Raucherphase bedeutete das, die Anzahl der Zigaretten zu reduzieren. Oder auch einmal Süßigkeiten oder Fernsehkonsum einzuschränken. In alldem geht es darum, sich vorzubereiten auf Ostern.

Konkret heißt es, einmal mehr eine Auszeit im Alltag zu nehmen und nachzudenken, was Ostern, die Auferstehung Jesu, bedeutet. Für mich heißt das: Es gibt eine Hoffnung auf Leben – durch alle Grenzen hindurch. Frei nach dem Werbeslogan: Glaubst du noch oder lebst du diese Freiheit schon?

„Die längsten sechs Wochen meines Lebens“

AUFARBEITUNG EINER ZEIT,
IN DER KINDERKUREN
TRAUMATA STATT ERHOLUNG
BRACHTEN

Text Cordula Spangenberg



„Die längsten sechs Wochen meines Lebens – ich weinte jeden Abend – die Erinnerung kam Jahrzehnte später aus dem Nichts.“ So sprechen Menschen jenseits der Lebensmitte über ihre Zeit als „Verschickungskinder“ in Heil- und Erholungskuren. „Unendlich einsam und verloren“ fühlten sich die Jungen und Mädchen – ohne zu ahnen, dass es den Kindern nebenan am Tisch und im Schlafsaal ebenso ging.

Das Leid der zwischen 1950 und 1970 geborenen Verschickungskinder bahnt sich seit 2019 mit Macht seinen Weg an die Öffentlichkeit. Wesentlichen Anteil daran hat die „Initiative Verschickungskinder“ rund um die Sonderpädagogin Anja Röhl, die seit 2009 Berichte der Betroffenen sammelte und 2021 das Buch „Das Elend der Verschickungskinder“ veröffentlichte. In Nordrhein-Westfalen koordiniert Detlef Lichtrauter die Initiative. Er ist auch Vorsitzender des Vereins „Aufarbeitung Kinderverschickungen NRW e. V.“, der eng mit der Landesregierung zusammenarbeitet, um die Wahrheitsfindung voranzutreiben.

Zwischen 1949 und 1990 organisierten die sogenannten Kinderfahrtmeldestellen in NRW Kuren für über 2,1 Millionen

Kinder, so das Ergebnis einer ersten Studie des NRW-Sozialministeriums. Allein im Jahr 1962 wurden fast 100.000 Kinder und Jugendliche aus NRW verschickt mit den Diagnosen: erholungsbedürftig, schwächlich, anfällig, nervös, milieugeschädigt, chronisch krank.

Nicht alle ehemaligen Kurkinder haben schlimme Erfahrungen gemacht. Aber Tausende eben doch. Sie stecken ihnen heute noch in den Knochen – teils als düstere, diffuse Ahnungen aus ihrer frühen Kindheit, teils als konkrete Erinnerungen an übergreifende Erlebnisse.

Druck war offenbar oft Erziehungsmethode: Es wurde demütigend bestraft, wenn Achtjährige abends noch mit dem

Bettnachbarn flüsterten, wenn jemand in der Nacht zur Toilette wollte, wenn Sechsjährige sich aus Heimweh einnässten. Die Mahlzeiten waren streng reglementiert: Unzählige Betroffene erinnern sich an dicke Milchsuppen, die auch dann ausgelöffelt werden mussten, wenn Kinder sich vor Ekel in den Teller erbrochen hatten. Kinder, die abnehmen sollten, saßen mittags mit ihren Hungerrationen an einem Tisch mit Kindern, die aufgepöppelt werden und „den Teller leer essen“ sollten.

Eine strenge Mittagsruhe war sogar noch für 14-Jährige verpflichtend: Stocksteif, mit geschlossenen Augen lagen 25 Kinder in ihren Schlafsaalbetten, eine der Schwestern saß zur Aufsicht auf einem Stuhl an der Tür – oder eine der „Tanten“, wie die weiblichen Aufsichtspersonen seit der Reformpädagogik der 1920er-Jahre genannt wurden. Briefe der Kinder nach Hause wurden zensiert, Päckchen der Eltern von der Kurheimleitung einbehalten. In welchem Ausmaß tatsächlich sogar Medikamentenversuche in den Heimen stattgefunden haben könnten, das untersucht nun eine NRW-Studie.

„Wildfremde Menschen im Alter von 60 oder 80 Jahren brechen am Telefon in Tränen aus und bedanken sich dafür, endlich mit jemandem über die Zeit im Heim sprechen zu können“, sagt Detlef Lichtrauter. Sein Verein „Aufarbeitung Kinderverschickungen NRW“ bietet auf der Internetseite www.verschickungsheime.de verschiedene Hilfen an: den eigenen Erfahrungsbericht einzustellen. Sich mit anderen ehemaligen Kurkindern konkreter Heime zu vernetzen. Psychologische Unterstützung zu bekommen. Und jetzt aktuell zur politischen Aufarbeitung beizutragen. Hilfe-Hotline, Seminare für Betroffene, Recherche und Forschung: „Wir kümmern uns“, verspricht Lichtrauter.

Das Land NRW unterstützt den Verein politisch wie finanziell und hat 2021 eine Studie aufgesetzt zu Gewalt und pädagogischem Fehlverhalten in den Heimen. Erste Ergebnisse sind unter bene.mg/kinderkur einsehbar. Eine große Untersuchung folgt.

Ärzte, Gesundheitsamt und Wohlfahrtspflege verordneten die Kuren damals. Befeuert wurde die Verschreibung dadurch, dass das Bundessozialhilfegesetz von 1962 die Finanzierung dieser Kuren erleichterte – man konnte also als Anbieter eines Kinderkurheimes für sich selbst ein ziemlich gutes Auskommen haben.

Mehr als ein Viertel der Kinderheilstätten wurden von katholischen oder evangelischen Trägern betrieben. Die größten Anbieter waren damals private Heime und Einzelanbieter, außerdem hatten Städte und Landkreise, Bahn, Post, große Firmen, die Arbeiterwohlfahrt und das Deutsche Rote Kreuz ihre eigenen Heime.

Die katholische Caritas und die religiösen Orden sammeln derzeit Informationen – beschleunigt wohl auch durch die Kritik an der zögerlichen Aufarbeitung des Missbrauchsthemas durch die Katholische Kirche. Wie in den meisten anderen Einrichtungen gibt es allerdings kaum noch Unterlagen zu den Kur-Kindern – weder über die verschreibenden Kinderärzte noch in den Einrichtungen oder in den Archiven der Bistümer oder religiösen Orden. Auch die Archive der Landesverbände Rheinland und Westfalen geben bislang nicht viel her. Das sehr alte oder verstorbene Betreuungspersonal von damals kann ebenfalls nicht mehr befragt werden. Der Deutsche Caritasverband beteiligt sich deshalb an einer bundesweiten Untersuchung der Rentenversicherung zum Verschickungsthema.

Bleibt die Frage: Warum hatten Ärzte, „Tanten“ und Schwestern so wenig Gefühl für die Kinder zwischen vier Jahren und der Pubertät? Woher stammen die rigiden Erziehungsmethoden? Etwa aus der Hitlerzeit? Sie gehen – so die NRW-Studie – zurück auf die nicht sehr empathischen Kinderheilkuren der Weimarer Republik 1918 bis 1933, die der Nationalsozialismus dann aufgriff. Während des Zweiten Weltkrieges wurden Evakuierungsmaßnahmen Minderjähriger als „Kinderlandverschickung“ geschönt und mit Drill und Druck der Hitler-Jugend durchgezogen.

„WIR KÜMMERN UNS!“

Als der Krieg endete, blieb das vorherige Betreuungspersonal. Auch die Methode bestand Jahrzehnte fort, Kinder über Druck und körperliche Gewalt zu ihrem „Glück“ zu zwingen. Im Raum steht das Schlagwort „Schwarze Pädagogik“ – Erziehung über Gewalt und Erniedrigung.

Den meisten Betroffenen geht es heute darum, sich selbst zu erklären, warum ihr Leben seit der einschneidenden Erfahrung der Kinderkur Jahrzehnte lang von Bindungsangst, Ekel oder anderen Beeinträchtigungen geprägt wurde.

„Das alles ist jetzt 46 Jahre her, und ich fange gerade erst an zu begreifen, welche Auswirkungen diese sechs Wochen auf mein weiteres Leben hatten und was da alles in mir kaputt gemacht wurde“, schreibt einer, der als Fünfjähriger im Kurheim verprügelt wurde, weil er ins Bett gemacht hatte: „Da ist so viel Trauer um den fröhlichen kleinen Jungen, der so nicht mehr nach Hause zurückkam.“

Rat und Hilfe

Bei Gesprächsbedarf und weiteren Fragen steht Detlef Lichtrauter (Aufarbeitung Kinderverschickungen NRW e. V.) zur Verfügung.

Mobil: 0163 1328215

E-Mail: detlef.lichtrauter@akv-nrw.de

www.verschickungsheime.de

EINE AUSZEIT VOM ALLTAG

Kuren heute



Zeit für sich selbst – die kommt meistens zu kurz. Vor allem Eltern sind seit Beginn der Pandemie im Dauerstress. „Personen, die in Familienverantwortung stehen, gelten als besonders belastet. Sie können bei ihrer Krankenversicherung eine Kur beantragen“, erklärt Ursula Haneke vom Sozialdienst katholischer Frauen Essen-Mitte e. V. (SkF). Die Sozialarbeiterin hilft Menschen aus der Ruhrmetropole dabei, die passende Kur zu finden.

Kuren sind Vorsorgemaßnahmen, die die Gesundheit erhalten und die Fähigkeiten zur Selbsthilfe und Eigenverantwortung stärken sollen. Es gibt Kuren für Mütter, für Väter, Mutter-Kind-Kuren und Vater-Kind-Kuren. Auch Frauen und Männer, die ihre Angehörigen pflegen, haben gesetzlichen Anspruch auf eine Kur, die in der Regel drei Wochen dauert. Menschen, die sich von einer Krankheit erholen müssen, haben die Möglichkeit, bei ihrer Rentenversicherung eine Rehabilitationsmaßnahme zu beantragen.

Die klassische Kinderverschickung, bei der sich Mädchen und Jungen allein in eine Heilbehandlung begeben mussten, gibt es inzwischen nicht mehr.

Der SkF vermittelt hauptsächlich in Kurkliniken des Müttergenesungswerks. Die Einrichtungen haben ein vielfältiges Angebot. Dazu zählen psychologische

Einzel- und Gruppengespräche, physikalische Anwendungen, Sport- und Kreativangebote sowie Betreuungsangebote für Kinder.

„Die meisten Klientinnen und Klienten, die wir beraten, leiden unter Erschöpfungssymptomen, Stimmungsschwankungen und körperlichen Anzeichen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Gereiztheit“, berichtet Ursula Haneke.

Drei Wochen keine Verpflichtungen und Termine: Zeit, um zur Ruhe zu kommen und zu lernen, wie man sein Leben in Zukunft stressfreier gestalten kann. Momentan beantragen hauptsächlich Frauen eine Auszeit vom Alltag. „Viele von ihnen sind als Mutter, Erwerbstätige und pflegende Angehörige gleich mehrfach belastet“, erzählt Haneke. Für die Sozialarbeiterin ist es ein Zeichen von Stärke, „wenn sich Betroffene Hilfe holen, bevor ihnen die Kraft ausgeht“.

I kab

Der SkF **übernimmt bei der Beantragung einer Kur alle Formalitäten** und hilft nach dem Aufenthalt bei der Suche nach ambulanten Maßnahmen.

Melden Sie sich bei Interesse unter der **Telefonnummer 0201 319375-600**.

E-Mail-Kontakte:
u.haneke@skf-essen.de
oder kurberatung@skf-essen.de

Der **Caritasverband für das Bistum Essen** bietet in vielen Städten Kurberatung an.

Informationen dazu erhalten Sie bei Gabriele Pollaschek unter der **Telefonnummer 0201 81028-512**.

E-Mail: gabriele.pollaschek@caritas-essen.de

DAS MACHT MICH **STARK!**

Wie Menschen aus dem Bistum Essen neue Kraft finden

Das Leben kann einen ganz schön fertig machen. Allein der Alltag ist anstrengend genug. Wenn man dann noch persönliche Krisen, Krankheiten oder andere Katastrophen verkraften muss, ist man meist völlig am Ende. Wie kommt man nach schweren Zeiten wieder auf die Beine? BENE hat Menschen aus dem Bistum Essen gefragt, was sie stark macht, wie sie andere stärken und was man tun kann, damit man von Grund auf widerstandsfähig wird.

Text Kathrin Brüggemann



*„Einsamen Menschen
Lebensfreude schenken“*

Wenn Moritz Bott (28) vor der Tür steht, geht die Sonne auf. Für viele Seniorinnen und Senioren aus Gelsenkirchen ist der Sozialarbeiter ein echter Lichtblick. Bott besucht alte und einsame Menschen, um ihnen neue Kraft zu geben. Er leitet in Gelsenkirchen das Malteser-Projekt „Miteinander – Füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter“, das bundesweit an 100 Standorten angeboten wird.

„Einsamkeit ist in unserer Gesellschaft ein Thema, das vor allem Ältere betrifft. Wir möchten Menschen über 70 dazu ermutigen, ihre vier Wände zu verlassen, um mal etwas Neues zu erleben. Viele wissen gar nicht, was für tolle Angebote es in ihrem Stadtteil gibt. Deshalb informieren wir sie über Veranstaltungen und Organisationen in ihrer Nähe.

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter helfen mir bei den Hausbesuchen – alles junge Leute, die für ihren Job brennen! Wenn Jung und Alt sich treffen, profitieren beide Seiten davon. Die Jungen erhalten viel Dankbarkeit, die Älteren freuen sich über die Unterstützung. Viele der Menschen, die Hilfe von uns brauchen, haben kein Internet. Da sind wir dann so eine Art mobiles Google-Lexikon.

Wir springen nicht nur ein, wenn es um die Gestaltung der Freizeit geht. Wir vermitteln ältere Menschen auch an die städtische Pflegeberatung. Einige von ihnen schaffen es nicht, sich selbst Hilfe zu holen. Oder es ist ihnen peinlich, zuzugeben, dass sie nicht mehr allein zurechtkommen.

Manchmal leisten wir den älteren Semestern einfach nur etwas Gesellschaft. Mit einer Dame aus Gelsenkirchen haben wir uns kürzlich mehr als zwei Stunden unterhalten. Einsame Menschen zu unterstützen, gibt mir Kraft und Stärke, die ich wiederum in das Projekt stecke. Mir ist es wichtig, Lebensfreude zu vermitteln. Die sollten wir bis ins hohe Alter haben.“

Wenn Sie sich selbst oder eine andere Person für das Projekt in Gelsenkirchen anmelden möchten oder wenn Sie Lust auf eine ehrenamtliche Mithilfe bei den Maltesern im Bistum Essen haben, können Sie Moritz Bott unter der Telefonnummer 0800 755-2561 kontaktieren.

Weitere Informationen zu dem Projekt finden Sie im Internet unter www.malteser.de/standorte/malteser-im-bistum-essen. Langfristig soll das Projekt auf weitere Städte im Ruhrbistum ausgeweitet werden.

„Mut machen und Ängste nehmen“



Kinder schon früh zu stärken: Das ist das Ziel von Meryem Sönmez (28). Dafür arbeitet die Erziehungswissenschaftlerin bei RuhrFutur mit vielen Expertinnen und Experten aus dem Ruhrgebiet zusammen. RuhrFutur ist eine Essener Bildungsinitiative, die vom Land Nordrhein-Westfalen und vom Regionalverband Ruhr gefördert wird. Sönmez plant Seminare und entwickelt neue Projekte. Ein Schwerpunkt ihrer Arbeit ist das Thema Resilienz.

„Unter Resilienz versteht man die Fähigkeit, innere Kräfte zu mobilisieren, um Probleme zu bewältigen. Je früher Kinder das können, desto besser ist das. Sie gehen schließlich auch schon durch Krisen oder stehen vor Herausforderungen. Vor allem dann, wenn ihr Leben schwierig ist. Das kann bei Armut der Eltern, Trennungen, Flucht- und Kriegserfahrungen oder auch bei einer Pandemie der Fall sein. Laut aktueller Forschungen ist die Resilienz eines Menschen bis zu 75 Prozent vom Umfeld formbar.“

Was Kinder stark macht, ist die enge Bindung zu einer Person, die an sie glaubt und die zu ihnen sagt: Ihr schafft das! Im Idealfall sind das beide Eltern oder ein Elternteil. Es kann aber auch die Sporttrainerin oder der Klassenlehrer sein. Mut machen und Ängste nehmen – darum geht es! Auch die soziale Kompetenz ist wichtig. Wenn Kinder wissen, wie sie Teil einer Gruppe werden, macht das ihr Leben leichter. Deshalb haben wir das Projekt ‚Kinderstuben‘ entwickelt. Das ist ein Angebot, mit dem wir Ein- bis Vierjährige aus neu zugewanderten Familien auf den Besuch des Kindergartens vorbereiten möchten.

Wir bringen den Kleinkindern auf spielerische Art und Weise bei, wie sie mit ihren Gefühlen umgehen können. Wenn sie zum Beispiel wütend sind, überlegen wir gemeinsam mit ihnen, wie sie sich beruhigen können. Manchmal reichen da schon Kleinigkeiten: sich hinlegen, tief durchatmen oder in einem Buch blättern.

Ein Kind, das Angst vor einer bestimmten Aufgabe hat, kann man fragen, was es bisher schon alles geschafft hat. Vielleicht erinnert es sich dann daran, wie es das Radfahren gelernt hat oder wie es sich das erste Mal allein die Schnürsenkel zubinden konnte. Wenn Kinder sich ernst genommen, unterstützt und sicher fühlen, stärkt das ihre Widerstandskraft enorm.“

Die Bildungsinitiative RuhrFutur hat das Ziel, das Bildungssystem in der Metropole Ruhr leistungsfähiger zu machen, damit Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene unabhängig von ihrer Herkunft faire Bildungschancen haben.

Wenn Sie mehr über das Thema Resilienz erfahren möchten, finden Sie Informationen zu kostenlosen Seminaren für Eltern und Fachkräfte unter www.ruhrfutur.de. Wie man Kinder im Umgang mit eigenen Gefühlen und Gedanken spielerisch fördern kann, zeigt unter anderem die Internetseite www.superheldenkids.de.

„Nicht immer stark sein müssen“



Im Deutschunterricht von Mariella von der Burg (38) steht der Buchstabe D auf dem Stundenplan. Passend dazu hat die 38-Jährige, die seit sieben Jahren als Lehrerin an der Weiltor-Grundschule St. Franziskus in Hattingen arbeitet, einen Drachen an die Tafel gemalt. Kraftvoll speit er Feuer. Das Thema Kraft spielt in von der Burgs Leben seit ihrer Erkrankung an einer Depression eine zentrale Rolle.

„Ich weiß sehr gut, wie es ist, wenn man keine Kraft mehr hat. Das erste Mal habe ich das im Studium gespürt. Damals habe ich Ansprüche an mich gestellt, die ich gar nicht erfüllen konnte. Nach einer Reise durch Südamerika ging es mir immer schlechter. Ich habe eine Trennung durchgemacht, war auf der Suche nach einer neuen Wohnung. Meine Gedanken kreisten ununterbrochen, sodass ich kaum noch schlief. Ich verlor die emotionale Verbindung zu Freunden und zur Familie. Und ich war mir sicher, dass mich niemand versteht. Auch Gott nicht. Wo war er in der Zeit, in der ich keinen Sinn mehr in meinem Leben sah? Das fragte ich mich immer wieder.

Dann fing mein Referendariat an der Grundschule an. Ich wurde am ersten Tag durch die Klassenräume geführt und dachte mir: Wie soll ich das bloß schaffen? Zum Glück haben meine Kolleginnen und Kollegen mich sehr nett in Empfang genommen. Und das Unterrichten machte mir Spaß. Meine Schülerinnen und Schüler riefen mir zum Abschied ‚Bis morgen, Frau von der Burg‘ zu. Da musste ich am nächsten Tag einfach wiederkommen, auch wenn ich mich lieber zu Hause verkrochen hätte. Im Job funktionierte ich, privat hatte ich nichts mehr im Griff. Bei meinem Hausarzt bekam ich schließlich Hilfe. Er verschrieb mir Medikamente und verordnete mir regelmäßige Besuche bei einem Psychotherapeuten.

Mittlerweile geht es mir wieder viel besser.

Natürlich habe ich mal schlechte Tage – wie alle anderen Menschen auch. Mir ist bewusst, dass mich die Depression noch mal erwischen kann. Aber das macht mir keine Angst. Ich habe ‚Werkzeuge‘ entwickeln müssen und dürfen, auf die ich bei Bedarf zurückgreifen kann. Wenn es mir mal nicht gut geht, reduziere ich den Stress und suche den Kontakt zu guten Freunden.

Mich macht stark, zu wissen, dass ich nicht immer stark sein muss. Ich finde es schön, für andere da sein zu können, so wie ich es tagtäglich in der Schule bin. Das ist für mich diese spezielle Art der Verantwortung, die ich als besonders sinnstiftend empfinde. Dank meiner Vorgeschichte bin ich sensibel für die Probleme anderer. Sobald meine Schülerinnen und Schüler etwas belastet, vermittele ich ihnen, dass es völlig in Ordnung ist, wenn man mal Angst hat, traurig ist oder etwas doof findet. Wenn sie mit meiner Hilfe ebenfalls stärker werden, wäre das wundervoll.“

Hier kommentiert BENE-Autor Paul Philipp Themen, die ihn und die Welt bewegen, auf seine Weise: **Überspitzt**. Diesmal gibt's viel Körpereinsatz.

Frühlingserwachen. Hatschi! Wenn im März schon mal eine leise Ahnung von Sommer in der Luft liegt und sich die meisten Leute über wärmere Tage freuen, graut es viele Pollenallergiker, weil nicht nur die Sonne in der Nase kitzelt, sondern leider auch Erle, Hasel, Pappel oder Ulme. – Hatschi! Heuschnupfen ist ein nerviges Ärgernis, das einen zeitweilig verzweifeln lässt, während man doch eigentlich vor die Tür möchte.

Draußen schlagen also die Bäume aus, und drinnen drehen schon mal die Werbetexter durch: „Ein Jaguar wird nicht konstruiert, sondern erschaffen.“ – So warb nicht der Schöpfer persönlich für die schöne und kraftstrotzende Raubkatze, so dröhnte einst die Werbung für eine vom Ableben bedrohte Automarke. Und fragte testosterongesättigt: „Jemals eine Piloerektion erlebt? (...) Auch bekannt als Gänsehaut. Diese auszulösen, dafür ist jeder Jaguar geschaffen. Damit Sie sich lebendig fühlen. (...) ab 91.200 Euro.“

Klingt stark. Wirkt schwach. Wer so viel Geld ausgeben muss, um sich lebendig zu fühlen, dürfte vermutlich ganz andere Probleme haben.

Wer sich dagegen einfach so am Leben erfreuen will, der nimmt Anteil. Zum Beispiel wenn ein Kind geboren wird. Sagen wir, eines mit „L“. Das passiert häufiger, achten Sie mal darauf. In diesem Jahr dürften wieder Tausende neugeborene Lenas, Leas, Leos, Lias, Lukas, Liams, Louis, Laras, Lauras, Lillis, Linas, Lisas, Levis, Lottas und Lenis sowie Legionen von Leonies und Leons ihre Eltern und Großeltern vor Entzücken jubilieren lassen. Weil sie sich in Gegenwart des jungen Lebens meist sehr lebendig fühlen. Klar, Kinder kosten Kraft. Aber Kinder sind auch Energiespender.

Womit wir zu Linda kommen. Eine prominente Stärkelieferantin. Linda, die Festkochende, die Aromatische, die Vitaminreiche mit dem tiefgelben Knollengold. Linda, Königin der Kartoffel und hiesiger Mittagstische, die beileibe nicht nur eine schnöde Sättigungsbeilage ist: „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, zwei, drei Kartoffeln müssen sein. Mit lecker Soße und schön mehlig, zerdrücken wir sie, lächeln selig. Pellkartoffeln, Quark und Butter kocht selbst der Vater ohne Mutter. Kellerkind, das ist das Tolle: Du bist viel mehr als nur 'ne Knolle.“ Pardon. Da ist mit mir in der Lobhudelei auf Linda und verwandte Nachtschattengewächse wie Nicola oder Sieglinde ein Reimzwang durchgegangen. Dabei haben Kartoffeln durchaus ihre Schattenseiten.

Früher, als Herbst- noch Kartoffelferien hießen, war die Welt auch nicht in Ordnung. Vor zwei, drei Generationen wurde jede Hand bei der Ernte gebraucht. Das erscheint in der Erinnerung gern malerisch: Frauen und Kinder sammeln auf dem Feld die Erdäpfel auf. In den Pausen trinken die Großen Malzkaffee, während die Kleinen Fangen spielen und sich auf das abendliche Feuer aus Kartoffelkraut freuen. Jaja. Tatsächlich war es oft eine elende Plackerei, und wir können heute froh sein, dass im Herbst automatische Vollernter das Grundnahrungsmittel für uns aus dem Boden wühlen.

Damit zurück an den Frühlingsanfang: Wenn Sie sich in diesen Tagen mal eine „Piloerektion“ wünschen, reicht auch ein gebrauchtes Fahrrad. Radeln Sie einfach ohne Jacke durch die abendliche Märzsonne – Gänsehautfeeling pur. Hatschi!



BENE-SPORT-QUIZ

Sport mach stark! Es müssen ja nicht immer die weitverbreiteten Top-Disziplinen sein. Was Wille und Ehrgeiz vermögen, zeigte 2020 zum Beispiel Chris Nikic, der als erster Mensch mit Downsyndrom den Ironman-Triathlon absolvierte. Inspirierend sind auch unsere acht sportlichen Fragen, mit denen Sie hier Ihre eigenen Erfolge feiern können.

1 1948 starteten in England zeitgleich mit den Olympischen Spielen in London die „Stoke Mendeville Games“, Sportspiele für Rollstuhlfahrer, aus denen später die „Paralympics“ wurden. Mittlerweile gibt es 28 Sportarten, zu Beginn gab es nur eine. Welche?

- a: Tischtennis b: Bogenschießen
c: Schwimmen d: Rollstuhlfechten

2 Aus welchem Land, das nicht unbedingt für Wintersport bekannt ist, tritt seit 1988 immer wieder eine Bob-Mannschaft bei den Olympischen Winterspielen an?

- a: Mosambik b: Jamaika
c: Saudi-Arabien d: Malaysia

3 Skispringer Michael Edwards belegte 1978 in Oberstdorf den letzten Platz, qualifizierte sich aber als einziger Brite für die Olympiade – wobei er dann auch dort auf dem letzten Platz landete. Das Publikum aber liebte den tapferen Mann mit der dicken Brille und nannte ihn:

- a: Eddie the Pigeon
b: Eddie the Sparrow
c: Eddie the Eagle
d: Eddie the Owl

4 Eine olympische Disziplin, die in Deutschland erfunden wurde und seit 105 Jahren in der ganzen Welt populär ist, ist ...

- a: Handball b: Rudern c: Gewichtheben d: Schießen

5 Welche Sportler sind in der Liste der weltweit bestbezahlten Athleten am häufigsten vertreten?

- a: Fußballer b: Golfer c: Formel-1-Piloten d: Basketballer

6 Die Geschichte der Olympischen Spiele ist reich an obskuren Sportarten, die irgendwann wieder verschwanden. Was war nie olympische Disziplin?

- a: Taubenschießen b: Hallen-Jo-Jo
c: Tandemfahren d: Sackhüpfen

7 Ein Bibel-Zitat, das man sportlich nehmen kann: „Wisset ihr denn nicht, dass euer Körper ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch wohnt und den ihr von Gott bekommen habt?“, schreibt der Apostel Paulus. In welchem Brief?

- a: 1. Korintherbrief
b: Epheserbrief
c: 2. Thessalonicherbrief
d: Römerbrief

8 Getunt mit drei Triebwerken, hat ein Mann auf dem Flugplatz von Bottrop-Kirchhellen 2018 den Weltrekord auf einem Bobbycar gebrochen. Wie schnell war er?

- a: 43 Stundenkilometer
b: 71 Stundenkilometer
c: 93 Stundenkilometer
d: 119 Stundenkilometer



I acp

Machen Sie mit bei unserem Quiz, und gewinnen Sie einen hochwertigen BENE-Thermosbecher. Wir verlosen unter allen richtigen Einsendungen fünfmal je einen Becher. Schicken Sie uns die Lösung bitte mit Ihrer Telefonnummer per E-Mail an gewinnspiel1@bene-magazin.de oder per Post an Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen. Stichwort: BENE-Quiz. Einsendeschluss ist der 1. Mai 2022. Die richtigen Quizlösungen finden Sie immer im folgenden Heft auf Seite 34.

Zur Abwicklung unserer Gewinnspiele müssen wir Ihre Daten erfassen: Dazu gehören Name, E-Mail-Adresse, Postanschrift und Telefonnummer. Nach Spielende werden die Daten wieder gelöscht.

MIT MÜLL MUSIK MACHEN

FERNBEZIEHUNG

Das Projekt Sonidos de la Tierra stärkt Kinder und Jugendliche in Paraguay



Gebäude aus roten, unverputzten Ziegelmauern säumen die engen Gassen. Die Dächer sind nur notdürftig aus mit Steinen beschwertem Wellblech gezimmert. La Chacarita ist das älteste Viertel von Asunción, der Hauptstadt Paraguays – und gleichzeitig eines der ärmsten. Wer hier lebt, hat keine großen Chancen im Leben. Drogen, Kriminalität und Armut bestimmen den Alltag.

Plötzlich dringt ein zarter Ton durch die Gasse, legt sich wie ein Fremdkörper über die Szenerie, der irritiert, weil er nicht hierher zu passen scheint – zwischen Hundebellen und Kindergeschrei vom nahe liegenden Bolzplatz. „Hätte mir früher jemand gesagt, dass ich einmal ein Instrument spielen würde, ich hätte ihn ausgelacht“, sagt Neissa Barreto. Nun steht die 15-Jährige im Innenhof ihres kleinen Hauses und spielt auf ihrer Violine „Freude schöner Götterfunken“.

Die junge Frau spielt die erste Geige im Stadtteilorchester, hat auf Konzertreisen weit entfernte Winkel Paraguays kennengelernt, macht eine Ausbildung zur Buchhalterin und setzt sich für Umweltschutz in ihrer Nachbarschaft ein. „Die Musik hat mir gezeigt, dass das Leben viele Wege für dich bereithält und dass die schönsten diejenigen sind, mit denen du nie gerechnet hättest“, erzählt Neissa Barreto.

Das von Adveniat, dem kirchlichen Lateinamerika-Hilfswerk aus Essen, geförderte Musikprojekt Sonidos de la Tierra entstand vor 20 Jahren. Heute gehören Orchester in mehr als 70 Gemeinden im ganzen Land dazu. Tausende Kinder und Jugendliche haben dank der Initiative gelernt, ein Instrument zu spielen. Gegründet wurde Sonidos de la Tierra von Luis Szarán. Der Komponist, Chefdirigent des Sinfonieorchesters von Asunción und Musikforscher ist weltweit ein gefragter Mann. „Am Anfang stand die Idee, Musik als Mittel der gesellschaftlichen Integration zu nutzen“, erzählt Szarán. Sein Motto ist so einfach wie wahr: „Wer tagsüber Mozart spielt, wirft nachts keine Fenster ein.“

„EINE SCHULE FÜRS LEBEN“

Inspiriert hat den Musikforscher die Erfahrung der Jesuitenmissionen, die im 17. und 18. Jahrhundert ein soziales Experiment im südamerikanischen Zweistromland durchführten. Fernab der Städte evangelisierten sie die Guaraní-Ureinwohner ohne Waffengewalt und ohne Sklavenarbeit, dafür aber mit Barockmusik. Zum Klang von Trommel und Trompeten wurde eine Gemeinschaft aufgebaut, die nicht nur pädagogisch, sondern auch wirtschaftlich äußerst erfolgreich war. „Daran wollte ich anknüpfen“, erklärt Szarán. „Sonidos ist mehr als eine Musikschule, es ist eine Schule fürs Leben.“

Die Erfahrung, selbst ein Orchester auf die Beine zu stellen, habe ganze Gemeinden verändert: „Nun blicken dir diese Kinder mit erhobenem Haupt ins Gesicht, sie bieten dem Leben die Stirn.“ Die größte Lektion habe ihm ein Müllsammler aus dem Armenviertel Cateura erteilt, meint Szarán. Eines Tages habe dieser den Musikern ein seltsames Etwas aus einer alten Blechdose und Drähten präsentiert. Eine „Geige aus Cateura“ nannte er das selbst gebaute Instrument. „Zuerst mussten wir alle lachen“, erinnert sich Szarán, doch: „Selbst Müll kann in ein Instrument verwandelt werden, in ein Werkzeug der Bildung.“

Oben: Mit ihren Freunden baut Neissa Barreto (r.) Instrumente aus Müll. Unten: Musiklehrer Oscar Ezcurra



Kreativer Umweltschutz: Neissa Barreto benutzt eine Plastikflasche als Korpus für ihre Violine.

Heute sind es die Gemeinden, die Szarán Briefe schreiben, nach Instrumenten und Lehrpersonal fragen. Es sind ehemalige Schüler, die als Musiklehrer im Projekt arbeiten. Nachbarn und Eltern kümmern sich ehrenamtlich um die Musikschulen, organisieren Tombolas und verkaufen Kuchen, um Geld zu sammeln. „Sonidos de la Tierra will kein bevormundendes Projekt sein“, sagt Luis Szarán. Es beruhe auf Eigeninitiative: „Wir geben den Anstoß, sind Partner, aber langfristig werden die Musikschulen von den Gemeinden selbst aufrechterhalten.“

„Streicher allein, bitte“, ruft Oscar Ezcurra. Der 39-Jährige ist seit 20 Jahren dabei, verdient seinen Lebensunterhalt inzwischen bei Sonidos. „Damals gab es in Paraguay keine Kulturszene. Klassische Musik war etwas für die Oberschicht“, erinnert er sich. Heute unterrichtet er Jugendliche aus La Chacarita. „Es ist kein einfaches Viertel, aber das Orchester hat die Gemeinschaft gestärkt“, sagt er. „Die Musik gibt Kraft, sie gibt Halt.“ Neissa Barreto steht daneben und nickt zustimmend: „Die Musik hat mir geholfen, mir selbst mehr zuzutrauen, aber auch Disziplin zu lernen und Dingen, die nicht gut für mich sind, fernzubleiben.“

Sie spielt heute nicht auf ihrer normalen Violine. Das Instrument in ihren Händen ist nicht aus Holz geschnitzt. Als Korpus dient eine Limonadenflasche aus Plastik, über die ein Griffbrett und Saiten montiert wurden: Die Geige ist Teil des Projektes „H₂O“. „Wir wollen ein Bewusstsein dafür schaffen, wie wichtig der Schutz unseres Wassers ist“, erklärt die junge Frau.

Neissa Barreto und ihre Freunde aus La Chacarita ziehen jeden Monat durchs Viertel und klären die Nachbarn über Umweltschutz auf. Sie reinigen die Wasserläufe im Viertel und bauen Instrumente aus dem Müll – ähnlich wie es der Recycler von der Müllhalde Cateura einst vormachte. Es gibt ein „Senior-Orchester“, das mit den Wasserinstrumenten inzwischen um die Welt tourt und von der UNESCO die Auszeichnung „Künstler für den Frieden“ erhielt. „Man muss etwas mehr Druck ausüben“, sagt die 15-jährige Violinistin und setzt den Bogen auf ihre Plastikflaschen-Geige. Was eben noch weggeworfen im Wasserloch lag, dient nun als Klangkörper für eine Ode an die Freude.

Text Anne Herrberg | **Fotos** Adveniat / Oliver Schmiegl

ÜBERLEBEN IN DER STADT

Immer mehr Menschen in Lateinamerika und der Karibik leben bereits heute in Städten. Unter dem Motto „Überleben in der Stadt“ rückt Adveniat dieses Jahr die Sorgen und Nöte der armen Stadtbevölkerung in den Blickpunkt. Mit seinen Projektpartnern durchbricht das Lateinamerika-Hilfswerk die Spirale der Armut: mit Bildungsprojekten, Menschenrechtsarbeit und dem Einsatz für faire Arbeitsbedingungen.

**Spendenkonto bei der Bank im Bistum Essen,
IBAN: DE03 3606 0295 0000 0173 45 oder unter
www.adveniat.de**

Mein
Glaubensort?
Zwischen Himmel
und Erde!





„Über 50 Jahre lang war Segelfliegen mein Hobby. In einen Aufwind zu gleiten, dessen Naturkräfte einen immer höher tragen bis an den Rand der Wolken – das ist unbeschreiblich! Hier oben zwischen Himmel und Erde, allein in einem filigranen Flugzeug, in dieser unendlichen Weite und Stille spürte ich immer auch ein Gefühl der Geborgenheit. Tief unter mir breitete sich die Schönheit der Erde aus. Es hat mich jedes Mal berührt, so etwas erleben zu können. Da kommt Dankbarkeit auf! In solchen Momenten habe ich oft ein kurzes Gebet zum Himmel geschickt.“

Josef Krieg (84), Essen

Schreiben Sie uns!

Gibt es einen Platz, der Sie immer wieder auf ganz spezielle Weise bewegt oder beruhigt, an dem es Ihnen leichtfällt, mit den „guten Mächten“ in Verbindung zu kommen? Erzählen Sie uns von Ihrem persönlichen Glaubensort! Es müssen nicht immer Kirchen und Kapellen sein: ein Fleckchen in der Natur, Ihr Hobbyraum, der Familientisch ... Überall lassen sich Orte entdecken, an denen man spürt: Gott ist da!

Die Redaktion freut sich auf Ihre Einsendungen: E-Mails an glaubensort@bene-magazin.de oder per Post an Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen.

Schade, schade. „Am Aschermittwoch ist alles vorbei“, sang Jupp Schmitz schon zu Beginn der 1950er-Jahre. Das närrisch-karnevaleske Treiben hat plötzlich ein Ende. Mit dem Ausklang der tollen Tage geht es vom Karnevalskostüm direkt über ins Büßergewand. Statt Kamelle und Kölsch ist nun Fasten angesagt. Am 2. März 2022 läutete der Aschermittwoch die diesjährige 40-tägige Fastenzeit ein. Aber woher kommt das religiöse Fasten eigentlich? Müssen wir wirklich bis Ostern in Sack und Asche gehen? Und was verbirgt sich eigentlich hinter dem „Herrgottsbscheißerle“? Alles Wissenswerte zur Fastenzeit hat BENE mal kurz und kompakt zusammengefasst ...

Text Jürgen Flatken

40 TAGE

Fakten rund ums

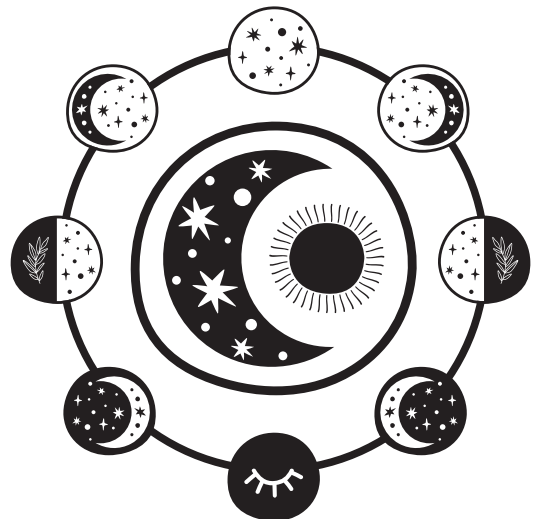


Wozu Fasten?

Die Fastenzeit ist als Vorbereitung auf das wichtigste christliche Fest gedacht: die Auferstehung Jesu, die an Ostern gefeiert wird. Christinnen und Christen nahmen und nehmen die Fastenzeit zum Anlass, um bewusst auf etwas zu verzichten. Ob auf Fleisch, Zigaretten, Süßigkeiten, Smartphone oder soziale Medien: Entsagung ist das Schlagwort der Stunde. Denn die Fastenzeit ist gedacht als eine Phase der Reinigung von Körper und Seele und zur (Rück-)Besinnung auf die wirklich wichtigen Dinge im Leben und die Beziehung zu Gott.

Die „wandernde“ Fastenzeit

Anders als die Weihnachtszeit, die jedes Jahr mit der Geburt Jesu am 24. Dezember beginnt, „wandert“ die Fastenzeit durch das erste Drittel des Kalenders. Das liegt daran, dass diese Zeit dem Ostersonntag vorgeschaltet ist, der immer auf den ersten Sonntag nach dem ersten Frühlingsvollmond folgt. Und dass Ostern sich am Mondzyklus orientiert, hängt mit einer neutestamentlichen Überlieferung zusammen. Nach dieser hat sich die Auferstehung Jesu zur Zeit des jüdischen Pessachfests ereignet, das ebenfalls vom Termin des Frühlingsvollmonds abhängt. Kurz gesagt: Ostern findet am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond im Frühling statt, frühestens am 21. März und spätestens am 25. April. Und daher kommt es zur Wanderung der Fastenzeit.





Ein wenig Zahlenakrobatik

Die Zahl 40 hat in der Bibel eine hohe symbolische Bedeutung. So wanderte das Volk Israel 40 Jahre durch die Wüste. Moses verbrachte 40 Tage auf dem Berg Sinai in Gottes Gegenwart. Und Jesus fastete 40 Tage in der Wüste. Daran orientiert sich auch die Fastenzeit. Doch rein rechnerisch vergehen in der Fastenzeit 2022 vom 2. März bis zum 14. April 44 Tage. Damit es 40 Tage werden, ist Zahlenakrobatik angesagt: Weil die sechs Sonntage nicht als Fastentage gelten, werden sie nicht mitgezählt. So kommen wir auf 38 Tage. Karfreitag und Karsamstag zählen zwar offiziell nicht mehr zur Fastenzeit, weil sie liturgisch bereits zu den drei österlichen Tagen gehören – da es aber Fastentage sind, werden sie dazugerechnet. So kommt man auf die Zahl 40.

Dramatischer Höhepunkt

In der Woche vor Ostern, der Karwoche, auch „Heilige Woche“ genannt, findet die Fastenzeit ihren dramatischen Höhepunkt. Es wird an den Einzug Jesu in Jerusalem, die Feier des letzten Abendmahls mit den Jüngern und die Verhaftung, Verurteilung und Kreuzigung Jesu erinnert, bevor in der Osternacht die Auferstehung gefeiert wird.

OHNE

Fasten



Gott sieht doch nicht alles ...

Der Ausdruck „Herrgottsbscheißerle“, wie die Schwaben auch zu den mit Fleisch gefüllten Teigtaschen, ihren geliebten Maultaschen, sagen, kommt nicht von ungefähr. Da während der Fastenzeit bis Ostern traditionell eigentlich kein Fleisch gegessen werden darf, haben es die findigen Schwaben einfach in einer Tasche aus Teig „versteckt“. Der Ausspruch „Gott sieht alles“ scheint also nicht für Teigtaschen zu gelten.



Ein Kreuz aus Asche

Den Beginn der Fastenzeit markiert das Aschenkreuz, das den Gläubigen am Aschermittwoch mit den Worten „Bedenke Mensch, dass du Staub bist und zu Staub zurückkehrst“ auf die Stirn gezeichnet wird. Bereits in alttestamentlicher Zeit diente die Asche als Zeichen der Buße und Umkehr. Der kirchliche Ascheritus stammt aus dem 11. Jahrhundert, einer Zeit, in der die Büsser mit Asche bestreut und anschließend aus der Kirche ausgeschlossen wurden. Erst am Gründonnerstag hat die Kirche sie wieder aufgenommen.



Prost!

Alkohol war früher in der Fastenzeit verboten. Und trotzdem brauten Mönche ein besonders nahrhaftes Starkbier, um ihren Kalorienbedarf auch in der Zeit des Fastens zu decken. Denn gemäß dem lateinischen Ausspruch „Liquida non frangunt ieiunum“, der übersetzt „Flüssiges bricht das Fasten nicht“ bedeutet, konnten die Mönche ohne schlechtes Gewissen dem Biergenuss frönen.

OB IN DER STADT ...

Das Gute liegt so nah:
Diese Buch-Autorinnen zeigen,
wo und wie man sich in unserer
Region erholen kann

Texte Sandra Gerke | Fotos Nicole Cronauge

So quirlig!

Duisburg fehlt etwas Entscheidendes! Als Fabienne Piepiora das Manko ihrer Heimatstadt klar wurde, brachte sie alles selbst auf den Weg. „Es gab bisher keinen Stadtführer über Duisburg. Ich bin gerne in der Welt unterwegs und fand bei meinen Urlauben immer, dass gute Reiseführer einen echt weiterbringen.“ Und weiterbringen wollte die Journalistin auch Gäste und Einheimische in Duisburg. Sie gewann die Fotografin Alexandra Roth für ihr Projekt. Das gemeinsame Buch „Duisburg erleben – kulturell, kulinarisch und kompakt“ wurde ein Erfolg.

Piepiora und Roth legten direkt nach: Es folgten die Stadtführer „Essen erleben“ und „Oberhausen erleben“, die wie die Duisburger Ausgabe mit „Insiderwissen, Fahrradtouren und Promi-Tipps“ glänzen. Die Autorin und die Fotografin stellen klassische Sehenswürdigkeiten ebenso vor wie Besonderheiten abseits der bekannten Lagen.

Natürlich schlagen die Expertinnen für den Fototermin mit BENE einen Ort vor, den sie auch in einem ihrer Bücher empfehlen: Das „Wunschcafé“ in Oberhausen bietet nicht nur schöne Sitzmöglichkeiten drinnen und draußen, wo sich hausgemachter Kuchen genießen lässt. Hier findet sich zudem eine kleine Ferienwohnung. Auch das gehört zum Service aller drei Städteführer: Übernachtungstipps – es kann ja nicht jeder das Glück haben, im Ruhrgebiet zu Hause zu sein.

„Ein paar andere Städte gibt es schon noch in unserer Region, die ein eigenes Buch verdient hätten“, findet Alexandra Roth

Autorin Fabienne Piepiora (links) und Fotografin Alexandra Roth folgen hier einem ihrer eigenen Ausflugstipps: Das hübsch eingerichtete „Wunschcafé“ ist in einem ehemaligen Pfarrhaus auf der Kempkenstraße in Oberhausen zu finden.

und grinst zu ihrer Kollegin rüber, die gerade ihren Latte macchiato genießt. Der Blick der beiden lässt ahnen: Sie haben den Kaffee noch nicht auf, im Ruhrgebiet auf Entdeckungsreise zu gehen und Bücher darüber zu schreiben. Und damit auch andere in Bewegung zu setzen.

Die Stadtführer über Duisburg und Essen sind im Klartext Verlag erschienen, das neueste Werk „Oberhausen erleben“ im Mercator-Verlag. Drei handsignierte Exemplare des Letzteren stellen die Autorinnen hier zur Verlosung. Mit ins Rennen darum gehen können Sie mit einer E-Mail an gewinnspiel2@bene-magazin.de oder einer Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Bitte geben Sie Ihre Postanschrift und das Stichwort „Oberhausen erleben“ an. **Einsendeschluss ist der 30. April.**





So grün!

Wunderbar – weil wanderbar! So könnte man Nikola Hollmanns Bild vom Ruhrgebiet und Sauerland zusammenfassen. Die Journalistin, die privat schon immer gerne draußen unterwegs war, erkannte 2019, was beim Entdecken der Region auf die Sprünge hilft: Sie verfasste den „Wanderführer Ruhrgebiet“ und den „Wanderführer Sauerland“, die so erfolgreich liefen, dass der verantwortliche Klartext Verlag Fortsetzungen für beide Bücher in Auftrag gab.

„Beim Sauerland liegt es auf der Hand, dass es ein schönes Erholungsgebiet ist: die Berge, die Wälder, die großen Flüsse, kleinen Dörfer“, schwärmt Nikola Hollmann. „Dagegen sorgt das im Ruhrgebiet oft für Erstaunen. Doch wir haben hier wirklich viele Gegenden, die sehr grün sind. Da kann man sehr weit wandern und bleibt doch in der Natur“, erklärt sie. „Das gilt auch für das städtische Umfeld: Wo uns auch dort überall die Natur begegnet, dafür möchten wir den Blick weiten mit unseren Büchern.“

Mittlerweile hat sie sich zusammengetan mit der Autorin Andrea Slavik. Beide lernten sich kennen, als sie die Ausbildung zu Wanderführerinnen im Deutschen Wanderverband durchliefen. Andrea Slavik war als gebürtige Tirolerin ganz überrascht vom grünen Ruhrgebiet. Gemeinsam haben Hollmann und Slavik inzwischen zahlreiche Titel veröffentlicht, zum Beispiel über „Wanderbare Halden – Die schönsten Revier-Wandertouren mit Aus- und Weitblick“ oder den „Wanderführer Ruhrbistum – Pilgerwege durchs Bistum Essen“ (alle im Klartext Verlag).

Nikola Hollmann unterwegs am Mechtenberg in Gelsenkirchen: „Hier finde ich faszinierend, dass sich zwei Berge gegenüberstehen: ein uralter eiszeitlicher Hügel und einer, der von Menschenhand aufgehäuft wurde: die Halde Rheinelbe.“

Mit den nächsten Werken stehen Nikola Hollmann und Andrea Slavik schon in den Startlöchern. Unter anderem erscheint Ende April eines, das sich auch gut für Familien mit Kindern eignet: „Märchenhaft wandern – Unterwegs zu den sagenhaften Orten im Ruhrgebiet“. Darin finden sich nicht nur interessante Wandertouren für Groß und Klein, sondern auch passende zauberhafte Erzählungen.

BENE verlost drei druckfrische Exemplare des märchenhaften Wanderführers durch das Ruhrgebiet. Wer sein Glück versuchen will, schickt eine E-Mail an gewinnspiel3@bene-magazin.de oder eine Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Schreiben Sie bitte Ihre Postanschrift und das Stichwort „Wanderführer“ dazu. **Auch hier gilt als Einsendeschluss der 30. April.**

Weitere Infos
www.wandern-pilgern-reisen.de





NEUE PERSPEKTIVEN AM INNENHAFEN

BENE VERLOST 3 MAL 2 RUHRKULTUR-KARTEN

Nach der spektakulären Erweiterung: Besuch im Duisburger Museum Küppersmühle

Ein Genuss auf ganz verschiedenen Ebenen: Mit ihrer neuen Erweiterung bietet die Küppersmühle nicht nur mehr Platz für Kunst. Das Gebäude selbst ist nun zu einem großen Werk geworden, das mit seinen Treppen und Brücken immer wieder neue Perspektiven erlangen lässt. Die Architektur ist verlockend: Nur wenige schaffen es, hier durchzugehen und nicht das Smartphone zu zücken, um sich selbst ein bisschen in der Fotokunst zu probieren.

Mit seinen zusätzlichen 2.500 Quadratmetern ist das Museum Küppersmühle (MKM) am Duisburger Innenhafen zu einem zentralen Ort deutscher und europäischer Nachkriegskunst geworden. Zu sehen sind über 300 Werke namhafter Künstlerinnen und Künstler seit den 1950er-Jahren. Hinzu kommen immer wieder Wechsellausstellungen: So sind ab dem 18. März bis zum 26. Juni Bilder des Malers Raimund Girke in der Sonderschau „Der Klang der Stille“ zu sehen.

Früher ging's hier ums Getreide: Das heutige Museum war bis 1972 ein Mühlenbetrieb. Nach der Stilllegung folgte 1997 die Verwandlung: Das Speichergebäude mit seiner historischen Backsteinfassade wurde zum Haus für die Kunst und ist heute eine Landmarke. Eine Plattform auf den Silos, die je nach Witterungslage begehbar ist, bietet einen weiten Blick über das Ruhrgebiet.

Haben Sie Lust bekommen auf einen Besuch der Küppersmühle – und noch viel mehr Kunstgenuss in unserer Region? Dann kann sich die Anschaffung einer RuhrKultur.Card lohnen – oder das Mitmachen bei unserem Gewinnspiel. Mit einer RuhrKultur.Card im Wert von je 45 Euro können Sie bis Ende des Jahres 51 Kultureinrichtungen in 16 Städten der Metropole Ruhr kostenfrei oder ermäßigt besuchen. Die Karte beinhaltet zum Beispiel je einmalig freien Eintritt in allen RuhrKunstMuseen – also auch ins Museum Küppersmühle.



BENE verlost dreimal je zwei Kulturjahreskarten. Mitspielen können Sie mit einer E-Mail an gewinnspiel4@bene-magazin.de oder einer Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Bitte geben Sie Ihre Postanschrift und das Stichwort „RuhrKultur.Card“ an. **Einsendeschluss ist der 10. April.**

Wer kein Glück im Spiel hat: Die RuhrKultur.Card 2022 ist über das Servicecenter der Ruhr Tourismus GmbH unter der **Hotline 01806 181650** oder unter www.ruhrkulturcard.de erhältlich. Weitere Informationen zur Küppersmühle gibt's unter www.museum-kueppersmuehle.de und unter **Telefon 0203 30194811**.

l sg

ZURÜCK MIT DER ZUKUNFT

JUBEL & TRUBEL

Die Stadt Essen bietet eine Reise in die Vergangenheit an – mit hochmoderner Technik

Kutschen rollen über das holprige Kopfsteinpflaster. Kneipenwirte polieren ihre Theken auf Hochglanz. Schwarz gekleidete Menschen laufen durch die Straßen. Am 17. Juli 1887 herrscht in Essen Aufruhr. In der Innenstadt gibt es zu Ehren des verstorbenen Großunternehmers Alfred Krupp einen Trauerzug. Ein historisches Szenario, in das Besucherinnen und Besucher ab dem 1. April eintauchen können. Die Essen Marketing GmbH (EMG) bietet eine „Mixed-Reality-Zeitreise“ an, bei der man mithilfe einer speziellen Brille in das Jahr 1887 zurückversetzt wird.

Auf die Idee gekommen ist Lars Büttner, Leiter der Abteilung Touristik, Convention und Digitalisierung bei der EMG. „Das Jahr 1887 hatte für Essen eine große Bedeutung“, erklärt er. „In diesem Zeitraum nahm die Industrialisierung in der Stadt Fahrt auf. Vieles veränderte sich. Unter anderem wurde das alte Rathaus fertiggestellt und eröffnet. Außerdem gab Friedrich Grillo bekannt, dass er Essen ein Theater schenken möchte.“ Büttner möchte das Interesse für die historische Entwicklung der Essener Innenstadt wecken. Das Zentrum der Ruhrgebietsmetropole sei „eine verkannte Schönheit mit vielen sehenswerten Gebäuden und einer bedeutenden Geschichte“.

Auf dem knapp zwei Kilometer langen Stadtrundgang tragen die Teilnehmenden eine neuartige Brille, die mit kleinen Kameras, einem GPS-Sender und einem Projektor ausgestattet ist. An bestimmten Stellen in der Stadt projiziert die Brille Bilder der Gebäudefassaden aus dem Jahr 1887 auf die heutigen Bauten.

Unterwegs ist man Teil einer kleinen Geschichte, die sich rund um den Trauerzug für Alfred Krupp abspielt. Menschen, die 1887 in Essen gelebt haben, werden mithilfe von Schauspielerinnen und Schauspielern zum Leben erweckt und als digitale Filmsequenzen eingeblendet. Henning Baum gibt den alteingesessenen Kneipenwirt, Tatjana Clasing die Bauherrin Wilhelmine Grillo und Nelson Müller – natürlich – den Koch.

Auch der Burgplatz vor dem Essener Dom ist in das Geschehen eingebettet. Dort wird eine Lichterprozession zu sehen sein. „Eine ganz besondere Rolle spielt die Goldene Madonna“, verrät Lars Büttner. Die kostbare Marienfigur, die im Essener Dom steht, wird dann wohl noch mehr Bewunderer finden.



BENE
VERLOST
5 MAL 2
GUTSCHEINE

Wer an dem **weltweit einzigartigen Stadtrundgang** teilnehmen möchte, kann auf www.visitessen.de Tickets buchen oder sein Glück bei unserem Gewinnspiel versuchen. **BENE verlost fünfmal zwei Gutscheine für die „Mixed-Reality-Zeitreise“**. Schicken Sie einfach **bis zum 15. April** eine E-Mail mit dem Stichwort „Zeitreise“ an gewinnspiel5@bene-magazin.de oder eine Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Die Angabe Ihrer Adresse bitte nicht vergessen.

I kab

WIR SIND DANN MAL UNTERWEGS

Pilgerreise durch das Bistum Essen



Zur Ruhe zu kommen, um Gewohntes hinter sich und Neues auf sich wirken zu lassen: Beim Pilgern macht man sich auf den Weg zu einem heiligen Ort und zu sich selbst. Als ein „Unterwegssein, das verwandelt“ bezeichnete Bischof Franz-Josef Overbeck es in einer Predigt. Dafür muss man nicht unbedingt auf den Jakobsweg nach Santiago de Compostela in Spanien gehen. Auch auf dem Pilgerweg des Ruhrbistums kann man inspirierende und spirituelle Momente erleben. Das Katholische Ferienwerk Oberhausen (KFO) bietet deshalb im Oktober eine sechstägige Pilgerwanderung durch das Märkische Sauerland und das Ruhrgebiet an.

Am ersten Tag der Reise geht's für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Meinerzhagen nach Lüdenscheid. Unterwegs sehen sie den über 500 Meter hohen Homertturm, Schloss Neuenhof und mit ein wenig Glück sogar frei laufende Heckrinder, die sich im Naturschutzgebiet Stilleking tummeln.

Am zweiten Tag pilgert die Gruppe bis nach Breckerfeld, vorbei an einer Waldlichtung, der Glörtalsperre und dem Jakobsbrunnen. Am dritten und vierten Tag sind der Hasper Stausee, der Ennepestrand in Gevelsberg und das begehbbare Kirchenlabyrinth in Sprockhövel einige der Sehenswürdigkeiten, die die Etappen zwischen Breckerfeld und Bochum zu bieten haben.

An Tag fünf und sechs führen die Pilgerstrecken von Bochum bis zum Essener Dom, in dem es einen feierlichen Abschlussgottesdienst geben soll. Highlights der Wege: die Blankensteiner Schleuse, die Sternwarte Kap Kaminski und die Villa Hügel, das historische ehemalige Wohn- und Repräsentationshaus der Industriellenfamilie Krupp.

Weitere Informationen zu Preisen und Hotelunterkünften erhalten Sie bei KFO-Mitarbeiter Christian Brandt unter der Telefonnummer 0208 99423-78. Er nimmt auch Anmeldungen entgegen. Zeitraum der Pilgerreise: **5. bis 10. Oktober 2022**

Informationen im Internet unter www.kforeisen.de I kab

Anzeige



**WIE FINDE ICH HALT
UND RUHE IN DIESER
BEWEGTEN ZEIT?**

DIE GEISTLICHE BEGLEITUNG
HAT MIR GEHOLFEN.

team:exercitia

LEBEN ÜBEN. SEIT MENSCHENGEDENKEN.

team-exercitia.de



DIE KRAFT DES KLANGS

Sebastian Küchler-Blessing über seine Arbeit als Dom-Organist

Mit vollem Körpereinsatz spielt Sebastian Küchler-Blessing die teilweise schwergängigen Tasten der imposanten Orgel. Vom Generalspieltisch aus bedient er mehr als 5000 Orgelpfeifen, um den Essener Dom zum Klingen zu bringen. Er wirkt dabei wie jemand, der einen steilen Berg hochläuft. „So manches Musikstück ist für mich wie ein kleiner Marathon“ erzählt der 34-Jährige, der zu den jüngsten Dom-Organisten Deutschlands zählt.

Seit acht Jahren ist Küchler-Blessing hauptberuflich für die Orgelmusik in der Kathedrale zuständig. Er begleitet Gottesdienste musikalisch – von Andachten über heilige Messen bis hin zu Pontifikalämtern wie der Feier der Osternacht. „Ab Gründonnerstagabend ist die Orgel in den Gottesdiensten nicht zu hören“, erzählt er. „Erst in der Osternacht erwacht sie wieder zum Leben – als symbolisch klingender Akt für die Auferstehung von Jesus Christus.“

An seine Arbeit im Essener Dom hat sich der aus Süddeutschland stammende und vielfach ausgezeichnete Kirchenmusiker schnell gewöhnt. Von der Akustik in dem Gotteshaus

schwärmt er in den höchsten Tönen: „Wenn man wohldosiert mit der Energie der Orgel umgeht, kann man die Besucherinnen und Besucher mit der Zartheit und der Kraft des Klangs packen. Das kann sehr erhehend sein.“

Das Musizieren sei, so sagt er, eine Schule fürs Leben. Es helfe ihm auch im Alltag dabei, „ein Problem nach dem anderen zu lösen und mich nicht zu verzetteln“.

Nach Feierabend nimmt der Dom-Organist den Fuß vom Gas – beziehungsweise vom Pedal. Dann braucht er Ruhe. „Zu Hause habe ich nicht mal eine Stereoanlage“, erzählt er. „Wenn man den ganzen Tag Musik um die Ohren hat, freut man sich doch sehr über eine Oase der Stille.“

Die Feier der **Osternacht im Essener Dom** findet in diesem Jahr am 16. April um 21.30 Uhr statt. Informationen zu weiteren **Gottesdiensten rund um die Kar- und Ostertage** sowie zu Konzerten und Chorabenden im Dom erhalten Sie im Internet auf der Seite www.dommusik-essen.de.

I kab

STALL STATT SCHULSTRESS

Lernhelferin Marla Duarte(r.) mit Pony Fleur und Schülerin Sophie

Nachhilfe im Sattel für Kinder aus suchtbelasteten Familien

Englische Grammatik, Algebra oder Gedichtinterpretation: Das sind typische Themen für Nachhilfestunden. Eigentlich. Doch wenn Sophie (12) zur Lernhilfe geht, führt sie ihr Weg zum Stall, und es heißt: Box ausmisten, Pferd striegeln, reiten. Möglich macht das ein Projekt der Caritas Ennepetal: Im Rahmen des Programms „FitKids“ des Caritas-Suchthilfezentrums werden gezielt Kinder mit Nachhilfebedarf aus suchtbelasteten Familien unterstützt.

„Im Umgang mit dem Pferd lernt Sophie, Verantwortung zu übernehmen. Sie hilft im Stall, mistet die Box aus, und wir machen zusammen das Pony für den Ausritt fertig. Das gibt ihr Selbstbewusstsein und Struktur“, zählt Marla Duarte die Lernerfolge auf, die fernab von Tafel und Klassenraum gemacht werden. Die 19-Jährige ist Sophies Lernhelferin und Besitzerin von Fleur. Mit dem Pony hat Sophie seit Beginn der „tierischen“ Nachhilfestunden schon einiges gelernt. „Am Anfang war es für mich die schwierigste Aufgabe, die Box allein auszumisten und fertig zu machen“, erzählt das Mädchen, während sie Fleur über den Hals streicht und das Pony aufmerksam die Ohren spitzt.

Ausgemistet hat sie an diesem Tag bereits. „Mittlerweile nimmt sich Sophie direkt die Schubkarre und legt los“, sagt Marla Duarte mit einem Lächeln. „Das ist jetzt schon Routine.“ Ebenso wie das gemeinsame Putzen, Satteln und Trensen des Fjord-Mix, der auch als Voltgierpferd für die Kleinsten im Einsatz ist. „Reiten geht heute aber leider nicht“, sagt die Lernhelferin und zeigt auf den pinken Verband an Fleurs

Vorderbein. Stattdessen geht das Trio eine Runde im nahe gelegenen Wald spazieren. Enttäuscht ist Sophie deswegen aber nicht: „Ich freue mich immer sehr, wenn ich Fleur sehe“, sagt sie, während sie dem Pferd ein Leckerchen gibt. Das Kontrastprogramm zum Schulalltag tut ihr gut. Jeden Donnerstagnachmittag holt Marla sie ab. Und jeden Donnerstag kann Sophie am Stall abschalten. „Die Schule ist schon stressig“, sagt sie, während sie Seite an Seite mit Fleur den Weg entlangläuft.

Für die Schule lernen Marla und Sophie dennoch: Einmal in der Woche stehen ein- bis anderthalb Stunden „klassische“ Nachhilfe auf dem Plan, zum Beispiel Schreib- und Leseaufgaben. „Sophie macht große Fortschritte, auch die Konzentrationsfähigkeit hat sich gesteigert“, sagt Marla Duarte. Sie ist überzeugt, dass die Zeit mit Fleur einen Anteil daran hat.

Text Corinna Ten-Cate

KONTAKT

Das Caritas-Suchthilfezentrum Schwelm ist Anlaufstelle für Menschen aus Schwelm, Ennepetal, Breckerfeld, Hattingen und Sprockhövel. Hier gibt's Beratung und Betreuung für Suchterkrankte und Angehörige – auch für Kinder aus belasteten Familien. Weitere Infos telefonisch unter **02336 9242540**. Im Netz: www.caritas-en.de

KINOKULTUR

Die BENE-Filmtipps von Essens Lichtburg-Chefin
Marianne Menze

Satire

EINGESCHLOSSENE GESELLSCHAFT



Der Vater eines Schülers zwingt das Kollegium eines Gymnasiums dazu, seinem Sohn bessere Noten zu geben. Die Satire von Regisseur Sönke Wortmann legt bissig und komisch die Mängel im Schulsystem frei. Nach einer Vorlage von Bestsellerautor Jan Weiler („Maria, ihm schmeckt’s nicht!“) inszeniert Wortmann ein hochkarätiges Ensemble, das unter anderem aus Anke Engelke, Justus von Dohnányi und Florian David Fitz besteht.

Voraussichtlicher Kinostart: 14.04.2022

Drama

WO IN PARIS DIE SONNE AUFGEHT



Sie sind Freunde, Verbündete, Liebende: junge Menschen wie Émilie (Lucie Zhang, links), Nora (Noémie Merlant) und Camille (Makita Samba), die in einem ehemaligen Arbeiterviertel in Paris leben. In brillanten Schwarz-Weiß-Bildern erzählt Regisseur Jacques Audiard von sexueller Freiheit, Mobbing, Vorurteilen und der Schwierigkeit, sich selbst zu finden. Ein mitreißendes Gesellschaftsportrait, das den Einfluss sozialer Medien auf das Dating-Verhalten thematisiert.

Voraussichtlicher Kinostart: 07.04.2022

LESELUST

Einfach ausleihen: die Empfehlungen aus den Katholischen
Öffentlichen Büchereien des Bistums Essen

Mord im Domgymnasium

Der allseits beliebte Direktor des katholischen Domgymnasiums in Friedensberg wird brutal überfahren. Warum bringt jemand einen so geschätzten Pädagogen um? Georg Langenhorst hat mit „Toter Chef – Guter Chef: Mord im Domgymnasium“ seinen dritten Krimi geschrieben, der im kirchlichen Milieu spielt. So erfährt der Lesende viel über Kirche und Theologie. Auch aktuelle Themen wie Maria 2.0 oder der Synodale Weg werden nicht ausgespart. Ein Lesevergnügen, flüssig geschrieben und bei Weitem nicht so grausam wie die Schwedenkrimis.

Doris Kinner

*Katholische Öffentliche Bücherei (KÖB)
St. Pius, Bottrop*



Das Leben des Hexenmeisters

Magnus Bane hat ein ereignisreiches Leben hinter sich: Ob in der Französischen Revolution, beim Börsencrash von New York oder im frühen London – der oberste Hexenmeister von Brooklyn war überall dabei. „Die Chroniken der Magnus Bane“ ist ein Begleitband der beliebten Fantasy-Reihe „Chroniken der Unterwelt“ und „Chroniken der Schattenjäger“ von Cassandra Clare. Kenntnisse der vorher erschienenen Bücher sind nicht unbedingt notwendig, da hier zehn voneinander unabhängige Geschichten erzählt werden.

Judith Gatter

KÖB Heilige Familie, Bochum



Mit vereinten Kräften

Ermittler Will Trent will auf Fort Knox, der Militärbasis der US-Army, einen Mord aufklären, der vor 22 Jahren passiert ist. Der mutmaßliche Mörder: der ehemalige Militärpolizist Jack Reacher. Dieser ist auf Fort Knox einer ganz anderen Sache auf der Spur – ein Verbrecherring ist bis ins Herz des Gold-Depots vorgedrungen. Was Trent und Reacher nicht ahnen: Sie sind Opfer einer Verschwörung, die sie nur mit vereinten Kräften zerschlagen können. Der Thriller „Goldwäsche“ ist ein gelungener Mix aus den Federn der Krimiautoren Karin Slaughter und Lee Child.

Kerstin Schmatter

Medienforum des Bistums Essen, Essen



EHRENSACHE

Mit einem großen Ehrenamtstag sagt das Bistum Essen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern Danke! Neben spirituellen Impulsen und Vorträgen gibt es am 7. Mai ab 12 Uhr im Grugapark Essen einen „Markt der Möglichkeiten“. Verbände und Institutionen präsentieren dort ihre Angebote. Informationen auf bistum.ruhr/ehrenamtstag

EINSCHALTEN

Zweimal wurde sie verschoben, jetzt geht sie über die Bühne: die TV-Show „Die Passion“, die die letzten Tage im Leben von Jesus Christus zeigt. RTL sendet live vom Essener Burgplatz. Mitwirkende sind Prominente wie Thomas Gottschalk, Alexander Klaws und Ella Endlich. Ausstrahlung:

13. April, 20.15 Uhr

ENDLICH OSTERN FEIERN

Möchten Sie in der Karwoche und Ostern in die Kirche? Pandemiebedingt gelten immer noch bestimmte Sicherheitsauflagen. Die Redaktion empfiehlt, sich vor Ostern in den **Pfarr- und Gemeindebüros** oder an den **Aushängen der Kirchen** zu informieren.

BENE-QUIZ, HEFT 41: DIE LÖSUNG!

Die richtigen Antworten im Spiele-Quiz der letzten BENE lauten:

1c, 2a, 3b, 4c, 5c, 6a, 7d, 8b

Die Gewinnbenachrichtigungen wurden bereits zugestellt.



DEMNÄCHST IN BENE ...

Aber sicher! An allen Ecken lauern Gefahren – dieses Gefühl kann entstehen, wenn man sich umschaute oder die Nachrichten verfolgt. Die neue BENE befasst sich mit dem Thema Schutz.

Was lässt uns beruhigt durchs Leben gehen? Und wie können wir uns selbst und andere, wo es eben geht, vor Unglück bewahren? In diesem Zusammenhang kommen auch die Themen sexueller Missbrauch und Diskriminierung in der Katholischen Kirche erneut auf den Tisch. BENE schaut, wie das Bistum Essen die Aufarbeitung der Vergangenheit angeht und welche Vorbeugemaßnahmen man für die Zukunft trifft.

Ausgabe 43 erscheint Mitte Juni.

IMPRESSUM

BENE – DAS MAGAZIN DES BISTUMS ESSEN

Herausgeber: Bistum Essen
Stabsbereich Kommunikation
Ulrich Lotz (verantwortl.)

Redaktionsleitung: Sandra Gerke
Redaktion: Kathrin Brüggemann

Mitarbeit: Nicole Cronauge, Thomas Rünker,
Achim Pohl, Cordula Spangenberg,
Paul Philipp, Anne Herrberg,
Oliver Schmiege, Jürgen Flatken,
Corinna Ten-Cate

BENE-Online
i-gelb GmbH, Köln,
Kathrin Brüggemann, Jens Albers

E-Mail: redaktion@bene-magazin.de
Redaktionsanschrift: Redaktion BENE, Bistum Essen,
Zwölfling 16, 45127 Essen
Telefon: 0201 2204-267
www.bene-magazin.de

Grafische Gestaltung: Rippelmarken – Werbung und Markenkommunikation
Druck: Rehms-Druck, Borken

BENE, das Magazin des Bistums Essen, wird umweltfreundlich auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt. Eine Ausgabe kostet 80 Cent. Für Mitglieder der Katholischen Kirche im Bistum Essen ist BENE kostenlos. Zur Abwicklung der Gewinnspiele in BENE müssen die Daten der Teilnehmenden erfasst werden (Name, E-Mail-Adresse, Telefonnummer). Nach Spielende werden sie gelöscht.

Bildnachweise: Titelfoto: Adobe Stock/HQUALITY; S. 2: Nicole Cronauge; S. 3: Achim Pohl (2), shutterstock.com/Olga Pink; S. 4/5: Nicole Cronauge; S. 6: © Angel Studios; S. 7: Gerhard Hackenschmied; S. 8/9: Nicole Cronauge; S. 10: Achim Pohl; S. 12/13: shutterstock.com/Photolines, shutterstock.com/rangizz; S. 14: Achim Pohl, shutterstock.com/New Africa; S. 15: Achim Pohl; S. 16: Achim Pohl; S. 17: Achim Pohl; S. 18: shutterstock.com/Virinaflora; S. 19: Adobe Stock/michalsanca; S. 20/21: Adveniat/Oliver-Schmiege; S. 22/23: Josef Krieg; S. 24/25: shutterstock.com/Tatiana Kuzmina, shutterstock.com/Bernd Schmidt, shutterstock.com/berni0004, shutterstock.com/VECTOR FUN; S. 26/27: Nicole Cronauge; S. 28: Simon Menges; S. 29: EMG – Essen Marketing GmbH; S. 30: Oliver Müller/Bistum Essen; S. 31: Achim Pohl; S. 32: Achim Pohl; S. 33: © BantryBay Productions GmbH/Deutsche Columbia Pictures Filmproduktion GmbH/Degeto Film GmbH, © Neue Visionen Filmverleih, Achim Pohl (3); S. 34: shutterstock.com/Shia-com; S. 35: Rebecca Weidenbach

GOGREEN

Der CO₂-neutrale Versand
mit der Deutschen Post

Gott,

ein Bedürfnis wird in uns allen
 von Tag zu Tag größer.
 Der Wunsch nach Frieden.
 Frieden in der Welt.
 Frieden in Europa.
 Frieden in uns.
 Frieden mit der Schöpfung.
 Hilf uns,
 dass dieses Bedürfnis
 gestillt wird - bald - jetzt.

Denn du stärkst uns.
 Du begleitest uns.
 Du kennst unser Ziel.
 Du verkündest uns deinen Frieden -
 damit wir Tag für Tag
 mit Hoffnung und Mut
 unser Leben führen
 und die Welt es erlebt - Frieden.
 Sei du bei uns.
 Sei da mit deiner Liebe -
 schenke uns Frieden.
 Amen.

Rebecca Weidenbach
 Seelsorgerin in der Pfarrei Liebfrauen, Duisburg-Mitte
 Instagram: [rebecca.inspire](https://www.instagram.com/rebecca.inspire)

Haben auch Sie ein Lied, ein Gedicht oder ein Gebet,
 das Sie besonders berührt, das Sie tröstet, Sie an
 das Gute glauben lässt oder Ihnen ein Lächeln entlockt?
 Dann schreiben Sie es uns: gebet@bene-magazin.de

BENE

MENSCH SEIN IM BISTUM ESSEN

www.bene-magazin.de