

# chrismon

DAS EVANGELISCHE MAGAZIN

01.2018

WWW.CHRISMON.DE

## Hilfe, ich werd' alt!

Bärbel Schäfer  
und Bastian  
Pastewka in der  
Mitte des Lebens –  
mal hochfliegend,  
mal demütig

*Was ist das, Doktor?*

So gelingt die Sprechstunde

# DANKESCHÖN für Sie als ZEITUNGSLESER!

## 8 Tage 5-Sterne-Studienreise Kreta



Für Sie als  
**ZEITUNGSLESER**

Normalpreis **999,€**

Ihre Ersparnis **800,€**

ab  
nur **199,€\***  
p.P.

**INKLUSIVE**  
Heraklion

Eine der beliebtesten Studienreisen der Deutschen! – Inklusive Ausflugsprogramm & Eintritte!



- Ihre Inklusivleistungen:**
- + Hin- und Rückflug mit renommierter Fluggesellschaft nach Heraklion, inklusive Hoteltransfers **250,€**
  - + 7 Übernachtungen im Doppelzimmer in ausgewählten 4- und 5-Sterne-Hotels (Landeskategorie) inklusive Willkommensgetränk **385,€**
  - + 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet **105,€**
  - + Faszinierende Studienreise in unserem modernen und klimatisierten Reisebus durch Kreta, die Heimat der Götter! Freuen Sie sich auf ein spektakuläres Ausflugsprogramm + Eintritte (lt. Programm) **209,€**
  - + Deutsch sprechende Reiseleitung **50,€**
  - + 24 Stunden ärztliche Rufbereitschaft
- Gesamtpreis p.P. **999,€\***  
Ihre Ersparnis p.P. **- 800,€**  
Ihr Vorzugspreis p.P. ab nur **199,€\***

**Ihr Ausflugsprogramm – das alles ist inklusive:**

- **Kloster Arkadi** (Eintritt inklusive): Nationalheiligtum Kretas aus der Zeit des Byzantinischen Reiches, Symbol kretischer Unabhängigkeit
- **Archäologisches Museum** (Eintritt inklusive): beeindruckende römische Ausgrabungen in Eleftherna
- **Kournas See**: einziger Süßwasserssee Kretas
- **Argiroupolis**: Sichtung antiker römischer Wasserleitungen
- **Rethymnon**: romantische Hafenstadt mit schöner Altstadt
- **Kloster Agia Triada** (Eintritt inklusive): Venezianisches Kloster (17. Jhd.), traumhaft gelegen in Olivenhainen auf der Halbinsel Akrotiri
- **Chania**: die wohl schönste Stadt Kretas mit Höhepunkten wie dem wunderbaren Hafen, dem jüdischen Viertel Evraiki, der Hassan Pascha Moschee und vielen historischen Bauwerken
- **Antikes Aptera** (Eintritt inklusive): Berühmte 3.000 Jahre alte antike Ausgrabungen mit einer wichtigen Rolle in der griechischen Mythologie als Schauplatz von Sirenen und Musen
- **Matala**: Hippieparadies der 60er-Jahre, u.a. wohnten in den Höhlen der mächtigen Kalkfelsen Bob Dylan und Cat Stevens
- **Kunsthandwerk** in traditioneller Teppichknüpferei
- **Palast von Phaistos** (Eintritt inklusive): einer der größten Paläste der Insel, minoischer Palast mit fantastischem Weitblick. Hier wurde der weltberühmte Diskos von Phaistos gefunden.
- **Antikes Gortys** (Eintritt inklusive): römische Siedlung



- **Heraklion & Venezianische Festung** (Eintritt inklusive): Spannende Erkundungstour u.a. mit Venezianischer Festung, Hafenpromenade und malerischer Altstadt (u.a. Kirche Agios Titos, Marktstraße, ...)
- **Handwerkstradition** in Schmuck- und Lederatelier
- **Lassithi Hochebene**: fruchtbare Hochebene
- **Kloster Kera** (Eintritt inklusive): eines der wichtigsten religiösen Zentren Kretas – noch heute von Nonnen bewohnt
- **Bergdorf Krasi**: idyllisches Dorf mit 2.000-jähriger Platane

**Ihre Ersparnis als ZEITUNGSLESER**  
**- 800€** p.P.

Reisemonate	Jan. 2018 (01.-17.01.)	Jan. 2018 (18.-31.01.)	Feb. 2018 (01.-14.02.)	Feb. 2018 (15.-28.02.)	März 2018 (01.-15.03.)	März 2018 (16.-31.03.)	April 2018	Mai 2018	Okt. 2018 (15.-31.10.)	Nov. 2018 (01.-15.11.)	Nov. 2018 (16.-30.11.)	Dez 2018
Saisonzuschläge p.P.:	0,-€	50,-€	70,-€	100,-€	120,-€	150,-€	190,-€	210,-€	190,-€	120,-€	70,-€	0,-€

Lesen & Reisen: Unser Vorzugspreis für Sie als ZEITUNGSLESER ab nur **199,€\*** pro Person statt **999,€\***

Flughafen	Berlin	Düsseldorf	Frankfurt	Hamburg	Hannover	Leipzig	München	Stuttgart
Flughafenzuschläge p.P.:	55,-€	65,-€	60,-€	40,-€	40,-€	40,-€	50,-€	50,-€
Abflugtage	Do   Fr	Mo   Do   Sa	Mo   Sa   So	Mo   Di	Mo   Di	Di   Fr	Di   Mi	Mi   Fr

**Wunscheleistungen zu Vorzugskonditionen:**  
Genusspaket: Das Paket beinhaltet komfortable Halbpension, d.h. täglich reichhaltiges Buffet am Abend mit internationalen Spezialitäten: nur 139,-€ pro Person statt 179,-€\*

\* Mit Erhalt der schriftlichen Reservierungsbestätigung und des Reisepreissicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 28 Tage vor Abreise zu leisten. Preis gilt ab Hamburg am 15.01.2018 und vom 04.12. bis 11.12.2018. Bei anderen Reiseterminen fallen die in der Tabelle angegebenen Saisonzuschläge an. Die Reise gilt nur für den Angebotsempfänger und volljährige Begleitpersonen. RSD Reise Service Deutschland GmbH bietet den Preisvorteil im Vergleich zum Normalpreis auf [www.rsd-reisen.de](http://www.rsd-reisen.de). Es gelten die Reisebedingungen der RSD Reise Service Deutschland GmbH ([www.rsd-reisen.de/arb/](http://www.rsd-reisen.de/arb/)). Einzelzimmerzuschlag: 249,-€ pro Person. Ferienaufpreis 49,-€ p.P.: BER 29.03.18 u. 19.10.2018; DUS 24.+26.+31.03.18 u. 18.10.2018 FRA 24.+25.+31.03.18 u. 01.04.18; HAM 05.03.18; HAJ 20.+27.03.18; LEJ 13.02.18; MUC 28.03.18; STR 30.03.18. Hinweis: Mindestteilnehmerzahl 15 Personen pro Reisetermin, Absage spätestens 28 Tage vor Reisetermin bei Nichterreichen. Reiseverlaufsänderung aus organisatorischen Gründen ggf. möglich.

Von uns für Sie geprüft!  
**Kundenzufriedenheit**  
„sehr gut“  
Zertifiziert durch | Fremdenverkehrsamt | Kompetenz  
72.206 Befragte getesteter 06/2016  
Kundenzufriedenheit durch  
RSD Reise Service Deutschland  
→ Gesamt-Note: 1,46

Ihr Vorteilscode: **CHR21509**  
Jetzt kostenlos anrufen und Wunschtermin sichern:  
**0800-503 533 564**  
Montag bis Freitag 8.30 – 18.00 Uhr, Samstag 9.00 – 14.00 Uhr  
oder [www.treue-vorteile.de/chris21509](http://www.treue-vorteile.de/chris21509)  
Reiseveranstalter: RSD Reise Service Deutschland GmbH,  
Elsenheimerstraße 61, 80687 München.

TITELFOTO: SANDRA STEIN



**Titel**  
**28**  
*„Ich bin eine tickende Zeitbombe“*  
Sagt Bastian Pastewka über sich selbst. Bärbel Schäfer findet das Älterwerden gar nicht schlimm



### 12 Sprechstunde

Was hab ich, Doc? Ärzte sind oft kurz angebunden. So kommen Sie trotzdem mit ihnen ins Gespräch

### 22 Denkstunde

Sie braucht immer eine weite Aussicht. Dann, sagt Schriftstellerin Charlotte Link, verschwinde sogar ihre Traurigkeit



### 34 Schulstunde

Leon Weintraub ist 92. Und immer noch besucht er Schulklassen und erzählt von den NS-Lagern



- 06 **Kreuz und quer** Sieben unbekannte Feiertage, Fake News in Italien, Kinderbücher
- 10 **Auf ein Wort** Margot Käbmann
- 12 **Gesundheit** Wie man Ärzte dazu kriegt, sich mehr Zeit zu nehmen – und gründlich zu erklären
- 22 **Fragen an das Leben** Die Schriftstellerin Charlotte Link
- 24 **Anfänge** Das Baby von Florian Mohr starb vor der Geburt. Wie der Sternenvater zu trauern lernte
- 26 **Religion für Einsteiger** Muss man dem Gewissen immer folgen? Und was, wenn es irrt?
- 28 **Begegnung** Die Autorin Bärbel Schäfer und der Comedian Bastian Pastewka über die Midlife-Crisis, alte Freunde und „Die drei ???“
- 32 **Doppelpunkt** Wenn alle ihren Glauben öffentlich zeigen dürfen, kann keine Religion dominieren, findet Barbara Vinken
- 34 **Zeitzeuge** Leon Weintraub überlebte die NS-Zeit, wurde Geburtshelfer und Vater. Heute gibt er seine Geschichte weiter
- 40 **Die Entscheidung** Meta Diestel, Speisekammersängerin
- 42 **Laut und leise** Französische Klassiker, überhörte CDs und ein Anime
- 48 **Projekt** Äthiopiern das Augenlicht retten
- 50 **Leserpost**
- 52 **Online** Pastewka und Schäfer im Video, Tipps für Patienten, Kulturbeutel
- 52 **Impressum**
- 54 **Brummers Welt** Denk mal, ein Denkmal!

**M**ach doch mal die Tür zu! Ich meine – welchen Sinn macht dieser Saunabus, wenn es hier zieht wie Hechtsuppe. Das ist ja auch wieder nicht gut für unser Immunsystem. Aber die neue Standheizung, Donnerwetter. Von null auf 35 Grad in Nullkomm-nix. Wollen wir eine rauchen? Man soll ja Pause machen zwischen den Saunagängen. Schön hier oben. Wann das morgen früh wohl losgeht mit den anderen Autos? Um sieben? Da schlaf ich ja noch, ich kann nach der Sauna so gut schlafen. Da geht nix drüber. Also wenn wir hier morgen früh wegmüssen, musst du fahren, ich schlaf da noch. Fahr uns doch runter zum See. Dann können wir da morgen Abend eintauchen nach dem Schwitzen. Und übermorgen stellen wir den Bus vors Hallenbad. Weil, ganz ehrlich, mal so richtig lang duschen, das wär auch ganz schön.



## Fragezeichen

### Epiphantias – und dann?

1 Der 6. Januar, Epiphantias, erinnert an mehrere biblische Ereignisse. An welches nicht?

- Taufe Jesu
- Ankunft der Weisen aus dem Morgenland
- Hinrichtung Johannes des Täufers
- Weinwunder zu Kana

2 Einer der Sonntage nach Epiphantias heißt auch „Fest der Verklärung Christi“ – der ...

- Deutung seines Hoheitstitels
- Offenbarung auf dem Berg Tabor, dass Jesus Gottes Sohn sei
- weinseligen Ausschweifung auf der Hochzeit zu Kana
- seligen Erinnerung nach Jesu Tod

3 Ab Ende Januar 2018 werden die Sonntage vor Ostern gezählt. Wie heißen die ersten beiden?

- Septuagesimae, Sexagesimae
- Estomihi, Invokavit
- Ilex aquifolium, Hedera helix
- Pontifex maximus

Viel Spaß beim Knobeln!  
Die Auflösung finden Sie auf der Seite 52.

## Zitat

Psalm 104,3

„Du fährst auf den Wolken wie auf einem Wagen“

„Lob des Schöpfers“ heißt der Psalm, ein Lied. Gott besucht seine Schöpfung, bleibt aber auf den Wolken: nicht weil er unnahbar wäre, sondern weil alles seines ist. Himmel und Erde.

Eduard Kopp, Theologe

## Gold für die Superhelden

Die Fotoreportage „Superhelden gibt's wirklich“ von Verena Brandt – Titelgeschichte unserer Mai-Ausgabe 2017 – ist Gold wert. Das entschied die Jury des International Creative Media Award, eines weltweit ausgeschriebenen Zeitschriftenpreises.

376 Publikationen aus 27 Ländern waren im Rennen. Für das neue Magazin-Layout bekam die chrismon-Redaktion außerdem eine Auszeichnung in Bronze.

> [chrismon.de/superhelden](http://chrismon.de/superhelden)



## Geht doch! Fake News bekämpfen

Eine der berühmtesten italienischen Fake News entstand so: Gian Marco Centinaio, Senator der rechtspopulistischen Partei Lega Nord, veröffentlichte auf Facebook ein Foto von einem Mann mit Sektglas und schrieb, dies sei der Bruder von Laura Boldrini, Präsidentin der Abgeordnetenkammer. Sie habe dem Bruder die Leitung des Koordinierungsamtes der Regionen verschafft, er verdiene 47.000 Euro im Monat. 18.000 Menschen haben den Post geteilt. Boldrini hatte viel Ärger, nur: Der Mann ist nicht ihr Bruder und die fragliche Einrichtung erfunden. Centinaios Kommentar: „Ein Scherz. Die Leute sind zu leichtgläubig.“



Fake News, gefälschte Nachrichten, die eine Person diffamieren oder eine Diskussion manipulieren sollen, sind ein großes Problem, nicht nur in Italien. Sie verbreiten sich wie ein Virus über die kurzen digitalen Wege, auch weil Nutzer sie ungeprüft weiterleiten.

Italien greift nun durch: mit Aufklärung. Laura Boldrini hat mit Google, Facebook und anderen Unternehmen zehn digitale

Gebote erarbeitet, darunter „Teile nie ungeprüfte Quellen“, „Erkenne den Stil von Fälschungen“, „Nutze deine Macht sorgsam“. Seit November 2017 erläutern Profis sie flächendeckend an den Schulen.

In Deutschland steht der Umgang mit dem Digitalen nur vereinzelt auf dem Lehrplan. Der Journalist und Politikwissenschaftler Felix Friedrich setzt mit seinen Kollegen von „The Buzzard“ auf einen anderen Weg: Sie filtern aus dem Internet sauber recherchierte Pro- und Kontrarkommentare zu Streitthemen heraus und stellen sie für ihre Abonnenten zusammen (thebuzzard.org). Den italienischen Ansatz findet er hilfreich, aber nicht ausreichend. Er sagt: „Fakten und Quellen zu checken, kann nicht jeder Einzelne leisten. Dazu sollten Journalisten da sein.“

Die italienischen Jugendlichen vom Schülerfernsehen CheclassaTV aus Bergamo jedenfalls sind genervt von Fake News und hoffen, dass die zehn Gebote helfen.

✦ Sabine Oberpriller

Sie haben auf Reisen auch eine Idee entdeckt, die man nachmachen könnte? Schreiben Sie uns: > [gehtdoch@chrismon.de](mailto:gehtdoch@chrismon.de)

## Sieben... Feiertage, die man in Deutschland nicht so kennt



Ridvan

12 Tage im Frühjahr, Rosenschmuck und gutes Essen. So feiern die Bahai die Verkündigung ihres Gründers im Paradiesgarten



Purim

Königin Ester rettete die Juden. Das feiern sie Ende Februar mit Karneval. Alkoholkonsum ist heilige Pflicht



Ratha Yatra

Girlanden, bunte Kleider: Im Sommer ziehen Hindus eine Krishna-Statue durchs Viertel. Außerdem nehmen sie ein Bad



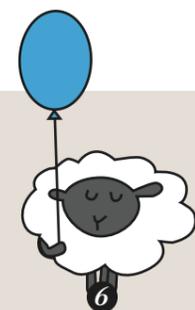
Japanisches Neujahr

Es gibt Buchweizennudeln und eine Glocke läutet 108 Mal – die 108 menschlichen Laster müssen ja irgendwie beseitigt werden



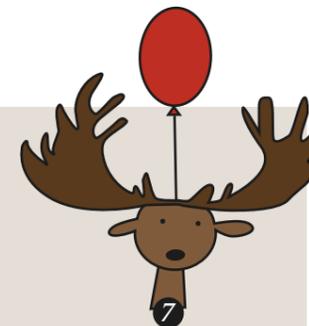
Vesakh

Vollmond im Mai, die Buddhisten teilen besonders großzügig – und lassen Schlachttiere frei



Id al-Adha

Opferfest der Muslime im Gedenken an Abrahams Prüfung. Gebete und Gelage. Geopfert wird auch



Beltane

Zum fünften Vollmond fängt der Hirschkönig die Maikönigin. Fruchtbarkeitsritual der Neuheiden

ILLUSTRATIONEN: MAREN AMINI; FOTO: ERICH HÄFELE/JOKER/EPD-BILD



2 Ausgaben und den Sonderdruck kostenlos!

## Wer ist Herr im Hirn?

### Der Streit um den freien Willen

- Kann der Mensch aus einem freien Willen heraus handeln?
- Oder ist er durch genetische Anlagen, Familie und Gesellschaft weitgehend geprägt?
- Und welche Rolle spielt dabei Gott?

Diesen Fragen gehen Hirnforscher, Philosophen und Theologen in dem Publik-Forum Sonderdruck »Wer ist Herr im Hirn?« nach.

Ja, schicken Sie mir den Sonderdruck »Wer ist Herr im Hirn?« und die nächsten zwei Ausgaben von Publik-Forum bitte kostenlos zu. Die Belieferung endet automatisch nach der zweiten Ausgabe.

NAME \_\_\_\_\_

VORNAME \_\_\_\_\_

STRASSE, HAUSNUMMER \_\_\_\_\_

POSTLEITZAHL, ORT \_\_\_\_\_

TELEFON \_\_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_

GEBURTSDATUM \_\_\_\_\_

DATUM, UNTERSCHRIFT \_\_\_\_\_ 20172255

BITTE EINSENDEN:  
**Publik-Forum Verlagsgesellschaft**,  
Postfach 2010, 61410 Oberursel,  
Telefon: **06171/7003470**, Fax: **06171/700346**  
oder bestellen Sie Ihre zwei Ausgaben auf:  
[www.publik-forum.de/h55](http://www.publik-forum.de/h55)

Paargespräche



### Simon & Garfunkel

**Simon:** Wenn du die Garderobe doppelt abschließt, habe ich beim Reinkommen unnötig Arbeit.  
**Garfunkel:** Es klingt immer so vorwurfsvoll, wenn du das sagst.  
**Simon:** Das sind nur deine Schuldkomplexe.  
**Garfunkel:** Das Licht ist bedrückend.  
**Simon:** Ich finde es romantisch.  
**Garfunkel:** Es ist viel zu dunkel.  
**Simon:** Sonst sieht man nur, wie unaufgeräumt es hier ist. Muss deine Bohrmaschine eigentlich hier stehen?  
**Garfunkel:** Die ist für das Regal mit unseren Grammys.  
**Simon:** Das ist so spießig wie ein Gewürzregal.  
**Garfunkel:** Hast du meinen Concealer gesehen? Meine Haut ist eine Katastrophe.  
**Simon:** Dann mach doch nicht so viele Lichter an.  
**Garfunkel:** Den Concealer hatte ich schon, als wir uns kennenlernten. Soll ich den aufheben?  
**Simon:** Wenn du ihn zu dir mitnimmst, mit der Bohrmaschine.  
**Garfunkel:** Wenn das so weitergeht, sehe ich für unsere Zukunft schwarz.  
**Simon:** Du hast das Brot übrigens wieder auf dem Brettchen von meiner Oma geschnitten, das kriegt Kratzer.  
**Garfunkel:** Das letzte Mal, dass deine Stimme freundlich klang, war, als du Weihnachten ein Taxi bestellt hast.

Line Hoven, Illustratorin, und Jochen Schmidt, Autor („Zuckersand“, C. H. Beck), zeichnen für *chrismon* Dialoge auf. Es sprechen Paare aus der Bibel, aus Kunstgeschichte, Popkultur und Gegenwart

Umfrage

## „Pippi“ schlägt den Struwelpeter

Welche Bücher und Geschichten sollten Eltern ihren Kindern vorlesen?

Die Gebrüder Grimm sind echte Longseller, fast alle Befragten sagen: Eltern sollten ihren Kindern Märchen vorlesen. Aber Pippi ist Schneewittchen auf den Fersen! Und dann kommt Struwelpeter. Übrigens mit überdurchschnittlichen 65 Prozent Pflichtlektüre für die 30- bis 39-Jährigen – darunter sicher viele Eltern kleiner Kinder. Ob die fürs Nervenkostüm schlicht ein bisschen Abschreckung brauchen?

32%

Wo die wilden Kerle wohnen

49%

Eine Kinderbibel

89%

Märchen

54%

Petterson und Findus

82%

Pippi Langstrumpf

1% nichts davon, aber andere Bücher und Geschichten

62%

Struwelpeter

1% ich finde Vorlesen nicht so wichtig

Quelle: Kantar EMNID-Institut im Auftrag von *chrismon*. Mehrfach Die vollständigen Ergebnisse der repräsentativen Umfrage (1006

nennungen waren möglich. Befragte) finden Sie unter [chrismon.de/umfrage](http://chrismon.de/umfrage)

Erledigt

### Sich jeden Tag neu erfinden. Anstrengend!

Noch liegen die 365 Tage des Jahres 2018 gemütlich vor uns, aber wo kämen wir hin, wenn es einfach 365 Tage wären. Wie gut, dass es ein Rezept des Tages gibt, eine Vokabel des Tages, einen Link des Tages, ja sogar ein Playmate und einen Witz des Tages. So flach wie der Witz von gestern und der von übermorgen – aber „des Tages“. Doll.

Besonders seltsame Drogen müssen die Werbetexter genommen haben, als sie sich die Kampagne #meoftheday für den Schuhladen Görtz ausgedacht haben. Die Plakate hängen an Gleis 18, wo morgens mein ICE ankommt und viele „Me“ ausspuckt.

Der eine, altersmäßig ein meofyesterday, rammt mir die Laptop-Tasche ins Kreuz, der Nächste brüllt börsenrelevante Anweisungen ins

Handy, es ist viel „Ich“ unterwegs um 9.10 Uhr. Ich lasse sie rennen und versuche derweil, die Werbung zu verstehen. „Was haben Charakter und Schuhschrank gemeinsam? Sie verkörpern jeden Tag aufs Neue das heutige Ich.“ Hä? Mein Schuhschrank verkörpert den Schneeregen von heute und den Matsch von morgen. Und, Hilfe, was ist ein „Charakter des Tages“? Heute der einfühlsame Kollege, morgen der Drecksack?

Ist der Charakter des Tages so was wie der Caramel Frappuccino des Tages? Steht da auch mein Vorname drauf? Kann ich ihn recyceln? Ach so, nee, das ist ja beim Kaffeeröster nebenan, der schwätzt genauso dummes Zeug. „Kaffee macht mich zu dem, was ich bin.“ Dabei macht Kaffee mich eher zu dem, was ich gerne wäre. Allzeit wach und fit.

Dass im globalisierten Narzissmus der Werbung viel „Ich“ und „Me“ unterwegs ist, logisch. Aber dass man nicht nur seine Kochrezepte, Bibelsprüche und Kaffeesorten jeden Tag neu erfinden soll, sondern gleich sich selber, klingt so anstrengend, dass man am besten schnell noch mal die Decke über den Kopf zieht, bevor 2018 kommt. Feiertage. Schlafen. *chrismon* lesen. Zum Beispiel die Geschichte über Leon Weintraub auf Seite 34. Der ist schon 92, hat Auschwitz überlebt, ist Frauenarzt geworden, geht in Schulen. Und hat seinen Charakter nicht jeden Tag neu erfunden. Warum auch? Ein gutes Jahr wünscht Ihnen die *chrismon*-Redaktion.



Ursula Ott ist Chefredakteurin von *chrismon*. [ott@chrismon.de](mailto:ott@chrismon.de)

ILLUSTRATION: LINE HOVEN; FOTOS: KATRIN BINNER

### chrismon für Geflüchtete

„Bleiben!“ heißt die dritte *chrismon* special-Ausgabe für Geflüchtete und ihre Helfer – nach „Willkommen!“ (Mai 2016) und „Ankommen!“ (März 2017). 24 Seiten auf Arabisch, Persisch und Deutsch, produziert von Journalisten aus Syrien, dem Iran, Afghanistan und Ägypten. Sie schreiben etwa über einen syrischen Tierarzt in Potsdam und eine afghanische Familie, die heimkehrte. Die zehn Autorinnen und Autoren arbeiten auch für die EKD-finanzierte Plattform [amalberlin.de](http://amalberlin.de).

Die Ausgabe ist kostenlos zu bestellen unter: [fluechtlingsheft@chrismon.de](mailto:fluechtlingsheft@chrismon.de) > [chrismon-guter-start.de](http://chrismon-guter-start.de)



## chrismon finden Sie gut?

Dann lesen Sie *chrismon plus!*

Bestellen Sie jetzt 12 Ausgaben\*, und Sie erhalten ein attraktives Willkommensgeschenk.



Jetzt bestellen! 0800 758 75 37 (gebührenfrei)

### Ihre Vorteile:

- Alle Artikel aus *chrismon* und zusätzlich 28 Seiten Inhalt
- Jeden Monat pünktlich und bequem nach Hause
- Sie verpassen keine Ausgabe!

Willkommensgeschenk zur Auswahl, wenn Sie nach dem Test weiterlesen:



Lutherbibel in aufwendiger Ausstattung



Jahreslos der Aktion-Mensch-Lotterie

\* 12 Ausgaben: 55,80 €

### Bestellung und Infos:

0800 758 75 37 (gebührenfrei) [www.chrismon.de/plus](http://www.chrismon.de/plus)



Margot Käbmann ist Herausgeberin des Magazins *chrison* und Botschafterin der evangelischen Kirche für das Reformationsjubiläum

# Hundert Jahre Lernen

Lange haben die Protestanten ihrem Kaiser nachgetrauert. Gut, dass sie Untertanengeist und Nationalismus heute weit hinter sich gelassen haben

„**Manchmal muss man Gott mehr gehorchen als den Menschen**“

**E**s war ein Schicksalsjahr für Deutschland. Zu Beginn des Jahres 1918 war Russland besiegt, der Frieden von Brest-Litowsk schien das zu besiegeln. Aber die deutsche Bevölkerung war demoralisiert und hungerte. Wie auch die Soldaten. Die Militärs, die alles beherrschten, hatten weder mit der Macht der britischen Panzer noch mit dem Kriegseintritt Amerikas gerechnet. Niederlage reihte sich an Niederlage. Admiräle wollten die Marine in eine letzte sinnlose Seeschlacht führen, die Soldaten meuterten, der Aufstand setzte sich bis Berlin fort. Am 9. November rief zuerst der Sozialdemokrat Philipp Scheidemann vor dem Reichstagsgebäude die Republik aus, wenige Stunden später Karl Liebknecht vor dem Berliner Schloss eine „freie sozialistische Republik“. Noch im selben Monat dankte der deutsche Kaiser ab.

Es folgte der Versailler Vertrag, der von vielen Deutschen als demütigend, als „Schmach“ empfunden wurde.

1918 war ein Schicksalsjahr auch für die Kirchen. Die Katholiken waren mit der Zentrumsparterie im politischen System der Weimarer Republik gut vertreten. Die Evangelischen fühlten sich heimatlos. 1914 hatten evangelische Pfarrer und Bischöfe dazu aufgerufen, sich für Volk und Vaterland zu opfern. So predigte etwa am 2. August 1914 der Berliner Hof- und Domprediger Bruno Doehring von den Stufen des Reichstags: „Ja, wenn wir nicht das Recht und das gute Gewissen auf unserer Seite hätten, wenn wir nicht . . . die Nähe Gottes empfänden, der unsere Fahnen entrollt und unserm Kaiser das Schwert zum Kreuzzug, zum heiligen Krieg in die Hand drückt, dann müssten wir zittern und zagen. Nun aber geben wir die trutzig kühne Antwort, die deutscheste von allen deutschen: Wir Deutsche fürchten Gott und sonst nichts auf der Welt!“

Bei solcher Predigt graust es mir. Hier haben Menschen Ideologie und Zeitgeist mehr gehorcht als dem Gott, der die Ohnmacht am Kreuz kennt. Es ist erschreckend, wie der Kollege diese Kriegstreiberei mit der Botschaft Jesu hat in Verbindung bringen können. Aber nicht nur in Deutschland, auf allen Seiten waren die Kirchen Europas Teil eines national verblendeten Getöses. Der schwedische Erzbischof Nathan Söderblom steht für die wenigen Ausnahmen.

1918 trauerten die deutschen Protestanten „ihrem Kaiser Wilhelm“ hinterher. Martin Luther hatte ja keine Bischöfe als Kirchenoberhäupter eingesetzt, sondern die Landesfürsten, weil er meinte, sie könnten seine Reformation besser schützen – so wie Friedrich der Weise ihn selbst schützte. Mit der Republik mochten sie sich nicht anfreunden. 1933 sollten sie deshalb mehrheitlich einen neuen Führer begrüßen in der Hoffnung, er werde auch die Kirche führen. Der Untertanengeist, der mit Bezug auf Paulus und auch Luther gepredigt wurde, prägte viele Protestanten.

Es tut gut zu sehen, was unsere Kirche gelernt hat in 100 Jahren. Beispielsweise, dass die Trennung von Staat und Kirche richtig ist. Dass wir gerne in einem Land von Meinungs-, Rede- und Religionsfreiheit leben. Dass es in unserer Kirche eine gewisse Grundskepsis gegenüber dem Militärischen gibt und die Militärseelsorge immer wieder kritisch diskutiert wird. Dass wir wissen: Manchmal müssen Christen Gott mehr gehorchen als den Menschen; wir dürfen nicht wieder in die Irre gehen wie 1933–1945, als unsere Kirche sich nicht schützend vor Juden, Homosexuelle, Sinti und Roma sowie Kommunisten gestellt hat, die ermordet wurden; wir sollten die Türen weit öffnen für Kritik wie in der DDR der 80er Jahre. Und es tut gut zu sehen, dass Kirchen nicht für Nationalismus eintreten, sondern für eine Gemeinschaft über nationale Grenzen hinweg.

Die letzten 100 Jahre haben uns deutlich geprägt. Ich bin dankbar für diese Lernprozesse. ✦

Und wie sehen Sie das? Wie beurteilen Sie die politische Lerngeschichte der evangelischen Kirche? Schreiben Sie uns Ihre Meinung > [chrison.de/1918](http://chrison.de/1918)

FOTO: BETTINA FLITNER

## Griechenland - Unser Reisetipp für alle *chrison*-Leser!



Meteora Klöster

### Die Höhepunkte Griechenlands

Antike Kultur, atemberaubende Geschichte, beeindruckende Natur und die griechische Gastfreundschaft machen eine Reise nach Griechenland unvergesslich. Entdecken Sie die berühmten Stätten Vergina, Delphi, Olympia und die Klöster von Meteora.

#### Ihr Reiseverlauf

- 1. Tag: Anreise.** Flug nach Thessaloniki, Empfang und Transfer zum Hotel. 2 Übernachtungen in Thessaloniki.
- 2. Tag: Thessaloniki.** Morgens unternehmen Sie eine Rundfahrt durch Thessaloniki. Sie sehen die wichtigsten Sehenswürdigkeiten wie den Weißen Turm, den Galeriusbogen und die Rotonda, ein Kuppelbau aus römischer Zeit. Außerdem besuchen Sie die Hagios Dimitrios. Die größte griechische Kirche ist dem Heiligen Demetrios gewidmet. Selbstverständlich bleibt genügend Zeit, auf eigene Faust durch die Gassen der Altstadt zu bummeln.
- 3. Tag: Thessaloniki - Vergina - Kalambaka (ca. 240 km).** Heute fahren Sie zu einem der Höhepunkte Ihrer Reise, zu den Königsgräbern von Vergina. Die Entdeckung des Hügels mit 4 Gräbern und einer Vielzahl an kostbaren Materialien wie Gold, Silber und Elfenbein, war 1977 eine Weltsensation. Bei dem größten und unversehrten Grab handelt es sich vermutlich um die letzte Ruhestätte Philipp II., Vater Alexander des Großen. Die Gräber werden in einem großartigen modernen Museum wundervoll und natürlich präsentiert. Zu den Funden zählen mehrere Freskenmalereien, darunter die bedeutendsten der griechischen Monumentalmalerei. Übernachtung in Kalambaka.
- 4. Tag: Kalambaka - Meteora - Delphi (ca. 240 km).** Schon von weitem ist die spektakuläre Kulisse der Meteorafelsen zu erkennen. Die stalagmitenartigen Felstürme ragen aus der ebenen Landschaft nahezu senkrecht über 300 Meter in den Himmel. Vor etwa 1000 Jahren zogen sich in diese einsame Gegend die ersten Eremiten zurück, wodurch sich im Laufe der Zeit eine Mönchsgemeinschaft entwickelte. Im 14. Jahrhundert wurde mit dem Bau der Klöster an schwindelerregenden Steilhängen begonnen. Sie besuchen zwei ausgewählte Klöster, die mit kunstvollen Fresken und Ikonen ausgeschmückt sind. Anschließend Weiterfahrt nach Delphi. Die Stadt war in der Antike die wichtigste Orakelstätte. Sie besichtigen die interessantesten Ausgrabungen wie Apollonheiligtum, Heilige Straße, Schatzhaus der Athener, Kastalische Quelle, Theater, Stadion sowie die drei Säulen des Tholos. Übernachtung in Delphi.
- 5. Tag: Delphi - Olympia - Nafplion/Tolon (ca. 460 km).** Nach dem Frühstück fahren Sie nach Olympia auf der Halbinsel Peloponnes. Der einstige Austragungsort der Olympischen Spiele gehört zu den

bedeutendsten antiken Stätten Griechenlands. Lassen Sie sich faszinieren von den monumentalen Überresten des Zeus- und des Hera-Tempels, den Thermenanlagen und dem Stadion. Übernachtung im Raum Nafplion/Tolon.

**6. Tag: Nafplion/Tolon - Mykene - Epidauros - Athen (ca. 220 km).** Nach einer kurzen Besichtigung Nafplions fahren Sie nach Mykene. Die Stadt war in vorklassischer Zeit eine der bedeutendsten Städte Griechenlands und ist seit 1999 UNESCO Weltkulturerbe. Sie besichtigen die große Burg, die Grabkreise und Kuppelgräber. Danach geht es nach Epidauros, der berühmten Kulturstätte des griechischen Gottes der Heilkunst, Asklepios. Hier sehen Sie die Reste des Tempels und des Asklepieionheiligtums. Gleich nebenan befindet sich das am besten erhaltene Theater Griechenlands. Über den Kanal von Korinth geht es nach Athen, dort 2 Übernachtungen.

**7. Tag: Athen.** Vormittags unternehmen Sie eine Stadtrundfahrt. Sie sehen u. a. das Panathinaikon Stadium (von außen), das Parlament am Syntagma-Platz und das Schlieman Haus, das ehemalige Haus des Entdeckers von Troja und Mykene. Außerdem die alte Universität, die Nationalbibliothek und den Omonia Platz. Der Höhepunkt ist die Besichtigung der Akropolis mit dem alten Parlament, den Propyläen, dem Parthenon und den beeindruckenden Tempelanlagen. Danach haben Sie Zeit zur freien Verfügung, um die Altstadtgassen der Plaka zu erkunden oder einfach von einem Café aus das bunte Treiben auf den Plätzen zu beobachten.

**8. Tag: Athen - Thermopylen - Dion - Thessaloniki (ca. 530 km).** Der erste Halt auf Ihrem Weg gen Norden ist am Leonidas Denkmal. Auf dem schmalen Engpass zwischen dem Kallidromos-Gebirge und dem Golf von Malia, den Thermopylen, fanden viele Schlachten statt, die berühmteste 480 v. Chr., als 300 Spartaner unter König Leonidas es mit dem gewaltigen persischen Heer aufnahmen. Weiter geht es nach Dion, einer der schönsten archäologischen Parks Griechenlands, malerisch am Fuße des Olymp gelegen. Auf dem großen Gelände wurden u. a. 15 Straßen, verschiedene Gebäude, Theater, Heiligtümer und ein riesiger Bäderkomplex mit einem komplizierten System für die Wasserzuleitung ausgegraben. Übernachtung in Thessaloniki.

**9. Tag: Abreise.** Transfer zum Flughafen und Rückflug.



Jetzt unseren Katalog gratis bestellen!

Bestellung Online unter [www.maris-reisen.de/katalog](http://www.maris-reisen.de/katalog)

Telefonische Buchung und Beratung unter der Hotline 040-27 83 84 864\* sowie im Internet unter [www.maris-reisen.de](http://www.maris-reisen.de) \*zum Ortstarif

Veranstalter dieser Reise ist Maris Reisen GmbH & Co. KG, 22083 Hamburg. Maßgeblich sind die Reise- und Zahlungsbedingungen der Maris Reisen GmbH & Co. KG (Einsicht möglich unter [www.maris-reisen.de/agb.html](http://www.maris-reisen.de/agb.html)). Mit Aushändigung des Sicherungsscheines sind eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises u. evtl. Prämien für Versicherungen zu leisten. Die Anzahlung wird auf den Reisepreis angerechnet. Die Restzahlung wird fällig, wie im Einzelfall insbesondere in der bindenden Reisebestätigung vereinbart, spätestens jedoch vier Wochen vor Reiseantritt.

## 9-tägige Rundreise

ab **999,-** Euro p. P.

- Besuch von 2 Meteora-Klöstern
- Delphi und Olympia inklusive

#### Inklusivleistungen:

- Rail & Fly 2. Klasse inkl. ICE-Nutzung
- Linienflug mit Eurowings (oder vergleichbar) nach Thessaloniki und zurück
- Transfers und Rundreise im klimatisierten Reisebus
- 8 Übernachtungen in guten Mittelklasse-Hotels im Doppelzimmer
- 8x Frühstück
- 2x Abendessen in guten, lokalen Restaurants in Kalambaka & Delphi
- Eintritte Vergina, 2 Meteora-Klöster, Delphi, Olympia, Epidauros, Mykene, Akropolis, Dion (Wert ca. € 100,-)
- Qualifizierte, deutschsprachige Reiseleitung



#### Preise & Termine 2018 in €/Person

Abflughafen (Flughafenzuschlag): Köln (0,-), Stuttgart (29,-), Frankfurt (69,-) <sup>1</sup> , München (69,-) <sup>1</sup> , Hamburg (99,-) <sup>1</sup>	9-tägig	
	DZ	EZ
A 07.05.	999,-	1.199,-
B 04.06. 18.06.	1.049,-	1.249,-
C 17.09. 30.09.	1.099,-	1.299,-

#### Buchungscode: SKGR03

<sup>1</sup>Abflüge ab Hamburg, Frankfurt und München sind auf Anfrage buchbar.

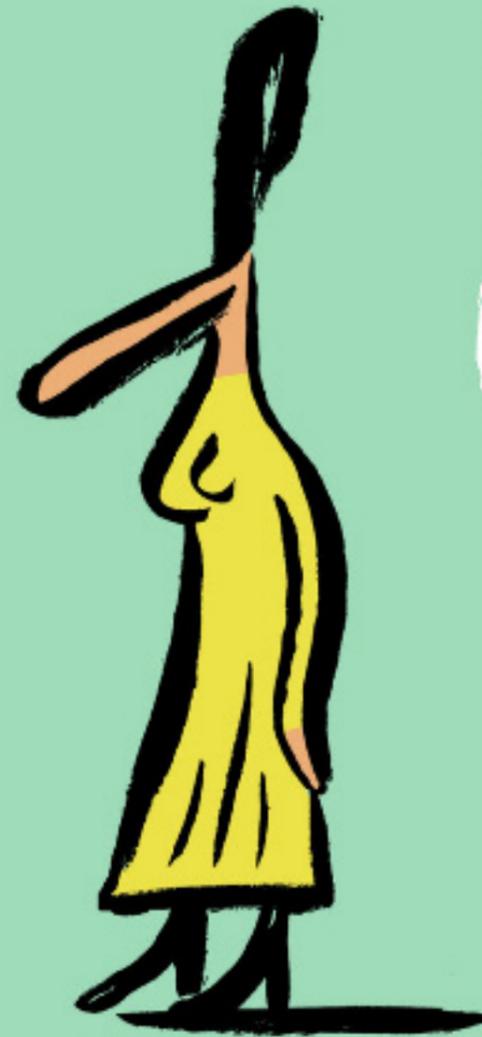
**Hinweise:** Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen. Bei Nichterreichen behalten wir uns vor, die Reise bis 30 Tage vor Reisebeginn abzusagen. Programmänderungen vorbehalten.

**Zusatzkosten:** \*Kurtaxe ca. € 3,- bis 4,- pro Person/Tag (bei An- oder Abreise im Hotel zahlbar).

Jetzt buchen!

**DU MUSST ZUM ARZT!**

Bist du verrückt?  
In **DIESEM** Zustand  
habe ich doch keine  
Chance gegen ihn.



Wer krank ist, braucht ein offenes Ohr. Aber Ärzte hören Patienten oft nicht zu und beschließen Therapien über ihre Köpfe hinweg – manchmal zum Schaden der Patienten.

**Anleitung für eine Sprechstunde,** bei der beide Seiten gewinnen

✦  
Text: Christine Holch  
Illustrationen: Nicolas Mahler

**M**ein Arzt nimmt mich nicht ernst, der sagt mir nicht mal richtig, was ich habe“, sagt ein Patient. Eine andere Patientin hat das Gefühl, sie sei dem Arzt lästig, „der hört mir überhaupt nicht zu“. Eine Dritte: „Der Arzt hat mich gleich abgewürgt und mit irgendeinem Zettel rausgeschickt.“ Oder dieser: „Ich soll jetzt immer Tabletten nehmen, mein Leben lang, aber ich hab nicht kapiert, warum.“

Alles nur Einzelerfahrungen? Nein, in einer großen Befragung von Kranken kam heraus: Fast die Hälfte sagt, das Ziel der Behandlung werde ihnen selten oder nie erklärt. Und die Mehrheit der Kranken wird keineswegs immer über Behandlungsalternativen informiert und nach ihrer Meinung gefragt. Dabei schreibt das Recht dies eigentlich vor.

Blicken wir in ein ärztliches Sprechzimmer. Das typische nicht so gute Gespräch beginnt so:

Arzt, während er in den PC tippt: Ja, bitte?  
Patientin: Das drückt hier seit neuestem so, vielleicht weil ich ...  
Arzt: Seit wann?  
Patientin: Fing vor drei Wochen an, als ich gerade ...  
Arzt: Rechts? Links? Stechend? Fieber? Atemnot?

Bevor die Patientin ihr Anliegen zu Ende vortragen kann, hat der Arzt die Kontrolle über das Gespräch übernommen.

Stefan Wilm vom Institut für Allgemeinmedizin in Düsseldorf hat sich viele Gesprächsmitschnitte angeschaut, zum Beispiel 57 Gespräche mit Frauen, die wegen Kopfschmerzen ärztliche Hilfe suchten. Im Durchschnitt wurden sie nach elf Sekunden unterbrochen. Interessant: Ausreden zu dürfen verlängerte das Gespräch nicht.

Aber das frühe Unterbrechen macht was mit einem: Man wird verunsichert, vielleicht sogar eingeschüchert. Auch sonst sehr selbstbewusste Menschen sagen erst mal nichts mehr, schon um nicht als „schwierig“ zu gelten.

Die Folgen: Arzt, Ärztin erfahren nichts von der Lebenswelt des Gegenübers, sie übersehen seelische Belastungen, sie verordnen Therapien, die nicht zu dieser Person passen. Die sie nicht versteht, die sie nicht will. Je nach Krankheit nehmen 35 bis 50 Prozent der Kranken nicht die verordneten Medikamente ein oder nicht so, wie sie sollen, hat das IPAM-Institut an der Uni Wismar festgestellt.

Dabei ist die Angst, Kranke könnten ausufernd reden, unbegründet. Teresa Bär fand in ihrer Doktorarbeit heraus, dass die Menschen im Schnitt 64 Sekunden lang sprachen, wenn sie nicht unterbrochen wurden. Die Ärzte, Ärztinnen staunten, wie viel mehr Hinweise sie durch das Erzählenlassen erhalten hatten.

„Und die Patientin fasst Vertrauen“, sagt die Internistin und Professorin Jana Jünger, die seit vielen Jahren Studierende in Kommunikation trainiert. Vertrauen heiße auch, dass die Patientin wiederkommt und offen sagt: Ich kann diesen Betablocker nicht nehmen, ich glaube, ich vertrage die Tabletten nicht. Oder: Ich kann die Übungen nicht machen, ich krieg das nicht hin.

„Ich tu mir als Ärztin auch selbst einen Gefallen, wenn ich erst einmal nur zuhöre: Mir wird ein Mensch sympathischer. Weil ich ihn dann nicht als Fall sehe, sondern als

Menschen, der ein Problem hat, das wir jetzt versuchen, gemeinsam anzugehen.“ Hört ein, zwei Minuten zu, sagt Jünger ihren Studierenden. Eigentlich ganz einfach:

Ärztin: Was führt Sie zu mir?

Patient: Bauchweh.

Ärztin nickt.

Patient: Seit einer Woche, hier links. Ich weiß auch nicht, woher. Obwohl... Ich hab gerade viel Stress auf der Arbeit.

Ärztin: Hm.

Patient: Dazu noch die Sorgen mit der Tochter.

Vielleicht kommt daher auch das mit dem Nacken...

**Was aber tun, wenn der Arzt gleich seine Fragenkanonade abfeuert?** Fragen wir Elisabeth Bonneau, Trainerin für Kommunikation und Etikette. Sie rät, gleich am Anfang zu sagen: „Ich habe einige Fragen an Sie, die mir wichtig sind. Wann können wir die am besten besprechen?“ Und wenn der Arzt nicht darauf zurückkommt? Gelassen und bestimmt sagen: „Ich trage Ihnen jetzt vor, was ich noch vorbereitet hatte.“ Ihm keinen Vorwurf machen, sagt Bonneau, sondern das Bedürfnis als Ich-Botschaft formulieren: Ich möchte das jetzt tun.

Elisabeth Bonneau hat natürlich auch ihre eigenen Erfahrungen, etwa mit einer Ärztin, die immer schon zu wissen meinte, was die Patientin sagen wird. Patientin: „Die Schulter tut...“ Ärztin unterbricht: „Ja, ja, die Schulter rechts hinten tut weh.“ Patientin: „Nein! Die Schulter tut seit drei Wochen nicht mehr weh.“

Ärzte und Ärztinnen haben es aber auch nicht leicht! Ein Kranker nach dem anderen, vielleicht noch schwierige Patienten und immer dieser Zeitdruck. Ja, der Zeitdruck ist groß, sagt Pamela Emmerling, eine Psychotherapeutin, die seit langem gelingende Kommunikation mit Ärzten und Ärztinnen übt, aber ihr habe mal ein „Großer Arzt“ über das Erstgespräch gesagt: „Ich habe so wenig Zeit, also muss ich meinen Patienten länger zuhören.“ Im Übrigen, so Emmerling, sollte man sich den Begriff „schwierige Patienten“ abgewöhnen. Denn eigentlich seien das „Patienten in schwierigen Situationen“.

Fachwörter, noch so ein Ärgernis. Das klingt in Patientinnenohren dann etwa so:

Arzt: Sie haben am Hinterhorn der Patella eine dorsale Ventrikulation mit Einsprengseln, da machen wir jetzt eine minimal restriktive Ektomie.

Patientin, ratlos: Was heißt Patella?

Arzt, vorwurfsvoll: Kniescheibe!

Das sei keine Böswilligkeit, sondern Blindheit, hat Sascha Bechmann festgestellt. Der Sprachwissenschaftler unterrichtet in Düsseldorf Medizinstudierende in Kommunikation und macht mit ihnen im ersten Semester und noch mal im fünften Semester ein Experiment: Sie sollen in einem Text alle Fachwörter anstreichen. Im ersten Semester markieren sie viele Wörter, im fünften Semester erkennen sie fast kein Wort mehr als Fremdwort.

Soll man den Arzt denn nun nach jedem Wort fragen? „Nein“, sagt Elisabeth Bonneau, „lassen Sie ihn ausreden und sagen Sie dann: ‚Ich würde es gern verstehen. Würden

Sie es mir deshalb bitte noch mal so sagen, dass ich es verstehen kann?“ Und um Missverständnisse zu vermeiden, gibt man in eigenen Worten wieder, was man verstanden hat: „Als wichtigste Punkte nehme ich mit...“ Oder: „Ich verstehe, dass...“

Knapp acht Minuten dauert eine ärztliche Konsultation im Schnitt in Deutschland. Da ist der Hustenpatient mit zwei Minuten dabei („Sie brauchen gar nichts sagen, Sie haben Husten – trinken Sie viel und...“) wie auch die Diabetespatientin, die ein längeres Gespräch braucht.

Man sollte sich also gut vorbereiten: klären, was das dringlichste von allen Anliegen ist; üben, die Vorgeschichte aufzuzählen. Beispielhaft einige wichtige Fragen:

- Was hab ich? Wie heißt das genau?
- Was kann man durch die Untersuchung herausfinden?
- Was ist das Ziel der Behandlung?
- Spüre ich, ob das Medikament wirkt? Wenn ja, ab wann?
- Kann die Therapie auch schaden? (Nebenwirkungen, Nachteile)
- Gibt es Alternativen zu diesem Behandlungsvorschlag? Was wäre die nächstbeste Therapie?
- Was ist, wenn ich diese Therapie nicht mache?

Solche Fragen übt Marie-Luise Dierks mit Patientinnen und Patienten. Die Professorin leitet die Patientenuniversität in Hannover. Nach den Kursen sagen die Menschen stolz: Ich traue mich jetzt, meinen Arzt mehr zu fragen. Oder: Ich lehne eine Untersuchung ab, wenn ich den Eindruck gewonnen habe, sie nützt nur dem Arzt.

Wer sich das Fragen nicht zutraut, nimmt jemanden Vertrautes mit. Elisabeth Bonneau zum Beispiel begleitet oft ihren Mann. „Ich lasse die beiden miteinander reden und sag nur mal zwischendurch: ‚Darf ich noch eine Frage stellen, die mir auf der Seele liegt?‘“

**Viele Menschen fühlen sich machtlos, sobald sie eine Arztpraxis betreten** – dabei haben sie Rechte. Schon 1894 entschied das deutsche Reichsgericht: Der Arzt darf den Patienten nicht einfach zum Gegenstand seiner Heilversuche machen – und seien sie noch so gut gemeint. Der Patient muss einwilligen, sonst ist die Behandlung eine Körperverletzung. Es folgten viele bestätigende Urteile, 2013 hat der Bundestag diese Rechte dann im Patientenrechtegesetz zusammengefasst.

Damit ich mein Recht auf Selbstbestimmung überhaupt ausüben kann, muss ich aufgeklärt worden sein – in verständlichen Worten. Über Vor- und Nachteile der vorgeschlagenen Behandlung. Über etwaige Alternativen. Über die Erfolgsaussichten der Therapie – und zwar bei mir. Die neue alte Regel heißt: Entscheidungen werden gemeinsam gefunden.

Und, wie sieht es damit in der Wirklichkeit aus? Das haben sich die Gesundheitswissenschaftler Maren Stamer, Norbert Schmacke und Petra Richter angeschaut. Sie analysierten ärztliche Gespräche, in denen eine wichtige Entscheidung getroffen wurde. Verstörend seien die Ergebnisse, so schreiben sie in ihrem Buch „Der schwierige Weg zur Partizipation“.

Mal redet der Arzt nur über das, was er für wichtig hält, und missachtet die Anliegen der Patientin – auch wenn das Gespräch lang ist. Mal degradiert er den Patienten zum bloßen Informationsempfänger. Nicht wenige erwarten schlichtweg Folgsamkeit, so wie dieser Urologe von einem Mann, bei dem erneut ein Blasenkrebs entdeckt worden ist:

Arzt: Wir haben ja letzte Woche die PE gemacht in der Blase. Und inzwischen ist die Histologie angekommen, und es hat sich bestätigt, sind bösartige Zellen...

Patient: Doch?

Arzt: Sind da im Blasenauslass. Und das ist natürlich erst mal...

Patient: Ja.

Arzt: Wir müssen in sechs Wochen noch mal reingucken, ob aus dem Randbereich noch was nachwächst.

So dass man das an der Stelle noch mal abtragen würde. Das ist im Prinzip die Botschaft für die jetzige Situation. Ist das so weit klar?

Patient: Ja.

(Gekürzt)

Der Arzt verlangt, dass der Patient nun alle Untersuchungstermine einhält. Doch der Patient würde gern verreisen. Darauf der Arzt: „Aber Sie wollen doch auch weiterleben!“ Vielleicht ist es für diesen Patienten besser, die Traumreise noch zu machen und nicht jeden Termin einzuhalten? Darüber hätten Arzt und Patient reden können, sagt Gesund-

Anzeige

## NOTWEHR

„Wenn Sie mir hier im Krankenhaus kein wirksames Schmerzmittel geben, muss ich wohl die 112 anrufen...“

heitswissenschaftlerin Maren Stamer: Sie empfiehlt ein Agreement, das zu diesem Patienten passt und zu dem, was ihm in dieser Lebensphase wirklich wichtig ist.

Rechtlich, auf dem Papier, hat sich für Kranke viel verbessert, resümiert das Forschungsteam, aber in der Praxis sind sie oft noch immer bloßes Objekt der Medizin.

**Vollends ausgeliefert kann man sich im Krankenhaus fühlen.** Es ist Nacht, man hat starke Schmerzen. Was tun? Das kann man den Arzt Paul Brandenburg fragen, Autor des Buchs „Kliniken und Nebenwirkungen – Überleben in Deutschlands Krankenhäusern“. Er sagt:

Niemand muss im Krankenhaus Schmerzen haben! Aber die überlastete Nachtschwester wird vermutlich mindestens das zweite Klingeln abwarten. Wenn sie Ihnen dann keine wirksamen Medikamente anbieten kann, weil der Arzt die nicht verordnet hat, dann muss er das jetzt eben nachholen. Bitten Sie höflich, aber hartnäckig darum, dass der diensthabende Arzt kommt. Notfalls erwähnen Sie, dass es ja immer noch die 112 gibt. Das ist natürlich eine Kriegserklärung. Aber wenn man Schmerzen hat, dann ist einem das ab einem gewissen Punkt zu Recht egal. Das ist Notwehr. Und es funktioniert. Die Rettungsstelle schickt einen Notarzt in die Klinik.

Eher der Normalfall dürfte sein, dass man als Patient, Patientin noch dringliche Fragen hat – aber es lässt sich

## Urlaub im Heiligen Land

Pulsierende Städte, malerische Dörfer, traumhafte Strände, spektakuläre Landschaften. Israel ist ein sehr faszinierendes und abwechslungsreiches Reiseland.

Jahr für Jahr kommen mehr als 230.000 Touristen aus dem deutschsprachigen Raum ins Heilige Land. Viele davon erkunden Israel auf eigene Faust – zu Fuß, mit dem Fahrrad oder mit dem Mietwagen.

Für Individualisten bieten sich die unterschiedlichen Städte an. Das lebhafteste Tel Aviv mit seiner Altstadt, dem orientalischem anmutenden Jaffa, das mediterrane Haifa oder Jerusalem mit seiner Vielzahl historischer Stätten der drei wichtigsten monotheistischen Weltreligionen. Eine beliebte Möglichkeit, das Land zu entdecken, ist der Gospel Trail, eine 65 Kilometer lange markierte Route von Nazareth nach Kapernaum. Dort, am See Genezareth,

verbrachte Jesus den Großteil seines Lebens. Viele der malerischen Städte und Dörfer in Galiläa sind in den Evangelien erwähnt.

Andere entdecken mit einer Reisegruppe die Wurzeln des Christentums. Besonders beliebt sind geführte Rundreisen zu historischen Orten. Neben Jerusalem sind der See Genezareth, Kapernaum, Bethlehem, das Tote Meer und die Höhlen von Qumran sowie die antike Stadt Caesarea Maritima wichtige Stätten für einen Besuch im Heiligen Land. Unterwegs beeindruckt die atemberaubende Landschaft von den Kreidefelsen im Norden über die Negev-Wüste bis zu den bizarren Ge-



Die malerische Altstadt Jerusalems lädt Urlauber zum Träumen ein.

steinsformationen im Timna-Nationalpark im Süden.

Ob allein oder in der Gruppe – Besucher sollten sich vor Reisebeginn ausführlich informieren und einen erfahrenen Reiseveranstalter wählen. Links zu spezialisierten Reisebüros und Veranstaltern gibt es beim Staatlichen Israelischen Verkehrsbüro in Berlin.



kein Arzt, keine Ärztin blicken. Auch hier hat Brandenburg einen Tipp: „Schreiben Sie eine freundliche Notiz an den zuständigen Arzt – eine präzise Frage oder auch nur ein Stichwort, verbunden mit der Bitte um Rücksprache. Bitten Sie die Pflege, den Zettel in Ihre ‚Kurve‘ zu legen, also die Handakte der Station. Er wird den Zettel sehen und Ihnen vermutlich eine kurze Antwort geben.“

**Schwieriger ist es, als besorgte Angehörige mit Arzt oder Ärztin sprechen zu können.** Meist kommen Angehörige zwischen 16 und 17 Uhr in die Klinik, aber da haben die Ärzte und Ärztinnen, die um sechs oder sieben Uhr zu arbeiten anfangen, eigentlich schon seit zwei Stunden Feierabend, erklärt Brandenburg. „Dann denkt der Arzt: Die Zeit, die ich schon für den Patienten nicht hatte, die habe ich für den Angehörigen erst recht nicht.“ Eigentlich, so Brandenburg, bräuhete man im Krankenhaus 30 bis 50 Prozent mehr Ärzte und Ärztinnen und in der Pflege 100 Prozent mehr Leute, „so übertakelt ist das System“.

Paul Brandenburg redet so offen, weil er als selbstständiger Honorararzt in Krankenhäusern arbeitet. Er ist unabhängig. Und er findet es unwürdig, dass die Pauschalen, die eine Klinik pro Fall bekommt, von vornherein die Gesprächszeit viel zu niedrig ansetzen. Zumal in den Krankenhäusern vorwiegend alte Menschen liegen.

Beispiel banale Blinddarmentfernung: Für eine 80-Jährige, die halb blind ist, viele Vorerkrankungen hat

und zu Hause nur noch schwer allein klarkommt, ist eine Blinddarmoperation ein einschneidendes Erlebnis. Sie ist voller Angst vor dem, was sie da trifft, und in großer Sorge, wie es danach weitergeht. „So jemanden“, sagt Brandenburg, „kann man nicht in wenigen Minuten abfertigen. ‚Tach, Frau Müller, wir schneiden Sie jetzt auf, dann gehen Sie wieder nach Hause, nicht wahr!‘“

Gerade beim Erstaufnahmegespräch brauche man viel, viel mehr Zeit, bestätigt die Internistin und Professorin Jana Jünger. „Sonst macht man viel überflüssige Diagnostik.“ Röntgen, CT, PET, Ultraschall, MRT... Aber Untersuchungen zahlten sich meist besser aus. „Ein gutes Gespräch müsste besser vergütet werden“, sagt Jünger.

Dabei zeigen mittlerweile viele Studien: Eine „patientenzentrierte Kommunikation“ führt dazu, dass es den Kranken subjektiv und objektiv besser geht. So fand die Psychologin Susanne Dibbelt vom Institut für Rehabilitationsforschung heraus, dass Menschen, die ein positives Aufnahmegespräch in der Rehaklinik hatten, nach einem halben Jahr seltener Schmerzen hatten und deutlich weniger Krankheitstage.

**Wer jetzt noch sagt „Mein Arzt muss nicht gut reden können, Hauptsache, er operiert gut“**, schaue sich mal an, wie viele Menschen in Deutschland jedes Jahr operiert werden. Es sind irritierend viele Operationen pro 100 000 Einwohner. Die Rate der Mandeloperationen ist in Deutschland doppelt so hoch wie im Durchschnitt der

**ZEITNOT**

„Die Zeit, die ich als Klinikarzt schon für den Patienten nicht hatte, die habe ich für den Angehörigen erst recht nicht“

**Individuelle Rundreise 2018 zum Sonderpreis für Sie als chrismon-Leser!**

Kleingruppen-Reise bis max. 16 Personen

**Traumhaftes Armenien & Georgien**  
**Faszinierende Rundreise durch den Kaukasus**

Ihre exklusiv geführte Rundreise führt Sie nach Armenien und Georgien, zwei der ältesten christlichen Kulturen der Welt. Neben der spektakulären Vielfalt der Landschaft und den zahlreichen bedeutenden Kulturschätzen bietet Ihnen die Reise Raum und Zeit für außergewöhnliche Begegnungen mit den gastfreundlichen Bewohnern abseits der touristischen Pfade.

**Ihr Reiseverlauf:**

- 1.Tag: Deutschland – Jerewan.** Flug nach Jerewan, Empfang durch deutschsprachige Reiseleitung und Transfer ins Hotel.
- 2.Tag: Jerewan – Etschmiadzin – Zwartnots – Jerewan.** Besuch der Hripsime Kirche und St. Etschmiadzin Kathedrale (UNESCO-Weltkulturerbe).
- 3.Tag: Jerewan – Garni – Gebhard – Jerewan.** Besuch griechisch-römischen Tempels Garni Pagan. Anschließend sehen Sie die Zubereitung vom traditionellen Brot Lawasch inkl. Verkostung mit Käse und Kräutern. Besichtigung des gleichnamigen Höhlenklosters in Gebhard (UNESCO-Weltkulturerbe).
- 4.Tag: Jerewan – Chor Virap – Norawank – Tatev – Goris.** Fahrt nach Chor Virap und Besuch des gleichnamigen Klosters mit einzigartigen Ausblick auf den Berg Ararat. Weiterfahrt durch schroffe, aber pittoreske Landschaft zum Kloster Norawank. Außerdem Besichtigung der Klöster Norawank und Tatev.
- 5.Tag: Goris – Karahunj – Selim Karawanserei – Noraduz – Sevan See – Dilidschan.** Besuch des prähistorischen Katahunj. Fahrt über die Seidenstraße einer mittelalterlichen. Am Westufer des Sevan Sees Besichtigung der einzigartigen Grabsteine Armeniens. Besuch des Klosters Sevanawank und Fahrt zum Luft- und Thermalort Dilidschan.
- 6.Tag: Dilidschan – Lori Festung – Rya Taza – Saghmosawank – Jerewan.** Spaziergang durch Dilidschans Stadtzentrum. Im Norden Armeniens Besuch der Lori Festung. Fahrt über Spitak-Pass (2.378 m) zum Jesiden-Dorf Rya Taza. Darüber hinaus Besuch des Psalmenklosters am Rande der Kassakh-Schlucht.
- 7.Tag: Jerewan.** Stadtrundfahrt durch Armeniens Hauptstadt Jerewan, einer der ältesten Städte der Welt mit u.a. dem Genozid-Denkmal, dem Präsidentenpalast etc.
- 8.Tag: Jerewan – Tiflis.** Nach dem Frühstück Transfer nach Tiflis.
- 9.Tag: Tiflis.** Stadtbesichtigung von Georgiens Hauptstadt, u.a. mit dem Rustaweli-Boulevard, der Matechi-Kirche, der Festung Narikala u.v.m. Am Nachmittag Auffahrt mit der Seilbahn zum Mtatsminda-Park mit fantastischen Ausblick auf die Stadt.
- 10.Tag: Tiflis – Telawi.** Besuch des Weinanbaugebiets Kacheti.

Stadtrundfahrt in der geschichtsträchtigen Stadt Telawi und im Anschluss Besuch von Zinandali. In Kwareli Besichtigung der Klosteranlage Gremli aus dem 16. Jh.

**11.Tag: Telawi – Signaghi – Tiflis.** Besuch der mittelalterliche Stadt Signaghi, die auch als Stadt der Liebe bekannt ist. Weinprobe in einer familiengeführten Weinkellerei.

**12.Tag: Tiflis – Mzcheta – Kazbegi – Gudauri.** Besuch von Mzcheta, dem wichtigsten religiösen Zentrum Georgiens. Fahrt über den 2.400 m hohen Kreuzpass. Besichtigung des Festungsklosters Ananuri sowie das Dreifaltigkeitskloster oben auf dem Berg mit eindrucksvoller Aussicht über das Tal Dariali.

**13.Tag: Gudauri – Gori – Ufliscikhe – Achalziche.** Besuch von Gori sowie der Felsenstadt Ufliscikhe mit Überresten des ältesten Theaters Georgiens. Im Südwesten sehen Sie die Altstadt von Achalziche, das Sapara Kloster und die Festung Khertvisi.

**14.Tag: Achalziche – Wardsia – Tiflis.** Besuch der Höhlenstadt Wardsia, die im 12. Jh. in eine Felswand geschlagen wurde sowie Besichtigung der Klosterkirche Mariä Himmelfahrt.

**15.Tag: Rückflug Tiflis – Deutschland.** Am frühen Morgen Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

Ihre Termine 2018 & Sonderpreise (p.P. in €)			
Abflug ab/bis Deutschland			
Saison	Reisetermine	Preis	Regulär <sup>^</sup>
A	10.04.2018	1.889,-	2.089,-
B	17.04. / 25.09.2018	1.989,-	2.189,-
C	08.05. / 15.05. / 22.05. / 12.06. / 04.09.2018	2.039,-	2.239,-

Einzelzimmerzuschlag 380,-

**BEQUEME AN- & ABREISE:** Inkl. Hin- & Rückflug ab/bis Deutschland in der Economy Class mit renommierter Airline (Umsteigegebindeung/Nachtflüge möglich). \*Flughäfen & Zuschläge: Hamburg (ohne Zuschlag), München, Düsseldorf, Frankfurt & Berlin (je + € 49,- p.P.). / Deutschland-weite An- & Abreise mit der Bahn zum/vom Flughafen ab € 89,- p.P. in der 2. Klasse bzw. ab € 139,- in der 1. Klasse (auch ICE).

Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen pro Termin (max. 16 Personen!) // <sup>^</sup>Regulärer Katalogpreis inkl. Halbpension // Die Rundreisen sind auch nur 8-tägig ab/bis Deutschland nach/von Jerewan bzw. nach/von Tiflis buchbar – Termine & Preise auf Anfrage // Reisedokumente: Deutsche Staatsbürger benötigen einen noch mind. 6 Monate gültigen Reisepass. Das Touristenvisum wird bei Einreise am Flughafen in Jerewan erstellt (Kosten: ca. € 10,- p.P.)

**JETZT ANRUFEN** und Vorzugsangebot sichern oder **kostenlosen Sonderprospekt anfordern!**

**Beratung & Buchung: ☎ 06128/7408160**

Öffnungszeiten: MO-SO von 8.00 bis 22.00 Uhr

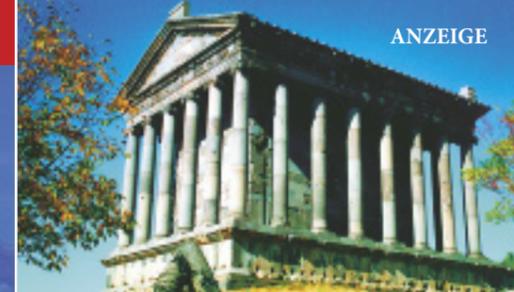
Ihr Vorteilscode: CHRIS-ARMGEO

Infos und Buchung auch online: [www.riv-touristik.de/CHRIS-ARMGEO](http://www.riv-touristik.de/CHRIS-ARMGEO)



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

Änderungen vorbehalten. Es gelten die Reisebestätigung, die Sie nach Buchung erhalten und die AGB der RIW Touristik GmbH (auf Wunsch Zusendung der AGB vor Buchungsabschluss). Mit Aushändigung des Sicherungsscheines ist eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Restzahlung 30 Tage vor Reiseantritt, anschließend erhalten Sie Ihre Reiseunterlagen. Verfügbarkeit, Druck- und Satzfehler vorbehalten. Datenschutzhinweise: Wir sind daran interessiert, die vertrauensvolle Kundenbeziehung mit Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen und Angebote zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 (1) (f) der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (auch mit Hilfe von Dienstleistern) Ihre Daten, um Ihnen Informationen und Angebote von uns zuzusenden. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke widersprechen (Telefon: 06128 / 740810, E-Mail: [team@riv-touristik.de](mailto:team@riv-touristik.de)). Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter [www.riv-touristik.de/Datenschutz](http://www.riv-touristik.de/Datenschutz). Unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie ebenfalls unter unserer Anschrift.



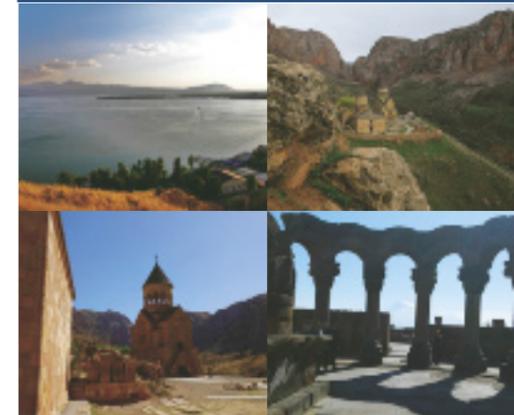
**15 Tage / 14 Nächte**  
**Inkl. Hin- & Rückflug**

statt € 2.089,-  
schon ab € **1.889,-**  
pro Person im Doppelzimmer

**Nur für Sie als chrismon-Leser**

- ♦ Inkl. Hin- und Rückflug ab/bis Deutschland (\*Flughäfen & ggfls. Zuschläge s. Tabelle)
- ♦ Inkl. Halbpension während der gesamten Rundreise (Frühstück & Abendessen)
- ♦ Inkl. Ausflugsprogramm mit Besichtigungen, Eintrittsgeldern und deutschsprachiger Führung lt. Reiseverlauf

- ♦ Inkl. 14 Nächten in ausgewählten Mittelklassehotels (Landeskategorie 3- und 4-Sterne)
- ♦ Inkl. qualifizierter, deutschsprachiger Reiseleitung
- ♦ Inkl. Rundreise im klimatisierten Reisebus/Minibus/Van
- ♦ Inkl. Weinprobe in Signaghi
- ♦ Inkl. aller Transfers lt. Reiseverlauf
- ♦ Kleine Gruppengrößen bis max. 16 Personen





OECD-Staaten. Beim Hüftersatz lag Deutschland zuletzt sogar an erster Stelle der Industrieländer, beim Knieersatz an zweiter Stelle. Ebenso bei Bypassoperationen am Herzen. Ganz zu schweigen von den Stents, den Gefäßstützen für Herzkranzgefäße. Gibt es denn auch eine dementsprechend geringere Herzsterblichkeit als in anderen europäischen Ländern? Nein.

Könnte es sein, dass in Deutschland öfter operiert wird als sinnvoll, womöglich aus finanziellen Gründen? Ja, sagen zwei Studien, eine von der Uni Duisburg-Essen, eine von der Uni Bremen. Viele der befragten Chefarzte und Klinikleitungen sagten, die Krankenhäuser stünden so unter Druck – weil keine ausreichende Grundfinanzierung, sondern Geld pro Fall –, dass öfter operiert werde als sinnvoll, besonders in Kardiologie und Orthopädie.

Der freie Klinikarzt Paul Brandenburg hat das oft erlebt. Etwa bei der Hüftoperation von manchen sehr alten Menschen. Eigentlich, so Brandenburg, müsste man in einem langen Gespräch gemeinsam überlegen: Ist es realistisch, was Sie sich von der OP versprechen? Können Sie das anschließend nötige Training durchführen? Wie sähe das Leben aus, wenn man nicht operierte? Aber dann, erzählt Brandenburg, sagen die Betriebswirte des Krankenhauses: „Hör mal, verdienen tun wir hier nur, wenn der OP läuft, wir wollen Prothesen-OPs!“

Die Frage ist also, ob Patientinnen und Patienten sich vor gefährlicher Übertherapie schützen können. Sie können zumindest eine Zweitmeinung in einer anderen Praxis einholen. Schneller geht es, wenn Krankenkassen ein geregelter Zweitmeinungsverfahren anbieten. Das tun mittlerweile viele, meist vor Operationen an Knie, Hüfte, Wirbelsäule und Schulter, bald auch vor Mandeloperationen und Gebärmutterentfernungen – auch da hat Deutschland unerklärlich hohe Zahlen. Dann organisiert die Krankenkasse einen Termin bei ausgewiesenen Fachleuten.

Die Techniker-Krankenkasse etwa vermittelt vor Bandscheibenoperationen an Schmerzzentren. Das Ergebnis: In fast 90 Prozent der Fälle wird von einer Operation abgeraten und eine konservative Behandlung empfohlen, etwa Schmerztherapie und Physiotherapie; die meisten Schmerzgeplagten folgen dem Rat. Wirklich nötig ist diese Operation meist nur bei Lähmungserscheinungen oder wenn Blase und Darm nicht mehr kontrolliert werden können.

**Nicht mal das Röntgen bei Schmerzen im unteren Rücken ist sinnvoll.** Denn was man beim Röntgen sieht – allerlei Verschleiß, wie bei fast allen Menschen mittleren Alters –, hat meist wenig mit den Schmerzen zu tun. Die Röntgenaufnahme aber könnte der Beginn einer Übertherapie sein bis hin zu einer Operation. Die AOK hat die Ergebnisse von mehreren Studien so zusammengefasst: Gleich viele Rückengeplagte haben nach neun Monaten noch Schmerzen oder eben keine mehr – egal, ob ein Bild von ihrer Wirbelsäule gemacht worden war oder nicht. Sinnvoll ist alsbaldiges Röntgen nur, wenn jemand einen Unfall hatte, Lähmungserscheinungen oder Fieber hat oder bestimmte Vorerkrankungen.

So manche Behandlung hat sich schon als sinnlos erwiesen – und wurde trotzdem noch lang weiter durchge-

führt. Wie die Knie-Arthroskopie. Das abgenutzte Knie schmerzt, also wird unter Narkose darin herumgeraspelt und geglättet und gespült. Klingt überzeugend, nützt aber nichts. Das fand ein amerikanischer Arzt heraus. Die Hälfte der Patienten operierte er, bei den anderen machte er eine Scheinoperation – er ritzte mit dem Skalpell die Haut. Nach zwei Jahren gab es keine Unterschiede zwischen den Operierten und der Placebogruppe, was Schmerz und Gehfähigkeit anbelangte. 2002 wurde die Studie veröffentlicht. Erst seit Ende 2015 dürfen deutsche Krankenkassen diese OP bei bloßer Arthrose nicht mehr bezahlen.

Aber als Laie liest man doch keine Studien, man hat doch gar nicht das Fachwissen! Tun kann man trotzdem was: kritisch fragen. Das rät der Allgemeinmediziner Gunter Frank, der das Buch „Fragen Sie Ihren Arzt – aber richtig!“ geschrieben hat. „Die Patienten müssen ihre bequeme Rolle als vertrauensseliger Patient aufgeben.“

### LETZTE FRAGE

„Herr Doktor, rein von Ihrem Gefühl her – was würden Sie raten, wenn ich Ihre Schwester wäre?“

**Nie mehr blind vertrauen?** Doch, sagt Frank, vertrauen dürfe man dem erfahrenen Notarzt, der einen Menschen mit Asthmaanfall oder Herzinfarkt versorgt, ebenso der Hausärztin, die seit 30 Jahren Muttermale begutachtet, ob sie gut- oder böseartig sind. Vertrauen dürfe man also immer dann, wenn Ärzte, Ärztinnen viel Erfahrung mit einer Behandlung haben und, ganz wichtig, die Ergebnisse ihrer Behandlung selbst gesehen haben.

Nicht blind vertrauen sollte man, so Frank, wenn eine Langzeittherapie vorgeschlagen wird, etwa mit Medikamenten zur Senkung von Blutdruck oder Cholesterin. Ob und wem die nützen, lässt sich nicht durch eigene Erfahrung herausfinden, sondern nur über Studien. Wichtige Frage also: Gibt es eindeutige Studienbelege, die zeigen, dass ich von dieser Behandlung spürbar profitiere? Auch im Vergleich zu einer Nichtbehandlung?

Auch wenn viele Ärzte, Ärztinnen keine Studien lesen, man erinnert sie mit dieser Frage an ihre Sorgfaltspflicht. Reagiert jemand ausweichend oder pampig, wechselt man besser die Praxis, sagt Frank. „Denn dieser Arzt verdrängt, dass es die Gefahr der Übertherapie gibt.“

Übertherapie, das klingt so harmlos – so, als habe man ein bisschen viel Rückenmassage bekommen. Aber Übertherapie kann gefährlich sein. Und sie ist viel häufiger als Untertherapie.

Beispiel Blutdrucksenker: Sinnvoll für Menschen, die sie brauchen – die bereits einen Herzinfarkt hatten oder massive Ablagerungen in der Halsschlagader haben. Mit der Betonung auf massiv, denn Ablagerungen haben die meisten Menschen ab einem bestimmten Alter. Aber viele Menschen, die Blutdrucksenker nehmen, brauchen sie gar nicht, sagt Gunter Frank, sie haben nur Nachteile davon. Zum Beispiel werde alten Menschen so schwindlig, dass sie Unfälle bauen, das sei gar nicht so selten.

Warum werden denn unnötig Blutdrucksenker verschrieben? Weil die Grenzwerte für zu hohen Blutdruck künstlich immer weiter abgesenkt worden sind, von interessierter Seite, da sind sich die kritischen Geister in der Medizin einig. Nicht mal der 60-Jährige mit einem Blutdruck von 160 zu 95, mit einem ansonsten gesunden Herzen und keiner familiären Risikogeschichte, müsse

therapiert werden, sagt Gunter Frank – „die Daten dazu sind nicht positiv, der hat also keinen Nutzen davon“. Eine „artgerechtere“ Lebensweise täte natürlich vielen gut – milder Ausdauersport zum Beispiel.

Wer sich jetzt überfordert fühlt, hat recht. Laien können nur schwer allein herausfinden, ob sie von einer Therapie profitieren werden oder nicht. Aber Rettung ist nah.

**Es hat sich eine Gegenbewegung formiert, weltweit vernetzt:**

Menschen aus Wissenschaft, Medizin, von Patientenorganisationen, die an einer „evidenzbasierten Medizin“ arbeiten. Ihr Ziel: Patienten sollen nur mit solchen Untersuchungen und Behandlungen traktiert werden, die ihnen erwiesenermaßen nützen. Herauszufinden, was nützt, ist sehr viel Arbeit, braucht Zeit, kostet Geld. Aber es zeigt sich schon jetzt: Viele Dinge in der Medizin bringen nichts oder viel weniger, als man dachte.

Seit kurzem arbeitet man nun auch daran, die Ergebnisse für Laien verständlich darzustellen: als „Faktenbox“. Man braucht höchstens zwei, drei Minuten, um eine Faktenbox zu verstehen. Eine Faktenbox gibt oft Antwort auf diese Frage: Wie viele Doppelgänger von mir müssen diese Behandlung/Untersuchung machen, damit einer profitiert?

Beeindruckend ist die Faktenbox zur Früherkennung von Brustkrebs: Von 1000 Frauen waren ohne Mammografie nach zehn Jahren fünf an Brustkrebs gestorben, mit Mammografie waren vier Frauen gestorben. Also hat eine von 1000 untersuchten Frauen profitiert.

Aber vielleicht bin ich diese eine? Möglich, aber einige Frauen haben wegen der Untersuchung einen Schaden erlitten: Fünf wurde die Brust ganz oder teilweise entfernt, unnötigerweise, denn die entdeckte Zellwucherung wäre ihnen nie gefährlich geworden. Ganz ähnlich sieht es bei der Früherkennung von Prostatakrebs aus.

Oft sind Untersuchungen der Anfang einer nicht hilfreichen Behandlungskaskade. Das kann schon passieren, wenn Menschen zum Check-up beim Hausarzt gehen. Eigentlich fühlen sie sich gut. Kurz darauf sind sie Patienten. Weil irgendwelche Messwerte von der Norm abweichen. Erhöhter Blutdruck, erhöhtes Cholesterin, Osteoporose... Die meisten Diagnosen, die sie erhalten haben, zeigen aber keine Krankheit an, sondern ein gewisses Risiko, vielleicht



**Christine Holch**, 58, sucht selten ärztlichen Rat. Schon weil sie das Warten in der Praxis fertigmacht. Die meisten Beschwerden verschwanden bislang von allein.



**Nicolas Mahler**, 48, österreichischer Comiczeichner, ist Arztverweider, zeichnet aber gern Arztwitze für Gesundheitsmagazine. Und zuletzt eine Comicversion von Prousts „Auf der Suche nach der verlorenen Zeit“.

irgendwann zu erkranken. War man eben noch selbstvergessen unterwegs, so fühlt man sich nun bedroht.

Schön, wenn man auf einen Arzt wie Thomas Kühlein trifft, der für „die Kunst des Weglassens“ plädiert. Er bildet am Institut für Allgemeinmedizin an der Uni Erlangen-Nürnberg Studierende aus und ist daneben immer noch leidenschaftlicher Hausarzt. Kühlein sieht eine paradoxe Entwicklung: Mehr Ärzte bedeuten mehr Diagnosen und damit mehr Krankheiten. Die sogenannte Krankheitslast pro Mensch steigt und steigt.

Die Ärzte messen das Falsche, sagt Kühlein. Eigentlich bestehe die Krankheitslast doch aus dem Leiden der Menschen, nicht aus den Diagnosen ihrer Ärzte. Und auf dieses Leiden sollten sich die Ärzte mehr konzentrieren. Ziel der Medizin war doch schließlich mal, das Leid durch Krankheiten zu verringern.

Kühlein lehrt seine Studierenden, nicht hinter jedem Symptom eine Krankheit zu vermuten und mit allen diagnostischen Mitteln nach ihr zu suchen. „Reden wir mit dem Patienten über sein Leben! Was ist sein Problem, was kann er nicht mehr so gut tun? Würde eine medizinische Intervention seine Lebensqualität überhaupt erhöhen?“

Gute Hausärztinnen und -ärzte picken nur die Menschen heraus, die wirklich mehr Medizin brauchen, sagt Kühlein. Sie schließen gefährliche, aber seltene Ursachen aus – bei hartnäckigem Husten etwa Asthma oder Lungenentzündung – und warten ansonsten, bei unspezifischen Beschwerden, aufmerksam ab. „Je länger die Sache dauert, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie am nächsten Tag von allein vorbei ist. Das ist die Erfahrung.“

**Und wenn man dann doch mal was Ernstes hat und der Arzt rät zu einer Therapie,**

aber die Patientin ist sich noch nicht sicher, ob sie die Therapie braucht? Dann rät der Hausarzt Gunter Frank zu dieser Frage – die man allerdings erst am Ende eines Gesprächs stellen sollte: „Wissen Sie was, abgesehen von allem, was wir jetzt besprochen haben, rein von Ihrem Gefühl her – was würden Sie raten, wenn ich jetzt Ihre Schwester wäre?“

Was jetzt passiert, weiß Frank aus den Erzählungen seiner Patientinnen und Patienten über ihre Besuche in fachärztlichen Praxen. Meist wechselt der Arzt sichtbar die Perspektive. Er hält kurz inne, nimmt die Brille ab oder reibt sich am Ohr – und dann sagt er nicht selten: „Ach, wissen Sie was, wir warten mal zu.“

Diese Frage funktioniere so gut, weil der Arzt aus seiner Rolle rausdarf, sagt Frank. Er habe nämlich Angst vor Klagen, weil er zu wenig gemacht hat. Frage man ihn nach der Schwester oder dem Vater, sei er aus der juristischen Verantwortung raus, dann wolle er nur das Beste. Unabhängig von juristischen Folgen und von Einflüssen der Pharmaindustrie.

Wo finde ich im Internet richtig gute Medizininformationen? Die besten Links: [chrismon.de/medizin-links](http://chrismon.de/medizin-links)

Schon mal ein Tipp vorab: [gesundheitsinformation.de](http://gesundheitsinformation.de) Kostenlose und unabhängige Beratung: [patientenberatung.de](http://patientenberatung.de)

Einmalige Kombination aus Fluss- & Fährcruisefahrt  
**Russland & Ostsee-Metropolen**



Russland – Moskau



Schweden – Stockholm



Komfort-Schiff MS Princess Anastasia in Helsinki

**Gehen Sie in Moskau an Bord und wandeln Sie in Russland auf den Pfaden der Zaren und erleben Metropolen wie St. Petersburg. Danach entdecken Sie Stockholm und Helsinki an der Ostsee!**

**Ihr Komfort-Schiff während Ihrer Flusskreuzfahrt: MS Prinzessin Anabella**

Das Schiff bietet ein großes Panoramarestaurant, eine Panoramalounge mit Bar und einen Souvenir-Shop. Von dem Sonnendeck können Sie entspannt die Sehenswürdigkeiten und Naturschönheiten der russischen Flusslandschaften genießen. Die Außenkabinen Hauptdeck und Oberdeck (ca. 10 m²) bieten große nicht zu öffnende Fenster, Dusche/WC, Klimaanlage/Heizung (wird zentral reguliert), Mini-Kühlschrank, Safe und Sat.-TV. Die Außenkabinen Sonnendeck (ca. 13 m²) verfügen zudem über einen Balkon.

**Ihr Mittelklasse-Schiff während Ihrer Fährcruisefahrt: MS Princess Anastasia**

Das Schiff verfügt über Restaurant, Kino, Kinderclub, Showsäle, verschiedene Bars, darunter die Sport Bar, Smoking Bar und die Sky Bar sowie Diskotheken. Im Casino können Sie Ihr Glück auf die Probe stellen. Entspannen Sie im SPA-Bereich mit Whirlpool, Schwimmbad mit separatem Kinderschwimmbad, Saunalandschaft und Fitnessraum (gegen Gebühr).  
*Hinweise: Schiffs- und Freizeiteinrichtungen teilweise gegen Gebühr. Zuschlag Alleinbelegung ab 1.199 € pro Person. Alle Zeitangaben sind voraussichtlich und stets vorbehaltlich Änderungen des Reiseverlaufs und des Ausflugsprogramms. Insbesondere bei hohem Wellenstand im Ladogasee und Onegasee behält sich die Reederei vor, den zeitlichen Ablauf zu verändern, sowie wegen sonstiger unvorhersehbarer höherer Gewalt. Wenn wegen Niedrig- oder Hochwasser eine Strecke nicht befahren werden kann, behält sich die Reederei das Recht vor, die Route zu ändern.*

**Einreisebestimmungen für dt. Staatsangehörige**

Bei Ausreise noch min. 6 Monate gültiger Reisepass. Visum für Russland erforderlich. Weitere Informationen erhalten Sie mit Ihrer Buchungsbestätigung. Visum im Reisepreis inkludiert.

**Ihr Ausflugspaket (inklusive)**

- **1. Tag (bei Buchung des 10.07.18)** – Stadtrundfahrt Tallinn.
- **2. bzw. 11. Tag (je nach Buchungstermin)** – Stadtrundfahrt durch die Hauptstadt Moskau und u. a. Besichtigung der Basilikus-Kathedrale.
- **3. bzw. 12. Tag** – Besichtigung des Moskauer Kreml, welcher der größte und berühmteste des Landes ist.
- **13. Tag (bei Buchung des 11.08.18)** – Rundfahrt Helsinki.
- **4. bzw. 10. Tag** – Kreml-Besichtigung in Uglitsch.
- **5. bzw. 9. Tag** – Spaziergang im typisch russischem Dorf Goritsy und Besuch des Kyrill-Kloster.
- **6. bzw. 8. Tag** – Stadtrundfahrt durch Vytegra und Besichtigung des Marinemuseums.
- **7. Tag** – Gemeinsames Schaschlikessen in Mandrogi.
- **8. bzw. 4. Tag** – Rundfahrt durch St. Petersburg. Sie sehen u. a. die Auferstehungskirche und die Isaak-Kathedrale.
- **9. bzw. 6. Tag** – Besichtigung der Eremitage in St. Petersburg, mit seinen prachtvollen Sälen und Treppen.

**Berge & Meer-Tipp**

Reise zu lang? Dann buchen Sie unsere 11-tägige Wolga Flusskreuzfahrt mit der Prinzessin Anabella ab 1.399 € pro Person. Alle Infos unter: [www.berge-meer.de/K87033](http://www.berge-meer.de/K87033)

TERMINE UND PREISE 2018 pro Person		
Abflughafen	Frankfurt	
Route	Moskau – Helsinki	Tallinn – Moskau
<b>Termine</b>	11.08.	10.07.
<b>Kabinenkategorie</b>	<b>Preise</b>	
2er Außenkabine Hauptdeck Spezial	1.899 €	1.999 €
2er Außenkabine Hauptdeck	1.999 €	2.099 €
2er Außenkabine Oberdeck Spezial	2.199 €	2.299 €
2er Außenkabine Oberdeck	2.299 €	2.399 €
2er Junior Suite Sonnendeck	2.599 €	2.699 €
REISE-CODE: K87112 KENNZIFFER: 103/216		

Ab **1.899€** p. P. in der 2er Außenkabine Hauptdeck spezial

- 13-tägig inkl. Flug ■ MS Prinzessin Anabella inkl. VP
- MS Princess Anastasia inkl. Frühstück

Direktlink: [www.berge-meer.de/K87112](http://www.berge-meer.de/K87112)

**Inklusivleistungen**

- ✓ Flug evtl. mit Zwischenstopp mit Lufthansa (oder gleichwertig) nach Moskau bzw. Tallinn und zurück von Helsinki bzw. Moskau in der Economy Class
- ✓ Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- ✓ Transfer und Kreuzfahrt gemäß Reiseverlauf
- ✓ 9 Übern. an Bord der MS Prinzessin Anabella inkl. VP
- ✓ 3 Übern. an Bord der Princess Anastasia inkl. Frühstück
- ✓ Unterbringung in der gebuchten Kabinenkategorie
- ✓ Ein- und Ausschiffungsgebühren sowie Hafen-, Liege-, und Schleusengebühren in allen Häfen
- ✓ 8 Ausflüge während der Flusskreuzfahrt in Russland
- ✓ Visumgebühren Russland
- ✓ Deutschsprachige Reiseleitung vor Ort

**Ihre Vorteile**

- ✓ Zug zum Flug 2. Klasse inklusive ICE-Nutzung



Anzeige

**Hallo Германия!**

Alexandra, Mascha, Sergej – wir leben in Sibirien, an der Wolga, am Ural und lernen Deutsch.

Unser Traum ist es,

**vom 15. April 2018 bis 30. Juni 2018**

in Ihrer Familie zu leben, zur Schule zu gehen, wie

**PETER d. Gr., M. LOMONOSSOW, W. PUTIN**

Bitte erfüllen Sie uns unseren

**TRAUM.**

Dr. Peter Goebel – (030) 7 91 66 12

[gastschueler-in-deutschland.de](http://gastschueler-in-deutschland.de)

9 000 Schüler nahmen an unserem Programm teil.

**Es gibt nichts Gutes, außer: Man tut es.**

**berge & meer**  
Reisen. Für Entdecker.

[www.berge-meer.de](http://www.berge-meer.de)   
Tel. 0 26 34/962 60 66 tägl. 8 – 22 Uhr

# „Meine Schwester fehlt mir so“

Aber irgendwann, da ist sich die Schriftstellerin Charlotte Link sicher, wird sie ihr wieder begegnen

## In welchen Momenten fühlen Sie sich lebendig?

Ich liebe das Meer, dort bekomme ich ein Gefühl von Freiheit und Leichtigkeit – so ein Prickeln, als ob man ganz viel Sekt getrunken hat. Auch zu Hause brauche ich eine weite Aussicht, von meinem Arbeitszimmer aus blicke ich über die ganze Stadt. Wenn ich nicht weit schauen kann, in tiefen Bergtälern zum Beispiel, fühle ich mich bedrückt, als wäre ich eingesperrt, eingegrenzt. Weite hilft mir, dann löst sich sogar Traurigkeit auf.

## Hat das Leben einen Sinn?

Ja, aber solange wir auf der Welt sind, erkennen wir ihn nicht. Man muss nur die Nachrichten anschalten und hat das Gefühl einer großen, chaotischen Sinnlosigkeit. Ich will das aber nicht akzeptieren, ich könnte die Welt dann nicht mehr aushalten. Ich habe meinen Lebenssinn im Tierschutz gefunden. Es ist entsetzlich, was Menschen den Tieren antun. Als ob Tiere keine Lebewesen wären, kein Schmerzempfinden hätten, keine Gefühle wie Trauer oder Einsamkeit. Nimmt man einer Kuh ihr neugeborenes Kälbchen weg, schreit sie vor Schmerz und Verzweiflung, wie eine Menschenmutter. Ich unterstütze vor allem Vereine, die sich um Straßenhunde und -katzen in Ost- und Südeuropa kümmern. Sie sterilisieren die Tiere und bauen ehemalige Tötungsstationen in artgerechte Tierheime um. Ich nehme selbst immer wieder Straßenhunde bei mir auf. Ist man einmal vor Ort mit diesem grenzenlosen Elend und Leiden konfrontiert worden, ist es kaum noch möglich zu sagen: „Das geht mich nichts an.“

## Muss man den Tod fürchten?

Der wichtigste Mensch in meinem Leben, meine Schwester, ist vorausgegangen. Ich musste lernen, ohne sie zu leben. Es gab keinen Tag, an dem wir nicht telefoniert oder gemailt hatten, an dem nicht jede von uns wusste, was die andere macht. Bei ihr konnte ich verzweifelt sein, schwach und verheult, konnte mich selbst attackieren – konnte alles sein. Man lebt natürlich trotzdem, man kriegt das Leben in den Griff und empfindet auch wieder Lebensfreude, man schafft es ohne diesen anderen – und trotzdem fehlt sie mir so sehr. Ich stelle mir vor, dass sie auf mich wartet. Die Auferstehung der Toten und das ewige Leben, diese

## Zur Person

Charlotte Link, 1963 geboren, ist mit ihren Thrillern die meistgelesene deutschsprachige Autorin.

Mit 19 Jahren veröffentlichte sie ihr erstes Buch, bis heute sind es 23 Romane, allein in Deutschland mit einer Auflage von über 28 Millionen.

Zuletzt erschien „Die Entscheidung“. Viele ihrer Bücher wurden für das Fernsehen verfilmt.

Das Leiden und Sterben ihrer an Krebs erkrankten Schwester Franziska beschreibt Charlotte Link in dem Buch „Sechs Jahre“ (2014).

Charlotte Link lebt in der Nähe von Frankfurt am Main.

Worte im Glaubensbekenntnis sind meine ganze Hoffnung. Ich freue mich darauf, ihr wieder zu begegnen. Diese Vorstellung finde ich unglaublich tröstlich.

## Wer oder was hilft in der Krise?

Sich auf das Nächstliegende zu konzentrieren. Das tun, was getan werden muss: Mit dem Hund zum Tierarzt gehen, mit der Tochter eine neue Jeans kaufen, am aktuellen Buch arbeiten. Und ein Netz von Menschen, die da sind, wenn ich frage: „Kann ich euch sehen, können wir reden?“ Ich habe zum Glück meine Mutter und enge Freundinnen und Freunde, die mir immer zuhören.

## Wie gehen Sie mit Schuldgefühlen um?

Schuldgefühle können mich sehr lange beschäftigen. Monatlang hat es mich wahnsinnig gemacht, dass ich die letzte Woche, die meine Schwester gelebt hat, nicht bei ihr war. Wir haben täglich telefoniert, aber ich habe sie nicht besucht, weil ich so furchtbar viel zu tun hatte. Hätte ich gewusst, dass sie so schnell stirbt, wäre ich keine Sekunde von ihr gewichen. Ich habe sie erst wiedergesehen, als sie im Koma lag, es war kein Gespräch mehr möglich. Diese versäumte Woche hat mich sehr gequält. Doch irgendwann habe ich mir gesagt: „Ich muss das abhaken, die Reue vergiftet mich.“ Da erwachte ein Selbsterhaltungstrieb in mir, und ich habe es geschafft, mir zu sagen: „Du hast es einfach nicht gewusst.“

## Haben Sie Nachsicht mit sich selbst?

Es dauert lange, bis ich mir selbst sage: „So, jetzt verzeih dir, dass du das und das nicht erreicht hast.“ Ich neige zur Selbsterfleischung, aber es nützt ja nichts, sich immerzu selbst zu attackieren, man wird von außen genug attackiert. Zurzeit übe ich mich darin, nachsichtiger mit mir umzugehen. Zum Beispiel bin ich etwas in Verzug mit meinem neuen Buch. Vielleicht werde ich es nicht ganz pünktlich beim Verlag abliefern. Das zu sagen ist ein riesiger Satz für mich, ein Siebenmeilenstiefel-Satz, der war 54 Jahre lang nicht mal denkbar. Schon in der Schule habe ich alles pünktlich abgeliefert. Aber heute sage ich: „Ich funktioniere nicht punktgenau, und es wird trotzdem alles gut werden.“ ❖ Fragen und Foto: Dirk von Nayhauf





„Sternenvater“ Florian Mohr, 35, verlor sein Kind einen Tag vor dem errechneten Geburtstermin

# Keine Herztöne – das Baby war tot

Natürlich trauerte er! Aber zu Hause riss er sich zusammen. Bis darüber fast seine Ehe zerbrach

Ein Tag vor dem errechneten Entbindungstermin spürte meine Frau unser zweites Kind auf einmal nicht mehr. Als sie mich dann aus der Klinik anrief, weinte sie: „Sie finden keine Herztöne mehr.“ Ich raste sofort los, rannte den Klinikflur entlang, eine Hebamme fing mich ab: „Beruhige dich erst mal, so was kann mal passieren.“ Ich schob sie weg.

Unser Baby war tot, gestorben in der 40. Schwangerschaftswoche. Einfach so, niemand weiß, warum. Ob ich bei der Geburt dabei bleiben wollte, fragte mich der Gynäkologe, es könne mehrere Tage dauern. „Ja! Und wenn ich solange im Stehen schlafe“, sagte ich. Sie schoben ein zweites Bett in das Patientenzimmer, das ein Stockwerk über der Neugeborenenstation lag, damit wir nicht die ersten Schreie der anderen Babys hören mussten.

Noch nie habe ich mich als Mann so machtlos gefühlt wie in diesen Stunden, während wir auf die Geburt warteten. Es war, als säße ich fest angeschnallt in einer Achterbahn. Ich konnte nichts tun, nur da sein und die Hand meiner Frau halten. Nach etwa 24 Stunden war Julian ge-

„Ich kam nicht damit klar, dass so etwas Furchtbares passieren konnte“

boren. Ich hielt ihn im Arm und sagte ihm immer wieder, dass er bitte schreien soll.

Ich wollte meinen Sohn dann unbedingt selbst anziehen. Es war ja das Einzige, was ich als Papa für ihn tun konnte. Die Hebamme sagte: „Ihr seid als Paar so stark, nicht viele Beziehungen schaffen das.“

Aber dann zerriss es unsere Beziehung beinahe. Meine Frau weinte viel. Es half ihr, mit anderen über ihren Schmerz zu sprechen, und sie tauschte sich in einer Online-Trauergruppe aus. Ich ging nach der Arbeit zuerst auf den Friedhof. Da stand ich, dachte daran, wie ich Julians Sarg zum Grab getragen hatte, und meine Tränen flossen. Kaum war ich zu Hause, riss ich mich zusammen und konzentrierte mich auf unsere zweijährige Tochter. Ich wollte, dass ihr Alltag ganz normal weitergeht, ich brachte sie in die Kita, aß mit ihr Eis, lud ihre Freunde zu uns ein.

Jeden Tag sagte ich zu meiner Frau: „Wir schaffen das!“ Ich tröstete sie, aber ich sprach nicht über das, was mich bewegte. „Nimmst dich Julians Tod gar nicht mit?“, fragte sie. „Doch“, sagte ich und hängte schweigend Julians Fotos in Wohnzimmer und Küche auf. Ich hatte große Angst, dass wir alle untergehen, wenn ich sie mit meiner Fassungslosigkeit belaste. Männer müssen die Stellung halten, wenn alles wegbriecht, so bin ich erzogen worden. Nach zwei Wochen ging ich wieder im Autohaus arbeiten, während sie weiterhin krankgeschrieben war.

Wir stritten immer öfter. „Rede mit mir über deine Gefühle“, bat sie mich, und weil ich es nicht konnte, meldete sie uns zu Gesprächen bei einer Psychologin an. Das war unsere Rettung. Erst in den therapeutischen Gesprächen wurde mir klar, dass ich meiner Familie nicht helfe, wenn ich den Indianer spiele, der keinen Schmerz kennt. Dass wir uns als Paar austauschen müssen, wenn wir uns nicht voneinander entfernen wollen.

Es ging nicht von heute auf morgen. Ich musste mühsam lernen, nicht nur heimlich in der Küche Julian auf dem Foto einen Kuss auf die Stirn zu drücken. Sondern auszusprechen, dass mein Vertrauen in mein Leben in allen Grundfesten erschüttert war, dass ich nicht damit klarkam, dass etwas so Furchtbares passieren konnte. Auch die Frage nach dem Warum machte mich fertig, weil sie zu nichts führt. All das besprach ich jetzt mit meiner Frau, und es tat mir gut.

Aber außerhalb unserer Gespräche prasselten hauptsächlich dumme Sprüche auf mich herab: „Ihr seid ja noch jung, dann macht ihr euch bald ein Neues.“ Beim Einkaufen fielen die Leute meiner Frau um den Hals. Ich stand stumm daneben. Aber Julian war auch mein Sohn, auch wenn ich nicht schwanger gewesen war. Es kann sich anscheinend niemand vorstellen, wie verstörend und schmerzhaft die Trauer von uns „Sternenvätern“ ist.

Vier Monate nach seinem Tod kündigte mir mein Chef überraschend aus betriebsbedingten Gründen. Was mich früher völlig aus der Bahn geworfen hätte, nahm ich gelassen hin. Es ist eben nicht alles planbar im Leben. Ich bewarb mich erfolgreich bei einer Holzverarbeitungs-firma und gab im Bewerbungsgespräch an, dass ich zwei Kinder habe: einen Sohn, der vor einem Jahr gestorben ist, und eine Tochter. *Protokoll: Silia Wiebe*

FOTO: CLAUDIA ZIEGLER/ANZENBERGER

# Reiseangebot für chrismon-Leser

## Baltikum

**1. Tag:** Flug von Frankfurt nach Vilnius. Transfer zum Hotel. **2. Tag:** Stadtrundfahrt in Vilnius und Altstadttrundgang: Sie bestaunen die St.-Peter-und-Paul-Kirche, die Kathedrale und die altherwürdige Universität. Gespräch mit einem Restaurator in der Franziskanerkirche. **3. Tag:** Bevor Sie die berühmte Wasserburg Trakai besichtigen, durchqueren Sie die Karäersiedlung mit den alten Holzhäusern. Beim Altstadttrundgang in Klaipeda darf das vielbesungene „Ännchen von Tharau“ nicht fehlen. **4. Tag:** Freie Zeit oder Ausflug (gegen Mehrpreis, inkl. Mittagessen) per Bus und Fähre auf die Kurische Nehrung. Die schöne Landschaft zog viele Künstler nach Nida. Im Bernsteinmuseum erfahren Sie was es mit dem „Gold der Ostsee“ auf sich hat. In der angeschlossenen Bernsteinwerkstatt lernen Sie schleifen und feilen nach alter Technik. Anschließend genießen Sie den Ausblick von der großen Düne und wandern hinab ins „Tal des Schweigens“ (ca. 2 Std., leicht). **5. Tag:** Am Berg der Kreuze in Siauliai bestaunen Sie dieses nationale Heiligtum mit tausenden von Kreuzen. Weiterreise nach Lettland und Besuch des Barockschlosses Rundale. Tagesziel ist Riga. **6. Tag:** Die Neustadt Rigas fasziniert mit Stadthäusern in feinstem Jugendstil. In der Altstadt leuchten die Fassaden der Kontor-, Gilde- und Bürgerhäuser. Das Rigaer Schloss, die Petrikirche, der Dom sowie der Rathausplatz mit dem Schwarzhäupterhaus sind Teil des Rundgangs. **7. Tag:** Entlang der Küstenstraße geht es nach Estland ins Seebad Pärnu und weiter nach Tallinn. **8. Tag:** Stadtrundfahrt durch Tallinn: in der Oberstadt der Domberg mit Schloss, Alexander-Newsky-Kathedrale sowie unzählige Paläste, unten die engen Gassen der Altstadt. Eine Stadtmauer mit Wehrtürmen umschließt fast die gesamte Altstadt. **9. Tag:** Transfer zum Flughafen von Tallinn und Rückflug nach Frankfurt.

9 Reisetage  
ab € 1195,-

Reisepreis in Euro pro Person		
9 Reisetage		
Abreisetermine 2018	DZ	EZ-Zuschlag
18.04., 10.10.	1195	325
25.04., 26.09., 03.10.	1245	325
02.05., 09.05., 16.05., 23.05., 30.05.	1295	325
06.06., 19.09.	1345	325
13.06., 04.07., 11.07., 15.08., 22.08., 29.08., 05.09., 12.09.	1395	325
20.06., 27.06., 18.07., 01.08., 08.08.	1445	325
25.07. <sup>1)</sup>	1495	325

1) Übernachtung in Nida statt in Klaipeda. Ausflug „Kurische Nehrung“ inklusive.

### Im Reisepreis enthalten

- „Rail & Fly inclusive“ zum/vom deutschen Abflugsort in der 2. Klasse von jedem Bahnhof in Deutschland
- Linienflug (Economy) mit Lufthansa von Frankfurt nach Vilnius und zurück von Tallinn
- Flug-/Sicherheitsgebühren
- Rundreise mit klimatisierten Reisebussen
- 8 Übernachtungen mit Frühstück in \*\*\*\*-Hotels
- Unterbringung in Doppelzimmern mit Bad oder Dusche/WC
- Deutsch sprechende, örtlich wechselnde Marco Polo Reiseleitungen in den baltischen Staaten
- 2 x Mittagessen, 3 x Abendessen
- Marzipankostprobe
- Eintrittsgelder
- Klimaneutrale Bus-/Bahnfahrten durch CO<sub>2</sub>-Ausgleich
- Ein Reiseführer pro Buchung

### Zusätzlich buchbare Extras

- Zuschlag 195 € für Anschlussflug (nach Verfügbarkeit) nach/von Frankfurt ab/bis: Berlin, Bremen, Dresden,



Düsseldorf, Hamburg, Hannover, Leipzig, München, Nürnberg • Ausflug „Kurische Nehrung“ 80 € • CO<sub>2</sub>-Ausgleich Flüge (Economy) 7 € (siehe [www.agb-mp.com/co2](http://www.agb-mp.com/co2))

**Mindestteilnehmerzahl:** 18 Personen, Höchstteilnehmerzahl: 29 Personen. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, kann der Veranstalter bis spätestens am 21. Tag vor Reisebeginn vom Reisevertrag zurücktreten (Näheres siehe Reisebedingungen). **Reiseunterlagen und Impfungen:** Deutsche Staatsbürger benötigen einen gültigen Personalausweis oder Reisepass. Impfungen sind nicht vorgeschrieben. **Veranstalter und Reisebedingungen:** Veranstalter dieser Reise ist die Marco Polo Reisen GmbH, Riesstr. 25, 80992 München. Die Reisebedingungen des Veranstalters sind im Internet unter [www.agb-mp.com](http://www.agb-mp.com) druck- und speicherfähig abrufbar. **Zahlung / Sicherungsschein:** Zahlungen sind nur bei Vorliegen des Sicherungsscheines (wird mit der Reisebestätigung versandt) im Sinne des § 651 k Abs. 3 BGB fällig. Bei Vertragsschluss wird eine Anzahlung von 20% des Reisepreises, maximal jedoch 1000 € pro Person, fällig. Der restliche Reisepreis wird am 20. Tag vor Reiseantritt bzw. spätestens bei Erhalt der Reiseunterlagen fällig. **Reiseversicherungen:** Im Reisepreis sind keine Reiseversicherungen enthalten. Wir empfehlen jedem Teilnehmer den Abschluss der Reiseschutz-Pakete der Allianz Global Assistance: z. B. den Reiserücktrittschutz oder das Vollschutz-Paket, bei dem u. a. zusätzlich eine Reise-Krankenversicherung inkl. eines medizinisch sinnvollen Kranken-Rücktransports enthalten ist. Weitere Informationen erhalten Sie mit Ihrer Reisebestätigung oder unter [www.agb-mp.com/versicherung](http://www.agb-mp.com/versicherung).

Sie fliegen mit **Lufthansa**



### Coupon an:

Marco Polo Reisen GmbH  
Postfach 50 06 09  
80976 München

Fax 089 50060-405

### Information, Buchung:

Tel.: 089 50060-470  
mail@marco-polo-reisen.com

[www.sgr-tours.de/cv-reisen](http://www.sgr-tours.de/cv-reisen)

### Anmeldung / Reservierung Reise BALTIKUM

CV

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Telefon tagsüber (mit Vorwahl) \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort \_\_\_\_\_

Name, Vorname Mitreisende(r) \_\_\_\_\_

Geburtsdatum Mitreisende(r) \_\_\_\_\_

Reisetermin: \_\_\_\_\_

Doppelzimmer  Einzelzimmer  ½ Doppelzimmer

Flug ab/bis: \_\_\_\_\_

Ausflug „Kurische Nehrung“

CO<sub>2</sub>-Ausgleich Flüge (Economy)

Ich melde mich und die aufgeführten Personen verbindlich an – die Reisebedingungen liegen mir / uns vor. **ODER**

Ich bitte um Reservierung der Leistungen und Übersendung der Reisebedingungen vor Vertragsschluss.

Ort, Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

# Muss man dem Gewissen immer folgen?

Und was, wenn es irrt? Der Hinweis auf eine Gewissensentscheidung beendet so manche Diskussion. Aber beantwortet nicht alle Fragen



**G**eht es um das Thema Homosexualität, sind die Stichworte Gewissen und Gewissensfreiheit oft nicht weit. In der Evangelisch-Lutherischen Landeskirche Sachsens ist eine Segnung schwuler Paare zwar erlaubt, Pfarrer dürfen sie aber aus Gewissensgründen verweigern. Kanzlerin Angela Merkel, die sich lange der „Ehe für alle“ widersetzt hatte, äußerte unerwartet in einer Talkshow, diese Entscheidung könne man getrost der Gewissensfreiheit der Abgeordneten überlassen. So war es dann auch, und die „Ehe für alle“ wurde beschlossen. Auf ihre Gewissensfreiheit berufen sich auch Eltern, die ihre Kinder nicht in staatliche Schulen schicken, weil sie befürchten, dort würden ihnen falsche Auffassungen beigebracht: die Evolutionslehre zum Beispiel oder eine aufgeklärte Sexualität.

Die Gewissensfreiheit dient dem Schutz der Persönlichkeit. Diese soll sich innerlich nicht entzweien, sich treu bleiben können, auch wenn sie sich von anderen bedrängt fühlt. Geht es darum, das Leben zu schützen, dann leuchtet die Berufung auf das eigene Gewissen schnell ein. Ein Major der Bundeswehr will keine Software entwickeln, die im Irakkrieg eingesetzt wird. Männer verweigern den Kriegsdienst. Eine Biologiestudentin weigert sich, Tiere zu sezieren, die eigens für ihr Studium getötet wurden.

Kommentare zum Grundgesetz erklären eine Gewissensentscheidung als ernste (!) sittliche Entscheidung, die der Einzelne als unbedingt bindend versteht, so dass er sie nicht ohne Gewissensnot umstoßen kann. Geht es aber eher darum, seine eigenen Erziehungsmaximen oder Vorlieben, zum Beispiel die der Heteroehe, zum alleinigen Maßstab zu machen, dann wirft das sehr ernste Fragen auf. Denn das Gewissen ist etwas anderes als ein Trumpf im Ärmel, den man einfach zieht, um alles Nachdenken, jede Nachfrage abzuwürgen.

Wer sich auf eine Gewissensentscheidung beruft, muss auch bereit sein, darüber Auskunft zu geben. So klar und konsequent wie Martin Luther 1521 vor dem Reichstag zu Worms, so möchten viele sein. Luther

erklärte dort, er könne seine reformatorischen Schriften nicht widerrufen, denn die Bibel verpflichte ihn zu seiner Haltung: „Mein Gewissen ist gebunden in Gottes Wort. Widerrufen kann und will ich nichts, weil wider das Gewissen zu handeln nicht sicher und nicht lauter ist. Gott helfe mir. Amen.“

Die Gewissensfreiheit, die Luther in Anspruch nahm, ist allerdings eine andere als die, die neuzeitliche Verfassungen wie die der Paulskirche von 1848 oder der Artikel 4 des Grundgesetzes garantieren. Für Luther war das Gewissen die innere Instanz, die über seine Treue zu Gottes Wort wacht. Zwar kann man Luther als Wegbereiter der heutigen Gewissensfreiheit bezeichnen, aber eine Gewissens- oder die Religionsfreiheit im heutigen Sinn zu fordern war außerhalb seiner Vorstellungswelt.

Die katholische Kirche hatte mit diesem Freiheitsrecht sogar noch vor 50 Jahren größte Probleme. Päpste sahen sie zuvor als „modrige Quelle der Gleichgültigkeit“ und als „Wahnsinn“ (Papst Gregor 1832). Erst im Zweiten Vatikanischen Konzil 1965 und in dessen Erklärung „Über die menschliche Würde“ bekannte sie sich klar zur Religions- und Gewissensfreiheit.

Auch bei offensichtlich falschen Auffassungen gilt die Gewissensfreiheit – mit einer Einschränkung. Wie Gerhard Robbers, Rechtsprofessor in Trier und Lutherkenner, in einer Rede in Worms betonte, ist diese Freiheit lediglich begrenzt durch die Werte des Grundgesetzes. Und er gab ernste Empfehlungen: Viel für die Bildung des Gewissens tun! Selbstzweifel zulassen! Sich selbst hinterfragen!

Für den Umgang mit verbohrten Haltungen empfiehlt der Apostel Paulus: Schont die Menschen, die sich von rigiden Normen bestimmen lassen! Wer das (irrende) Gewissen eines anderen bedrängt und dadurch verletzt, versündigt sich gegen Gott! (1. Korinther 8) Im konkreten Fall ging es um den umstrittenen Verzehr des Opferfleisches, das im jüdischen Tempel übrig geblieben war. Ganz grundsätzlich geht es um mehr: um Respekt und Liebe, die weiter trägt als alles Besserwissen.

✦ Eduard Kopp



Foto: Alexander Baumbach

## Antisemitismus und Kirche

Antisemitismus findet sich nicht nur in der extremen Rechten. Er ist als Angebot zur Deutung der Welt insbesondere in gesellschaftlichen Krisenzeiten fast überall abrufbar. Das gemeinsame Projekt der Evangelischen Akademien in Deutschland „Antisemitismus und Protestantismus“ fragt nach der Rolle der evangelischen Theologie und Kirche für die Tradierung antisemitischer Muster und danach, wie dieser jahrhundertalten Konstruktion von Differenz und daraus abgeleiteter Diffamierung begegnet werden kann. Wie müssen Bildungsangebote beschaffen sein und wie kann der jüdisch-christliche Dialog weitergeführt werden? Wir laden im ersten Halbjahr 2018 zu drei öffentlichen Tagungen und Bildungsveranstaltungen herzlich ein!

### Christusglaube – Judenhass

Antisemitismus als Herausforderung für Theologie und Kirche

19.–21.2.2018

Evangelische Akademie Villigst und Evangelische Kirche im Rheinland

Tagungsort: Evangelische Landjugendakademie Dieperzbergweg 13–17, 57610 Altenkirchen

[www.kircheundgesellschaft.de](http://www.kircheundgesellschaft.de)

### Doppelte Perspektive

Antisemitismus und rassismuskritische Bildung?

20.–21.4.2018

Evangelische Akademie Frankfurt Römerberg 9, 60311 Frankfurt am Main

[www.evangelische-akademie.de](http://www.evangelische-akademie.de)

### Bilanz und Neuaufbrüche

Gegenwart und Zukunft des christlich-jüdischen Dialogs

13.–15.5.2018

Evangelische Akademie zu Berlin Charlottenstraße 53/54, 10117 Berlin

[www.eaberlin.de](http://www.eaberlin.de)

Gefördert von



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie leben!



Evangelische Kirche in Deutschland

Die Evangelischen Akademien in Deutschland



[www.evangelische-akademien.de](http://www.evangelische-akademien.de)

ILLUSTRATION: LISA RIENERMANN

Audio: Pastor Henning Kiene zum Thema auf [chrismon.de/religion-fuer-einsteiger](http://>chrismon.de/religion-fuer-einsteiger)

**Bärbel Schäfer,** Jahrgang 1963, ist Journalistin, Moderatorin und Autorin. 2017 war sie für den Deutschen Radiopreis in der Kategorie „Bestes Interview“ nominiert. Sie veröffentlichte mit Monika Schuck das Buch „Die besten Jahre. Frauen erzählen vom Älterwerden“ (Kiepenheuer 2007). Ihr aktuelles Buch handelt von ihren Gesprächen mit einer Holocaust-Überlebenden: „Meine Nachmittage mit Eva“ (Gütersloher Verlagshaus 2017).

**Bastian Pastewka,** Jahrgang 1972, ist Comedian, Schauspieler und Drehbuchautor. Seinen Durchbruch hatte er mit der „Wochenshow“. Große Erfolge feierte der mehrfach preisgekrönte Komiker zuletzt mit der Miniserie „Morgen hör ich auf“ und seiner Sitcom „Pastewka“. In der neuen, achten Staffel, die ab dem 26. Januar 2018 bei Amazon Prime Video läuft, gerät die Hauptfigur scheinbar in eine handfeste Midlife-Crisis.



Wenn man älter wird, kommt es darauf an, in Bewegung zu bleiben...!

# Mit dem Alter kommt die Krise, oder?

Nein, meint Autorin Bärbel Schäfer und erfindet sich immer wieder neu. Comedian Bastian Pastewka wartet noch drauf: „Ich bin eine tickende Zeitbombe“

**Bärbel Schäfer:** Merkst du's schon?

**Bastian Pastewka:** Was?

**Schäfer:** Das Älterwerden?

**Pastewka:** Ja! Ich bin sogar beleidigt, dass ich älter werde. Ich wollte immer jung bleiben. Jetzt, mit 45, kann ich zum ersten Mal auf eine Generation schauen, die nach mir groß geworden ist. Es nervt mich, dass ich nicht dazugehöre. Ich sehe, da kommen jetzt Jüngere, die definieren wieder alles anders. Die rennen erst mal los, so wie ich damals, ohne zu gucken, ob das Sinn macht. Und ich denke: „Nur weil ich so ein bisschen älter geworden bin, gehöre ich nicht mehr dazu, oder was?“ Wobei ich mich auch selbst ausnehme. Instagram zum Beispiel: In Wahrheit bin ich viel zu faul, mich in die Bedienungsweise einzufummeln. Lieber sage ich aber einfach: „Ich bin zu alt dafür.“

**Schäfer:** Man ist im Grunde ein wenig eifersüchtig auf etwas, das man selbst auch schon hatte.

**chrismon:** Manche Menschen möchten möglichst schnell irgendwo ankommen in ihrem Leben. Und Sie?

**Pastewka:** Ich glaube, die, die immer gesagt haben: „Mit 25 hab ich das, mit 35 hab ich das...“ – die sind alle wahn-sinnig geworden, weil sie ihren eigenen großen Lebens-plan dann doch nicht verwirklicht haben.

**Schäfer:** Das empfinde ich als großen Stress. Du bist dann gar nicht mehr offen für das, was da noch so auf dich zukommt: Umwege, Abwege, Drehungen, Stillstände. Das ist alles nicht drin, wenn du einen Plan hast.

**Pastewka:** Und es überrascht dich dann auch nichts mehr. **Andererseits heißt es auch: Was man nicht gedacht hat, kann man auch nicht erreichen...**

**Pastewka:** Ich hab als Anfang Zwanzigjähriger davon geträumt, dass ich diesen Beruf so machen darf, wie ich ihn heute mache und dass ich davon leben kann. Das hat

geklappt. Aber ich habe mir damals nicht als Ziel gesetzt, in fünf Jahren Teil eines TV-Comedy-Ensembles zu sein.

**Schäfer:** Du steckst dir keine Ziele, damit du nicht enttäuscht wirst von dir selbst?

**Pastewka:** Absolut. Dieses „Ab dem ersten Januar höre ich auf zu rauchen“ und „Ich werde mich öfter bei meiner Mutter melden“: Wenn du es nicht machst, gibt es immer einen Grund. Da muss man seinen inneren Richter vielleicht ein bisschen zurückstellen, der einem sagt: Du musst noch..., du solltest..., pass auf..., es bleibt nicht mehr viel Zeit,...

**Schäfer:** Wenn man sich darauf einlässt, dann ist das Älterwerden vielleicht wie viele Überraschungsbomben: Du machst sie auf und bist aber bei jeder immer wieder in einem neuen Lebensabschnitt. Es ist wie eine Häutung. Ich erinnere mich noch an das Zwanzigsein, aber trotzdem nützen mir die Erfahrungen nichts für den nächsten Altersabschnitt. Da muss man vieles wieder neu lernen.

**Und wie ist das, wenn Sie auf die nächste Generation schauen?**

**Schäfer:** Meine Erfahrungen nützen mir, aber nicht meinen Kindern. Ich kann sie durch Worte vermitteln, aber ob das ankommt? Die wollen auch ihre Erfahrungen machen, so wie wir, und müssen das letztendlich auch alleine tun.

**Pastewka:** Erfahrung ist ja kein USB-Stick, aus dem einen raus, in den anderen rein, das geht ja nicht.

**In welcher Altersphase stecken Sie gerade?**

**Schäfer:** Ich würde sie als „reiferes Glücklichein“ beschreiben: Ich bin glücklich, aber nicht mehr naiv. Ich merke, dass ich unglaublich empathisch werde und ich das Wir mehr sehe, seit ich die Ego-Autobahn verlassen habe. Ich bin selbstständiger – wenn man älter ist, ist es leichter, sich von Vorstellungen und Zwängen zu befreien. Und verletzlicher, weil ich weiß, dass dieses Zufriedensein fragil ist.

**Die Phase 40+ verbindet man gerne mit „Midlife-Crisis“ ...**

**Schäfer:** Das ist so negativ besetzt. Ich würde eher sagen, es ist eine Phase, in der man Bilanz zieht. Ich sehe diese Jahre als Geschenk. Ich habe mich von meiner Produktionsfirma gelöst und mich wieder unglaublich frei gefühlt – und ich habe einen weiteren Beruf für mich entdeckt: den der Autorin. Der Beruf ist eher unabhängig vom Alter. Diese Hektik, dass mir beim Schreiben die Zeit wegrennt, die hab ich da noch nicht.

**Pastewka:** Ich bin eine tickende Zeitbombe. Ich warte auf diese Midlife-Crisis und stecke vielleicht schon drin. Ich hab ein Buch gelesen, das heißt „Midlife-Cowboy“: Forscher haben herausgefunden, dass beim Mann zwischen 40 und 50 der Testosteronspiegel tatsächlich gleich bleibt. Im Buch heißt es dann, eben WEIL das so ist, kommt es bei den Männern zur Krise. Sie denken, sie müssten noch was reißen, weil sie so voller Testosteron sind. Aber dann schauen sie in den Spiegel und stellen fest: Sie haben eine Plautze und stellen mittwochs die Biotonne auf die Straße. **Aber wenn es bei Männern speziell keinen Grund für diese Midlife-Crisis gibt ...**

**Schäfer:** ... warum kaufen sie dann so viele Sportwagen in dieser Zeit?

**Pastewka:** In der neuen Staffel meiner Serie schützt meine Figur Bastian eine Midlife-Crisis vor: Er trennt sich durch ein Missverständnis von seiner Freundin und sagt dann: Jetzt bin ich einmal in der Krise und da trennt die sich von mir, anstatt auf mich zu achten. Er schmeißt alles hin, steigt in ein Wohnmobil und ganz weit weg wieder aus.

**Rennen Männer in der Midlife-Crisis noch mal los wie in der Pubertät?**

**Schäfer:** Es ist so was wie eine Luxuspubertät, mit Sportwagen. Aber es kann ja auch sein, dass man sich nach all den Jahrzehnten noch mal neu erfährt, zum Beispiel mit einer anderen Partnerin.

**Pastewka:** Aber das hat doch oft etwas Befremdliches, wenn man bei Männern mit deutlich jüngeren Partnerinnen erkennt: Hier ist die Frau eindeutig als Accessoire geplant oder als Wiederholungsschleife.

**Schäfer:** Allerdings kann ich mir vorstellen, dass man sich nach 20 Jahren Berufsalltag fragt: „War’s das jetzt?“ Denn dass Zeit endlich ist, ist ja das Brutale am Älterwerden. Und Aussteigen geht nicht einfach so, du musst deine Miete bezahlen, hast die Kinder... Wenn du älter wirst, kannst du dir das Scheitern seltener leisten. Du hast keine Zeit mehr für einen Neuanfang.

**Pastewka:** Ich denke mir immer: Vorsicht vor hohen Ansprüchen. Je weniger Ziele wir uns stecken, desto weniger verpassen wir auch.

**Sie haben Ihre Kinder spät bekommen, Frau Schäfer. War das besser?**

**Schäfer:** Ja, ich glaube, als ich jünger war, wäre ich nicht bereit dazu gewesen. Aber es hängt auch vom Partner ab – ob es jemand ist, den man als Vater seiner Kinder sehen möchte. Und ich empfinde jetzt eine stärkere Verantwortung, zum Beispiel auf meine Gesundheit zu achten.

**Wie war das mit dem Erwartungsdruck aus dem Umfeld?**

**Schäfer:** Davon muss man sich frei machen. Wenn man älter wird, geht das leichter. Wir haben uns doch alle früher



„  
Eine große  
Entscheidung.  
Damit  
entfernst du  
Lebenszeugen

„  
Ich habe  
schon einige  
Freundschaften  
von früher  
beendet

“

**Über Pläne...**

**Herr Pastewka, was möchten Sie in Ihrem Leben unbedingt noch tun?**

Ich würde gerne noch eine Weltreise machen und einen Fallschirmsprung, weil ich weiß, dass ich mich das nicht traue.

**Welche Marotten pflegen Sie bereits?**

Ich bin unpünktlich, lege oft einen Schlendrian an den Tag und habe immer eine Nagelschere im Auto, falls ich mir den Nagel einreiße.

viele Probleme gemacht, die wir nicht gehabt hätten, wenn wir selbstsicherer gewesen wären.

**Pastewka:** Mir hat jemand sehr früh gesagt: „Sieh dich nicht im Spiegel der anderen.“ Er meinte das im Hinblick auf das, was ich beruflich mache. Mich hat dieser Satz auf eine komplett andere Bahn gebracht.

**Schäfer:** Aber dazu braucht man Mut und muss anfangen, sich zu vertrauen.

**Pastewka:** Ich habe zwei Dinge aus diesem Satz abgeleitet: Erstens habe ich versucht, danach zu leben. Und ich dachte mir, dass ich dankbar wäre, wenn so ein Rat häufiger kommen würde. Daher hab ich versucht, mich mit Freunden zu umgeben, die nicht aus meinem Beruf kommen, damit ich auch mal über meinen Tellerrand hinausschaue.

**Schäfer:** Ich achte heute auch mehr darauf, mit wem oder womit ich meine Zeit verbringe. Denn die ist ja begrenzt. Das merkst du nicht, wenn du 15 bist – oder 35.

**Pastewka:** Ich habe das gerade erst festgestellt.

**Und wie fühlt sich das an?**

**Pastewka:** Jedenfalls ist es nicht so, dass da jetzt eine Sanduhr abläuft und ich etwas schaffen muss. Selbst nach scheinbar verlorenen Tagen denke ich mir: Ein bisschen was hast du doch mitgenommen. Ich fühle mich wohl in meiner Haut. Es gab andere Zeiten, aber jetzt ist alles gut.

**Eine weitere These: Älter wird man, wenn man Klassentreffen hat...**

**Schäfer:** Klassentreffen ist hart: Du erkennst die ehemaligen Klassenkameraden ohne Haare nicht und denkst, das ist nicht deine Veranstaltung. Aber nach ein paar Bier geht es dann, und der alte Humor kommt wieder. Gehst du zu Klassentreffen?

**... und Marotten**

**Frau Schäfer, welche drei Dinge möchten Sie in Ihrem Leben noch machen?**

Ich würde mir gerne die Haare noch mal sehr, sehr lang wachsen lassen und eine Zeit auf einer Hallig verbringen. Punkt Nummer 3 habe ich mir gerade erfüllt: eine Husky-Tour.

**Welche besonderen Angewohnheiten haben Sie?**

Ich führe ständig To-Do-Listen, trage alle Termine immer noch per Hand in einen Kalender ein und klebe alle Kino- und Theaterkarten hinein.

**Pastewka:** Zu jedem! Bei mir ist es genau andersrum, ich bin sofort wieder jung. Beim letzten Treffen hatten wir wahnsinnig gute Laune. Ich musste leider am nächsten Tag zeitig raus und war sehr traurig, dass ich schon um ein Uhr nachts gegangen bin.

**Schäfer:** Mit 20 hätten wir einfach durchgemacht!

**Pastewka:** ... und wären am nächsten Tag arbeiten gegangen. Ich finde, an den Fotos, die die anderen mitbringen, erkennst du, dass du älter wirst. Bei einem Foto habe ich gedacht, das ist jemand anderes. Es scheint doch eine Veränderung in mir vorzugehen, die ich nicht kontrollieren kann, obwohl ich alles kontrollieren will. Und auch immer noch so jung sein will.

**Schäfer:** Würdest du was tun, um weiterhin äußerlich jung zu wirken?

**Pastewka:** Nee. Ich würde eher versuchen, das Kind in mir so lange wie möglich zu kitzeln.

**Herr Pastewka, Sie sind ein großer Fan der „drei ???“-Hörspiele. Die Sprecher der drei Detektive sind mittlerweile in Ihrem Alter, spielen aber immer noch Schuljungen. Und die meisten Fans sind von Anfang an dabei. Ist das eine Strategie, das Älterwerden auszutricksen?**

**Pastewka:** Justus, Peter und Bob, in der Tat! Da ist irgendwas verschoben. Andere machen das intensiv mit Fußball. Da geht man zu seinem Verein und sagt: Vor vier Jahren war dies und 1982 war das...

**Schäfer:** Ich habe für meine Kinder Karten für die Liveshow der „drei ???“ besorgt. Ich musste aber feststellen: Es waren wenige Kinder da und sehr, sehr viele Erwachsene. Wie gruselig: Dass du versuchst, noch mal in dieser Dauerfruchtblase deiner Kindheit weiterzuschwimmen...

**Pastewka:** Das ist wie mit den Leuten, die ihr Leben lang zu Rolling-Stones-Konzerten gehen.

**Schäfer:** Aber du bist ja nicht mehr die oder der Gleiche wie vor zehn oder 30 Jahren beim Stones-Konzert. Ich empfinde die Musik doch jedes Mal anders, weil ich mich verändere.

**Älterwerden erleben wir als Kind, wenn wir im Auto endlich vorne sitzen dürfen und später, wenn wir unseren ersten Vertrag selbst unterschreiben...**

**Schäfer:** ... und irgendwann werden aus Errungenschaften Verluste. Erst diskutierst du „Pille oder Spirale“ und dann „Brille oder Lasern“. Ich habe leidenschaftlich Tennis gespielt. Seit einem Muskelfaserriss geht das nicht mehr. Es sind winzige Abschiede.

**Pastewka:** Ich habe bisher nichts aufgeben müssen. Aber ich habe mich mehrfach von Freunden aus meiner Jugend verabschiedet, weil mir manche Dinge einfach nicht gepasst haben. Ich merke: Da ruft jemand an und ich fühle mich sofort unwohl. Denn ich tue offenbar nur noch Dinge mit ihm oder für ihn, weil wir früher mal Zeit miteinander verbracht haben. Seine Nummer lösche ich trotzdem nicht.

**Schäfer:** Ich habe Freundinnen, von denen ich als etwas gesehen werde, das ich gar nicht mehr bin. Der Blick ist immer noch der aus der Vergangenheit. Die Entwicklung, die ich gemacht habe, wird überhaupt nicht wahrgenommen. Aber so eine Trennung ist eine große Entscheidung, weil du damit einen Lebenszeugen entfernst.

**Lernt man mit dem Älterwerden, besser mit Verlusten umzugehen?**

**Schäfer:** Dass mein Bruder verstorben ist, ist erst wenige Jahre her. Auch meinen Vater habe ich beerdigt. Das sind große Wunden und die bleiben. Dann wird mir immer deutlicher, dass es für meine Zeit keinen Ersatz gibt. Das macht es nicht leichter. Der Schmerz vergeht nicht mehr. Ich spüre eher, dass er größer wird, weil ich all diese schönen Dinge, die das Leben zu bieten hat, nicht mehr mit den geliebten Menschen teilen kann.

**Pastewka:** Aber auch das kann ein richtiger Weg sein, den Schmerz einfach von oben bis unten zuzulassen – und wenn es fünf Jahre dauert. Der Schmerz poppt auch wieder hoch an Tagen, an denen du das nicht erwartest.

**Schäfer:** Manchmal gibt es Erinnerungsinseln, die du gar nicht betreten willst, aber du schnappst einen Parfümduft auf oder siehst, wie jemand sich ähnlich bewegt.

**Pastewka:** Und wenn man entscheidet, dass das nicht schrecklich oder falsch ist, dann ist man schon einen großen Schritt weiter.

**Schäfer:** Ich habe das zuletzt bei meiner Freundin Eva Szepesi erlebt. Sie hat den Holocaust überlebt und ihre Gefühle 50 Jahre lang abgekapselt. Aber für mein Buch „Meine Nachmittage mit Eva“ habe ich mit ihr über alles gesprochen. Für mich war das eine Chance, einer betroffenen Familie ganz nahezukommen. Es spiegelt aber auch meine Familie: Da sind überall Wunden. Sich das anzuschauen, das setzt eine Reife voraus. Damit kann ich jetzt anders umgehen als mit 30 oder 15.

**Es geht in dem Buch auch um das Schweigen in Ihrer Familie. Sollte man die Lücken in der Erinnerung füllen, damit man mit sich selbst klarkommt?**

**Schäfer:** Wir sind ein Glied in einer Kette aus Generationen. In unserem Land gibt es viele, die geschwiegen haben. Die haben nie über ihr Verhalten und ihre Erfahrung in einem Krieg, der so viele Menschenleben vernichtet hat, gesprochen. Diese tiefen, schwarzen Brunnen, diese unter den Teppich gekehrten Familiengeschichten, die beeinflussen auch uns als Enkelgeneration. Auch so etwas ermöglicht die vielen neuen Rechten, die wir in diesem Land haben.

**Pastewka:** Ich kann auch nicht sagen, dass ich glücklich bin, was dieses Land angeht. Weil offenbar so wenig nach dem Krieg gesprochen wurde, schlummert irgendwas deuschtümelnd Trauriges in manchem Menschenschlag. Es macht mich wütend, dass die Rädelführer von Pegida und AfD den Rahm der Traurigen und Verunsicherten abschöpfen und ein Parteiprogramm daraus machen. Meine Eltern sind nach dem Krieg geboren. Aber meine Großeltern haben schon sehr früh ihre Geschichten bei mir abgeladen, weil ich ja nicht der direkte Nachkomme war.

**Was suchen wir, wenn wir nach Jugend suchen?**

**Pastewka:** Nach der Grundnaivität, sicherlich.

**Schäfer:** Nach eben dem Tollen an der Jugend: Du glaubst, alles ist jederzeit möglich und deswegen rennst du einfach mutig und offen los, in das, was wir Zukunft nennen.

**Wann ist man denn nun wirklich alt?**

**Pastewka:** Mittwoch geht’s los...!

❖ Moderation: Claudius Grigat und Sabine Oberpriller

# Mit Schleier im Hörsaal

Seinen Glauben in der Öffentlichkeit demonstrieren?  
Die Universität Hamburg macht vor, wie religiöse Toleranz deutschlandweit funktionieren kann

„Il était trois fois“, „es war dreimal“, leuchtet zurzeit von den Wänden der Pariser Metro herab. Es verwandelt den Anfang aller Märchen „Es war einmal“ in das gemeinsame Ereignis von Judentum, Christentum und Islam und wirbt für eine Ausstellung, die den drei Religionen des Buches gewidmet ist.

Unter das Motto „Il était trois fois“ könnte man auch den an der Universität Hamburg eingeführten „Verhaltenskodex zur Religionsausübung“ stellen. Die neuen Regeln, unter Federführung der Philosophieprofessorin Birgit Recki entstanden, erlauben das Tragen von religiösen Zeichen wie Kreuz (Christentum), Kippa (Judentum) und Kopftuch oder Schleier (Islam) auf dem Unigelände. Sie beschränken das Religiöse also nicht strikt auf den privaten Raum; die Zeichen dürfen öffentlich sichtbar sein. Eine beherzigenswerte Initiative.

Weil es den säkularen Staat gibt, gibt es religiöse Freiheit: So sieht es der Kodex. Nur in einem säkularen Staat, nicht in einer Theokratie, wie sie zum Beispiel Ajatollah Khomeini im Iran durchgesetzt hat, oder im Staat Israel, der die Bürger jüdischer Religion privilegiert und Bürger anderer Religionen diskriminiert, ist freie Religionsausübung oder Religionslosigkeit möglich. Weil Kirche und Staat getrennt sind – eine Errungenschaft der Aufklärung und der Französischen Revolution –, ist Toleranz den Religionen gegenüber möglich. Es war gerade die Trennung von Kirche und Staat, die allen Bürgern die gleichen Rechte zuerkannte. So konnte vor 200 Jahren der jüdische Philologe Samuel Cahen in Paris schreiben, das gelobte Land sei Israel nur noch allegorisch; de facto sei es das säkulare Frankreich.

In dieser Trennung ist allerdings auch viel schiefgelaufen. Das autonome, autarke Subjekt wurde vergöttlicht, das machte viele Menschen zu Opfern. So wurden die 16 Karmelitinnen von Compiègne 1794 auf der Guillotine hingerichtet, weil sie den Forderungen der Revolutionäre nicht folgen, ihren Orden nicht verlassen wollten. So beschrieb es Gertrud von Le Fort in der Novelle „Die Letzte am Schafott“.



Die Trennung hat auch nichts Universales, Überhistorisches, wie oft behauptet wird, wenn sie als Weltglücksschlagler angepriesen wird. Sie ist Ergebnis jahrhundertelanger, blutiger Auseinandersetzungen und Kämpfe. Der Kampf zwischen Kirche und Staat ist von den deutschen Ottonen bis zur französischen Dritten Republik und zum preußischen Kulturkampf ein zentraler europäischer Konflikt.

Trotzdem ist die Trennung von Kirche und Staat ein hohes Gut, das es zu verteidigen gilt. Und sie ist im Moment die beste aller Lösungen. Nicht nur theokratische islamische Staaten lehnen sich gegen diese Trennung von Staat und Religion auf. Auch autokratische Regime bekämpfen sie, wie hierzulande zuletzt der Nationalsozialismus. Der wollte die einzige Religion einer „rassisch reinen“ Nation sein, geeint unter einem Führer.

Der Hamburger Verhaltenskodex verpflichtet auf zwei Grundsätze. Erstens: Die Universität ist eine säkulare Institution. Forschung und Lehre dürfen nicht aus religiösen Gründen behindert werden. So wie mancherorts in den USA soll es gerade nicht sein: Fundamentalistische Christen, die Kreationisten, wehren sich gegen den Darwinismus als Unterrichts- und Vorlesungsthema. Forschung und Lehre dürfen in Hamburg fortan auch nicht durch religiöse Praktiken gestört werden, etwa eine Vorlesung durch lautes Gebet zu bestimmten Stunden.

Zweitens: Die Geschlechter sind gleichberechtigt. Die Mitglieder der Hamburger Kommission setzen das Tragen des Kopftuchs nicht automatisch mit der Diskriminierung der Frau gleich. Das ist ein entscheidender Fortschritt gegenüber der französischen Gesetzgebung, die das Kopftuch als eindeutiges Zeichen sieht – dafür, dass die Frau nicht als Mensch anerkannt werde, sondern auf ihre Sexualität reduziert und als Eigentum des Ehemanns oder der Familie gelte. Frauen, die das Kopftuch freiwillig tragen, verglich eine französische Ministerin mit Schwarzen, die sich für die Sklaverei ausgesprochen hätten.

„  
Toleranz ist keine Schwäche, sondern DIE Stärke des säkularen Staates  
“



Barbara Vinken, Jahrgang 1960, ist Literaturprofessorin in München und Autorin des Bestsellers „Die deutsche Mutter. Der lange Schatten des Mythos“. Sie schrieb mehrere vieldiskutierte Bücher zur Frauen- und Familienpolitik, unter anderem „Angezogen. Das Geheimnis der Mode“ (Klett-Cotta).

Die Universität Hamburg setzt sich klar von der französischen Gesetzgebung ab. Letztere verbietet für Schule und Universität als die entscheidenden Institutionen der laizistischen Republik das Tragen von Kreuz, Kippa und Schleier. Bisher sind nur Mädchen mit Kopftuch vom Unterricht ausgeschlossen worden, nicht aber Schüler, die ein Kreuz oder eine Kippa tragen. So verkehrt der Laizismus die eigene säkulare Errungenschaft gegen die, die sie vor dem übermächtigen Einfluss der Kirchen schützen sollte. Statt Toleranz zu üben, hat sie sich selbst fundamentalistisch verhärtet.

Aber auch hierzulande wären die Debatten um das Kopftuchtragen von Lehrerinnen und Richterinnen überflüssig, würde man den Hamburger Verhaltenskodex bundesweit beachten. Der in Bayern immer wieder aufflammende Konflikt um das Kreuz im Klassenzimmer staatlicher Schulen wäre damit allerdings kaum beizulegen. Denn hier ist es die Institution selbst, die eine Religion zur herrschenden macht und religiöse Minderheiten unter dasselbe Kreuz stellt – keine Schülerin. Ein Fall von zu wenig Säkularisation, den man auch als Folklore nicht recht, sondern nur schlecht tolerieren kann.

Der Hamburger Verhaltenskodex sollte Vorbild für Schulen, Universitäten und den Umgang mit der Religion ganz allgemein sein. Er schützt vor der Dominanz einer Religion. Alle, gleich welcher Religion, bleiben so gleichberechtigt und ihre Persönlichkeitsrechte werden respektiert.

Ich erinnere mich noch sehr genau, als 1979 in Aix-en-Provence, wo ich studierte, schlagartig mit der Rückkehr Khomeinis in den Iran viele meiner iranischen Kommilitoninnen fast triumphierend das Kopftuch anlegten – probeweise, für ein paar Wochen.

Mit Khomeinis theokratischen Ambitionen hatte keine gerechnet, jedenfalls nicht, solange er in Frankreich im Exil war. Da war noch nicht absehbar, dass bald alle Frauen im Iran gezwungen werden würden, sich zu verschleiern und dem Patriarchat zu unterwerfen. Eben dieser Staat trieb schon bald in brutalen Säuberungen Menschen zu Hunderttausenden ins Exil.

Das Kopftuch in französischen Universitäten des Jahres 1989 galt als Zeichen des Sieges über eine Fremdherrschaft. Jetzt, haben meine Kommilitoninnen damals gedacht, durften sie das zum Glück wieder.

Ich finde es an der Zeit, zweierlei zu bedenken: Toleranz ist keine Schwäche, sondern DIE Stärke des säkularen Staates. Deshalb müssen wir diese Stärke zeigen, sonst verfallen wir – wie in diesem Punkt Frankreich – in eine Fundamentalisierung der säkularen Republik.

Das Kreuz, das von Punks oder Rappern getragen wird, bedeutet offensichtlich nicht, dass der Träger ein glühender Christ ist, sondern dass in einer säkularen Öffentlichkeit problembehaftete religiöse Herkunft ausgetragen wird. Der Schleier zeichnete die von der Familie geschützte Dame vor Sklavinnen aus, die kaum bekleidet allen Blicken schutzlos ausgesetzt waren. Frauen, die heute ein Kopftuch tragen, sagen, sie gäben sich „modest“, bescheiden, um sich der Vermarktung des weiblichen Körpers zu entziehen.

Man muss diesem Selbstverständnis des Weiblichen in der Öffentlichkeit nicht zustimmen, ich selbst halte es für eine Fehlinterpretation. Und doch wäre nichts verheerender, als diesen Frauen einen freizügigen Kleiderkodex aufzuzwingen, der für sie bedeutet, sich demütigen zu lassen und einer Fremdherrschaft zu unterwerfen. Wir hingegen haben für das Recht gekämpft, anders als unsere mit Kopftüchern oder Hüten bewehrten Großmütter unbehütet aus dem Haus zu gehen und wie unsere Mütter Minirock oder Bikini zu tragen. Weder Bikini noch Minirock oder offene Haare wurden uns aufgezwungen.

Und nun eben so: Gerade kam die erste Hidschab-Barbie in der Serie Sheroes auf den Markt. Sie feiert die amerikanische Fechterin Ibtihaj Muhammed, die bei den Olympischen Spielen 2016 in Rio de Janeiro Hidschab trug. Dasselbe Stück Stoff bedeutet an verschiedenen Orten zu verschiedenen Zeiten eben etwas völlig anderes.

# „ICH BIN EIN SIEGER“

Denn Leon Weintraub hat NS-Lager wie Auschwitz und Flossenbürg überlebt. Auch mit 92 sucht er diese Orte seiner Qual immer wieder auf. Und er geht zu den jungen Menschen – damit seine Geschichte zu ihrer Geschichte wird

✦ Text: Jonas Seufert Fotos: Anne-Sophie Stolz

Wie Leon Weintraub der Hölle von Flossenbürg entkam, weiß er nicht mehr genau. Er wog kaum noch 35 Kilo, war krank und schwach. Durch das große Metalltor muss der 19-Jährige getrieben worden sein, dann die Hauptstraße hinunter, die sich durch das ganze Dorf windet. Vorbei an den zugezogenen Vorhängen und verrammelten Fensterläden, die zwar vor Blicken schützten – aber nicht vor dem Klappern der Holzschuhe, die die Gefangenen trugen. Am Bahnhof pferchten sie Weintraub in einen der Waggonen. Es war der 22. März 1945, so haben es die Nazis notiert. Das Ziel: ein weiteres Konzentrationslager, das KZ Natzweiler, Kommando Offenburg.

Wenn Leon Weintraub, 92 Jahre, heute über die Schwelle tritt, wo damals das große Metalltor stand, muss er kurz innehalten. Ein Schauer fährt ihm dann über den Rücken. „Flossenbürg, das ist Hunger, Kälte, Tod“, sagt Weintraub. Aus den dunklen Nadelwäldern des Oberpfälzer Waldes fegt ein eisiger Wind über den Platz.

Fast jedes Jahr kehrt Weintraub an die Orte seiner Entmenschlichung zurück. Auschwitz, Flossenbürg, auch in Offenburg war er wieder. Weintraub kommt, um der Toten zu gedenken, aber auch um der Geschichte zu begegnen. Seiner Geschichte. Erinnern heißt vergegenwärtigen, sagt Weintraub. Denn so etwas wie damals darf sich nie mehr wiederholen.

An einem Montag im oberfränkischen Marktredwitz: Als Weintraub zu sprechen beginnt, wird es still in der neunten Klasse des Otto-Hahn-Gymnasiums\*. Gerade sind die Schüler aus der Pause zurückgekommen. Vor der Tafel steht er, der ältere Herr, beiges Tweedsakko, ungewöhnlich große Fliege, das kurze Haar akkurat nach hinten gebürstet. So aufrecht steht Weintraub da, dass er wirkt wie ein Schüler kurz vor einem Referat. Nur dass er sein Referat schon Hunderte Male gehalten hat.

Vordem alten Herren klammern sich 58 Hände an weiße Blätter. „Questions to Leon Weintraub“ steht darauf, weil sie dachten, dass der in Polen geborene und in Stockholm lebende Gast am liebsten Englisch spricht. Weintraub spricht perfektes Deutsch.



Leon Weintraub möchte die jungen Leute widerstandsfähig machen gegen die LOCKRUF aus dem rechten Lager

Im Ausweis des Ghettos Litzmannstadt hieß er umgangssprachlich Luzer. Als „physischer Arbeiter“ 34795 schuffete er für die Industrie des Deutschen Reichs

Geboren laut Pass am 1.1.1926 in Lodz, wahrscheinlich ein paar Tage früher, fünftes Kind einer armen Familie, der lang ersehnte Sohn. „Ich gehöre, meine Lieben, zu denen, die man Kinder des Holocaust nennt.“

Sonntag, tags zuvor. Bedächtig, Schritt für Schritt, läuft Weintraub über den Appellplatz in Flossenbürg. Der Schotter knirscht unter seinen Sohlen, sein Blick wandert langsam von links nach rechts. Am Rande des Platzes markieren lange Reihen aus Granitblöcken die Fundamente der abgerissenen Baracken. Helle Steine markieren die der Häftlinge, dunkle die der SS-Schergen.

Montag. „Wir haben miteinander gekuschelt, um uns zu wärmen“, erzählt Weintraub in Marktredwitz. Hunderte von Menschen in blau-weiß gestreiften Anzügen bewegten sich eng zusammengedrückt über den Appellplatz. „Wer im Kern war, wurde fast erdrückt“, sagt Weintraub. „Wer draußen war, hatte einen kalten Rücken und wollte nach drinnen.“ Die Häftlinge nannten das „Ofen“. Eine Schülerin legt sich einen Pullover über die Schultern, als wäre es gerade ein paar Grad kälter geworden.

Sonntag in Flossenbürg, im Keller der ehemaligen Lagerwäscherei. Es hallt laut durch den düsteren Raum, als Leon Weintraub die dicken Seiten des Namensbuchs umblättert. Sein Zeigefinger huscht über die Namensreihen. Damals registrierten die Nazis hier die Häftlinge. Sein Finger bleibt stehen: Nummer 82707, Lejzer Weintraub. Erst später, an der Uni in Göttingen, wurde daraus Leon. Ein paar Meter weiter steht ein Regal mit schwarzen Ordnern. Weintraub geht zum Abschnitt „jüdische Gefangene“ und zieht die Mappe mit seinem Namen heraus. Familienfotos sind darin, eine kurze Biografie und die Kopie seines Ausweises aus dem Ghetto Litzmannstadt, vormals Lodz.

Am Montag zieht Weintraub das Original aus einer blauen Mappe und zeigt es den Schülern. Über vier Jahre Zwangsarbeit im Ghetto, dann kam er nach Auschwitz. Selektion an der Rampe, ein Wink nach links, arbeitsfähig. Seine Mutter sieht er hier zum letzten Mal. Die Haare werden ihm abrasiert, und mit ihnen sein letztes biss-

chen Persönlichkeit. Unterbringung in Baracke 10, Jugendblock. „Ich bin zusammengeklappt wie eine Muschel“, sagt Weintraub, „wie ein Zombie war ich da“. Große Schüleraugen blicken ihn an, einige starren aus dem Fenster. Weintraub erzählt, wie es ihm gelang, sich unbeobachtet einem Arbeitskommando anzuschließen, das aus Auschwitz verlagert wurde. Er sah eine Traube nackter Menschen, „ich hörte nur: raus“, sagt Weintraub. Er riss sich den gestreiften Anzug vom Leib, warf die Holzschuhe in den Dreck und stellte sich dazu. Pures Glück, dass ihn die Wachleute nicht bemerkten. Nur Tage später wurden die Gefangenen aus Baracke 10 vergast.

Ein paar Meter hinter der Wäscherei geht es in Flossenbürg steil hinunter in den Wald. Dort steht neben vielen Gedenktafeln ein kleines weißes Haus mit einem Schornstein: das Krematorium im Tal des Todes. Gesehen hat Weintraub es damals nicht. 25 Tage war er in Flossenbürg, Stunde

um Stunde musste er in einer der langen Reihen auf dem Appellplatz stehen. Entkräftet lag er dann auf einer Pritsche in der Quarantänebaracke, nicht arbeitsfähig. Die anderen Häftlinge leisteten Zwangsarbeit im Steinbruch oder in den Hallen von Messerschmitt, um Flugzeugmotoren zu montieren. 30000 Menschen starben im KZ Flossenbürg.

Montag im Klassenzimmer. Dass auch er sterben sollte, sagt Weintraub, habe er in Auschwitz verstanden. Er erinnere sich noch genau an den Gestank nach verbranntem Fleisch. Baracke 10 lag direkt an dem Krematorium. „Around the clock, Tag und Nacht dieser schwarze, schwere, dicke, übel riechende Rauch, der alles durchdrang – den Atem, die Kleidung, alles.“ Er betont jetzt jedes Wort einzeln und trennt die Adjektive durch lange Pausen. Die weißen Papiere in

ERINNERN  
HEISST  
VERGEGEN-  
WÄRTIGEN

\* Die Fotos entstanden bei einem späteren Vortrag im Droste-Hülshoff-Gymnasium in Freiburg

Anzeige



Jetzt Traumreise buchen!

100€ Gutschein für eine Reise von Berge & Meer

Ihr Gutschein-Code\*: Chrismon1

Einlösbar bis zum 30.04.2018 unter:  
[www.berge-meer.de](http://www.berge-meer.de) oder  
Tel. 0 26 34/962 60 66 tägl. 8 - 22 Uhr

\*Nur 1 Gutschein pro Buchung direkt bei Berge & Meer einlösbar. Keine Barauszahlung möglich. Nicht einlösbar auf bestehende Buchungen und auf Kaufgutscheine. Nicht kombinierbar mit weiteren Rabatten. Mindestreisepreis: 950€

berge & meer  
Reisen. Für Entdecker.



Nur Erwachsenen erzählt Leon Weintraub, wie er eines Morgens einen kalten Fuß im Gesicht hatte. Sachlich und OHNE SELBSTMITLEID will er sein. Auf den anstrengenden Reisen begleiten ihn seine Frau Evamaria und oft auch Tochter Emilia

den Schülerhänden hängen da längst schlaff nach unten. All die notierten Fragen – vergessen.

Sein Publikum ist jung, es geht ihm um die Details. „Ich habe mir sehr genau überlegt, was ich erzähle“, sagt Weintraub. Sachlich will er sein, ohne Selbstmitleid – und die Dinge beschreiben, die man sich doch kaum vorstellen kann. Spaß machen ihm die Gespräche nicht. Und anstrengend sind sie für einen alten Mann wie ihn. Und doch fühlt Weintraub sich verpflichtet, weiterzumachen. Seinen verstorbenen Familienmitgliedern, aber auch den jungen Leuten gegenüber. „Ich möchte sie widerständig machen gegen die Lockrufe aus dem rechten Lager“, sagt Weintraub. Neulich haben ihm Schüler einer Waldorfschule nach einem Gespräch Dankesbriefe geschrieben. Er hat sie alle aufgehoben. „Es war eine große Genugtuung zu sehen, dass es etwas gebracht hat.“

Sonntag in Flossenbürg, nahe der Stadt Weiden in der Oberpfalz. Weintraub stapft in der Gedenkstätte durch die langen Reihen von Granitquadern. In welcher Baracke er früher gelegen

hat, weiß er nicht. Vielleicht auch in der Hälfte des Lagers, auf der heute Wohnhäuser stehen. In Sechserreihen ziehen sie sich den Hügel hinauf. „Aus dem Tal des Todes ist wieder ein Tal des Lebens geworden“, triumpierte der Landrat, als 1958 die ersten Bewohner einzogen, Heimatvertriebene aus dem Osten mit der Aussicht auf einen Job in dem Steinbruch, in dem vorher die Häftlinge schufteten mussten. Vergangenheitsbesiedlung. „Ein Schock für mich“, sagt Weintraub. „Ich kann mir gar nicht vorstellen, dass dort Menschen wohnen wollen.“ Wer in die Siedlung will, fährt heute mit dem Auto quer durch die Gedenkstätte.

**A**m Montag in der Schule erzählt Weintraub, wie Flossenbürg als Lager war: Flossenbürg, das ist Wind, Appell, Pritsche, Dämmerzustand. Eine Geschichte allerdings behält er sich für ältere Zuhörer vor. Sie handelt von dem kalten Fuß, den er eines Morgens plötzlich in seinem Gesicht spürte. Wenn er davon erzählt, presst er den Handrücken an

seine Wange und drückt damit seinen Kopf leicht zur Seite. Kopf an Fuß lagen sie zu viert auf einer Pritsche. Sein Nebenmann war in der Nacht gestorben. Zum Appell geschleppt hat Weintraub den toten Körper trotzdem. Die Zahl musste ja stimmen.

Sonntag. Im SS-Kasino aßen früher die Nazis zu Mittag, heute ist es das Museumscafé, ein Ort der Begegnung. Es gibt Dinkelquiche mit Karotten und Wermut für die Überlebenden und ihre Familien. Alte Menschen umarmen sich herzlich, die jungen begrüßen sich zaghaft mit Handschlag. Wer ist gestorben? Wer hat neue Urenkel?

**B**ereits am Vorabend kam Martin Hecht auf Weintraub zu, ein alter Mann wie er. Hechts Brüder starben im Zug nach Flossenbürg. Bis heute sucht er die Stelle, wo die Nazis ihre Leichen in den Wald warfen. Weintraubs Häftlingsnummer ist nur ein paar Hundert Nummern höher als die von Hecht und seinen Brüdern. Sie seien höchstwahrscheinlich im selben Zug gewesen, also müsse Weintraub doch etwas dazu wissen. „Alles ist vernebelt, ich kann mich kaum erinnern“, entgegnete Weintraub. Das anschließende Wortgefecht filmten Hechts Angehörige mit dem Handy, bis Hecht aufgebracht abzog. Auch nach 72 Jahren sind noch nicht alle Geschichten erzählt.

Montag. „Ich bin ein Sieger“, sagt Weintraub in der Schule. „Denn ich habe ja überlebt.“ Am liebsten erzählt Leon Weintraub vom Leben selbst. Er spricht dann schneller und klingvoller. Wie er seine drei Schwestern durch einen Zufall wiederfand. Und wie er Geburtshelfer und Frauenarzt wurde, obwohl er zunächst kein Abitur hatte. Eine bewusste Entscheidung für das Leben nach so viel Leid, Tod und Hass.

„Dieses Wort“, sagt Weintraub am Ende, „auf Englisch H-A-T-E – ich habe es aus meinem Wortschatz gestrichen.“

Erinnern, wenn auch die letzten Zeitzeugen nicht mehr sind: Drei Museen, die vorbildlich arbeiten  
[chrismon.de/erinnerungskultur](http://>chrismon.de/erinnerungskultur)



Der freie Autor Jonas Seufert, geboren 1989, forscht nun auch in seiner eigenen Familie nach unerzählten Geschichten aus der Zeit des Holocaust.



Für die Fotografin Anne-Sophie Stolz, geboren 1984, war es nicht einfach, auf den Auslöser zu drücken. Dabei helfen Fotografien, ja auch gegen das Vergessen!

Tempel, Tiger, Taj Mahal: Erlebnis Indien vom Spezialisten

# Indien-Rajasthan

INDIEN MIT DEM INDIENEXPERTEN!

[www.tourvital.de/indien](http://www.tourvital.de/indien)



Erleben Sie mit uns das Besondere: Begleiten Sie uns auf diese eindrucksvolle Rundreise durch Rajasthan, die wir mit viel Liebe zum Detail für Sie ausgearbeitet haben. Facettenreiche Natur, vielfältige Kultur und authentische Erlebnisse erwarten Sie – vom märchenhaften Glanz der Maharadschas, geschmückten Elefanten und der Weite der Wüste bis hin zum prächtigen Taj Mahal.

## Ihre Reise im Überblick:

### DELHI (Tag 1 & 2)

Nonstop-Linienflug nach Delhi. Ankunft gegen Mitternacht. Empfang durch die deutschsprachige Reiseleitung und Transfer zum Hotel.

### FATEHPUR SIKRI (Tag 2)

Nach dem Frühstück Fahrt in Richtung Agra. Zwischenstopp in Fatehpur Sikri, der ehemaligen Hauptstadt des Kaisers Akbar. Die verlassene, aus rotem Sandstein gebaute Stadt war einst eine wahre Märchenstadt.

### AGRA (Tag 2 & 3)

Freizeit bevor Sie an Tag 3 zu einem der absoluten Höhepunkte aufbrechen: das weltberühmte, märchenhafte Taj Mahal. Ausdruck höchster Mogul-Baukunst und Denkmal einer großen Liebe. Anschließend Besichtigung der Festung Agra Fort. Weiterfahrt mit dem Bus nach Bharatpur, anschließend Zugfahrt nach Sawai Madhopur.

### RANTHAMBHORE (Tag 4)

Morgens Wildbesichtigungsfahrt durch den Ranthambhore Nationalpark. Mit etwas Glück können Sie hier Tiger, Antilopen, Krokodile, Panther sowie unzählige Vogelarten in freier Wildbahn sehen.

### JODHPUR (Tag 5)

Besichtigung der lebendigen Stadt Jodhpur mit ihren bunten Basaren, mittelalterlichen Toren und dem riesigen Mehrangarh Fort, das auf einem hohen Felsen über den blau bemalten Häusern thront. Neben dem Fort werden die Gedenkstätte Jaswant Thada, sowie die Mandore Gärten besichtigt. Am Abend Einführung in die indische Kochkunst bei einem Kochkurs.



Ranthambhore Nationalpark

### UDAIPUR (Tag 6 & 7)

Auf dem Weg nach Udaipur Besichtigung der Jain Tempelanlage von Ranakpur. Der Haupttempel ist mit seinen 1440 filigran gestalteten Marmorsäulen ein Wunderwerk der Steinmetzkunst. Am nächsten Vormittag Besichtigung des Stadtpalastes mit seinen reich verzierten Balkonen. Anschließend geht es weiter zum Jagdish Tempel und zum reizenden Garten Sahelion-ki-Bari. Außerdem Bootsfahrt auf dem Pichola-See.

### PUSHKAR (Tag 8)

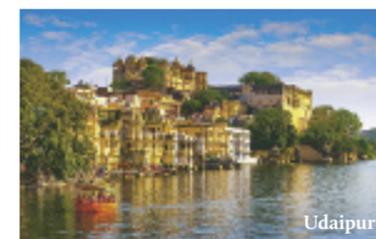
Besuch der heiligen Pilgerstadt Pushkar. Hierhin pilgern alljährlich viele gläubige Hindus, um sich an den am Seeufer liegenden Ghats im Pushkarsee reinzuwaschen und um Gesundheit für ihre Familien zu bitten. Besichtigung eines Brahma-Tempels sowie Spaziergang um den See.

### JAIPUR (Tag 8 & 9)

Am Abend Ankunft in Jaipur. Die pink bemalten Häuser geben der Hauptstadt Rajasthan den Beinamen „Rosarote Stadt“. Besichtigung des Amber Forts und Fotostopp am Palast der Winde. Stadtrundfahrt und anschließend Rikschafahrt über die lebhaften Märkte der Stadt.

### DELHI (Tag 10 & 11)

Stadtrundfahrt durch das alte Delhi vorbei am Roten Fort und Besuch der Jama Masjid, der größten Moschee Indiens. Im neuen Stadtteil werden u. a. Indiens höchstes Minarett, zahlreiche Regierungsgebäude und das Indian Gate gesehen. Am Abend Transfer zum Flughafen. Rückflug und Ankunft am Morgen von Tag 11.



Udaipur

## Inklusivleistungen p. P.

- ✓ Nonstop-Linienflug mit Lufthansa ab/ an Frankfurt oder München<sup>1</sup> nach Delhi (Economy-Class)
- ✓ Zug zum Flughafen 2. Klasse
- ✓ 9 Übernachtungen im Doppelzimmer in zentralen, komfortablen 4\* Hotels und alten Palästen (Heritage Hotels)
- ✓ Täglich Halbpension
- ✓ Transfers im neuwertigen, klimatisierten Reisebus (max. 2 Jahre alt)
- ✓ Bahnfahrt Bharatpur - Sawai Madhopur
- ✓ Alle Besichtigungen & Eintritte (lt. Programm)
- ✓ Rikschafahrt in Jaipur
- ✓ Indischer Kochkurs in Jodhpur
- ✓ Bootsfahrt auf dem Pichola-See
- ✓ Safari im Ranthambhore Nationalpark
- ✓ Chai Tee in einem lokalen Dhaba Teecafe
- ✓ Qualifizierte, deutschsprachige TOUR VITAL Reiseleitung

Einzelzimmerzuschlag ab 299,- €, halbes Doppelzimmer und Zubringerflüge mit Lufthansa zubuchbar. Visum für die Einreise nötig, e-Tourist Visa ca. 50 US \$ selbst zu beantragen. Hotelnamen und Flugzeiten finden Sie auf unserer Homepage. Hotelklassifizierung nach Landeskategorie. Garantierte Durchführung der Reise ab 4 Personen.

11-tägige Komfort-Reise inkl. Flug

ab **999,-**  
Preis in € p. P./DZ



- ✓ Alle Höhepunkte rund um das „Goldene Dreieck“
- ✓ **Top-Komfort:** ideal gelegene Hotels, neuwertige Busse (max. 2 Jahre) & ausgewählte Top-Reiseleiter
- ✓ Alle Besichtigungen & Eintritte inkl. – keine versteckten Kosten

Incredible India

## Termine und Preise p. P./DZ in €

Reise-Nr.: DEL11AA <sup>1</sup> , DEL11BA	
Abflughafen: Frankfurt, München <sup>1</sup> Flugtage: Di, Do, Fr, Sa	
Reisetermine:	Preise
A 08.06. – 18.06.18	999,-
B 01.05. – 11.05.18 <sup>1</sup>	1.199,-
C 09.02. – 19.02.18, 07.04. – 17.04.18 <sup>1</sup> , 28.09. – 08.10.18, 18.10. – 28.10.18	1.299,-
D 30.03. – 09.04.18, 08.11 – 18.11.18	1.349,-



Beratung & Buchung:

**0221-222 89 550**

Täglich 8-22 Uhr, bitte bei Buchung angeben:  
Kennziffer 20.241

[www.tourvital.de/  
chrismon](http://www.tourvital.de/chrismon)

**TOURVITAL**  
Reisen für die schönste Zeit des Lebens.

# Die Speisekammersängerin

Meta Diestel stand eine große Karriere als Altistin bevor. Doch dann kam der Erste Weltkrieg, der vieles änderte



Ihren Berufsweg hatte sie sich zwar bescheiden, aber sehr gradlinig ausgemalt: „Der Traum meines Lebens wäre, einmal in Tübingen im Oratorienverein ein kleines Solo übernehmen zu dürfen. Sag es aber niemandem, sonst meinen die Leute, ich hätte Größenwahn“, schrieb Meta Diestel an eine Freundin, nachdem sie sich zur Ausbildung im Stuttgarter Konservatorium angemeldet hatte. Sie entwickelte ihre wunderbare Altstimme. Bald machte sie sich als Oratorien- und Kantatensängerin einen Namen, wurde „königlich-württembergische Kammersängerin“, baute Künstlerkontakte im In- und Ausland auf, unternahm Konzertreisen. Eine unaufhaltsame Karriere.

Aber 1914 kam der Krieg. „Wer konnte jetzt noch singen?“, fragte sie. Und – sang. In Lazaretten und vor Frontsoldaten, Brahmslieder im „Abwehrgeknatter“, wie sie schrieb. „So erlebte ich den Krieg an der Front in seiner ganzen Widernatürlichkeit und konnte meine innere Ruhe beim Singen nur dadurch bewahren, dass ich mir sagte: Freude bringen ist deine Berufung!“, notierte sie in ihrer Autobiografie „Ein Herz ist unterwegs“.

Meta Diestel wurde 1877 in Tübingen in eine Theologenfamilie hineingeboren. Fest ins Netzwerk der evangelischen Kirche eingebunden, traf sie eine folgenreiche Entscheidung: Sie stellte sich ehrenamtlich in den Dienst kirchlicher Frauenverbände und organisierte während der Kriegsjahre Kinderkleidung und – wichtiger noch – Lebensmittel. Als diese knapper wurden, gab sie Liederabende auf dem Land. Eintritt: ein Ei pro Person. Die Spenden flossen reichlich: „Eier in Mengen, Grieß, Butter, Salat, Gemüse, alles, was das Herz einer ‚Speisekammersängerin‘ im Jahre 1916 erfreuen konnte.“ Künftig war sie fast jeden Sonntag auf den Dörfern unterwegs.

„Bei meinem ersten Eierkonzert 1914 erhielten wir 875 Eier, Butter und Wurst“

Meta Diestel in „Ein Herz ist unterwegs“

## Liederabende gegen Spende

Die Sängerin und Spendenwerberin Meta Diestel (1877 bis 1968) beschrieb ihr Leben in dem Buch „Ein Herz ist unterwegs“, herausgegeben 1952 vom Bayerischen Mütterdienst. Und in der Broschüre: „Begegnung mit Meta Diestel“, Schriftenreihe für die evangelische Frau (Laetare Verlag). Beide Bücher sind nur antiquarisch erhältlich.

Mehrere diakonische Einrichtungen tragen ihren Namen.

An ihrem Engagement hielt sie auch 1918 fest. Nach dem Krieg herrschten Arbeitslosigkeit, Inflation und Hungersnot. Eine Konzertreise in die USA im Jahr 1923 sollte Hilfe bringen. 24 Aufführungen in New York waren geplant, es wurde eine Tournee durch 16 Staaten: 130 Konzerte in 108 Tagen. Das deutsch-amerikanische Publikum wollte allerdings lieber Volkslieder als Kirchenmusik und Klassik hören, und die bekam es. Der Ertrag – tonnenweise Trockenmilch – ging an Kinderheime in Deutschland. Falls der Schritt von der Kammersängerin zur „Speisekammersängerin“ ihr ein Opfer abverlangte, so lassen ihre Erinnerungen nichts davon spüren.

In den 1920er Jahren eröffnete ihr der Kontakt mit der Jugendmusikbewegung eine neue Perspektive: die gemeinschaftsstiftende Kraft des Gesangs. Sie ließ sich zur Singleiterin ausbilden und dirigierte große Ad-hoc-Chöre. Frauenverbände rissen sich um sie. Sie lebte in einer Haus- und Lebensgemeinschaft mit ihrer Freundin Heidi Denzel, selber blieb sie kinderlos. Mütter lagen ihr besonders am Herzen. 1917 hatte sie in Stuttgart die erste Mütterchule mitgegründet, später engagierte sie sich für die Müttererholung.

Zur NS-Mütterarbeit hielt sie Distanz, engagierte sich im kirchlichen „Bayerischen Mütterdienst“, der 1933 gegründet worden war. Ihre „Mütter singstunden“ während des Zweiten Weltkriegs und danach führten sie durch ganz Deutschland, egal wie mühsam und gefährlich die Anfahrt war. Schwer bepackt mit einem Rucksack voller Liederbücher reiste sie in überfüllten Zügen, die im Nirgendwo stehenblieben, manchmal unter Tieffliegerbeschuss.

Mit ihrer Arbeit gab sie vielen vom Krieg geschlagenen Menschen etwas Lebensfreude zurück. Wer sie in Mütterheimen vor Hunderten von Frauen erlebte, „bis am Schluß der Singstunde lauter fröhliche Menschen in einen froh bewegten Lobgesang einstimmten – der vergißt das nicht wieder. Hier geschah Seelsorge großen Stils“, schrieb Bischof Otto Dibelius in seinem Vorwort zu Meta Diestels Lebenserinnerungen.

❖ Dorothea Keuler

## Irland und Nordirland - Unser Reisetipp für alle Chrismon-Leser!



Rock of Cashel

### Irland und Nordirland - Die grüne Insel mit den vielen Facetten

Sanfte grüne Hügel mit weidenden Schafen, schroffe Felsen, der tosende Atlantik und weiße Strände erwarten Sie ebenso wie das lebhaft Treiben in Dublin und Belfast. Erleben Sie vergangene Zeiten in den zahlreichen Schlössern und Burgen.

#### Ihr Reiseverlauf

- 1. Tag: Anreise.** Flug nach Dublin, Empfang durch Ihre deutschsprachige Reiseleitung und Transfer zu Ihrem Hotel im Raum Dublin.
- 2. Tag: Dublin - Monasterboice - Belfast (ca. 175 km).** Sie verlassen Dublin in Richtung Nordirland. Unterwegs Halt an der Kloster ruine Monasterboice mit ihrem bekannten Rundturm und den drei Hochkreuzen aus dem 9. Jahrhundert. Erkunden Sie anschließend Belfast, die zweitgrößte Stadt der irischen Insel, bei einer Stadtrundfahrt. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung, zum Beispiel für einen Besuch im Titanic Museum. Abends lohnt sich ein Besuch in einem der zahlreichen Pubs. Übernachtung in Belfast.
- 3. Tag: Belfast - Giants Causeway - Londonderry - (Raum) Letterkenny (ca. 196 km).** Am Vormittag geht es entlang der schönen Antrim Coast zum berühmten Giants Causeway - der Straße der Riesen. Die etwa 40.000 gleichmäßig geformten Basaltsäulen, die einen Damm bilden, gehören zum UNESCO Welterbe. Nach einem Fotostopp am Dunluce Castle, das imposant auf den Klippen liegt, geht es weiter nach Londonderry, wo Sie einen kleinen Stadtrundgang machen. Übernachtung im Raum Letterkenny.
- 4. Tag: Raum Letterkenny - Enniskillen - County Mayo/Castlebar (ca. 257 km).** Auf der Fahrt nach Westen Halt in Drumcliff, wo sich das Grab des bekannten irischen Dichters Yeates befindet. Anschließend Stopp in Enniskillen und Besichtigung des imposanten Herrenhauses Castle Coole, das im klassizistischen Stil Ende des 18. Jahrhunderts erbaut wurde. Auf einer geführten Tour sehen Sie die opulenten Gemächer der Herrschaften ebenso wie die Räume der Dienerschaft. Hier haben Sie auch die Möglichkeit, einen irischen Cream Tea zu sich zu nehmen. Übernachtung im County Mayo in Castlebar.
- 5. Tag: County Mayo/Castlebar - Connemara - Galway - County Clare (ca. 220 km).** Heute geht es durch das wildromantische Connemara mit seinen grünen Tälern, kleinen Seen, Moorlandschaften und Gebirgszügen. Besuch der ältesten irischen Benediktinerinnenabtei Kylemore Abbey, die malerisch an einem See liegt. Anschließend erfahren Sie im Dan O'Hara Homestead mehr über das harte Leben der Farmer in Connemara im 19. Jahrhundert und sehen z. B. beim Torfstechen und Schafehüten zu. Am Nachmittag kurzer Stopp in der quirligen Metropole Galway - bekannt für ihre großartige

- Kunst- und Musikkultur, für Festivals und urige Pubs. Weiterfahrt in das County Clare zur Übernachtung.
- 6. Tag: County Clare - Burren - Cliffs of Moher - Raum Kerry (ca. 143 km).** Heute geht es in die Karstlandschaft der Burren, wie eine Mondlandschaft erhebt sich dieses Hochplateau aus Kalkstein. Hier statten wir dem Burren Smokehouse einen Besuch ab. Lernen Sie mehr darüber, wie Lachs geräuchert wird und verkosten Sie anschließend eine der beliebtesten Delikatessen Irlands. Im Anschluss Besuch der bekanntesten Steilküppen Irlands – den Cliffs of Moher. Diese erstrecken sich über 8 Kilometer und sind bis zu 214 Meter hoch. Aufgrund Ihrer Faszination dienten die Klippen in vielen Filmen als Kulisse. Weiterfahrt über Limerick in Richtung Kerry mit Stopp im hübschen Ort Adare. Übernachtung im Raum Kerry.
- 7. Tag: Raum Kerry - Ring of Kerry - Killarney Nationalpark - Raum Kerry (ca. 230 km).** Genießen Sie die atemberaubende Landschaft der Panoramaküstenstraße Ring of Kerry mit unvergleichlichen Ausblicken auf spektakuläre Berge, Hochmoore und Seen. Am Nachmittag Aufenthalt im Killarney Nationalpark, welcher mit riesiger Park- und Seenlandschaften beeindruckt. Am Ufer des Muckross Lake liegt das herrschaftliche Muckross House, wo Sie einen Spaziergang durch die herrlichen Gärten mit den zahlreichen Rosen unternehmen werden.
- 8. Tag: Raum Kerry - Kilkenny - Dublin (ca. 345 km).** Auf dem Weg nach Kilkenny kurzer Fotostopp am Rock of Cashel, einem ca. 65 m hohen Berg, auf dem ein ehemaliger Königssitz thront. In Kilkenny haben Sie Zeit zur freien Verfügung. Der mittelalterliche Stadtkern mit seinen kleinen Gässchen und den vielen mittelalterlichen Bauten wird vom Kilkenny Castle beherrscht. Anschließend Fahrt nach Dublin. 2 Übernachtungen in einem zentralen Hotel.
- 9. Tag: Dublin.** Am Vormittag sehen Sie bei einer Stadtrundfahrt die wichtigsten Sehenswürdigkeiten Dublins. Nachmittags Zeit zur freien Verfügung. Besuchen Sie z. B. das historische Trinity College, die St. Patrick's Cathedral oder bummeln Sie durch das Viertel Temple Bar. Sehr zu empfehlen ist auch ein Besuch in der legendären Guinness Brauerei.
- 10. Tag: Abreise.** Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.



ILLUSTRATION: MARCO WAGNER

Jetzt unseren Katalog gratis bestellen!

Bestellung Online unter [www.maris-reisen.de/katalog](http://www.maris-reisen.de/katalog)

Telefonische Buchung und Beratung unter der Hotline 040-27 83 84 864\* sowie im Internet unter [www.maris-reisen.de](http://www.maris-reisen.de) \*zum Ortstarif

Veranstalter dieser Reise ist Maris Reisen GmbH & Co. KG, 22083 Hamburg. Maßgeblich sind die Reise- und Zahlungsbedingungen der Maris Reisen GmbH & Co. KG (Einsicht möglich unter [www.maris-reisen.de/agb.html](http://www.maris-reisen.de/agb.html)). Mit Aushändigung des Sicherungsscheines sind eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises u. evtl. Prämien für Versicherungen zu leisten. Die Anzahlung wird auf den Reisepreis angerechnet. Die Restzahlung wird fällig, wie im Einzelfall insbesondere in der bindenden Reisebestätigung vereinbart, spätestens jedoch vier Wochen vor Reiseantritt.

10-tägige Rundreise  
ab **1.099,-** Euro p. P.

• Zentrales Hotel in Dublin für die letzten 2 Nächte

#### Inklusivleistungen:

- Rail & Fly 2. Klasse inkl. ICE-Nutzung
- Linienflug mit Air Lingus (oder vergleichbar) nach Dublin und zurück in der Economy Class
- Transfers und Rundreise gemäß Reiseverlauf im komfortablen Reisebus
- 9 Übernachtungen in Mittelklasse-Hotels (Landeskategorie) im Doppelzimmer
- 9x irisches Frühstück
- 6x Abendessen (außer Tag 2, 8 und 9)
- Alle Eintritte laut Programm
- Qualifizierte, deutschsprachige Reiseleitung



#### Preise & Termine 2018 in €/Person

Saison	Abflughafen (Flughafenzuschlag): Berlin-Tegel (0,-), Düsseldorf (29,-), Hamburg (39,-), Frankfurt (49,-), München (49,-)	10-tägig	
		DZ	EZ
A	03.10.	1.099,-	1.399,-
B	29.08.	1.249,-	1.549,-
C	20.06. 18.07.	1.299,-	1.599,-

**Buchungscode: DUBR03**  
Hinweise: Mindestteilnehmerzahl: 25 Personen. Bei Nichterreichen behalten wir uns vor, die Reise bis 30 Tage vor Reisebeginn abzusagen. Programmänderungen vorbehalten.

Jetzt buchen!

# Kennen wir uns?

im Kino

Sie sind sich nie begegnet: Taki aus Tokio und Mitsuha, als Tochter eines Shinto-Priesterinnen-Clans auf dem Land aufgewachsen. Aber eine kosmische Komplikation führt dazu, dass die beiden Jugendlichen immer mal wieder die Körper tauschen und das Leben des anderen führen müssen. Per SMS nehmen sie Kontakt auf. Und das ist in dem versponnenen japanischen Anime „Your Name“ der Beginn einer ganz großen Liebe, die alles transzendiert: Geschlechter-, Alters- und Kulturunterschiede, Grenzen von Raum und Zeit. Bringen Sie die Familie mit. Und Taschentücher für alle. Nur am 11. und 14. Januar in ausgewählten Kinos.



Sabine Horst, Redakteurin bei epd Film

## Überhörte Musik

Ein neues Jahr: Gelegenheit, noch mal zurückzuschauen – auf Musik, die in den vergangenen zwölf Monaten unter dem Radar geblieben ist, sich aber unbedingt zu entdecken lohnt. Da wäre etwa das

federleichte Debüt der Norweger von **Kommode**, das seinen Reiz aus dem Miteinander von verspielten Popmelodien und dezent tanzbaren Beats zieht. Oder **Almost Charlie**, die die große Kunst des Songwritings zeigen – poetisch die Texte und vielschichtig die Arrangements – und so ganz wunderbar melancholische Kammermusik zwischen Folk und Pop entstehen lassen. Und dann wäre da noch **Jordan Rakei** – ein Australier, der modernistischen Soul mit jazzigen Einflüssen zelebriert. Klingt entspannt, geht aber unter die Haut!

**Kommode:**  
Analog Dance Music.  
Brilliance

**Almost Charlie:**  
A Different Kind Of Here. Words On Music

**Jordan Rakei:**  
Wallflower.  
Ninja Tune



Claudius Grigat, Redakteur bei chrismon.de

„Kommt ein Vogel geflogen, setzt sich nieder auf mein' Fuß...“  
Wie ging es noch gleich weiter?  
Das Buch „**Die schönsten Lieder**“ hilft aus. Noch dazu sind darin auch schönste Illustrationen.  
Eine Instrumental-CD liegt bei, so können Kinder ganz einfach mitsingen.  
...hat ein' Zettel im Schnabel, von der Mutter ein' Gruß.“

Liederbuch



Die schönsten Lieder. Carus Verlag, 248 Seiten, 49 Euro

## Die sind klasse!

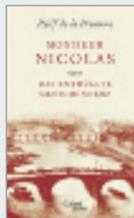
zum Lesen

Drei Jahre vor seinem Tod, 1877, schloss Gustave Flaubert sein letztes Buch ab. Die bewusst lakonisch betitelten „Drei Geschichten“ gehören zu den stilistischen Klassikern der französischen Literatur. Sie zeigen einen Autor auf der Höhe seiner Kunst, und sie zeigen ihn, wie er sich an drei ganz unterschiedlichen Stoffen erprobt: an einer mittelalterlichen Heiligenlegende, an der biblischen Geschichte von Johannes dem Täufer und, in der berühmten Auftakterzählung „Ein schlichtes Herz“, am Schicksal einer Bediensteten im frühen 19. Jahrhundert. Die Empathie, die er dieser Frau, Félicité, entgegenbringt, ist beispielhaft dafür, wie Literatur die Weltsicht und unser Empfinden erweitert.



Gustave Flaubert: Drei Geschichten. Übers. von Elisabeth Edl. Hanser, 320 Seiten, 28 Euro.

Rétif de la Bretonne (1734–1806) ist hierzulande ein kaum bekannter Autor. Das muss sich ändern, denn allein seine umfangreiche Autobiografie „Monsieur Nicolas“, die Reinhard Kaiser nun in einer Auswahl vorlegt, erweist sich als bahnbrechendes Werk, das in größter Offenheit die Gedanken- und Empfindungswelt eines Mannes darlegt. Schonungslos entblößt sich der Erotomane Rétif, erzählt von seiner beschwerlichen Jugend und gibt seltene Einblicke in die unteren Schichten der französischen Gesellschaft. Kein Wunder, dass Schiller, Goethe und Wilhelm von Humboldt auf diesen manisch Schreibenden aufmerksam wurden.



Rétif de la Bretonne: Monsieur Nicolas. Übers. von Reinhard Kaiser. Galiani, 720 Seiten, 38 Euro

Rainer Moritz, Leiter des Hamburger Literaturhauses

FOTOS: PR

## Hochwertig ausgestattetes und gepflegtes Flussschiff



Ihr Zuhause auf der Donau: MS Swiss Diamond



Dürnstein



Die Hofburg in Wien



Gepflegte Gastlichkeit an Bord



Deutschland: Passau, Linz, Dürnstein, Wien, Österreich: Bratislava, Slowakei: Bratislava, Donau, Ungarn: Budapest

### 8 Tage Flusskreuzfahrt mit MS Swiss Diamond

## Frühling entlang der Donau: von Passau bis Budapest

Alle Kabinen sind Außenkabinen mit großem Panoramafenster

Vollpension an Bord

Optimale Reisezeit für eine entspannte Donaukreuzfahrt

Begleiten Sie uns an Bord der MS Swiss Diamond auf dieser wunderschönen Frühjahrskreuzfahrt durch die Wachau und erleben Sie die Metropolen Wien, Bratislava und Budapest! Die Fahrt durch die Wachau ist landschaftlicher Höhepunkt der Reise. Wien – die österreichische Hauptstadt mit ihren unzähligen Sehenswürdigkeiten, Bratislava – eine der jüngsten Hauptstädte Europas und Budapest – mit seinem Glanz an beiden Uferseiten der Donau – sind die städtischen Höhepunkte der nächsten Tage. Überall bieten wir Ihnen selbstverständlich ein interessantes Ausflugsprogramm. Freuen Sie sich auf herrliche Frühlingstage in einer der schönsten Flusslandschaften der Welt. Der April liegt außerhalb der klassischen Ferienzeiten und gehört deshalb zu den besten Reisezeiten für eine entspannte Donaukreuzfahrt.

#### Reiseprogramm\*:

- 1. Tag:** Passau – Einschiffung
- 2. Tag:** Melk – Wachau – Wien. Ausflugspaket: Melk mit Benediktinerstift
- 3. Tag:** Wien. Ausflugspaket: Stadtrundfahrt Wien. Zusatzausflug: Schloss Schönbrunn
- 4. Tag:** Budapest. Ausflugspaket: Stadtrundfahrt Budapest
- 5. Tag:** Budapest – Bratislava. Ausflugspaket: Stadtrundgang Bratislava
- 6. Tag:** Wachau – Dürnstein. Ausflugspaket: Stadtrundgang Dürnstein
- 7. Tag:** Linz. Ausflugspaket: Stadtrundfahrt Linz
- 8. Tag:** Passau – Ausschiffung



Fordern Sie den ausführlichen Sonderprospekt gratis an!

\*) Unter [www.globalis.de](http://www.globalis.de) finden Sie die ausführliche Reisebeschreibung.

[www.globalis.de](http://www.globalis.de) → Online-Buchung und Details

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

Montag – Freitag 9:30 – 18:00 Uhr · Bitte geben Sie bei Ihrem Anruf den Aktionscode **CHR118** an.

#### Reisetermine:

09.04. bis 16.04.2018

16.04. bis 23.04.2018

#### Im Reisepreis bereits enthalten:

- 7 x Übernachtung auf MS Swiss Diamond in der gebuchten Kabinenkategorie
- Ein- und Ausschiffungsgebühren, Hafentaxen und Schleusengebühren
- Willkommenscocktail
- Vollpension an Bord, beginnend mit dem Abendessen des ersten Tages und endend mit dem Frühstück am letzten Tag: reichhaltiges Frühstücksbuffet, mehrgängige Mittag- und Abendessen (gehobene europäische Küche), Nachmittagstee/Kaffee und Kuchen, Mitternachtssnack
- Benutzung der Bordeinrichtungen
- Benutzung der Wellness-Einrichtungen wie Sauna, Dampfbad und Solarium
- Bordveranstaltungen
- Deutschsprachige Kreuzfahrtleitung
- Reiseliteratur

#### Reisepreise pro Person:

**2-Bett-Kabine auf dem Smaragd-Deck**

Belegung mit 2 Personen € 1.099,-

Belegung mit 1 Person € 1.299,-

**2-Bett-Kabine auf dem Rubin-Deck**

Belegung mit 2 Personen € 1.299,-

Belegung mit 1 Person € 1.499,-

#### Nicht im Reisepreis eingeschlossen:

- Getränke und Trinkgelder an Bord
- PKW-Parkplatz am Hafen Passau – auf Wunsch übernehmen wir für Sie gerne die Reservierung.
- An Bord buchbare Landausflüge

#### Außerdem zusätzlich vorab buchbar:

- Deutschlandweite **Bahnreise** nach Passau und zurück inkl. Transfer vom Bahnhof zum Schiff und zurück
- 2. Klasse** pro Person: bis 350 km € 99,- ab 351km € 128,-
- 1. Klasse** pro Person: bis 350 km € 116,- ab 351km € 176,-
- **Ausflugspaket** laut Programm zum Vorzugspreis € 159,- p.P.
- Zusatzausflug **Schönbrunn** € 34,- p.P.

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

# GLOBALIS®

GEMEINSAM MEHR ERLEBEN!

7 WOCHEN OHNE 2018

# Zeig dich!

Sieben Wochen ohne Kneifen

Während der Fastenzeit wollen wir zeigen, was wir denken, lieben, glauben, hoffen.  
Nicht kneifen, wenn das Leben ruft. Sieben Wochen lang. Machen Sie mit?

Die Fastenzeit beginnt am 14. Februar 2018  
[www.7-wochen-ohne.de](http://www.7-wochen-ohne.de)

Der traditionelle  
Tageswandkalender  
**Zeig dich!**  
Sieben Wochen ohne Kneifen

Sieben Fotografen haben sich mit je einem Wochenthema beschäftigt. Zu jedem Thema gibt es eine Bibelstelle mit einer Auslegung der Theologin und Journalistin Susanne Breit-Keßler, ergänzt durch Zitate, Gedichte und Geschichten von Schriftstellern, Theologen, Schauspielern und Journalisten.

27 x 21 cm, 48 doppelseitige Kalenderblätter, 48 Farbfotos und Osterpostkarte, Bestellnr. 238114  
**10,90 €**



## Tagestischkalender

Der edle Tischkalender zum Aufstellen entspricht inhaltlich dem Tageswandkalender mit einem Kalenderblatt pro Tag.

23 x 13 cm, 48 Kalenderblätter, 48 Farbfotos, Spiralbindung, Froschaufsteller, Bestellnr. 238115  
**9,90 €**

## Wochenkalender

Ein Kalenderblatt pro Fastenwoche. Eine schöne Aufmerksamkeit für Freunde, Nachbarn und andere liebe Menschen. Oder als Zweitkalender fürs Büro.

15 x 10 cm, 7 Kalenderblätter, 7 Farbfotos, Spiralbindung, Froschaufsteller, Bestellnr. 206037  
**2,90 €**

## Die „7 Wochen Ohne“-App

Nehmen Sie ihn mit! Den Fastenkalender gibt es auch für Ihr Smartphone und Ihr Tablet. Die App ist ab 17. Januar 2018 als Download im iTunes- und im Google-Play-Store verfügbar.

Geeignet für alle Geräte mit iOS und Android  
**3,99 €**



## Gottes Zeit feiern

Ein biblisches Ausmalbuch

Das neue Ausmalbuch der Aktion „7 Wochen Ohne“ lädt ein, sich Zeit zu nehmen für eine bunte Ruhepause. Die 21 zauberhaften Vorlagen der Illustratorin Sandra Beer verführen zum Kreativwerden, lassen den stressigen Alltag schnell vergessen und neue Kraft schöpfen. Biblische Texte geben zudem geistliche Impulse zum Innehalten.

28 Seiten, 21 x 29,7 cm, Bestellnr. 238046  
**7,00 €**



## Zeig Dich! Wortlicht-Kerze

Begleitend zur Fastenaktion erscheinen auf diesem Wortlicht die Mottos der einzelnen Wochen als Unterstützung und Motivation: „Gott zeigt sich“, „Zeig dein Mitgefühl“, „Zeig deine Liebe“, „Zeig deine Hoffnung“, „Zeig deine Fehlbarkeit“, „Zeig, wofür du stehst“, „Zeig dich Gott!“ Die Worte sind nur sichtbar, wenn die Kerze brennt.

7 x 14 cm, Brenndauer ca. 40 Stunden, Bestellnr. 207121  
**15,90 €**



## Zutaten

Themenheft zur Fastenaktion

Der Bestseller zur Fastenzeit mit Reportagen, Hintergrundtexten, Interviews, Film- und Musiktips sowie zahlreichen Materialien für die Praxis. Unverzichtbar für die Fastenzeit in der Gemeinde!

21 x 29,7 cm, 60 Seiten; inkl. Plakatset, CD-ROM mit Bild- und Textmaterial, Bestellnr. 238117  
**16,90 €**

## Susanne Breit-Keßler (Hrsg.)

**Zeig dich!**

Der Begleiter durch die Fastenzeit 2018

Mit Denkanstößen, biblischen Miniaturen, Erzählungen und Geschichten aus dem Leben, konkreten Tipps und Übungen. Platz für eigene Notizen gibt es auch.

144 Seiten, 12 x 19 cm, Bestellnr. 238110  
**9,90 €**

*»Zeig dich! Sieben Wochen ohne Kneifen. Wer das mitmacht, braucht Mumm in den Knochen. Den Mut, aus den bequemen Verstecken des Lebens zu kommen, die eigene Wahrheit zu entdecken – und die der anderen.«*

Susanne Breit-Keßler



Foto: Monika Höfler

## GOTT ZEIGT SICH

Oscar Wilde / Sandra Beer  
**Die schönste Blume des Gartens**

Die Geschichte vom selbstsüchtigen Riesen – über Versöhnung und Nächstenliebe.

64 Seiten, Bestellnr. 238099  
**14,00 €**



Fabian Vogt / Christine Lungershausen / Sandra Matz  
**Segen**

Eine kleine Gebrauchsanleitung für eine der schönsten spirituellen Ausdrucksformen. 160 Seiten, Bestellnr. 238080  
**12,00 €**



Johannes Goldenstein  
**Mach die Bibel zu deinem Buch**

Kreative Impulse für die Seele – zum Aus- und Weitermalen, zum Fort- und Selbstschreiben. 176 Seiten, Bestellnr. 238043  
**15,00 €**

**ZEIG DEINE LIEBE**

**Fabian Vogt  
Bonhoeffers  
große Liebe**

Eine faszinierende Geschichte, die zeigt, warum Glaube, Liebe und Hoffnung untrennbar miteinander verbunden sind.

156 Seiten,  
Bestellnr. 238081  
**13,00 €**



**Mini-Große-Liebe in der Streichholzschatulle**

Ein kleines Symbol für die große Liebe – als Erinnerung oder Geschenk von Herzen.

4,7 x 3 x 1,5 cm, finnische Holzpappe,  
Bestellnr. 207048  
**8,90 €**

**Fabian Vogt**

**Wenn Engel lachen**

Die Neuauflage unseres Bestsellers über die unverhoffte Liebesgeschichte der Katharina von Bora.

136 Seiten,  
Bestellnr. 238044  
**13,00 €**



**Hörbuch**

**Wenn Engel lachen**

Gelesen von Elisabeth Lanz

3 CDs, 170 Min.,  
12-seitiges  
Booklet,  
Bestellnr. 238122

**15,00 €**



**Geschenk  
Tipp**

**RÜCKBLICK**

# Erinnerungen an das Reformationjubiläum



**Evangelische Kirche in Deutschland (Hrsg.)**

**Momente 2017**

Ein Bildband zum Reformationjubiläum

Dieser Bildband hält markante Höhepunkte, bewegende, aber auch unbeobachtete Momente des Reformationsjahres fest. In prägnanten, stimmungsvollen Bildern und kurzen Texten in deutscher und englischer Sprache. Ein besonderes Geschenk für alle, die dabei waren – als Akteure oder als Besucher.

112 Seiten, 27 x 22,3 cm,  
Bestellnr. 207016  
**18,00 €**

**WORT-SPIELE**



**Sinnfragenkombinator**

3969 wahllos zusammengesetzte philosophische Fragen und keine Antwort. Das spielerische Frageset lädt zum Nachdenken und Lachen ein.

21 x 19 cm, Bestellnr. 207093  
**14,90 €**

**Der Nostalig-o-mat**

125 000 Erinnerungen zum Leben, Diskutieren und Manipulieren, um über eigene Erfahrungen, historische Ereignisse oder persönliche Meilensteine ins Gespräch zu kommen.

21 x 19 cm,  
Bestellnr. 207177  
**14,90 €**

**Der Moral-o-mat**

Ein Klappbuch, das 125 000 tiefsinnige, komische und provokante Thesen über die Welt, das Leben und alles, was dazugehört, generiert.

21 x 19 cm, Bestellnr. 207094  
**14,90 €**

**ZEIG, WOFÜR DU STEHST**



**Schmuckset  
Exklusives  
chrison-Kreuz**

mit einer längenverstellbaren Schlangenkette aus 925er Silber (42–47 cm)

Anhänger rhodiniert,  
2,2 x 2,2 cm,  
Bestellnr. 205643  
**59,00 €**

**Wortlicht-Kerze  
Reformation leben**

Nach dem Anzünden erscheinen auf der Kerzenoberfläche nach und nach Ideen und Gedanken, wie wir Reformation heute leben können.

7 x 14 cm,  
Bestellnr. 207016  
**15,90 €**



**Frank Muchlinsky  
Überzeugend  
evangelisch**

Finden Sie heraus, was für den eigenen Glauben und das eigene Leben wichtig ist.

224 Seiten,  
Bestellnr. 238009  
**15,00 €**



Liegt der Bestellwert unter 20 Euro, fällt eine Versandkostenpauschale in Höhe von 3 Euro an. Die Lieferung erfolgt bis zum Bestellwert von 149 Euro auf Rechnung, ab 150 Euro gegen Vorkasse. Bei Bestellungen aus dem Ausland wird unabhängig vom Bestellwert das Auslandsporto gesondert berechnet, die Bezahlung erfolgt gegen Rechnung, der Warenversand erfolgt nach Zahlungseingang. Dieses Angebot gilt, solange der Vorrat reicht. Sie haben das Recht, die Ware innerhalb von zwei Wochen nach Lieferung ohne Begründung an die Evangelische Verlagsanstalt Leipzig GmbH, c/o Leipziger Kommissions- u. Großbuchhandels-gesellschaft mbH, Verlag 258 / Remissionsabteilung, An der Südspitze 1–12, 04571 Rötha zurückzusenden, wobei die rechtzeitige Absendung genügt. Vom Käufer entsiegelte CDs können nicht zurückgegeben werden. Bitte beachten Sie: Versand und Rechnungsstellung erfolgen über unseren Dienstleister Leipziger Kommissions- und Großbuchhandels-gesellschaft mbH, An der Südspitze 1–12, 04571 Rötha



**ZEIG DEINE  
HOFFNUNG**

# Trost für die Seele



**Wilhelmshavener  
Vokalensemble**

**Du meine Seele, singe**

Berühmte Choräle in hoher Klangqualität zum Singen, Hören und Meditieren.

1 CD, 46 Min.,  
umfangreich bebildertes Booklet,  
Bestellnr. 238084  
**10,00 €**



**Georg Magirius (Hrsg.)  
Abschied**

Auf befreiende und Mut machende Weise erzählen die Geschichten vom Umgang mit der Vergänglichkeit.

120 Seiten, Bestellnr. 238083  
**15,00 €**



**Wortlicht-Kerze  
Trost**

Nach und nach erscheinen acht Trostspender, zum Beispiel: „Dieses Licht leuchtet für Dich und soll Dir ein Hoffnungslicht sein.“

7 x 14 cm,  
Bestellnr. 207119  
**15,90 €**

**JETZT BESTELLEN**

E-Mail:  
bestellung@chrisonshop.de

Post:  
Bestellschein an: chrisonshop,  
Postfach 50 05 50,  
60394 Frankfurt

Fax:  
069/580 98-226

[www.chrisonshop.de](http://www.chrisonshop.de)

Name | Vorname

Straße | Hausnummer

PLZ | Ort

Datum | Unterschrift

**Gebührenfrei & direkt: 0800/247 47 66**

Versandkostenfrei ab 20 € Bestellwert.

Menge	Artikel	Bestellnr.	Preis

# Licht für Nademus Augen

Viele Äthiopier erblinden durch die Krankheit Trachom. Ein Glück, dass OPs und Medikamente helfen können

Was hatte sie Angst gehabt! Aber die Operation musste sein. „Meine Augen tränten und brannten, die Schmerzen wurden immer schlimmer“, sagt Shega Bameda Nademu. Die 50-jährige äthiopische Witwe leidet am Trachom. Bei dieser Augenkrankheit entzündet sich immer wieder die Bindehaut. Dadurch vernarben die Lider, die Wimpern drehen sich nach innen, reiben auf der Hornhaut, die trüber wird, was zur Erblindung führen kann.

Weltweit haben 1,9 Millionen Menschen durch Trachom ihr Augenlicht ganz oder teilweise eingebüßt, vor allem in armen, heißen und trockenen Gegenden – wie dem äthiopischen Hochland, etwa 150 Kilometer südlich von Addis Abeba: Hier lebt Nademu. Ärmliche strohgedeckte Lehmhütten stehen in der Landschaft verstreut. Nademu kann weder lesen noch schreiben. Sie wohnt bei ihrer unverheirateten Tochter. Die beiden Frauen schlagen sich als Kleinbäuerinnen durch, ein Ochse, eine Kuh, zwei Schafe. Auf einem kleinen Feld bauen sie Sorghum und Mais an. Wasser ist knapp. Das ist nicht nur schlecht für die Landwirtschaft, sondern begünstigt auch die Verbreitung von Infektionskrankheiten wie Trachom.

Um neue Erkrankungen zu verhindern, wäre es wichtig, Hände und Gesicht mehrmals täglich zu waschen. Wofür es eben Wasser braucht. Trachom wird durch Körperkontakt übertragen und durch die Fliegen.



Kontrolltermin nach der OP: Bei der Witwe Nademu werden die Fäden gezogen, der Eingriff war erfolgreich

„Wasser ist knapp im äthiopischen Hochland. Da verbreiten sich Infektionen schnell“

Die sind fast überall, vor allem auf Kindergesichtern. „Bei den Kindern stecken sich die Mütter an“, sagt der Augenarzt Martin Kollmann. Er arbeitet für die deutsche Hilfsorganisation Christoffel Blindenmission (CBM), die äthiopische Initiativen im Kampf gegen Trachom unterstützt. CBM setzt auf Hygieneschulungen, den Zugang zu sauberem Wasser, Brunnenbau und eine bessere medizinische Versorgung in entlegenen Gebieten. Ein bis zweimal im Monat kommen Mediziner aus der Stadt in die Dörfer, auch nach Goflea. In einer provisorischen Krankenstation untersuchen sie Patienten, behandeln infizierte Augen mit Antibiotika und führen ambulante Operationen durch, wenn die Krankheit schon fortgeschritten ist. Ein solcher Eingriff dauert eine knappe Viertelstunde, kostet etwa 22 Euro und ist unter einfachen Bedingungen durchzuführen.

Nademus Operation liegt ein paar Tage zurück. Zwischendurch war die 50-Jährige zu Hause auf dem Hof, nun ist sie noch einmal nach Goflea in die Krankenstation gekommen, zum Fädenziehen. Es sieht gut aus, keine Komplikationen. Geduldig hält sie still, bis die Prozedur vorbei ist. Sie trägt ein gelbes Tuch um die Schultern und sieht erleichtert aus. Die Schmerzen seien weg, sagt sie. „Ich spüre nur noch ein wenig Brennen.“ Und vor allem: Ihr Augenlicht wird sie behalten. ✦ Elvira Treffinger

FOTO: THOMAS EINBERGER

**Das kann ich tun...**

**Spenden**

Für dieses Projekt können Sie spenden: Bankverbindung: Christoffel Blindenmission, Bank für Sozialwirtschaft; IBAN: DE 4637 0205 0000 0000 2020, BIC: BFSWDE33XXX, Stichwort: chrismon/Trachom.

Die Hilfsorganisation Christoffel-Blindenmission (CBM) setzt sich für Menschen mit Behinderungen weltweit ein. > [cbm.de](http://cbm.de)

## Einmalige Lektoren-Hochsekreuzfahrt für Sie als chrismon-Leser!

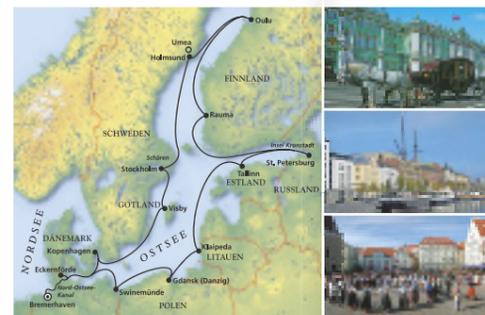
Exklusive Vorträge & Lesungen:  
Lektorin an Bord!



# Die große Ostsee-Reise

Faszinierende Reise durch 7 Länder mit dem Fernschiff MS Albatros

Freuen Sie sich auf eine einmalige und exklusive Kreuzfahrt für Sie als chrismon-Leser und ergründen Sie die Glanzpunkte der Ostsee. Erleben Sie diese sehr beliebte und exklusive Reise mit unserer renommierten Lektorin, die schon viele chrismon-Leser begeistert hat. Erhalten Sie einen tiefen Einblick in die Kultur, zu Land & Leuten und deren Lebensweisen. Die deutschsprachige MS ALBATROS, das beliebte Fernschiff, nimmt Sie mit zu dieser unvergesslichen Ostseekreuzfahrt. Bei Ihrem zweitägigen Aufenthalt in St. Petersburg können Sie die einzigartige Zarenstadt ausgiebig erkunden.



**IHR ROUTENVERLAUF**

Tag	Hafen	An	Ab
1	Optional buchbar Anreise (Bus oder Bahn) Bremerhaven - Einschiffung	-	19:00
2	Erholung auf See	-	-
3	Kopenhagen (Dänemark)	07:00	17:00
4	Visby / Gotland (Schweden)*	14:00	20:00
5	Stockholm (Schweden) Kreuzen in den Schären	08:00	17:00
6	Holmsund / Umea (Schweden)	12:00	18:00
7	Oulu (Finnland)	08:00	16:00
8	Rauma (Finnland)	14:00	21:00
9	Erholung auf See	-	-
10	Insel Kronstadt (Russland) St. Petersburg (Russland) 1)	- Passage - 08:00	-
11	St. Petersburg (Russland) 1)	-	18:00
12	Tallinn (Estland)	09:00	14:00
13	Klaipeda (Litauen)	13:00	22:00
14	Gdansk / Danzig (Polen)	08:00	17:00
15	Swinoujscie (Swinemünde) (Polen)	09:00	17:00
16	Eckernförde*	08:00	13:00
17	Bremerhaven - Ausschiffung	09:00	-
	Optional buchbare Rückreise (Bus oder Bahn)		

\* Schiff auf Reede, Ausbooten wetterabhängig. // 1) Landgang nur in Verbindung mit dem Ausflugsprogramm, ansonsten Einzelvisum erforderlich.

IHR DEUTSCHSPRACHIGES KOMFORTPLUS-SCHIFF:  
MS ALBATROS

Die deutschsprachige ALBATROS, bekannt aus der ARD Fernsehserie „Verrückt nach Meer“, bietet neben weitläufigen Außen- und Promenadendecks viele Annehmlichkeiten, wie z.B. den Wellnessbereich und den Pool. Knapp 400 Kabinen verteilen sich auf 8 Decks. Drei Restaurants sorgen den ganzen Tag für Gaumenfreuden. In legerer Atmosphäre fühlen Sie sich wie zu Hause. IHRE KABINEN: Die Innenkabinen sind ca. 12 - 14 m² groß, die Außenkabinen ca. 15 - 17 m². Die komfortablen Kabinen verfügen über Bad oder Dusche/WC, Föhn, Safe, TV, Klimaanlage und Telefon.

**IHR REISETERMINE 2018**

**31.08. – 16.09.2018**

**Ihre Sonderpreise (p.P. in Euro)**

Kat.	Kabine (Deck)	Ihr Preis
D	2-Bett Innen (Glück*)	2.599,-
E	2-Bett Innen (Neptun-Deck)	2.699,-
F	2-Bett Innen (Saturn-Deck)	2.799,-
I	2-Bett Außen (Glück*)	2.999,-
J	2-Bett Außen (Neptun-Deck)	3.099,-
K	2-Bett Außen, mit Zusatzbett (Saturn-Deck)	3.199,-
M	2-Bett Außen, mit Zusatzbett (Orion-Deck)	3.399,-
J1	2-Bett Außen zur Alleinbenutzung (Neptun)	4.199,-
L1	Einzelkabine Außen (Saturn-Deck)	4.299,-

**BEQUEME AN- & ABREISE:** Deutschlandweit mit der Bahn zu günstigsten Preisen: nur € 49,- p.P. (2. Klasse) bzw. € 79,- p.P. (1. Klasse) / mit dem modernen Fernreisebus nur € 49,- p.P. (Zustiege: Berlin, Bonn, Bremen, Dortmund, Düsseldorf, Essen, Frankfurt/M., Hamburg, Hannover, Heidelberg, Karlsruhe, Kassel, Köln-Deutz, Leipzig, Leverkusen, Magdeburg, Münster und Stuttgart)

\* Sie erhalten Ihre Kabinenummer bei Einschiffung an Bord, keine Wahlmöglichkeit. REISEDO-KUMENTE: Deutsche Staatsbürger benötigen einen bis 6 Monate nach Reiseende gültigen Reisepass. Landgang in St. Petersburg nur in Verbindung mit dem Ausflugsprogramm, ansonsten Einzelvisum erforderlich. // Mindestteilnehmerzahl für Begleitung durch Lektorin: 25 Personen.

**JETZT ANRUFEN** und Vorzugsangebot sichern oder **kostenlosen Sonderprospekt anfordern!**

**Beratung & Buchung: ☎ 06128/7408160**

Öffnungszeiten: MO-SO von 8.00 bis 22.00 Uhr **Ihr Vorteilscode: CHRIS-ATSS568**

Infos und Buchung auch online: [www.riv-touristik.de/CHRIS-ATSS568](http://www.riv-touristik.de/CHRIS-ATSS568)

**Unser neuer Katalog 2018!**

Fordern Sie auch kostenlos unseren neuen Katalog 2018 mit vielen weiteren traumhaften Hochsekreuzfahrten, Flusskreuzfahrten sowie Rundreisen an!



St. Petersburg

**17 Tage / 16 Nächte**  
inkl. Vollpension mit Tischgetränken

schon ab **2.599,-**  
p.P. in der 2-Bett Innen (Glück\*)

**Nur für Sie als Leser**

- Inkl. spannende Vorträge & Lesungen unserer renommierten Lektorin!
- An- & Abreise zum Sonderpreis:
  - Wahlweise mit dem modernen Fernreisebus (viele Zustiege deutschlandweit): nur € 49,- p.P. (statt bis zu € 180,- p.P.)
  - oder mit der Deutschen Bahn in der 2. Klasse nur € 49,- p.P. (statt bis zu € 129,- p.P.)
  - 1. Klasse nur € 79,- p.P. (statt bis zu € 199,- p.P.)

- Inkl. Vollpension mit Tischwein und Saft des Tages zu den Hauptmahlzeiten
- Inkl. 16 Nächten in der geb. Kategorie
- Inkl. deutschsprachiger, qualifizierter Reiseleitung an Bord
- Inkl. Captain's Dinner u.v.m.

**IHRE LEKTORIN:** Ob Geschichte, Kultur, Musik oder Literatur – unsere erfahrene Expertin wird Sie mit interessanten und inspirierenden Vorträgen bereichern. Auf spannende und unterhaltsame Weise lernen Sie unterschiedliche Themen zu den verschiedensten Regionen der Ostsee aus einer ganz anderen Perspektive kennen. Mit Leidenschaft und Begeisterung bringt sie Ihnen Ihre Reiseziele näher!



Kabinenbeispiel

Restaurant

Lounge

An Bord

**RIV TOURISTIK** seit 1984

Reisen. Impressionen. Welten.

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

Änderungen vorbehalten. Es gelten die Reisebestätigung, die Sie nach Buchung erhalten und die AGB der RIV Touristik GmbH (auf Wunsch Zusendung der AGB vor Buchungsabschluss). Mit Aushändigung des Sicherungsscheines ist eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Restzahlung 30 Tage vor Reiseantritt, anschließend erhalten Sie Ihre Reiseunterlagen. Verfügbarkeit, Druck- und Satzfehler vorbehalten. Datenschutzinformationen: Wir sind daran interessiert, die vertrauensvolle Kundenbeziehung mit Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen und Angebote zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 (1) f) der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (auch mit Hilfe von Dienstleistern) Ihre Daten, um Ihnen Informationen und Angebote von uns zuzusenden. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke widersprechen (Telefon: 06128/740810, E-Mail: [team@riv-touristik.de](mailto:team@riv-touristik.de)). Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter [www.riv-touristik.de/Datenschutz](http://www.riv-touristik.de/Datenschutz). Unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie ebenfalls unter unserer Anschrift.

# „Marx ist mehr als Stalin und Trabi“



## Ein humanistischer Horizont

Zum Artikel „Er war ein Rabbi für die Welt – Wie viel Religion steckt in Karl Marx?“ in chrismon Nr. 12/2017

Schön, dass Karl Marx auch einmal in einem weiteren, christlich-humanistischen Horizont dargestellt wird, statt nur im Rahmen volkswirtschaftlicher Detailfragen oder gar nur in ideologisch-propagandistischer Vereinfachung reduziert auf Stalin, die Schüsse an der Mauer und den Trabi. Christen und Marxisten ziehen durchaus an einem Strang, das sollte allgemein mehr in den Vordergrund gestellt werden. Friedhelm Buchenhorst, Grafing

## Geflüchtete und Arme

Zur Kolumne Auf ein Wort: „Es ist genug für alle da“ in chrismon Nr. 12/2017

Selbst wenn die Grundthese des EKD-Ratsvorsitzenden Heinrich Bedford-Strohm richtig wäre, dass wegen der Flüchtlinge noch niemandem etwas genommen worden sei und genug für alle da sei (wie lange noch?), ist damit nicht entschieden, ob ein weiterhin unbegrenzter Flüchtlingszustrom auch kultur- und gesellschaftspolitisch gewünscht und richtig wäre. Stefan Kaisers, Gießen

Ich kenne viele Obdachlose namentlich. Einen Herrn habe ich jahrelang betreut, er ist Anfang dieses Jahres 75-jährig verstorben. Fragen Sie mal den Bremer Senat nach der finanziellen Unterstützung der Obdachlosen,

„Wir bewundern diese junge Frau, wie sie mit viel Beharrlichkeit, Energie und Tapferkeit ihr Berufsziel verfolgt, Hausärztin zu werden! Was für ein Glück für ihre Patienten!“

Monika und Jürgen Fluhme, Tübingen, über Ana G. („Anfänge“ in chrismon Nr. 11/2017)

Schreiben Sie uns: chrismon, Leserpost, Postfach 50 05 50, 60394 Frankfurt am Main  
E-Mail: leserpost@chrismon.de

Lesertelefon: 069/580 98-83 06  
Facebook: chrismon.evangelisch  
Twitter: @chrismon\_de  
Instagram: @chrismon\_de

nach Unterstützung der Tafeln, nach „billigem“ Wohnraum. Die Antwort: Es ist kein Geld da. In jeder anderen Kommune Deutschlands dürfte es ähnlich aussehen. Wie können Sie das schreiben: „Es ist genug für alle da“? Peter A. Schulze, Stuhr bei Bremen

## Phrasen der Werber

Zur Kolumne Erledigt von Ursula Ott: „So viele Geschenke wären doch nicht nötig!“ in chrismon Nr. 12/2017

Als Mensch mit Leseerfahrung und chrismon-Abonnementerfahrung freue ich mich jedes Mal über Ihre Rubrik „Erledigt“. Solange es Werber und Berater mit Phrasendrescherfahrung geben wird, werden Ihnen die Themen bestimmt nicht ausgehen. Da bin ich mir ganz sicher. Ulrich Heitbrink (E-Mail)



## Ein harmonisches Miteinander

Zu den Fragen an das Leben mit dem Schauspieler Elyas M'Barek: „In der Liebe geht's nie um einen selbst“ in chrismon Nr. 12/2017

In dem Interview mit dem Schauspieler Elyas M'Barek sprechen mich die Aussagen zu Liebe und Disziplin besonders an. „Und was ist des Strebens wert, wenn es die Liebe nicht ist?“ hat Heinrich von Kleist einmal gesagt. Würden mehr Paare dieses beherzigen, ginge es vielen Menschen besser, vor allem den Kindern, die unter Scheidungen in hohem Maße leiden. Ein harmonisches Miteinander hat auch viel mit Disziplin zu tun: sich nicht gehen lassen auf Kosten anderer, die Bedürfnisse der Mitmen-

schen vor die eigenen stellen, im privaten wie auch beruflichen Bereich! Gabriele Gottbrath, Gladbeck

## Männlicher Blick

Zum Artikel „Fall nicht, Liebste!“, Wolfgang Schmidbauer über Partnerschaft im Alter in chrismon Nr. 11/2017  
Niemand mag es, gebrechlich zu werden, und in unserer Leistungsgesellschaft ist es kaum möglich, in Würde zu altern. Denise Bartels (über Facebook)

Die Sichtweise erscheint mir männlich einseitig. Der Gang der Dinge belastet alle, wird je nach Persönlichkeit etwas unterschiedlich aufgenommen und bewältigt und oft ja auch nicht oder nicht nur von einem Partner getragen. Die Selbstbestimmung, die Selbstständigkeit, den Verstand und die Würde verliert niemand gerne, Mann oder Frau. Anne Hegazi (über Facebook)

## Simonkids

Zum Artikel „Im Netz gibt's mehr“ in chrismon Nr. 12/2017  
In chrismon Weihnachten „Xmas“ zu nennen, scheint so normal zu sein wie „open“ für „geöffnet“ bei Ladengeschäften – armes Deutschland! In meinem Kirchenkreis werden die Angehörigen der Kindergruppe „Simonkids“, gesprochen ssaimenkitz, genannt. Ulrich Green, Ellerbek

## So sprach die DDR

Zum Artikel „Heinrich Böll – das Gewissen der jungen BRD“ in chrismon Nr. 12/2017  
In Ihrem Artikel über Heinrich Böll benutzen Sie die gebräuchliche DDR-Abkürzung „BRD“ für die offizielle Bezeichnung Bundesrepublik Deutschland. Noch nicht einmal Politiker der Linken benutzen dieses Kürzel. Werner Denecke, Lehrte

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

## Nordspanien/Portugal - Unser Reisetipp für alle chrismon-Leser!



## Impressionen Nordspaniens und Portugals

Erleben Sie auf dieser Reise eine eindrucksvolle Region, die reich ist an Kunst, Geschichte und Kultur. Bestaunen Sie Festungsanlagen und wunderschöne Kirchen und Kathedralen und die abwechslungsreiche Landschaft mit fruchtbaren Tälern und grünen Wäldern.

### Ihr Reiseverlauf

- 1. Tag: Anreise.** Flug nach Madrid. Empfang durch Ihre deutschsprachige Reiseleitung und Transfer zum Hotel.
- 2. Tag: Madrid - Segovia - Valladolid - Leon (ca. 360 km).** Morgens geht es zuerst nach Segovia, malerisch auf einem Hügel liegend und umgeben von zwei Flüssen. Die prächtige Stadt beeindruckt mit ihren monumentalen Wehrtürmen, Kirchen, Plätzen, Palästen, Klöstern und Gärten und nicht zuletzt mit dem römischen Aquädukt, ein fast 2000 Jahre altes Meisterwerk der Technik und UNESCO Weltkulturerbe. Auch die nächste Station, Valladolid, bietet eine sehenswerte Altstadt mit der Plaza Mayor, dem Rathaus, der ehrwürdigen Universität und der Kathedrale. Gegen Abend erreichen Sie Ihr Hotel in Leon.
- 3. Tag: Leon - Santiago de Compostela (ca. 340 km).** Vor Ihrer Abfahrt nach Santiago besichtigen Sie die atemberaubende Stadt Leon, die bereits 68 n. Chr. gegründet wurde und im Mittelalter Hauptstadt des Königreiches war. Die Kathedrale gilt als die schönste gotische Kirche Spaniens, aber auch die Basilika De San Isidoro und die ehemalige Pilgerherberge San Marcos sind sehenswert.
- 4. Tag: Santiago de Compostela.** Heute unternehmen Sie eine Besichtigung der „Stadt des Apostels“. Durch die engen Gassen der aus Granit erbauten Altstadt, die in ihrer Gesamtheit zum Weltkulturerbe erklärt wurde, geht es zum Endpunkt des Jakobweges, der prachtvollen Kathedrale. Das überwältigende Bauwerk mit der barocken Fassade erhebt sich stolz aus den engen Gassen der mittelalterlichen Stadt. Am Nachmittag haben Sie Gelegenheit, in das bunte Treiben auf den vielen Plätzen und in den zahlreichen Cafés der pulsierenden Stadt einzutauchen.
- 5. Tag: Santiago de Compostela - Porto - Guimares (ca. 290 km).** Nach dem Frühstück fahren Sie über die portugiesische Grenze und weiter nach Porto. Bei einer Stadtbesichtigung sehen Sie die vielen barocken Kirchen und schlendern über die Prachtstraße Avenida dos Aliados. Das Wahrzeichen der Stadt, der 76 m hohe Glockenturm Torre dos Clérigos diene einst den Seefahrern als Orientierungshilfe. Am Nachmittag geht es weiter in Ihr Hotel in Guimares.
- 6. Tag: Guimares - Douro - Lamego - Viseu (ca. 190 km).** Sie bringen heute einen traumhaften Tag im wunderschönen Douro-Tal. Durch die atemberaubende Landschaft schlängelt sich der Douro und an seinen Hängen gedeihen beste Weine, die Sie auf einem der Weingüter der Gegend verkosten können. Weiter geht Ihre Fahrt nach Lamego, wo Sie einen kleinen Stopp einlegen und dann Weiterfahrt nach Viseu.
- 7. Tag: Viseu - Salamanca (ca. 230 km).** Nach der Fahrt durch die herrliche Landschaft Nordportugals erreichen Sie gegen Mittag Salamanca. Die wunderschöne Stadt wurde von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Beeindruckend ist die Plaza Mayor im Zentrum, einer der schönsten Plätze Spaniens, umgeben von zahlreichen historischen Gebäuden, und natürlich die Universität, mit ihren 800 Jahren eine der ältesten Europas. Zwischen den historischen Mauern herrscht in den vielen Bars und Restaurants eine lebendige Atmosphäre, die Sie nach der Stadtbesichtigung unbedingt erleben sollten! Übernachtung in Salamanca.
- 8. Tag: Salamanca - Ávila - El Escorial - Madrid (ca. 230 km).** Morgens geht es zuerst nach Ávila. Die imposante Festungsstadt mit den besterhaltenen Stadtmauern des Mittelalters wird Sie begeistern. Sie erstreckt sich über 2500 Meter und umfasst etwa 90 Türme! Ebenso beeindruckend ist der UNESCO Weltkulturerbe Klosterpalast El Escorial - mit seinen 207 Meter Länge und 161 Meter Breite ist es der größte Renaissancebau der Welt! Der Monumentalbau wurde ab 1563 n. Chr. in nur 19 Jahren errichtet. Viele spanische Könige residierten hier und die meisten sind in der Klostergruft begraben. Am späten Nachmittag erreichen Sie Ihr Hotel in Madrid.
- 9. Tag: Madrid.** Am Vormittag erkunden Sie bei einer Stadtrundfahrt die großartige Metropole Madrid und sehen u.a. Plaza Cibeles, Plaza de España, Puerta del Sol, Almudena Kathedrale, Stierkampfarena „Las Ventas“ (Außenbesichtigung) und Plaza Mayor. Den letzten freien Nachmittag können Sie nach Belieben gestalten.
- 10. Tag: Abreise.** Transfer zum Flughafen Madrid und Rückflug.

10-tägige Rundreise  
ab **999,-** Euro p. P.

• Auch Termine im Juli und August buchbar

- Inklusivleistungen:**
- Rail & Fly 2. Klasse inkl. ICE-Nutzung
  - Linienflug mit renommierter Fluggesellschaft nach Madrid und zurück
  - Transfers und Rundreise im klimatisierten Reisebus
  - 9 Übernachtungen in 4-Sterne-Hotels (Landeskategorie)
  - Unterbringung im Doppelzimmer
  - 9x Frühstück
  - Stadtbesichtigungen mit örtlichem Reiseleiter in Segovia, Leon, Santiago de Compostela, Porto, Salamanca, Ávila, Escorial und Madrid
  - Besuch eines Weingutes im Douro-Tal inkl. Verkostung
  - Eintritt Kloster El Escorial
  - Qualifizierte, deutschsprachige Reiseleitung



Preise & Termine 2018 in €/Person				
Saison	Abflughafen (Flughafenzuschlag): Frankfurt (0,-), Hamburg (39,-), München (49,-)	10-tägig		
		DZ	EZ	
A	02.04. 24.10.	999,-	1.338,-	
B	02.07. 12.07. 23.07. 23.08. 15.10.	1.049,-	1.388,-	
C	30.04. 21.05. 11.06. 03.09. 24.09.	1.099,-	1.438,-	

**Buchungscode: MADR23**  
Düsseldorfer auf Anfrage buchbar (zzgl. € 39,-).  
**Hinweise:** Mindestteilnehmerzahl: 25 Personen. Bei Nichterreichen behalten wir uns vor, die Reise bis 30 Tage vor Reisebeginn abzusagen. Programmänderungen vorbehalten. Die Unterbringung erfolgt in guten 4-Sterne-Hotels (Landeskategorie) z. B. Madrid: Holiday Inn Alcalá oder Silken Puerta Madrid, Leon: Hotel Silken Luis de Leon, Santiago: Gran Hotel Los Abetos, Guimares: Hotel de Guimares, Viseu: Hotel Grao Vasco, Salamanca: Gran Hotel Corona Sol (Änderungen vorbehalten). **Wunschkategorie p. P.:** Zuschlag Halbpension: € 189,-; Reise ist auch buchbar ohne Flug, Transfer und Rail & Fly: p. P. € 839,- (Buchungscode MADH23).



Jetzt unseren Katalog gratis bestellen!

Bestellung Online unter [www.maris-reisen.de/katalog](http://www.maris-reisen.de/katalog)

Telefonische Buchung und Beratung unter der Hotline 040-27 83 84 864\*  
sowie im Internet unter [www.maris-reisen.de](http://www.maris-reisen.de) \*zum Ortstarif

Jetzt buchen!

Veranstalter dieser Reise ist Maris Reisen GmbH & Co. KG, 22083 Hamburg. Maßgeblich sind die Reise- und Zahlungsbedingungen der Maris Reisen GmbH & Co. KG (Einsicht möglich unter [www.maris-reisen.de/agb.html](http://www.maris-reisen.de/agb.html)). Mit Aushändigung des Sicherungsscheines sind eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises u. evtl. Prämien für Versicherungen zu leisten. Die Anzahlung wird auf den Reisepreis angerechnet. Die Restzahlung wird fällig, wie im Einzelfall insbesondere in der bindenden Reisebestätigung vereinbart, spätestens jedoch vier Wochen vor Reiseantritt.

# Noch mehr gibt's im Netz

„  
Ich will  
nicht  
umsonst  
gelebt  
haben  
“

Anne Frank  
Hat sie auch nicht!  
Die Anne-Frank-  
Bildungsstätte in  
Frankfurt am Main  
und andere Museen  
zeigen, wie man  
die Erinnerung an  
den Holocaust  
lebendig halten kann  
> [chrismon.de/  
erinnerungskultur](http://chrismon.de/erinnerungskultur)



## Video: Pastewka und Schäfer schaukeln ...

... und erzählen dabei vom Sandburgenbauen in der Kindheit, vom Erwachsenwerden – und wie sie im hohen Alter sein wollen

> [chrismon.de/schaukeln](http://chrismon.de/schaukeln)



## KULTUR- BEUTEL

### Johann Hinrich Claussen

Auch das Überflüssige ist lebensnotwendig: Der Autor und Theologe reist durch die Weiten von Kunst und Kultur

> [chrismon.de/kulturbeutel](http://chrismon.de/kulturbeutel)

## Medizin online

Ein gesundheitliches Problem?  
Oder eine Frage? Googeln  
hilft nicht weiter? Hier gibt es  
gute Adressen im Internet:

> [chrismon.de/  
medizin-links](http://chrismon.de/medizin-links)



## Quizauflösung

- 1 Epiphania (6. Januar) erinnert nicht an:  
Richtig: Die Ermordung Johannes des Täufers
- 2 Das Fest der Verklärung erinnert an:  
Richtig: Die Offenbarung Jesu als Gottessohn
- 3 Die ersten beiden Sonntage vor Ostern:  
Richtig: Septuagesimae, Sexagesimae



Erläuterungen zu  
den richtigen und  
zu den falschen  
Antworten finden  
Sie auf unserer  
Website unter

> [chrismon.de/quiz](http://chrismon.de/quiz)

## Impressum

chrismon, das evangelische  
Magazin, erscheint monatlich  
als Beilage in „Altmark Zeitung“,  
„Die Welt“, „Die Welt kompakt“,  
„Die Zeit“, „Dresdner Neueste  
Nachrichten“, „Frankfurter  
Allgemeine Zeitung“ (Frankfurt  
und Rhein-Main), „Hannoversche  
Allgemeine Zeitung“, „Kreiszeitung“  
(Syke), „Leipziger Volkszeitung“,  
„Märkische Allgemeine Zeitung“  
(Potsdam und Brandenburg), „Neue  
Presse“ (Hannover), „Süddeutsche  
Zeitung“, „Welt am Sonntag“ und  
„Westfälischer Anzeiger“ (Hamm).

Herausgeber:  
Dr. Heinrich Bedford-Strohm,  
Dr. Margot Käbmann,  
Annette Kurschus,  
Dr. Irmgard Schwaetzer  
Geschäftsführender  
Herausgeber:  
Arnd Brummer  
Redaktionsleitung:  
Ursula Ott (Chefredakteurin),  
Anne Buhrfeind  
(stellv. Chefredakteurin)  
Art-Direktor: Dirk Artes

Weiterer leitender Redakteur:  
Eduard Kopp (Theologie)  
Chefredakteurin: Christine Holch  
Chef vom Dienst:  
Andreas Fritzsche  
chrismon plus: Burkhard Weitz  
Redaktion: Mareike Fallet,  
Claudius Grigat, Dorothea Heintze,  
Nils Husmann

Ständige Autorin:  
Susanne Breit-Keßler  
Grafik: Elisabeth Ferriges,  
Lena Gerlach, Kerstin Ruhl  
Produktion: Sabine Wendt  
Bildredaktion: Michael Apel,  
Dorothee Hörstgen, Caterina  
Pohl-Heuser (chrismon.de)

Dokumentation:  
Reinhold Schardt (Leitung),  
Dr. Andrea Wicke  
Kontakt:  
Redaktion: Postfach 50 05 50,  
60394 Frankfurt am Main,  
Telefon 069/580 98-0,  
Fax 069/580 98-286,  
E-Mail: [redaktion@chrismon.de](mailto:redaktion@chrismon.de)

Verlag:  
Hänsisches Druck- und  
Verlagshaus GmbH,  
Adresse wie Redaktion,  
E-Mail: [hdv@chrismon.de](mailto:hdv@chrismon.de)  
Anfragen zum Nachdruck an:  
[lizenzen@chrismon.de](mailto:lizenzen@chrismon.de)

Besucheradresse:  
Emil-von-Behring-Straße 3,  
60439 Frankfurt am Main  
(Sitz der Gesellschaft: Frankfurt  
am Main, HRB-Nr. 79330)

Geschäftsführer:  
Direktor Jörg Bollmann  
Verlagsleitung: Bert Wegener

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

Informationen zu chrismon plus  
im Abonnement erhalten Sie  
bei unserem Leserservice unter  
0800/758 75 37

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



In einem Teil dieser Auflage finden Sie  
eine Beilage von SOS Kinderdorf.

FOTO: SANDRA STEIN; ILLUSTRATION: NICOLAS MAHLER

# Zwischen feurigen Naturgewalten & eisigen Gletscherwelten Bezauberndes Island erleben



Godafoss Wasserfall

Bekannt  
aus der  
TV Werbung



Geysir Strokkur

Die Insel aus Feuer und Eis bietet mit brodelnden Vulkanen und eisigen Gletschern atemberaubende Naturlandschaften. Lernen Sie neben den endlosen Weiten die Hauptstadt Reykjavik kennen.

### Ihr Reiseverlauf

1. Tag – **Anreise.** Ankunft und Empfang durch Ihre deutschsprachige Reiseleitung. Auf dem Weg zum Hotel in Hafnarfjörður passieren Sie die Lavafelder der Reykjanes Halbinsel.
2. Tag – **Region Reykjavik/Hafnarfjörður – Thingvellir – Gullfoss – Geysir – Hvolsvöllur (ca. 250 km).** Ihre Tour führt Sie durch das Hochtemperaturgebiet Nesjavellir, zum Nationalpark Thingvellir und zum Wasserfall Gullfoss, auch „der goldene Wasserfall“ genannt. In der Nähe befindet sich auch das Geysirgebiet im Tal Haukadalur, wo Sie die Springquelle Strokkur besichtigen, welche in regelmäßigen Abständen eine kochende Wasserfontäne in den Himmel schießt. Zum Schluss besuchen Sie das neueröffnete LAVA Center in Hvolsvöllur.
3. Tag – **Hvolsvöllur – Skaftafell – Höfn (ca. 310 km).** Heute besuchen Sie den bekannten Wasserfall Skógafoss in Skógar. Danach fahren Sie Richtung Süden, bis zur Landspitze von Dyrhólaey, wo Sie schroffe Klippen und Felsformationen, in denen Tausende von Seevögeln ihre Nistplätze haben, erwarten. Der krönende Abschluss ist der Besuch des Gletschers Vatnajökull und die Gletscherlagune Jökulsárlón.
4. Tag – **Höfn – Djúpvogur – Egilsstaðir (ca. 220 km).** Heute besuchen Sie das Fischerdorf Höfn am Fuße des größten Gletschers Europas – dem Vatnajökull. Hier haben Sie Zeit zur freien Verfügung. Danach geht es entlang der Ostfjorde bis zum Dorf Djúpvogur, wo Sie die Landschaft genießen können.
5. Tag – **Egilsstaðir – Mývatngebiet – Akureyri (ca. 300 km).** Sie fahren zu Europas mächtigstem Wasserfall, zum Dettifoss. Ein weiterer Höhepunkt ist der See Mývatn, wo Sie im Naturbad die Mittagspause verbringen. Besichtigt werden die Schlammquellen und Solfataren im Hochtemperaturgebiet Námaskard und die Pseudokrater bei Skútustaðir am Mývatn See. Danach machen Sie Halt am Wasserfall Godafoss.
6. Tag – **Akureyri – Skagafjörður – Reykjavik/Hafnarfjörður (ca. 410 km).** Am Morgen fahren Sie nach Skagafjörður, zum bekanntesten Pferdezuchtgebiet Islands. Weitere

Naturschauspiele sind der erloschene Krater Grábrók und der Wasserfall Glanni. Am Abend erreichen Sie Reykjavik.  
7. Tag – **Region Reykjavik/Hafnarfjörður.** Der Tag steht Ihnen zur freien Verfügung. Bummeln Sie durch die Altstadt, besuchen Sie die Hallgrímskirche oder unternehmen Sie einen Spaziergang entlang der Uferpromenade mit Blick auf den Hausberg Esja. Auf Wunsch können Sie an einer Walbeobachtung teilnehmen (ca. 90 €, vor Ort buchbar) oder Sie besuchen die „Secret Lagoon“ (ca. 100 €, im Voraus buchbar).  
8. Tag – **Abreise.** Transfer zum Flughafen und Rückflug.  
*Hinweise: Änderungen des Reiseverlaufs vorbehalten. Hotel- und Freizeiteinrichtungen teilweise gegen Gebühr.*

### Wunschleistungen pro Person

- Zuschlag Einzelzimmer 499 €
- Ausflugspaket Secret Lagoon & Walbeobachtung 185 €
- Ausflug Secret Lagoon 100 €
- Ausflug Walbeobachtung 90 €

*Hinweise: Mindestteilnehmeranzahl Ausflug Secret Lagoon 10 Personen. Bei Nichterreichen behalten wir uns vor, den Ausflug bis 30 Tage vor Reisebeginn abzusagen.*

### TERMINE UND PREISE 2018 pro Person (8-tägig)

Abflughafen	Normalpreise	Frankfurt
<b>Frühbucherpreise</b> Buchung bis 28.02.	<b>Normalpreise</b> Buchung ab 01.03.	<b>Termine</b>
<b>Saison A</b> 1.499 €	<b>Saison A</b> 1.549 €	05.10. 26.10.
<b>Saison B</b> 1.699 €	<b>Saison B</b> 1.749 €	30.03. 13.04. 20.04. 27.04. 12.10. 19.10.
<b>Saison C</b> 1.849 €	<b>Saison C</b> 1.899 €	04.05. 25.05.
<b>Saison D</b> 1.899 €	<b>Saison D</b> 1.949 €	07.09. 21.09. 28.09.
<b>Saison E</b> 1.999 €	<b>Saison E</b> 2.049 €	01.06. 31.08.
<b>Saison F</b> 2.149 €	<b>Saison F</b> 2.199 €	08.06. 15.06. 22.06. 29.06. 06.07. 13.07. 20.07. 27.07. 03.08. 10.08. 17.08. 24.08.

REISE-CODE: RS1004 KENNZIFFER: 103/216

Ab **1.499€** pro Person im  
Doppelzimmer

- 8-tägig inkl. Flug ■ Mittelklassehotels
- Inklusive Verpflegung

Direktlink: [www.berge-meer.de/RS1004](http://www.berge-meer.de/RS1004)

### Inklusivleistungen

- ✓ Linienflug mit Icelandair (oder gleichwertig) nach Keflavik und zurück in der Economy Class
- ✓ Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- ✓ Transfer und Rundreise im Reisebus gemäß Reiseverlauf
- ✓ 7 Übernachtungen in landestypischen Mittelklassehotels
- ✓ Unterbringung im Doppelzimmer
- ✓ 7 x Frühstück und 4 x Abendessen
- ✓ Besuch des neu eröffneten Lava Centers
- ✓ 1 x Reiseführer Island pro Zimmer
- ✓ Deutschsprachige Reiseleitung vor Ort

### Ihre Vorteile

- ✓ Zug zum Flug 2. Klasse inklusive ICE-Nutzung
- ✓ Garantierte Durchführung



**berge & meer**  
Reisen. Für Entdecker.

[www.berge-meer.de](http://www.berge-meer.de)   
Tel. 0 26 34/962 60 66 tägl. 8 – 22 Uhr

# Denk mal! Sehenswert

Ob spanisches Bergstädtchen oder der Dom zu Magdeburg: Wer reist, kann viel entdecken



„Stadt an der Grenze. Über Jahrhunderte haben sich in der Gegend Christen und Muslime bekriegt.“ Und Pit ergänzt: „Dort zu leben hat wahrscheinlich nicht immer nur Spaß gemacht. Aber heute profitiert ganz Andalusien ökonomisch von dem Dauerzoff zwischen spanischen Königen und Kalifen. Die Städte und Dörfer sind touristische Attraktionen, die du nicht erfinden kannst.“

Das Wort „Denkmal“ verdankt die deutsche Sprache – wenn wundert’s? – natürlich Martin Luther. Gemeint sei etwas, woran sich das Gedächtnis orientieren könne. Die verherrlichende, euphorische Komponente wurde dem Denkmal dann zugeeignet, wenn Nationen und ihre Regenten Symbole für die Größe ihres Anspruchs suchten.

Irene runzelt die Stirn. So „verengt“ könne sie das nicht ertragen. Sie sei da näher beim ursprünglichen Sinn des Begriffes, wie er eben auch von Luther gesehen wurde. „Denkmäler können auch Orte des Grauens, der schrecklichen Ereignisse sein. Wer schon mal das KZ Auschwitz besucht hat oder den Hartmannsweilerkopf im Elsass, wo Tausende Soldaten im Ersten Weltkrieg starben, wird die Welt mit anderen Augen sehen als zuvor.“

Dass die alten Orte von Hass und Streit heute auch Denkmäler des geschwisterlichen Zusammenlebens von Menschen unterschiedlicher Herkunft und Religionen sind, findet Pit, werde gerade im Elsass und im benachbarten Südbaden „hervorragend sichtbar“. Zwischen Freiburg und Straßburg wisse man auch Spätbur-

gunder und Edelzwicker als Kulturdenkmäler zu würdigen.

So etwas von zwei „Preußen“ zu hören, freut den südbadischen Schreiber dieser Zeilen natürlich besonders. „Preußen? Uns so zu nennen, ist eigentlich eine ungeheure Frechheit“, zischt Irene. Ihre Familie stamme aus Magdeburg, sei ursprünglich katholisch gewesen. „Im Westfälischen Frieden nach dem Dreißigjährigen Krieg wurden wir zwangsverpreußt.“

„Zwangsverpreußt“ sei zwar ein schönes Wort, unterbricht Pit seine Frau. „Aber genau betrachtet war das Brandenburger Fürstenhaus im Dom schon lange aktiv.“ „Peinlich“ findet das Irene. „Die Geschichte Magdeburgs beginnt mit Otto dem Großen, der im Dom begraben ist.“ Da muss Pit doch entschieden grinsen: „Okay. Aber Albrecht von Brandenburg hat dort als Erzbischof mit seinem Ablasshandel die Reformation maßgeblich herausgefordert.“

Dass der Magdeburger Dom „absolut sehenswert und eine Reise wert ist“, darin sind sich die beiden dann rasch wieder einig. „Und von da aus könnt ihr dann nach Wittenberg fahren“, rät Irene. „Das Luther- und das Melanchthonhaus gehören zum Weltkulturerbe. Aber da wart ihr wahrscheinlich schon.“ Stimmt. Das Lutherjahr 2017 ist rum. Wittenberg bleibt dennoch eine Reise wert. ❖

„Im Himmel sind die Allerletzten!“ Das Kolonnenbuch von Arnd Brummer. Bei der edition chrismon erhältlich: über die Hotline 0800 / 2474766 oder unter > [chrismonshop.de](http://chrismonshop.de)

ILLUSTRATION: CLAUDIA MEITERT

„Denkmäler können auch Orte des Grauens sein“



Die ganze Welt zum Denkmal erklären – das wäre doch etwas! Denk mal, ein Denkmal! Wenn Irene und Pit über ihre Urlaube reden, sind nicht Badestrände das Thema, nicht geruhige Waldgehenden oder lebhaft Märkte. Nein, Abhängen, Ausschlafen und leckeres Essen mögen für andere der Sinn des Lebens sein. Wenn der Finanzbeamte und die Apothekerin reisen, bewegen sie sich grundsätzlich auf den Pfaden der Geschichte.

Von einem Schauplatz europäischer Kultur zum anderen. Besichtigen, staunen und verstehen. Drei Tage Madrid, eine Woche in Andalusien. Besonders begeistert hat die beiden Arcos de la Frontera. Das Bergstädtchen zählt zu den berühmten „pueblos blancos“ mit durchweg weiß getünchten Häusern. Die alte Burg, der Palast der Herzöge, die Altstadt hoch oben auf dem Felsen sind wahrhaftig eine Reise wert.

Was das „de la Frontera“ meint? „Wissen wir“, unterbricht Irene.

## Polen - Unser Reisetipp für alle chrismon-Leser!



Lazienki Park

### Schönes Nordpolen - Warschau, Danzig und Masuren

Entdecken Sie Nordpolen. Neben interessanten Städten wie Warschau und Danzig erwartet Sie Masuren, das Land der tausend Seen und eine Region des ehemaligen Ostpreußens mit dichten Wäldern, Naturreservaten und idyllischen Fluss- und Seenlandschaften.

#### Ihr Reiseverlauf

**1. Tag: Anreise.** Flug nach Warschau, Begrüßung und Transfer zum Hotel.

**2. Tag: Warschau.** Morgens erkunden Sie die polnische Hauptstadt. Sie sehen die von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannte Altstadt, den Marktplatz, die St. Johannes Kathedrale, die Altstadtgassen mit Teilen der mittelalterlichen Stadtmauer und den Schlossplatz mit dem Königsschloss. Nachmittags machen Sie einen Spaziergang durch die größte Parkanlage der Stadt, den bekannten Lazienki Park, und haben Zeit zur freien Verfügung.

**3. Tag: Warschau - Thorn - Danzig (ca. 430 km).** Heute fahren Sie zuerst nach Thorn, eine der schönsten polnischen Städte und Geburtsort von Nikolaus Kopernikus. In der zum UNESCO Weltkulturerbe erklärten Altstadt findet sich ein großartig erhaltenes mittelalterliches Stadtensemble mit etwa 350 Bauten von hohem kulturhistorischen Wert. Bekannt ist Thorn aber auch für seine Lebkuchenspezialität, die Thorer Kathrinen, die nach uralten Rezepten gebacken werden. Nach dem Rundgang geht es weiter nach Danzig.

**4. Tag: Danzig.** Dieser Tag ist der „Dreistadt“ gewidmet. Zuerst sehen Sie Danzig, das auf eine mehr als tausend Jahre alte Geschichte zurückblickt. Im 2. Weltkrieg zerstört, wurde die Stadt komplett wieder aufgebaut. Insgesamt 600 Bauten sind originalgetreu rekonstruiert worden. Danach geht es nach Zoppot. Der bekannte Badeort in traumhafter Lage am Meer erlebte seine Blüte zwischen den Weltkriegen. Schon Marlene Dietrich und Josephine Baker flanierten auf der über 500 Meter langen Seebrücke. Die jüngste Stadt des Ballungsgebiets ist Gdingen, ein moderner Ort mit einer hübschen Promenade.

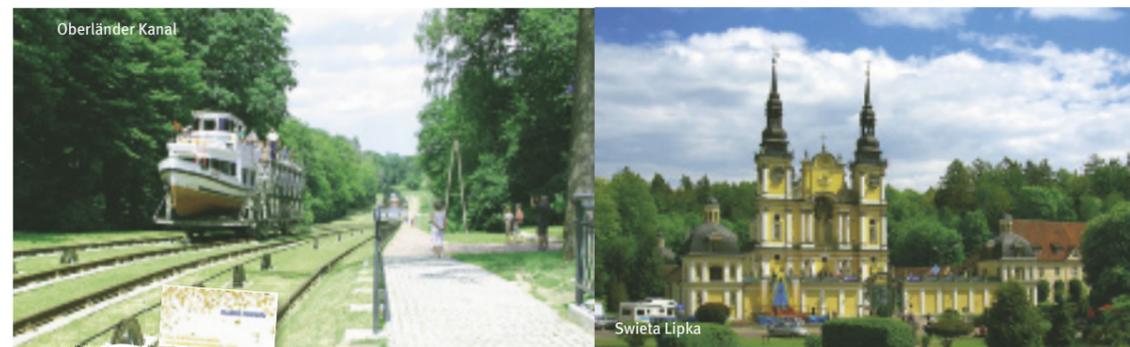
**5. Tag: Danzig - Marienburg - Oberländer Kanal - Masuren (ca. 270 km).** Ihr erstes Ziel ist Marienburg, von 1309 bis 1454 geistlicher und weltlicher Hauptsitz des Deutschen Ordens und UNESCO

Weltkulturerbe. Die Pracht des viergeschossigen Großmeisterpalastes war im mittelalterlichen Europa nahezu einzigartig. Sehenswert sind das Goldene Tor, das Sommerrefektorium und die St. Anna Kirche mit den Gräbern von elf Großmeistern. Nach der Besichtigung fahren Sie nach Buczyniec, wo ein großes Abenteuer auf Sie wartet. Auf dem Oberländer Kanal fahren Sie mit dem Schiff nicht nur auf dem Wasser, sondern per Rollwagen auch auf dem Land! Der Kanal wird durch „schiefe Ebenen“ oder Rollberge unterbrochen, um einen Höhenunterschied von etwa 100 Meter zu überwinden. Eine technische Meisterleistung! Nach etwa 2 Stunden Fahrt gehen Sie wieder von Bord und fahren in Ihr Schlosshotel in Masuren.

**6.-7. Tag: Masuren (ca. 200 km).** Diese beiden Tage verbringen Sie in Masuren. Sie fahren nach Rastenburg, wo die Reste der „Wolfschanze“ zu sehen sind. In diesem düsteren Ruinenfeld hatte Hitler über drei Jahre lang sein Hauptquartier Ost aufgeschlagen. Es gab auch einen kleinen Flugplatz, eine Eisenbahn und ein Kraftwerk. Außerdem besuchen Sie den Wallfahrtsort Heiligelinde/Swieta Lipka mit der schönsten Barockkirche Polens. Auch eine romantische Fahrt mit einem Stakenkahn auf dem idyllischen Flüsschen Kruttinna steht auf dem Programm (wetterabhängig).

**8. Tag: Masuren - Allenstein - Hohenstein - Warschau (ca. 300 km).** Auf dem Weg nach Warschau besuchen Sie Allenstein (Olsztyn), die größte Stadt in Ermland und Masuren. Die gotische Burg aus dem 14. Jahrhundert bildete den Grundstock der Stadtentwicklung. Bei einem Spaziergang durch die malerische Altstadt sehen Sie den von Arkaden gesäumten Marktplatz, das barocke Rathaus und die gotische Jakobskathedrale. Das Freilichtmuseum Hohenstein repräsentiert die regionalen Baustile und stellt die traditionellen Arbeits- und Lebensweisen auf dem Lande aus dem 19. und 20. Jahrhundert vor.

**9. Tag: Abreise.** Transfer zum Flughafen und Rückflug.



Oberländer Kanal

Swieta Lipka

Jetzt unseren Katalog gratis bestellen!

Bestellung Online unter [www.maris-reisen.de/katalog](http://www.maris-reisen.de/katalog)

Telefonische Buchung und Beratung unter der Hotline 040-27 83 84 864\* sowie im Internet unter [www.maris-reisen.de](http://www.maris-reisen.de) \*zum Ortstarif

Veranstalter dieser Reise ist Maris Reisen GmbH & Co. KG, 22083 Hamburg. Maßgeblich sind die Reise- und Zahlungsbedingungen der Maris Reisen GmbH & Co. KG (Einsicht möglich unter [www.maris-reisen.de/agb.html](http://www.maris-reisen.de/agb.html)). Mit Aushändigung des Buchungsscheines sind eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises u. evtl. Prämien für Versicherungen zu leisten. Die Anzahlung wird auf den Reisepreis angerechnet. Die Restzahlung wird fällig, wie im Einzelfall insbesondere in der bindenden Reisebestätigung vereinbart, spätestens jedoch vier Wochen vor Reiseantritt.

9-tägige Rundreise

ab **999,-** Euro p. P.

- Fahrt auf dem Oberländer Kanal
- Großes Besichtigungsprogramm

#### Inklusivleistungen:

- Rail & Fly 2. Klasse inkl. ICE-Nutzung
- Linienflug mit renommierter Fluggesellschaft nach Warschau und zurück
- Rundreise und Transfers im komfortablen Reisebus
- 5 Übernachtungen in 4-Sterne-Hotels (Landeskategorie) in Warschau und Danzig
- 3 Übernachtungen im 4-Sterne-Schlosshotel (Landeskategorie) in Masuren
- Unterbringung im Doppelzimmer
- 8x Frühstück
- Eintritte und Besichtigungen: Orgelkonzert im Dom Oliwa, Seebrücke Zoppot, Marienburg, Schifffahrt Oberländer Kanal, Bootsfahrt auf Kruttinna, Wolfschanze, Basilika Heiligelinde, Freilichtmuseum Hohenstein
- Qualifizierte, deutschsprachige Reiseleitung



#### Preise & Termine 2018 in €/Person

Saison	Abflughafen (Flughafenzuschlag): Düsseldorf (0,-), Hamburg (29,-), Frankfurt (39,-), München (39,-)	9-tägig	
		DZ	EZ
A	08.06.	999,-	1.329,-
B	13.07. 03.08. 24.08.	1.049,-	1.379,-

#### Buchungscode: WAWR06

**Hinweise:** Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen. Bei Nichterreichen behalten wir uns vor, die Reise bis 30 Tage vor Reisebeginn abzusagen. Die Unterbringung erfolgt in guten 4-Sterne-Hotels (Landeskategorie) z. B. in Warschau: Novotel Centrum, in Danzig: Hotel Mercure Old Town oder Hotel Puro, in Masuren: Schlosshotel St. Bruno oder Schlosshotel Zamek Ryn (Änderungen vorbehalten). **Wunschleistungen p. P.:** Zuschlag Halbpension: € 199,-; Reise ist auch buchbar ohne Flug, Transfer und Rail & Fly: p. P. ab € 829,- (Buchungscode WAWH06).

Jetzt buchen!



# HAWESKO .DE

HANSEATISCHES WEIN UND SEKT KONTOR

Sparen Sie  
**47%**

# Italiens Superstar!



**GOLDMEDAILLE**

Berliner Wein Trophy

## 2016 Torrevento Primitivo Puglia, IGT

Primitivo ist eine ganz typische Rebsorte aus dem Süden Italiens. Sie wird besonders früh reif und deshalb als erste (»primo«) geerntet. Typisch ist der voluminöse Charakter dieses Weins mit leicht würzigen Akzenten. Er ist dabei fruchtig und saftig, erinnert im Duft an dunkle Kirschen und zeigt ganz leichte Kräuter-Noten. Man spürt die Kraft der Sonne, die diesen Wein zu seiner vollen Reife gebracht hat!

Einzelpreis pro Flasche € 6,99 (IL € 9,32)



ZWIESEL KRISTALLGLAS

Zusammen mit **10** Flaschen Torrevento Primitivo erhalten Sie vier Gläser von Zwiesel Kristallglas, Deutschlands renommiertem Glashersteller, im Wert von € 24,90.

**ICH BESTELLE JETZT VERSANDKOSTENFREI**  
INNERHALB DEUTSCHLANDS UND NUR SOLANGE DER VORRAT REICHT

Anzahl Vorteilspaket(e) mit **10** Flaschen inkl. **4er-Set** Gläser  
Art. Nr. 932 073 statt € ~~94,80~~ nur € **49,90**

Gratis! Bitte senden Sie mir den aktuellen großen Wein-Katalog gratis!

VORNAME/NAME

STRASSE/HAUS-NR.

PLZ

ORT

GEB.-DATUM

**IHRE PERSÖNLICHE  
VORTEILSNUMMER ▶ 1068632**

E-MAIL-ADRESSE

Tragen Sie Ihre E-Mail-Adresse ein, um eine Versandbestätigung und regelmäßige Informationen zu unseren ähnlichen Produkten zu erhalten. Widerspruch ist jederzeit möglich.

Ausführliche Hinweise zu den Bestellbedingungen siehe unten. Es handelt sich um Flaschen von 0,75 Liter Inhalt. Bitte ausfüllen und senden an: Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH • Hamburger Straße 14-20 • 25436 Tornesch.

**10 Flaschen + 4er-Set Gläser**  
zum Vorteilspreis statt € ~~94,80~~ nur €

# 49<sup>90</sup>

**JETZT BESTELLEN:**  
TEL 04122 50 44 33  
FAX 04122 50 44 77

**Widerrufsbelehrung: Widerrufsrecht:** Sie haben das Recht, binnen 12 Wochen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 12 Wochen ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die Waren in Besitz genommen haben bzw. hat. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Hamburger Straße 14-20, 25436 Tornesch, Fax: 04122 504477, Tel: 04122 504433, info@hawesko.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das unter [www.hawesko.de/widerruf](http://www.hawesko.de/widerruf) abrufbare Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden. **Folgen des Widerrufs:** Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir holen die Ware ab. Wir tragen die Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust der Waren nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit ihnen zurückzuführen ist. Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Nikolas von Haugwitz, Gerd Stemmann, Alex Kim, Anschrift: Friesenweg 4, 22763 Hamburg, Tel. 04122 50 44 33, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, Ust-Identifikationsnr: DE 19 47 46 734. Alkoholische Getränke werden nur an Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr geliefert. Zahlungsbedingungen: Nach Lieferung erhalten Sie eine Rechnung, mit deren Ausgleich Sie sich 20 Tage Zeit lassen können. Informationen zu Lieferbedingungen und Datenschutz finden Sie unter [www.hawesko.de/datenschutz](http://www.hawesko.de/datenschutz).

[www.hawesko.de/chrismon](http://www.hawesko.de/chrismon)