

chrismon

Das evangelische Magazin 08.2015
www.chrismon.de

Urwald im Kopf

Der leuchtet sich irgendwann. So geht es Mädchen, die erwachsen werden

Seite 12 – 19



**Silvester-Special
inkl. An- & Abreise!**



Karibik & Panamakanal Mit dem ARD-Fernsehschiff MS ARTANIA

Es erwartet Sie eine Traum-Silvester-Kreuzfahrt: Entfliehen Sie dem Winter und reisen Sie mit Ihrem ARD-Fernsehschiff von der Blumeninsel Madeira zum Panamakanal. Genießen Sie die karibische Sonne und entspannen Sie auf malerischen Inseln wie St. Maarten, Aruba und der Dominikanischen Republik. Erkunden Sie auf dem zentralamerikanischen Festland einzigartige Natursehenswürdigkeiten und lernen Sie Land & Leute kennen. Ihr Höhepunkt: Die Fahrt durch den Panama-Kanal.

**22 Tage / 20 Nächte
in der Komfort-Außenkabine**
ab € 3.499,-
p.P. in der 2-Bett Außenkabine
(Sichtbehinderung)

Für Sie bereits inklusive:

- ✓ Inkl. Hinflug ab Düsseldorf, München und Berlin und Rückflug nach Frankfurt
- ✓ Inkl. Rail & Fly Ticket zum/vom Flughafen
- ✓ Inkl. Ausflugs Guthaben in Höhe von € 50,- p.P.
- ✓ Inkl. Vollpension an Bord mit Tischwein & Saft des Tages zu Hauptmahlzeiten
- ✓ Inkl. deutschsprachiges Reiseleiter-Team

IHR ARD FERNSEH-SCHIFF:
Die deutschsprachige MS ARTANIA wurde durch den Berlitz Cruise Guide 2014 mit 4-Sterne Plus ausgezeichnet. Bekannt durch die beliebte ARD-Fernsehserie „Verückt nach Meer“ verbindet sie höchsten Komfort mit klassischer Kreuzfahrttradition und verfügt ausschließlich über Außenkabinen.



Kabinenbeispiel, Balkon



Kabinenbeispiel, Balkon

Ihr Termin & Vorzugspreise (p.P. in €)
26.12. – 15.01.2016

***** NUR AUSSENKABINEN *****

Kat.	Kabinentyp (Deck)	Route
H	2-Bett Außen - sichtbehindert	3.499,-
I	2-Bett Außen Glück*	3.699,-
J	2-Bett Außen (Neptun)	3.799,-
PG	2-Bett Balkon Superior Glück*	4.299,-
R	2-Bett Balkon Superior (Jupiter)	4.399,-

Weitere Kategorien auf Anfrage buchbar.

Inkludierte bequeme An- & Abreise: Der Hinflug ab Düsseldorf, München und Berlin (weitere auf Anfrage/vorbehaltl. Verfügbarkeit) und der Rückflug nach Frankfurt, sowie das Rail & Fly Ticket zum/vom Flughafen sind inklusive

*Die Kabinennummer erhalten Sie erst an Bord // REISE-DOKUMENTE: Deutsche Staatsbürger benötigen einen bis 3 Monate nach Reiseende gültigen Reisepass sowie, für die Einreise in die USA, ein ESTA (Gebühren z.Zt. ca. € 15,- p.P., gerne sind wir bei der Besorgung gegen Aufpreis behilflich)

Mehr zur Reise & Buchung auch unter: www.riv-direkt.de/chris-silv

**Hurtigruten-Special
inkl. An- & Abreise!**



Norwegen hautnah Authentische Einblicke mit Hurtigruten

Erfüllen Sie sich einen Traum: Abseits herkömmlicher Kreuzfahrtrouten lernen Sie eine atemberaubende Fjordlandschaft kennen und genießen unvergessliche Impressionen in farbenfrohen Städten. **Unberührte Natur** auf den romantischen **Lofoten** begeistert ebenso wie das berühmte **Nordkap**. Mit etwas Glück können Sie in dieser Jahreszeit die berühmten **Polarlichter** erleben. Reisen Sie bequem mit Ihrem inkludierten Hin- & Rückflug nach Norwegen, kommen Sie an Bord der legendären Hurtigruten-Schiffe und genießen Sie eine unvergessliche Reise von Bergen nach Trondheim.



(c) Rachel Bihov

(c) Jan Holthe

SCHIFFE DER HURTIKRUTEN FLOTTE

Die komfortablen Postschiffe (Schiff in Abhängigkeit vom Termin) bieten Ihnen eine **legere Atmosphäre** und ein **gemütlich-maritimes Ambiente**. Fast alle Schiffe beherbergen ca. 600 Passagiere (maximal 1000). Alle Schiffe haben ihr eigenes Design und einen individuellen Stil, der sich in der Farbgebung und Einrichtung widerspiegelt. An Bord haben Sie im großen Salon einen fantastischen Ausblick. Die Cafeteria ist rund um die Uhr geöffnet. Einige Schiffe bieten einen Whirl-pool und einen Fitnessraum. Alle Kabinen sind mit Dusche/WC ausgestattet. Die Außenkabinen verfügen über Aussichtsfenster, in den unteren Decks über Bullaugen (bei schlechtem Wetter teilweise aus Sicherheitsgründen verschlossen).

**11 Tage / 10 Nächte
Hurtigruten Special**
ab € 999,-
p.P. in der 2-Bett Innenkabine

Für Sie bereits inklusive:

- ✓ Inkl. Hin- & Rückflug ab vielen deutschen Städten
- ✓ Inkl. Rail & Fly Ticket zum/vom Flughafen
- ✓ Inkl. Halbpension an Bord (Vollpension für € 199,- p.P. zubuchbar)
- ✓ Inkl. deutschsprachiges Reiseleiter-Team



34 Häfen!

Ihre Termine & Vorzugspreise (p.P. in €)

Saison A: 01.12. – 12.12.15 / Saison B: 16.11. – 30.11.15
Saison C: 01.11. – 15.11.15 / Saison D: 01.10. – 31.10.15

Kabine	A	B	C	D
2-Bett Innen ab	999,-	1.199,-	1.299,-	1.499,-
2-Bett Außen ab	1.249,-	1.399,-	1.499,-	1.799,-
2-Bett Außen Superior ab	1.349,-	1.499,-	1.599,-	2.199,-

Inkludierte bequeme An- & Abreise: Der Hin- & Rückflug ab vielen deutschen Städten sowie das Rail & Fly Ticket sind bereits inklusive
REISE-DOKUMENTE: Deutsche Staatsbürger benötigen einen gültigen Personalausweis oder Reisepass.



(c) Øyvind Grønbech



(c) Backpack Foto

Mehr zur Reise & Buchung auch unter: www.riv-direkt.de/chris-hurt



inhalt

Liebe machen

Orgasmen vor dem Computer – so gut wie echter Sex? Therapeutin und Theologe wissen es

Seite 22



Bahn fahren

Wohin geht die Reise? Gespräche im Zug über Ziele und Zufälle

Seite 32



Pflanzen gucken

Grünzeug, das kein Unkraut sein will. Was eine Botanikerin am Wegrand blühen sieht

Seite 42



06 Kreuz und quer

- 10 **Auf ein Wort** Irmgard Schwaetzer über Flüchtlinge, die noch kommen
- 12 **Titel** Ich hab keine Ahnung – so ist das in der Pubertät. Fotos und Protokolle vom Erwachsenwerden
- 20 **Was ich notiert habe** Ob Deckenfresken oder Sudoku – Distanz ist gut
- 22 **Begegnung** Viel geiler als in echt. Über Pornos, Sex und Kirche reden eine Sexologin und ein Theologe
- 26 **Vorbilder** Lee Miller – vom Model zur Kriegsreporterin
- 28 **Fragen an das Leben** Die Schriftstellerin Lizzie Doron
- 30 **Doppelpunkt** Kirsten Wenzel will endlich wieder ehrlich essen
- 32 **Bahn fahren** Einmal quer durch Deutschland. Der Reporter will wissen: Wohin geht's? Und warum?
- 39 **Im Vertrauen** Es gibt Menschen, um die sich immer alles dreht
- 40 **Religion für Einsteiger** Wissen die Kirchen mehr als andere?
- 42 **Wildpflanzen** Ein Garten Eden in Mini: Was so alles am Wegesrand wächst
- 51 **Projekt / Impressum**
- 52 **Leserbriefe**
- 54 **Anfänge** Sie spürte es, ohne es zu wissen: Sie wurde im Heim und von ihrer Mutter bedroht

TITELFOTO: SANDRA STEIN

Anregungen, Fragen, Kritik?
Lesertelefon: 069/580 98-83 06 E-Mail: kontakt@chrismon.de.
chrismon plus ist die Vollversion zum Abonnieren.
Im Internet oder telefonisch bestellen unter 0800/758 75 37.
chrismon 09/2015 erscheint in der Zeit vom 5. bis 10. 9. 2015.
Auch als kostenlose App im Google Play Store und im App Store

JETZT ANRUFEN & kostenlosen Sonderprospekt anfordern oder gleich Wunschreise sichern!

Persönliche Beratung & Buchung: 06128 / 740 810

Bitte geben Sie Ihren Vorteilscode an: **Vorteilscode Karibik: CHRIS-SILV // Vorteilscode Norwegen: CHRIS-HURT**
Gerne können Sie uns auch per E-Mail kontaktieren: team@riv-touristik.de

RIW TOURISTIK
SEIT 30 JAHREN
Reiseveranstalter: RIW Touristik GmbH
Georg-Ohm-Str. 17, 65232 Taunusstein



Ein Federball fliegt in den Abendhimmel, wissen Sie noch, wie das damals war? So... perfekt! Sie haben ihn getroffen, genau wie dieses Mädchen, und dann noch gut getroffen, was ja nicht immer klappte, mit so viel Schwung, dass er flog und flog in den dämmrigen Himmel. Sauber zwischen zwei Leitungsdrähten hindurch! Hedwig musste richtig dafür springen. Das sind Schläge, die glücklich machen; sie gelingen nur abends und im Sommer und wenn man jung ist. Inzwischen gibt's bei uns ja auch kaum noch solche Leitungen, wie sie hier durchs Bild kreuzen. Und die Dorfstraßen sind asphaltiert und gehören den Autos. Dieser Federball hier fliegt hin und her in Solnzewka, Westsibirien. Und jetzt können Sie mal überlegen, ob Sie wirklich leben wollen wie vor fünfzig Jahren – oder ob Sie lieber doch nur für die Dauer eines kleinen Matches wieder jung sein wollen.

Bibel

Wer keine Selbstbeherrschung hat, kommt um. Seine bodenlose Dummheit bringt ihn ins Grab.

Sprüche Salomos 5,23

Eine von vielen altorientalischen Weisheiten, die König Salomo, bekannt für seine Friedensliebe und seine Freude an Multikulti-Gesellschaft und Jerusalemer Tempelbau, im 10. Jahrhundert (natürlich vor Christus) aufschreiben ließ



Was kommt hinter der Fassade?
Finanzakteure sagen: „Ich weiß es nicht!“

In zehn Jahren

„Die Welt da draußen...“

Eine Soziologin hat die Berufsmoral im Finanzwesen erforscht. Viele „Banker“ leben in einer eigenen Welt



Claudia Czington, 32, arbeitet an der Goethe-Universität in Frankfurt und untersucht „Milieubildungen und Professionsethiken im globalen Finanzwesen“.

chrismon: Sagen Sie eigentlich „Banker“?
Claudia Czington: In der Öffentlichkeit gelten Banker als „Bankster“. Ich spreche lieber von „Finanzakteuren“.

Sind die Finanzakteure seit der Bankenkrise 2008 selbstkritischer geworden?

Kaum. Je näher die Akteure dem Kerngeschäft sind – wo das Geld verdient wird –, desto häufiger sagen sie: Gesellschaftliche Verantwortung ist keine berufliche Aufgabe, sondern etwas Privates. Im Job ist es unproblematisch, Erträge zu maximieren – man kann ja privat Gutes mit dem Geld machen.

Steuern Banken gegen diese Haltung an?
Nein, die machen das ähnlich. Die Banken konzentrieren sich in ihrer „Corporate Social Responsibility“ auf die Finanzierung von

sozialen und kulturellen Projekten. Eine große deutsche Bank beschäftigt damit 60 Mitarbeiter – für das ökologische und soziale Risikomanagement, das die Geschäftsmodelle selbst sozialverträglicher machen soll, sind nur 1,5 Stellen vorgesehen. Nach dem Motto: Wie das Geld verdient wird, ist nicht entscheidend – Hauptsache, man fördert Wohltätigkeitsveranstaltungen.

Was steht der Moral im Weg?

Die Banken selbst, weil sie sich von der Realökonomie entfernen und dem Finanzmarktkapitalismus zuwenden. Bei Mitarbeitern, die Kredite an Unternehmen vergeben, steht immer noch der Unternehmer im Mittelpunkt. Der möchte auch Geld verdienen, aber mit einer langfristigen Strategie. Im Investmentbanking dreht sich dagegen vieles um Investitionen mit kurzfristigen Ertragsinteressen. Dort achtet man darauf, dass Unternehmen, in die Geldgeber investieren, schnell Gewinne abwerfen. Die langfristige Perspektive fehlt. Am extremsten ist es bei den Händlern. Sie haben nicht mit Menschen, sondern in erster Linie mit Computern zu tun. Bei ihnen ist der Glaube an die Selbstregulierungskraft des Marktes am stärksten. Was der Moral auch entgegensteht, ist die Sozialstruktur.

Wieso?

Finanzakteure bewegen sich in einem sehr homogenen Umfeld. Ein Investmentbanker sagte mir: „Man macht Urlaub an denselben Orten, die Kinder gehen in denselben Kindergärten. Man entfernt sich immer weiter von der Wirklichkeit. Deswegen mache ich mir auch keine Gedanken darüber, ob die Deals, die ich mache, irgendwelche Auswirkungen auf die Welt da draußen haben.“ Wer nur mit ähnlichen Weltanschauungen zu tun hat, wird seltener dazu herausgefordert, den eigenen Beruf zu reflektieren. Anders war es bei einer Frau, die bei einer Geschäftsbank tätig, privat aber in einem studentischen, alternativen geprägten Umfeld unterwegs war. Sie musste sich ständig rechtfertigen und arbeitet nun bei einer ethischen Bank.

Gelten in zehn Jahren andere Werte?

Die meisten Akteure im Investmentbanking kommen von Business Schools. Die Studierenden dort stammen oft aus genau den wohlhabenden Milieus, die sich von der Gesellschaft abschotten.

Fragen: Nils Husmann

chrismon fragt junge Wissenschaftler, was sie antreibt und was sie in zehn Jahren wissen können

Ein langes Wochenende in Baden oder Innsbruck



FOTO: PAUL LANDL



FOTO: INNSBRUCK TOURISMUS/CHRISTOF LACKNER

BADEN BEI WIEN Wir wandern dem Genuss entgegen. Der Weg schlängelt sich durch die Weingärten des **Wienerwalds**. Insgesamt 80 Betriebe laden an den Wochenenden vom 5. bis 13. September zur „**Genussmeile**“ ein, der längsten Schank der Welt. Entlang der Strecke – von Mödling über Gumpoldskirchen und weiter über Pfaffstätten, Baden und Sooß bis nach Bad Vöslau – bieten Winzer Wein, Most und regionale Köstlichkeiten an. Vorzüglich!

INNSBRUCK Die Stadt liegt uns funkelnd zu Füßen. Nach einem Aperitif mit Blick über Innsbruck gönnen wir uns im Restaurant Lichtblick Filet vom Steinbeißer mit Hummerschaum – pures kulinarisches Glück! Tags darauf geht's nach einem Einkaufsbummel in der Innenstadt mit den Nordkettenbahnen hoch hinaus bis auf die Hafelekarspitze. Nirgendwo sonst liegen urbaner Raum und raue Bergwelt so nah zusammen. Wir spazieren zum höchsten Punkt der Nordkette und atmen Gipfelfluft.

Eintauchen in Lebenslust, Baden: 4 ÜN inkl. Frühstück im 4-Sterne-Hotel, geführte Wienerwald-Wanderung, Eintritt Römertherme und Kaiserhaus Baden p. P. im DZ ab € 199,-. www.tourismus.baden.at

Innsbruck City Break: 3 ÜN inkl. Frühstück im 3-Sterne-Hotel, Kaffee und Kuchen in der Alpenlounge Seegrube und Innsbruck Card für 48 Stunden p. P. im DZ ab € 199,-. www.innsbruck.info

Mehr Tipps für ein Wochenende in Österreich unter <http://to.austria.info/kurzreisen>

6 Filme, die garantiert Lust auf Schule machen

1 Fack ju Göhte 2

Heul weiter, Chantal! Schule ist für alle, auch die, die neurotisch sind und wieder mal nix gelesen haben. Die Fortsetzung des Kassenschlagers startet im September (2015, Regie: Bora Dagtekin)

2 School of Rock

Cello und Barockflöte, das können die kleinen Workaholics an der Eliteschule. Der Aushilfslehrer mit den strähnigen Haaren zeigt, wie man E-Gitarre spielt. Und dann alle so: Bam-bam ba-daaa! (2003, Regie: Richard Linklater)

3 Zur Hölle mit den Paukern

Herr Knörz muss weg. Nicht nur, weil Pepe Nietnagel bei dem bloß Sechsen schreibt. Schließlich sind wir im Jahr '68, und da gehört alles mal revolutioniert (1968, Regie: Werner Jacobs)

4 Der Club der toten Dichter

Plädoyer für unkonventionelles Denken. Robin Williams stept und rappt sich durch die englische Literatur (1989, Regie: Peter Weir)

5 Stand and Deliver

Der Außenseitertipp. Eine Gruppe hispanischer Highschool-Studenten will einen Wettbewerb in höherer Mathematik bestehen. Keiner glaubt, dass die das schaffen (1988, Regie: Ramón Menéndez)

6 Ferris macht blau

Und wenn mal gar nichts geht? Krank spielen? Wenn man dabei so kreativ vorgeht wie der Held dieser Kultkomödie – klar. Das will nämlich echt gelernt sein (1986, Regie: John Hughes)

Von Abel bis Zadok

Tausendundeine Frage im chrismon-Quiz

1. Wer oder was ist Mesopotamien?

- A Ein Zwergflusspferd
- B Ein instabiles subatomares Teilchen aus Quark und Antiquark
- C Eine Kulturlandschaft zwischen den Flüssen Euphrat und Tigris
- D Ein biblischer Priesterkönig

2. Welche dieser Ströme flossen durch den biblischen Garten Eden?

- A Meso und Potamos
- B Euphrat und Tigris
- C Nil und Jordan
- D Aller und Hunte

3. Melchisedek könnte vieles gewesen sein, aber eins gewiss nicht. Was?

- A Ein Friedenskönig
- B Ein König von Jerusalem
- C Ein Priesterkönig, der Abram segnet und dann von Abram den Zehnten von allem bekommt
- D Ein Sahnejoghurthersteller

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

Erledigt Frau Ottos endgültige Ablage, diesmal: Manifest

Ich bin vom Metzger meines Vertrauens, einem bodenständigen Laden mit Naturfleisch, einiges gewohnt. Seine Marketingagentur hat ihm eine „Philosophie“ gedichtet, er schlachtet nicht aus geschäftlichem Interesse, sondern „aus Leidenschaft“ und er brät EM-Bratwürste zum Halbfinale. Aber als neulich neben der groben Kalbsleberwurst auf dem Tresen ein „Genuss-Manifest“ auf Hochglanzpapier lag, dachte ich: O.k., es müssen Schweine sterben, damit ich einen Wacholderschinken essen kann. Aber müssen wirklich Bäume sterben, damit die Kölner Südstadt mit einem „Manifest“ beglückt wird? Auf dem edlen Papier wird im Wesentlichen erklärt, was Steinsalz von Meersalz unterscheidet – das hätte mir die Fleischereifachverkäuferin auch direkt sagen können.

Das Manifest, es war mal etwas Großes. Im „Kommunistischen Manifest“ haben Marx und Engels 1847 ihr Programm, das die Welt verändern



sollte, auf 30 Seiten formuliert, mit dem flammenden Aufruf: „Proletarier aller Länder, vereinigt euch!“ 1870 forderte das „Braunschweiger Manifest“ das Ende des Deutsch-Französischen Krieges. Große Würfe und Ideen – oft auch von Künstlergruppen. Legendär das „Verschimmelungs-Manifest“ von Friedensreich Hundertwasser von 1958, mit dem er das Bauen auf den Kopf stellen wollte.

Jetzt also der Metzger. Oder, genauso aufgeblasen, die Hobbygärtnerin. Das „Urban Gardening Manifest“ von 2014 versteht sich als „politische Verortung der urbanen Gartenbewegung“, eine „offene Redaktionsgruppe“ hat daran gewerkelt. So ist er, der Deutsche. Statt mit Kind und Kegel und Fahrradanhänger die frische Luft zu genießen und Frühlingszwiebeln auszubuddeln, bildet er Redaktionsgruppen. Und schreibt ein Manifest, um „die Belange unterschiedlicher Gruppen von Menschen, Tieren und Pflanzen zu berücksichtigen“.

Sag ich doch. Schont die Pflanzen, bedruckt weniger Papier. Macht nicht so große Worte. Metzger, Gärtner und Verkäufer aller Länder – vereinigt euch nicht! Macht einfach euren Job! Danke.

Mehr erledigt-Kolumnen finden Sie unter www.chrismon.de/erledigt

KAFFEE UND KOHLE

mahler

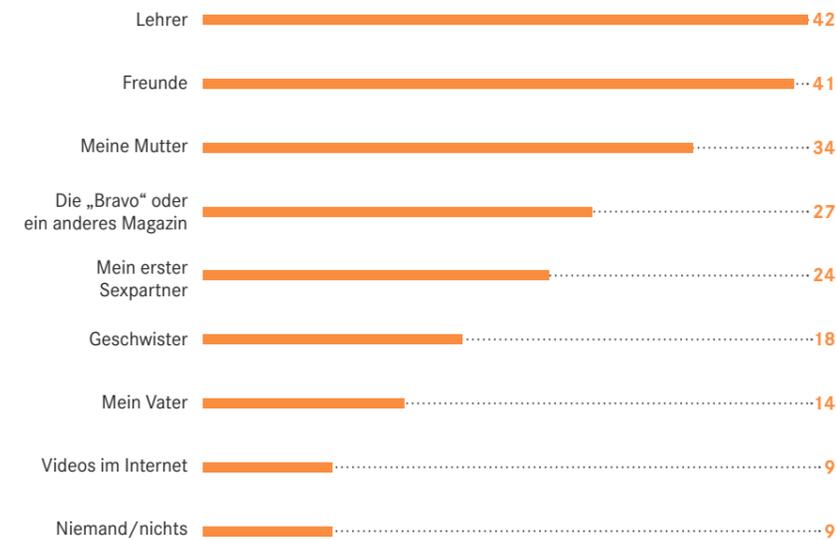


FOTO: KATRIN BINNER; ILLUSTRATION: NICOLAS MAHLER

Umfrage

„Papa, bringt der Storch die Babys?“

„Oh, ähm: Frag lieber mal die Mama, ja?“ – Und wie war das bei Ihnen: Wer oder was hat Sie aufgeklärt?



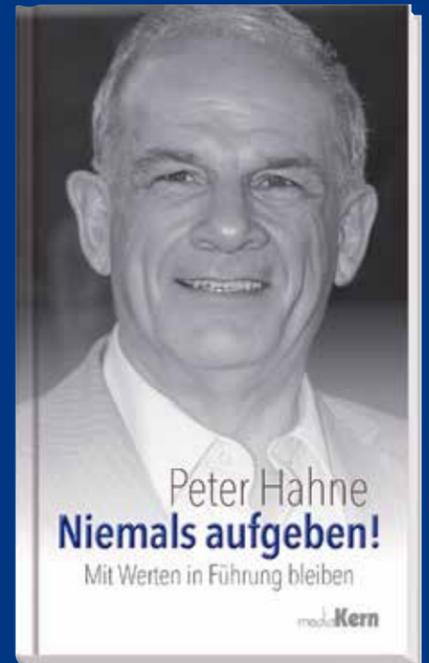
Alle Angaben in Prozent / Mehrfachnennungen waren möglich / Weiß nicht, keine Angabe: 3 Prozent.

Eher Mama als Papa: Ein Drittel der Befragten in unserer Umfrage hat von der Mutter erfahren, was es mit dem Sex auf sich hat. Nur gut jeder Siebte hat mit dem Vater darüber gesprochen. Immerhin, die Papas holen auf. Aber Tatsache ist: Eltern sind nicht die „Aufklärer Nummer eins“: Das sind – besonders bei jungen Leuten – die Lehrer. Und die Freunde.

Internet statt „Bravo“: Fast jeder Zweite aus der Altersgruppe der 50- bis 59-Jährigen sagt: „Mich hat die ‚Bravo‘ oder ein anderes Magazin aufgeklärt.“ Lange her – heute gibts das Internet. Von den 14- bis 29-Jährigen hat schon jeder Fünfte über Videos am Computer erfahren, was Sex ist – Tendenz wahrscheinlich steigend. Ab Seite 22 lesen Sie in der „Begegnung“, dass wohl fast jeder 18-Jährige Sexvideos im Netz guckt.

Quelle: EMNID-Institut im Auftrag von chrismon. Die vollständigen Ergebnisse der repräsentativen Umfrage (1002 Befragte) finden Sie unter www.chrismon.de/umfragen

Der NEUE Hahne



Nr. 5.121.005 · 160 Seiten € 9,95

Nach 7 Wochen bereits 9 Auflagen!

Top-aktuell, **Klartext** über Gott und die Welt, eine **Streitschrift** gegen Resignation und für eine Gesellschaft mit **christlichen Wurzeln**.

So aktuell ist die Bibel: konsequent und kompromisslos, **Kraftquelle** für den praktischen Alltag.

Das heimliche Thema: **Gehört das Christentum noch zu Deutschland?**

Kapitel um Kapitel mit heißem **Herzen** geschrieben.

»Schluss mit lustige über 100 Wochen«
»Rettet das Zigeuner-Schnitzel«
49 Wochen
auf der SPIEGEL-Bestsellerliste

mediaKern
im Kawohl Verlag
46485 Wesel · Tel 0281 96299-0
www.kawohl.de

Wegsehen hilft nicht

Warum es gut ist, wenn sich Deutschland für eine lange Zeit auf viele Flüchtlinge einstellt



Irmgard Schwaetzer, Bundesministerin a. D., ist Präses der Synode der Evangelischen Kirche in Deutschland und Herausgeberin des Magazins *chrismon*

Millionen Menschen haben sich auf den Weg gemacht, weil sie in ihrer Heimat keine Zukunft für sich und ihre Kinder sehen. In Syrien und im Irak herrscht Bürgerkrieg. In mehreren afrikanischen Staaten fehlt es an einer funktionierenden staatlichen Ordnung. Diktatoren unterdrücken brutal und unberechenbar jede Freiheit. In vielen Staaten herrscht Hunger. Nicht nur Skeptiker befürchten, dass sich die Lebensverhältnisse in etlichen Ländern nicht so rasch ins Positive verändern lassen.

Die meisten Flüchtlinge möchten so bald wie möglich in ihre Heimat zurückkehren. Deshalb bleiben sie in der Region ihres Heimatlandes. Von den vier Millionen Syrern auf der Flucht wurden die meisten in Jordanien und im Libanon aufgenommen, und sie werden nicht weiterziehen.

Andere Flüchtlinge suchen einen Neuanfang. Das gilt besonders für die religiös verfolgten Minderheiten – Christen vor allem und Jesiden. Aber auch Schiiten auf der Flucht vor den Terrormilizen des „Islamischen Staates“ und Sunniten aus dem Irak. Und Afrikaner auf der Flucht vor der grausamen Diktatur in Eritrea und anderen Ländern südlich der Sahara. Vielleicht eine Million Afrikaner warten in Libyen auf eine Möglichkeit, das Land zu verlassen. Kein Schutzzaun an den Grenzen Europas wird sie aufhalten, ihr Leben bei Wanderungen durch die Wüste oder bei Fahrten über das Mittelmeer zu riskieren.

Gibt es eine Chance, die Lebensbedingungen der Menschen in ihrer Heimat zu verbessern? In Addis Abeba beriet ein Gipfel über die finanziellen Mittel für die Entwicklungszusammenarbeit. Hier kann man mehr tun. Wir müssen auch mehr legale Wege nach Europa öffnen, benötigen ein Einwanderungsgesetz. Wir brauchen junge Menschen in Europa. Aber wird das die anderen aufhalten, die ohne Rechtsgrundlage zu uns kommen? Nicht,

solange sie sich nach Freiheit und einem sicheren Leben ohne Willkür sehnen.

Wegsehen hilft nicht weiter. Wir werden uns noch für eine lange Zeit darauf einstellen müssen, dass Menschen Schutz und Hilfe suchend zu uns kommen. Und möglicherweise werden es mehr und nicht weniger sein als heute.

Und wir müssen uns eingestehen, dass wir auf die Zuwanderung von Schutzsuchenden noch nicht vorbereitet sind. Es ist ein großes Glück, dass die Mehrheit der Bevölkerung eine positive Einstellung zu den Menschen hat, die zu uns kommen, dass sie helfen und eine wirkliche Kultur des Willkommens entwickeln. Jetzt geht es darum, die Realität zu sehen und mutig eine menschliche Flüchtlingspolitik zu gestalten.

Aber wir müssen auch vorhandene Ängste sehen und sie ernst nehmen. Zu einer gefestigten Demokratie wie der deutschen gehört es, die Veränderungen, wie sie die Flüchtlinge von uns erfordern, offen zu beraten und zu beschließen. Offenheit brauchen wir auch in der Frage, wie viele Menschen in Zukunft zu uns kommen werden. Das ist mühsam, aber die einzige Chance, den inneren Frieden zu bewahren.

Dazu gehört eine mutige Zivilgesellschaft, die sich dem politischen Missbrauch vorhandener Ängste entgegenstellt. Hier liegt eine zentrale Aufgabe der Christen. Sie können deutlich machen, dass sich christliche Nächstenliebe gegenüber den Zuwanderern und politische Vernunft nicht widersprechen. Es ist vernünftig – schon aus demografischen Gründen –, Menschen in unsere Gesellschaft aufzunehmen. Es ist vernünftig, Menschen zu helfen und sie so der Gefahr zu entziehen, sich zu radikalisieren. Vernunft und Nächstenliebe gehören beide zu einer vorausschauenden Flüchtlingspolitik, die sich auf eine wachsende Zahl von Zuwanderern einstellt.

FOTO: THOMAS MEYER/OSTKREUZ



Dubai

Von Antalya bis nach Dubai kreuzen.

Erleben Sie eine Reise von der Türkei durch die arabische Welt mit prachtvollen Bauwerken, spektakulären Fels- und Wüstenlandschaften, beeindruckenden Unterwasserwelten und traumhaften Stränden.

Ihr Premium-Plus-Schiff: Mein Schiff 1 oder Mein Schiff 2

An Bord erwartet Sie eine Wellnesslandschaft mit Saunen sowie ein großer Sport- und Cardiobereich sowie Outdoor-Sportflächen mit freier Sicht auf das Meer. Kulinarisch stehen Ihnen zahlreiche Restaurants und Bistros zur Auswahl, ob Service am Platz oder Buffet, Steak, Meeresfrüchte und Fisch, Pizza, Pasta oder Sushi, die Mein Schiff 1 und 2 bieten für jeden das Richtige. Für genügend Unterhaltung sorgen atemberaubende Shows im bordeigenen Theater und die Bibliothek. In den zahlreichen Lounges und Bars haben Sie die Möglichkeit, sich zurückzuziehen oder zur Musik zu tanzen. Hinweise: Hotel-, Schiffs- und Freizeiteinrichtungen teils gegen Gebühr. Vor Ort buchbare Ausflüge werden durch unsere Reiseleitung nur vermittelt.

Premium Alles Inklusiv an Bord

Alles Inklusiv in den Restaurants Atlantik, Buffet-Restaurant Anckelmannsplatz, GOSCH Sylt, Bistro La Vela und Cliff 24 Grill sowie eine vielfältige Auswahl an Markengetränken wie Softdrinks, Bier, Sekt und Wein (offene Weine und Flaschenweine), Cocktails und Longdrinks, Spirituosen und vieles mehr.

Weitere Kreuzfahrt-Highlights

Diese Reise gibt es auch in umgekehrter Reihenfolge von Dubai nach Antalya im März 2016 mit der Mein Schiff 2 ab 1.599 € pro Person. Genaue Informationen finden Sie unter: www.berge-meer.de/K8Q063

Unser Partner



Einreisebestimmungen für deutsche Staatsangehörige

Bei Ausreise noch mindestens 6 Monate gültiger, maschinenlesbarer Reisepass. Für die Vereinigten Arabischen Emirate besteht eine Visumpflicht, erhält bei Einreise, kostenfrei für 30 Tage. Ein Visum für Ägypten erhalten Sie an Bord. Staatsangehörige anderer Länder wenden sich bitte an die zuständige Botschaft.



TERMINE UND PREISE 2015 pro Person		
Abflughafen	Frankfurt	
Termin	26.10.2015	13.11.2015
Kabinenkategorie	Preise	
Schiff	Mein Schiff 1	Mein Schiff 2
Reise-Code	K8Q062	K8Q063
2er Innenkabine	1.549 €	1.649 €
2er Außenkabine	1.849 €	1.949 €
2er Balkonkabine	2.249 €	2.349 €
KENNZIFFER: 103/216		



Premium-Plus-Schiff Mein Schiff 1

Buchung & mehr Informationen

- 16-tägig inkl. Flug
- Premium-Plus-Schiff
- Premium Alles Inklusiv an Bord
- Die Wüstenmetro-pole Dubai erleben

ab **1.549€**
pro Person in der
2er Innenkabine

Direktlink: www.berge-meer.de/K8Q062

Direktlink: www.berge-meer.de/K8Q063

Inklusivleistungen

- Charterflug mit Zwischenstopp mit renommierter Fluggesellschaft nach Antalya und von Dubai zurück in der Economy Class
- Transfers und Kreuzfahrt gemäß Reiseverlauf
- 15 Übernachtungen an Bord des Premium-Plus-Schiffes Mein Schiff 1 oder Mein Schiff 2
- Unterbringung in der gebuchten Kabinenkategorie
- Premium Alles Inklusiv an Bord (wie beschrieben)
- Trinkgelder an Bord
- Ein- und Ausschiffungsgebühren in allen Häfen

Wunschleistungen pro Person

- Zuschlag Doppelzimmer/-kabine zur Alleinbelegung
- Termin am 26.10. mit Mein Schiff 1 1.049 €
- Termin am 13.11. mit Mein Schiff 2 1.089 € (auf Anfrage buchbar)

Zusatzkosten pro Person

- Visum Ägypten ca. 20 € (wird vor Ort ausgestellt und dem Bordkonto belastet)

DURCHFÜHRUNG GARANTIER!



KEINE AHNUNG

Oder auch: kein Plan. Jugendliche wissen oft ziemlich lange nicht, wo's langgeht. Andere finden es oft umso schneller raus. Die Freundinnen Lisa, Maria und Stella und die Zwillinge Jenny und Polina über das Erwachsenwerden

Protokolle: Mareike Fallet Fotos: Sandra Stein

Plötzlich selbstbewusst.
LISA mit 15 und mit elf (links)



LISA, 21 JAHRE



Eine Zeit lang hatte ich ein paar obercoole Mitschüler, die mich sehr genervt haben – ich war 15 und schüchtern und hatte Liebeskummer. Da färbte ich mir die Haare rot. Alle starrten mich an, und plötzlich war es mir egal, was sie von mir hielten.

Ich war eine gute Schülerin. Trotzdem hatte ich oft das Gefühl, meine Zeit abzusetzen. Die Lehrer haben uns zu sehr vorgegeben, wie wir zu denken und was wir zu tun haben.

Heute ärgere ich mich, dass ich mich dem immer gefügt habe. Wie gut, dass ich meine Freundinnen hatte, mit denen ich das alles besprechen und analysieren konnte!

Natürlich hätte ich gleich nach dem Abi anfangen können zu studieren. Aber ich hätte mich wie betäubt gefühlt. Ich will nicht immer nur an morgen oder übermorgen denken, sondern auch die Gegenwart genießen. Letztes Jahr war ich für drei Monate in Vietnam. Einen Teil der Reise habe ich allein bewältigt, einen Teil mit Freunden. Komplett auf mich gestellt – das war ein ziemlicher Schock. Ich habe wenig geschlafen, mir eine Lebensmittelvergiftung eingefangen, musste ins Krankenhaus. Aber ich habe gelernt, auf mich selbst zu vertrauen, auf meinen Instinkt zu hören.

Erwachsen werden stelle ich mir so vor: Aus einem Keimling wird ein Baum, der Stamm wird immer dicker, je mehr man erlebt. An meinem Baum wachsen gerade die ersten Früchte.

Zurück aus Vietnam suchte ich mir eine eigene kleine Wohnung, und ich habe mich getraut, einen Kellner-Nebenjob anzunehmen. Vorher hatte ich immer Angst, falsch abzukassieren und Verluste zu haben. Aber nun kann ich mir sogar Geld zurücklegen. Davon buche ich mir bald einen Spanischkurs – am liebsten in Peru, Bolivien oder Chile. Ich würde die Reise auch gerne mit meinem Freund machen, aber der hat vor, nach Afrika zu gehen. Und das möchte ich nicht.

Meine Eltern fragen ab und zu, wie es weitergeht bei mir, aber solange ich einen Plan habe, sind sie zufrieden: Gerade mache ich ein freiwilliges soziales Jahr in einer Werkstatt für Behinderte, später möchte ich Kunsttherapie in Holland studieren. Überhaupt haben sie viel richtig gemacht. Ich bin bei meiner Mutter aufgewachsen, sie ist ein bisschen chaotisch, aber sie hat ein großes Herz. Es gibt diesen Spruch „Good moms have sticky floors, dirty ovens and happy kids“ – so war es bei uns. Papa war genauso locker. Auch er hat nie etwas über meinen Kopf hinweg entschieden.

Mit 16 wollten Maria und ich unbedingt auf diese Silvesterparty, wir sollten kurz nach zwölf zu einem Bekannten fahren, um dort zu übernachten. Unsere Eltern verlangten, dass wir sie von dort aus anrufen. Das taten wir. Und fuhren mit dem Taxi zurück zur Party. Meine Mutter hatte gehaut, dass wir schwindeln würden und war nicht sauer. Sie hat es oft geschafft, Verständnis für mich aufzubringen und immer begründet, warum sie etwas verbietet. Weil sie Angst um mich hatte. Oder weil ich, 13-jährig, mit knallroten Lippen und blauem Lidschatten sehr albern aussah. Widerwillig rubbelte ich die Schminke von meinem Gesicht. „Irgendwann wirst du es mir danken“, sagte sie. Und das stimmt!



MARIA mit zwölf (links) und 14 – damals war sie echt wild

MARIA, 22 JAHRE



Mein Vater zog ins Ausland, als ich 13 war, und meine Mutter und ihr neuer Mann bekamen noch eine Tochter. Ich fühlte mich total verloren. Einmal durfte ich nicht auf eine Party, auf die ich unbedingt wollte, da warf ich vor Wut alles, was ich greifen konnte, aus meinem Zimmerfenster im ersten Stock. Krimskrams, Zettel, Stifte.

Ich war echt wild. Mit 14 lief ich mit ein paar Freunden durch einen U-Bahntunnel. Wir starteten an einer Haltestelle und wussten, in einer Viertelstunde kommt die nächste U-Bahn. Das schaffen wir locker, dachten wir. Dann standen wir in der Mitte des Tunnels, alles dunkel. Links und rechts von den Gleisen war

kaum Platz. Und meine Uhr sagte: In einer Minute kommt die Bahn. Wir sind so gerannt wie noch nie, knapp haben wir es geschafft. Ich hatte Puddingbeine. Ein Jahr später erzählte ich meinem Vater davon. Er war schockiert, „spinnst du“, brüllte er mich an. Aber das hätte es gar nicht gebraucht, nie wieder habe ich so etwas Bescheuertes gemacht. Ich verliebte mich in einen Jungen vom Land und verbrachte die nächsten fünf Jahre fast jedes Wochenende dort – mit einer Clique von Dorfjungen im Wald oder in der „Bar“, einem ehemaligen Kuhstall. Meine Freundin Lisa kam oft mit. Dort fühlte ich mich nicht mehr verloren. Nach der elften Klasse schmiss ich das Gymnasium und machte ein freiwilliges soziales Jahr in einer Waldorfschule für behinderte Kinder in eben diesem Dorf und zog in eine Einzimmerwohnung. Ich ließ mich nicht von dieser Entscheidung abbringen und meine Mutter verstand das auch irgendwann. Mein Vater unter-



ÜBER DAS BUCH

Wie geht es dir? – Keine Ahnung. – Was möchtest du essen? – Keine Ahnung. – Was willst du machen? – Keine Ahnung. Die Kölner Fotokünstlerin Sandra Stein hat dieses Gefühl, das viele in der Pubertät haben, eingefangen – in Porträts von Stella, Lisa, Jenny und anderen Mädchen, die sie mehr als zehn Jahre lang immer wieder getroffen hat. „Keine Ahnung“, so heißt auch Sandra Steins Buch, das gerade erschienen ist, und das eine Auswahl dieser Fotos zeigt (Kettler, 26 Euro).

stützte mich aus der Ferne. Meine Eltern sind Künstler. Sie sind für mich Vorbild, nur das zu tun, was das Herz einem sagt.

Nach dem sozialen Jahr wusste ich, dass ich Soziale Arbeit studieren möchte. Ich sah plötzlich einen Sinn in dem, was ich tue. Also zog ich zurück zu meiner Mutter und ging wieder zur Schule, diesmal auf eine Gesamtschule. Dort war es ganz anders als auf dem Gymnasium, nicht so elitär, nicht so viel Druck. Die Schulleiterin, bei der ich Sozialwissenschaftsunterricht hatte, beeindruckte mich. Sie war total engagiert, ich ging richtig gerne hin!

Zum Abiball kam auch mein Vater, und die folgenden zwei Monate verbrachte ich mit ihm in Süditalien, wo seine Wurzeln liegen. Erinnerungen an viele Urlaube mit Nonna und Mama kamen hoch – auch meine Wurzeln liegen ja dort. Ich verliebte mich in einen Felsenpringer und wollte in Italien studieren.

Dann starben innerhalb weniger Tage meine deutschen Großeltern. Ihr Tod riss

mir den Boden unter den Füßen weg. Ich merkte: Mir fehlt die Heimat. Vor einem Jahr zog ich in ihr nun leer stehendes Haus und gründete dort eine WG. Ich bin verantwortlich dafür, dass meine vier Mitbewohner ihre Miete bezahlen, dass die Mülltonne rechtzeitig am Bürgersteig steht, dass der Rasen gemäht wird. Dafür wohne ich umsonst.

Ich warte auf eine Studienplatzzusage für Soziale Arbeit und habe gerade einen Permakultur-Designkurs in Italien gemacht. Im Moment kann ich mir gar nicht vorstellen, für drei Jahre in einer Großstadt zu studieren; das würde mir die Freiheit nehmen, auch weiterhin zwischen Italien und Deutschland zu pendeln.

Erwachsen – das klingt so abgeschlossen, so fertig. Das will ich gar nicht sein. Vielleicht gibt es das ja auch gar nicht.

Mein Traum ist, mal einen Bauernhof zu haben und damit unabhängig zu sein vom normalen Leben. Mit eigenem Brunnen, eigenem Strom, mit Tieren und Gemüse.

JENNY UND POLINA (rechts)
mit elf Jahren auf der Terrasse
des Asylbewerberheims



POLINA UND JENNY, 22 JAHRE

Polina: Mit elf sind wir aus Moskau nach Deutschland gezogen, es war Dezember 2004. Wir wollten Moskau nicht verlassen, aber unsere Eltern schon. Es gab heftige Streite zwischen uns. Wir fühlten uns wohl in unserer Schulklasse, hatten viele Freunde. Und dann sagten unsere Eltern noch, wir würden bestimmt ein Jahr oder länger nicht zurückkommen.

Jenny: Wir haben fürchterlich geweint. In Moskau gehörten wir zu den Coolen, hier waren wir die Neuen, die die Sprache nicht beherrschten. Die anderen haben uns für unseren Akzent ausgelacht. Aber das hat uns nur angespornt, schneller Deutsch zu lernen. Es hat eineinhalb Jahre gedauert, bis wir Anschluss gefunden haben. Judo hat uns geholfen. Das machten wir schon in Moskau – wie gut, dass es fast ohne Sprache geht.

Polina: Andere Migrantenkinder sagten, sie seien neidisch auf uns gewesen, weil wir ja wenigstens uns hatten. Das stimmt. Wir waren schon immer sehr eng, aber diese Zeit hat uns noch mehr zusammengeschweißt.

Jenny: Überhaupt unsere ganze Familie. Im Asylbewerberheim wohnten wir sieben Monate lang mit unseren Eltern auf zehn Quadratmetern – zwei Stockbetten, ein kleiner Tisch, ein Waschbecken. Das war komisch, in Moskau haben wir unseren Vater kaum gesehen, er war als Wirtschaftsinformatiker viel unterwegs gewesen. Und plötzlich war er ständig da. Wir haben viel als Familie unternommen, wir sind spazieren gegangen.

Polina: Aber unser Dad konnte kaum was mit uns anfangen. Wahrscheinlich wären Söhne für ihn besser gewesen. Noch schlimmer wurde es, als wir mit 15 in diese Tussiphase gerieten. Wir trugen tiefe Ausschnitte und Stöckelschuhe.

Jenny: Und im Judo haben wir jede Trinkpause genutzt, runter zu rennen in die Umkleiden und uns nachzuschminken. Unser Trainer erzählt das heute noch gern. Nach einer Weile wurden wir wieder seriös, von ganz allein. Zu der Zeit wurden meine Schulnoten ein bisschen schlechter. Da sagte Papa: Wenn das mit der Schule nicht klappt, darfst du nicht mehr ins Judo. Das war eine schlimme Drohung. Judo war alles für mich; ist es heute noch.

Polina: Zu mir sagte er mal, du willst doch nicht als Putzfrau enden, oder? Dabei wollten wir unsere Eltern nicht belasten. Wir haben uns selbst unter Druck gesetzt – um ihnen zu beweisen, dass sie ihre Existenz in Moskau nicht umsonst aufgegeben hatten. Sie wollten uns eben eine gute Ausbildung ermöglichen.

Jenny: Ja. Bloß keine Unruhe verursachen. Wir waren Streber und haben die zehnte Klasse übersprungen. Das war wirklich keine Feierjugend! Meinen ersten Freund hatte ich mit 17, mehr als Händchenhalten war da nicht.

Polina: Jenny war die Rebellin bei uns, sie hat Türen geknallt und mit unseren Eltern gestritten...

Jenny: ... und du hast dann davon profitiert! Das Größte, das ich ausgefochten habe, war, dass wir ausziehen durften. Allerdings waren wir da schon 19. Unsere Eltern wollten das überhaupt >



JENNY UND POLINA (rechts)
mit 17, ein Jahr vor dem Abitur

nicht. Unser Dad sagte, das habt ihr doch gar nicht nötig, das ist rausgeschmissenes Geld!

Polina: Und als Jenny anfing, mit ihnen zu streiten, sagte ich: Ach, ich muss eigentlich gar nicht woanders wohnen.

Jenny: Da war ich vielleicht sauer! Am Ende zogen wir doch aus – in eine winzige Bruchbude. Unsere Mutter sagte, wir sollten die Finger davon lassen, sie sei übersteuert. Aber wir wollten sie unbedingt!

Unser Dad sagte dann zu Mama: Lass sie, sie müssen ihre Fehler machen, sonst lernen sie nicht. Viele Monate später haben wir ihnen gesagt, dass sie recht hatten. Aber solange Fehler nicht lebensbedrohlich sind, sollte man sie auch machen dürfen.

Polina: Das Gute an unserer eigenen Wohnung ist, dass unsere Eltern wieder wie Frischverliebte sind – vielleicht, weil sie sich nicht mehr so auf uns konzentrieren.

Sie fragen uns nicht mal mehr, ob wir mit in den Urlaub wollen. Neulich waren sie in Norwegen – ohne uns. Dabei wollte ich da schon immer mal hin. Jenny und ich sind umgezogen in eine schönere Wohnung. Näher zu der Klinik, in der wir nebenbei arbeiten. So müssen wir beim Frühdienst nicht mehr um vier Uhr aufstehen, sondern erst um kurz vor fünf.

Jenny: Manchmal besuchen wir auch unsere Großeltern. Sie können kaum Deutsch. Seit wir einigermaßen Deutsch konnten, mussten wir ihnen und unseren Eltern bei Behördengängen helfen oder beim Arzt übersetzen. Wenn ich stattdessen lieber eine Freundin treffen wollte, ging das eben nicht.

Polina: Das hat unserer Persönlichkeit auch nicht geschadet. Nee. Unseren Persönlichkeiten, oder Jenny?

Jenny: Stimmt. Am schlimmsten war, wenn ich doch mal geizig habe, und die Eltern sagten: Ihr wisst doch, dass wir eure Hilfe brauchen! – und ich es wieder herausgefordert hatte, dass sie mich anbetteln müssen.

Polina: Manchmal habe ich bei Schulfreunden gedacht: Was habt ihr eigentlich für Probleme – mal ein paar Tage Internetverbot, pah. Das hatten wir auch.

Jenny: Ich habe lange Tagebuch geschrieben, und mit 15, also vier Jahre, nachdem wir umgezogen waren, schrieb ich, dass ich es sehr bereue, nach Deutschland gekommen zu sein, dass meine Eltern mir deswegen die Jugend zerstört hätten. Heute kann ich sagen: Das stimmt nicht. Im Gegenteil, wir wollen die deutsche Staatsbürgerschaft beantragen. Und für immer hier bleiben.

Polina: Sechs Semester Zahnmedizinstudium haben wir schon hinter uns. Ich bin wahrscheinlich mit 25 fertig.

Jenny: Und ich werde noch Humanmedizin draufsatteln, um Gesichts- und Kieferchirurgin werden zu können. Eine Familie möchte ich auch haben. Aber nicht jetzt. Unsere Mutter war so alt wie wir, als sie uns bekam. Unvorstellbar! Für meinen Freund habe ich ohnehin zu wenig Zeit.

Polina: Ich habe keinen Freund. Jetzt ist eben die Ausbildung wichtig.



POLINA



JENNY



STELLA – mit 13 (links) fühlte sie sich wie eine Außerirdische. Später tönnte sie sich die Haare braun – wegen Uschi Obermaier



STELLA, 21 JAHRE



Ich bin bei meinem Vater aufgewachsen. Als ich sechs Jahre alt war, hat er mich zu sich genommen. Meine Mutter war krank und konnte sich nicht um mich kümmern. Ich habe sie damals nur alle zwei Wochen ein paar Stunden gesehen.

Papa hat viel gearbeitet, anfangs haben sich Kindermädchen um mich gekümmert.

Meine Freundinnen waren sehr wichtig für mich. Als ich 13 war, war Maria schon mitten in der Pubertät. Ich wollte so gerne dazugehören zu ihr und ihrer Clique. Aber ich war sehr brav, tat immer, was mein Vater sagte, hatte Angst davor, Ärger zu bekommen. Das änderte sich bald. Mein Vater sollte mir nichts mehr sagen!

Einerseits spielte ich noch mit meinen Kuschelschafen, andererseits interessierten

wir uns für Jungs und tranken heimlich Alkohol. Mischbier, keine harten Sachen; das kam erst später. Inzwischen waren wir eine Clique aus sechs Mädchen, wir hörten Pussycat Dolls, Sido und Bushido, hingen den ganzen Sommer über im Freibad herum, und die Mädels übernachteten wochenlang bei mir. Einmal bemalten wir unsere Körper von oben bis unten mit Edding.

Ich war dürr, hatte keine Brüste – aber alle anderen schon! Und schließlich bekam ich auch noch eine Zahnsperre. Ich war oft traurig. Zu der Zeit ging ich zur Realschule, die anderen nannten mich Lisa Plenske – wie die Hauptdarstellerin der Fernsehserie „Verliebt in Berlin“. Papa sagte zwar, ich sei doch hübsch. Aber das nimmt man nicht wahr. Man steht nicht vor dem Spiegel und denkt, das wird schon. Überhaupt habe ich immer gedacht, ich bin versehentlich auf diesem Planeten gelandet. Ich habe mich so fremd auf der Welt gefühlt, wie eine Außerirdische.

Mit 14 bekam ich Kontaktlinsen, die Zahnsperre kam weg – und ich war ein

neuer Mensch. Im Urlaub auf Korsika habe ich zum ersten Mal geknutscht. Zum 15. Geburtstag bekam ich ein Buch über Uschi Obermaier. Sie ist mein Vorbild. So freizügig, wild und selbstbestimmt wäre ich auch gern. Wegen ihr tönnte ich mir mal die Haare braun.

Mit Papa stritt ich viel, ich kam und ging, wann ich wollte. Ich krieg' es schon selber hin, brüllte ich ihn an, wenn er wieder sagte, ich müsste im Haushalt selbst besser sehen, was zu tun ist – und es dann auch erledigen. Manchmal zog ich aus, wohnte bei Freunden, zog ein paar Wochen später wieder zurück.

Ich wechselte aufs Gymnasium, aber ich schwänzte oft – ich war viel auf Techno-partys unterwegs und tagsüber sehr müde. Die Schule warf mich raus, als ich in der elften Klasse war, das Abi habe ich nun nicht. Das finde ich nicht schlimm. In der Zeit ging es mir einfach nicht gut, es sollte wohl nicht sein.

Früher wollte ich mal Rapperin werden. Dann Schauspielerin, Maskenbildnerin,



Für **Mareike Fallet**, 39, waren in der Jugend Freundinnen auch sehr wichtig. Zu einer, Isa, ist leider der Kontakt abgerissen.



Sandra Stein, 42, fand ihre eigene Pubertät oft verstörend. Vielleicht konnte sie sich deshalb so gut in die Mädchen hineinversetzen.



Sandra Stein erzählt von ihrem Fotoprojekt und wir zeigen noch mehr Bilder unter chrismon.de/erwachsen-werden

Köchin. Und jetzt: keine Ahnung. Hebamme vielleicht?

Einen Platz im Leben zu finden ist nicht leicht. Eltern, Lehrer, das Fernsehen: Alle wissen, wie man zu sein hat. Meiner Mutter geht es um Materielles, man soll genug Geld haben, um gut für sich sorgen zu können. Meinem Vater ist es wichtig, dass ich mein Potenzial ausschöpfe – ich könnte auch Revolutionärin sein, Hauptsache, es entspricht mir.

Natürlich frage ich mich, ob ich alles aus meinem Leben heraushole, was rauszuholen ist. Und wohin mich das alles führt. Ich möchte doch nur die Welt schöner machen, als ich sie angetroffen habe.

Zur Zeit wohne ich in Marias WG. Ich habe einen Freund. Und ich arbeite in einer Burger-Bude, Küche, Service, das Geld reicht zum Leben. Aber für die große Reise, die ich noch machen möchte, reicht es leider nicht. Also werde ich mir einen zweiten Job suchen. Ich brauche viel Zeit für die Dinge – aber irgendwann tue ich das, wovon ich rede.



Dranbleiben oder loslassen? Wenn aus der Muße ein Muss wird

Arnd Brummer ist Chefredakteur von **chrismon**

Manchmal – ich gebe es nur ungern zu – habe ich einfach keinen Kopf zum Lesen. Nicht einmal fernsehen mag ich dann. Und mit anderen reden? Schon gar nicht. Ruhe! Aber schlafen kann ich auch nicht. Und nur rumhocken und Musik hören – nee! Dann nehme ich eines meiner Sudokuhefte zur Hand. Nicht zu schwer und nicht zu leicht, die mittlere Kategorie der Zahlenrätsel. „Niederschwellige Beschäftigung entspannt den Kopf“, kommentiert das mein Freund Manfred. Und der muss es als Psychiater schließlich wissen.

Aber vorgestern bin ich schier verzweifelt. Ein Rätsel der leichteren Art sollte das sein? So stand es wenigstens oben rechts auf der Seite. So ein Ding löse ich normalerweise in zehn Minuten. Und jetzt machte ich schon mehr als eine halbe Stunde dran rum. Der Ärger stieg in mir auf. „Ich krieg’ das doch gebacken“, knirschte ich mit zusammengebissenen Zähnen. Dranbleiben! Nicht aufgeben! Weitermachen!

Man kennt das. Die Sprüche der Eltern, der Lehrer. Sie sitzen tief im Gemüt. Und vor diesen imaginären Instanzen im eigenen Selbst begänne man sich doch zu schämen, legte man das Rätsel einfach weg. Also, Arnd! Wäre doch gelacht! Ja!

Ich warf das Heft in die Ecke und holte mir ein Glas Wein. Ich schaute in den sommerlichen Abendhimmel. Dann klingelte das Telefon. Mein Cousin war dran, den ich sicher schon ein halbes Jahr nicht mehr gesprochen hatte. Wir plauderten über dies und das. Er erzählte von seinem jungverheirateten Sohn und ich von unserem Sohn und seinem Studium. Während wir sprachen, fischte ich mein Sudokuheft aus der Zimmerecke neben der Stehlampe.

Dann beendeten wir das Telefonat mit herzlichen Grüßen an Ehepartnerinnen, Brüder und Schwestern. Noch ganz beschäftigt mit dem, was mir Vetter Hans gerade mitgeteilt hatte, blätterte ich im Rätselheft, kam auf die Seite mit dem Ärger-Sudoku. Nahezu geistesabwesend sah ich, wie meine Hand den Stift ergriff und unten rechts die Zahl 5 eintrug, genau dort, wo sich mein Ärger aufgebaut hatte. Innerhalb von ein, zwei Minuten schloss mein Stift – 7, 9, 7, 3 – alle anderen Lücken. Perfekt gelöst!

Aber wie? Für Psychiater Manfred kein großes Thema. Als ich ihm die Sudokuszene schilderte, kommentierte er: „Du hast erlebt, was der Volksmund ‚verbohrt‘ nennt. Du hast jede Distanz und Lässigkeit verloren. Dir fehlte die Muße, stattdessen ergriff dich der Grimm des Musses!“ Ja, gut! Ich danke ihm ein wenig ironisch für die weise Bewertung.

Auf den Heimweg musste ich allerdings – mir und ihm – eingestehen: Genau so war es. Aber warum nur? Aus verletzter Eitelkeit? Schließlich war ich der Einzige, vor dessen innerem Auge ich versagt hatte. Oder waren es doch die bereits beschriebenen Geister der einstigen Autoritäten, die mich noch immer begleiteten?

Einen gab es in der Galerie der ehemaligen Pädagogen, der uns junge Leute dereinst gegen jede preußische Disziplin unterrichtet hatte. Einen Kunstlehrer, natürlich. Als er uns die Freskenmalereien von Michelangelo, Raffael oder Tiepolo erklärte, die ja auf feuchtem Putz entstanden waren, meinte er:

„Das musste schnell gehen. Und da lagen sie auf ihren hohen Gerüsten, zwanzig Meter über dem Boden und nicht mal einen halben Meter von ihren

Bildern entfernt. Und dann fragt man sich, wie die imposante Gesamtwirkung entstand. So dicht am Gemälde hatten die doch gar keine Übersicht.“

Und deshalb, fuhr er fort, sei es wichtig gewesen, dass die Künstler mal den Pinsel weggelegt hätten und von dem hohen Gerüst gestiegen seien. „Von unten gucken, wie das da oben wirkt. Distanz einnehmen. Und dann mal rausgehen aus dem Gebäude und in die Sonne blinzeln. Das erhellt und erhält die Kreativität.“

Danke, fuhr es mir durchs Hirn. Nach vierzig Jahren! Wer Rätsel lösen will, sollte nicht immer dranbleiben, sondern durchaus mal loslassen. Gleichgültig ob er Deckenfresken malt oder Sudokuhefte vollschmiert. Manfred war übrigens mal ein Klassenkamerad.

„Freunde. Freundinnen. Freundschaft.“ Ein Lesebuch. Herausgegeben von Arnd Brummer. Bei der edition chrismon erhältlich (über die Hotline 0800 / 2474766 oder unter www.chrismonshop.de).

» Ob Deckenfresken oder Sudoku – Distanz macht locker

Reise-Code **biba**

4 Tage HALBPENSION PLUS schon ab € **119,-** p.P.

Inklusivleistungen

- ✓ 3/4/7 Übernachtungen
- ✓ 3/4/7 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 2/3/6 x Teatime (15–16 Uhr)
- ✓ 3/4/7 x Abendessen als 3-Gang-Menü (oder Buffet) mit Salatbuffet
- ✓ Begrüßungsgetränk
- ✓ täglicher Eintritt in die Poseidon-Therme (regulärer Tagespreis € 15)
- ✓ Nutzung des Fitnessraums
- ✓ Verleih von Nordic-Walking-Stöcken (n. V.)
- ✓ Teilnahme an geführten Sportprogrammen (nach Aushang im Hotel)
- ✓ 1/3/4 x Wassergymnastik und Aqua-Relaxing in der Poseidon-Therme (Mo–Fr)
- ✓ 10 % Rabatt auf Massagen/Kosmetikanwendungen

Termine & Preise pro Person im DZ/EZ

Saison	3 Nächte	4 Nächte	7 Nächte
	Anreise: täglich		
*letzte Rückreise			
08.11. - 17.12.15*	€ 119,-	€ 149,-	€ 249,-
23.08. - 07.09.15, 01.10. - 07.11.15	€ 139,-	€ 179,-	€ 269,-
08.08. - 22.08.15, 08.09. - 30.09.15	€ 159,-	€ 199,-	€ 299,-

Bayerisches Bäderdreieck

Bad Füssing – Bad Birnbach – Bad Griesbach
Hotel Resort Birkenhof in Bad Griesbach

Der Luftkurort punktet mit vielen Sonnenstunden, mildem Schonklima und gesundem Thermalwasser.

Lage: Nur wenige Gehminuten vom Thermalbad Bad Griesbach entfernt befindet sich Ihr Hotel.
Ausstattung: Das Hotel besteht aus zwei Gebäuden und verfügt über Restaurant, Terrasse, Bar und Fitnessraum. Die hauseigene Poseidon-Therme erreichen Sie bequem durch einen Bademantelgang. Die 1600 m² große Badelandschaft

bietet Außenpool, Thermalbecken, Whirlpool, Kneipp-Tretbecken, Dampfgrotte, Trinkbrunnen, Infrarotkabine, Liegewiese, Massagen und Kosmetikanwendungen.
Unterbringung: Die Zimmer sind mit Dusche/WC, TV, Telefon, Safe, Minibar, Sitzecke, WLAN und Doppelbett oder getrennten Betten ausgestattet.
Hinweise: Tiefgarage: € 4,50/Tag (nach Verfügbarkeit) ■ Kurtaxe: € 2,80 pro Person/Tag



Teutoburger Wald / Bad Salzuflen

Arcadia Hotel Schwaghof in Bad Salzuflen

Frische Meeresluft mitten in Deutschland! Bekannt durch seine heilsamen Solequellen, bietet das Salzsiederstädtchen Luft und Wasser wie an der See.

Lage: Das Hotel liegt in herrlicher Natur im Kurort Bad Salzuflen, neben einem Golfplatz. Die Vital Sol Therme befindet sich ca. 5 Minuten, die Bali Therme in Bad Oeynhausen ca. 20 Minuten entfernt.

Ausstattung: Das Hotel verfügt über Restaurant, Bar, Terrasse, Aufzug, WLAN, Kegelbahn, Tennisplätze sowie einen Wellnessbereich mit Sauna und Hallenbad. Massagen,

Kosmetik- und Reikibehandlungen werden angeboten.
Unterbringung: Alle Zimmer bieten Bad oder Dusche/WC, Fön, TV, Telefon und WLAN (Familienzimmer mit zwei Schlafzimmern und Wohnraum).
Ermäßigungen: 1–2 Kinder 0–11,9 Jahre FREI, 12–15,9 Jahre 50 %. Unterbringung im Familienzimmer bei zwei Vollzahlern.
Hinweise: Kurtaxe: € 2,90–3,20 pro Person/Tag (saisonabhängig) ■ Kein Einzelzimmer-zuschlag!

Reise-Code **arsc**

3 Tage HALBPENSION schon ab € **99,-** p.P.

Inklusivleistungen

- ✓ 2/3/5 Übernachtungen
- ✓ 2/3/5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- ✓ 2/3/5 x Abendessen als 3-Gang-Menü oder Buffet
- ✓ Leihbademantel
- ✓ Wellnessbereich mit Schwimmbad und Sauna
- ✓ Nutzung von Kegelbahn und Tennisplätzen
- ✓ WLAN
- ✓ Informationen über die Region
- ✓ Hotelparkplatz (nach Verfügbarkeit)

Termine & Preise pro Person im DZ/EZ

Saison	2 Nächte	3 Nächte	5 Nächte
	Anreise: täglich		
*letzte Rückreise			
08.08. - 20.12.15, 04.01. - 31.01.16, 11.02. - 20.03.16, 29.03. - 24.04.16, 01.07. - 31.08.16, 04.10. - 20.12.16*	€ 99,-	€ 149,-	€ 239,-
01.02. - 10.02.16, 21.03. - 28.03.16, 25.04. - 30.06.16, 01.09. - 03.10.16	€ 109,-	€ 159,-	€ 249,-

Viel geiler als in echt

Orgasmen vor dem Computer sind leicht zu haben. Aber was ist mit der Freundin? Die **Therapeutin** und der **Theologe** über Kirche, Sex und Pornos

Ann-Marlene Henning, 50, ist Sexologin und Paartherapeutin. Sie hat eine Praxis in Hamburg-Eppendorf und moderiert die TV-Dokumentarreihe „Make Love“ im ZDF. Ihre Aufklärungsbücher „Make Love“ und „Make more Love“ (Rogner & Bernhard) für Jugendliche und Erwachsene sind hochgelobt. Mehr auf: www.doch-noch.de

Peter Dabrock, 51, ist evangelischer Theologe, Professor für Systematische Theologie an der Universität Erlangen-Nürnberg, stellvertretender Vorsitzender des Deutschen Ethikrates und Mitglied der European Group on Ethics. In diesem Monat erscheint das Buch „Unverschämt – schön“ über evangelische Sexualethik, das er gemeinsam mit anderen Autoren schrieb (Gütersloher Verlagshaus).

Peter Dabrock: Ich habe auf Ihrer Homepage ein paar Ihrer Videoblogs angeguckt. In einem ging es um „Spermaschlucken“, Sie redeten mit Ihrem Kameramann und sagten, „na ja, für viele Frauen ist es ja nicht das Gelbe vom Ei“, da musste ich so lachen...

Ann-Marlene Henning: ...ja, ich hinterher auch – es ist ja das Weiße! Das war der Blog, in dem ich immer wieder fragte: Aber wer mag das denn wirklich? In meine Praxis kommen so viele Leute, die denken, das mit dem Schlucken müsste so sein.

Dabrock: Das glauben die nicht!

Henning: Doch! Sie glauben, dass andere es ganz toll finden. Und dass nur mit ihnen selbst etwas nicht stimmt.

chrismon: Frau Henning, das ist Ihr Beruf – über Sex sprechen, und das tun Sie sehr unverkrampft.

Henning: Ja. Zu mir kommen Leute mit Problemen, sie wollen etwas besprechen, Druck lösen. Ich höre zu, wie wenn jemand sagt, mein Knie tut weh. Wenn ich das nicht aushalte, habe ich den falschen Beruf.

Warum sind viele Protestanten so streng mit sich? Martin Luther war ja eigentlich ganz sinnenfreudig...

Dabrock: Das ist quasi europaweit im 18. und 19. Jahrhundert schiefgegangen, nicht nur bei den Kirchen; eine Kombination von Verklemmtheit und Machtgestus. Man hat zum Beispiel den Jungen die Hände im Bett angebunden, damit sie nicht onanieren können. Für Mädchen gab es Keuschheitsgürtel.

Henning: Es gab noch mehr als heute ein „Unten“ und ein „Oben“.

Man dachte, alles Böse komme von unten, und hatte regelrecht Angst vor den Genitalien.

Dabrock: Bei Luther hätte man es anders lernen können. Was ich an der reformatorischen Lehre vom Menschen so mag, ist, dass der Mensch als Ganzer entweder begnadet oder als Ganzer korrumpiert ist. Das heißt, auch die Vernunft ist unrein, dreckig, und nicht nur der Körper. Luther hat alle Vorstellungen von einem perfekten Leben, seien sie religiös, sexuell oder eine Kombination aus beidem, erst mal extrem kritisch betrachtet. Im Umkehrschluss heißt das: dankbar sein für leibliches Leben, lernen und immer wieder neu anfangen dürfen. Nicht sagen: Jetzt hab ich's.

Henning: Nein, das hat man nie!

Dabrock: Man muss an allem immer arbeiten, am Liebesleben, an seiner Beziehung. Nicht, um es perfekt zu machen, sondern weil man in Spannung bleiben muss, besser werden darf.

Henning: Dabei ist nicht Anspannung gemeint, auch nicht Schläfheit, sondern eine dynamische Bewegung. Das gilt auch für den Körper beim Sex und in Beziehungen. Wie ein Gummiband. Es ist normal, dass es manchmal gut läuft und manchmal nicht. Aber wenn man Idealen nachhängt, liegt man immer falsch.

Dabrock: Es gibt ein technisches Ideal und ein romantisches Ideal. Beides sind Überforderungen, das kann ja auch reizvoll sein. Aber wer, wie es heute oft der Fall ist, dauernd Pornos am Computer guckt, reduziert die Freude an der Begegnung mit dem Partner oder der Partnerin.

Henning: Das ist die neue Generation.

Sind die jungen Leute eigentlich nur übers Internet aufgeklärt?

Henning: Nicht nur. Aber in der Schule geht es hauptsächlich um Biologisches: Wo liegen die Eierstöcke, wie funktioniert der Monatszyklus, wie geht der Penis rauf und runter, Schwangerschaft, Liebe. Die interessanten Infos suchen sie in Pornos.

Dabrock: War es nicht immer so, dass man sich selbst informierte? Unsere Aufklärung in der Schule war auch sehr verdruckt, der Lehrer sprach das Wort „Sexualität“ immer ganz schnell und undeutlich aus. Da waren wir froh, wenn wir mal eines dieser Heftchen ergattert haben...

Henning: Wir hatten auch mal eine Schulstunde Sexualekundeunterricht, eine Stunde!, und alle waren wahnsinnig aufgeregt. Meine Mutter hat ein paar Minikleinigkeiten dazu gesagt, dann habe ich so ein Heft gefunden auf dem Feld, nassgeregnet.

Also alles nicht so wild mit der Pornografie? Hat's ja immer schon gegeben?

FOTOS: ENVER HIRSCH



Peter Dabrock

Ann-Marlene Henning



» Die Kirche muss was zum Sex sagen, die Menschen erwarten Orientierung von ihr

Ann-Marlene Henning

» Und dann rollen sie die Augen über die Moral. Aber das hat ja auch sein Gutes

Peter Dabrock

Henning: Neulich sprach ich mit einer Landfrau, die erzählte, sie habe damals klassische Literatur mit heftigen Szenen gelesen. Und echte Hühner, ooooh, was die zusammen machen! Heute klären sich Jugendliche mit diesen Filmchen auf. Als mein Sohn 16 war und mit Kumpels bei uns Karten spielte, sprach ich sie an: „Jungs! Sexologenfrage im Anflug. Ihr guckt doch viele Sachen im Netz. Meint ihr, es macht was mit eurem Sex oder nicht?“ Mein Sohn sagte: „Mama, wir wissen, dass das nicht echt ist.“ Schweigeminute. Dann der Nächste: „Moment. Wenn ich Sex habe, flimmern genau diese Bilder durch meinen Kopf.“ Und der Dritte: „Die Mädchen denken immer, sie müssten performen.“

Wie fand der Junge das: Mädchen, die performen?

Henning: Das fand er ganz geil. Aber er sagte so nett: „Das müssen die doch gar nicht!“ Ich gehe auch an Schulen, vor ein paar Wochen saßen 260 Zehntklässler vor mir in einer Aula. Die erste Frage an mich lautete: „Wie mache ich anal?“ Die zweite: „Wie schaffe ich, dass anal nicht wehtut?“ Da weiß ich schon, was die gesehen haben. Ich bleibe dann gelassen. Die achten ja vor allem auf meine Haltung. Ich sage: „Och, anal ist nicht meine Lieblingspraktik. Kann man machen, muss man aber nicht.“ Und ich versuche, sie zu animieren, selber zu denken.

Dabrock: Ja, selber denken! Wenn die Jugendlichen so nachfragen, zeigt es, dass sie offenbar doch ein Unbehagen haben. Der Unterschied zu unseren Schmuddelblättchen aus den 1970er Jahren ist, dass wir vermutlich mehr Fantasie haben mussten. Diese Heftchen waren etwas anderes als die Masse an Bildern, die Jugendliche heute niedrigschwellig konsumieren. Drum müsste man die Studien, die jetzt angeblich belegen, Pornografie mache fast nichts mit Jugendlichen, alle paar Jahre wiederholen, denn

die Bilderflut könnte die innere Vorstellung vom Sex verändert haben. Sozialwissenschaftler nennen das ein Skript, das im Kopf mitläuft.

Henning: Ja! Ein Mann, der oft vor diesen Filmen sitzt, bringt sein Gehirn mit ständig neuen Frauen zum Überschießen – dann reagiert es nicht mehr auf die Freundin, die er schon gestern sah. Eine Art Sucht. Ein anderes Beispiel: Ein älterer und ein jüngerer Mann wollen aufhören mit den Pornos. Das gelingt dem Älteren schnell, weil es bei ihm ein „davor“ gibt. Der junge Mann kennt es nicht anders. Ich kann Studien nicht glauben, die davon ausgehen, Pornos prägten Jugendliche nicht. Denn 60 Prozent aller 13-jährigen Jungs schauen Pornos, mit 16 sind es 80 Prozent – bevor sie mit 17,5 den ersten realen Geschlechtsverkehr haben. Da werden jahrelang Skripte angelegt.

Was können Eltern tun?

Henning: Wenn sie gerade reinkommen, während ein Porno läuft, bin ich immer dafür, nichts schlechtzumachen, nichts schönzureden. Man kann fragen: Was ist denn das? Man kann seine Unwissenheit zeigen.

Aber wollen die mit ihren Müttern Pornos gucken?

Henning: Das ist mir völlig egal, ob die das wollen. Ich nehme mir 15 Sekunden und sage: So haben Mama und Papa keinen Sex. Wir sehen auch nicht so aus, die Penisse der Männer, die ich kenne, sind kleiner, der Busen steht nicht so. Wenn du wissen willst, wie es in echt aussieht, kann ich dir Bücher empfehlen.

Dabrock: Ich finde, wir müssen vor allem die Mädchen stärken und ihnen sagen: Ihr müsst nicht mitmachen, was ihr aus Pornos kennt!

Stimmt es, dass Teeniejungs weniger Sex als früher haben?

Henning: Ja, klar. Die brauchen keinen Sex. Die haben geile Orgasmen im Netz. Vor dem Bildschirm haben sie alles unter Kontrolle. Aber echte Mädchen machen ihnen Angst! Da müssen sie's echt bringen. Wie im Computer, 20 Minuten lang!

Auch Erwachsene haben seltener Sex als früher, steht in Ihren Büchern. Warum?

Henning: Schwieriges Thema. Die Balance zwischen weiblichen und männlichen Geschlechtshormonen ist zerschossen, auch durch Gifte in der Umwelt. Ich sage es ungern, aber ich habe viele Männer mit Brustansätzen in der Praxis.

Dabrock: Aber lassen Sie uns auch über die psychosoziale Seite reden. Meine Eltern haben nach dem klassischen Rollenbild gelebt. Heute machen beide Karriere, beide wollen tolle Eltern sein, der Alltag stellt enorme Anforderungen. Wenn man davon ausgeht, dass Sexualität an eine Beziehung gebunden ist, müssen beide daran arbeiten. Wenn beide Partner wollen, dass sie ihren beruflichen Weg gehen und die Familie managen, dürfen sie sich nicht wundern, dass es nicht auch noch jeden zweiten Abend Sex gibt.

Wer klagt eigentlich über zu wenig Sex – Männer oder Frauen?

Henning: Definitiv die Frauen! Es kommt natürlich auf die Lebensphase an. Bei jungen Elternpaaren ist es meist der Mann, der mehr Sex will als die übermüdete Mutter. Ab Mitte 40 kippt das. Beim Mann geht das Testosteron zurück, bei der Frau die Produktion von Östrogen. Sie hat das Paket Kinder-Hausbau-Pflege hinter sich. Sie hat Lust! Und er kann und mag oft nicht mehr.

Herr Dabrock, die evangelische Kirche äußert sich zu vielen Themen, zu Arbeit, Hartz IV, Sterbehilfe. Hat sie über Sex nichts zu sagen?

Dabrock: Die evangelische Kirche hat die Deutungshoheit über die Betten verloren. Jedenfalls die Volkskirche. Natürlich gibt es auch pietistische, evangelikale Kreise, die vor allem, wenn es um Homosexualität geht, meinen, irgendwas sagen zu müssen.

Henning: Das ist auch mein Eindruck: Die Kirchen haben nicht mehr das Sagen.

Dabrock: Aber als es darum ging, ob man gleichgeschlechtlichen Paaren das Pfarrhaus öffnen soll oder nicht, hielten einige nur die Ehe zwischen Mann und Frau für maßgeblich. Aber die Evangelische Kirche in Deutschland (EKD) hat klargestellt: Entscheidend sind Verlässlichkeit, Verbindlichkeit und Treue. Es tut einem Paar – egal ob hetero- oder homosexuell – in jeder Hinsicht gut, wenn die Beziehung einen solchen Rahmen hat.

Die evangelische Kirche wollte eine Sexualethik-Schrift herausgeben, aber sie ist nicht erschienen.

Dabrock: Ja. Ich war der Leiter der Gruppe, die diese Denkschrift vorbereitet hat. Sie erschien nicht, weil der Rat der EKD vermutlich nicht so bald noch einmal eine so heftige Kritik wie bei der Familienorientierungshilfe riskieren wollte. Da hat nicht zuletzt die Offenheit gegenüber Schwulen und Lesben für Ärger gesorgt.

Frau Henning, sollte die Kirche sich besser aus diesem Thema heraushalten?

Henning: Nein. Die Kirche muss etwas dazu sagen, es gibt sie, und manche Leute erwarten Orientierung von ihr. Aber wenn die Haltung der Kirche zu streng ist und der Mensch deswegen nur eine doppelte Moral entwickelt, muss sie lockerer werden. Ich bin auch evangelisch, aber aus der Kirche ausgetreten, weil sie mir zu freudlos, zu ruhig, zu ernst ist. Ich glaube nicht, dass Gott so ist.

Dabrock: Es darf nicht sein, dass die Idealvorstellung von Liebe und Partnerschaft so groß ist, dass Menschen daran zerbrechen. Andererseits mal ehrlich: Hat es nicht auch sein Gutes, wenn die Leute über die Moralvorstellungen der Kirche – gemeint ist dabei im Übrigen doch meistens die katholische Kirche – die Augen rollen können?

Henning: Natürlich! Das hilft gegen Verrohung und Sittenverfall. Ich sehe in meiner Praxis, wie es Menschen verunsichern kann, wenn alles möglich ist – Partnertausch zum Beispiel. Sie brauchen Vorbilder und Orientierung.

Wenn die Kirche etwas sagt, sind das immer Riesenworte: Verlässlichkeit, Leiblichkeit, Verantwortung. Die jungen Leute wollen doch nur wissen: Darf ich fremdgehen? Darf ich Pornos gucken? Müsste die Kirche nicht viel klarer sprechen?

Dabrock: Nein. Leute wie Frau Henning tun das auf eine viel schönere Art, in einem gut gemeinten Sinne bürgerlich.

Henning: Dabei geht es mir um den normalen Sex, nicht um Swingerklub, Tantra-Kurs, heiße Wäsche, Sexshop. Im Endeffekt muss man was spüren.

Dabrock: Sexualität ist ein Katalysator. Wenn Dinge super laufen, werden sie dadurch oft noch besser. Umgekehrt: Wenn es ein Problem gibt, geht es beim Sex auch oft abwärts. Dann kommen Sie ins Spiel, Frau Henning...

Henning: ...weil Sex allen so viel bedeutet.

Dabrock: Genau. Aber man darf das nicht nur funktional und technisch sehen, man muss Sex doch vor allem auch von der Partnerschaft her verstehen. Sonst reicht's nicht, gell?

Henning: Ja. Wichtig ist aber auch, sich selbst gut zu kennen. In unseren Praxen sitzen lauter Leute, die nicht wissen, wer sie sexuell sind, weil sie sich als Kinder nicht anfassen und erleben durften. Im Porno sehen sie das Rammeln, das Bumsen. Und dann auch noch mit Körpern, die falsch aussehen.

Herr Dabrock, Sie haben mal gesagt, jede Ordnung brauche auch das Dunkle, Wilde...

Dabrock: Ja, jede Ordnung schließt auch etwas aus. Aber das Ausgeschlossene ist immer weiter da. Wenn man das ignoriert, gibt es innerhalb der Ordnung einen Wärmetod.

Henning: Genau! Man will mehr, man will auch mal ausflippen aus der Ordnung...

Dabrock: ...dann kann man sich eingestehen, dass es Fremdes, Wildes und Verstörendes auch an einem selbst gibt. Wenn man versucht, das bei seiner eigenen Identitätsfindung mitlaufen zu lassen, kann man zu einer kritischen Aufmerksamkeit gegenüber sich selbst finden. Man muss sich immer wieder fragen: Was verdrängst du jetzt gerade?

Henning: Ich find's gut, dass Sie solche intellektuellen Schleifen drehen, in denen ich meine praktische Arbeit einordnen kann.

Dabrock: Und mir gefällt, wie Sie Klartext reden, aber nichts runtermachen. In einem Ihrer Videos wollte jemand wissen, ob er sexsüchtig sei, weil er einmal am Tag Pornos gucke. Sie haben nicht Ja oder Nein gesagt, sondern: Es ist o.k., wenn du nicht davon gefangen genommen wirst. Sie stellen keine strikten Regeln auf, sondern eröffnen einen Korridor.

Henning: Was für den einen gut ist, gilt für den anderen nicht...

Dabrock: ...und das ist wiederum: sehr protestantisch! 

Moderation: Mareike Fallet und Ursula Ott

Vom Model zur Kriegsreporterin

Erst war **Lee Miller** Covergirl von „Vogue“, dann dokumentierte sie für das Magazin die Abgründe des Krieges und der Naziherrschaft

Es ist eine Aufnahme, bei der der Fotografin die Hände gezittert haben müssen. Häftlinge des befreiten KZs Dachau stapeln auf dem Anhänger eines Lastwagens ausgemergelte Leichen. Aufgenommen hat das Foto eine junge Amerikanerin, Lee Miller. Diese Erfahrungen in Deutschland 1945 werden ihr Leben von Grund auf ändern.

Dass Lee Miller einmal als Kriegsreporterin unterwegs sein würde, hätte sie wenige Jahre zuvor selbst kaum für möglich gehalten. Ihre Welt war die der Modezeitschriften. Die New Yorkerin war seit ihrem 21. Lebensjahr als Model auf der Titelseite der amerikanischen „Vogue“ zu sehen. Später wurde sie selbst Fotografin und Autorin des Magazins. Durch ihren Vater, der sie sehr verehrte, sie aber schon als Kind und bis zu ihrem 23. Lebensjahr für Model- und Aktaufnahmen benutzt hatte, entdeckte sie ihre eigene Liebe zur Fotografie.

In der Schule war sie eine unangepasste Schülerin. Lee Miller ist trotz ihrer vielbewunderten mädchenhaften Schönheit eine kühl und entschlossen handelnde Frau und für rasche Entschlüsse und überraschende Kehrtwendungen in ihrem Leben bekannt. „Aus irgendeinem Grund möchte ich immer lieber woanders hin“, schrieb sie einmal über sich selbst.

1929, zweiundzwanzigjährig, sucht sie im lebendigen Paris den Kontakt zu den Surrealisten. Neugierig und selbstsicher bewegt sie sich im Kreis der Künstler um Man Ray, den sie bald liebt und mit dem sie experimentell fotografiert, die Maler Pablo Picasso, Roland Penrose und Max Ernst, die Varietékünstlerin Colette, den Autor Jean Cocteau.

Durch den Neuanfang in Frankreich versucht sie auch, eine schreckliche Erfahrung ihrer Kindheit hinter sich zu lassen: Mit sieben Jahren war sie sexuell



Lee Miller (1907–1977): Mit dem Fotoapparat fing sie Kriegszerstörung und die Kapitulation 1945 ein

missbraucht worden, vermutlich durch ein Familienmitglied. Sie leidet an Gonorrhoe, muss qualende Behandlungen über sich ergehen lassen.

1932 ist sie wieder in New York und eröffnet ein Fotostudio. 1934 heiratet sie einen Ägypter und lebt mit ihm in Kairo, kehrt – einmal mehr von ihrer Unruhe getrieben – 1937 nach Paris zurück, um 1939 nach London zu Roland Penrose, ihrem späteren Ehemann, zu ziehen und für die britische „Vogue“ zu arbeiten.

Ihre innere Unruhe ist auch einer der Gründe dafür, dass sie schließlich als Kriegsreporterin bewirbt. Nur wenige Frauen gibt es in diesem Job. 1944 begleitet sie – als einzige weibliche Kriegsreporterin

– die amerikanischen Truppen bei ihrem Vorrücken in Europa. Ihre Fotos und Berichte für die „Vogue“ sind zeitlose Dokumente der Friedenssehnsucht. Viele ihrer Fotos werden berühmt: ein Feldlazarett am Omaha Beach; der Napalmeinsatz bei der Schlacht um Saint Malo; kahlgeschorene französische Frauen, die der Kollaboration mit den Deutschen beschuldigt werden; die ausgemergelten Häftlinge und die Toten der Konzentrationslager Buchenwald und Dachau; der Leipziger Nazibürgermeister, der sich mit seiner Familie das Leben nahm; Hitlers Berghütte Adlerhorst, von der SS in Brand gesteckt; die Befreiung von Torgau durch die russische Armee. Nicht alle diese Aufnahmen sind rein dokumentarisch, wie Lee Miller immer behauptet. Historiker sehen in ihnen auch politische Aktionskunst.

Die Kriegserfahrungen fügen Lee Miller tiefe seelische Wunden zu. Jahrelang ist sie depressiv, ein Arzt diagnostiziert eine Kriegsneurose. Sie wird zur Trinkerin. Trotz ihrer psychischen Leiden quält sie sich, weiter journalistische Beiträge zu verfassen, so sehr, dass ihr Mann an die Chefredakteurin der britischen „Vogue“ schreibt: „Ich flehe dich an: Bitte Lee nicht mehr, etwas zu schreiben.“ Gerade die Aufnahmen der ausgemergelten KZ-Toten scheinen zu ihrem Trauma beigetragen zu haben. Über ihre Kriegserfahrungen hat Lee Miller später fast nie gesprochen. Aber ihre Wut auf alle Deutschen verhehlte sie nie.

Lee Miller hat der Menschheit ikonenhafte Fotografien hinterlassen. 18 Kisten voller Fotos und Manuskripte fand man nach ihrem Tod 1977 in ihrem Landhaus. Sie dokumentieren den Weg einer emanzipierten Frau, die vor allem eins nicht wollte: ihr Leben mit mittelmäßigen Dingen vertun.

Eduard Kopp

ILLUSTRATION: MARCO WAGNER



Eilat – Rotes Meer

Baden in Eilat und Rundreise durch Israel.

Genießen Sie einen erholsamen Badeurlaub in Eilat am Roten Meer. Mit den bereits inkludierten Ausflügen nach Jerusalem und ans Tote Meer lernen Sie auch das Landesinnere von Israel kennen.

Ihr Reiseverlauf

- 1. Tag – Anreise – Eilat (70 km).** Flug nach Ovda und Transfer zum Hotel in Eilat.
 - 2. Tag – Eilat.** Der Tag steht Ihnen zur freien Verfügung.
 - 3. Tag – Eilat – Totes Meer – Jerusalem – Eilat (ca. 690 km).** Nach dem Frühstück Fahrt zum Toten Meer. Anschließend Weiterfahrt nach Jerusalem, wo Sie den Garten von Gethsemane, die Kirche der Nationen, das muslimische und das jüdische Viertel, die Klagemauer sowie den Zionsberg besuchen. Danach Rückfahrt nach Eilat.
 - 4. Tag – Eilat – Timna Nationalpark – Eilat (ca. 90 km).** Am heutigen Vormittag besuchen Sie den Nationalpark Timna. Seine Kupferminen gehören zu den ältesten der Welt. Bestaunen Sie die Überbleibsel der alten Ägypter, wie die Salomon Säulen, den ägyptischen Tempel und die alten Felsinschriften. Im Anschluss Rückfahrt nach Eilat.
 - 5. Tag – Eilat.** Stadtbesichtigung Eilat. Im Anschluss steigen Sie ab in die Tiefe des Roten Meeres und können die fabelhafte Unterwasserwelt im Observatorium hinter dickem Glas bestaunen. Am hellen Sandstrand haben Sie Zeit für ein erfrischendes Bad im Meer.
 - 6. – 7. Tag – Eilat.** Genießen Sie die letzten Tage in Eilat.
 - 8. Tag – Eilat – Ovda (ca. 70 km) – Abreise.** Transfer zum Flughafen Ovda und Rückflug nach Deutschland.
- Oder verlängern Sie Ihre Reise um 7 Nächte in Ihrem 3-Sterne-Hotel Nova Like inklusive Frühstück.**
- 8. – 14. Tag – Badeverlängerung am Roten Meer.**
- 15. Tag – Abreise.** Transfer zum Flughafen und Rückflug.
- Hinweise: Änderungen vorbehalten. Hotel- und Freizeiteinrichtungen teilweise gegen Gebühr.*

Unser Partner **ISRAEL** Land of Creation

Ihr 3-Sterne-Hotel: Nova Like (Landeskat.)

Das Hotel liegt im Herzen der Stadt, nur wenige Gehminuten (ca. 800 m) von Sehenswürdigkeiten, Stränden, und Restaurants sowie ca. 70 km vom Flughafen Ovda entfernt. Es bietet Ihnen eine Sonnenterrasse mit Pool und kostenfreien Liegen sowie ein Restaurant. Die **Doppelzimmer (ca. 24 m²)** verfügen über Bad oder Dusche/WC, Klimaanlage, Safe, Telefon und TV, Kühlschrank, kostenfreies Internet und teilweise Balkon.



TERMINE UND PREISE 2015/16 pro Person	
Abflughafen	Düsseldorf
Preise	Termine
Saison A 8-tägig 999 € / 15-tägig 1.349 €	2016: 11.01. 25.01.
Saison B 8-tägig 1.099 € / 15-tägig 1.449 €	2015: 16.11. 30.11. 14.12.* 2016: 22.02. 07.03. 04.04.
Saison C 8-tägig 1.199 € / 15-tägig 1.549 €	2016: 21.03.
*Bei 15-tägigem Aufenthalt gilt der Preis der Saison C.	
REISE-CODE: RQI012 KENNZIFFER: 103/216	



Jerusalem – Klagemauer

Buchung & mehr Informationen

- 8-tägig inkl. Flug
- 3-Sterne-Hotel
- Inkl. Frühstück
- Inkl. Tagesausflug nach Jerusalem und zum Toten Meer

ab **999€**
pro Person
im Doppelzimmer

Direktlink: www.berge-meer.de/RQI012

Inklusivleistungen

- Charterflug mit Germania (oder gleichwertig) nach Ovda und zurück in der Economy Class
- Transfers und Ausflüge im klimatisierten Reisebus gemäß Reiseverlauf inklusive Eintrittsgelder
- 7 Übernachtungen im 3-Sterne-Hotel Nova Like (Landeskategorie) im Doppelzimmer mit Frühstück
- 1 Reiseführer Israel pro Zimmer
- Deutschsprachige Reiseleitung an Tag 3 + 4, deutschspr. Repräsentant an Tag 5 sowie deutschsprachige Ansprechpartner im Hotel zu festen Zeiten

Wunschleistungen pro Person/Woche

- Zuschlag Einzelzimmer ab 199 €
- Halbpension 130 €

Einreisebestimmungen für dt. Staatsangehörige
Bei Ausreise noch mindestens 6 Monate gültiger Reisepass. Deutsche Staatsangehörige, die vor dem 01.01.1928 geboren sind, benötigen für die Einreise ein Visum. Sollten im Reisepass Visa arabischer Staaten oder von Iran vorhanden sein, so ist bei der Einreise mit einer Sicherheitsbefragung durch israelische Sicherheitskräfte zu rechnen (Ausnahmen: Jordanien und Ägypten). Staatsangehörige anderer Länder wenden sich bitte an die zuständige Botschaft.

DURCHFÜHRUNG GARANTIER!

„Ich habe mich geschämt, dass meine Mutter den Holocaust überlebt hat“

Lizzie Doron, Schriftstellerin

In welchen Momenten fühlen Sie sich lebendig?

Wenn ich morgens aufwache, vor sechs Uhr. An der Grenze zwischen Nacht und Tag kann ich am besten arbeiten. Das ist etwas Physisches, ich brauche das Licht des Morgens. Ich bin aufgewachsen mit der Angst, dass alles ein Ende findet, morgens jedoch fühle ich das nicht. Dann bin ich begierig, den Tag zu beginnen: zu essen, zu trinken, zu reden, zu arbeiten.

Was können Erwachsene von Kindern lernen?

Meine Tochter hat mir eine Lektion erteilt. In der Schule sollte sie die Geschichte ihrer Familie aufschreiben. Ich habe ihr geholfen, daraus ist mein erstes Buch entstanden. Ich selbst hatte eine sehr aufgeladene, komplizierte Beziehung zu meiner Mutter. Ich habe mich dafür geschämt, dass sie sich oft wie eine Verrückte benommen hat, ja dass sie eine Überlebende des Holocaust war. Ich wollte Israelin sein und dachte, jeder müsse tapfer sein, jeder ein Kämpfer. Meine Mutter war für mich eines dieser Lämmer, die sich zur Schlachtbank haben führen lassen. Erst durch meine Tochter habe ich erkannt, wie mutig meine Mutter gewesen ist.

Haben Sie eine Vorstellung von Gott?

Nein. Ich habe nie an Gott geglaubt, wenn überhaupt, dann an Menschen. Meine Mutter stammte aus einer orthodoxen Familie, während des Krieges war sie im Krakauer Ghetto. Eines Tages wurde sie mit ihrer Gruppe nach Auschwitz deportiert. Als sie ankamen, begann der Rabbi zu beten. Alle anderen beteten mit, nicht meine Mutter. Sie suchte nach einer eigenen Lösung. Sie trennte sich von der Gruppe, zusammen mit einem Kind, und traf eine Frau, die ihr eine Flüssigkeit gab. Damit konnten sie sich die Haare färben und sich als Deutsche ausgeben. Die beiden waren die einzigen Überlebenden. An diesem Tag in Auschwitz hat meine Mutter entschieden, dass man selbst für sein Leben verantwortlich ist. Ich habe meine Mutter nie beten sehen. Doch ab und zu hatte sie das Bedürfnis, mit Gott zu sprechen. Dann ging sie mit mir in eine christliche Kirche, und auf Jiddisch beschimpfte sie Gott und rief und schrie, dass er eine Katastrophe für den Menschen sei. Mir war es nur peinlich, ich hätte sterben mögen. Eines Tages fragte ich sie: Sind wir Christen oder Juden? Sie antwortete: Der Gott der Juden hat aufgehört, ihnen zuzuhören. Er ist ein Krimineller, er ist ein Mörder. Ich glaube, zu den Christen hat Gott eine bessere Beziehung – All das hat mir als Kind eine tiefes Verständnis davon gegeben, dass mich niemand retten wird. Das kann nur ich allein. Meine Mutter pflegte zu sagen, und das hatte einen großen Einfluss auf mich: „Die höchste Stufe, die ein Mensch erreichen kann, drückt sich in Güte aus. Es

gibt keinen Überlebenden des Holocaust, der nicht wenigstens einmal erlebte, dass ihm jemand die Hand gereicht hat.“ Auch ihr, sie erzählte, dass ein deutscher Militärarzt ihr Pillen gegeben hat, als sie schon fast tot war, er hat ihr das Leben gerettet.

Muss man den Tod fürchten?

Ich fürchte ihn, ich würde gern ewig leben. Der Tod ist für mich eine Art totaler Leere, als würde man in ein tiefes Loch stürzen. Ich hatte keine Familie, ich lebte allein mit meiner Mutter. Damals bekam ich eine Vorstellung davon, wie es sein muss, wenn man nicht mehr ist. In Israel habe ich Kriege erlebt, viele meiner Freunde sind gestorben. Im Jom-Kippur-Krieg von 1973 habe ich an einem Tag sieben Freunde verloren, an einem einzigen Tag. Ich glaube, ich bin Schriftstellerin geworden, um die Geschichten all der Toten zu erzählen, die um mich herum sind.

Deutsche haben sechs Millionen Juden ermordet. Warum kommen Sie trotzdem gern nach Deutschland?

Berlin ist für mich zu einer zweiten Heimat geworden, jeden Monat bin ich eine Woche in Berlin, ich habe in Kreuzberg eine Wohnung. In Israel habe ich viele Kriege erlebt, viele schlechte Dinge sind dort geschehen. Auf eine gewisse Art ist Berlin der Ort, an dem ich die Wurzeln meiner Familie spüre. Meine Eltern mussten Europa verlassen, und trotzdem hatten sie viele gute Erinnerungen an ihr Leben vor dem Krieg. Ich glaube, in Berlin zu sein hilft mir, diese guten Erinnerungen zu berühren. Nein, ich fühle keine Wut, keinen Hass gegenüber Deutschen. Wir teilen dasselbe Trauma. Die meisten meiner deutschen Freunde haben Eltern, die Nazis waren. Sie wuchsen, wie auch ich, mit diesem Schweigen der Eltern auf. Ich brauche diese Freunde, um meine eigene Geschichte zu verstehen, um zu wissen, dass ich damit nicht allein bin. Wir müssen nicht einmal darüber reden, da ist ein tiefes, gegenseitiges Verständnis. ◀

Lizzie Doron, 1953 in Tel Aviv geboren, zählt zu den bekanntesten Autoren Israels. In Büchern wie „Das Schweigen meiner Mutter“ beschreibt sie das Leid der Überlebenden der Schoah und wie es sich in der nächsten Generation fortsetzt. „Warum bist du nicht vor dem Krieg gekommen?“, ihr erstes Buch, gehört in Israel zur Schullektüre. Eben ist „Who the Fuck Is Kafka“ erschienen: Es geht um ihre Freundschaft mit einem Palästinenser. Lizzie Doron lebt in Tel Aviv, New York und Berlin, ist verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder.

Fragen und Foto: Dirk von Nayhauf





Einmal ohne alles bitte!

Kunstfleisch, Falscharomen, schöner Schein. **Kirsten Wenzel** möchte wieder ehrlich essen. Aber wie geht das?

Vor ein paar Jahren war ich in Polen. Die Speisekarte des Restaurants in der kleinen Stadt gab sich international. Angeboten wurde vieles, vom Hirtensalat über Rinderfilet bis zum Zürcher Geschnetzelten. Aber was ich auch bestellte, der Kellner servierte mir Abend für Abend mit freundlichem Lächeln das gleiche Gericht: eine Art Schweinsbraten mit brauner Soße. Er schmeckte ganz passabel. Weit und breit gab es keine anderen Lokale, so dass es wenig Sinn gehabt hätte, mich zu beschweren. Die Speisekarte beanspruchte offenbar gar nicht, eine echte Information zu liefern. Sie war eher als dekoratives Unterhaltungsangebot zu verstehen, um die Gäste über die Einförmigkeit der kulinarischen Realität hinwegzutrogen.

Eine etwas bizarre Reiseerinnerung, doch sieht es in unserem heimischen Supermarkt eigentlich so anders aus? Auch hier ist die Fallhöhe oft genug groß zwischen dem, was angepriesen wird, und dem, was drinsteckt. Erdbeeryoghurt enthält oft gar keine

Erdbeeren, sondern auf Baumrinde gezüchtetes Aroma, die Suppe mit Gemüse und Huhn aus der Tüte besteht nur aus Attrappen, das Brötchen sieht dunkel und gesund aus wie ein Vollkornbrot und ist doch nur mit Malz gefärbt. Wir lassen uns nur allzu gern täuschen. Auch ich schwanke im Alltag zwischen kritischem Bewusstsein und gedankenlosem Konsum. Ich ärgere mich über die idyllischen Bauernhofbilder auf den Verpackungen, die mit den industriellen Herstellungsbedingungen absolut nichts zu tun haben, nehme aber viele andere Kleinigkeiten hin. Zum Beispiel dass Vanilleeis grundsätzlich hellgelb ist, obwohl doch auch mir klar ist, dass echte Vanilleschoten keine Gelbfärbung, sondern nur kleine schwarze Pünktchen in der weißen Milch liefern. Gelb ist nur der Farbstoff, der als Ersatz für das Eigelb von früher dient. Trotzdem hat sich auch in meinem Gehirn Vanille = gelb festgesetzt, und ich kann wenig dagegen tun. Unser Gehirn liebt Farben, Buntes schmeckt besser als Farbloses.

Ein Großteil der Essensentscheidungen fällt unbewusst. Wenn der Duft von frisch Gebackenem durch die Verkaufsräume zieht, ist meine Selbstbeherrschung stark gefordert. Es nützt nicht, dass ich weiß: Backstübendüfte kann die Aroma-industrie perfekt simulieren. Intensität lockt. Ein knallroter Lolli hat sicher nicht mehr die gleiche magische Faszination für mich wie für meinen kleinen Sohn. Doch grundsätzlich teilen wir die gleiche steinzeitliche Programmierung. Bei schnell verfügbarer Energie greifen wir besonders gern zu. Den Verzehr von Süßem, Fettem, Salzigem quittiert das Belohnungszentrum des Gehirns mit schnellen Glücksgefühlen. Ein Mechanismus, der unseren Steinzeitvorfahren nützlich gewesen sein mag. Heute verhilft er vor allem der Nahrungsmittelindustrie zur steten Umsatzsteigerung und quält uns täglich mit einem Überangebot an Versuchungen.

Unser Unterbewusstsein macht mit feindlichen Mächten gemeinsame Sache. Gut für die Industrie, schlecht für uns Verbraucher. Wir essen mehr, wenn die Verpackung größer ist oder mehr auf dem Teller liegt, ein Gericht schmeckt uns besser, wenn es auf der Speisekarte oder auf der Verpackung blumig beschrieben ist. Es ist wohl keine Übertreibung, die ganze Konstellation als zutiefst asymmetrisch zu beschreiben.

Ich erinnere mich an eine Zeit, da interessierte mich neben dem Kaloriengehalt nur eins: der Geschmack. Ich hatte den Ehrgeiz, die beste Mousse au Chocolat zu machen und hätte alles hineingerührt, ganz gleich ob alkoholisch, tierischer Herkunft oder auch ein Zauberprodukt der Lebensmittelchemie. Heute studiere ich die Zutatenlisten, suche nach einer Welt ohne Glutamat, Hormonzusätze, Genmanipulationen, Farbstoffe, Stabilisatoren, künstliche Aromen. Ich achte auf Lebensmittel, die fair hergestellt werden, möglichst wenige Ressourcen verbrauchen, aus der Region stammen. Ich will wissen, aus was sie bestehen, denn das hat Folgen für meine Gesundheit. Und ich will wissen, wie sie hergestellt werden. Das Resultat: Ich bin überfordert. Essen ist eine total politische, pingelige und anstrengende Angelegenheit geworden. Sorgloses Drauflosschlemmen war einmal.

Jedes Jahr kommt ein halber Regalmeter Literatur mit frischem Ernährungswissen dazu. Doch sicherer werde ich dadurch nicht. Und ich kann, selbst wenn ich es möchte, nicht jeden Tag Stunden in der Küche verbringen. Ich muss mich noch um andere Sachen kümmern. Die Politik könnte mir helfen, indem sie für mehr Transparenz sorgt. Eine Lebensmittel-Ampel, die den Gehalt an wichtigen Nährstoffen anzeigt, war so eine Idee. Mir persönlich hätte sie im Alltagsdschungel enorm geholfen. Leider hatte sie keine Chance. Nun schlägt die SPD eine höhere Mehrwertsteuer für Zucker vor, damit es für alle leichter wird, sich gesund zu ernähren. Doch ich fürchte, die Kritiker werden wieder einmal vor Bevormundung warnen, und ein weiteres Mal wird die Verantwortung bei mir, der Verbraucherin, geparkt.

Immer mehr Menschen nehmen Zuflucht in rigorosen Verzichtregeln und Ernährungsphilosophien. Ich kann das nachvollziehen. Es ist die Konsequenz aus jahrzehntelangen Skandalen und Verschleierungen. Zwei reine Lehren gewinnen

an Bedeutung: Für Veganer bedeutet ehrliches Essen, konsequent auf tierische Produkte zu verzichten. Damit umgehen sie auch die schwierigen ethischen Abwägungen in der Nutztierhaltung. Andere sind noch radikaler. Für sie ist der Sündenfall bereits die Entdeckung des Ackerbaus. Zurück zur artgerechten Menschenhaltung mit Beeren, Gemüse und Fleisch, zurück in die Welt der Steinzeitjäger! So das Credo der „Paleo“-Jünger: Sonst droht der schleichende Tod durch eine Weizenwampe. Beide Lehren verachten jegliche Industrienahrung, stehen einander ansonsten diametral gegenüber. Wer auf beide hört, müsste konsequent sagen: Einmal ohne alles bitte! Und sich nur von Gemüse und Obst ernähren.

Vor einiger Zeit wünschte ich mir selbst einen sauberen Schnitt. Weil mich die Rückkehr zur steinzeitlichen Kost wegen

des hohen Fleischkonsums nicht lockte, unternahm ich einen veganen Selbstversuch. Ich versorgte mich mit Cashewmus, Tofu und Amaranth, schaffte einen Spiralschäler an, mit dem man wunderbare Zucchinispaghetti hobeln kann, warf kiloweise Salat, Gurken, Kiwis und Avocados in meinen ohrenbetäubend lauten „Multi-blender“, kochte Pudding aus Chiasamen und fühlte mich prima. Keine Hormone, keine Antibiotika, dafür die pure Zauber-

kraft der Pflanzen! Schon der Gedanke daran erzeugte in mir ein elfenhaft leichtes und irgendwie „natürliches“ Gefühl. Und dazu kam das gute Gewissen, Tieren Leid zu ersparen.

Bis mich der Alltag wiederhatte und ich Lust auf Käse bekam. Im veganen Supermarkt fand ich jede Menge Ersatzlösungen – vom Ei-Ersatz bis zur Entenbrust und Salamipizza ohne Fleisch. Meist wird das tierische Eiweiß durch Getreideauszüge ersetzt, nicht selten entpuppt sich das Produkt als wahre Glutenbombe. Die Inhaltsliste der „Käsealternative“, früher hätten wir verächtlich „Analogkäse“ dazu gesagt, enthielt so viele mir unbekannte Inhaltsstoffe, dass ich auf den Verzehr verzichtete.

» Für dieses Experiment war ich auf Dauer nicht radikal genug

Es folgte der Besuch in einem veganen Imbiss in Kreuzberg. Ich konnte wählen zwischen „Hühnchen“, „Chili-Rind“ und „Currywurst“, serviert wurde immer das Gleiche: eine stark gesalzene fettige Bratlingmasse. Sie schmeckte furchtbar. Die Erinnerung an das polnische Hotelrestaurant kehrte zurück. Kleinlaut warf ich mein angebissenes Abendessen in den Müll. Für dieses Experiment war ich auf Dauer nicht radikal genug. Ich gehöre in die mittlere Welt. Wo ein Ei wirklich ein Ei, Käse tatsächlich Käse ist.

Also esse ich wieder in kleinen Mengen tierische Produkte, von Produzenten, denen ich Vertrauen schenke, auch wenn ich mich dabei nicht wirklich gut fühle. Bevor ich verbissen werde, ertrage ich lieber die Widersprüche meines Essverhaltens. Dazu gehört auch, meinem Unterbewusstsein seinen Spaß zu lassen. Es sitzt ja ohnehin am längeren Hebel. Manchmal muss es eben gelbes Vanilleeis oder der Pudding aus der Fabrik sein.



Kirsten Wenzel, 46, freie Journalistin in Berlin, schreibt gern über Lebensmittelverschwendung, Kinderjunkfood aus dem Kühlregal und die bunte Welt der Ernährungsmythen.

Jeden Tag fahren in Deutschland über sieben Millionen Menschen mit dem Zug. Wir wollten wissen, was sie beschäftigt, wenn sie unterwegs sind

Wohin geht die Reise?

✦ Text: Nils Husmann Fotos: Lena Uphoff

Nürnberg

Kurz vor Nürnberg. Eine Frau im Großraumwagen setzt ihre Lesebrille auf und studiert den Fahrplan. Bleibt Zeit, um am Bahnsteig eine zu rauchen? Offenbar ja, sie steht auf: „Können Sie bitte kurz auf meine Sachen aufpassen?“ Als der Zug weiterfährt, erzählt sie. Aber bitte keine Fotos! Ihren Namen will sie nicht sagen. Und auch nicht, wie alt sie ist. So um die 60 vielleicht?

Die von der Bahn rauchen ja auch oft, sie sagen mir, wenn ich einsteigen muss. Und ich habe gelernt, die Signale am Ende des Bahngleises zu lesen. Eben auf dem Weg zum Bahnhof hab ich eine Frau in der U-Bahn kennengelernt, sie stammt aus Eritrea. Und sie musste noch zur Post. Ich hab ihr angeboten, auf ihr Gepäck aufzupassen. Es war eigentlich genug Zeit. Aber dann kam und kam sie nicht wieder. Ich gerate oft in Zwickmühlen. Der Zug fuhr schon ein. Zum Glück ist die Frau gerade noch rechtzeitig wiedergekommen.

Und wo wollen Sie hin?

Zum Ammersee. Da wohne ich. Ich kann ein sauberes Bayrisch sprechen.

Andere Dialekte auch, mache ich jetzt aber nicht. Ja, das Rauchen. Ich will damit nicht aufhören, jetzt nicht mehr. Heute muss man ja für eine Zigarette rausgehen, wenn man im Lokal ist. Draußen ist der tolle Vollmond, draußen gehen die Partys ab! Vor vielen Jahren, als junge Frau, bin ich zur Moon-Sekte, die hatten mir versprochen, dass ich dort vom Rauchen wegkomme. Erst war ich in Essen, dann in Aachen. Meine Familie hat vier Wochen lang nach mir gesucht. Das war Gehirnwäsche pur. Ich war froh, als meine Leute mich gefunden hatten. Danach war ich bei vielen Ärzten, aber die haben nur mit Medikamenten gearbeitet

und nicht gefragt, was eigentlich los war mit mir. Na ja, aus dieser Zeit ist ausgerechnet das Rauchen geblieben. Und gegenüber Religionen bin ich skeptisch, ich halte es mit dem Dalai-Lama. Der sagt ja, dass sich Christen nicht zum Buddhismus bekennen müssen, weil sie alles mitbringen, was zum Buddhismus gehört. Das gefällt mir. Bin auch immer noch in der evangelischen Kirche. Ach, gucken Sie mal, das Altmühltal! Als ich 14 war, habe ich da mit meinem Bruder eine Radtour gemacht. Da gab es noch keine Radwege am Fluss, da ging es auch mal über die Hügel, eine Woche lang. Das sind Reisen, die vergisst man nicht.

Frankfurt

ICE 529, Frankfurt/Main nach München, ein Mittwoch. Auf dem Land leuchten die Rapsfelder. Im Kleinkindabteil haben Monika Maus und Christoph Augustin mit ihrem Sohn Franz, ein Jahr alt, Plätze reserviert.

chrismon: Wo wollen Sie hin?

Monika Maus: Nach Bad Gaisern in Österreich. Meine Mutter wird 60. Und, ja, der Sänger. Nach Hubert von Gaisern fragt mich fast jeder. Meine Mutter war eine Klasse über ihm in der Schule. Aber ich habe keinen großen Bezug zu Bad Gaisern, ich bin in der Nähe von München aufgewachsen.

Christoph Augustin: Ich bin froh, dass ich mal im Zug sitzen kann. Ich fahre täglich so viel Auto, wir sind von Frankfurt raus in die Wetterau nach Bad Nauheim gezogen.

Monika Maus: Eine Bauchentscheidung. Viele ziehen ja wegen der Kinder raus, wir hatten zu dem Zeitpunkt noch gar keins. Wir waren nur neugierig wegen der Wohnungsanzeige. So viel Natur und mehr Platz in einem alten Mühlhaus direkt am Fluss.

Christoph Augustin: Wir wollten ei-

gentlich nicht, aber als wir es gesehen hatten, dachten wir: Warum nicht, wenn wir verliebt sind ins Haus? Der Nachteil ist, dass ich pendeln muss. Wir haben zum Glück viel geschafft in den vergangenen Jahren. Unser Sohn ist da! Die Familie ist jetzt wichtig, in den Jahren davor hatte ich wenig Zeit wegen der ganzen Prüfungen zum Steuerberater. Ich bin froh, wenn nun erst mal alles so weitergeht.

Monika Maus: Komisch, das ist genau meine Frage: Was kommt jetzt? Mein Freund hat etwas vergessen, wir werden dieses Jahr heiraten! Ich werde bald wieder als Sozialpädagogin arbeiten. Und dann ist vieles offen. Vielleicht wird die Familie ja größer?
Christoph Augustin: Bin ich ein Großstadt- oder ein Kleinstadttyp? Das wird so eine Frage für mich sein. In der großen Stadt muss man vieles teilen. In Bad Nauheim nicht.



Die Schnelltrasse endet, **der ICE fährt langsam durch Ingolstadt,** als wolle er jeden Moment anhalten. Damit hat Mai Bach auch gerechnet, aber ein Halt ist hier gar nicht vorgesehen. Nun telefoniert sie ganz aufgeregt in breitem Kölsch, und weil sie Kopfhörer trägt, denken alle, sie führe laute Selbstgespräche. „Alles Theater“, sagt die Dame gegenüber.

„Hallo, ich würde mich freuen, wenn du nun runterfährst und dich beruhigst! Ich dachte, der Zug hält in Ingolstadt. War mein Fehler. Ist passiert. Aber wenn du dich ärgerst, bleibst du nur in negativen Gedanken hängen und machst noch einen Autounfall. Kannst du so fahren? – Ja? – Pass auf, dann machen wir das Beste draus, ich buche uns ein schönes Zimmer in München.“

Sie beendet das Telefonat, wuchtet ihre Tasche in die Gepäckablage und lässt sich am Tisch gegenüber in den Sitz plumpsen. München statt Ingolstadt also. Sie ruft ein Hotel an.

„Welches Datum? Das muss ich Ihnen doch nicht sagen, wenn ich heute anrufe und heute zu Ihnen kommen

will. – Ja, ein Doppelzimmer, mit Badewanne, bitte. – Klappt? Super!“

Sie legt auf und ruft wieder zu Hause an.

„Schatz, ich hab ein Zimmer, trotz Messe, mit Badewanne! Jetzt fahr runter, wir sind gesund, das ist die Hauptsache. Ich muss nicht dein Ventil sein, auch wenn ich deine Frau bin. Ich bin nun 21 Stunden unterwegs, das kann ich nicht gebrauchen.“

Jetzt also weiter nach München?

Man muss die Dinge nehmen, wie sie sind. Das ist mein Credo. Ich will mit meiner Liebe alt werden. Liebe ist ein Geschenk, aber das kriegt

› man nur, wenn man sich selbst lieben kann. Das war nicht leicht. Ich bin Adoptivkind. Ich bin 1970, während des Krieges, in Vietnam geboren. Mein Vater war ein GI. Meine Mutter hat mich weggeben müssen, erst in ein Kloster, von dort aus kam ich nach Deutschland. Ein Leben lang habe ich meine Mutter gesucht, ich war damit im Fernsehen, „Vermisst“ heißt die Sendung, Staffel vier, Sendung eins, „Gisela und Mai“, 2010. Ich habe sie immer dabei, gucken Sie mal.

Sie wühlt in ihrer Tasche und zeigt die DVD.

Vor fünf Jahren habe ich mit einem TV-Team meine Mutter gefunden, bis heute sind wir in Kontakt. Ich heule immer noch, wenn ich daran denke. Oh, Mann, bin ich müde. Ich komme aus Barcelona, dort hatte ich einen Auftrag. Ich bin Hundetrainerin.

Der Zug erreicht München. Mai wird nicht mehr fertig mit ihrer Geschichte, sie verschwindet in der Menschenmenge.

München



EC 112, München nach Frankfurt/Main. Abteilwagen. Ein junger Mann blättert in der Zeitschrift „Kraftband. Unabhängiges Technikmagazin für das Kraftfahrzeughandwerk.“ Er verabschiedet sich schon bald wieder. Die Frau gegenüber liest „Ich vermisse dich“ von Harlan Coben. Wir sprechen sie trotzdem an. Sie heißt Martina Dörfler.

Wie gefällt Ihnen das Buch?

Ich lese unglaublich gern und achte immer auf die Leserkritiken im Internet. Und höre auf die Buchhändler. Die wissen, was mir gefällt. Auch dieses Buch hier ist toll. Aber wenn man lange Strecken fährt, mag man irgendwann auch mal reden. Ich bin in Klagenfurt in diesen Zug gestiegen, losgefahren bin ich in Spittal an der Drau in Kärnten. Wir haben dort in der Nähe einen Bauernhof.

Und wo wollen Sie hin?

Nach Bensheim, meine Familie besuchen. Ich bin im Odenwald aufgewachsen. Meine Eltern haben mit uns immer Urlaub in Kärnten gemacht. Als ich 18 war, habe ich mich verliebt. Und bin geblieben. Das ist 32 Jahre her. Mein Papa sagte bei der Hochzeit: „Du sollst wissen, dass immer eine Tür für dich offen steht!“ Aber diese Tür hat es zum Glück nie gebraucht.

Unser Ältester will unseren Hof übernehmen; die beiden Mädels würden es sich auch zutrauen, das freut uns, dann haben wir ja nicht viel falsch gemacht. Der Hof ist mehr als 300 Jahre alt. Jeden Meter muss man dem Hang abtrotzen. Wir haben drei Standbeine: Landwirtschaft, Forstwirtschaft, Tourismus. Mit den Fremdenzimmern hatten die Schwiegereltern schon angefangen. Wir leben das Leben der Gäste immer ein bisschen mit. Und freuen uns, wenn im Sommer ein weiteres Kind mit anreist. Oder sind traurig, wenn Gäste nicht mehr kommen, weil sie gestorben sind oder weil es Trennungen gibt.

Der Hof macht immer Arbeit. Die Pferde, unsere Kühe, die kleine Käseerei. Das reicht für unseren Eigenbedarf. Aber ich muss halt dranbleiben. Ein Urlaub ist dann eher nur einen Nachmittag lang – dann geh ich ins Schwimmbad. Ich bin zufrieden mit meiner kleinen Welt. Es ist schön, dass alles so gekommen ist. Und was ist, wollen wir erhalten.

Wieder ein Mittwoch, diesmal im Sommer. **ICE 772, Frankfurt/Main nach Hannover.** Der Bahnsteig ist voller Menschen, aber im Zug verlieren sie sich, viele Plätze bleiben leer. Im Bordbistro: alles ruhig. Draußen leuchtet kein Raps mehr, dafür aber die ersten Getreidefelder und roter Mohn. Ein kleiner Mann mit Bart, Jeansjacke und Hut kauft eine Apfelschorle. „I have to get used to your money first“, sagt er zur Verkäuferin: „Ich muss mich erst an Ihr Geld gewöhnen.“ Er lacht, sie lächelt, er geht zurück ins Abteil, da wartet seine Frau. Ein riesiger Rollkoffer steht in der Mitte, der sieht aus wie mit Wüstensand bestäubt. „Come in!“, sagt der Mann.

Wo wollen Sie hin?

„Nach Moringen bei Göttingen“, sagt Anne Wasmann und möchte doch lieber Englisch sprechen. 1966 haben die Wasmanns Deutschland verlassen, nun wollen sie den Bruder von Karl Wasmann besuchen. Zwei Jahre hatten sie als junges Paar in Australien bleiben wollen, „Work and Travel“. Inzwischen sind es fast 50 Jahre. In all den Jahrzehnten waren sie erst einmal zurück in Deutschland, vor 29 Jahren. Viele deutsche Worte, um die sie jetzt ringen, werden ihnen wieder einfallen. „Wir wären gern öfter gekommen“, sagt Anne Wasmann, „aber die Zeit war nicht da und das Geld war nicht da.“ Die Wasmanns haben drei Kinder, in Westaustralien betrieben sie eine Tankstelle.

Karl Wasmann ist unruhig. Der Flug von Perth nach Frankfurt dauerte 18 Stunden. Die Fahrt nach Perth mit dem Auto war auch schon drei Stunden lang. Und nun noch dieser moderne Zug, das neue Geld. Sitzen mag er nicht mehr, seine Augen flackern, sie hängen auf der Suche nach bekannten Wegmarken der Landschaft draußen nach.

„Wie lange noch? In 15 Minuten müssen wir raus, oder?“ Seine Frau ist ruhiger. „Nein, Karl, erst kommt noch Kassel.“ In Australien, erzählt sie, sind die Menschen herzlicher, nicht so gestresst. Jedenfalls auf dem Land, wo sie leben. Kalannie, Westaustralien, hat gerade mal 250 Einwohner. Und die

alle achten nun fünf Wochen lang auf das Haus der Wasmanns. „Wenn jemand im Ort stirbt, kommt für viele Tage immer ein Nachbar in die Familie, um zu kochen, damit die anderen trauern können“, sagt sie. Zurück nach Deutschland? „Wenn wir mal sterben“, sagt Anne Wasmann, „dann wollen wir in Australien begraben sein.“

Der nächste Halt ist Göttingen.

Frankfurt



Frankfurt



IC 2037, Hannover nach Leipzig: Der zweite Wagen von vorn ist ein alter Interregiowaggon: alles ein wenig abgenutzt, auch die dicken Vorhänge an den Abteilen; an einer Tür sind sie fast zugezogen. Ein Spalt gibt den Blick frei auf eine leere Tupperdose, Christopher Schleiff hat gerade gegessen. Frische Luft weht durchs Fenster ins Abteil.

Das lernt man mit der Zeit: die Wagen erkennen, in denen das Fenster sich noch öffnen lässt!

Wo wollen Sie hin?

Nach Leipzig. Da will ich heimisch werden. Das ist nicht so einfach.

Warum?

Ich bin Puppenspieler. Also muss ich oft durchs Land reisen. Gerade war ich eine Weile in Bielefeld. Bei meiner Freundin läuft das ähnlich. Wir möchten gerne mehr in Leipzig sein. Im November werden wir Eltern.

Puppenspieler!

Genau, davon gibt es nicht so viele. Als die Schule fertig war, an der Nord-

see in Schleswig-Holstein, wusste ich: Ich will ans Theater. Ich will auf die Bühne. Aber ich will nicht unbedingt Schauspieler sein. Also habe ich Puppenspiel in Berlin studiert. Die haben den Studiengang in „zeitgenössisches Puppenspiel“ umbenannt, damit nicht alle als Erstes an Kasperle denken. Das denken aber trotzdem viele.

Was spielen Sie am liebsten?

Wir haben mal was mit Puppenfiguren vor einer digitalen Landschaft gemacht. Das war super. So was kann Puppenspiel eben auch. Ich möchte mich in Leipzig mit Künstlern aus ganz anderen Bereichen vernetzen.

IC 2154, Leipzig nach Frankfurt/Main. Der Bahnsteig war voll, der Zug ist es auch. Aber ein Mann sitzt allein in einem Abteil. Er telefoniert.

„Und dann teilst du die Ausschüttung oben in der Tabelle durch den Equity“. Der Mann, kaum 30 Jahre alt, sportliche Figur, schickes Hemd, blickt auf seinen Computer und nickt. Er trägt ein Headset und nickt wieder, diesmal grüßend Richtung Abteiltür. „Diese Rechnung musst du nun für jedes Jahr darstellen. Kannst du mir das schicken? Danke! – Was? – Ich weiß auch nicht, wer das kaufen will, irgendeiner aus Russland.“ Er legt auf, lächelt und sagt: „’tschuldigung!“

Der Mann wirkt unruhig, immer wieder blickt er auf den Computer und aufs Blackberry. Bis 18 Uhr muss die Auswertung, die nun der Kollege in Frankfurt bearbeitet, beim Kunden sein. Und um 18 Uhr ist der Zug noch unterwegs. Er braucht eine Internetverbindung, dringend.

„Jeder, der in meinem Bereich arbeitet, weiß: Nichts tun führt dazu, dass Deals sterben.“ Und das will er nicht, er wird ja auch erfolgsabhängig bezahlt. Der Deal soll leben! Da müsse man eben 24 Stunden am Tag erreichbar sein.

Was machen Sie beruflich genau?

Private Equity. Beteiligungen an Unternehmen, in die wir Gelder unserer Kunden investieren und die wir wertvoller machen. Gerade war ich in Leipzig bei einer Firma, die wir übernommen haben.

Da haben die Mitarbeiter auch Angst, oder?

Deswegen schickt man mich ja, weil ich nett bin.

Auf dem Sitz neben dem Mann liegt ein Buch. „Bazar statt Börse: Meine Reise zu den Wurzeln der Wirtschaft“ von Conor Woodman.

Was ist das für ein Buch?

Das hat mir mein Vater geschenkt, es handelt von einem Analysten, der seinen Job kündigt und stattdessen mit Kamelen handelt.

Wäre das auch was für Sie?

Nein, ich tue meine Arbeit sehr gern. Ich finde Frankfurt super. Es ist schon cool, dass die Leute, mit denen ich zu tun habe, alle ähnlich sind. Die sind pfiffig, extrem gut ausgebildet.

Und Sie?



Illustration: Claudia Medrow

Die gesellschaftliche Aktualität der Reformation

Im Jahr 2017 jährt sich die Reformation zum 500. Mal. Die Reformation hat alles verändert, nicht nur Kirche und Theologie, sondern auch Politik und Gesellschaft, Wirtschaft, Kultur, Bildung und Medien, privates und öffentliches Leben. Mit einer großen, mehrjährigen Veranstaltungsreihe, die von der Bundeszentrale für politische Bildung (bpb) und der Beauftragten für Kultur und Medien der Bundesregierung (BKM) gefördert wird, diskutieren die Evangelischen Akademien in Deutschland, wie sehr die Folgen dieses Ereignisses unsere Welt bis heute prägen und vor welchen aktuellen Veränderungen wir jetzt stehen. Im zweiten Halbjahr 2015 finden mit Bezug zur Reformation u. a. folgende Veranstaltungen statt:

Work-Leadership-Society

Protestantische Perspektiven auf Arbeit als gesellschaftlichem Phänomen

Oktober bis Dezember 2015 – Vier Mittagsakademien

Evangelische Akademie Frankfurt
www.evangelische-akademie.de

„Bewegte Reformation“

30. 10. – 1. 11. 2015

Evangelische Akademie Meißen
www.ev-akademie-meissen.de

Befreiungstheologie und Bauernkriege im Spiegel reformatorischer Gedanken

12. – 13. 11. 2015 in Bad Herrenalb

Evangelische Akademie Baden
www.ev-akademie-baden.de

Luther-King-Bach-Jazz

Zur Nachwirkung der Reformation im zivilen Ungehorsam – eine politisch-musikalische Aktualisierung

13. – 15. 11. 2015 in Jena

Evangelische Akademie Thüringen
www.ev-akademie-thueringen.de

Nachhaltige Entwicklung zu einer zukunftsfähigen Gesellschaft

Transformation als besondere Verantwortung von Wissenschaft und Zivilgesellschaft

20. – 22. 11. 2015

Evangelische Akademie Villigst
www.kircheundgesellschaft.de



Längst ist der Zug hinter Helmstedt über die ehemalige deutsch-deutsche Grenze gefahren. **Vor Halle an der Saale muss der Intercity warten**, bis ein Gleis am Hauptbahnhof frei wird. Er ist in einer Kurve zum Stehen gekommen und hat nun Schräglage. Eine ältere Dame wartet schon auf dem Gang und muss sich festhalten. Sie erzählt:

Es bräuchte hier Griffe, um sich festzuhalten. Na ja. Normalerweise benutzt der Zug eine andere Trasse. Aber weil gebaut wird, fährt er hier entlang. Ich kenne die Strecke schon seit DDR-Zeiten. Es gab sogar mal eine Direktverbindung, die auch einen Halt bei uns in Celle vorgesehen hatte.

Ich hatte zwei Tanten in Halle.

Was ich an der Saale alles erlebt habe! Den kompletten Haushalt musste ich auflösen. Oje, war das viel Arbeit. Die Tanten leben nun beide nicht mehr. Ich komme aber weiterhin nach Halle, auch wenn andere Städte in Ostdeutschland viel stärker beachtet werden. Diesmal besuche ich die Händel-Festspiele. Das wird schön!

Der Zug fährt in den Bahnhof ein. Am Finger der Frau blitzt ein Solitär auf, ein Verlobungsring? Von einem Mann hat die Dame nichts erzählt. Jetzt ist sie weg, ist ausgestiegen. Das piepsende Warnsignal ertönt, die Türen schlagen zu, rumms, weiter geht's.



› Ich auch, mein Vater ist ebenfalls in der Finanzbranche, mir war das in die Wiege gelegt. Mit 15 haben mich meine Eltern nach England geschickt. Dort habe ich an der Cass Business School studiert. Und in Hongkong war ich ein Jahr.“

Am Zugfenster fliegt ein Vorort von Eisenach vorbei. Vor einem Haus ist eine riesige Thüringer Wurst in einem aufgeschnittenen Brötchen zu sehen,

Werbung für einen Imbiss. Wir verwickeln den Experten für Ökonomie in ein Fachgespräch.

Kann es sein, dass so viel Kapital auf den Finanzmärkten ist, dass bald wieder eine Blase platzt, wie 2008?

Es ist schon wahnsinnig viel Geld da. Aber in Deutschland wird doch moderat gewirtschaftet. Ob das schiefgeht? Puh, da müsste ich Wirtschaftsweiser sein.

Haben Sie Familie?

Eine Freundin habe ich. Sie studiert noch. Da kann sie sich die Zeit mit mir ganz gut einteilen.

Ein weiterer Mann steigt zu, auch er hat einen Computer dabei. Der Finanzmensch bietet an, auf dem Tisch Platz zu machen. „Nicht nötig“, sagt der andere, „ich nehme meinen Rechner immer auf den Schoß.“

Hanau

Der Bistrowagen hat sich langsam gefüllt, es geht auf den Abend zu. An einem Tisch lamentiert ein großer Mann. Er ist genervt von seinem Arbeitgeber, einem Konzern. „Die gehen mir so auf den Sack! Die machen das alles, ohne den Betriebsrat zu informieren.“ Seine Begleitung nickt stumm. Am Tisch nebenan sitzt eine junge Frau mit dunklen Haaren und weißer Bluse. Es sieht so aus, als würde sie sich an ihrer Kaffeetasse festhalten. **Der Zug erreicht Hanau in Hessen**, der Lamento-Mann geht, es wird still.

Wo wollen Sie hin?

Ich muss noch nach Stuttgart. Ich war zum Vorstellungsgespräch in Thüringen. Dort bin ich auch aufgewachsen. **Und Sie wollen wieder nach Hause, weil Sie Heimweh haben?**

Nee, ich komme einfach beruflich nicht weiter. Das habe ich meinem Chef auch schon oft gesagt.

Das ist mutig!

Ja? Was soll ich machen! Er weiß schon länger, dass ich eine Perspektive will. Aber wir sind eben auch nur eine kleine Firma. In Erfurt wäre ich beim Land beschäftigt, da sind die Möglichkeiten viel größer. Und das Gespräch ist wirklich gut gelaufen. In fünf Tagen weiß ich Bescheid. Selbst wenn es jetzt nicht klappt, wollen sie meine Mappe in der Personalabteilung hinterlegen,

und wenn wieder was frei wird, bin ich im Rennen.

Schnell packt die Frau in der weißen Bluse ihre Sachen zusammen, als die Frankfurter Hochhäuser am Fenster auftauchen. Hier muss sie raus, umsteigen. Ihre Kontaktdaten will sie per E-Mail schicken. Aber sie schreibt nie. Falls sie eine Zusage bekommen hat, wird sie nun auch nicht mehr oft auf dieser Strecke unterwegs sein. Aber auf einer anderen Trasse vielleicht, als eine von sieben Millionen Menschen, die Bahn fahren – jeden Tag. ◀

Frankfurt



Nils Husmann, 39, wird auf jeder Fahrt in Gespräche verwickelt. Vielleicht, weil er immer „Guten Tag!“ sagt, bevor er sich setzt.



Lena Uphoff, 37, fotografierte in Bitterfeld den Zug von außen, da schlossen sich die Türen. Zum Glück bemerkte der Zugchef sie gerade noch rechtzeitig.

Der arme Alexander

Alles dreht sich um ihn, immer. Er hat es aber auch schwer!
Und seine Freunde hat er ganz schön an der Angel...



Haben wir kein anderes Thema als immer unser Sorgenkind?
Susanne Breit-Keßler antwortet auf Fragen, die uns bewegen

„Kommt Alexander heute?“, fragt Sabine besorgt. Die Freunde sitzen nach der Arbeit zusammen. „Er muss noch seine Mutter im Altenheim besuchen“, sagt Petra. „Ich glaube, er hat auch einen Termin beim Kardiologen – in letzter Zeit plagt ihn Herzrasen.“ – „Sein Chef scheint ihn ziemlich zu belasten“, meint Werner. Alexander und seine Kümmernisse beschäftigen alle sehr. Als er kommt, machen sie sich noch mehr Gedanken: Er hat Probleme mit dem Vermieter, und eine Geldanlage bringt nur Verlust. Spätabends gehen die Freunde auseinander – voller Mitgefühl für den armen Kerl.

Es gibt Menschen, von denen man sich Tag und Nacht einspannen lässt. Sie rufen einen während der Arbeit an, schreiben am Wochenende dringliche Mails, schicken eine SMS nach der anderen und klingeln um 23 Uhr an, weil sie Liebeskummer haben. Das muss natürlich alles möglich sein. Jeder Mensch braucht Freunde, die einem beistehen. Die anpacken, zuhören, notfalls auch stundenlang.

Regine etwa hilft bei jedem Umzug. Wenn sie etwas in die Hand nimmt, kann man sich getrost zurücklehnen. Laura ist die erste Adresse, wenn man besprechen will, was im eigenen Leben mal wieder anders werden muss. Heilpraktiker Richard löst schlimmste seelische Verspannungen mit Herz und Hand. Mit Lars darf man jedes Eheproblem diskutieren. Schwierig wird es, wenn einer immer allein im Mittelpunkt steht. Wenn alle sich nur noch um eine einzige Person kümmern, die Zeit und Energie vollkommen für sich in Anspruch nimmt.

So ein Mensch dominiert sogar in Abwesenheit Gesprächsthemen und Stimmung. Man verliert jede Unbekümmertheit, macht sich Gedanken ohne Ende, redet noch über ihn, wenn er längst weg ist. Man bemüht sich um die Familie des Sorgenkinds, plant seine Erholungsurlaube, überlegt sich, wie man seine finanziellen Defizite ausgleichen könnte. Man sucht nach den besten Therapeutinnen. Ein ganzes Heer von Helfenden ist unterwegs, um einem einzigen Menschen beizustehen. Das kann für eine Zeit richtig und wichtig sein. Und natürlich braucht mancher sein Leben lang solche Unterstützung.

Aber manchmal hat man das dumpfe Gefühl: Der andere, den man da mit vereinten Kräften betüddelt, findet das nicht schlecht. Im Gegenteil: Er aalt sich in der allgemeinen Aufmerksamkeit und zieht Nutzen aus der Fixierung auf ihn und seine Probleme. Dann wird es höchste Zeit, Grenzen zu ziehen und die Verantwortung für sein Leben an den Betreffenden zurückzugeben. Zum einen hat man sonst auf Dauer keine Energie mehr für das, was man selber zu stemmen hat – und statt der Fröhlichkeit, aus der man sonst neue Kraft schöpft, kehrt eine Art Dauerdüsternis ein.

Außerdem: Ein Mensch wie Alexander, der sich ständig helfen und beraten lässt, wird unselbstständig – und kann irgendwann überhaupt nicht mehr selber entscheiden, was zu tun ist. Er wird handlungsunfähig – genau das Gegenteil von dem, was Helfende eigentlich wollen sollten. Der, der mit seinen Nöten im Zentrum des Geschehens ist, gewöhnt sich möglicherweise daran – und produziert unbewusst vielleicht neue Sorgen, um nur ja nicht die ganze Zuwendung zu verlieren. Kennt man so jemanden, dann kann man ihm deutlich machen, dass er einem immer lieb und wert ist – selbst wenn mal gar nichts Besonderes los ist. Normal ist auch schön. ◀



Scannen und hören:

Susanne Breit-Keßler im Gespräch. Auch auf:

➤ chrismon.de/im-vertrauen

Wissen die Kirchen mehr als andere?

Warum mischen sie sich in Klimafragen, Schuldenfragen, Friedensfragen, Wirtschaftsfragen, Familienfragen ein?



✦ Fluglärm in Frankfurt. Hüttensterben im Ruhrgebiet. Castortransporte. Kirchengemeinden melden sich zu Wort, wenn Gefahren für Leib und Seele drohen oder zu drohen scheinen. Und mit schöner Regelmäßigkeit ernten sie dafür Häme. Was versteht ihr überhaupt davon? Was sollen eure fachfremden Einmischungen? Überlasst die Beurteilung doch lieber denen, die mehr vom Thema verstehen!

Fakt ist: Kirchen und ihre Mitglieder wissen nicht mehr als andere, und sie sind auch nicht für alles zuständig. Aber sie betrachten manches Streitthema unter einer anderen Perspektive als die Fachleute aus Politik, Wirtschaft oder Naturwissenschaft. Christen wollen wissen: Was ist gut für die Menschen? Ihr Maßstab dabei: das christliche Menschenbild.

Statt Einzelinteressen in der Wirtschaft zu verteidigen, wollen sie möglichst vielen Menschen gerecht werden, zum Beispiel beim Thema Erwerbsarbeit. Jeder Mensch soll die Freiheit und Möglichkeit haben, für sich selbst zu sorgen. Geht es um politische Fragen, stehen bei ihnen nicht parteipolitische Überlegungen im Vordergrund, sondern die ganze Lebenslage der Menschen, auch jener, die von unserem Rechtssystem nicht erfasst werden – wie Menschen ohne Aufenthaltsrecht. Zum christlichen Menschenbild gehört also auch die Fürsorge für andere.

Kritische Nachfragen stellen die Kirchen regelmäßig zu den Themen Globalisierung oder Schuldenerlass. Abgeordnete im Deutschen Bundestag mögen die Lebensverhältnisse von Ureinwohnern am Amazonas nicht so wichtig sein wie Mitarbeitern von kirchlichen Entwicklungsorganisationen. Anders als für Minister und Kanzlerin, die geschworen haben, sich „dem Wohle des deutschen Volkes (zu) widmen, seinen Nutzen (zu) mehren...“, gibt es für die Kirchen keinen grundsätzlichen Unterschied zwischen In- und Ausländern. Oder: Ein Unternehmen, das sich mit der gentechnischen Manipulation von Saatgut befasst, soll nach Auffassung der Kirchen auch die langfristigen Gefahren und Nachteile seiner Erfindungen im Blick haben. Kirchen fühlen sich der ganzen Schöpfung verpflichtet. Sie sagen: Politischer Pragmatismus und wirtschaftlicher Gewinn sind nicht alles.

Was gut ist für die deutsche Rüstungsindustrie, muss noch lange nicht im Inte-

resse aller Menschen sein. Rüstungskonzerne geben, das ist die gute Seite, vielen Menschen Arbeit und spülen Geld in die Kassen der Finanzämter. Aber sie helfen auch beim Töten. Mit Recht kümmern sich deshalb Kirchen und Friedensgruppen um Waffen und Kriegsgüter aller Art und um die Friedenssehnsucht der Menschen.

Es ist gut, dass die Kirchen einen anderen, einen zweiten Blick auf die Entwicklungen werfen und danach fragen, was gerecht ist. Deshalb ist es besonders schmerzhaft, wenn sie bei manchen Themen nicht zu den Vorkämpfern für Menschlichkeit, sondern zu den Verspäteten gehören – wie die katholische Kirche in der Frauenfrage. Oder beim Thema Verhütung. Da ist die kirchliche Basis mit ihren Auffassungen der offiziellen Lehrentwicklung schon weit voraus. Aber die sogenannten Basischristen können auch nicht immer der Maßstab sein: dann zum Beispiel nicht, wenn evangelische Christen bei den Pegida-Demonstrationen in Dresden mitmachen. Verantwortung hingegen zeigen die Christen in Kirche und Politik, die gegenwärtig ernsthaft um einen Weg beim Thema Sterbehilfe ringen.

Bei naturwissenschaftlichen Streitfragen ist es für die Kirchen besonders mühsam, eine Position zu erarbeiten. Erst müssen sie sich das Fachwissen aneignen, um es dann ethisch zu reflektieren. Ihr Weg ist also weiter und mühevoller als der der Fachwissenschaftler. Aber er ist leicht nachvollziehbar. Denn wann immer sich die Kirchen äußern, legen sie auch die Maßstäbe für ihre Einschätzungen offen: das christliche Verständnis vom Menschen. So kann sich jeder, der will, ein Bild davon machen, warum sich die Kirchen einmal wieder in einer aktuellen Frage „einmischen“.

Eduard Kopp

Haben Sie religiöse Fragen? Schreiben Sie (bitte mit vollständiger Anschrift) an: chrismon, Stichwort: Religion für Einsteiger, Postfach 50 05 50, 60394 Frankfurt am Main, oder per E-Mail: religion-fuer-einsteiger@chrismon.de.



Scannen und hören:
Pastor Henning Kiene erläutert das aktuelle Thema.
Auch auf chrismon.de/religion-fuer-einsteiger

Was muss man WISSEN, um zu glauben?



Eduard Kopp, Burkhard Weitz
WOFÜR SIND DIE ENGEL DA?
RELIGION FÜR EINSTEIGER

Was muss man wissen, um zu glauben? Das Buch bietet einen Einstieg in wichtige religiöse und ethische Debatten – unterhaltsam und ohne zu theologisieren. 30 kluge Antworten auf Fragen wie: „Wo ist der Himmel?“, „Glauben Frauen anders als Männer?“ und „Was sagt die Bibel zum Thema Sex?“

136 Seiten, gebunden,
12 x 19 cm, zahlr. Farbfotos, Broschur
Bestellnr. 2131 € 9,90

BESTELLEN SIE JETZT

Web: www.chrismonshop.de
Telefon: **0800 247 47 66** (gebührenfrei)
E-Mail: bestellung@chrismonshop.de
oder bei Ihrem Buchhändler

Ist das Löwenzahn?



Auf meinen Alltagswegen laufe ich dauernd ahnungslos an irgendwelchem Grünzeug vorbei. Aber diesmal nehme ich eine Botanikerin mit – wir wollen herausfinden, was ich allein auf 500 Metern alles an Charakterpflanzen übersehe. Einen Garten Eden in Mini! Auch Sie werden diese Pflanzen beim nächsten Gang ins Büro, zur Hundewiese oder Kita erkennen. Versprochen

✦ Text: Christine Holch



Rainfarn
Knallgelbe Knöpfchen, auf den ersten Blick ohne Blütenblätter

Wie es sich für eine Botanikerin gehört, hat Indra Starke-Ottich feste Schuhe an den Füßen und um den Hals eine kleine Lupe. Die 37-Jährige ist Forscherin am Senckenberg-Institut in Frankfurt, macht aber auch Führungen und weiß daher, wie viele Wildpflanzen die meisten Erwachsenen kennen: wenige...

Auch ich erkenne sicher nur Löwenzahn, Klee und Gänseblümchen. Dabei leben in Deutschland Tausende wilde Pflanzenarten. Aber nun wird mir „meine“ Botanikerin acht Pflanzen zeigen, die überall in Deutschland wachsen und die auch noch im August blühen.

Auf den Wiesen am Stadtrand allerdings brauchen wir gar nicht erst zu suchen, da blüht im August fast nichts mehr. Weil, so erklärt Indra Starke-Ottich, die Wiesen so stark gedüngt werden, dass die Landwirte mindestens sechs Mal pro Saison Heu einfahren können – statt wie früher nur zwei Mal. So viel Dünger lässt manche Gräser kräftig sprießen, für zarte Blümchen bleibt da kein Platz. Deshalb sind landwirtschaftliche Wiesen grün und nicht bunt.

Aber als Grünzeug kann man ja auch woanders wohnen: zum Beispiel am Wegrand oder an all den anderen öden Flecken, für die sich niemand zuständig fühlt. Auf diesen „Ruderalflächen“ ist auch im August noch richtig was los. Schon am Weg von der U-Bahn-Station werden wir fündig – da hat sich ein Gewächs zwischen die Pflasterritzen am Rand geklemmt.



Indra Starke-Ottich, 37, ist promovierte Botanikerin und forscht am Senckenberg-Institut in Frankfurt am Main

Der Kaffee-Ersatz, der am Weg wacht: Wegwarte (Cichorium intybus)

Ein spindeldürrer, fast blattloser Geschöpf – aber mit knallblauen Blüten! Wer allerdings erst spät an einem heißen Tag vorbeikommt, sieht wieder nur das dürre Gerüst. Denn bei Wärme schließt die Wegwarte ihre Blüten schon mittags, für immer. Die Blüten für den nächsten Tag sind natürlich schon in Vorbereitung. Zur Freude der Hosenbiene, die auf die Wegwarte spezialisiert ist und tatsächlich so was wie Hosen anhat: einen dichten Pelz an den Hinterbeinen.

So heikel die Wegwarte mit ihren Blüten ist, so hart im Nehmen ist ihre Wurzel. Sogar mit Streusalz kommt sie zurecht. Bitter schmeckt diese Wurzel, und genau deshalb interessierten sich unsere Vorfahren dafür. Geröstet und gemahlen konnte man damit teuren Kaffee strecken oder auch ganz ersetzen. In Getreidekaffee wie „Caro“ oder „Linde's“ ist auch heute noch ein Anteil Zichorienpulver.

Hübscher Wucherer: Rainfarn (Tanacetum vulgare)

Auch leicht zu erkennen, mit seinen knallgelben Knöpfchen. Aber in den Garten sollte man sich den Rainfarn nicht pflanzen, denn er verbreitet sich über unterirdische Ausläufer und das bis zu 90 Zentimeter tief. Giftig ist er zudem. So giftig, dass man einst Rainfarnöl bei Wurmbefall gab. Manchmal genas der Patient, manchmal wurde er noch kränker.

Meine Botanikerin kennt Rezepte der Nonne und Universalgelehrten Hildegard von Bingen (1098–1179) für Rainfarnöl-Küchlein, die den Appetit anregen sollten. „Okay, das ist heute nicht mehr so das Thema“, sagt Indra Starke-Ottich trocken, „aber damals, wenn



Wegwarte
So leuchtend blau wie sonst fast keine Wildpflanze



Kranke so gar keinen Appetit hatten und immer schwächer wurden, konnte das schon helfen.“ Und heute? Könnte man ein paar Knöpfchen abrufen und in Duft- oder Mottenkissen stecken, wenn man die Nase voll hat von Lavendel.

Mit bloßem Auge zu erkennen: Jeder der gelben Knöpfe besteht aus vielen Einzelblüten, 100 sollen es sein. Und alle haben nur eine ein Millimeter lange Röhre bis runter zum Nektar – das freut Kurzrüssler wie Käfer und Wanzen.



Beifuß

Der Hochgewachsene mit dem lilabraunen Stamm

Wie diese Pflanzen sich anstrengen, damit Insekten in den Blüten herumkrabbeln und Pollen mitnehmen! Warum eigentlich, sie könnten sich doch auch selber bestäuben? Nein, die Pflanzen wollen ihre Gene mischen, um Gendefekte zu vermeiden, erklärt meine Botanikerin. Viele Pflanzen sind deshalb selbststeril: Kommt eigener Pollen auf die Narbe, passiert gar nichts. Andere Blühpflanzen regeln das so: Erst reift der männliche Pollen, und wenn der weg ist, reift die Narbe – die kann dann nur noch mit dem Pollen anderer Blüten befruchtet werden.

Plagegeist mit Migrationshintergrund: Gewöhnlicher Beifuß (Artemisia vulgaris)

Allergiker sollten um dieses Gewächs einen Bogen machen, jedenfalls morgens zwischen sechs und elf Uhr, wenn der Beifuß seine Pollen freisetzt. Er blüht zwar recht unscheinbar, nämlich mit braun-gelb-weißlichen Kügelchen, aber sein Blütenstaub gehört zu den wichtigsten Allergieauslösern. Den Beifuß kann man leicht erkennen: Der Stamm ist lilabraun, die Blätter sind stark geschnitten und auf der Unterseite weißfilzig.

Mit den Blüten können findige Köche und Köchinnen etwas anfangen: fetten Braten etwa von Schwein oder Gans verträglicher machen. Die Knospen enthalten Bitterstoffe, die die Magensaftproduktion ankurbeln.

Und der Migrationshintergrund? Der Beifuß ist schon lange da und trotzdem nicht einheimisch, erklärt die Botanikerin. Er ist ein typisches Ackerunkraut oder, politisch korrekt, Ackerbegleitkraut. Wahrscheinlich kam der Beifuß in der Jungsteinzeit aus dem Nahen Osten nach Mitteleuropa – als nicht beabsichtigte Beimischung von Getreidesamen.

Unsere Wiesen sind orientalisches! Gut, das ist jetzt etwas grob ausgedrückt. Trotzdem nicht ganz falsch. In Mitteleuropa lebten die Menschen 7000 Jahre vor Christus von dem, was sie herumziehend erbeuteten: von Bären und Beeren. (Wurzeln und Vögel waren natürlich auch lecker.) Die Menschen im Nahen Osten waren damals kulturell viel weiter: Sie wohnten in Dörfern, bauten Getreide wie Emmer, Einkorn und Hirse an, züchteten Äpfel, hielten Nutztiere. Dieses Gebiet nennt man den „Fruchtbaren Halbmond“; heute liegen dort Länder wie Libanon, Syrien, Irak.

Aber wie kam die bäuerliche Kultur nach Mitteleuropa? Wurde eine Art „Starterpaket“ aus Samen und Nutztieren gehandelt? Oder wanderten Menschen aus dem Nahen Osten über Generationen immer weiter nach Westen? Man weiß es nicht und wird es womöglich nie wissen.

Einige Tausend Jahre später brachten die Römer einen weiteren Schwung fremder Nutzpflanzen in hiesige Gefilde – und damit auch weitere Ackerunkräuter: zum Beispiel Klatschmohn, Kornblume und Echte Kamille.

Die Schöne mit dem schwarzen Punkt: Wilde Möhre (Daucus carota)

Den roten Klatschmohn kennt jeder. Aber all das weiße Blütengeschäume auf Wiesen und an Wegrändern, wer soll das nur auseinanderhalten ohne Bestimmungsbuch? Ich brauche ein Erfolgserlebnis. Bitte sehr, sagt meine Botanikerin, die Wilde Möhre.

Die Wilde Möhre erkennt man an zwei Besonderheiten: Erstens zieht sich die reife Dolde bei Regenwetter wie eine Hand zusammen; und zweitens hat nur die Wilde Möhre einen schwarzen Punkt mitten im weißen Blütenmeer, die „Möhrenblüte“. Vielleicht kann sie damit Fliegen anlocken – der dunkle Punkt sieht aus wie eine Fliege, und wo eine Fliege sitzt, lassen sich gern weitere nieder. Fliegen und Käfer naschen besonders gern an den flachen Möhrenblüten, weil sie keine langen Rüssel haben wie Bienen und Hummeln. Die Möhre ist ein Buffet für jeden. Nur nicht für den Menschen – die Rübe ist dünn. Die Wilde Möhre ist wohl nur eines der Großelternstücke der Gartemöhre.



Wiesen-Knäuelgras

Die Knäuel erkennt jeder. Blattscheiden sind für Fortgeschrittene



Gras für Anfänger: Wiesen-Knäuelgras (Dactylis glomerata)

Dieses Gras zu erkennen schafft jeder. Kein anderes Gras hat solche zusammengeknäulten Ährchen. Und wer das Knäuelgras entdeckt hat, kann mit weiterem Wissen prunken: „Hier herrscht Überdüngung!“ Das Pflänzchen ist ein Stickstoffanzeiger. Viel Stickstoff gibt es zum Beispiel am Wegrand (Hundeurin), neben Autobahnparkplätzen (Menschenurin) oder auf häufig gemähten Wiesen (Dünger). Wiesenblumen wachsen meist nicht neben diesem Gras, es hat starke Ellenbogen. Ach ja: Ein Heuschnupfenauslöser ist es auch.

Gewinnerin des Klimawandels: Kanadische Goldrute (Solidago canadensis)

Die Kanadische Goldrute, aus Nordamerika als Zierpflanze eingeführt, breitet sich seit etwa 1950 in Mitteleuropa rasant aus. Sie ist aus Gärten ausgewandert und wurde außerdem von Imkern in die freie Natur gepflanzt, weil sie Bienen sogar noch im Oktober Nektar bietet, wenn die meisten einheimischen Blütenpflanzen längst verblüht sind.

Diese Goldrute ist ein Neophyt, der langsam problematisch wird, denn sie kann Flächen im Nu füllen, vor allem mit ihren unterirdischen Kriechsprossen. In der Schweiz ist der Verkauf verboten, in Deutschland nicht – derzeit wächst sie hierzulande vor allem auf Brachflächen im Siedlungsgebiet, etwa in ehemaligen Gärtnereien oder auf verwaisten Fabrikgeländen. Nur in Süddeutschland wurde sie auch in schutzwürdigen Streuobstwiesen gesichtet. Zweimal im Jahr abgemäht zu werden, kann sie allerdings nicht leiden.

Die Kanadische Goldrute könnte zur Gewinnerin des Klimawandels werden, vermutet Indra Starke-Ottich, die ihre Dissertation über Neophyten geschrieben hat. Ist es länger trocken und heiß, dann ändert die Goldrute flugs ihren Stoffwechsel. Viele einheimische Pflanzen kommen da nicht mit, sie hatten sich ursprünglich ja an das einst bewaldete Deutschland angepasst. Die Goldrute kann sogar in kargen Fugen wachsen – sie bleibt dann kleinwüchsig, blüht aber trotzdem. Solch „Plastizität“ macht Pflanzen erfolgreich.



Wilde Möhre

Mittig ein schwarzer Punkt, die „Möhrenblüte“



Kanadische Goldrute

Füllt Flächen in null Komma nichts



Stumpfblättriger Ampfer

Erhebt als Erster das Haupt nach der Mahd – ein Platzräuber



alle Pflanzen, die vor 1492 eingeschleppt wurden, nennt man „Archäophyten“; sie sind nicht einheimisch, dennoch stehen viele heute unter Naturschutz. Pflanzen dagegen, die erst nach der Entdeckung Amerikas 1492 kamen, heißen „Neophyten“, Neupflanzen also. 432 neu eingebürgerte Pflanzen hat das Bundesamt für Naturschutz gezählt. Nur 38 von ihnen gelten als problematisch, weil sie mit heimischen Arten um Licht, Wasser, Boden konkurrieren und mancherorts die Einheimischen sogar verdrängen.

Den keiner mag: Stumpfblättriger Ampfer (Rumex obtusifolius)

Sie kennen diese Pflanze, garantiert! Das ist das großblättrige Teil, das auf Pferdeweiden alleine stehen bleibt, weil die Pferde drum herumfressen. Oxalsäure macht diesen Ampfer ungenießbar. Es ist eben nicht jeder Ampfer ein Sauerampfer. Der hier ist zudem konkurrenzstark, ein Platzräuber: Bevor er in die Höhe wächst, deckt er mit seinen breiten Blättern schon mal den Raum ab. Und man kriegt ihn schwer wieder los, er wurzelt bis zu zwei Meter tief, am liebsten da, wo viel Gülle in den Boden gesickert ist. Ein paar Liebhaber hat er aber doch: die Raupen des Großen Feuerfalters, eines Tagschmetterlings, und der Graubraunen Seidenglanzeule, eines Nachtfalters.

Harmloser Exot: Einjähriges Berufkraut (Erigeron annuus)

Die heimische Variante des Berufkrauts hat man Kindern in die Wiege gelegt, zum Schutz gegen Verwünschungen (Berufungen). Dieses Berufkraut hier aber ist eine aus Gärten ausgebüxte Zierpflanze, wahrscheinlich wurde sie im 17. Jahrhundert aus Nordamerika importiert. Sie wächst gern an Bahndämmen und Bauzäunen, wo sie eine Weile ungestört ist. Ein harmloser Neophyt, meint die Botanikerin, er verdrängt dort keine einheimischen Pflanzen,

„denn was wäre die natürliche Vegetation eines Bauzauns oder eines Bahndamms? Gab's ja vor Tausenden von Jahren noch nicht, als sich die einheimischen Pflanzen ihre Standorte suchten.“ Anders würde Indra Starke-Ottich das Berufkraut erst sehen, wenn es an Quellstandorten vorkäme oder in Eichen-Hainbuchen-Wäldern. „Dann wäre ich alarmiert.“



Christine Holch, 55, findet, es gibt zu viele gelbe Blumen. Wie soll sie die je auseinanderhalten?

Einjähriges Berufkraut

Wie magere Gänseblümchen am Stiel



Jetzt Newsletter bestellen und 5 € **Gutschein** sichern!*

Schönes für den Schulanfang

Noch ist das stille Sitzen ungewohnt. Da sorgen kreative Spiele am Nachmittag für Ausgleich. Mehr Ideen für die Schultüte finden Sie auf www.chrismonshop.de

Carla und Caspar mit Schultüte

Unverkennbare Originale aus der Manufaktur Kunsthandwerk Köhler. Ein liebenswertes Geschenk für ABC-Schützen oder ihre Eltern. Auch nach Jahren sind die Figuren eine schöne Erinnerung an den ersten Schultag.

Aus Lindenholz gedrechselt, farbig lasiert, Höhe ca. 8 cm



Bestellnr. 5823
25,90 €

Bestellnr. 5824
25,90 €



Murmelmäus

Alle Neune treffen oder die Geschicklichkeit in zahlreichen lustigen Varianten testen. Mit dem Murmelmaus-Katapult haben Kinder und Erwachsene Spaß.

Murmelmäus, 6 Glasmurmeln, 1 Spielfeld, 9 Kegel, ausführliche Anleitung, 13 x 6,5 x 2,5 cm, ab 6 Jahren

Bestellnr. 5916
24,90 €



Neu

Bestellnr. 5921
29,90 €

Legespiel Farbspirale

Die leuchtenden Farben und samtigen Oberflächen laden ein, neue Bilder und Muster zu legen. Das wunderschöne Legespiel begleitet die ganze Kindheit, da immer wieder neue Spielmöglichkeiten entdeckt werden können.

72 Teile, im Holzrahmen, Holz: Birken- oder Pappelsperholz farblich lasiert, Rahmen geölt. Durchmesser 21 cm, Höhe 7 mm. Die Farben sind speichelecht und gesundheitlich absolut unbedenklich.

Auch mit Durchmesser 38 cm erhältlich, Artikelnr. 5922

Für die ganz Kleinen

Zum Vorsingen und Mitspielen



Neu

Bestellnr. 5923
12,90 €

Scheibenturm

Farben und Größen zuordnen, bauen und stapeln: Das schult die motorischen Fähigkeiten kleiner Kinder. Die Scheiben aus hellem Buchenholz werden von Hand geschliffen und in Farblasuren getaucht. Dadurch entsteht die leuchtende, samtige Oberfläche.

5 Scheiben und Schutzkappe, Höhe 12 cm. Die Farben sind speichelecht und gesundheitlich absolut unbedenklich. Ab 1 Jahr. Auch in 22 cm Höhe mit 10 Scheiben erhältlich, Artikelnr. 5924



Neu

Bestellnr. 2293
8,90 €

Matthias Claudius Der Mond ist aufgegangen

Wer kennt es nicht? Das wunderbare Abendlied hat Generationen von Kindern in den Schlaf begleitet. Katja Gehrman hat das Pappbilderbuch für Kleinkinder ab 1 Jahr liebevoll illustriert. Junge Eltern freuen sich darüber zur Geburt, zur Taufe oder zum ersten Geburtstag.

20 Seiten, Pappe, 20 x 20 cm



Bestellnr. 2237
9,90 €

Rolf Krenzer

Halte zu mir, guter Gott

Ein Segenslied zur Einschulung. Die Bilder, in denen ein spannender Schultag des Mädchens Mia erzählt wird, greifen Themen wie Neugierde, Freundschaft und Streit auf. Sie laden zum Entdecken, Weitererzählen und zum ersten selbstständigen Lesen ein.

Mit Illustrationen von Katja Gehrman. 62 Seiten, geb., 15 x 21 cm, ab 6 Jahren



Geo ABC

Das beliebte „Stadt, Land, Fluss“ in großzügiger Ausstattung.

4 Stifte, 1 Block, Holzkassette mit Drehscheibe, Kiefer geölt, 27 x 18 x 4,5 cm, ab 6 Jahren

Bestellnr. 5737
27,90 €



Bestellnr. 5717
22,90 €

Zauberstempel

Acht verschiedene Stempel, die sich immer wieder neu kombinieren lassen. Die Motive können ergänzt, ausgemalt und ausgeschnitten werden. Geschenkpapier, Briefbögen, Postkarten und vieles mehr werden so zu kleinen Kunstwerken.

8 Stempel und 1 Stempelkissen, ab 6 Jahren



* Gilt nicht für preisgebundene Bücher

chrismonshop.de

chrismonshop.de

Genießen mit Freunden...

...und alleine



Neu

Pfiffiges für Tisch und Küche aus den Werkstätten der Caritas Werkstätten Wendelstein

Gewürzregal

Das ansprechende Gewürzregal aus geräucherter und geölter Eiche bietet viel Platz für Ihre Lieblingsgewürze. Es wird fertig montiert geliefert und kann an die Wand gehängt oder einfach aufgestellt werden. Die passenden, individuell beschreibbaren Gewürzdosen finden Sie auf chrisonshop.de, Bestellnr. 5893.

Eiche, geräuchert und geölt, 42 x 36 x 8 cm

Bestellnr. 5892
79,00 €



Servierbrett Dackel

Dieses originelle Servierbrett ist ein Hingucker bei jeder Mahlzeit: ob als Frühstücksbrettchen am Morgen, als Vesperbrett für eine Mahlzeit zwischendurch oder am Abend als Käseplatte, für Fingerfood und andere leckere Snacks.

Nussbaumholz, ca. 39 x 24,5 cm

Bestellnr. 5907
35,00 €



Bestellnr. 5879
25,00 €

Neil MacGregor Eine Geschichte der Welt in 100 Objekten

Vom afrikanischen Faustkeil bis zur Solarlampe made in China – Neil MacGregor, Direktor des British Museum, beschreibt nicht nur 100 Objekte aus dem Museum, sondern erschließt uns durch ihre Betrachtung auf unterhaltsame Weise immer auch ein Stück Weltgeschichte. Ein kluges und ästhetisches Buch für Neugierige und ein wunderbares Geschenk.

Mit zahlreichen Farbfotos, 816 Seiten, Lesebändchen, geb., 15,1 x 5,3 x 20,5 cm

Die nimmt man gern in die Hand: Bücher, die man nicht von Anfang bis Ende liest, sondern sich nach Lust und Laune ein Kapitel aussucht



Bestellnr. 2272
14,90 €

Arnd Brummer (Hg.) Freunde. Freundinnen. Freundschaft. Ein Lesebuch

Ein Freund, ein guter Freund... Briefe, Gedichte und kurze Erzählstücke von der Antike bis in die Neuzeit zeigen, wie wertvoll echte Freundschaft ist. Dazu gibt es bisher unveröffentlichte Geschichten und Erzählungen von Thommie Bayer, Arnd Brummer, Ursula Ott und anderen.

132 Seiten, Broschur, 12 x 19 cm

Geschenk
Tipp

Vier Platzwürfel

Praktisch und schön: Platzwürfel aus geöltem Nussbaumholz. Zwei Seiten sind mit Tafellack behandelt und können mit dem mitgelieferten Kreidestift beschriftet werden: die Namen der Gäste, das Menü oder ein netter Gruß.

4 Platzwürfel mit Teelichtern und Kreide, je 6 x 6 x 6 cm

Bestellnr. 5710
45,90 €



Kipp-Kochlöffel

Kennen Sie das? Im Topf gerührt und den Löffel auf der Arbeitsfläche abgelegt, schon muss man wieder wischen. Bei diesem Kochlöffel machen die Details den Unterschied: Er liegt auf einem Silikonring, hat am Ende ein Gewicht – und die Arbeitsfläche bleibt sauber.

Geöltes Kirschbaumholz, Silikonring, Edelstahlkappe. Länge 35 cm

Bestellnr. 5891
16,90 €



Leselotte, rubinrot

Ganz bequem: ob im Sitzen oder Liegen – mit der Leselotte haben Sie beim Lesen die Hände frei. 21 x 15 cm

Bestellnr. 5700
25,90 €

Auch in blau, Artikelnr. 5699 und in rot mit weißen Punkten, Artikelnr. 5702

Lesenswert!

Ein Mut-mach-Buch
zum Thema Brustkrebs

Simone Heintze

Aufgeben? Niemals!
Meine Heilungsgeschichte

Schon als Jugendliche hatte Simone Heintze zwei Mal Krebs. Als sie im Alter von 39 Jahren die Diagnose Brustkrebs erhält, will sie es nicht glauben: nicht noch eine Chemotherapie! In ihrem Tagebuch schildert die sympathische Mutter von drei Kindern ihre Ängste und Verzweiflung, ihre Gespräche mit Ärzten und ihrer Psychoonkologin – und die wunderbare Erfahrung, im Glauben getragen zu werden.

Mit zahlreichen Farbfotos, 240 Seiten, geb., 13 x 20 cm



Bestellnr. 2271
18,00 €

Ihr Bestellschein

Versandkostenfrei ab 20 € Bestellwert.

Menge	Artikel	Bestellnr.	Seite	Preis
	Caspar mit Schultüte	5824	46	25,90 €
	Carla mit Schultüte	5823	46	25,90 €
	Geo ABC	5737	46	27,90 €
	Buch „Halte zu mir, guter Gott“	2237	46	9,90 €
	Zauberstempel	5717	46	22,90 €
	Murmelmäus	5916	47	24,90 €
	Legespiel „Farbspirale“	5921	47	29,90 €
	Scheibenturm	5923	47	12,90 €
	Buch „Der Mond ist aufgegangen“	2293	47	8,90 €
	Gewürzregal	5892	48	79,00 €
	Kipp-Kochlöffel	5891	48	16,90 €
	Vier Platzwürfel	5710	48	45,90 €
	Servierbrett Dackel	5907	49	35,00 €
	Buch „Eine Geschichte der Welt...“	5879	49	25,00 €
	Leselotte, rubinrot	5700	49	25,90 €
	Buch „Freunde. Freundinnen. ...“	2272	49	14,90 €
	Buch „Aufgeben? Niemals!“	2271	50	18,00 €

Bestellen Sie jetzt:

Telefon: 0800/247 47 66 (gebührenfrei)
Fax: 069/580 98-226
E-Mail: bestellung@chrismonshop.de
Post: Bestellschein an: chrismonshop,
Postfach 50 05 50, 60394 Frankfurt
Internet: www.chrismonshop.de

Name | Vorname

Straße | Hausnummer

PLZ | Ort

Telefon | Fax

Datum | Unterschrift

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 das Hansische Druck- und Verlagshaus GmbH, c/o Leipziger Kommissions- u. Großbuchhandelsgesellschaft mbH, Verlag 219/Remissionsabteilung, An der Südspitze 1-12, 04579 Espenhain, zurückzusenden, wobei die rechtzeitige Absendung genügt. Die Gefahr der Rücksendung trägt der Empfänger. Vom Käufer entsiegelte CDs können nicht zurückgegeben werden. Bitte beachten Sie: Versand und Rechnungsstellung erfolgen über unseren Dienstleister Leipziger Kommissions- und Großbuchhandelsgesellschaft mbH · An der Südspitze 1-12 · 04579 Espenhain



Ja, schicken Sie mir bitte den chrismonshop Newsletter

Das Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen

E-Mail-Adresse

Datum | Unterschrift

Leben ohne Crystal Meth

Bautzener holt Aussteiger aus der Einsamkeit

Die Vorher-Nachher-Fotos, die im Internet kursieren, sind grauenhaft: Crystal Meth macht aus gut aussehenden jungen Leuten magere Elendsgestalten mit Hautausschlägen und verfaulten Zähnen. Die Bilder stammen aus den USA, aber auch in Deutschland nimmt der Konsum zu. In Sachsen etwa ist es die zweithäufigste Droge nach Alkohol. Durch die Nähe zur tschechischen Grenze ist sie hier für wenig Geld zu haben.

André Ebert, angehender Sozialarbeiter in Bautzen, hat vor eineinhalb Jahren eine Selbsthilfegruppe für Aussteiger gegründet. „In der Region gab es sieben Gruppen für trockene Alkoholiker“, sagt Ebert, aber da passten die überwiegend jungen Leute einfach nicht rein. Der körperliche Verfall sei hier meist nicht so extrem wie in den USA – weil unser Gesundheitssystem besser ist –, aber die psychischen Veränderungen seien immens. Die Droge, die anfangs tagelang wach und euphorisch hält, schwächt das Gedächtnis, sie macht fahrig, aggressiv und depressiv, kann Psychosen auslösen. Viele verlieren nach und nach Führerschein, Job, Freunde und Partnerschaft. Nach dem Entzug sitzen sie dann allein zu Hause – Rückfall programmiert. Eberts Selbsthilfegruppe trifft sich alle zwei Wochen, steht per Handy und Internet in engem Kontakt, macht gemeinsame Ausflüge. Das hilft dabei zu entdecken: Es gibt ein Leben ohne Crystal Meth.



Reden, Billard spielen, Spaß haben: Die Gruppe trifft sich im Jugendzentrum

Fragen an André Ebert, Gründer der Selbsthilfegruppe Cryssel Bautzen

Wofür brauchen Sie Spenden?

Wir wollen einen Kleinbus kaufen. Einen gebrauchten, nichts Teures. Damit wir die Teilnehmer zu unseren Treffen abholen und danach nach Hause bringen können.

Wieso muss das sein?

Es wäre eine große Hilfe. Viele haben keinen Führerschein und hocken draußen auf dem Land ohne Bus und Bahn. Einige junge Mütter etwa kommen deshalb nicht regelmäßig.

Vor einem Jahr...

... berichteten wir an dieser Stelle über die überflutete Bücherei Ivo Andrić im bosnischen Čelinac. **chrismon**-Leserinnen und -Leser haben daraufhin 8700 Euro gespendet, für Renovierung und neue Bücher. Heute ist die Bibliothek wieder in Betrieb. Toll!

Mehr über **chrismon**-Projekte und was aus ihnen wurde: chrismon.de/projekt

Impressum

chrismon,

das evangelische Magazin, erscheint monatlich als Beilage in „Die Welt“, „Die Zeit“, „Frankfurter Allgemeine Zeitung“, „Leipziger Volkszeitung“, „Süddeutsche Zeitung“ und „Welt am Sonntag“. Herausgeber: Dr. Heinrich Bedford-Strohm, Dr. Margot Käbmann, Annette Kurschus, Dr. Irmgard Schwaetzer, Arnd Brummer (geschäftsführend). Redaktionsleitung: Arnd Brummer, Ursula Ott (Chefredakteure), 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, Dorothea Heintze (**chrismon.de**), Nils Husmann. Ständige Autorin: Susanne Breit-Keßler. Grafik: Elisabeth Ferges, Lena Gerlach (**chrismon App**), Kerstin Ruhl. Bildredaktion: Michael Apel, Dorothea Hörstgen, Caterina Pohl-Heuser (**chrismon.de**). Dokumentation: Reinhold Schardt (Leitung), Dr. Andrea Wicke. Kontakt: Redaktion, Postfach 500550, 60394 Frankfurt am Main, Telefon 069/58098-0, Fax 069/58098-286, E-Mail: redaktion@chrismon.de. Verlag: Hansisches Druck- und Verlagshaus GmbH, Adresse wie Redaktion, E-Mail: hdv@chrismon.de. Besucheradresse: Emil-von-Behring-Straße 3, 60439 Frankfurt am Main (Sitz der Gesellschaft: Frankfurt am Main, HRB-Nr. 79330), Geschäftsführer: Jörg Bollmann. Verlagsleitung: Bert Wegener. Anzeigen: m-public Medien Services GmbH, Zimmerstraße 90, 10117 Berlin. Internet: www.m-public.de. Anzeigenleitung: Yvonne Christoph, Telefon 030/32 53 21-433, Fax 030/32 53 21-444. E-Mail: anzeigen@chrismon.de. Informationen zu **chrismon plus** im Abonnement erhalten Sie bei unserem Leserservice unter 0800/758 75 37. Druck: PRINOVIS Ahrensburg GmbH & Co. KG, Alter Postweg 6, 22926 Ahrensburg.

Das für die Zeitschrift verwendete Papier ist chlorfrei gebleicht und wird überwiegend aus Schwach- und Durchforstungsholz nachhaltig bewirtschafteter Wälder gewonnen. Die veröffentlichten Anzeigen und Beilagen stellen weder ein Leistungsangebot noch die Meinung oder eine Empfehlung der Redaktion oder des Hansischen Druck- und Verlagshauses dar. Der Verlag übernimmt für unverlangt eingesandte Unterlagen keine Haftung. Bei Nichterscheinen durch höhere Gewalt oder Streik kein Entschädigungsanspruch. Eine Verwertung der urheberrechtlich geschützten Zeitschrift und aller in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen, insbesondere durch Vervielfältigung oder Verbreitung, ist ohne vorherige schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar, soweit sich aus dem Urheberrechtsgesetz nichts anderes ergibt. Insbesondere ist eine Einspeicherung oder Verarbeitung der auch in elektronischer Form vertriebenen Zeitschrift in Datenbanken ohne Zustimmung des Verlages unzulässig. Anfragen richten Sie bitte an lizenzen@chrismon.de.



Spendeninformation

Cryssel Bautzen Selbsthilfe, Tel: 0178-8817810 (donnerstags 19-21 Uhr), E-Mail: cryssel-bautzen@t-online.de, www.cryssel-bautzen.de

Bankverbindung: Volksbank Bautzen, BIC: GENODEF1BZV, IBAN: DE 628559 00000011 2699 07, Stichwort: **chrismon**. Für eine Spendenquittung bitte eigene Anschrift im Betrefffeld der Überweisung angeben.



„Familie ist, wo Kinder sind“

chrison im Juli 2015

WORÜBER EMPÖREN?

Titelgeschichte. Papa war im Urlaub hier. Der Sextourist fliegt zurück, seine Kinder bleiben auf den Philippinen
chrison Nr. 7/2015

Das Foto auf Seite 16 und 17 wurde vom Kinderhilfswerk der Vereinten Nationen (UNICEF) zum Foto des Jahres gekürt. Klar war man irgendwie empört. Aber das Bild ließ den Betrachter allein im Regen stehen. Nun sehen wir bei Ihnen eine andere Wahrheit: Das blonde Kind lebt nach meinem Eindruck in einer guten Familie und mit anderen Kindern zusammen. Beim Betrachten dieser Bilder habe ich den Eindruck, es fühlt sich wohl. Worüber sollen wir uns empören?

Bei uns heißt es doch inzwischen ganz selbstverständlich: „Familie ist da, wo Kinder sind.“ Egal wie die Kinder da hinein- und wo sie herkommen. Man muss auch nicht extra auf die Philippinen fahren, um so was zu berichten. Auch hier in Deutschland stehen Kinder allein und scheinbar traurig herum, deren Väter Reißaus genommen haben. Es sind nicht nur Sextouristen, die Spuren hinterlassen.

Dr. Klaus Brink, Bad Soden am Taunus

Jahre zu Hause nach der Diagnose Alzheimer gepflegt, bis ich merkte, dass ich dem nicht mehr gewachsen war, und sie schweren Herzens ins Pflegeheim geben musste. Das war die schwierigste Entscheidung in meinem ganzen Leben. Wenn man trotz professioneller Hilfe allein die Last zu tragen hat, kommt man irgendwann an seine Grenzen.

Klaus Ober, Leipzig

VERBOTENE WÖRTER

Doppelpunkt. „Du fette Kuh!“ Darf man so was noch sagen? Silke Burmester bezweifelt, dass es immer und überall politisch korrekt zugehen muss.
chrison Nr. 7/2015

Mit Ihrem Artikel treffen Sie einen Nerv. Mich lässt der mediale Eiertanz um verbotene Wörter nur noch laut aufstöhnen. Vor lauter Vorsicht und Herumdruckerei kommen die seltsamsten Stilblüten heraus. „Person of colour“ ist so eine. Danke für Ihre klaren Worte.

Hans-Jürgen Lieber, Essen

chrison im Netz



Bibelvideos mit dem Theologen Christoph Marksches. Diesen Monat: „Wie kommt die Bibel ins Hotelzimmer?“

➔ chrison.de/die-bibel

Diskutieren Sie mit



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



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

QUIZAUFLÖSUNG

Wer oder was ist Mesopotamien?

Richtig: C

Die Landschaftsbezeichnung ergibt sich aus den griechischen Wortteilen meso (in der Mitte) und potamos (Fluss). Gemeint ist die fruchtbare Gegend zwischen Euphrat und Tigris. Zwergflusspferde sind nach ihrem Herkunftsland Liberia bezeichnet: Choeropsis liberiensis. Das subatomare Teilchen ist ein Meson. Der biblische Priesterkönig heißt Melchisedek – siehe unten.

Welche Ströme flossen durch Eden?

Richtig: B

Die Bibel nennt vier Flüsse: Pischon, Gihon, Tigris und Euphrat. Zwei lassen sich lokalisieren: Sie fließen auch durch den heutigen Irak, eine Gegend, die schon in der Antike Schauplatz vieler Kriege war. Erstaunlich, dass die biblischen Autoren ausgerechnet hier das Paradies lokalisieren. – Nil und Jordan verteilen sich auf zwei Kontinente, Aller und Hunte fließen in die Weser, nicht durchs Paradies.

Was war Melchisedek gewiss nicht?

Richtig: D

Die Antwort liegt nahe: Ein Sahnejoghurthersteller war er nicht. Der Name des Priesterkönigs, der Abram segnet und dann von Abram den Zehnten von allem bekommt (1. Mose 14), lässt sich unterschiedlich übersetzen: als „König von“ (hebräisch: melki) Jerusalem, abgekürzt als „Salem“. Oder als „gerechter“ (hebräisch: zedek) König.

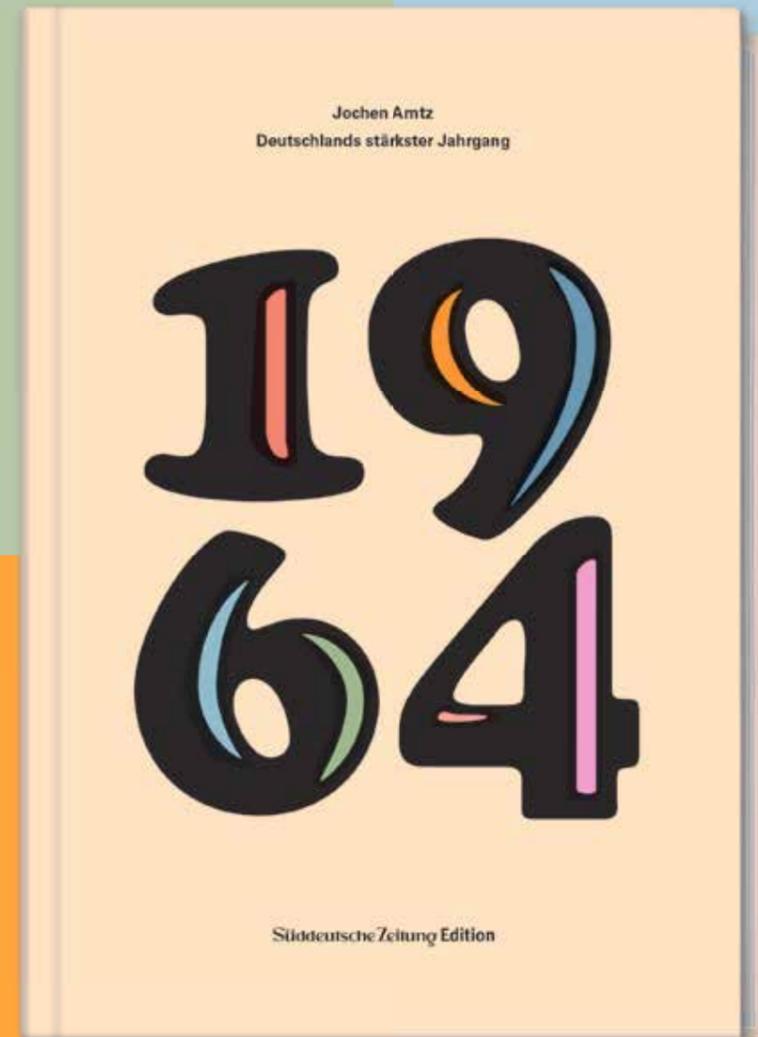
Schreiben Sie uns

chrison – Briefkasten, Leserbriefredaktion, Postfach 50 05 50, 60394 Frankfurt am Main, E-Mail: leserbriefe@chrison.de.

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.

Mehr Leserbriefe

➔ chrison.de/lesermeinungen



Edition

Ein Fest für Deutschlands stärksten Jahrgang.

1964 – dieses Jahr ist ein ganz besonderes. Nein, die Deutschen wurden nicht Fußballweltmeister, sie flogen auch nicht zum Mond. Aber sie bekamen 1 357 304 Kinder – ein Rekord, der seit der Nachkriegszeit bis heute ungebrochen ist. Im Jahr 2014 wird dieser Jahrgang 50 Jahre alt – genauso wie Jan Josef Liefers, Ilse Aigner, Kai Diekmann, Johannes B. Kerner, Caroline Link, Nicole und viele andere Prominente. Zeit für ein Buch zum Fest, für eine Zeitreise und eine erste Bilanz. Mit Geschichten, Gesprächen, nostalgischen Betrachtungen und überraschenden Einsichten.



Jochen Arntz
Stellvertretender Ressortleiter Seite Drei
Theodor-Wolff-Preisträger 2013

Seien Sie anspruchsvoll.

Stilledeutsche Zeitung

Für 19,64 € überall im Handel, unter sz-shop.de
oder 089 – 21 83 18 10



Schon als Säugling im Heim und von der Mutter bedroht – erst heute kann sich **Beatrice S.**, 57, am Leben freuen

Da war etwas in ihrer Kindheit

Schlimmes, das ahnte sie immer.
Jetzt weiß sie es. Und spürt auf
einmal Kraft fürs Schöne

Schon immer hab ich gedacht: Ich muss als Kind im Waisenhaus gewesen sein. Ich hatte dieses Bild im Kopf – gelbe Mauern, eine Treppe, rechts von mir die Nonne. Meine Mutter stritt es ab. Nichts hat sie mir über meine Kindheit erzählt. Die meisten Menschen kennen ihre Vergangenheit. Sie erinnern sich. Und die Eltern erinnern sich für sie an das, woran sie sich selbst nicht erinnern können. In meiner Geschichte sind lauter Löcher. Ich weiß nur, dass ich aus völlig desolaten Verhältnissen komme. Ich habe sieben Halbgeschwister. Mit zwei von ihnen wohnten wir in einer Obdachlosensiedlung. Wir lebten von Sozialhilfe. Unsere Väter kümmerten sich nicht um uns. Vormund war das Jugendamt.

Ich erinnere mich, dass meine Mutter uns im Hof an die Fahrradständer gebunden hat, die Hände auf dem Rücken, mit einem

Pflaster auf dem Mund. Für Nichtigkeiten. Oft wussten wir gar nicht, warum. Mehrmals hat sie uns mit dem Messer bedroht. Ab 16 schlug ich mich alleine durch. Erst als Spülerin. Zuletzt arbeitete ich lange als Personalerin für Zeitarbeitsfirmen. Ich habe eigentlich immer gearbeitet. Auch nach der Hochzeit und der Geburt meines Sohnes. Von Anfang an war mein Mann gewalttätig. Ich blieb, ich kannte es ja nicht anders.

Auf meine Kollegen habe ich immer tough gewirkt. Offenbar vermittele ich noch in der größten Notlage etwas Klares. So, als könnte ich alles aushalten und auch noch andere beruhigen. Meine Stärke war ein Ausdruck von Verzweiflung. Ich dachte: Wenn ich kompetent bin, greift man mich nicht an.

Nach 24 Jahren trennte ich mich. Und brach mehrmals zusammen. Erst vor zwei Jahren bekam mein Elend den richtigen Namen: posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Mir sind tatsächlich schreckliche Dinge widerfahren, ich wurde misshandelt, missbraucht – und andere glauben mir das! Es war, als hätte ich den roten Faden meines Leben gefunden.

In dieser Zeit fiel mir die Regionalzeitung in die Hand, darin stand ein Artikel über die fünfziger und sechziger Jahre im Günterstaler Waisenhaus in Freiburg. Von Demütigungen, Drohungen, Prügeln war da die Rede. Ich sah wieder dieses Bild vor mir, die Treppe, die Nonne. Ich bat die Waisenhausstiftung um Akteneinsicht – und fand tatsächlich meinen Namen in den Unterlagen. Es gab mich, es gab mich wirklich! Ich hatte mich richtig erinnert.

Als Neugeborenes wurde ich das erste Mal dort eingeliefert. Auch mit vier, fünf Jahren war ich dort. Die Unterlagen sind leider unvollständig. Ich weiß nicht, wie lange ich jeweils da war und warum man mich abgegeben hat. Ich werde auch nie erfahren, was sie mit mir im Waisenhaus gemacht haben. Aber man kennt inzwischen die damaligen Verhältnisse. Deshalb bekomme ich aus dem Fonds für Heimerziehung Geld.

Meine Heilung fing damit an, dass mein Erinnerungsvermögen zurückkehrte. Jetzt habe ich ein Ziel: Ich möchte meine Geschichte rekonstruieren. Das ist nicht einfach. Meine Betreuungsakte beim Jugendamt ist verschwunden. Die Vormundschaftsakte durfte ich bisher nur einmal einsehen. Notfalls werde ich einklagen, dass ich eine Kopie bekomme. Denn ich habe ein Recht darauf, meine Vergangenheit zu kennen. Meine Kindheit hat ja schwere Folgen für mich: Ich bin arbeitsunfähig und in Frührente, mit 57 Jahren.

Meine Mutter will ich nicht mehr fragen. Sie ist jetzt 90 Jahre alt. Sie hat sich schon längst selbst aufgegeben. Es ist gut für mich, den Kontakt abgebrochen zu haben.

Früher habe ich nur dafür gesorgt, dass alles irgendwie weitergeht. Und ich habe stundenlang die Probleme der anderen gewälzt. Das will ich nicht mehr. Jetzt spüre ich auf einmal Kraft für Schönes. Ich habe mein Fahrrad fit gemacht, ich koche für mich. Manchmal bin ich mir darin fremd. Wenn ich von mir erzähle, habe ich ohnehin häufig das Gefühl: Das bin gar nicht ich.

Letzte Woche war ich in der Gymnastik und sollte mit einem Mann eine Zweierübung machen. Das war eine Schrecksekunde. Dann habe ich gesagt: Es geht nicht. Wahrscheinlich denkt er jetzt, ich stelle mich blöd an. Aber ich lerne gerade, auf mich aufzupassen.

Protokoll: Monika Goetsch

1.110.000 Leser*

DANKEN!

1,11 Millionen Leserinnen und Leser: So viele hatten wir noch nie! Die chrismon-Redaktion sagt Danke. Chefredakteurin Ursula Ott: „Wir freuen uns, dass inmitten der Zeitungskrise so viele Menschen Zeit und Muße finden, sich mit wirklich relevanten Themen zu beschäftigen.“

✦chrismon gibt es auch als App. Mit allen Texten und Bildern, in „Hochglanz“ und kostenlos auf Ihrem Tablet – die beste Möglichkeit, ✦chrismon auf jeden Fall zu erhalten.

Es sei denn, Sie abonnieren ✦chrismon plus! Mehr Seiten, mehr Geschichten, mehr Information. Siehe Seite 3

DANKESCHÖN für Sie als Zeitungsleser!

15 Tage 5-Sterne-Reise Türkei & Rhodos/Griechenland



Tag 1-7:

Studienreise Türkei & Rhodos

Eine der beliebtesten Studienreisen der Deutschen!

Tag 8-15:

Erholung im exklusiven 5-Sterne-Luxushotel an der weltbekannten Ägäisküste!

GRATIS!

Für Sie als ZEITUNGSLESER nur

ab **129,-€*** p.P.
statt ~~1.129,-€~~

Ihre Ersparnis p.P.

1.000€
als ZEITUNGSLESER

Ihre Inklusivleistungen:

- + Flug nach Izmir und zurück mit renommierter Fluggesellschaft, inkl. Transfer zu Ihrem Hotel und zurück & Willkommensgetränk 205,-€
 - + 7 Tage Studienreise Türkei & Rhodos 504,-€
 - 7 Übernachtungen im Rahmen der Studienreise in ausgewählten 4- und 5-Sterne-Hotels (Landeskat.)
 - 5 Nächte Türkei / 2 Nächte Rhodos / Griechenland
 - 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet
 - Panorama-Überfahrt im Katamaran nach Rhodos/ Griechenland und zurück (ca. 1 Stunde Fahrzeit)
 - Rundreise in unseren modernen und klimatisierten Reisebussen mit fachausgebildeter, Deutsch sprechender Reiseleitung
 - + Unser Geschenk: 8 Tage Erholung im 5-Sterne-Luxushotel **GRATIS** 420,-€
 - 7 Übernachtungen im exklusiven 5-Sterne-Luxushotel (Landeskat.)
 - 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet
 - kostenlose Nutzung des eigenen Strandes, des Außenpools, beheizten Hallenbades und des traumhaften Wellnessbereiches mit Hamam und Sauna
- Gesamtpreis pro Person ~~1.129,-€~~
Ihre Ersparnis pro Person - 1.000,-€
Ihr Vorzugspreis p.P. ab nur 129,-€*

1. Tag: Anreise nach Izmir und Transfer zum Hotel

2. Tag: Arcadiopolis – Selcuk – Johannes Basilika

Am Vormittag entdecken wir die antike Siedlung Arcadiopolis – das heutige Tire. Nach einem Spaziergang durch das griechische Weindorf Sirince, begeben wir uns zu der imposanten Festung von Selcuk. Ein weiteres Highlight ist die Johannes Basilika, eine der größten Sakralbauten des Byzantinischen Reiches.

3. Tag: Rhodos (UNESCO-Weltkulturerbe) – Weltwunder Koloss von Rhodos

Auf dem Weg nach Marmaris besuchen wir die antike Stadt Lagina. Nach der Mittagspause erleben wir eine herrliche Panoramafahrt mit einem modernen Katamaran zur griechischen Insel Rhodos. Eine Orientierungsfahrt verschafft Ihnen einen ersten Überblick über die Hauptstadt der Insel und deren Altstadt (UNESCO-Weltkulturerbe). Dabei können wir auch bereits den ehemaligen Platz des Koloss von Rhodos (eines der 7 Weltwunder der Antike) bewundern.

4. Tag: Rhodos (UNESCO-Weltkulturerbe)

Der heutige Tag gibt Ihnen die Gelegenheit zur Entspannung. Sie können die Annehmlichkeiten Ihres Hotels genießen oder einen entspannten Spaziergang am Strand unternehmen.

5. Tag: Rhodos – Pamukkale & Hierapolis (2x UNESCO-Weltkultur- und Naturerbe)

Nach dem Frühstück, Panoramarückfahrt mit einem modernen Katamaran von Rhodos nach Marmaris/Türkei. Anschließend Weiterfahrt nach Pamukkale zu den einzigartigen Kalksteinterrassen (UNESCO-Weltkulturerbe) und zu der antiken Stadt Hierapolis, ebenfalls UNESCO-Weltkulturerbe.

6. Tag: Aphrodisias – Jewel der Antike

Heute führt uns unsere Reise zur antiken Stadt Aphrodisias, wo wir den monumentalen Eingang des Aphrodite-Tempels, das fast vollständig erhaltene Stadion und das römische Theater bewundern können. Im Anschluss erleben wir in einer traditionellen Knüpferei das faszinierende, jahrhundertealte Kunsthandwerk der Teppichherstellung.

7. Tag: Ephesus – Weltwunder Artemis-Tempel – Marienkirche

Wir besuchen in den Morgenstunden die Ausgrabungen von Ephesus, die im Juli 2015 zum Weltkulturerbe erklärt wurden. Dort erwartet uns der glänzende Hadrianstempel, die prachtvolle Celsus Bibliothek, das große Theater und die Marienkirche. Anschließend besichtigen wir die Überreste des Artemis-Tempels, eines der 7 Weltwunder der Antike. Die große Handwerkstradition der Türkei führt uns außerdem in eine Schmuck- und in eine Ledermanufaktur.



8. – 15. Tag: Urlaubsverlängerung im exklusiven 5-Sterne-Luxushotel an der Ägäisküste **GRATIS**

Im Anschluss an Ihre Studienreise haben Sie die Gelegenheit sich im exklusiven 5-Sterne-Luxushotel zu entspannen. Ihnen stehen neben Bar und Restaurant ein Wellnessbereich mit Hamam und Sauna und vieles mehr zur Verfügung. Am 15. Tag Transfer zum Flughafen und Rückflug.

Reisemonat	Oktober '15	November '15 (01.-15.11.)	November '15 (16.-30.11.)	Dezember '15	Januar '16	Februar '16 (01.-14.02.)	Februar '16 (15.-29.02.)	März '16 (01.-14.03.)	März '16 (15.-31.03.)	April '16
Saisonzuschläge p.P.:	130,- €	100,- €	70,- €	-	-	40,- €	70,- €	100,- €	130,- €	160,- €

Lesen & Reisen: **129,-€*** pro Person
 Unser Vorzugspreis für Sie als ZEITUNGSLESER ab nur **129,-€*** statt ~~1.129,-€*~~

Die Flughafenzuschläge übernehmen wir für Sie!

Flughafen	Berlin	Düsseldorf	Frankfurt	Hamburg	Hannover	München	Stuttgart
Flughafenzuschläge p.P.:	40,- € 0,- €	50,- € 0,- €	50,- € 0,- €	40,- € 0,- €	50,- € 0,- €	50,- € 0,- €	50,- € 0,- €
Abflugtage	Fr	So	Mi	Do	Di	Mo	Di

* 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 vom 01.12. bis 07.12.2015 und vom 18.01. bis 28.01.2016. Bei anderen Reisetagen 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 von 709,- € und der Verlängerungswoche von 420,- € auf www.rsd-reisen.de. Für das Kultur- und Genusspaket gilt der Vergleichspreis von 199,- € auf www.rsd-reisen.de. Es gelten die Reisebedingungen der RSD Reise Service Deutschland GmbH, die bei der Reishotline angefordert oder unter www.rsd-reisen.de abgerufen werden können.

Ferienaufpreis 49,- € p. P.: Berlin 16.10.15, 21.10.15, 23.10.15, 29.01.16, 18.03.16, 25.03.16; Düsseldorf 20.03.16, 23.03.16, 27.03.16; Frankfurt 20.10.15, 21.10.15, 30.03.16; Hamburg 21.10.15, 22.10.15, 10.03.16; Hannover 20.10.15, 22.03.16; München 21.03.16.
 Das Geschenk gilt nur bei Buchung der Studienreise unter rechts genanntem Vorteilscode.

Von uns für Sie geprüft!

Kundenzufriedenheit **„sehr gut“**
 Zuverlässigkeit | Freundlichkeit | Kompetenz
 14.719 Befragte getestet 03/2014
 Kundenumfrage durch RSD Reise Service Deutschland

→ Gesamt-Note: 1,45

Ihr Vorteilscode: **CHR17829**

Jetzt kostenlos anrufen und Wunschtermin sichern:

0800 - 707 060 145

Montag bis Freitag 8.30 – 20.15 Uhr, Samstag 9.00 – 15.00 Uhr
 oder www.treue-vorteile.de/chris17829

Reiseveranstalter: RSD Reise Service Deutschland GmbH, Eisenheimerstraße 61, 80687 München.