

# zoé

*leben mit anderen augen sehen*

**Nr. 12**  
**VERLIEREN**

Und dennoch  
nicht allein



# Der Weg

Dein sicherer Gang  
Deine wahren Gedichte  
Deine heitere Würde  
Dein unerschütterliches Geschick //

Du hast der Fügung  
Deine Stirn geboten  
Hast ihn nie verraten  
Deinen Plan vom Glück //

Ich kann nicht mehr sehen  
Trau' nicht mehr meinen Augen  
Kann kaum noch glauben  
Gefühle ha'm sich gedreht  
Ich bin viel zu träge  
Um aufzugeben  
Es wär' auch zu früh  
Weil immer was geht //

Ich gehe nicht weg  
Hab' meine Frist verlängert  
Neue Zeitreise  
Offene Welt  
Habe dich sicher  
In meiner Seele  
Ich trag' dich bei mir  
Bis der Vorhang fällt //

Aus: Herbert Grönemeyer „Mensch“ (2002)

Wir waren verschworen  
Wären füreinander gestorben  
Haben den Regen gebogen  
Uns Vertrauen geliehen  
Wir haben versucht  
Auf der Schussfahrt zu wenden  
Nichts war zu spät  
Aber vieles zu früh ... //

Du hast jeden Raum  
Mit Sonne geflutet  
Hast jeden Verdross  
Ins Gegenteil verkehrt //

Nordisch nobel  
Deine sanftmütige Güte  
Dein unbändiger Stolz  
Das Leben ist nicht fair //

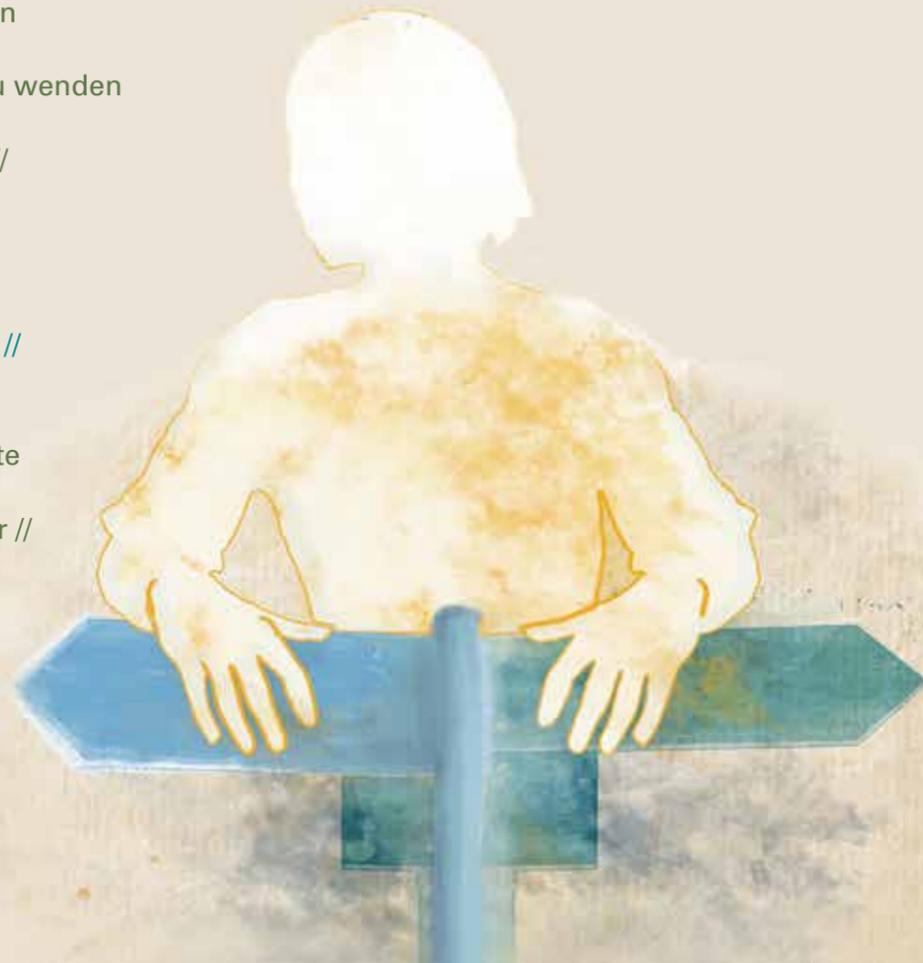


Illustration: Patrick Schoden // Text: Herbert Grönemeyer / Copyright: Grönländ Musikverlag, Berlin

Fotos: Titelseite: photocase/zaizev // S. 3 privat

## Liebe Leserinnen und Leser,

Angst, Tod und Trauer bei den Menschen in der Ukraine ebenso wie Sorge und Wut weltweit beherrschen diese Wochen. Durch den Angriff Russlands haben wir politische und gesellschaftliche Gewissheiten verloren. Wie gehen wir damit um? Wie gehen wir grundsätzlich mit Verlusten in unserem Leben um? Die Menschen in dieser Ausgabe zeigen dazu verschiedene Wege auf.

Besonders lesens- und sehenswert ist die Geschichte zum Fotoprojekt von Michael Hagedorn ab Seite 12. Er begleitet demenzkranke Menschen und ihre Angehörigen oft über viele Jahre und in verschiedenen Alltagsmomenten. Und er zeigt, dass diese Erkrankung eben nicht nur ein Verlust von Fähigkeiten ist, sondern oft ungeahnte Sensibilitäten weckt.

Danke allen Leserinnen und Lesern, die an unserer Befragung zur Zoé teilgenommen haben. Über die positiven Rückmeldungen haben wir uns sehr gefreut, nehmen die Kritik aber natürlich auch zum Anlass für Überarbeitungen. Mehr dazu auf Seite 17.

Und nun viel Freude beim Lesen!



Rainer Middelberg  
Chefredakteur

### zoé – leben mit anderen augen sehen

Das Magazin für Religionslehrerinnen und -lehrer in den (Erz-)Bistümern Berlin, Hildesheim und Osnabrück. Mehr Infos: [www.zoe-magazin.de](http://www.zoe-magazin.de)

zoé bezeichnet in der altgriechischen Sprache physisches Leben im Gegensatz zum Tod. Dabei geht es aber nicht nur um die Frage, wie und wodurch man lebt, sondern auch woraus und wozu. Im Neuen Testament ist Jesus selbst der Weg, die Wahrheit und das Leben (Joh 14,6), das er schenkt. Diese Zeitschrift möchte diese Dimensionen von zoé miteinander verknüpfen und erforschen.

März 2022

## Nr. 12 VERLIEREN

### Titelthema

4

#### Erfolgreich lernen vom schlechten Beispiel

Wie ehemalige Gefangene Jugendlichen helfen

10

#### Gott des Friedens

Gebet angesichts des Krieges in der Ukraine

12

#### Nähe und Liebe im Blick

Fotograf begleitet Demenzkranke und Angehörige

16

#### Sprung über das Grab

Gedanken zu „Niemand bringt Marten um“

18

#### Ende oder Übergang?

Überlegungen zum Tod als Sauerteig fürs Leben

24

#### Fragestunde mit Ella Anschein

Poetry-Slammerin mit klarer Sprache und klarer Haltung

28

#### Sein Name lautet: Ich bin da!

Ordensfrau trotz spiritueller Trockenheit

9

#### Ich packe meine Schultasche

Was eine Religionslehrerin im Beruf antreibt

17

#### Leserbefragung

Positive Rückmeldungen und konstruktive Kritik

32 Auszeit // 34 Aufgelesen



# Erfolgreich lernen vom schlechten Beispiel

Betrug und Drogenschmuggel brachte sie selbst jahrelang in Haft.  
Volkert Ruhe und Ben Targan helfen mit ihrem Verein, dass heutige  
Jugendliche nicht aus der Kurve fliegen. Ein Schulbesuch



**N**ein, so wird der Täter nicht geschützt. So wird ihm geholfen, sich tiefer in den Mist reinzureiten.“ Das sitzt. Im Raum herrscht Ruhe. Karim\* will widersprechen. Volkert Ruhe lässt an dieser Stelle aber keinen Widerspruch zu. 18 Neuntklässler diskutieren mit ihm den Umgang mit einem Diebstahl und seinen Folgen: Zwei Jugendliche hatten Schlüssel und Transponder eines Hausmeisters mitgehen lassen. Erst wurden nur einzelne Räume „besucht“. Weitere Jugendliche kamen dazu. Bis ein Abend mit Bier und Zigaretten aus dem Ruder lief. Diebstahl, Einbruch, Hausfriedensbruch, Brandstiftung und Vandalismus. Viele Jugendliche hatten mitgemacht. Noch mehr kannten den Fall, sagten aber nichts.

Wie soll man umgehen mit Schülerinnen und Schülern, die drohen aus der Kurve zu fliegen? Wie kann man klären, wann es besser ist, den Kumpel zu verpfeifen, als ihn zu decken? Volkert Ruhe und Ben Targan haben so viele Regeln übertreten, dass sie irgendwann bezahlen mussten. Im Knast. Sie gehören zum Verein „Gefangene helfen Jugendlichen“ (GhJ) und sind an diesem Tag in der Hamburger Stadteilschule Niendorf. Jeweils in zwei Lerngruppen wollen sie mit ihrem Präventionsprogramm und ihren Lebensgeschichten aufzeigen, was passieren kann, wenn zu viele Grenzen verletzt werden.

So steht Volkert Ruhe, Jahrgang 1955, ein hagerer Mann von geschätzt 1,65 Meter Größe vor der Klasse. Er sieht so gar nicht aus wie die schweren Jungs in den Kinofilmen. Gegenüber sitzen

»Nicht die anderen waren schuld. Ich selbst war verantwortlich.«



Gründer Volkert Ruhe ist mit seinem Verein heute sozialer Unternehmer



Keine Scheu und viele Fragen: Ben Targan im Schülergespräch



die Schülerinnen und Schüler fast wie im normalen Unterricht. Doch statt Mathe oder Englisch geht es um Ruhes Lebensgeschichte und mögliche Einsichten.

„Ich bin in Goslar in einem Horrorhaus mit fünf Geschwistern groß geworden“, erzählt Ruhe. Er war der Zweitjüngste. „Mein Vater war ein Säufer. Der hat uns Jungs mit dem Schürhaken geschlagen und sich an den Mädchen sexuell vergangen.“ Einige Jungs quatschen noch. Doch irgendwann bricht selbst bei den coolsten Typen ihr Gehabe zusammen. „Ich war 14, als ich eines Abends nach Hause kam. Nur meine jüngste Schwester war da.“ Böses ahnend schauen einige Mädchen auf. „Dann hörte ich Schreie aus ihrem Zimmer. Ich war mittlerweile größer als mein Vater. Deshalb schlug er mich nicht mehr. Die Tür war verschlossen. Ich habe dagegengeschlagen, bis er rauskam. Er holte aus der Küche ein Messer und bedrohte mich.“ Es war das letzte Mal, dass Volkert Ruhe seinen Vater sah. Noch am gleichen Tag stopfte er eine Tüte mit wenigen Habseligkeiten zusammen und verließ sein Elternhaus, übernachtete überall und nirgends.

Schonungslos aber ohne Pathos spricht Ruhe von seinem Leben. Mit 17 stieg er mit Freunden nachts über den Zaun des Freibads, später räumten sie den Kiosk mit Bier und Zigaretten aus. „Wir konnten die Tür einfach aus den Angeln heben.“ Dann kam die Polizei. Die 1.000 D-Mark für Strafe und Reparatur konnte er nicht bezahlen. Als Ersatzstrafe wanderte er direkt ins Gefängnis. Es folgte ein unstetes Leben von Sozialhilfe und Beschaffungskriminalität. Dann war er Drogenkurier für die

## Gefangene helfen Jugendlichen e. V.

Der 2001 in Hamburg gegründete Verein ist heute anerkannter Träger der freien Jugendhilfe mit Angeboten in neun Städten und mit insgesamt mehr als 50 ehemaligen Gefangenen als Mitarbeiter. Ein Großteil der Arbeit läuft in Zusammenarbeit mit Schulen. Neben Präventionsunterricht werden u.a. JVA-Besuche, Anti-Gewalttraining, Deeskalationstraining und pädagogisches Boxen angeboten. Die Angebote variieren von Ort zu Ort und sind individuell abstimmbare. **MEHR INFOS: [www.ghj.social](http://www.ghj.social)**

kolumbianische Drogenmafia. Ruhe wurde weltweit gesucht, in Panama gefasst und zu 13 Jahren Haft verurteilt, später aber nach Hamburg ausgeliefert. Nach Santa Fu, die Justizvollzugsanstalt Fuhlsbüttel.

„Da habe ich gemerkt: Nicht die anderen waren schuld. Ich selbst war verantwortlich.“ So entstand die Idee zu der heutigen Arbeit. 1998 durften sich erstmals gefährdete Jugendliche Santa Fu von innen ansehen. Er will ihnen Einsicht ermöglichen. „Vielleicht solltet ihr alle erst mal da oben Licht anmachen und überlegen, welche Konsequenzen das hat, was ihr macht.“ Die



Schon gegen Ende seiner Haftzeit engagierte sich Ben Targan für den Verein

## »Nach dem Knast weiß man nicht mehr, wer man ist.«

meisten Schülerinnen und Schüler sind beeindruckt, bei anderen glaubt man zu spüren, wie in Gedanken durchgerechnet wird, ob sich schnelles Geld mit Drogen nicht doch lohnen könnte. „Jugendknast ist doch heute gar nicht mehr so schlimm. Da kann man auch fernsehen und hat ‘ne Playstation“, sagt Tim – es fällt auf, wie wichtig die Aufbereitung eines solchen Tages ist, um nachhaltig etwas zu bewegen.

Die Stadtteilschule Niendorf befindet sich in einem modern eingerichteten Gebäudekomplex, dem es an nichts zu fehlen scheint. Niendorf ist weitgehend bürgerlich geprägt. Die Stadtteilschulen in Hamburg sind aus den Gesamtschulen hervorgegangen und neben den Gymnasien die zentralen weiterführenden Schulen – wie der Name schon sagt für den ganzen Stadtteil. Das wiederum bedeutet hier bis zu acht Parallelklassen.

Vor einer dieser Klassen steht Ben Targan, 43 Jahre, knapp 1,90 Meter, sportlich, Glatzkopf. Typ Türsteher, der er auch zeitweise war. Wer schon Drogen genommen habe, was der Unterschied zwischen Haschisch, Heroin und Kokain sei, wo man den Stoff bekomme, ob man einem Dealer vertrauen könne – Targan schält die Nöte der Abhängigen heraus, den brutalen Umgang, die Leiden der Angehörigen. Und mittendrin er selbst, der Dealer. Eine 15 Jahre dauernde kriminelle Karriere, die endete, als er 2012 wegen des Schmuggels von 276 Kilo Kokain in Spanien gefasst und zu acht Jahren Gefängnis verurteilt wurde. „Mir war bis dahin scheißegal, was mit den Menschen passierte. Ich habe ja nicht

## Nachhaltig mit guter Vor- und Nachbereitung

Ich arbeite seit mehr als zehn Jahren mit dem Verein Gefangene helfen Jugendlichen zusammen. Wir haben es immer wieder mit Jugendlichen zu tun, die wegen Diebstahl, Drogen, Beschaffungskriminalität und Gewalt auffallen. Vor allem für junge Männer ohne identitätsstiftende Vaterfigur sind die Mitarbeiter eine Stütze. Denn das sind Männer, die klar sagen, was sie erlebt haben und was sie denken. Sie treten mit Sensibilität aber ohne erhobenen Zeigefinger auf. Und damit erreichen sie bei diesen Jungen oft mehr als Sozialpädagogen. Wir machen die Präventionsprogramme mit allen Schülerinnen und Schülern. Und mit denen, die am meisten Probleme haben, besuchen wir später auch eine Justizvollzugsanstalt (JVA). Mit Vor- und Nachbereitung sind das zwei Wochen. Um langfristig etwas ausrichten zu können, wird das Thema immer wieder aufgenommen. Dabei sind die Lehrkräfte möglichst eng eingebunden. Dass diese Programme etwas bewirken, belegt eine Studie: Ein Drittel der Jugendlichen wird erreicht, ein Drittel zum Teil erreicht und nur ein Drittel gar nicht.

Anette Pundt, Sozialpädagogin an der Otto-Brenner-Schule, einer Berufsbildenden Schule in Hannover

nur die Junkies geschädigt, auch ihre Eltern, ihre Kinder. Und die Menschen, die von Junkies bestohlen und beraubt wurden, weil sie Geld brauchten. Diese Schuld kann ich nie wieder gutmachen.“

„Meine erste Straftat? Das waren Energiesparlampen aus dem Baumarkt. Damals dachte ich: Man darf alles – nur sich nicht erwischen lassen.“ Die Schülerinnen und Schüler hören zu, stellen viele Fragen. Sie sehen in ihm ganz offensichtlich keinen Pädagogen, der über etwas spricht, sondern einen Beteiligten, der etwas erlebt hat: im Gefängnis das entwürdigende Entkleiden beim Haftantritt, die mit Kot beschmierten Zellenwände, die Beklemmung auf acht Quadratmetern Tag für Tag, das miese Essen, das emotionale Abstumpfen, die ständige Sorge in der Hackordnung der Gefangenen. „Vorher ist man kriminell. Im Knast darf man nicht auffallen. Danach weiß man nicht mehr, wer man ist.“ Ein bitteres Fazit.

Ben Targan und Volkert Ruhe sind im besten Sinne schlechte Beispiele. Ihre extrem offene Art erleichtert es den Jungen und Mädchen, sehr persönliche Fragen zu stellen. Ben Targan: „Da gibt es keine Grenzen. Ich habe so viel Mist gebaut, dass ich auch dazu stehen muss.“

TEXT: RAINER MIDDELBERG

FOTOS: ANDREAS KÜHLKEN

\* Schülernamen sind geändert

# Ich packe meine Schultasche

Im Religionsunterricht nachdenken und diskutieren lernen.  
Über Gott und die Welt – und über sich selbst.  
Warum ich meinen Beruf liebe. Gedanken von Martina Wiora

## Das hat mich zu meinem Studium inspiriert:

Katholisch getauft und aufgewachsen, in der kirchlichen Jugendarbeit engagiert, war ich am Schulfach Katholische Religion seit der Grundschule interessiert. Wann immer es (in der Diaspora) angeboten wurde, belegte ich es später am Gymnasium, wählte es als Prüfungsfach und Studienfach. Bestätigt wurde diese Wahl während meines Studiums an der Universität Paderborn und durch die sehr gute Begleitung meines Fachleiters im Referendariat. Sein erklärtes Ziel war es, jeden von uns Referendaren in der Entwicklung der eigenen Lehrerpersönlichkeit zu unterstützen, was ihm auch gelang. Von ihm habe ich viel gelernt.

## Diese Schülerfrage bzw. Situation ist mir im Gedächtnis geblieben:

Bei aller Veränderung ihrer Lebenswelt bewegen Heranwachsende zu allen Zeiten offensichtlich die gleichen Fragen: nach dem Sinn unseres Daseins, den Gestaltungsmöglichkeiten des Lebens, dem Tod und dem möglichen Danach. Lebhaft in Erinnerung ist mir die Frage einer Abituri-

entin im Zusammenhang mit dem Thema ‚Theodizee‘, ob wir nicht unsere christliche Grundannahme von einem gütigen und allmächtigen Gott korrigieren müssten. Aber auch die Frage eines Oberstufenschülers, warum es, wenn Gott vollkommen ist, noch seines Sohnes Jesu Christi bedürfe.

## Das habe ich für mich aus dem Umgang mit Schülerinnen und Schülern gelernt:

Jede Schülerin und jeder Schüler verdient eine unvoreingenommene Beachtung und Behandlung. Das gilt sowohl für den Umgang der Schülerinnen und Schüler untereinander als auch für den Lehrer und die Schülerin bzw. den Schüler. Zu einem wertschätzenden, integrativen Miteinander kann gerade der Religionsunterricht einen wichtigen Beitrag leisten.

## Mit meinem Religionsunterricht bin ich zufrieden, wenn ...

es mir gelingt, meinen Schülerinnen und Schülern, anknüpfend an ihre Fragestellungen, genügend Möglichkeiten zur Mitplanung und -umsetzung zu eröffnen und ihren Lernprozess durch möglichst ab-

wechslungsreiche Gestaltung zu fördern. In einem ausgewogenen Verhältnis von Distanz und Nähe bemühe ich mich um eine gedeihliche Arbeitsatmosphäre und freue mich, wenn meine Schülerinnen und Schüler sich aufgehoben genug fühlen, um sich zu Themen auch sehr persönlich äußern zu können.

## Meine Arbeit als Religionslehrerin lohnt sich, weil ...

ich das Gefühl habe, etwas sehr Verantwortungsvolles zu tun: junge Menschen bei ihrer Sinnsuche und der Frage nach Gott unterstützen zu können. Wiewohl ich mich auch von ihnen in Glaubens- und Lebensfragen anfragen lasse. Kein anderes Schulfach bietet dazu in gleicher Weise Gelegenheit wie das Fach Religion.



Martina Wiora (60) ist Lehrerin für Katholische Religion und Deutsch am Gymnasium Eichendorffschule Wolfsburg, Fachleiterin Katholische Religion sowie Koordinatorin für Schulpastoral.



// Krebskranke Kinder können nicht behandelt werden, weil ihr Krankenhaus beschossen wird. Eine Mutter muss ihr Kind während eines Angriffs in einer U-Bahnstation zur Welt bringen. Senioren harren voller Angst in Kellern aus und hoffen, dass die Angreifer sie verschonen. Der Krieg in der Ukraine ist ein Verlust der Menschlichkeit und ein Bruch des Völkerrechts. Friedensethik scheint verloren. Und es bleibt die Frage: „Wo bist du, Gott?“

Beim Verfassen dieser Zeilen ist es noch völlig offen, ob dieser Krieg weiter um sich greifen wird. Ob westliche Demokratien mit ihren Grundideen von Freiheit und Diplomatie einen Mann mit seinem Regime stoppen können, das mit brutaler Gewalt sein Nachbarland unterwirft. Gewissheiten über eine Zukunft im Frieden in Europa sind verloren.

Politik, Gesellschaft und Kirchen hierzulande müssen neu klären, wie sich Verteidigung und Waffengewalt mit der Idee von „Frieden schaffen ohne Waffen“ vereinen lassen. Grundlagen unserer Sicherheitspolitik stehen infrage. Sollen wir uns aber stattdessen einfach eine Spirale von Gewalt und Gegengewalt aufzwingen lassen?

RAINER MIDDELBERG

Die Unterstützung für Flüchtlinge in der Zivilgesellschaft ist groß. Hilfsorganisationen bitten vermehrt um Geld- statt Sachspenden, weil sie so flexibler helfen können.

INFOS UND SPENDEN unter [www.aktionsbuendnis-katastrophenhilfe.de](http://www.aktionsbuendnis-katastrophenhilfe.de)



## GOTT DES FRIEDENS,

sprachlos und ohnmächtig stehen wir da angesichts des Krieges in der Ukraine, der Gewalt und des politischen Hochmuts, der so viele Opfer fordert und Menschen flüchten lässt. Als Menschen in Europa leben wir bisher in Frieden, doch jetzt gibt es wieder Krieg bei uns – das Unvorstellbare ist schreckliche Wirklichkeit geworden. //

Wir legen all unsere Ängste und die Ohnmacht, Gott, in deine Hand, die Menschen in der Ukraine, aber auch die Soldatinnen und Soldaten beider Seiten, die Befehlen folgen, die andere zu verantworten haben. //

Wir bitten dich, rüttle die Herzen der Verantwortlichen wach, schenke neu deinen Geist des Friedens und der Versöhnung. // Lass uns solidarisch sein mit den Opfern und ihnen helfen, wo und wie wir können. Gebiete dem Krieg Einhalt und öffne Wege und Möglichkeiten zum Frieden. //

Darum bitten wir kraft deines Geistes durch Christus, unseren Herrn. Amen. //

Ignatius Böckelmann

# Nähe und Liebe im Blick

Küsse und Zärtlichkeit hält er genauso fest wie den Moment der abschweifenden Gedanken. Der Fotograf Michael Hagedorn begleitet Demenzkranke und ihre Angehörigen oft über Jahre. Er plädiert für einen Perspektivwechsel im Umgang mit Demenz

**A**m Anfang seines Fotoprojektes war Michael Hagedorn nervös. Er wusste nicht so recht, was ihn erwarten würde. Wie ist es, wenn man mit Menschen zusammenarbeitet, die nicht verstehen, was gerade passiert? Die nicht mehr wie gewohnt kommunizieren können? Die manchmal ganz in ihrer eigenen Welt sind? Heute kann er über diese Gedanken und Sorgen lächeln. „Ich hatte ein Bild von Demenz im Kopf, das ich später komplett über den Haufen geworfen habe“, sagt er.

Der 56-jährige Fotograf lebt in der Nähe von Hamburg und porträtiert seit gut 17 Jahren Menschen mit Demenz. Er begleitet sie und ihre Angehörigen mit seiner Kamera, fotografiert sie bei Familienfeiern, Ausflügen, Urlauben – oder einfach im Wohnzimmersessel. Seine Bilder zeugen von Nähe und Liebe, sie strotzen vor Lebensfreude, zeigen aber auch, wie der Mensch mit Demenz, sich verändert.

Schon zuvor traf Michael Hagedorn bei Fotoprojekten mit Senioren auf Menschen mit Demenz. „Das waren die buntesten Vögel, einfach weil sie so waren, wie sie waren“, sagt Hagedorn.

**»Der wahre Kern der  
Persönlichkeit ist unverlierbar.«**

Michael Hagedorn

Ihn hatte das fasziniert, aber eine richtige Vorstellung von ihrer Lebenswelt hatte er nicht. Demenz bedeutete für ihn damals das, was in Medien gezeigt und in Büchern geschrieben wurde: ein Verlust der Persönlichkeit, ein Mensch, der nur noch eine leere Hülle ist, ein Sterben auf Raten. „Das ist dieser traurige, defizitorientierte Blick auf das Thema. Ich habe mir das alles ziemlich düster vorgestellt“, sagt Hagedorn.

## Trotz Zäsur viel Lebensqualität

Dennoch startet er sein Langzeitprojekt. Er recherchiert zu dem Thema, liest Fachliteratur und Zeitungsartikel zu Demenz. Als er nach der intensiven Vorbereitung endlich seine Kamera auspackt und loslegen will, ist er überrascht: „Ich habe gemerkt, dass Demenz völlig anders ist, als das, was ich mir angelesen hatte“, sagt Hagedorn. In den Pflegeeinrichtungen, die er besucht, trifft er auf Menschen, die fröhlich sind, die gerne und laut lachen, die herumalbern, die selbst entscheiden, wozu sie Lust haben und dabei ganz unkonventionell sind. „Das war für mich eine besondere Erfahrung. Natürlich ist die Demenz eine große Zäsur im Leben eines Menschen. Aber zugleich ist da so viel Lebensqualität und Persönlichkeit“, sagt er.

In dieser ersten Phase ist Hagedorn über ein Jahr in ganz Deutschland unterwegs. Er besucht verschiedene Pflegeeinrichtungen, informiert sich über Betreuungs-, Wohn- und Urlaubsangebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehöri-



// Seit 13 Jahren pflegt Hans-Jürgen Wertens seine Frau Maria, kümmert sich hingebungsvoll, streitet energisch für ihre Rechte. „Sie abgeben? Das kommt für mich nicht in die Tüte“, sagt der ehemalige Bau-Ingenieur. „Ich habe mich total wandeln müssen. Aber ich habe erfahren dürfen: Wenn ich mein Leben hingebe, bekomme ich ein neues, spannendes zurück.“



// Seit über 50 Jahren sind Hans-Jürgen und Maria Wertens verheiratet. Noch immer umarmen und küssen sie sich, kuscheln miteinander, suchen die Nähe des anderen. „Maria hat mich durch zehn Jahre Depression begleitet“, sagt er. Jetzt könne er ihr beistehen. „Aber nicht im Sinne von zurückgeben und aufrechnen. Durch Maria und die Demenz habe ich die absichtslose Liebe entdeckt. Alle suchen das. Ich bin von dieser Liebe quasi über Nacht überrascht worden. Das ist ein Geschenk.“



// Jahrelang haben Hans-Jürgen und Maria Wertens Kunstateliers für Menschen mit Demenz besucht. Er wünscht sich, dass Angehörige sich nicht zurückziehen: „Eure Partner oder Eltern brauchen Aktivitäten als Seelennahrung. Bietet ihnen etwas und sagt nicht gleich: Das machen sie eh nicht! Versucht es immer wieder.“

gen. Dabei lernt er die Menschen näher kennen – und begleitet einige dieser Familien über mehrere Jahre. „Die Chemie zwischen uns hat von Anfang an gepasst. Das war ganz natürlich“, sagt er. Er ist Gast auf Geburtstagsfeiern, begleitet die Familien in Museen oder in die Kirche, oder er besucht sie einfach so, weil er gerade in der Nähe ist.

Oft ist seine Kamera mit dabei. Es entstehen intime und sehr berührende Aufnahmen. Seine Bilder haben keine einheitliche Handschrift oder einen künstlerischen Überbau. „Ich versuche, Menschen ganz natürlich zu zeigen. Ihn würdig darzustellen, so wie er oder sie ist, auf eine ästhetisch schöne Art“, sagt Hagedorn. Inzwischen sind über 100.000 Fotos zum Thema Demenz entstanden.

„Das Thema Demenz ist so spannend, weil es uns mit der Frage konfrontiert: Was macht uns zum Menschen? Ist es das, was wir im Leben gelernt haben? Die Rollen, die wir übernommen haben? Die Regeln, die man uns aufgebürdet hat?“, fragt Hagedorn. Er erkennt für sich: All das hat nichts mit dem Kern der Persönlichkeit zu tun. „Dieser wahre Kern ist unverlierbar. Es gibt einen Grad an Menschlichkeit, in dem wir alle gleich sind.“

Diese Verbindung über unsere Gefühle, über unser Herz, die verschwindet nicht“, sagt Hagedorn.

#### Krankheit nicht verharmlosen oder schönreden

Er erinnert sich an eine Tochter, die in Berlin ihre Mutter pflegte. „Die Mutter hat ihre Tochter nicht mehr erkannt. Aber der Tochter war das egal“, sagt Hagedorn. All die Jahre zuvor hätten beide nicht eine solche innige Beziehung zueinander gehabt, wie sie durch die Demenz der Mutter möglich wurde. „Sie haben sich umarmt und miteinander gekuschelt. Es war so schön zu sehen, wie viel Liebe und Nähe da gewesen ist“, sagt Hagedorn. „Vor ihrer Demenz hat die Mutter das nicht zugelassen. Das ist dieses Denken der Kriegs- und Nachkriegsgeneration, in der Gefühle keine Rolle spielen durften, weil man funktionieren musste.“ Immer wieder hat er bei Menschen mit Demenz erlebt, wie sie sich emotional öffnen konnten. „Da bricht auf einmal dieser Panzer auf. Das ist wie ein Pflänzchen, das sich durch den Beton quält und die Menschen wieder erreichbar werden lässt für Zuwendung und Liebe“, sagt Hagedorn.

// Die Gedanken schweifen ab, verträumt schaut Maria Wertens in die Ferne. Der Schein der Adventskerzen auf dem Küchentisch spiegelt sich in ihren Augen. Weihnachten ist bei Familie Wertens jeden Tag. Zum Einschlafen singt er ihr jeden Abend ein Weihnachtslied vor. Besonders beliebt: O, du fröhliche. „Dann kommt ein ‚wie schön!‘ von ihr, sie dreht sich um und ist weg“, sagt Hans-Jürgen Wertens.



// Meist ist Maria Wertens gut gelaunt, oft lacht sie, macht Späße. Doch manchmal wird sie mürrisch, streitet und flucht dann. Hans-Jürgen Wertens bleibt dann ganz ruhig und versucht seine Frau zu beruhigen. „Man darf dann nicht an der Oberfläche hängenbleiben, sondern muss dahintergucken. Was ist ihre Not? Was ist ihr Wunsch?“, sagt er.

Er will die Krankheit nicht verharmlosen oder schönreden. Er kennt die Belastung der Angehörigen, die Wut und die Trauer, wenn ein geliebter Mensch sich so sehr verändert. Aber er möchte die Menschen zu einem Perspektivwechsel anregen. „Es geht nicht darum, ständig die Grenzen und Einschränkungen zu sehen oder dem Menschen zu zeigen, wer er war und was er nicht mehr kann“, sagt Hagedorn. „Die Demenz ist wie eine Reise, auf der wir den Menschen begleiten dürfen. Und es wird eine schöne Reise, wenn wir es schaffen, unsere Erwartungen an den Menschen und das Bild, das wir unbedingt erhalten wollen, loszulassen.“

TEXT: KERSTIN OSTENDORF

FOTOS: MICHAEL HAGEDORN



Foto: privat

Michael Hagedorn (56) ist Fotograf und lebt in Tornesch. Er verfügt über die wahrscheinlich weltweit größte Fotosammlung von Menschen mit Demenz.

## Konfetti im Kopf

Im Jahr 2007 initiierte Michael Hagedorn die Kampagne „Konfetti im Kopf“, daraus gründete sich später ein Verein. Mit großen Fotokampagnen oder mit einer bunten Konfetti-Parade durch Hamburg macht der Verein auf die Krankheit aufmerksam und will die Haltung der Gesellschaft dazu verändern. „Es ist mir ein Herzensanliegen, diesen Perspektivwechsel voranzutreiben“, sagt Hagedorn. Außerdem unterhält der Verein zwei Konfetti-Cafés als Begegnungsräume in Hamburg, bietet Musikprojekte, Lesungen, Konzerte oder Schreibwerkstätten für Menschen mit Demenz, Angehörige und Interessierte an. **MEHR INFOS:** [www.demenz-ist-anders.de](http://www.demenz-ist-anders.de) und [www.konfetti-im-kopf.de](http://www.konfetti-im-kopf.de)

Spendenkonto: Konfetti im Kopf e.V., Bank für Sozialwirtschaft, IBAN: DE69 2512 0510 0009 4598 00

# Sprung über das Grab

Mut und Hoffnung statt Wut und Trauer. „Niemand bringt Marten um“ von Marteria kann als modernes Osterlied gesehen werden. Überlegungen von Felix Evers

**A**kutes Nierenversagen drohte. Am 29. März 2015 wurde Marteria, bürgerlich Marten Laciny, in ein Krankenhaus eingeliefert. Der Rapper hatte bei einem Benefizspiel des FC Hansa Rostock gespielt und zwei Stunden nichts getrunken. Nach erfolgreicher Dialyse zog er sich zurück. Laut eigenen Angaben habe der Vorfall sein Leben verändert: Alkohol und andere Drogen

konsumierte er zunächst gar nicht mehr; stattdessen geht er in seiner Freizeit mit seiner kleinen Familie zum Angeln. In meinen Augen war diese Lebenserfahrung diejenige, die einer Berufung – vom Saulus zum Paulus – gleicht. Nichts anderes berichten uns ja Mystiker und Kirchenlehrer, wenn sie von einschneidenden Visionen bzw. Gotteserfahrungen berichten.

Für Marteria verlief die Corona-Pandemie anders als für die meisten von uns. Kurz vor den Ein- und Ausreiseverboten in aller Welt vor zwei Jahren konnte er Venezuela verlassen und nach Barbados fliegen, wo er mit Blick aufs Meer an neuer Musik arbeitete. Hier entstand „Niemand bringt Marten um“. Alle Themen, die in einer Passionserzählung vorkommen, drückt er eingebettet in die Erfahrung einer weltweiten Enge durch die grassierende Pandemie aus: Angst, Gefahr, Verzweiflung, Wut, Trauer, Todesnähe – aber eben auch Resilienz, Mut, Hoffnung und Kampf gegen den eigenen Untergang. Ein Lied der Überwindung der Angst um uns selbst; ein Song der Erlösung; ein Osterlied. Das Grab hat nicht das letzte Wort, sondern die Liebe. Der Sprung über das eigene Grab ist das wohl treffendste Bild, das ein Christ heute aufgreifen kann, um Mut und Zuversicht zu verbreiten.

TEXT: FELIX EVERS



Felix Evers ist Pastor in Hamburg

„Baby, überall Gefahr um uns  
Baby, überall Gefahr, na und?  
Wenn uns hier alles um die Ohren fliegt,  
steh ich vor dir wie Granit.  
Niemand hier bringt Marten um.  
Jaja, das Ende naht, frag Amazon.  
Alle vor Angst erstarrt, Madame Tussauds.  
Ich häng in Caracas, in Barrios, in Gaza rum  
Und erfähr nur Liebe, niemand hier bringt  
Marten um ... //

Flieg die Cessna in das  
FeuerballszENARIO.  
Meine Mom, Lara Croft,  
mein Dad, Indiana Jones.  
Bin schon 100-mal über mein  
Grab gesprungen.  
Hab'n mich anvisiert, doch niemand  
hier bringt Marten um ... //



Fotos: William Minke // Privat // Liedtext: Auszug aus „Niemand bringt Marten um“ aus „5. Dimension“; Text: Marten Laciny; Copyright Grosse Action Musikverlag Marten Laciny/Krauskitchen Publishing Berger Conen, Schlippenbach GbR/ Hanseatic Musikverlag GmbH & Co. KG, Hamburg

Fotos: istock/ FabrikeCR



## LESER:INNEN BEFRAGUNG //

### »Für mich eine Auszeit«

Danke für viele positive Rückmeldungen und danke für konstruktive Kritik. Die Rückmeldungen von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, auf die Befragung zur Zoé waren differenziert und helfen, das Heft weiterzuentwickeln

Nach einer ersten qualitativen Studie im Herbst mit sogenannten Fokusgruppen und der anschließenden quantitativen Erhebung über eine Onlinebefragung können wir nach Aussage der Expertinnen und Experten des Marktforschungsinstituts Produkt & Markt auf ein repräsentatives Ergebnis schauen. Alle Befragten üben ihre Lehrtätigkeit sehr gerne aus und sind mit Engagement und Freude dabei – auch über den Schulunterricht hinaus. Neben ihrer Rolle als Lehrkraft, sehen sie sich im Schulalltag auch als Vertrauens- und Begleitperson für die Schülerinnen und Schüler. Exemplarisch hieß es etwa: „Ich finde es wichtig, dass die Kinder überhaupt Berührungspunkte mit Themen wie Spiritualität bekommen.“

Unser Magazin Zoé wird, so die Studie, von den Befragten sehr wertgeschätzt und hat einen gewissen Stellenwert für Kraft und Glaubensstärkung. Beispielhaft lautete eine Antwort: „Sie wirkt durch ihre Bilder und den Text auf einer meditativeren Ebene. Sie ist für mich eine Auszeit, wenn ich mich bewusst von anderen Sachen frei machen will.“

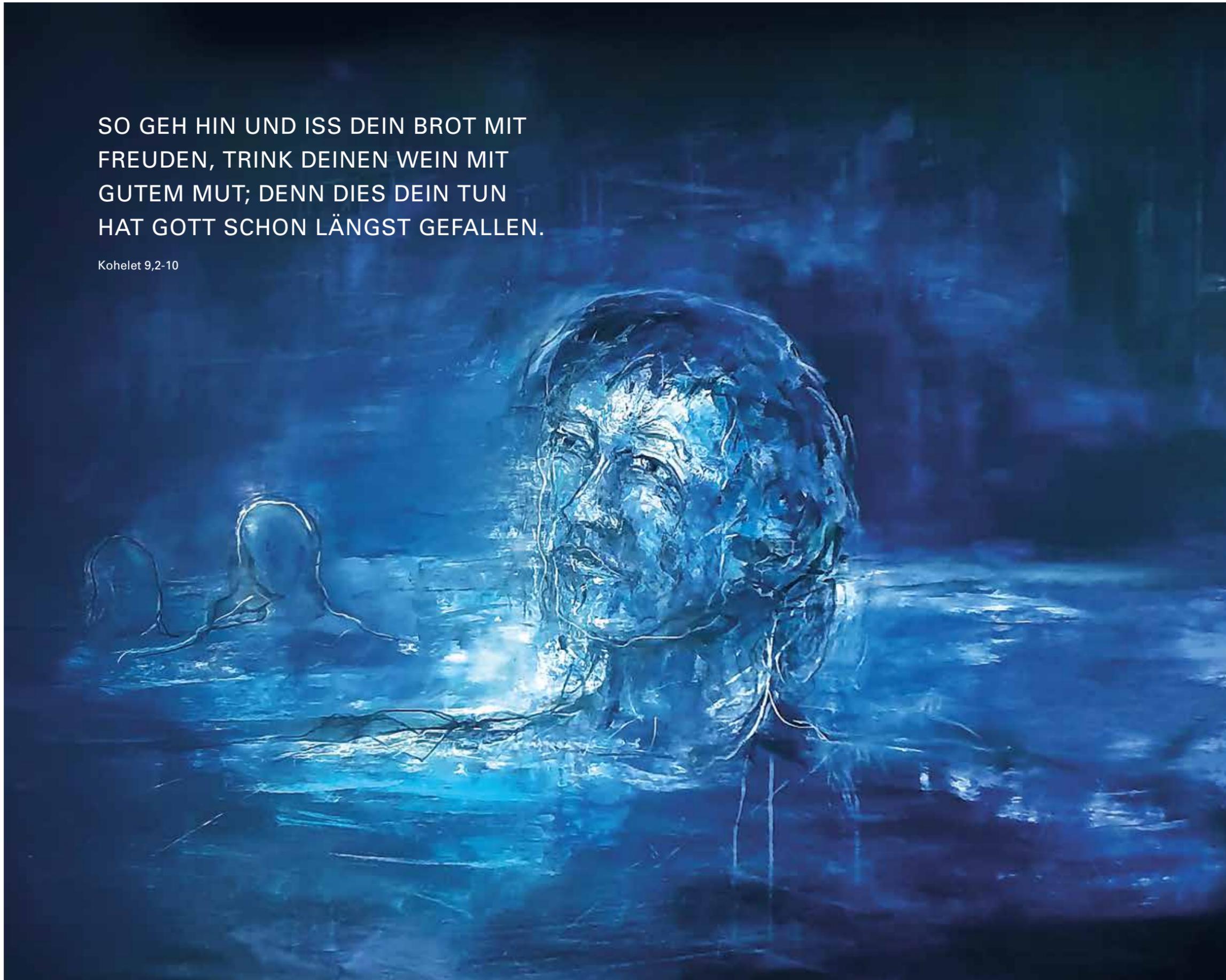
Sehr haben wir uns darüber gefreut, dass knapp 80 % der Leserinnen und Leser die Zoé weiterempfehlen würden und nahezu alle in der Zeitschrift mehrere Artikel oder Beiträge finden, die sie als wertvoll für sich persönlich wie auch für den Umgang mit anderen und deren Meinungen und Fragen erachten. Die Qualität der Artikel (84 %) und die Gestaltung (91 %) werden überwiegend als sehr hoch bzw. eher hoch bewertet. Dem steht die Themenvielfalt (66 %) etwas nach. Dies kann am Konzept des Magazins mit einem Oberthema liegen.

Als Auslöser für Gespräche mit anderen dient die Zoé immerhin bei gut einem Drittel der Antwortenden. Während die meisten Rubriken positiv bewertet werden, fällt das Urteil über die Rubrik „Dumm gelaufen“ schwächer aus. Sie wird künftig entfallen. Zu weiteren Verbesserungsvorschlägen zählen u.a. Bücherempfehlungen. Alle Ergebnisse werden innerhalb der Redaktion noch weiter im Detail ausgewertet und es wird geprüft, wie das Heft noch stärker an den genannten Interessen ausgerichtet werden kann.

TEXT: RAINER MITTELBERG

SO GEH HIN UND ISS DEIN BROT MIT  
FREUDEN, TRINK DEINEN WEIN MIT  
GUTEM MUT; DENN DIES DEIN TUN  
HAT GOTT SCHON LÄNGST GEFALLEN.

Kohelet 9,2-10



## Ende oder Übergang?

Der Münsteraner Theologe Johann Baptist Metz hat zu Recht darauf hingewiesen, dass wir sehr oft und sehr schnell, vielleicht zu schnell, in Verkündigung und Seelsorge bei der österlichen Auferstehung sind. Nehmen wir den Tod eigentlich ernst? Braucht es nicht eine stärkere Profilierung des Karfreitags, der Erfahrung der Gottesferne, der Verlassenheit, der Zerstörung, des Abbruchs, des Hinabstiegs in das Reich der Toten?

Der Tod ist ein Drama für das Leben. Er ist wohl das Drama unseres Lebens. Gleichwohl gelingt es uns in der alltäglichen „Ausübung“ unseres Lebens in der Regel ganz gut, dieses Drama auszublenden. Ich lebe ja schließlich derzeit; und solange ich lebe, ist der Tod nicht da bzw. ist mein Tod nicht da (und wenn der Tod da ist, dann bin ich nicht mehr da). So tröstete sich jedenfalls der griechische Philosoph Epikur um 300 v. Chr. über das Drama von Leben und Tod hinweg.

Dass diese Sichtweise allerdings kaum weiteres Fragen oder Hadern zu verhindern vermag, spürt jeder Mensch spätestens dann, wenn der Tod eines nahestehenden Menschen in das eigene Leben einbricht. Dann ist der Tod nämlich sehr wohl da – auch in meinem Leben.

Illustration: Patrick Schöden



## Freude und Handeln

### Kohelet 9,2-10

Es begegnet dasselbe dem einen wie dem andern: dem Gerechten wie dem Gottlosen, dem Guten und Reinen wie dem Unreinen; dem, der opfert, wie dem, der nicht opfert. (...) Denn die Lebenden wissen, dass sie sterben werden, die Toten aber wissen nichts. (...) So geh hin und iss dein Brot mit Freunden, trink deinen Wein mit gutem Mut; denn dies dein Tun hat Gott schon längst gefallen. Lass deine Kleider immer weiß sein und lass deinem Haupte Salbe nicht mangeln. Genieße das Leben mit deiner Frau, die du lieb hast, solange du das eitle Leben hast, das dir Gott unter der Sonne gegeben hat; denn das ist dein Teil am Leben und bei deiner Mühe, mit der du dich mühest unter der Sonne. Alles, was dir vor die Hände kommt, es zu tun mit deiner Kraft, das tu; denn bei den Toten, zu denen du fährst, gibt es weder Tun noch Denken, weder Erkenntnis noch Weisheit.

# Der Tod als Sauerteig fürs Leben

**E**r stürzt das Leben in eine tiefe Krise. Seine unerbittliche Unausweichlichkeit schockiert und schmerzt. Er zwingt uns zur Auseinandersetzung. Wohin uns diese Auseinandersetzung führt bzw. was sie in uns bewirkt, ist freilich offen und kann unterschiedlich beantwortet werden. Eine Option wäre eine Sichtweise von einem Leben, in dem der Tod so etwas wie Sauerteig ist. Er ist das Triebmittel zur Lockerung von Backwerk und macht Roggenteige überhaupt erst backfähig. Sauerteige verbessern Verdaulichkeit, Aroma, Geschmack, Haltbarkeit und Konsistenz der Backwaren. Zudem werden ernährungsphysiologische Eigenschaften verbessert.

Vielleicht hat die Auseinandersetzung mit dem Tod viel mit einem Sauerteig gemeinsam. Im besten Fall durchsäuern dann Erfahrungen von Sinnlosigkeit und Verzweiflung unser Leben. Sie sind für das Leben, seine Verdaulichkeit, sein Aroma und seinen Geschmack so notwendig wie der Sauerteig für das Brot. Vielleicht können sie unsere lebensphysiologischen Eigenschaften verbessern, indem sie uns zu mehr Tiefe, Weite, Bewusstheit und Gelassenheit verhelfen?

Zwei Beispiele seien hier angedeutet. Der französische Philosoph Michel de Montaigne hat sich sehr intensiv mit Tod und Leben auseinandergesetzt und entwickelte in seinem Essay „Philoso-

phieren heißt sterben lernen“ einen Gegenentwurf zu Epikur. Die höchste menschliche Vollendung gewinnt man Montaigne zufolge durch die seelische Vorbereitung auf das Ende. Sokrates war ihm dabei das bewunderte Vorbild, denn jeder Tod muss seinem Leben gleichen, meinte Montaigne. Der Tod sei die letzte und große Bewährung des Menschen. Haben wir standhaft und ruhig zu leben gewusst, so werden wir ebenso zu sterben wissen. Dabei sei es nicht der Tod, der den Menschen beunruhigt, sondern das Sterben. Wer die Menschen lehren würde zu sterben, der würde sie lehren zu leben. Es komme darauf an, bereit zu sein. Denn alles, was geschehen kann, könne noch

heute geschehen. Für Montaigne ist die Besinnung auf den Tod die Besinnung auf die Freiheit zu einem gelassenen Leben. Sterben zu wissen, befreie uns von aller Unterwerfung und allem Zwang. Ob es dabei ein Leben nach dem Tod gibt, hat Montaigne in seiner philosophischen Arbeit ausgeblendet. Er hielt den Glauben für möglich, trennte ihn aber angesichts der Ferne und Unbegreiflichkeit Gottes strikt von der Sphäre der Vernunft.

Das zweite Beispiel kommt mit viel weniger Worten aus, als die imposant elaborierten Schriften Montaignes, bringen ihn dabei aber in gewisser Weise – vielleicht ungewollt – auf den Punkt. Es ist das Bilderbuch „Ente, Tod und Tulpe“ von Wolf Erlbruch, das 2010 als Kurzfilm verarbeitet und mehrfach ausgezeichnet wurde.

Die Handlung in Kürze: Eine munter durch das Leben laufende Ente hat plötzlich so ein Gefühl, als ob sie verfolgt wird. Sie bleibt stehen, wendet sich um und stellt den Verfolger zur Rede: „Wer bist Du und was schleichst Du hinter mir her?“ Er stellt sich vor: „Schön, dass Du mich endlich bemerkst. Ich bin der Tod.“ Im sich nun – nach anfänglichem Erschrecken – immer unbefangener entwickelnden Zwiegespräch wird deutlich, dass der Tod – ein mit seiner „Totenschädlichkeit“ vielleicht nicht hübscher, aber ungemein freundlicher und bedächtiger Genosse – die Ente schon ihr ganzes Leben hindurch begleitet.

»Ein Leben mit dem Tod nimmt dem Tod den Schrecken und schenkt dem Leben viel Gelassenheit.«

Foto: privat

»Niemand kennt den Tod; es weiß auch keiner, ob er nicht das größte Geschenk für den Menschen ist.«

Michel de Montaigne

Nun, nachdem die Ente ihn entdeckt hat, unternehmen sie gemeinsame Dinge, pflegen einen selbstverständlichen und entspannten Umgang miteinander und freuen sich immer mehr an. Sie unterhalten sich über die großen Fragen des Lebens; die Ente ist neugierig. Sie möchte vom Tod wissen, was denn nach dem Tod kommt. Sie habe gehört, dass gute Enten als Engel in den Himmel kommen und böse Enten zur Strafe tief unter der Erde in der Hölle gebraten werden. Der Tod weiß es zwar auch nicht, dennoch sind seine Antworten auf eigentümliche Weise anschlussfähig. Als Engel im Himmel? „Gut möglich! Flügel habt Ihr ja schon ...“ Eine Hölle tief unter der Erde? „Seltsam, was Ihr Enten Euch so erzählt, aber wer weiß ...“ Schließlich kommen Herbst und Winter, die einst so lustig-forsche und agile Ente wird zusehends müde und gebeugt.

Als sie in der immer unwirtlicher werdenden Natur zu frieren beginnt, bittet sie den Tod, von ihm gewärmt zu werden und stirbt friedlich in seinen Armen. Der letzte Akt des kleinen Büchleins bzw. Films: Der Tod trägt die Ente behutsam zum Fluss, legt sie vorsichtig aufs Wasser und schickt sie mit einem kleinen Stups zärtlich auf eine Reise stromabwärts auf dem Wasser gleitend. „Noch lange schaute er der Ente nach“, so heißt es zum Schluss. „Als er sie aus den Augen verlor, war der Tod fast ein bisschen traurig. Aber so war das Leben.“

Leben und Tod sind miteinander verbunden; der Tod verweist uns auf das Leben. Die Begegnung mit dem Tod verhilft

dem Lebenden zu ungeahnten Einsichten. Ein Leben mit dem Tod bewahrt nicht vor mulmigen Gefühlen oder depressiven Anwandlungen. Es nimmt dem Tod aber den Schrecken und schenkt dem Leben viel Gelassenheit. Das Bilderbuch lässt offen, ob noch etwas nach dem Tod kommt. Der Tod weiß es auch nicht. Er sorgt nur für einen Übergang, er schickt die Ente auf die letzte Reise – wohin auch immer: Der Tod nicht als Ende, sondern als Übergang; der Tod nicht als Exitus, sondern als Transitus. Der von Michel de Montaigne so verehrte Sokrates soll es einmal so formuliert haben: „Niemand kennt den Tod; es weiß auch keiner, ob er nicht das größte Geschenk für den Menschen ist. Dennoch wird er gefürchtet, als wäre gewiss, dass er das schlimmste Übel sei.“

TEXT: FRANK BUSKOTTE

Aus: Frank Buskotte, Himmel, Hölle, Fegefeuer – Was kommt nach dem Tod?  
© Patmos Verlag, Verlagsgruppe Patmos  
in der Schwabenverlag AG, Ostfildern 2021  
www.verlagsgruppe-patmos.de



**Dr. Frank Buskotte** (Jg. 1973) studierte Geschichte, Katholische Theologie und Soziologie und war zunächst als Lehrer an einem Gymnasium tätig. Seit 2009 war er Direktor der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Osnabrück. Er starb im vergangenen Jahr.

# Endlich Zeit für sich selbst

Der Vater alkoholabhängig, die Mutter zur Liebe unfähig, die eigene Ehe gescheitert. Silke Cipinski bricht im Februar 2020 mit schweren Depressionen zusammen. Doch die 50-jährige Erzieherin hat ihren Weg zurück ins Leben gefunden

**N**ein zu sagen, fällt ihr immer noch schwer. Vor ihrem Klinikaufenthalt sei das aber noch viel schlimmer gewesen. Ihr früheres Leben war „einfach Mist“, erzählt Silke Cipinski offen. Die ersten bewussten Erinnerungen an diesen „Mist“ reichen bis ins Alter von acht Jahren zurück: Der alkoholranke Vater kann im Rausch weder Urin noch Kot halten. Silke will helfen und steckt die Kleidung in die Waschmaschine. Doch statt Lob zu erhalten, hagelt es Vorwürfe von der Mutter: „Warum hast du das nicht vorher grob gereinigt?“ Elterliche Liebe und Vertrauen erfährt sie offenbar nicht. Vielmehr wird ihr über Jahre hinweg eingetrichtert: „Du bist nicht gut genug. Du warst sowieso nicht gewollt.“ Selbstvertrauen kann sie unter diesen Bedingungen nicht entwickeln.

Mit 18 Jahren verliebt sich Silke Cipinski. Bald heißt es von der Mutter: „Den nimmst du jetzt. Einen Besseren findest du eh nicht.“ Und folglich wird mit 20 Jahren geheiratet. 1995 und 1998 kommen ihre Söhne auf die Welt; der jüngere leidet an einer seltenen Chromosom-Mutation,

ist Autist, geistig behindert und pflegebedürftig. Der Vorwurf ihres Mannes „Das ist deine Schuld“ macht es noch schlimmer. Die Ehe wird zur jahrelangen Zweck-WG. Silke Cipinski funktioniert nur noch, arbeitet im Kindergarten, fördert ihre Kinder. „Nur mich selbst habe ich total vergessen.“ Ende 2019 endlich trennt sie sich von ihrem Mann. Sie verliebt sich Hals über Kopf neu und will zu ihrem neuen Partner nach München ziehen. Der aber bekommt kalte Füße und verlässt sie.

## Das eigene Wohl ganz aus den Augen verloren

„Da bin ich endgültig in den Brunnen gefallen.“ In wenigen Wochen verliert Silke Cipinski viel Gewicht und kämpft mit schweren Depressionen. Ihre Freundin schließlich treibt sie zum Arzt. Psychiater Marc Eilers, Chefarzt der Niels-Stensen-Kliniken Bramsche, eröffnet ihr, dass ein Klinikaufenthalt von sechs bis acht Wochen nötig sei. „Da bin ich in Panik geraten. Ich musste mich doch um meinen jüngeren Sohn kümmern“, erinnert sie

sich. Und das, obwohl der doch längst gut versorgt in einer Pflegeeinrichtung lebt. Endlich willigt Silke Cipinski ein.

„Ganz am Anfang habe ich viel geweint“, berichtet sie ohne Scheu. Langsam versteht sie, wie sie sich von anderen hat treiben lassen und ihr eigenes Wohl ganz aus den Augen verloren hat. „Um das zu erkennen hat mir Herr Eilers auf liebevolle aber strenge Art in den Hintern getreten.“ In der Klinik gewinnt Silke Cipinski Vertrauen in die Situation, in die Therapeuten und schließlich in sich selbst. Schon nach vier Wochen ist sie so stabil, dass sie die Klinik verlassen kann. „Die Schübe der Depression kommen immer mal wieder“, sagt sie. Dank der Hilfe von außen gehe es ihr aber deutlich besser. „Ich kann meine Dankbarkeit gar nicht in Worte fassen.“

## Mit Achtsamkeitsübungen in eigenen Körper hineinlauschen

Heute lebt Silke Cipinski in Borgloh im Landkreis Osnabrück. Ihre Wohnung liegt direkt am Wald, den sie als Ort der



**Mutig:** Bemerkenswert offen spricht Silke Cipinski über ihre Krankheit und ihren Weg raus aus der Misere

## »Die Depression war das Beste, was mir passieren konnte.«

Erholung besonders schätzen gelernt hat. Vom Balkon aus öffnet sich der Blick über die Hügellandschaft des Teutoburger Waldes. Eine friedliche Atmosphäre. Und ein Ort, um die eigene Lebensgeschichte neu einzuordnen: „Die Depression war das Beste, was mir passieren konnte.“ Zumindest der konstruktive Umgang mit der Erkrankung hat ihr den Weg gewiesen. „Für mich war es ein Geschenk, als ich wieder als Erzieherin arbeiten und die Verantwortung für 25 Kinder übernehmen konnte. Die Kolleginnen und die Leitung meiner Kita haben mich super aufgenommen.“

Endlich ist die eigene Wohnung auch ein wirkliches Zuhause. Und statt sich

nur um andere zu kümmern, nimmt sie sich Zeit für sich selbst. „Mir ist es wichtig, mir selber etwas Gutes zu tun, ein Buch zu lesen, Hörbücher oder Musik zu hören.“ Fast täglich mache sie Achtsamkeitsübungen; das können fünf Minuten oder eine halbe Stunde sein. „Bei diesen angeleiteten Übungen achte ich auf meinen Körper, lausche in mich hinein und kann damit zur Ruhe kommen.“

Großes Selbstvertrauen habe sie noch heute nicht, sagt Silke Cipinski. Dass sie mit ihrer Erkrankung aber so offen umgeht, spricht Bände. Ihre Eltern starben

2013 innerhalb von fünf Wochen. Beide hatte sie gepflegt. Mit ihrem Vater hatte sie sich noch am Sterbebett ausgesprochen. Von ihrer Mutter hingegen wurde sie ebendort noch angelogen. Der Stachel sitzt tief. Und dennoch: Der Hass auf die Mutter ist in Wut gewandelt; er ist ein Teil der alten Geschichte. „Jetzt schaue ich nach vorn. Ich hänge am Leben und bin dankbar über den guten Draht zu meinen Jungen.“

**TEXT:** RAINER MITTELBERG

**FOTO:** HERMANN PENTERMANN



»Das Größte, was ich in meinem Leben verloren habe, ist mein Urvertrauen.«

# Was noch zu klären wäre

## Diesmal mit Ella Anschein

Bekommenheit, Stille und heimlich verdrückte Tränen. Wenn Ella Anschein ihren Text „Armut“ vorträgt, kämpft das Publikum mit seinen Emotionen. Die Poetry-Slammerin steht für klare Sprache und klare Haltung

**In Ihrem Stück Armut sprechen Sie darüber, was Armsein bedeutet und welche Folgen Armut hat. Wie persönlich ist der Text?**

Das bin eins zu eins ich. Es gab dieses Gespräch mit meiner Mutter am Frühstückstisch, als ich sie einmal besuchte. Da haben wir zum ersten Mal bewusst und offen über unsere finanziell schwierigen Verhältnisse gesprochen.

**Wie schwierig war dieses Gespräch?**

Es hat bei uns beiden Dinge aufgewühlt, von denen wir uns gewünscht hätten, dass es damals anders gelaufen wäre. Es ist nicht so, dass wir etwas bereuen, aber es ist halt nicht immer möglich, das Beste aus einer Situation herauszuholen. Dabei geht es auch nicht nur um das Materielle, sondern um die sozial schwierigen Erfahrungen, die ich gemacht habe, weil das Materielle gefehlt hat.

**Wie haben sie die Armut in Ihrer Kindheit und Jugend erlebt?**

Im Nachhinein würde ich sagen, ich bin

in schwierigen Verhältnissen aufgewachsen: mit einem Vater, der nicht da war, einer Mutter, die alleinerziehend mit vier Kindern war. Bei uns war eine Atmosphäre: „Okay, wir kriegen das irgendwie hin.“ Aber im Grunde war da einfach viel Überforderung.

**Fühlten Sie sich als Jugendliche als Verliererin?**

Nein, zum Glück nicht. Ich habe mich früh für Literatur und Politik interessiert, bin in der Schule immer gut mitgekommen, hatte gute Noten. Die schulische Anerkennung hat mir viel gegeben. Aber als Jugendliche habe ich gemerkt, dass andere Leute einen Halt in ihrem Leben haben, den ich nicht habe. Darunter habe ich sehr gelitten.

**Was meinen Sie damit?**

Das Größte, was ich in meinem Leben verloren habe, ist mein Urvertrauen. Dieses Gefühl, dass Sachen gut werden, dass ich mich auf das Schicksal verlassen kann, dass sich alles irgendwie fügen wird. Mit

Psychotherapie arbeite ich daran, mir einen positiven Blick auf die Welt zurück-zuholen – gar nicht, weil ich fatalistisch, negativ oder misanthrop wäre, sondern einfach, weil ich Dinge erlebt habe, die mich gelehrt haben: Sei vorsichtig, trau dem Frieden nicht.

**Was hat Ihnen Ihr Urvertrauen genommen?**

Ohne zu sehr ins Detail gehen zu wollen, habe ich in meiner Kindheit körperliche, aber vor allem psychische Gewalt im innerfamiliären Kontext erfahren und als Jugendliche und Erwachsene außerhalb der Familie mehrfach auch sexuelle Gewalt.

**Sie sagen, sie haben sich nicht als Verliererin gefühlt. Fühlten Sie sich denn von anderen als Verliererin abgestempelt?**

Ich habe zumindest gemerkt, dass ich Gegenwind bekomme: Weil ich Dinge nicht hatte oder weil ich mich nicht so benommen habe, wie die gesellschaftliche Erwartungshaltung an ein Mädchen ist. Das liegt zum einen daran, dass ich nicht so



viele Orientierungspunkte hatte, weil gewisse Dinge finanziell nicht möglich waren und ich keinen Vergleich hatte.

#### Und zum anderen?

Wenn man manchmal lieber Jungsklammotten trägt und gar nicht so sehr ein Mädchen ist wie andere, dann fällt man auf. Ich fühle nicht so geschlechterstereotypisch. Mein Queersein hat natürlich nichts mit den finanziellen Dingen zu tun. Aber dieses Anderssein – ob es nun die wirtschaftliche Dimension oder die Identitätsfrage war – das habe ich schon sehr gespürt.

#### Haben Sie Ihren Eltern damals Vorwürfe gemacht?

Nein. Was ich aber lange mit mir herumgetragen habe, ist die Frage: Warum lieben meine Eltern mich nicht? Das war eine große Verlusterfahrung für mich. Meine Mutter war psychisch sehr krank und ich habe als Jugendliche einfach nicht verstanden, warum sie so war, wie sie war. Zwischen meinem 15. und 20. Lebensjahr hatte ich keinen Kontakt zu ihr, bin damals von zu Hause ausgezogen. Mittlerweile konnte ich diese Frage ge-

genüber meiner Mutter auflösen, gegenüber meinem Vater nach wie vor nicht.

#### Ist diese neue Beziehung zu Ihrer Mutter ein Gewinn für Sie?

Gewinne können Verluste oft nicht ausgleichen. Das Gefühl, das meine Mutter mich liebt, und das Wissen, dass sie mir das durch ihre Krankheit nur nicht zeigen konnte, entschädigen. Aber egal, wie sehr man das als Erwachsener bearbeitet, bleibt diese verletzte Kinderseele.

#### Also einmal Verlierer immer Verlierer?

Es wäre schön, wenn ich sagen könnte: Nein, das stimmt nicht. Aber eine persönliche Verlierergeschichte, die kriegst du aus dir nicht raus. Studien belegen, wer Gewalt erfährt, hat ein höheres Risiko, noch einmal Gewalt zu erfahren. Wir dürfen das nicht ignorieren. Wir müssen uns als Gesellschaft die Frage stellen, wie wir damit umgehen. Dieser neoliberale Ansatz „Du bist deines Glückes Schmied“ kann nur in einer Gesellschaft stimmen, die die Chance gibt, herauszukommen und zu heilen.

#### Hatten Sie Menschen, die Ihnen geholfen haben?

Ich habe einige befreundete Familien, die mir sehr nahestehen. Da kann ich hinkommen und weiß, ich bin willkommen. Und natürlich meinen Freundeskreis. Ich weiß nicht, wie ich manches überstanden hätte, wenn ich diese Menschen nicht hätte.

#### In dem Text „Armut“ sprechen Sie auch über Scham. Haben Sie sich als Kind geschämt?

Ich erinnere mich, dass ich mich oft unwohl, falsch und deplatziert gefühlt habe. Als Kind und Jugendliche konnte ich das aber nicht so benennen. Heute kämpfe ich gegen Schamgefühle. Sei es, indem ich mich auf die Bühne stelle und über Dinge rede, über die man sonst nicht redet. Oder dass ich wegen der Scham, die ich durch die sexuelle Gewalt empfunden habe, heute sehr frei mit meiner Sexualität umgehe. Dieser Widerstand gegen die Scham zeigt mir erst, wie verbohrst und schambelegt vieles ist.

#### Mit welchem Anspruch schreiben Sie Ihre Texte?

Wenn ich Schreibworkshops für Jugendliche gebe, sage ich immer: Denkt groß und außergewöhnlich. Mein Ziel für den

»Wenn ich Schreibworkshops für Jugendliche gebe, sage ich immer: Denkt groß und außergewöhnlich.«

Text „Armut“ wäre eine komplette Änderung der Sozialgesetzgebung. Dass jeder, der diesen Text hört und in einer Position ist, wo er daran arbeiten kann, sagt: „Wir ändern, wie wir damit umgehen.“ Natürlich weiß ich, dass ich das nicht erreichen kann. Aber nur mit dem Anspruch, diese Welt zu verändern, kann ich diese Welt ertragen.

#### Und was glauben Sie, können Sie auf der Bühne bewirken?

Da muss ich sehr kritisch mit mir sein. Wenn ich auf einem Poetry Slam auftrete und etwas gegen Nazis sage, dann ist das gut und schön. Aber da sitzen keine Nazis. Was ich mindestens versuchen möchte, ist eine Identifikationsfläche zu schaffen, die Menschen in ihrem Leben stärken und bereichern kann. Das Maximale wäre, Menschen eine Möglichkeit zu geben, etwas in ihrem Leben zu verändern.

#### Haben Sie das einmal geschafft?

Das war eines der wichtigsten Feedbacks, die ich je bekommen habe. Ich habe mal einen Text über mein Babysitterkind geschrieben, das gerne über Mauern lief. Ein Jahr nach meinem Auftritt hat mir jemand gesagt: „Ich habe das damals gehört und seitdem lasse ich meiner Tochter auf dem Weg zur Kita die Zeit, über Mauern zu laufen.“ Vielleicht ist das das Größte, was ich bislang in meinem Leben geschafft habe.

INTERVIEW: KERSTIN OSTENDORF

FOTOS: ANDREAS KÜHLKEN

## Armut

Neulich habe ich zum ersten Mal mit meiner Mutter über Armut geredet. Nicht, weil das kein Thema war, sondern weil das Thema war. Weil sie da war.

Weil sie immer da war und klebte. Weil sie da war unter den Bettdecken, nachts, und auf dem Tisch, am Tag. //

Weil sie da war, die Armut, weil sie immer da war, uns ansah. Und weil wir uns schämten ... //

## Auch Schauspielerin und Dramaturgin

Ella Anschein (25) wuchs in Bonn auf und begann schon in der Schule mit dem Theaterspiel. Mit elf Jahren schrieb sie im Deutschunterricht ihr erstes Gedicht. „Es war so ein bisschen, wie Laufenlernen“, sagt sie. Sie absolvierte ihre Schauspielausbildung an der Schauspielschule in Siegburg, ist als selbstständige Poetry-Slammerin unterwegs und gewann damit bereits mehrere Nachwuchspreise. Heute arbeitet sie als Dramaturgin am Schlosstheater Celle.

# Sein Name lautet: »Ich bin da!«

Die Vertrauenskrise der Kirche führt oft zu spiritueller Trockenheit. Wie kann man diesem Gefühl begegnen? Gedanken von Schwester Ulrike Diekmann cps, die verletzte und suchende Menschen begleitet

**D**ie Vertrauenskrise der Kirche ist sicherlich tiefgreifend und führt bei so manchem zum Gefühl der spirituellen Trockenheit oder – noch schlimmer – im persönlichen Glaubensempfinden zu dem, was wir als einen geistlichen „Burn-Out“ beschreiben können. Doch wer sich ausgebrannt fühlt, in dem muss ja auch mal ein Feuer gelodert haben. Wie kann man Menschen helfen, diesen Funken wieder zum Leben zu erwecken? Eine schwierige Frage. Es braucht vor allem Zeit, Offenheit und eine Sensitivität für Verletzlichkeit der menschlichen Seele.

Ich möchte in diesem Zusammenhang Folgendes sagen: Mir ist nie der Gedanke gekommen, dass nur die „Offiziellen“ der kirchlichen Struktur die „Mittler“ schlechthin zwischen Gott und den Menschen sein sollen. Sakramente sind externe Zeichen der ihnen innewohnenden Gegenwart Gottes. Gott wohnt da. Ist da. Und so kann Gott spürbar oder erfahrbar werden. Was dabei nicht übersehen werden sollte: Diese sakramentale Wirklichkeit können auch ganz einfache Menschen vermitteln. Zum Beispiel: eine Freundin, die ihren Glauben in aller Freiheit und mit viel Freude lebt, ein charismatisch-authentischer Mann, der in aller Schlichtheit über Glauben spricht, so dass es mein Herz packt, eine alte Frau, die mir ein Stück ihrer leidvollen Lebensge-

**»Mir ist nie der Gedanke gekommen, dass nur die ›Offiziellen‹ der kirchlichen Struktur die ›Mittler‹ schlechthin zwischen Gott und den Menschen sein sollen.«**

schichte unter Tränen anvertraut, eine Gruppe von Menschen, die miteinander Gemeinschaft feiern und Gott nicht draußen lassen, sondern als „mittendrin“ erleben. Sie alle sind Mittler zwischen Gott und dem Nächsten, zwischen Himmel und Erde.

#### **Göttliche Botschaften, müssen nicht christlich sein**

Auch berühren mich Biografien gewisser Menschen, wie die von Nelson Mandela mit seiner damals so „verrückten“ Botschaft von Frieden und Versöhnung. Oder die „Tiefenbohrungen“ der Mystikerin Madeleine Delbr el, die zu Quellen der Gottesbegegnung werden. Sie und so viele andere gute Worte im Alltag – das können auch Liedtexte im Radio sein – berühren mich ebenso wie gewisse biblische Texte oder Sprüche heiliger Menschen.



„Wichtig ist, wie ich mit dem Menschen bin“ – Schwester Ulrike Diekmann drückt das im Gespräch schon körperlich aus



»Ich bin hier gerade nicht wichtig.  
Was wirklich zählt, ist der  
Mensch da in seinem oder  
ihrem Unterwegssein.«

Und das ist gut so. Denn sie alle schärfen den Blick auf die Quellen, aus denen sich meine religiöse Sehnsucht speist.

Manchmal bedarf es aber gar keiner Menschen, um mit Gott in Kontakt zu kommen. Alte Kirchenräume haben für mich ihre eigene mystische Atmosphäre, die mich in einen Bann zieht und mich etwas von „Gott mit den Menschen“ ahnen lässt. Auch andere Orte und Zeiten üben eine gewisse Anziehung aus: Wenn ich mich nach Stille sehne, damit ich in meine eigene Mitte eintauchen kann und dort „hoffentlich“ Gott begegne: Das mag ein besonderes Plätzchen in der Natur sein oder ein klösterliches Setting, eine Bank im Garten, die „Tasse Kaffee mit Gott“ morgens oder die kleine Gebetskerze, die ich zu Hause oder in einer Kapelle für jemanden anstecke. Und manchmal entdecke ich Gott, der in Jesus sagt: „Ich bin der Weg“, beim Pilgern, ob auf dem Camino de Santiago oder

seinem kleinen Bruder, dem Hümmlinger Pilgerweg.

Gottes Name ist „Ich bin doch da“ (Ex 3,14). Diese Gottesbegegnung des Moses mit der Selbstoffenbarung Gottes ist für mich mehr als nur eine biblische Geschichte. Sie ist die Zusage, die mein Leben erfüllt: Er ist da, überall. Und dort im Überall kann ich an Gott, die Quelle des Lebens, immer andocken – auch und gerade in Krisenzeiten. So geht es, wie Ignatius von Loyola es sagt, darum „Gott in allem zu suchen und zu finden“, in der Überzeugung von Teresa von Avila sogar „zwischen den Kopftöpfen“. Meister Eckhart hat seine eigene Art es auszudrücken: „Wenn du Gott bei der Arbeit im Stalle weniger hast als im Hochamt, dann hast du ihn nicht.“

**Es braucht eine Haltung des Hörens und des Respekts**

Ich finde es wertvoll, einen Raum mit einer Ausstrahlung für ein geistliches Gespräch zu haben. Aber das ist nicht der einzige Ort für geistliche Begleitung. Ein zugiger Bahnsteig, ein Flur voll lärmender Menschen, ein Café mit einem Tässchen Cappuccino oder ein kleiner Kirchenraum. Mit anderen Worten: Begegnungen zum Austausch über den Glauben, über Gott und die Welt können ei-

## Zur Person

Schwester Ulrike Diekmann wird künftig unter anderem die Ausbildung von Laien zu „Geistlichen Begleitern“ in Norddeutschland mitgestalten. Sie stammt aus Gronau in Westfalen und gehört seit 37 Jahren der Gemeinschaft der Missionsschwestern vom Kostbaren Blut an. Viele Jahre verbrachte sie in Südafrika, wo sie unter anderem als Lehrerin und dann als Psychologin, auch im schulischen Bereich, unterwegs war, bevor sie 2015 als Schulpsychologin am Gymnasium der Mariannahiller Missionare in Maria Veen (Kreis Borken) eine neue Aufgabe übernahm.

Seit sie wieder in der Heimat wirkt, engagiert sich Schwester Ulrike zudem als geistliche Begleiterin und arbeitet als pastorale Mitarbeiterin der Diözese Osnabrück bei KIM (Kirche-in-Meppen), der Stadtpastoral in Meppen (Emsland). Ihre jahrelange Erfahrung im Feld der Trauma-Therapie bringt sie in der Arbeit mit Betroffenen ein, ob im Schutzprozess der Diözese oder bei der Anlaufstelle „Gewalt gegen Frauen in Kirche“. Als Referentin und Kursleiterin bietet sie ihre Expertise in verschiedensten Settings an, zum Beispiel für das Internationale Bibliolog-Netzwerk oder bei „IUNCTUS“, einem Kompetenzzentrum für Christliche Spiritualität. **MEHR UNTER [www.iunctus.de](http://www.iunctus.de)**



Neben dem Ordenskreuz trägt Schwester Ulrike ein unauffälliges Lederbändchen am rechten Handgelenk. Es erinnert sie an eine krisenhafte Phase in ihrer Lebensmitte, die sie als „Mittagsmüdigkeit“ umschreibt. Da dachte sie an Jesu Worte in Johannes 23,18: „Amen, amen, ich sage dir: Als du jünger warst, hast du dich selbst gegürtet und gingst, wohin du wolltest. Wenn du aber alt geworden bist, wirst du deine Hände ausstrecken und ein anderer wird dich gürtet.“ Sie legte sich daraufhin das kleine Lederarmband zu, verschenkte es fünfmal an Menschen, die ihr sehr nahe sind. Und heute freut sie sich, die damaligen Zweifel an ihrer Berufung überwunden zu haben.

gentlich überall stattfinden. Das mag dann eine einmalige Sache sein oder zu mehreren Gesprächen führen. Das gilt es zu sehen.

Es gibt Ausbildungsprogramme für Menschen, die andere geistlich auf ihrem Weg begleiten möchten. Das ist in meinen Augen wichtig. Aber viel wichtiger ist, wie ich mit dem Menschen bin. Es braucht eine Haltung des Hörens, des Interesses am anderen, des Respekts vor dem, was im Inneren meines Gegenübers gerade geschieht. Für alle Begleiter: Es braucht ein Aushalten der Fragen und Zweifel, ohne der Versuchung zu verfallen, jederzeit „rettende“ Antworten oder Lösungen präsentieren zu können oder sie gar mit frommen Worten zu überfluten. Letztlich weiß ich: Ich bin hier gerade nicht wichtig. Was wirklich zählt, ist der Mensch da in seinem oder ihrem Unterwegssein. Und das dann einfach zulassen, wirken lassen. Um dann gemeinsam den Weg der Suche zu gehen, die sich zeigt. Jeder Weg wird mit einem Begleiter leichter, auch und gerade wenn er aus einer persönlichen – vielleicht auch spirituellen – Krise führen soll.

**TEXT:** SR. ULRIKE DIEKMANN

**FOTOS:** MARIUS JACOBY

ICH WILL DAS,  
WAS DU WILLST.  
OHNE MICH ZU FRAGEN,  
OB ICH ES KANN.  
OHNE MICH ZU FRAGEN,  
OB ES MIR PASST.  
OHNE MICH ZU FRAGEN,  
OB ICH ES WILL. //

Madeleine Delbrêl (1904–1964),  
Schriftstellerin und Mystikerin



## »Im Wald begegnen wir Gott«

Projektleiterin Inga Kalinowski über Spiritualität im Wald und die #diegruenegemeinde in Hannover

### Warum ist das Gebet im Wald so besonders?

Die Natur ist ein Ort, an dem es Menschen manchmal leichter fällt, Gott zu begegnen. Sie ist nicht nur bloße Kulisse, sondern wir sind ein Teil von ihr. Wir sind Mitgeschöpfe wie alle Tiere und Pflanzen. Ich denke, das Besondere ist, mit dem Körper und allen Sinnen eingebunden zu sein. Im Wald begegnen wir Gott, seiner Schöpferkraft und seiner Liebe, mit der er die Schöpfung gestaltet hat.

### Was genau macht #diegruenegemeinde bei ihren Treffen?

Wir sind gemeinsam in und mit der Natur unterwegs. Nach einer kurzen Vorstellungsrunde gehen wir ein Stück. An der ersten Station gibt es einen biblischen Impuls oder ein Gedicht. Rund 20 Minuten gehen wir dann schweigend, lassen den Text auf uns wirken. An einer zweiten Station gebe ich einen weiteren Impuls und die Teilnehmer können sich über ihre Gedanken und Gefühle austauschen. Zum Abschluss sprechen wir noch ge-

meinsam ein Vaterunser, singen ein Lied oder formulieren Fürbitten.

### Welche Themen greifen Sie auf?

Ein Treffen war unter dem Motto „Basilika mit Blätterdach“. Die Aufgabe war, sich vorzustellen, welche Schätze und Sehenswürdigkeiten man als Kirchenführer in der Wald-Basilika den Besuchern zeigen würde. Ein solcher Perspektivwechsel hilft, die Natur anders wahrzunehmen.

### Welche Schätze haben die Teilnehmer gefunden?

Die Baumstämme wurden zu Kirchensäulen, die Blätter zu Fenstern, durch die das Licht strahlt. Äste auf dem Boden wurden als Schlange im Paradies gedeutet. Kleine Hütten im Wald wurden zu Seitenaltären,



**Inga Kalinowski** studierte Literaturwissenschaft und Theologie und leitet #diegruenegemeinde

es gab ein Taufbecken. Es war total schön zu sehen, wie vielfältig die Eindrücke und Ideen sind und mit wie viel Spaß alle dabei sind.

### Welche Rolle spielt schlechtes Wetter?

Eine große – aber nicht im negativen Sinn. Beim Treffen zur Basilika mit Blätterdach hat es in Strömen geregnet. Und es war toll! Dieses Geräusch des Regens im Wald hat einen ganz eigenen Charme. Auch im Herbst oder Winter, wenn die Dämmerung früh einsetzt, ist es schön, den Wald in dieser Atmosphäre zu erleben.

### ANDACHT

#### #diegruenegemeinde

Treffen **wöchentlich freitags um 16.30 Uhr** in der Eilenriede, dem Stadtwald von Hannover. Die Andacht dauert rund eine Stunde. Kooperationen mit Schulen im Fach Religion sind möglich. Das Projekt wird vom Bonifatiuswerk gefördert. Weitere Infos: [www.gruenegemeinde.de](http://www.gruenegemeinde.de)

Fotos: photocase/pinkzebra // atelier chevaller

### AUSSTELLUNG

#### Ein Bild der Zeit

Gattungsübergreifend: Die Kunsthalle Emden zeigt mit „Ein Bild der Zeit“ die wechselseitigen Einflüsse zwischen Malerei, Grafik und Film im Expressionismus. Dabei leuchten sowohl Gesellschaftskritik als auch Ideal- und Traumbilder auf. Zerrbilder des modernen Menschen werden ebenso thematisiert wie neue Sehgewohnheiten und Verhaltensweisen. Zu sehen sind Werke von Otto Dix, Lyonel Feininger, August Macke, Franz Marc, Paula Modersohn-Becker und anderen. Darunter auch Sequenzen aus Meisterwerken des expressionistischen Films, von „Das Cabinet des Dr. Caligari“ bis „Metropolis“.

Kunsthalle Emden  
bis So. 12. Juni  
Kosten: 9 Euro, erm. 7 Euro  
[www.kunsthalle-emden.de](http://www.kunsthalle-emden.de)



### EXERZITIEN

#### Orientiert am Dekalog

Die Zehn Gebote – damals und auch heute. Die Schweigeexerziten sind geprägt von geistlichen Impulsen und Zeiten der Stille. Sie werden einen Ruhepol darstellen, aber auch ein Ort sein, für sich neue Kraftquellen für den Alltag zu erschließen. Unter Leitung von Pater Reinhard Körner OCD.

Karmel St. Teresa Birkenwerder  
So. 24. - Mi. 27. April, Kosten: 120,00 Euro,  
Anmeldung: [ulrich.kaiser@erzbistumtberlin.de](mailto:ulrich.kaiser@erzbistumtberlin.de)



### AUSSTELLUNG

#### Höllenschwarz und Sternenlicht

Anlässlich des 700. Todestags von Dante Alighieri (1265–1321) im September 2021 widmet sich das Kupferstichkabinett Berlin mit „Höllenschwarz und Sternenlicht“ der künstlerischen Auseinandersetzung mit Dantes literarischem Hauptwerk, der Göttlichen Komödie. Gezeigt werden Werke vom frühen 19. Jahrhundert bis heute. So wird u.a. aus zeitgenössischer Perspektive das Thema der Hölle – bei Dante das erste der von ihm durchwanderten drei Jenseitsreiche – von Andreas Siekmann (geb. 1961) aufgegriffen und aktualisiert.

Kupferstichkabinett Berlin  
bis 8. Mai, Di. bis Do. 10.00 bis 18.00 Uhr;  
Sa. bis So. 11.00 bis 18.00 Uhr  
Eintritt: 6 Euro, erm. 3,00 Euro  
[www.smb.museum](http://www.smb.museum)



### DURCHATMEN

#### Auferstehungsweg Ebstorf

Von der Feldsteinkirche im Heidedorf Hanstedt I bis zum 4,2 Kilometer entfernten Kloster Ebstorf erstreckt sich der Auferstehungsweg durch die idyllische Landschaft. Er thematisiert auf dreizehn Stationen in Bildern und Meditationen die Osterbotschaft und lädt zur Einkehr ein. Die Stationen hat der Künstler Werner Steinbrecher (1946–2008) aus Allenbostel gestaltet. Zum Kunstschatz des Klosters Ebstorf zählt die originalgetreue Kopie der Ebstorfer Weltkarte aus dem 13. Jahrhundert, die in Größe und Fülle das christlich-europäische Weltbild des ausgehenden Mittelalters darstellt.

[www.kloster-ebstorf.de](http://www.kloster-ebstorf.de)  
[www.lueneburger-heide.de](http://www.lueneburger-heide.de)  
Stichwort: Auferstehungsweg



### EXERZITIEN

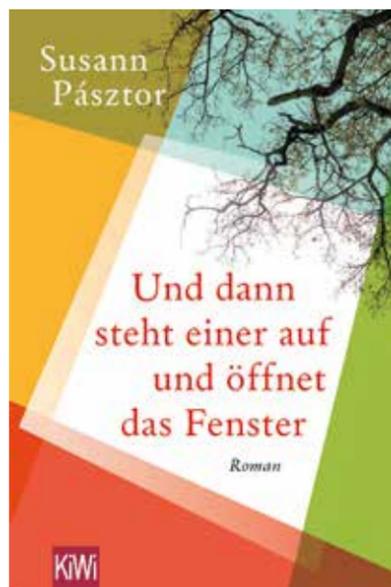
#### In der Mitte des Schweigens

Als Übungsweg auf der Suche nach Ganzheit verbringen die Teilnehmenden in Anlehnung an das japanische Sesshin gemeinsam Tage im Schweigen, um sich für die „Herz-Geist-Berührung“ öffnen zu lassen. Der streng ritualisierte Tagesablauf wird dies unterstützen. Ein Intensivkurs für Menschen mit Vorerfahrungen.

Kloster Marienrode  
Fr. 3. - Di. 7. Juni, Kosten: 439,00 Euro  
Anmeldung unter [www.kloster-marienrode.de](http://www.kloster-marienrode.de)

Fotos: Hermann Büngjes // Klaus Wraage, Blatt zu Purgatorio XV („Die Göttliche Komödie“), 1923, Holzschnitt, © Dr. Helgi und Helga Wraage, © Staatliche Museen zu Berlin, Kupferstichkabinett // Dietmar Katz //

BUCH



Susann Pásztor: Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster, Kiepenheuer & Witsch, 286 Seiten, Taschenbuch 11,00 Euro, E-Book 9,99 Euro

## Ein eigener Blick aufs Sterben

„Und dann steht einer auf und öffnet das Fenster“ ist ein wunderbarer Roman über eine krebserkrankte Frau mit klaren Vorstellungen bis zuletzt

Eine leichte Geschichte zu einem schweren Thema. Susann Pásztor baut ihren Text mit knapper Sprache und scharf kontrastierten Charakteren auf. Karla hat Krebs und nur noch ein halbes Jahr zu leben. Fred wiederum ist alleinerziehender Vater. Er hat sich zum ehrenamtlichen Sterbebegleiter ausbilden lassen, um seinem Leben mehr Sinn zu geben. Bei seinem ersten Einsatz möchte er alles richtig machen. Karla erkennt Freds guten Willen. Aber sie stellt seinem wohlgemeinten Aktivismus ihr sprödes Auftreten entgegen und lässt ihn mitunter abprallen. Sie lässt ihn nur an sich heran, wenn Sie es will bzw. zulassen kann. Hier geraten im Angesicht des Todes gesellschaftliche Konventionen an ihre Grenzen.

Parallel erzählt wird die Beziehung von Fred zu seinem 13-jährigen Sohn. Der archiviert Karlas Konzertfotos. Als eine von Fred geplante Familienzusammenführung scheitert, darf nur noch Phil Karla besuchen. Dann trifft Hausmeister Klaffki in einer kritischen Situation die richtige Entscheidung – und verhilft Fred zu einer zweiten Chance.

Ein lesenswerter Text, der keine übermäßigen kunstvollen Wendungen braucht. Christina Westermann hat Recht, wenn Sie in Ihrer Kritik sagt: „Dieser Roman ist keiner, der Angst vorm Sterben macht. Im Gegenteil. Er macht Lust auf das Leben. Jetzt.“

TEXT: RAINER MIDDELBERG

## Keine zoé erhalten? Vielleicht liegt's an der Adresse

Religionslehrerinnen und -lehrer im Erzbistum Berlin und in den Bistümern Hildesheim und Osnabrück erhalten zoé kostenlos per Post gesandt.

Doch aus vielen Gründen kann es sein, dass uns die Adressen dieser Kolleginnen und Kollegen nicht vorliegen. Abhilfe schafft eine E-Mail an

**leserservice@zoe-magazin.de**

Machen Sie gerne Ihre Fachkolleginnen und -kollegen auf die zoé aufmerksam. Dann erhalten diese auch künftig ihr persönliches Exemplar. Wir freuen uns auf weitere spiritueller interessierte Leserinnen und Leser!

### IMPRESSUM *zoé – leben mit anderen augen sehen*

Herausgeber: Dom Medien GmbH, Schillerstraße 15, 49074 Osnabrück, [www.dom-medien.de](http://www.dom-medien.de) //

Kontakt: [leserservice@zoe-magazin.de](mailto:leserservice@zoe-magazin.de), T 0541 318-600 //  
Chefredaktion: Rainer Middelberg, feinjustiert, Bad Bentheim //  
Redaktion: Kerstin Ostendorf, Osnabrück //

Sollten Sie den Bezug des Magazins nicht mehr wünschen, so richten Sie den Widerspruch bitte an oben genannte Adresse. //  
Das Magazin zoé wird unterstützt von den (Erz-)Bistümern Berlin, Hildesheim und Osnabrück. //

Gestaltung: Bettina Höhne, Bernward Medien GmbH, Hildesheim //  
Druck: Meinders & Elstermann GmbH & Co. KG, Belm //

[www.zoe-magazin.de](http://www.zoe-magazin.de)



## Ich stapfe durch den Regen

und folge nur einer inneren Spur.  
Der Weg hinter und vor mir verschwindet im nassen Dunst.  
Die Welt wirkt unscharf, während ich einen Gedanken nach dem anderen verliere, Wegmarkierungen, die keiner außer mir versteht.  
Unter diesem Himmel gibt es nichts Neues ... //

Und nur Gott weiß, was er/sie/es für mich am Anfang und Ende dieses verwaschenen Weges für mich aufgehoben hat.  
Ich folge weiter einer inneren Spur und lausche zwischen Regen und Wind meiner Neugierde und dem Ruf der verlorenen Dinge. //



Foto: © kineo Filmproduktion und Weydemann Bros

Text und Illustration: Patrick Schoden



Der Mensch, den wir liebten,  
ist nicht mehr da, wo er war,  
aber überall, wo wir sind und seiner gedenken. //

Augustinus von Hippo (354–430), Kirchenlehrer