

BENE

52

Das Magazin des Bistums Essen
September/Okttober/November 2024

SCHÖN LAUT!

Die eigene Stimme nutzen

NIE MEHR SPRACHLOS

Stammtischparolen
richtig kontern

LEBENSRAUM FRIEDHOF

Wunderbare Pflanzenwelt
am Ort der Stille

Popstar
Nico Santos:
Interview und
Kartenverlosung



EDITORIAL: Schön laut!

„Schön leise sein!“ – Diese Aufforderung haben wir alle wohl als Kinder öfter mal zu hören bekommen. Während des Unterrichts in der Schule, wenn die Eltern zu Hause telefonieren mussten oder bevor sich bei einem Theaterbesuch der Vorhang hob. Ja, es gibt Situationen, in denen Stille angesagt ist. Aber – stellen Sie sich jetzt gerne einen fulminanten Trommelwirbel vor: In diesem Heft soll es ums genaue Gegenteil gehen. Unter dem Motto „Schön laut!“ wollen wir es krachen lassen.

Im Mittelpunkt stehen diesmal Menschen aus unserer Region, die ihre Stimme nutzen oder auf andere Weise klar zum Ausdruck bringen, was ihnen wichtig ist: zum Beispiel ihr persönliches Engagement in Beruf und Freizeit, ihr Glaube und ihre Werte. Was sie uns präsentieren, kann sich sehen und hören lassen, finde ich. Ob's Ihnen ähnlich geht, können Sie beim Durchblättern gleich direkt schauen.

Tatsächlich nehmen wir Menschen die Dinge oft höchst unterschiedlich wahr. Was die einen gut oder zumindest akzeptabel finden, lässt andere schwarz- oder gar rotsehen. Aus Schulen, Nachbarschaften oder Polizeimeldungen hört man, dass Menschen aller Altersgruppen heutzutage bei Meinungsverschiedenheiten immer aggressiver aufeinander reagieren. Dann wird's auf unschöne Weise laut und leider auch immer öfter gewalttätig.

Perfekte Harmonie gab es zwar nie auf der Welt, man wird sie wohl auch schwer erreichen. Aber was es meiner Meinung nach jetzt mehr denn je braucht, ist, dass wir bei aller Unterschiedlichkeit miteinander im Austausch bleiben. Anderen mit einem offenen Ohr, einem wachen Blick und einem weiten Herzen begegnen.

Verschiedene Stimmen zu Wort kommen zu lassen, gehört für BENE traditionell zum guten Ton. Ich würde mich freuen, wenn Sie in diesem Heft die eine oder andere Geschichte finden, die Sie besonders anspricht und die vielleicht auch noch etwas länger nachklingt.

Auf einen farbenfrohen, harmonischen Herbst!

Ihre Sandra Gerke

Redaktionsleiterin



17

Podcast-Projekt:
Wir hören uns!



24

Klangfarben
der Kirche



20

Kapverden: Inseln
mit Licht und Schatten



04 HAST DU TÖNE?

Musikalische Pausen am Bischöflichen St.-Hildegardis-Gymnasium in Duisburg

06 MIT BENE ZUM BISCHOF

Nach dem Gewinnspiel in der Jubiläumsausgabe

06 HÖR MAL, WIE DAS KLINGT!

Babykonzerte in der Philharmonie Essen

07 3 FRAGEN AN ... NICO SANTOS

„Wenn man die Musik richtig fühlen kann“

08 NIE MEHR SPRACHLOS

Stammtischparolen richtig kontern

10 INS GESPRÄCH KOMMEN

Seit 50 Jahren leisten Ehrenamtliche Seelsorge am Telefon

12 VON WEGEN STILL

Zu Besuch an einer Schule für gehörlose und schwerhörige Kinder

15 LEID LANGFRISTIG LINDERN

Bistum Essen unterstützt Betroffene sexualisierter Gewalt mit der Übernahme von Therapiekosten

16 LAUT UND DEUTLICH

Die eigene Stimme im Alltag nutzen

17 „HALLO UND HERZLICH WILLKOMMEN“

Das Podcast-Projekt der Franz Sales Werkstätten

18 ENDLICH VERSTÄNDLICH

Hier kommentiert BENE-Autor Paul Philipp Themen, die ihn und die Welt bewegen, auf seine Weise: Überspitzt. Diesmal besonders klar und deutlich.

19 DAS GROSSE BENE-BÜHNEN-QUIZ

Licht aus, Scheinwerfer an – für unsere aktuellen Wissensfragen!

20 „DIE ENERGIE STECKT AN!“

Zwei Frauen werben um Hilfe für die Kapverden

22 MEIN GLAUBENSORT? MEINE LAUFSTRECKE!

Benedikt Strätling nutzt seine Langstreckenläufe im Bochumer Lorheidestadion für Gespräche mit Gott

24 DA IST MUSIK DRIN!

Klangfarben der Kirche

26 AUF DEN PUNKT

Mit farbenfrohen Grafiken Trauer verarbeiten

27 LEBENSRAUM FRIEDHOF

Hier zeigt die Natur ihre volle Kraft

28 SCHWEIGEN IST FEIGE

Ex-Bundesligatrainer Peter Neururer geht mit Bühnenshow auf Tour

29 JETZT GEHT'S UM DIE CURRYWURST!

Schulseelsorger schreibt Buch über die Herkunft der Ruhrgebietsdelikatesse

30 IM ZEICHEN DER HOFFNUNG

Bistumswallfahrt nach Rom im Oktober 2025

30 „DER LIEBE GOTT HAT DIE FALSCHER VERPACKUNG FÜR MICH GEWÄHLT“

Die ehemalige WDR-Journalistin Georgine Kellermann über ihren Lebensweg

32 KAMPFKUNST NEBEN DER KIRCHE

30 Jahre „Interessengemeinschaft für Selbstverteidigung“ in Gelsenkirchen-Buer

33 KINOKULTUR UND LESELUST

34 BE PLUS, VORSCHAU, IMPRESSUM

35 GEBET

Besuchen Sie uns unter: www.bene-magazin.de

Oder schreiben Sie uns eine E-Mail: redaktion@bene-magazin.de

BENE ist telefonisch erreichbar unter: **0201 2204-267**

Klassenarbeiten

Mathe
S. 123 Nr. 12
S. 96 Nr. 12

Deutsch
Mathe 36,4
Englisch 70,6,4

Hast du Töne?



Wenn Benjamin Peters (l.) durch die Klassentür kommt, haben die Mathebücher Pause, und die Laune steigt schlagartig am Bischöflichen St.-Hildegardis-Gymnasium (SHG) in Duisburg: Peters ist kein Lehrer hier, sondern an der städtischen Musikschule. Doch die Schüler kennen ihn. Immer wenn er unangekündigt in den Unterricht plätzt, ist klar: Jetzt ist „Vocal Break“. Das heißt: zehn Minuten aktive Extra-Pause mit Singen, Klatschen und Musizieren. „Bei mir dürft ihr etwas lauter sein“, ermuntert Peters die Kinder zum geräuschvollen Strecken und Gähnen zum Warmwerden. Dann geht's los mit „Body Percussion“: Die ganze Klasse steht und klopft sich im gemeinsamen Takt mit den Händen auf Arme, Brust und Beine.

„Die ‚Vocal Break‘ ist so niederschwellig, dass jeder mitmachen kann“, erklärt der Musikschullehrer. „Bei der ‚Body Percussion‘ hat jeder die Möglichkeit, mal nach vorne zu kommen und etwas vorzumachen, was dann alle mitmachen.“ So wächst auch bei den Kindern das Selbstbewusstsein, die bei Mathe, Englisch oder Deutsch in der Klasse sonst nicht zu den Überfliegern gehören.

Für das Bischöfliche Gymnasium im Duisburger Dellviertel sind die „Vocal Breaks“ nur einer von vielen Wegen, um Kinder früh ans aktive Musizieren heranzuführen. „Das ist wichtig“, erklärt SHG-Musiklehrerin Corinna Müller-Goldkuhle, „weil sie damit eine Kunst kennenlernen, mit der sie sich selbst ausdrücken können.“

l tr, red

MIT BENE ZUM BISCHOF

Nach dem Gewinnspiel in der Jubiläumsausgabe

„Auf einen Kaffee mit dem Bischof?“, fragte die Überschrift eines Artikels in der 50. Ausgabe von BENE. Dahinter steckte die Ausschreibung eines besonderen Gewinnspiels: Zum runden Jubiläum des Bistumsmagazins wollte Franz-Josef Overbeck Leserinnen und Leser zu einer kleinen, feierlichen Runde zu sich nach Hause einladen. Viele machten mit bei diesem Preisausschreiben. Doch Platz war nur für fünf von ihnen, jeweils mit einer Begleitung.

Die „Glücksfeen“ aus dem BENE-Sekretariat zogen schließlich eine bunte Mischung aus dem Lostopf: Menschen aus Essen, Oberhausen und Bochum im Alter von 40 bis Anfang 70 konnten sich über eine Einladung ins Bischofshaus freuen. Dort nahm neben dem Bischof und seinen Gästen auch die Redaktion dieses Magazins mit Platz am großen Tisch. Bei Kaffee und Kuchen entwickelten sich spannende, offene Gespräche, unter anderem über die aktuelle Entwicklung der Gesellschaft. Dafür bedankte sich der Bischof am Ende bei seinen Gästen: „BENE lesen so viele Menschen – da war es schön, einmal wieder ein paar Gesichter und persönliche Geschichten dahinter kennenzulernen.“ I sg



HÖR MAL, WIE DAS KLINGT!

Babykonzerte in der Philharmonie Essen

Klassische Musik für die Kleinsten: Die Philharmonie Essen lädt Familien mit Säuglingen regelmäßig zu Konzerten ein unter dem Motto „Hör mal, wie das klingt!“. Gemeinsam mit ihren Eltern oder Großeltern entdecken Babys dabei in entspannter Atmosphäre knapp eine Stunde lang die Welt der Musik. Der erste Termin am 25. September 2024 ist schon ausverkauft, aber es gibt weitere, die noch buchbar sind: am 22. Januar 2025 und am 2. April 2025, jeweils um 9.30 Uhr und um 11.30 Uhr. Erwachsene zahlen für sich zwölf und für ihre Kinder vier Euro. Ältere Geschwisterkinder können mitkommen.

Informationen auf
www.theater-essen.de/philharmonie

3 FRAGEN AN ... NICO SANTOS

„WENN MAN DIE MUSIK RICHTIG FÜHLEN KANN ...“

„Schön laut!“ – Das BENE-Motto könnte nicht besser zu ihm passen: Nico Santos gelang 2017 mit dem Pop-Song „Rooftop“ der große Durchbruch. Damals war er gerade einmal 24 Jahre alt. Jetzt, mit Anfang 30, kann er als Komponist und Sänger schon auf zahlreiche Hits zurückblicken – und hat noch einiges vor. Zum Beispiel mit seinem aktuellen Album „Ride“ auf Tour zu gehen und dabei auch ins Bistum Essen zu kommen: am 14. November in die Arena Oberhausen. „Ich liebe es, Konzerte zu geben und auch als Fan Konzerte zu besuchen, wenn da die Musik laut ist und man sie richtig fühlen kann“, schwärmt Nico Santos im Gespräch mit BENE-Redakteurin Sandra Gerke.

BENE: Seit Sie Mitte 20 sind, stehen Sie durch Ihre Hits und die Teilnahme an TV-Shows wie „The Voice of Germany“ in der Öffentlichkeit. Wenn Sie irgendwohin gehen, dürfte schnell Trubel entstehen. Wie gehen Sie damit um?

Nico Santos: Ich komme damit gut klar und bin gelassen. Das Erkanntwerden empfinde ich nicht als etwas Schlechtes, ich freue mich dann. Wo ich wohne, in Berlin, hält sich das sowieso in Grenzen. Durch die vielen bekannten Personen dort sind die Leute ein bisschen abgestumpfter.

Etwas lauter als früher dürfte es derzeit bei Ihnen zu Hause sein: Sie sind dieses Jahr Vater geworden. Nimmt der neue Mensch in Ihrem Leben auch Einfluss aufs Musikmachen, zum Beispiel darauf, wie Sie Ihren Tour-Alltag organisieren – und erleben?

Für die Tour habe ich – was das angeht – noch nicht so richtig den Masterplan, wie ich es gestalten werde. Aber musikalisch ist ein Kind die größte Inspiration, die man haben kann. Man schreibt Songs, die kritischer sind und mehr hinterfragen – für die Zukunft. Meine neue Lebenssituation ist musikalisch auf jeden Fall schon zu hören!

Vor einiger Zeit haben Sie auf Instagram einen nachdenklichen Text darüber veröffentlicht, dass Ihnen die vielen Krisen auf der Welt gerade das Herz schwer machen. Sie schrieben aber auch von der Hoffnung, „dass wir es gemeinsam schaffen, diese Welt weiter zu einem lebenswerten Ort zu machen“. Was könnte ein erster Schritt sein?

Das mag vielleicht komisch klingen, aber ich habe die Fußball-EM im Sommer als einen Schritt zur Besserung empfunden. Man hat so viel Positives mitbekommen: Videos von Fans, die anderen Fans helfen, Leute verschiedenster Herkunft, die zusammenkommen und feiern. Es war wieder mehr Zusammenhalt spürbar. Das tat sehr, sehr gut. Wenn Menschen Liebe verbreiten, bekommen sie umso mehr zurück!

Weitere Infos: www.nico-santos.de



LUST AUF LIVE-MUSIK?

Wenn Sie **Nico Santos** und Hits wie „Play With Fire“, „Like I Love You“ oder die aktuelle Single „Human Being“ **live** erleben möchten, ist der **14. November in der Arena Oberhausen** die Gelegenheit. BENE verlost zweimal zwei Tickets für das Konzert. In der Lostrommel landen Sie mit einer E-Mail an gewinnspiel@bene-magazin.de oder mit einer Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen unter dem Stichwort „Nico Santos“**. Einsendeschluss: 15. Oktober.

NIE MEHR SPRACHLOS

**Stammtischparolen
richtig kontern**

Text Jutta Oster

Sie begegnen einem immer wieder und keineswegs nur beim Stammtisch in der Kneipe – bei einem Gespräch im Urlaub, bei einer Familienfeier, bei einem Treffen mit Bekannten oder am Kiosk in den Schlagzeilen einiger Zeitungen: typische Stammtischparolen. Dann heißt es zum Beispiel, dass „die da oben“ machen, was sie wollen. Dass es Klimaveränderungen schon immer gegeben hat. Dass Steuergelder angeblich für geflüchtete Menschen ausgegeben werden und die Deutschen leer ausgehen. Dass Familien auseinanderbrechen, weil Frauen Karriere machen. Vielen Menschen schlägt es bei solchen Parolen die Sprache. Dabei ist es wichtig, ihnen etwas entgegenzusetzen. Wie gelingt das am besten?



Die Wahrscheinlichkeit, in eine solche Gesprächssituation zu kommen, steigt. Denn populistische, antidemokratische oder rassistische Einstellungen verbreiten sich weiter in unserer Gesellschaft, wie die Studie „Die distanzier-te Mitte“ der Friedrich-Ebert-Stiftung zeigt. Gleichzeitig sinkt das Vertrauen in die Demokratie auf unter 60 Prozent. „Stammtischparolen sind in der Mitte der Gesellschaft angekommen“, bestätigt Daniela Linka, Bildungsreferentin beim Institut für Diversity, Innovation und nachhaltigen Praxistransfer (DINX) in Bochum.

Wie kann man auf solche Aussagen, die polarisieren und oftmals mit einer Abwertung von Menschen einhergehen, reagieren? Entscheidend ist, überhaupt zu reagieren – und nicht einfach wegzuhören. „Wenn wir Vielfalt möchten, sollten wir zeigen, dass wir für Vielfalt stehen“, sagt Daniela Linka. Und das bedeutet, den Äußerungen entschieden entgegenzutreten. „Wenn wir keine Gegenposition beziehen, werden die Thesen aufrechterhalten“, so die Expertin. Sie hat aber die Erfahrung gemacht, dass die meisten Menschen solchen (rechts-)populistischen und abwertenden Äußerungen etwas entgegenzusetzen möchten.

Diesen Bedarf hat auch die Katholische Erwachsenen- und Familienbildung im Bistum Essen (KEFB) erkannt. Der Bildungsträger bietet deshalb zum Beispiel am Standort Bochum Kurse zum Thema an (siehe „Weitere Informationen“). „Das Klima in unserer Gesellschaft wird rauer“, sagt Matthias Menke, pädagogischer Mitarbeiter bei der KEFB. „Es ist unser Auftrag aus unserem christlichen Menschenbild, den Menschenrechten, dem Grundgesetz und dem Leitbild der KEFB, dem etwas entgegenzusetzen.“

Auch seine Kollegin Veronika Spanke, ebenfalls pädagogische Mitarbeiterin in der Bildungseinrichtung, spürt, dass die Verunsicherung in der Gesellschaft stark zunimmt. Daraus ergebe sich vielfach der Wunsch nach Vereinfachung, der sich in solchen verallgemeinernden Sätzen wie Stammtischparolen zeigen könne.

Haltung dagegen zeigen – wie kann das praktisch gehen? „In der Ruhe liegt die Kraft“, empfiehlt Bildungsreferentin Daniela Linka. „Wichtig ist, ruhig zu sprechen und nicht laut zu werden.“ Dennoch sollte aus der Erwiderung klar hervorgehen, dass es sich um eine Absage an Stammtischparolen handelt – auch im Sinne der Zuhörenden, die anfangs meist unentschlossen sind, sich dann aber oft solidarisieren.

Die Gefahr bei solchen Gesprächen kann sein, dass das Gegenüber sich belehrt fühlt. Deshalb ist es wichtig, der anderen, dem anderen auf Augenhöhe zu begegnen. „Hilfreich ist gezieltes Nachfragen“, rät Matthias Menke. Zum Beispiel so: Wie kommst du darauf? Sind das deine persönlichen Erfahrungen? Oder: Wie meinst du das? Welches Problem siehst du dahinter? „Es geht darum, seinem Gegenüber wirklich zuzuhören und zu versuchen, seine Perspektive zu verstehen. Dann steigt die Chance auf einen echten Dialog, der nicht vorschnell in einer Belehrung endet“, erklärt Veronika Spanke.

Manchmal kann es auch hilfreich sein, mit Fakten zu argumentieren, gerade dann, wenn man sich mit dem Thema auskennt. Solche Gespräche brauchen etwas Übung, deshalb gibt es spezielle Trainings, beispielsweise bei der KEFB. Manchmal kann es auch passieren, dass man die Parolenschwingenden selbst nicht erreicht – dafür aber die außenstehenden Menschen, bei denen das Gespräch oftmals noch nachwirkt.

Hin und wieder fällt einem erst später ein, was man hätte sagen können. Dann kann es sinnvoll sein, das Gegenüber noch einmal anzusprechen, zum Beispiel so: „Ich habe noch einmal über unser Gespräch nachgedacht ...“ In bestimmten Situationen ist es aber entscheidend, sofort und unmissverständlich zu reagieren, etwa dann, wenn Menschen Schutz brauchen, weil sie durch rassistische Äußerungen herabgesetzt werden. „Dann ist durchaus deutlicher Widerspruch nötig“, so Menke. „In jedem Fall müssen Menschen spüren: Ich höre nicht weg, ich nutze meine Stimme.“

Weitere Informationen

Die Katholische Erwachsenen- und Familienbildung im Bistum Essen bietet in Bochum zwei Veranstaltungen zum Thema an:

„Stammtischparolen“ – Wie reagieren? Workshop zum Umgang mit Parolen, Palaver und Populismus

- Montag, 28. Oktober 2024, 18.00 bis 20.30 Uhr
- Donnerstag, 20. Februar 2025, 18.00 bis 20.30 Uhr

Veranstaltungsort: KEFB Bochum, Am Bergbaumuseum 37, 44791 Bochum

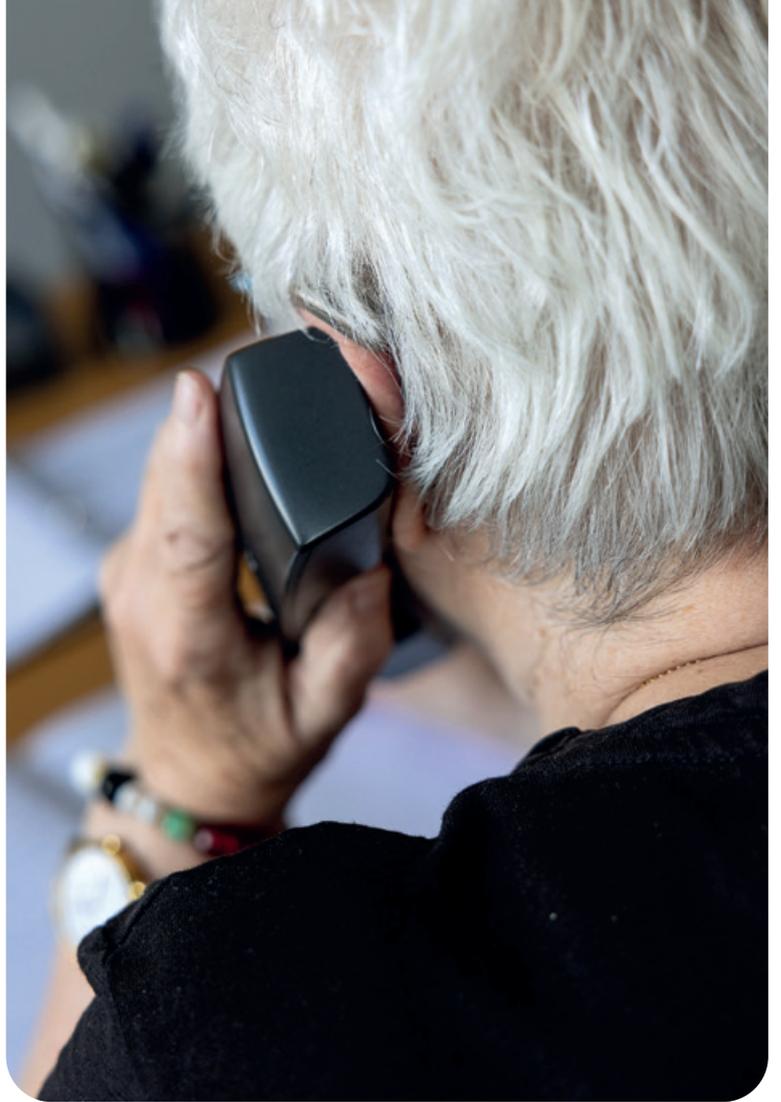
Information und Anmeldung per E-Mail unter bochum-wattenscheid@kefb.info oder Telefon 0234 9508911

www.kefb.info

Mit der **App „KonterBUNT“** kann man üben, auf Stammtischparolen zu reagieren. Mehr dazu im Netz unter konterbunt.de.

INS GESPRÄCH KOMMEN

**Seit 50 Jahren
leisten Ehrenamtliche
in Duisburg Seelsorge
am Telefon**



Wenn andere schlafen, ist sie hellwach und wartet in ihrem Büro auf das Klingeln des Telefons. Marianne Berger, wie sie sich hier nennen will, arbeitet seit knapp 20 Jahren ehrenamtlich in der Telefonseelsorge Duisburg Mülheim Oberhausen – und das am liebsten nachts. „Dann rufen mich oft Menschen an, denen noch Probleme durch den Kopf geistern“, sagt die 73-Jährige, die ihren echten Namen nicht sagen und auch nicht erkannt werden möchte. Sowohl die Mitarbeitenden der Telefonseelsorge als auch die Anrufenden bleiben anonym.

Während ihrer letzten Schicht, die von drei Uhr nachts bis sieben Uhr morgens dauerte, führte Marianne Berger vier Gespräche. Ein Rentner rief an, weil er mit jemandem über seine schwere Krankheit sprechen wollte. Eine junge Frau hatte Probleme in der Partnerschaft. Ein Mann mittleren Alters machte sich Sorgen um seinen Job. Die letzte Anruferin brauchte Zuspruch, um aus dem Bett aufzustehen. „Es gehört auch zu unserem Job, antriebslose Menschen durch ihren Alltag zu begleiten“, sagt Marianne Berger. „Wir motivieren sie dazu, sich einen Kaffee zu machen und den Tag zu beginnen.“ Die Stimme der Duisburgerin mit dem weißen kurzen Haar ist tief, ihre Worte sind sorgfältig gewählt.

Inzwischen arbeiten 130 Ehrenamtliche bei der Telefonseelsorge in Duisburg, die 2024 ihr 50-jähriges Bestehen feiert. „In den ersten Jahren hatten wir es vor allem mit Menschen zu tun, die mit jemandem über eher alltägliche Probleme sprechen wollten. Da ging es zum Beispiel um Erziehungsfragen“, erinnert sich Georg Beckschwarte,

Leiter der Einrichtung. „Inzwischen rufen uns immer mehr Leute an, denen es richtig schlecht geht. Die gar nicht mehr rauskommen aus ihren Wohnungen und nicht wissen, wie sie den Tag überstehen sollen.“

Viele der Anrufenden klagten 2023 über emotionale Erschöpfung, was Georg Beckschwarte auch mit den aktuellen Geschehnissen in der Welt in Verbindung bringt: Auswirkungen der Corona-Pandemie, der Krieg in der Ukraine, die Zunahme von Hass und Gewalt.

Bundesweit haben vergangenes Jahr 1,2 Millionen Menschen telefonisch Zuwendung gesucht. In Duisburg klingelten die Telefone mehr als 17.000-mal. Jeder Fünfte litt darunter, allein zu sein oder sich allein zu fühlen.

„Auch Menschen, die nach außen hin ein funktionierendes soziales Leben haben, sind von Einsamkeit betroffen“, sagt Beckschwarte. „Und zwar dann, wenn die Kontakte, die sie pflegen, nicht die Qualität, Tiefe und Dichte haben, die sie sich wünschen.“

Auch auf Anrufende, die ihrem Leben ein Ende setzen möchten, müssen sich die Ehrenamtlichen einstellen. Georg Beckschwarte erinnert sich an einen Anrufer, der während des Gesprächs starke Tabletten nahm – er wollte seinem verstorbenen Bruder in den Tod folgen. Der Einrichtungsleiter hörte in regelmäßigen Abständen ein Klackern am anderen Ende der Leitung. Kapseln, die in ein Glas fielen. Er unterhielt sich lange mit dem Anrufer, sprach mit ihm über seinen Bruder.

„Zum Glück kam er dann irgendwann von sich aus auf die Idee, dass er Hilfe braucht. Er nannte mir seine Adresse, sodass ich sofort einen Rettungswagen zu ihm schicken konnte. Die Sanitäter fanden ihn, bevor die Wirkung der Medikamente einsetzte.“

Bei seinen Telefongesprächen achtet Georg Beckschwarte immer auf Nebengeräusche. Tickt irgendwo eine Uhr? Läuft gerade eine Waschmaschine oder ein Radio? „So kann ich mir besser vorstellen, in welcher Situation sich die Anrufenden gerade befinden“, erklärt er.

Beckschwarte versucht, möglichst schnell eine Beziehung zu dem Menschen am anderen Ende der Leitung aufzubauen: „Die entscheidende Kunst beim Telefonieren ist es, miteinander in Kontakt zu kommen – und das am besten in den ersten Sekunden.“ Er stellt sich auf die Stimmung der Anrufenden ein. Wenn jemand zum Beispiel unter großem Druck von seinen Problemen erzählt, erhöht er auch die Lautstärke seiner Stimme, um möglichst interessiert zu klingen und die Person zum Weitererzählen zu bringen. Spricht jemand eher ruhig, wird auch er leise, ist vielleicht sogar mal einen Moment lang still. Ein Mitschwingen, für das man viel Übung braucht. Deshalb bereitet er zurzeit mit einem Sprachtrainer vom Theater eine Fortbildung für seine Mitarbeitenden vor.

Das Ziel der Telefonseelsorge ist es, Menschen zuzuhören und ihnen auf Augenhöhe zu begegnen. „In der Ausbildung lernen die Ehrenamtlichen, dass sie nicht da sind, um ihre eigenen Weisheiten und Ansichten an andere weiterzugeben. Die Anrufenden wissen meistens selbst ganz gut, was sie brauchen und was sie entlastet. Unsere Aufgabe ist es, gemeinsam mit ihnen danach zu suchen und sie darin zu bestärken.“

Marianne Berger macht sich nach jedem Telefonat Notizen. In ein dickes Protokollbuch schreibt sie stichpunktartig, worum es in dem Gespräch ging. Danach zieht sie mit einem alten Lineal einen kräftigen Strich unter ihre Anmerkungen. Ein Ritual, das ihr dabei hilft, mit dem Gehörten abzuschließen und all die leidvollen Geschichten nicht mit nach Hause zu nehmen.

Text Kathrin Brüggemann



Die Telefonseelsorge ist bundesweit unter **0800 1110-111** oder **0800 1110-222** gebührenfrei und anonym erreichbar. Träger der Einrichtung sind die Katholische und die Evangelische Kirche. Auch Menschen, die aus Oberhausen und Mülheim an der Ruhr anrufen, landen am Standort Duisburg. Dort kann man Beratungs- oder Seelsorgegespräche auch persönlich, per Chat oder per E-Mail führen. Mehr dazu auf **www.telefonseelsorge-duisburg.de**.

Ab Februar 2025 startet ein neuer Kurs, der Ehrenamtliche für den Dienst am Telefon qualifiziert. Bei Interesse gibt's bei Daniela Kurth weitere Informationen unter der Telefonnummer **0203 29513331** oder per E-Mail unter **buero@telefonseelsorge-duisburg.de**.

In ganz Deutschland bietet die Telefonseelsorge ein flächendeckendes Netz mit insgesamt 104 regionalen Stellen. Im Ruhrgebiet gibt es neben Duisburg auch Standorte in Essen, Bochum und Hagen-Mark. Die Hagener Telefonseelsorge feiert in diesem Jahr ebenfalls ihr 50-jähriges Bestehen – unter anderem mit einer Ausstellung im Ökumenischen Zentrum „Himmel@Erde“ in Hagen sowie mit einer Online-Vortragsreihe der Hagener Volkshochschule.



VON WEGEN STILL

Zu Besuch an einer Schule für gehörlose und schwerhörige Kinder in Essen

Religionsunterricht in der 6c. Thema heute: Toleranz. Lehrerin Beate Volkmer möchte von ihrer Klasse wissen, was man im Christentum unter der „Goldenen Regel“ versteht. Ein Mädchen mit roten Locken und Sommerprossen auf der Nase meldet sich. „Das bedeutet, dass man andere immer so behandeln soll, wie man selbst auch behandelt werden möchte“, sagt Luisa. Eine Regel, die sie wichtig findet.

„Ich möchte, dass andere Menschen nett zu mir sind und mich nicht wegen meiner Schwerhörigkeit ausgrenzen“, sagt sie selbstbewusst. Luisa ist die Einzige in ihrer Familie, die ein Hörgerät trägt. Mit dem kleinen Apparat im Ohr liegt ihre Hörfähigkeit bei 100, ohne bei 60 bis 80 Prozent. „Ich fühle mich mit dem Gerät wohler“, sagt sie. Ohne diese technische Unterstützung hört sie ihre eigene Stimme nicht so gut und spricht dann automatisch lauter. „Manche Leute sagen dann zu mir: ‚Luisa, schrei nicht so.‘ Das ist ein bisschen nervig.“

Seit zwei Jahren besucht die 13-Jährige die Essener David-Ludwig-Bloch-Schule – eine Förderschule mit dem Schwerpunkt Hören und Kommunikation. Gut 300 Kinder und Jugendliche lernen hier in kleinen Klassen. „Alle haben mehr oder weniger große Probleme mit dem Hören“, sagt Religionslehrerin Beate Volkmer. „Die meisten sind schwerhörig, einige gehörlos, wiederum andere haben eine Fehlhörigkeit – ihnen fällt es schwer, sich auf ein bestimmtes Geräusch zu fokussieren.“

So geht es zum Beispiel Luisas Klassenkameradin Nina. Die Schülerin mit der markanten Brille kann sich kaum auf die Stimme der Lehrerin konzentrieren, wenn draußen die Müllabfuhr vorbeifährt oder die Sitznachbarin ihr etwas zuflüstert. „Dann bekomme ich Kopfschmerzen und verstehe überhaupt nichts mehr“, sagt sie.

Lehrerin Beate Volkmer spricht sehr deutlich und gestenreich. Ihre Hände sind ständig in Bewegung. Um ihren Hals hängt ein Mikrofon. Die 57-Jährige unterrichtet seit 14 Jahren Religion an der Förderschule. Sie ist gelernte Gemeindereferentin, arbeitet mit unterschiedlichen Aufgabenschwerpunkten in zwei Pfarreien in Essen und Duisburg. An zwei Vormittagen pro Woche steht sie als Lehrerin vor ihren Klassen und versucht, Glaubens Themen möglichst verständlich zu vermitteln. „Ich möchte ja, dass die wertvollen religiösen Inhalte auch bei den Kindern ankommen“, sagt sie.

Um auch mit gehörlosen Schülerinnen und Schülern kommunizieren zu können, hat sie sich die Gebärdensprache angeeignet, bei der man Worte mit den Fingern bildet. Wenn man zum Beispiel das Wort „Gott“ gebärdet möchte, streckt man Daumen, Zeige- und Mittelfinger aus. „Die drei Finger stehen für den Vater, den Sohn und den Heiligen Geist“, weiß Schülerin Nina. Sie macht auch die Gebärde für das Wort „Jesus“ vor und berührt mit dem Mittelfinger die Innenfläche ihrer Hand. Diese Geste steht für die Wunden, die Jesus nach seiner Kreuzigung an seinen Händen getragen haben soll. Ninas Lieblingsgebärde hat allerdings nichts mit der Kirche zu tun. Sie formt mit Zeigefinger und Daumen einen Kreis und hält diesen an ihre Stirn. „Das bedeutet, dass man keine Ahnung hat“, sagt sie lachend.



Links: Luisa (rechts) und Nina zeigen, wie man geräuschlos applaudiert.

Mitte: Beate Volkmer verwendet in ihrem Religionsunterricht ausdrucksstarke Gesten. Die Hand am Kopf steht in der Gebärdensprache für „Licht“ oder auch „Sonne“.

Rechts: Thomas Eller unterrichtet an der Förderschule Mathe und Englisch. Außerdem setzt er sich für die Rechte gehörloser Menschen ein.

Einer, der die Gebärdensprache perfekt beherrscht, ist Thomas Eller. Er ist Lehrer an der Förderschule in Essen und seit seiner Geburt gehörlos. Um andere zu verstehen, liest er ihnen von den Lippen ab. Der Essener ist einer von wenigen gehörlosen Menschen, die verständlich sprechen können: Als Kind musste er das in vielen, heute nicht mehr zeitgemäßen Therapiesitzungen lernen.

Der sportliche Mann unterrichtet hauptsächlich Mathematik und Englisch, bereitet außerdem ältere Jahrgänge in praktischen Projekten auf das Arbeitsleben vor. Gerade macht er mit einer Gruppe gehörloser Jugendlicher die Außenanlagen der Schule sauber. Gekonnt gibt er ihnen Anweisungen. Augenkontakt, gestikulierende Hände. Ein schnelles Hin und Her. „Ich möchte meine Schülerinnen und Schüler stärken und sie dazu ermutigen, zu ihren Besonderheiten zu stehen“, sagt er. „Ich weiß, welche Schwierigkeiten gehörlose Menschen haben und wie man sprachliche Barrieren überwinden kann.“

Was ihm direkt einfällt, wenn er über problematische Situationen in seinem Leben nachdenkt, sind die Lautsprecherdurchsagen am Flughafen, die er nicht mitbekommt. Die vorbeifahrenden Autos, vor denen er sich morgens auf dem Weg zur Schule erschreckt. Auch die Tatsache, dass viele Fernsehsendungen ohne Untertitel gezeigt werden, schränkt ihn ein. „Das sind nur einige von vielen Nachteilen, die mein Leben prägen. Aber die Vorteile überwiegen. Um zu entspannen, muss ich mich nur hinlegen und meine Augen schließen. Schon habe ich absolute Ruhe. Ein anderes Beispiel: Gesellschaftsspiele, bei denen es darum geht, schnell etwas zu erkennen, fallen mir leicht. Meine Augen gleichen mein fehlendes Gehör aus.“

Seine positive Einstellung gibt er an die jungen Menschen weiter. Er macht mit ihnen auch Ausflüge und ermutigt sie dazu, sich Situationen zu stellen, die sie allein vielleicht vermeiden würden – zum Beispiel den Besuch einer Bäckerei. „Es gibt verschiedene Wege zu kommunizieren. Man kann auf das, was man haben möchte, zeigen. Oder man schreibt seinen Wunsch auf einen Zettel, den man dem Verkaufspersonal hinhält. Unsere Gehörlosigkeit ist nun mal nicht sichtbar. Deshalb müssen wir auf uns aufmerksam machen, indem wir offen auf andere zugehen und sie darum bitten, Rücksicht auf uns zu nehmen.“

Text Kathrin Brüggemann

Unterstützung für Gehörlose bietet im Bistum Essen zum Beispiel das Netzwerk Inklusion, das sich für die Einbeziehung aller Menschen in die Gesellschaft einsetzt. Die Mitarbeitenden stellen Betroffenen zum Beispiel bei kirchlichen Feiern wie Kommunion, Firmung und Trauung einen Gebärdendolmetscher oder eine Gebärdendolmetscherin zur Seite. Um die Organisation in diesem Bereich kümmert sich Netzwerk-Leiterin Sabine Köther. Sie ist unter der Telefonnummer **0201 2204-561** oder unter der E-Mail-Adresse **sabine.koether@bistum-essen.de** erreichbar.

NACHHALTIG SEIT 1966



Ethik? Rendite?

Bei der BIB
geht beides.

Überregional, überkonfessionell,
für institutionelle und private
Kundinnen und Kunden.

Wir sind die Bank für alle, die ihr Geld werte-
gebunden verwaltet wissen wollen.



Wir sind für Sie da:
0201 2209-0 | www.bibessen.de



LEID LANGFRISTIG LINDERN

Das Bistum Essen unterstützt Betroffene sexualisierter Gewalt mit der Übernahme von Therapiekosten

Oft leiden sie ein Leben lang: Menschen, die sexualisierte Gewalt erfahren mussten. Viele sind hochtraumatisiert und brauchen regelmäßige psychotherapeutische Hilfe. Die Krankenkassen übernehmen allerdings nur eine gewisse Anzahl an Therapiestunden – danach müssen Betroffene zwei Jahre lang warten, bis sie wieder finanzielle Unterstützung erhalten. „An dieser Stelle setzt das Bistum Essen an und trägt unter anderem die Kosten für bis zu 60 Therapiestunden“, sagt Claudia Marcinek, Referentin für Betroffenenarbeit. „Das gilt für Menschen, die durch haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende des Bistums sexualisierte Gewalt erlitten haben.“



Die Diözese unterstützt Leidtragende bei der Antragstellung und der Suche nach einem passenden Hilfsangebot. Neben Kosten für ambulante Psychotherapien erstattet sie bei Bedarf auch Kosten für stationäre Therapien, Kuren oder Reha-Maßnahmen. Zudem vermittelt sie Menschen kostenlos an Beratungsstellen.

Mit diesem neuen Regelwerk verbessert das Bistum die Unterstützungsangebote für Missbrauchsbedingte. Die seit dem 1. Juni 2024 in Kraft gesetzte neue Ordnung ist eine Folge aus den Empfehlungen einer Aufarbeitungsstudie, in der untersucht wurde, wie es zu sexualisierter Gewalt in den Pfarreien und Gemeinden der Region kommen konnte und wie man diese bestmöglich verhindern kann.



Claudia Marcinek hofft, dass das Leid Betroffener mit der Übernahme der Therapiekosten zumindest ein wenig gelindert werden kann: „Viele von ihnen sind für immer von ihren furchtbaren Erfahrungen gezeichnet. Sie kämpfen oft mit zahlreichen privaten und beruflichen Folgen.“

Anträge für eine Unterstützung können bei ihr zum Beispiel per E-Mail (claudia.marcinek@bistum-essen.de) gestellt werden. Nur Frau Marcinek hat Zugriff auf ihr Mailpostfach. Niemand aus dem Bistum kann die E-Mails einsehen – auch im Notfall nicht. Das entsprechende Antragsformular kann unter missbrauch.bistum-essen.de heruntergeladen werden. Fragen beantwortet die Referentin für Betroffenenarbeit auch telefonisch unter **0170 6667096** (vormittags).

I kab

LAUT UND DEUTLICH



Die eigene Stimme im Alltag nutzen

Am Abendbrottisch etwas Wichtiges mit der Familie besprechen, an der Ladentheke für ein nettes Miteinander sorgen oder vor vielen Leuten ein Thema präsentieren: Im Alltag bei jedem Anlass den richtigen Ton zu treffen, ist gar nicht so einfach. Profisprecher Reinhard Pede verrät in BENE, wie man seine Stimme einsetzen kann, um das eigene Auftreten zu verbessern oder mit anderen ins Gespräch zu kommen.



Seit 25 Jahren arbeitet Reinhard Pede (www.reinhard-pede.de) als Profisprecher für Radio und Fernsehen. Außerdem gibt er Menschen, die in der Öffentlichkeit stehen oder viel kommunizieren müssen, Sprechtraining. Dazu gehören Seel-sorgende, Führungskräfte aus Politik, Wirtschaft und Journalismus sowie Lehrkräfte an Schulen.

Das klingt gut!

„Mit Ihrer Stimme erreichen Sie Menschen in ihrem Innersten – auch in alltäglichen Situationen. Dabei kommt es nicht nur auf die Wahl Ihrer Worte an, sondern auch auf den Klang Ihrer Stimme. Wenn Sie zum Beispiel beim Bestellen in einer Konditorei das Verkaufspersonal für die hübsch dekorierten Torten lächelnd loben, klingen Sie freundlich und schaffen eine angenehme Gesprächsatmosphäre.“

Starke Gedanken

„Sie wollen im Job in großer Runde etwas präsentieren oder für ein Projekt werben. Für viele eine aufregende Situation. Machen Sie sich bewusst: Es geht nicht um Sie als Person. Es geht ausschließlich um Ihren Gedanken, den Sie stark machen wollen. Wenn Sie sich für Ihre Idee begeistern und sie anschaulich vortragen, wird auch Ihr Publikum begeistert sein. Das Sprechen ist nur die Oberfläche – vergleichbar mit Wellen auf dem Wasser. Es kommt darauf an, was in der Tiefe liegt, also auf das, was Sie denken und fühlen.“

Offen und schwungvoll

„Wenn Sie engagiert reden, bewegt sich auch Ihr Körper. Sie geraten dann automatisch in Schwingung, wirken offen und zugänglich. Eine einfache, aber wichtige Regel: Öffnen Sie eine Hand, wenn Sie anfangen zu sprechen – so als könnte etwas hineinfallen. Sie geben Ihrem Gedanken so mehr Raum.“

Geschenke!

„Versuchen Sie, beim Sprechen vor vielen Leuten immer mal wieder einer Person in die Augen zu sehen und ihr einen Ihrer Gedanken zu schenken. Wenn Sie das tun, stellt sich Ihre Stimme automatisch auf die Situation ein und findet die passende Lautstärke. Wir schreien Leute nicht an, die nur einen Meter von uns entfernt sind. Und wir flüstern nicht, wenn die Person, die wir ansprechen, im hinteren Teil des Raumes sitzt.“

Lippenbekenntnis

„Deutliches Sprechen kann man lernen. Ein Trick: Bewegen Sie beim Formulieren der O- und U-Laute die Lippen ein wenig nach vorn. Sie reden dann automatisch langsamer und verständlicher.“

„HALLO UND HERZLICH WILLKOMMEN!“

Das Podcast-Projekt der Franz Sales Werkstätten

Entschlossen drückt Mirco den Aufnahmeknopf des Mischpults. Schon läuft in einem Raum der Franz Sales Werkstätten in Essen der Podcast-Mitschnitt. Isabel und Anna-Linn moderieren, Leonie und Cathrin geben Antworten. Alle tragen große schwarze Kopfhörer und haben Mikrofone vor sich stehen. „Hallo und herzlich willkommen! Wir sprechen heute über unseren Job. Leonie, was bedeutet dir dein Arbeitsplatz in der Werkstatt?“, fragt Isabel. „Die Werkstatt ist für mich wie eine Familie“, antwortet Leonie. „Ich mag die Zusammenarbeit mit der Gruppe.“ Zehn Minuten und eine interessante Unterhaltung später beendet Mirco die Aufnahme am Mischpult.

Leonie ist erleichtert. „Es hat alles gut geklappt, auch wenn mir nicht auf jede Frage sofort eine Antwort eingefallen ist“, sagt sie. Isabel und Anna-Linn sind zufrieden mit ihrer Moderation. „Man sollte keine Fragen stellen, die nur mit Ja oder Nein beantwortet werden können“, weiß Isabel. „Und man muss sich die Fragen vor dem Gespräch gut überlegen und aufschreiben“, ergänzt Anna-Linn.

Die jungen Leute arbeiten in der Essener Franz Sales Werkstätten GmbH in einem neuen Bereich: der Theater- und Kulturwerkstatt. Dort werden sie künstlerisch gefördert, lernen alle Bereiche der Theaterwelt kennen und bringen Stücke auf die Bühne. Ihr wichtiges Arbeitsinstrument: die eigene Stimme.

Wie man diese nutzt, lernen sie bei den Podcast-Aufnahmen, mit denen ihr Selbstbewusstsein und ihre Eigenständigkeit gefördert werden sollen. Finanziell unterstützt wird das Vorhaben unter anderem von der Alfried Krupp von Bohlen und Halbach-Stiftung. Ein Podcast ist eine Audio-Sendung im Internet, die man mit einer App abonnieren und sich anhören kann. Die Beiträge der Gruppe sollen auch im Bürgerfunk von „Radio Essen“ auf Sendung gehen. „Wir erzählen dann von uns, unseren Hobbys und unserer Arbeit“, sagt Mirco stolz. Er freut



Isabel (oben links) und Anna Linn moderieren. Mirco (unten rechts) kümmert sich mit Till Schulz um die Technik.

sich darauf, seine Stimme im Radio zu hören. Medienpädagoge Till Schulz zeigt den Teilnehmenden, wie sie die Technik bedienen, sich auf Sendungen vorbereiten und sich verständlich ausdrücken. Dafür macht er mit ihnen Probeaufnahmen, die anschließend gemeinsam besprochen werden. „Es kann passieren, dass die Aufnahme zu leise ist“, sagt Isabel. „Oder dass man sich gegenseitig ins Wort fällt“, bemerkt Mirco. Wie man sich von seinem Publikum professionell verabschiedet, weiß der junge Mann inzwischen ganz genau: „Ich sage dann immer: ‚Ich wünsche euch noch einen schönen Tag, und wir hören uns bald wieder.‘“

Rund 800 Menschen mit Unterstützungsbedarf arbeiten in der Franz Sales Werkstätten GmbH in Essen in mehr als 20 Betätigungsfeldern – zum Beispiel in Bäckerei, Schneiderei, Druckerei, Metallverarbeitung, auf dem Bio-Bauernhof oder in der Gastronomie. Mehr auf www.werkstaetten.ruhr.

I kab

Hier kommentiert BENE-Autor Paul Philipp Themen, die ihn und die Welt bewegen, auf seine Weise: **Überspitzt**. Diesmal besonders klar und deutlich.

Südöstlich von hier, noch hinter Frankfurt – also da, wo die Sitten eigentümlich werden und die Sprache vernehmlich ins Kehlig-Exotische kippt –, da liegen Bayern. Manchmal stehen sie auch, aber in den kommenden Wochen liegen sie wieder in nennenswerter Anzahl: In München ist Oktoberfest. Ein Riesenspektakel, insbesondere für Völkerkundige aus aller Welt: Balzbereite Männchen schlüpfen in bestürzend kurze Lederboxen und stecken sich Rasierpinsel an ein Hütchen, um Weibchen zu beeindrucken, die sich in absichtsvoll zu enge Dirndl zwängen, damit ihre inneren Werte besser zur Geltung kommen.

Dann treffen sich alle auf einer Wiese, und die ehrgeizigeren Exemplare widmen sich so lange dionysischer Maß-Arbeit, bis sie in Sphären gelangen, in denen sie eine formlose Seligkeit vermuten. Sprich: Sie kippen sich mächtig was in ihre bajuwarischen Schädler, schunkeln zu seltsamen Klängen, die die Einheimischen „Blasmusik“ nennen, und haben brachial viel Spaß. Das verstehe, wer will.

Vielleicht ja mithilfe der DIN-Norm 5009. Klingt sehr deutsch – und ist es auch. DIN 5009 legt Regeln für schreibgerechtes Diktieren fest. Spätestens wenn Sie A wie Anton oder B wie Berta hören, wird Ihnen der Inhalt von DIN 5009 bekannt vorkommen. Jahrzehntlang buchstabierten die Deutschen so, ehe die maßgebliche Buchstabiertafel überarbeitet wurde, denn sie ging auf die Nazis zurück. Das NS-Regime hatte systematisch jüdische Namen entfernt, um sie so aus dem allgemeinen Bewusstsein zu löschen. Aus D wie David wurde ein D wie Dora, aus N wie Nathan ein N wie Nordpol oder aus Z wie Zacharias ein Z wie Zeppelin.

Seit 2022 sind an ihre Stelle Städtenamen getreten, die als eingängig und bekannt gelten. Wer im Gespräch nicht missverstanden werden möchte, buchstabiert von A wie Aachen über E wie Essen bis Z wie Zwickau. Das hilft. Auch beim Umgang mit neueren Vornamen. Die globalisiert-babylonische Namensvergabe kennt heute Chayennes und Luna-Anouks, deren Freunde schon mal Jannik oder Janick oder Yannic oder Yannick heißen und die in manchen Schulklassen mehrfach vorkommen – zur Freude der Lehrkraft in allen Schreibweisen.

Früher waren Namen weniger Schall als Brauch. Sie ehrten zum Beispiel Ortsheilige und trugen Opa Josefs Andenken in die übernächste Generation. Oma Maria fühlte sich an der Wiege von Klein Mia wie neugeboren, und ein preußischer Protestant freute sich nach Friedrich, Wilhelm und dem hageren Heinrich über die ersehnte dicke Bertha. Heute kennen all die Kevins, die in 50 Jahren

hoffentlich nicht allein zu Haus, sondern Opas in Gesellschaft sein werden, selten ihren irischen Namenspatron. Den 6.6. feiern sie nicht, höchstens den 16.11. – da kam der Film in die Kinos.

Liebe werdende Eltern, die ihr euren Nachwuchs Lion Melvin Schachtrup, Smilla Leandra Kupferdreh-Piepenkötter oder Jason Dustin Stenkelfeld nennen wollt – haltet ein! Oder denkt zumindest weiter als jene Familie Grube, deren Jüngste am ersten Schultag recht stinkig heimkam. Kein Wunder. Sie hieß Claire.

Tja. Wo waren wir? Missverständliches. In Bayern oder am Handy. Beim Telefonieren mit Katholiken buchstabiere ich schon mal A wie Adveniat, B wie Beichte, C wie Caritas, F wie Franziskus oder S wie Synodaler Weg und fühle mich dabei immer gut verstanden. Können Sie ja auch einmal ausprobieren.

Herzlichst Ihr Paulus, Adveniat, Umkehr, Liebe, Paulus, Hosianna, Ignatius, Liebe, Ignatius, Paulus, Paulus – oder kurz: Paul Philipp



BENE-BÜHNEN-QUIZ

Licht aus, Scheinwerfer an! Auch das ist ein Grund, warum es sich gut in unserer Region leben lässt: Hier kann man Menschen erleben, die ihr Können an unterschiedlichen Orten präsentieren – in kleinen Theatern und großen Arenen, in Konzertsälen und Kirchenräumen. Für unsere aktuellen Quizfragen heißt es deshalb „Bühne frei!“

1 Eine Schauspielschule hat Herbert Grönemeyer nie besucht. Aber als musikalischer Leiter eines Theaters lernte er früh das Bühnenleben kennen. Wo?

- a: Im MIR (Musiktheater im Revier) in Gelsenkirchen
 b: Im Bochumer Schauspielhaus
 c: Im Essener Grillo-Theater
 d: Im Kulturhaus Lüdenscheid

2 Wie viele aktive erwachsene Chormitglieder gibt es im Bistum Essen?

- a: Etwa 300 b: Etwa 900 c: Etwa 3.500 d: Etwa 6.000

3 Laut Guinness-Buch der Rekorde war „The Eras Tour“ mit über einer Milliarde Dollar Einnahmen die kommerziell erfolgreichste Tournee aller Zeiten. Welche Sängerin gastierte damit auch in Gelsenkirchen?

- a: Madonna b: Taylor Swift c: Lady Gaga d: Beyoncé

4 In der Essener „Galerie Cinema“, dem kleinsten Programmkinos des Ruhrgebiets mit 43 Plätzen, läuft jeden Sonntag seit 1975 der gleiche Film. Welcher?

- a: „Vom Winde verweht“ b: „Woodstock“
 c: „Harold und Maude“ d: „The Rocky Horror Picture Show“

5 Das Kolosseum in Rom – zu einem Großteil finanziert durch den geplünderten Tempelschatz in Jerusalem – ist das größte Amphitheater der Welt. Wie viele Menschen passten hinein?

- a: Circa 3.000 b: Circa 10.000
 c: Circa 25.000 d: Circa 50.000

6 Seinen schrägen Humor entfaltet Helge Schneider am wirkungsvollsten live auf der Bühne. Aber auch erfolgreiche Tonträger hat der Mülheimer Komiker herausgebracht. Wie hieß sein erstes Album, das in den Charts landete?

- a: „Es gibt Reis, Baby“ b: „Sommer, Sonne, Kaktus!“
 c: „Katzeklo“ d: „Seine größten Erfolge“

7 Auf der Orgelbühne im Essener Dom herrscht der Organist über 69 Register – und wie viele Pfeifen?

- a: 352 b: 2.102 c: 5.102 d: 21.602

8 Ein Hundetrainer auf der Showbühne? Klar, wenn man so kurzweilig unterhalten kann wie Martin Rütter. Wo ist er geboren?

- a: Oberhausen b: Duisburg
 c: Witten d: Nachrodt-Wiblingswerde bei Altena

l acp

Machen Sie mit bei unserem Quiz, und gewinnen Sie die **BENE-Solar-Powerbank**, mit der Ihr Mobiltelefon schnell wieder einsatzbereit ist, wenn ihm unterwegs die Energie ausgeht. Wir verlosen fünf dieser Geräte unter allen richtigen Einsendungen. Schicken Sie uns die Quiz-Lösung mit Ihrer Postanschrift per E-Mail an gewinnspiel2@bene-magazin.de oder per Post an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Stichwort: BENE-Quiz. Einsendeschluss ist der **10. November 2024**. Die richtigen Quizlösungen finden Sie immer im folgenden Heft auf Seite 34.

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

„DIE ENERGIE STECKT AN!“

Zwei Frauen aus Deutschland erklären ihre Liebe zu den Kapverden – und werben um Hilfe



Mitten im Atlantischen Ozean, gut 600 Kilometer vor der Westküste Afrikas, liegen sie: die Kapverden. Eine Gruppe von zehn Inseln, die gemeinsam die Republik „Cabo Verde“ bilden. „Zehn Inseln wie die zehn Finger Gottes“, beschreibt Maria Rosa Fernandes Moreira (Foto oben) lachend ihre Heimat, die sie wirklich als göttlich empfindet: „Jede der Inseln ist anders schön. Und alle, die einmal dort waren, wollen wieder hin. Die Sonne, die Gastfreundlichkeit, das Essen ...“, schwärmt sie – während sie in Gelsenkirchen in ihrem Wohnzimmer sitzt. Die 54-Jährige gehört dem spanischen Orden der „Schwestern von der Liebe Gottes“ an. 1996 kam Schwester Rosa, wie sie sich kurz nennt, nach Deutschland. Die Ordensleitung habe damals gesagt: „Wir brauchen dich da!“. Zuerst arbeitete sie in Köln, seit 2006 dann in Gelsenkirchen als Krankenschwester. Nebenbei setzt sie sich für internationale Hilfsprojekte ein – auch auf den Kapverden.

Was genau sind die Probleme der Kapverden, die Hilfsprojekte notwendig machen – die Inseln sollen doch Traum-Urlaubsziele sein? „Dass wir den Tourismus haben, ist auch wichtig für uns“, räumt Schwester Rosa ein. Aber: „Wer dort in einem Ferienhotel ist, wird kaum mitbekommen, wie die Realität außerhalb aussieht.“ Sie berichtet von massiver Armut und einer mangelnden Infrastruktur. „Viele Leute haben noch kein fließendes Wasser. Keinen Strom. Es gibt Dörfer, da gibt

es keine Toilette“, zählt sie auf. Wassermangel werde ein immer größeres Problem. Macht sich da der Klimawandel bemerkbar? „Aber hallo!“, bestätigt die Krankenschwester, die gerade erst von ihrer Schicht im Marienhospital zurück ist.

Ihr Gelsenkirchener Zuhause teilt sich Rosa mit fünf anderen Frauen – „wie eine Familie“, vergleicht sie. Alle sind „Schwestern von der Liebe Gottes“, wurden als solche zur sozialen Arbeit nach Deutschland gesandt

und waren oder sind hier in Pflegeberufen und im Bildungswesen tätig. Ihre Wohnung ist auch die offizielle Adresse des Förderkreises „Usera für EINE Welt“. Diesen Verein haben die Schwestern des Ordens, die in NRW mehrere kleine Niederlassungen wie in Gelsenkirchen führen, ins Leben gerufen. Mitgegründet haben ihn Ehrenamtliche aus katholischen Kirchengemeinden in Essen, Duisburg, Gelsenkirchen und anderen umliegenden Städten. Das Ziel ist, Menschen in Not zu unterstützen,

zum Beispiel in Mosambik, Peru, auf Kuba – und auf den Kapverden.

Fast wäre es nicht mehr möglich gewesen, dass „Usera für EINE Welt“ dieses Jahr sein 35. Gründungsjubiläum feiern kann. Denn kein Verein darf ohne offiziellen Vorstand geführt werden. Doch aus den bestehenden Reihen konnte niemand mehr dieses Amt übernehmen. „Gut, dass wir Hannah gefunden haben!“, freut sich Schwester Rosa und meint damit Hannah Aksungur (Foto rechts im rot-weißen Kleid). Die 26-Jährige, die im Sommer an der Uni Duisburg ihr Wirtschaftsstudium abgeschlossen hat, ist die neue Vorsitzende des Förderkreises.

Was hat die junge Frau dazu bewogen, das Ehrenamt zu übernehmen? „Ich kenne die Schwestern aus meiner Heimatgemeinde in Köln schon mein Leben lang, den Förderkreis aber erst seit letztem Jahr“, erzählt Hannah Aksungur. „Der Verein leistet so tolle Arbeit! Gemeinsam unterstützen wir Menschen in Not, können unbürokratisch konkrete Hilfe leisten, wo es besonders brennt. Dadurch dass in vielen Ecken der Erde Schwestern des Ordens leben, haben wir direkte Verbindungen und können einschätzen, wo was gebraucht wird“, beschreibt sie die Situation BENE gegenüber in einem Videotelefonat.

Auch wenn die neue Vorsitzende alle Orte im Blick hat, in denen der kleine deutsche Verein international Hilfe leistet, so schlägt Hannah Aksungurs Herz für ein bestimmtes Ziel ganz besonders. Und das hat sie mit Schwester Rosa gemein: Cabo Verde. „Ich habe dort nach dem Abitur ein Freiwilliges Soziales Jahr gemacht in einem Kindergarten der Schwestern auf der Insel São Nicolau. Als ich damals dort ankam, war ich überrascht vom Ausmaß der Armut. Aber die Menschen sind total positiv trotz der erschreckenden Lebensbedingungen. Ich habe mich sofort wohlgefühlt. Aus dieser Zeit habe ich viele Freundinnen und

Freunde behalten. Diesen Sommer war ich wieder da, um sie zu besuchen. Man wird angesteckt von der Energie der Menschen.“

„Auf den Kapverden wird Portugiesisch und Kreol gesprochen“, erklärt Schwester Rosa. Keine leicht zu lernenden Sprachen. Auch deshalb ist sie begeistert von der neuen Vereinsvorsitzenden: „Hannah spricht perfekt Portugiesisch und Kreol.“ Schwester Rosa selbst gibt sich unnötig bescheiden, was ihre eigene Ausdrucksfähigkeit in dem Land angeht, in das sie vor 28 Jahren geschickt worden ist. „Ich lerne immer noch Deutsch. Das ist eine so schöne Sprache!“, sagt sie mit einem leicht-

ten, weichen Akzent. „Als ich damals herkam, war es gerade Herbst. Kalt. Regnerisch. Ich hatte den Eindruck, alle sind traurig. ‚Hier werde ich nicht glücklich‘, dachte ich. Doch dann habe ich gemerkt: Die Sonne scheint auch hier jeden Tag, selbst wenn ich sie nicht sehe. Und die Menschen können auch lachen. Sie sind ehrlich und Freundschaften verlässlich. Ich bin dankbar, in Deutschland zu sein.“ Ob sie eines Tages gerne zurückkehren würde auf die Kapverden? „Sehr gerne, ja!“, antwortet sie und lacht. „Zuhause ist Zuhause!“

Text Sandra Gerke



Der „Förderkreis Usera für EINE Welt“ ist benannt nach Pater Jerónimo Usera, der 1864 den Orden „Schwestern von der Liebe Gottes“ gründete. Jetzt, wo der Verein durch den jungen neuen Vorstand bestehen bleiben kann, sind Spenden wichtig, um die internationale Hilfe weiterzuführen. Ein Plan ist unter anderem, in einem Kindergarten auf den Kapverden den maroden Spielplatz zu sanieren. Öffentliche Spielmöglichkeiten gibt es vor Ort nicht. Ebenso müssen dringend vernünftige Matratzen angeschafft werden, auf denen die Kinder in einem sauberen Umfeld Mittagsschlaf halten können. Dafür bittet der Verein um Mithilfe.

Spenden erreichen den „Förderkreis Usera für EINE Welt e. V.“ über ein Konto bei der Bank im Bistum Essen mit der IBAN-Nummer **DE83 3606 0295 0047 5100 15** (BIC: GENODE1BBE).

Weitere Informationen im Netz unter bene.mg/usera

Mein Glaubensort? Meine Laufstrecke!

„Das Laufen gibt mir viel zurück. Ich kann an der frischen Luft sein, mich in meine Gedanken vertiefen und mit Gott über das sprechen, was mich gerade bewegt. Oft bete ich auch ein Vaterunser. Das gibt mir Kraft für den nächsten Tag, die nächsten Wochen. Es läuft danach alles besser bei mir – zum Beispiel bei meinem Job im Kundenservice bei der Deutschen Bahn. Ich bin insgesamt viel gelassener, hoffnungsvoller und mutiger.“

Beim Laufen habe ich Zeit, um in mich zu gehen. Ich laufe oft stundenlang. Früher habe ich sogar mal den Ultramarathon in Hamburg gewonnen. 100 Kilometer in sieben Stunden und 30 Minuten. In der Zeit habe ich an so vieles gedacht – an meine Eltern, Geschwister, Freunde, die Arbeit. Ich habe gehofft, dass ich schmerzfrei bleibe, keine Blasen bekomme und durchhalte. Wenn ich nicht mehr konnte, habe ich ein Kreuzzeichen gemacht, um mich zu motivieren.

Unterwegs meldet sich oft meine innere Stimme bei mir. Gedanken, die ich im Alltagsstress wegdrücke, sind dann plötzlich da und wollen von mir beachtet werden. Es gibt aber auch Phasen, in denen ich den Kopf abschalten kann und einfach nur Musik höre. Ich bin jeden Tag in Bewegung. Entweder laufe ich im Wald auf einem hügeligen Weg, oder ich drehe meine Runden im Lorheidestadion in Bochum – aber nie mehr als 25, sonst bekomme ich einen Drehwurm.

Inzwischen bin ich auch als Lauf- und Athletiktrainer beim TV Wattenscheid 01 in Bochum aktiv. Ich halte die Leute fit, die dort Handball spielen, begleite einen blinden Jungen als Laufpartner zu Wettkämpfen und mobilisiere Seniorinnen, damit sie ohne Probleme Einkaufstaschen tragen und Treppen steigen können. Es macht mir Spaß, Menschen in Bewegung zu bringen.“

Benedikt Strätling, Bochum



Schreiben Sie uns!

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

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



Klangfarben der Kirche

Ganz schön laut kann es in der Kirche werden. Die Lautstärke einer Orgel entspricht der einer Diskothek und erreicht zwischen 90 und 120 Dezibel. Eine Wucht, mit der das mächtige Pfeifeninstrument den Kirchenraum erfüllt und Menschen zum Mitsingen bewegt. Ob Orgelspiel, Chorgesang oder eingängige Kirchenlieder: Musik gehört zum Gottesdienst dazu. Doch war das eigentlich schon immer so? BENE fragte bei Stefan Glaser nach. Der bischöfliche Beauftragte für Kirchenmusik im Bistum Essen leitet mehrere Chöre und setzt sich für ein buntes musikalisches Angebot in Pfarreien und Gemeinden ein. Er erzählt, warum es an der Zeit ist, neue Töne anzuschlagen.

WIE ALLES BEGANN

Kirchenmusik hat ihre Wurzeln im frühen Christentum. Nach dem Ende der Christenverfolgung im vierten Jahrhundert konnten Gläubige ihre Gottesverehrung offen zeigen. Sie entwickelten Methoden, um Psalmen und Verse aus der Bibel zu singen. Über die Klöster fand diese Form der Anbetung ihren Weg in die Kirchengebäude. Papst Gregor der Große (540 bis 604) legte dann im sechsten Jahrhundert eine musikalische Struktur für den Gottesdienst fest – den gregorianischen Choral. „Das ist ein einstimmiger, lateinischer Gesang, der bis heute gepflegt wird“, sagt Stefan Glaser. Priester trugen die Texte, Gebete und Hymnen vor – Gemeindegottesdienst gab es damals kaum.

FRÜHER UND HEUTE

Das änderte sich mit der Reformation, der kirchlichen Erneuerungsbewegung im 16. Jahrhundert, die unter anderem von Martin Luther (1483 bis 1546) angestoßen wurde. Der Theologe setzte sich dafür ein, dass die Gemeinde am Gesang beteiligt wurde. Er verfasste Kirchenlieder in deutscher Sprache. „Die Menschen sollten die Texte, die sie beteten und sangen, auch verstehen“, so Stefan Glaser. Über Jahrhunderte waren Gottesdienste geprägt von Orgelmusik, Choral und einfachen Liedgesängen. Erst in den 1960er-Jahren brachte das „Neue Geistliche Lied“ mit seinen eingängigen Rhythmen neuen Schwung in die Kirchen – Songs wie „Kleines Senfkorn Hoffnung“ oder „Alle Knospen springen auf“ wurden zu Ohrwürmern.



KÖNIGIN DER INSTRUMENTE

Die Orgel war ursprünglich ein weltliches Instrument, das am kaiserlichen Hof als Statussymbol galt und von Kirchenvätern und Päpsten für den Gebrauch im Gotteshaus abgelehnt wurde. Nach der ersten Jahrtausendwende tauchten dennoch die ersten Orgeln in Klosterschulen auf. Sie wurden als Hilfsmittel eingesetzt, um Tonleitern zu üben. Von dort gelangten sie ab dem 13. Jahrhundert auch in die Kirchen.

Mit der Zeit wurden die Pfeifeninstrumente immer größer und prunkvoller. Ab dem 17. Jahrhundert entwickelten sie sich zu den Hauptinstrumenten der Kirche, nicht zuletzt dank großer Kompositionen von Johann Sebastian Bach (1685 bis 1750). Seitdem spielen sie in Gottesdiensten die erste Geige. „Eine Orgel hat eine riesige Bandbreite an Klangfarben und Tonfrequenzen. Deshalb wird sie auch Königin der Instrumente genannt“, bringt der Experte die Vorteile des Instruments auf den Punkt. Im Essener Dom kann man dem Spiel der Orgel in den Gottesdiensten oder an Konzerttagen lauschen. Mehr auf www.dommusik-essen.de

POPPIGE KLÄNGE

Stefan Glaser setzt sich neben dem Erhalt der klassischen Kirchenmusik auch für die Verbreitung poppiger Klänge ein. „Wir arbeiten im Bistum Essen unter anderem seit ein paar Jahren mit der Musik der ‚Praise and Worship‘-Bewegung, die aus den Freikirchen der USA stammt. Durch diese Lobpreis- und Anbetungslieder bekommen Menschen einen einfachen, aber emotionalen Zugang zu unserem Glauben“, sagt er. Die Bandbreite der christlichen Populärmusik reicht von Rock und Pop über Hardrock bis zu Jazz, Blues und Gospel.

Um musikalische Gruppen mit den modernen Melodien vertraut zu machen, beschäftigt das Bistum Essen Lina Wittemeier, eine ausgebildete „Popkantorin“. Sie soll in Pfarreien und Gemeinden Schulungen durchführen, Konzerte geben und Chöre leiten. Die Sängerin und Pianistin ist regelmäßig mit ihrem „Lautsprecher“-Chor in den Gottesdiensten der Gelsenkirchner Jugendkirche „GleisX“ zu hören. Für Anfragen erreichbar ist die 24-Jährige unter lina.wittemeier@bistum-essen.de.

WER SINGT, BETET DOPPELT

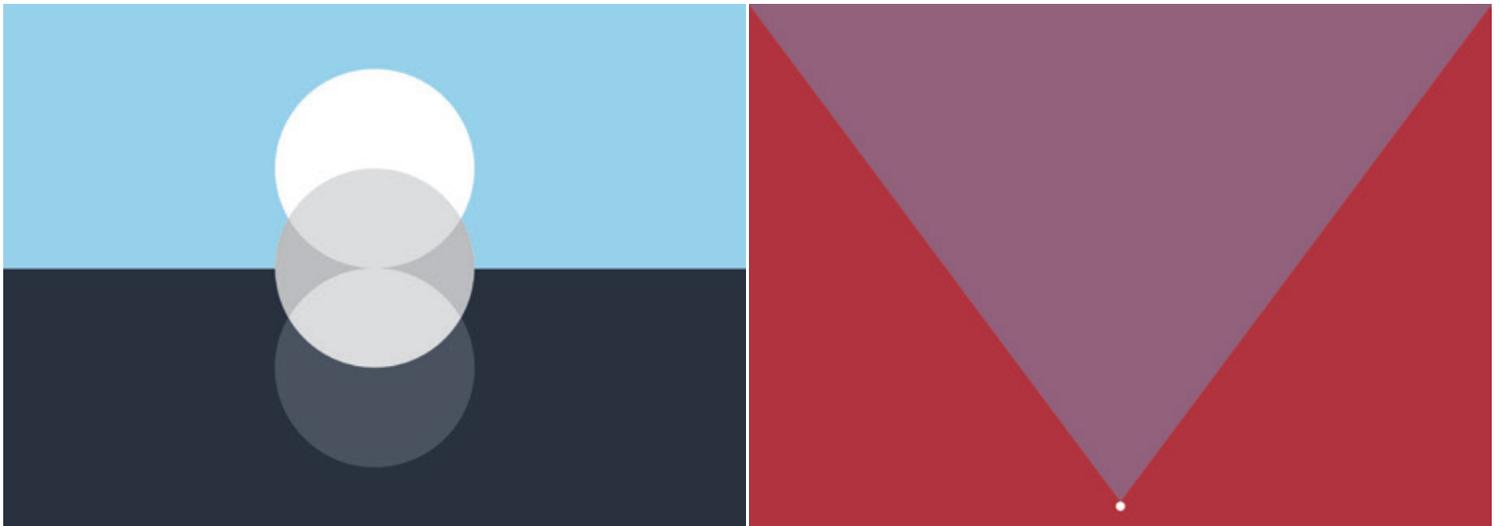
Sie führt Menschen zusammen: Kirchenmusik ist ein „integrierender Bestandteil“ des Gottesdienstes, erklärt Stefan Glaser. Durch das Singen fühlen sich viele Menschen miteinander und mit Gott verbunden. Die oft tröstlichen und fröhlichen Lieder wecken Emotionen, schenken Zuversicht und vermitteln den Glauben. „Wer singt, betet doppelt!“ Dieser Satz, der auf den römischen Kirchenvater Augustinus von Hippo (354 bis 430) zurückgeht, bedeutet: Wer in der Kirche freudvoll singt, spürt die Nähe Gottes intensiver und verinnerlicht die Botschaften der Texte besser. „Der Mensch soll im Gottesdienst auf allen Ebenen aktiviert werden, sowohl körperlich als auch seelisch. Das schafft nur die Musik.“

Text Kathrin Brüggemann

NACHWUCHS GESUCHT

In den Gemeinden fehlen an vielen Stellen engagierte Menschen, die sich musikalisch in die Gestaltung der Gottesdienste einbringen. Deshalb bietet die Bischöfliche Kirchenmusikschule Essen seit 2020 eine zweijährige berufs- oder studienbegleitende Ausbildung zum Kirchenmusiker oder zur Kirchenmusikerin an. Mehr unter kirchenmusikschule.bistum-essen.de

Mit farbenfrohen Grafiken Trauer verarbeiten



Von tiefschwarzer Verzweiflung über rot gefärbte, schreiende Wut bis hin zur weißen, Mut machenden Hoffnung: Grafikdesignerin Cornelia Steinfeld aus Mülheim drückt Gefühle der Trauer in Farben und Formen aus. Sie gestaltete ein Buch, das Trost spenden, zum Nachdenken anregen und Kraft geben soll.

Dabei geht es nicht nur um die Trauer nach dem Verlust einer geliebten Person, sondern auch um „Trauer im Alltag“, wie Cornelia Steinfeld betont: „Es gibt viele Situationen, die uns niederschmettern. Eine Trennung, die man gerade durchmacht, ein Abschied, der uns schwerfällt, eine Krankheit, gegen die wir ankämpfen. Gefühle der Trauer müssen wir zulassen und nicht von uns wegschieben. Dabei sollen meine Grafiken helfen.“ Die Mülheimerin ließ sich bei der Arbeit an ihrem Trauerbuch von den Inhalten der Bibel inspirieren, die an vielen Stellen von starken Emotionen handelt.

Die teils sehr abstrakten Bilder in ihrem Werk sind auf das Wesentliche

reduziert – auf Punkte, Linien, Vierecke oder Kreise. Man sieht scharfkantige Darstellungen, die die Härte der Trauer darstellen, aber auch weiche, ineinander verwobene Formen, die auf Gemeinschaft, Mitgefühl und Nähe hindeuten. „Als häufigste Form tritt der weiße Kreis in Erscheinung“, sagt Steinfeld. „Er symbolisiert Gott, Jesus oder allgemein das Gute.“

Die Abbildung links oben soll zum Beispiel dazu anregen, sich bei Bedarf Hilfe zu suchen. „Der dunkle Kreis steht für einen trauernden Menschen. Der weiße Kreis symbolisiert jemanden, der Trost spenden kann, der für den anderen da ist, ihn vielleicht sogar aus seinem Tief holt“, erklärt die Künstlerin. Das Bild rechts steht für den Schmerz. Der kleine weiße Punkt soll hier eine Person darstellen, die sich allein fühlt und ihre Wut in die Welt hinausschreit.

Ihr Buch „Trauer in Formen und Farben“ (Verlag Schnell & Steiner, 20 Euro) soll Trauernden und Menschen, die in der Notfallseelsorge oder der Trauerbegleitung tätig sind,

eine Hilfe und Inspiration sein. Es bildet den gefühlsgeladenen Prozess ab, den viele in der Zeit des endgültigen Abschiedes von einer geliebten Person durchlaufen. Von Verzweiflung, Wut und Schmerz über Akzeptanz, Glaube und Gemeinschaft bis hin zu Erinnerung, Kraft und Neubeginn.

Weitere Informationen:
www.steinfeld-formenundfarben.de

| kab





LEBENSRAUM FRIEDHOF

Hier zeigt die Natur ihre volle Kraft

Es ist ein Ort der Stille und der inneren Einkehr für die Menschen. Die Pflanzenwelt hingegen geht hier besonders aus sich heraus. Sie demonstriert kraftvoll, wie bunt das Leben ist und dass immer wieder Neues, Gutes entstehen kann. „Friedhöfe zählen zu den artenreichsten Flächen im städtischen Raum“, weiß die Biologin Corinne Buch. Welche positiven Auswirkungen das hat, erklärt sie bei einem Spaziergang über den Katholischen Friedhof Essen-Borbeck.

Wilde Orchideen – hier? „Tatsächlich sind die gar nicht selten auf Friedhöfen“, sagt Corinne Buch begeistert. „Breitblättrige Stendelwurz‘ heißen sie. Oder da vorne, mit der lila Blüte: Das ist die ‚Kleine Braunelle‘, die war 2023 Pflanze des Jahres.“ Insgesamt gebe es im Ruhrgebiet 1.800 verschiedene Pflanzenarten. „Fast 1.000 davon habe ich auf den 153 Friedhöfen in der Region nachweisen können. 102 davon stehen sogar auf der ‚Roten Liste‘ der gefährdeten Arten. Das sind beeindruckende Zahlen, mit denen man vorher nicht gerechnet hätte“, so die Mülheimerin, die für die „Biologische Station Westliches Ruhrgebiet“ im Einsatz ist. Ihr Forschungsprojekt wurde vom Landschaftsverband Rheinland (LVR) gefördert.

Warum blüht die Pflanzenwelt hier so richtig auf? „Die Vielfalt der Flächen bringt die Qualität“, erklärt die Fachfrau. „Man hat Wiesenstücke, Wege, wo etwas aus den Pflasterritzen wächst, und natürlich die Gräber, die zum Glück oft mit bienenfreundlichem bepflanzt sind. Sind dann noch einige wilde Ecken vorhanden, ergibt das einen sehr funktionalen Lebensraum.“

Die grüne Idylle auf den Friedhöfen ist allerdings bedroht. Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine Feuerstatt für eine Erdbestattung. Und Urnen brauchen deutlich weniger Platz als Särge. Da gerade in städtischen Ballungsräumen Wohnungsnot herrscht und Baugrund begehrt ist, geraten dafür auch Friedhofsflächen in den Blick, die vermeintlich nicht mehr im gleichen Umfang wie früher benötigt werden. Vor dieser Sicht warnt Corinne Buch.

„Friedhöfe sind ein unersetzliches Schutzgut“, appelliert sie. „Es geht weit über ihre erste Aufgabe als Raum für Trauer, Gedenken und Begegnung hinaus. Gerade im städtischen Raum bewirken Friedhöfe viel für die Menschen: Sie sind ‚grüne Lungen‘, filtern Schadstoffe aus der Luft, produzieren Sauerstoff. Auch dass sie Orte der Dunkelheit in der Nacht sind, die ja in Städten kaum mehr vorhanden sind, ist gut für die Natur, speziell für nachtaktive Tiere. Bei Starkregen, den wir aktuell öfter erleben, ist es wichtig, dass wir solche offenen Flächen haben, die Wasser speichern und langsam wieder abgeben können.“

l sg

SCHWEIGEN IST FEIGE

Ex-Bundesligatrainer Peter Neururer geht mit Bühnenshow auf Tour

Knapp drei Jahrzehnte trainierte er etliche Fußballvereine – jetzt bringt er den Ball auf einem neuen Spielfeld ins Rollen. Peter Neururer (69) wagt sich mit einer eigenen Show auf die große Bühne. „Schweigen ist feige“ lautet der Titel seines Programms, mit dem er zurzeit durch Deutschland tourt und das – natürlich – 90 Minuten dauert.

In den ersten 45 Minuten seiner Show erzählt er aus seiner Zeit als Bundesligatrainer im Profifußball. In der zweiten Hälfte stellt er sich den Fragen des Publikums. Getreu dem Motto: Schweigen ist feige! „So gebe ich den Leuten die Chance, mit mir zu quatschen und mich ein bisschen besser kennenzulernen“, sagt der Gelsenkirchener.

Beruflich ist er immer noch am Ball: Er hält in der Sport- schule Wedau in Duisburg vereinslose Profis fit und hilft

ihnen dabei, sich in Testspielen gegen hochklassige Gegner für neue Jobs zu empfehlen.

Der Diplom-Sportlehrer wechselte in seiner Laufbahn als Trainer in der Bundesliga mehr als ein Dutzend Mal den Verein, betreute unter anderem Rot-Weiß Essen, FC Schalke 04 und den VfL Bochum. „An meine Zeit in Bochum erinnere ich mich besonders gern“, sagt er. „Das war die größte Leidenschaft und die größte Liebe, die ich im fußballerischen Bereich erleben durfte.“

Ein Trainer müsse glaubwürdig und mitfühlend sein, so Neururer: „Ich habe immer versucht, mir das Vertrauen der Spieler zu erarbeiten. Und zwar nicht nur das von denen, die auf dem Spielfeld standen. Vor allem denen, die auf der Ersatzbank saßen, habe ich Respekt entgegengebracht, damit sie sich wertgeschätzt fühlen konnten.“

Anzeige

Mehr Bildung heißt mehr Möglichkeiten

Weltkindertag 2024 – jetzt Spenden!

Setzen Sie mit Ihrer Spende ein Zeichen für bessere Lebensbedingungen.

DZI Spenden-Siegel

Spendenkonto
IBAN: DE75 3706 0193 0000 1010 10
Stichwort: S00909 Weltkindertag

misereor
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT

Foto: Klaus Meyerhahn



SPIEL UM
3-MAL 2
FREIKARTEN

Mit seiner Show sorgt Peter Neururer auch in Spielstätten im Ruhrgebiet für Stimmung, zum Beispiel am 7. November im Bochumer RuhrCongress und am 28. November in der Essener Zeche Carl. BENE verlost dreimal zwei Karten für sein Programm in der Heilig-Kreuz-Kirche in Gelsenkirchen am 11. November 2024 um 19 Uhr. An der Verlosung teilnehmen geht ganz einfach: Schicken Sie bitte bis zum 15. Oktober eine Postkarte mit dem Stichwort „Peter Neururer“ an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen** oder eine E-Mail an **gewinnspiel3@bene-magazin.de**.

| kab

JETZT GEHT'S UM DIE CURRYWURST!

Schulseelsorger aus Duisburg veröffentlicht Buch über die Geschichte der Ruhrgebietsdelikatesse

Es wird heiß und fettig: Gregor Lauenburger serviert in dem Buch „Alles Currywurst – oder was? Die ganze Wahrheit über das Kultobjekt“ gemeinsam mit Co-Autor Tim Koch brühwarm brisante Fakten rund um die Heimat des deftigen Snacks.

Mit ihren Recherchen rücken sie den Leuten in Berlin auf die Pelle, die bekanntermaßen davon überzeugt sind, dass der gut gewürzte Leckerbissen an der Spree erfunden wurde – und zwar im Jahr 1949 von Imbissbudenbesitzerin Herta Heuwer. Sie soll aus Tomatenmark und Currypulver eine Sauce gezaubert und diese über eine Brühwurst gegossen haben.

Gregor Lauenburger stieß bei seiner Suche nach Indizien für die Entstehungsgeschichte der kleinen Köstlichkeit allerdings auf einen Kult-Imbiss in Duisburg-Marxloh, in dem es die Currywurst schon seit 1936 gibt. So steht es zumindest auf einem Schild, das über dem Eingang von „Peter Pomm's Pusztetten-Stube“ hängt. „Damit wäre ja bewiesen, dass die Heimat der Currywurst im Ruhrgebiet liegt“, so der Duisburger.

Für den Seelsorger, der am Mariengymnasium in Essen-Werden arbeitet, ist das Fleischgericht ein Kulturgut, das „Menschen miteinander verbindet und ins Gespräch bringt“.



5-MAL
JE EIN BUCH
GEWINNEN

BENE verlost fünfmal das Buch „Alles Currywurst – oder was?“ aus dem Klartext-Verlag (19,95 Euro). Wenn Sie sich an dem Gewinnspiel beteiligen möchten, schicken Sie bis zum 15. Oktober mit Angabe des Stichworts „Currywurst“ und Ihrer Adresse eine E-Mail an **gewinnspiel4@bene-magazin.de** oder eine Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**.

| kab

IM ZEICHEN DER HOFFNUNG

**Bistumswallfahrt nach Rom
im Oktober 2025**



Gemeinsam die „Ewige Stadt“ erkunden: Bischof Franz-Josef Overbeck lädt Menschen aus dem Bistum Essen dazu ein, im nächsten Jahr an einer Wallfahrt nach Rom und Assisi teilzunehmen. Anlass ist das Heilige Jahr, das die Katholische Kirche alle 25 Jahre feiert.

2025 steht das Großereignis unter dem Leitmotiv der Hoffnung. „Damit verbinde ich vor allem ein zuversichtliches Voranschreiten auf dem Weg zu einer gerechteren und solidarischeren Welt, verbunden im Glauben und vertrauensvoll von Gott begleitet. Pilgerinnen und Pilger der Hoffnung sind ein kraftvolles Zeichen dafür, dass trotz aller Widerstände und Entmutigungen eine geschwisterliche Kirche und Gesellschaft möglich sind“, schreibt Bischof Overbeck in einem Informationsbrief zu der Pilgerreise.

Vom 11. bis zum 19. Oktober 2025 geht's für Reisende aus dem Ruhrgebiet und dem Märkischen Sauerland per Bus zunächst nach Rom und anschließend für zwei Tage nach Assisi, dem Geburtsort des heiligen Franziskus (1181 bis 1226). Alternativ gibt es eine zwei Tage kürzere Reise per Flugzeug. Gleich am ersten Tag stehen eine Führung durch die Vatikanischen Gärten und das Durchschreiten der Heiligen Pforte des Petersdoms an. Nach der Besichtigung der größten Kirche der Welt wird dort gemeinsam Messe gefeiert. Weitere Höhepunkte der Reise sind die Besuche des Kolosseums und des Forum Romanum sowie die Begegnung mit Papst Franziskus bei der wöchentlichen Generalaudienz auf dem Petersplatz.

Die Kosten für die vom Katholischen Ferienwerk Oberhausen (KFO) organisierte Wallfahrt liegen je nach Reisevariante und Unterkunft inklusive Halbpension, Eintrittsgeldern und Kosten für Stadtführungen pro Person zwischen 1.395 und 1.745 Euro. Familien mit Kindern zwischen sechs und 14 Jahren erhalten Sonderkonditionen. Ausführliche Reiseinformationen gibt es unter www.wallfahrt25.de. Fragen beantwortet die Leiterin der KFO-Geschäftsstelle, Katharina Baerwald, unter der Telefonnummer 0208 99423-75. I tr, red

„DER LIEBE GOTT HAT DIE FALSCHER VERPACKUNG FÜR MICH GEWÄHLT“



**Die ehemalige WDR-Journalistin
Georgine Kellermann über ihren
Lebensweg**

Text Sandra Gerke

Georgine Kellermann kommt im strahlenden Sonnenschein, elegant im Kleid, mit Perlenkette, 20 Kilometer den Rhein entlanggeradelt zum vereinbarten Treffpunkt, einem Duisburger Ausflugslokal. Dass die Leichtigkeit, die sie ausstrahlt, eine beachtliche Lebensleistung ist, dürfte allen klar sein, die ihre Karriere verfolgt haben: Bevor Kellermann 2023 in Rente ging, war sie über 40 Jahre für den WDR im Einsatz, zum Beispiel in Washington und Paris oder als Leitung der Landesstudios in Duisburg und Essen. 36 Jahre davon allerdings mit anderem Vornamen und entsprechender Kleidung: als Georg Kellermann. Von ihrem Werdegang berichtet sie in ihrem Buch „Georgine – Der lange Weg zu mir selbst“ und im Gespräch mit BENE.

„Meine Befreiung als trans* Frau nach über 60 Jahren“ heißt der Untertitel des im Sommer erschienenen Buches. Kellermann kam im September 1957 dem äußeren Anschein nach als Junge zur Welt. Aber sie selbst merkte schon als Kind, dass da etwas nicht stimmte. Als sie mit zehn Jahren einmal heimlich die Kleidung ihrer Mutter anzog und erwischt wurde, verbrannten die Eltern die Sachen im Küchenofen. Die Situation erschien dem Kind ausweglos. Als Georg ging's weiter durchs Leben. Erst mit 62 Jahren traute sich Georgine, die sich bislang nur wenigen Menschen privat gezeigt hatte, auch mit Frauenkleidung in die Öffentlichkeit. Durch ihre leitende Stelle beim WDR hatte diese Offenbarung eine besondere Außenwirkung.

„Der liebe Gott hat die falsche Verpackung für mich gewählt“, beschreibt sie die Herausforderung ihres Lebens scherzhaft. „Der liebe Gott“ spielte durchaus eine Rolle bei den Kellermanns. Die ganze Familie war in ihrer Heimat Ratingen in der katholischen Kirchengemeinde eingebunden, sie selbst war als Georg in der Pfarrjugend aktiv. Einige Freundinnen und Freunde, die sie dort fand, weihte sie früh in ihr Geheimnis ein. Kellermann nennt diese Akzeptanz „gelebte christliche Werte“.

Auch wenn sie sich heute als „nicht mehr religiös“ bezeichnet, kommt sie in ihrem Buch immer wieder auf ihre katholischen Wurzeln zu sprechen.

Sie haben offensichtlich Bedeutung behalten für Georgine Kellermann. Und so reagiert sie engagiert auf die Frage nach ihrer Meinung: „Was muss sich tun in der Kirche, damit sich heute und in Zukunft viele Menschen gut aufgehoben fühlen in dieser Glaubensgemeinschaft?“ Kellermann trinkt einen Schluck Limonade und setzt an: „Ich glaube schon, dass sich Kirche nicht nach dem Zeitgeist richten darf. Aber es geht um gesellschaftliche Grundsätze. Da täte sie gut daran, ihre Haltung zu überdenken. Die Kirche ist immer noch ein Spiegelbild des Patriarchats, der Männerherrschaft.“

Durch ihre privaten und beruflichen besonderen Verbindungen zu den USA fällt ihr ein Vergleich ein. „Als Joe Biden kürzlich gesagt hat, er trete nicht mehr zur Präsidentschaftswahl an, da hat er das natürlich auch getan wegen des Drucks, den man auf ihn ausgeübt hat. Aber das ist ein faszinierendes Beispiel dafür, dass ein Mann – der mächtigste der Welt – Macht abgeben kann. Davon können sich manche eine Scheibe abschneiden. Dazu gehören auch einige katholische Bischöfe.“

Zum Wandel fähig sein – ihrer eigenen Familie sei dies gelungen, sagt sie dankbar. Von ihren mittlerweile verstorbenen Eltern spricht sie respekt- und liebevoll in ihrem Buch, das mit dieser Widmung beginnt: „Für meine Mutter und für meine Tochter“.

Georgine Kellermann wird sich gleich wieder auf ihr Fahrrad schwingen. Am nächsten Tag steht eine Reise nach Sachsen an. Sie wird in verschiedenen Städten an queeren Demonstrationen teilnehmen und Lesungen aus ihrem Buch halten. Solche Fahrten sind kein reines Vergnügen. Jeder ihrer öffentlichen Auftritte weckt Aggressionen bei Menschen, die nicht akzeptieren wollen, wer sie ist. Auch im Alltag wird sie regelmäßig beleidigt und bedroht. Von Ruhestand kann bei dieser Rentnerin also keine Rede sein. Nach ihrem „langen Weg zu sich selbst“ ist Georgine jetzt für andere unterwegs, will Bewusstsein schaffen. „Es gibt viele, viele, die so sind wie ich“, sagt sie. Und: „Sich um andere zu kümmern, für andere einzustehen, das ist mir wichtig.“



Katholisch geprägte Jugend: Kellermann als Kommunionkind

Oben: Von 2002 bis 2006 war Kellermann für den WDR Paris-Korrespondent.



„Georgine – Der lange Weg zu mir selbst: Meine Befreiung als trans* Frau nach über 60 Jahren“, Ullstein Verlag, 288 Seiten, 22,99 Euro.

KAMPFKUNST NEBEN DER KIRCHE

BESTNOTEN

30 Jahre „Interessengemeinschaft für Selbstverteidigung“ in Gelsenkirchen-Buer



„So stehst du schon falsch!“, ermahnt Hermann Harms (74) einen Mann Mitte 50, der ihm nun aufmerksam zuschaut: Mit ein paar kurzen, präzisen Bewegungen demonstriert der Senior eindrucksvoll, warum er sich „Großmeister“ der Selbstverteidigung nennen darf. „So kann dir dein Gegner nichts tun. Versuch’s nochmal selbst!“ Um die beiden herum üben noch etliche andere Erwachsene – und zwar nicht etwa in einer Sporthalle. Der große Pfarrsaal von St. Ludgerus in Gelsenkirchen-Buer ist das Trainingsgelände ihrer „Interessengemeinschaft für Selbstverteidigung“ – seit 30 Jahren. Kampfkunst im katholischen Umfeld – wie passt das zusammen?

„Es geht bei uns nicht um Angriff, sondern um Verteidigung. Man lernt, sich und andere zu beschützen. Das ist für mich auch eine Form von christlicher Nächstenliebe“, macht Hermann Harms klar. „Unser letzter Pfarrer war übrigens auch fünf Jahre lang Mitglied.“ Im 30. Jubiläumsjahr der Gruppe, in der Frauen und Männer zusammen trainieren, musste die Ludgeruskirche nebenan geschlossen werden. „Da ging für mich schon ein Stück Heimat verloren. Immerhin können wir weiter im Pfarrsaal trainieren“, berichtet der Katholik, der seit über 40 Jahren mit einer Buddhistin verheiratet ist.

„Ob jemand religiös ist oder nicht, spielt bei unseren Treffen hier keine Rolle. Aber entstanden sind wir damals aus der katholischen Jugendarbeit. Ich selbst bin mit sieben Jahren zum Judo gekommen. 1971 habe ich meinen ersten Schwarzgurt gemacht. Als Pfadfinderleiter in unserer Gemeinde waren wir auf der Suche nach etwas, mit dem wir unsere Leute sinnvoll beschäftigen können. Es geht bei den Pfadfindern ja auch darum, Kinder und Jugendliche lebensstüchtig zu machen. Und: sich durchzusetzen, sich verteidigen zu können oder keine Angst vor dem Alltag zu haben, ist doch eine schöne Voraus-

setzung für ein vernünftiges Leben. So kam es zu meinem Trainingsangebot an der Kirche – und das wurde gut angenommen.“

Längst besteht die Gruppe nicht mehr aus Kindern und Jugendlichen, sondern aus Erwachsenen. Gaby Westermann ist eine von ihnen. „Ich hab vor 30 Jahren einen neuen Sport gesucht, bin beim Kampfsport und irgendwann auch beim Hermann gelandet. Seitdem bin ich kontinuierlich dabei. Gehalten hat mich, dass ich immer wieder dazulerne“, so die 58-Jährige, die selbst Trainerin für Selbstverteidigung im Polizeisportverein Gelsenkirchen ist.

Dass einige Gruppenmitglieder weite Anfahrtswege in Kauf nehmen, spricht für sich. „Nach dem Training stehen wir immer noch zusammen, trinken etwas und reden über alles Mögliche. Für manche ist das mindestens genauso wichtig wie die Bewegung vorher.“ Die Gruppe trifft sich mittwochs um 20 Uhr im großen Pfarrsaal in Gelsenkirchen-Buer (Ludgeristr. 1a). „Neue Mitglieder sind immer willkommen“, lädt Harms ein.

KINOKULTUR

Die BENE-Filmtipps von Essens Lichtburg-Chefin Marianne Menze

Komödie

DER BUCHSPAZIERER



Kontakt zu Menschen mag er eigentlich nicht. Bücher aber liebt er: Die bringt Carl Kollhoff täglich zu Fuß vom Buchladen zu den Stammkunden der Stadt – allein. Bis sich die neunjährige Schascha an seine Fersen heftet. Basierend auf dem Bestseller-Roman von Carsten Henn, erzählt Regisseur Ngo The Chau eine Geschichte rund um die wunderbare Kraft der Bücher. Eine warmherzige Hommage an die Literatur, das Leben und die Liebe mit Christoph Maria Herbst in der Hauptrolle.

Kinostart: 10.10.2024

Drama

IN LIEBE, EURE HILDE



Berlin 1942: Hilde und Hans verlieben sich und erleben einen glücklichen Sommer – trotz ständiger Lebensgefahr. Sie sind in einer Widerstandsgruppe gegen den Nationalsozialismus aktiv. Im Herbst werden die Mitglieder verhaftet. Hilde kommt schwanger ins Gefängnis. Der neue Film von Regisseur Andreas Dresen entwickelt sich in unaufgeregtem Ton zu einem eindringlichen Drama über Menschen, die einfach nur das Richtige tun. Hauptdarstellerin Liv Lisa Fries ist herausragend.

Kinostart: 17.10.2024

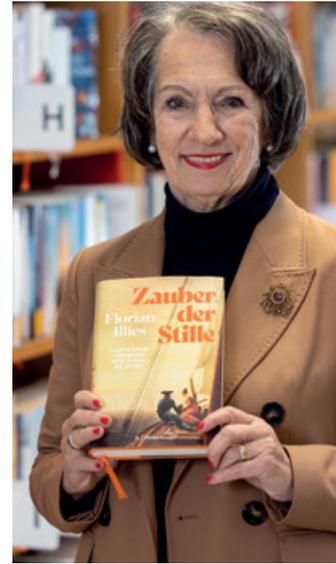
LESELUST

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

ZAUBER DER STILLE

Magische Schönheit und düstere Melancholie zeichnen seine Werke aus. Caspar David Friedrich galt als zurückhaltender Künstler, der im Glauben und in der Natur Halt fand. Autor Florian Illies machte sich auf die Spuren des vor 250 Jahren geborenen Malers. In seinem Buch „Zauber der Stille: Caspar David Friedrichs Reise durch die Zeiten“ erzählt er zum Beispiel, wie Friedrichs Bilder am russischen Zarenhof, in einer Autowerkstatt der Mafia und in der Küche einer hessischen Sozialwohnung landeten. Ein geistreiches Lesevergnügen.

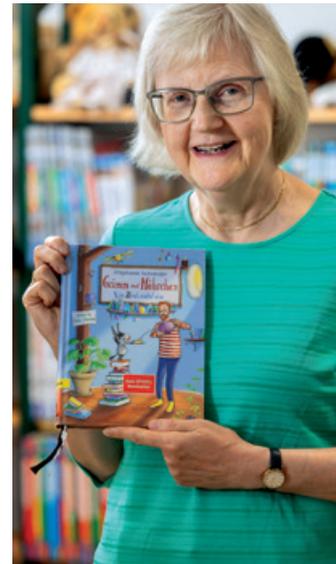
Ileana Beckmann
Katholische Öffentliche Bücherei (KÖB)
Herz Jesu, Hagen-Dahl



GRIMM UND MÖHRCHEN

Buchhändler Grimm ist einsam: Nur selten betritt jemand seinen Laden. Alles ändert sich, als Möhrchen auftaucht und Schwung in die Bude bringt. Möhrchen ist ein Zesel, also eine Kreuzung aus Zebra und Esel. Stephanie Schneider erzählt in „Grimm und Möhrchen. Ein Zesel zieht ein“ von den alltäglichen Abenteuern der beiden. Schuhkartonweitwurf, Puddingkochen und das Erfinden neuer Wörter stehen jetzt auf dem Programm. Ein unterhaltsames Vorlesebuch für Kinder ab fünf Jahren. Die detailreichen Bilder ergänzen den Text perfekt.

Barbara Piechocki
KÖB Heilige Familie, Essen



FEUER IM BOOTSHAUS

Der ehemalige Vermögensverwalter August Strindberg hat das Stadtleben aufgegeben, um in seinem Heimatort an der schwedischen Westküste einen Laden für Altkleider zu eröffnen. Dort verliebt er sich in Kriminalkommissarin Maria Martinsson. Ein Brand zerstört die Idylle: Zwei Bootshäuser gehen in Flammen auf. Ein alter Mann ist seitdem verschwunden. In „Das Feuer im Bootshaus“ von Kristina Ohlsson geht es um einen Mord, ein wertvolles Gemälde und Familiengeheimnisse. Der Krimi ist fesselnd geschrieben, ohne blutrünstig zu sein.

Sigrun Ahrweiler
KÖB Liebfrauen, Gevelsberg



BE PLUS

BETEN FÜR STERNENKINDER

Gemeinsam um Sternenkinder trauern: Am 27. Oktober um 17 Uhr feiert die Kirche für junge Menschen GleisX in der Liebfrauenkirche in Gelsenkirchen einen Gottesdienst für Eltern, die ihre Kinder vor, während oder kurz nach der Geburt verloren haben. Im Anschluss gibt's Gelegenheit zum Gespräch mit dem Seelorgeteam. Mehr auf www.gleisx.de

KIRCHE OHNE RASSISMUS

Von Anfang an war die Kirche für alle Menschen gedacht. Trotzdem gibt es in ihr rassistische Strukturen. Sarah Vecera macht in ihrem Buch „Wie ist Jesus weiß geworden? Mein Traum von einer Kirche ohne Rassismus“ auf diese Strukturen aufmerksam und erklärt, wie man sie aufbrechen könnte. Am 12. November liest die Theologin und Religionspädagogin um 19.30 Uhr im Medienforum des Bistums Essen aus ihrem Werk. Eintritt: 12 Euro, ermäßigt: 5 Euro. Infos: www.medienforum-essen.de

BENE-QUIZ, HEFT 51: DIE LÖSUNG!

Die richtigen Antworten im Ausflugsquiz der letzten BENE lauten: 1b, 2c, 3a, 4a, 5d, 6b, 7c, 8d
Die Gewinnbenachrichtigungen wurden bereits zugestellt.



DEMNÄCHST IN BENE ...

Ach, du liebe Zeit! Nicht mehr lange, und es geht schon auf den Advent zu. Das kommt für Sie zu plötzlich? Dann ist es ja gut, dass sich die BENE-Winteraushang ums Thema Zeit dreht: Wie lässt sie sich nutzen – und genießen? Das zeigen viele Geschichten aus dem Ruhrbistum. Auch Blicke in die Vergangenheit werfen wir: auf schlechte Zeiten, aus denen sich für die Zukunft lernen lässt. Und auf Gutes von gestern, das heute noch glücklich macht. **Was ist zum Beispiel Ihre schönste Erinnerung zur Weihnachtszeit?** Ob witzig oder bewegend: Wir freuen uns, wenn Sie es uns bis zum 1. November kurz schildern unter dem Stichwort **„Weihnachtserinnerungen“**: per Mail an erinnerungen@bene-magazin.de oder per Post an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Eine Auswahl der Antworten wird in BENE veröffentlicht. Unter allen Einsendungen verlosen wir fünf Buchgutscheine im Wert von je 20 Euro.

Die nächste BENE erscheint im Dezember.

IMPRESSUM BENE – DAS MAGAZIN DES BISTUMS ESSEN



Katholische Kirche
BISTUM ESSEN

Herausgeber: Bistum Essen
Stabsbereich Kommunikation
Ulrich Lota (verantwort.)
Redaktionsleitung: Sandra Gerke
Redaktion: Kathrin Brüggemann
Mitarbeit: Nicole Cronauge, Achim Pohl,
Oliver Müller, Alexandra Roth,
Thomas Rünker, Jutta Oster,
Paul Philipp, Winfried Dollhausen
Korrektorat: Hildegard Drüke-Ernst
BENE-Online: i-gelb GmbH, Köln,
Kathrin Brüggemann, Jens Albers
E-Mail: redaktion@bene-magazin.de
Redaktionsanschrift: Redaktion BENE, Bistum Essen,
Zwölfling 16, 45127 Essen
Telefon: 0201 2204-267
www.bene-magazin.de

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

BENE, das Magazin des Bistums Essen, wird umweltfreundlich auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt. Eine Ausgabe kostet 80 Cent. Für Mitglieder der Katholischen Kirche im Bistum Essen ist BENE kostenlos.

Zur Abwicklung der Gewinnspiele in BENE müssen die Daten der Teilnehmenden erfasst werden (Name, E-Mail-Adresse, Telefonnummer). Nach Spielende werden sie gelöscht.

Bildnachweise: Titelbild: [shutterstock.com/Robert_Kneschke](https://www.shutterstock.com/Robert_Kneschke); S. 2: Nicole Cronauge; S. 3: [shutterstock.com/Larwin_Achim_Pohl](https://www.shutterstock.com/Larwin_Achim_Pohl); S. 4/5: Oliver Müller/Bistum Essen; S. 6: Alexandra Roth (3), Saad Hamza; S. 7: ©_Huy_Tran; S. 8: Adobe Stock/Sergey Nivens; S. 10: Achim Pohl; S.12/13: Achim Pohl; S. 15: Adobe Stock/Seventyfour; S. 16: Adobe Stock/OneLineStock, privat; S. 17: Achim Pohl; S. 19: [shutterstock.com/Melinda_Nagy](https://www.shutterstock.com/Melinda_Nagy); S. 20/21: [shutterstock.com/Samuel_Borges_Photography](https://www.shutterstock.com/Samuel_Borges_Photography), privat; S. 22/23: Achim Pohl; S. 24/25: [shutterstock.com/handini_atmodiwiryo](https://www.shutterstock.com/handini_atmodiwiryo); S. 27: Nicole Cronauge; S. 29: Nicole Cronauge (2); S. 30: Adobe Stock/sergejson, © Annika Fußwinkel/WDR; S. 31: © WDR, privat; S. 32: Achim Pohl; S. 33: © Studiocanal/Bernd Spauke, © Pandora Film/Frédéric Batier, Achim Pohl (3); S. 34: [shutterstock.com/Elzbieta_Sekowska](https://www.shutterstock.com/Elzbieta_Sekowska); S. 35: Adobe Stock/oksix



Aufhebung

GEBET

Sein Unglück
ausatmen können

tief ausatmen
so dass man wieder
einatmen kann

Und vielleicht auch sein Unglück
sagen können
in Worten

in wirklichen Worten
die zusammenhängen
und Sinn haben
und die man selbst noch
verstehen kann
und die vielleicht sogar
irgendwer sonst versteht
oder verstehen könnte

Und weinen können

Das wäre schön
fast wieder
Glück

Erich Fried

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

Erich Fried, Aufhebung
aus: Beunruhigungen
Gedichte

© 1984, 1997 Verlag Klaus Wagenbach, Berlin

Eingereicht von BENE-Leser Fabian Peters,
Oberhausen

BENE

MENSCH SEIN IM BISTUM ESSEN

www.bene-magazin.de