

Das Magazin des Bistums Essen
Dezember 2024, Januar/Februar 2025

ACH DU LIEBE ZEIT!

Einfach mal innehalten

WIEDER WEIHNACHTEN

Was kann uns das Fest 2024
Neues sagen?

WENN DAS LEBEN RAST

Praktische Tipps zur
Entschleunigung

**Neustart für
Metronom Theater:
Musickarten
gewinnen**





EDITORIAL:

Ach du liebe Zeit!

Haben Sie einen kurzen Moment für mich? Super! Ich weiß zu schätzen, dass Sie gerade einen Blick in dieses Heft werfen. Schließlich ist Zeit ein knappes Gut. Viele kennen das aus dem Alltag: Plötzlich ist wieder ein Tag zu Ende, und man hat längst nicht alles geschafft, was man vorhatte. Jetzt vor Weihnachten, gegen Ende des Jahres, scheint sich die Welt dann sogar mit noch mehr Tempo zu drehen als sonst. „Ach du liebe Zeit!“, möchte man da rufen. Und genau das tun wir bei BENE und machen es zum Motto unserer Winterausgabe.

Wie lässt sich Zeit gut nutzen – und genießen? Das zeigen Ihnen auf den folgenden Seiten viele Geschichten aus dem Ruhrbistum. Dabei schauen wir auch in die Vergangenheit: auf schlechte Zeiten, aus denen sich für die Zukunft lernen lässt. Und auf Gutes von gestern, das heute noch glücklich macht. Sich öfter mal auf beide Aspekte zu besinnen, scheint mir hilfreich in Anbetracht der aktuell herausfordernden Lage im In- und Ausland.

ZEIT. Als ich begonnen habe, mich mit diesem Begriff des Heftmottos näher zu beschäftigen, fiel mir auf, wie viele Sprichwörter das Thema aufgreifen. „Zeit heilt alle Wunden“, „Morgenstund hat Gold im Mund“ oder „Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen“: Man könnte eine lange Liste fortsetzen. Das zeigt, wie sehr Zeit die Menschen schon immer umgetrieben hat.

Ich behaupte nach dem Sichten entsprechender Internetseiten: Es findet sich nur ein anderes Wort, zu dem es auch so viele Sprüche gibt wie zu „ZEIT“. Haben Sie eine Vermutung, was ich meinen könnte? Es ist: „LIEBE“. Sie hat frühere Generationen auch zu zahlreichen Redewendungen und Versen inspiriert. Zeit und Liebe – was für ein interessantes Paar! Wie gut das zusammenpasst, besingt ein Lied aus den späten Neunzigern, das mir direkt in den Sinn kam. „Seasons of Love“ lautet der englische Titel, also „Jahreszeiten der Liebe“. Seine Kernfrage: Wie misst man ein Jahr? In Minuten vielleicht – 525.600 wären es dann? Nein, so eine technische Sichtweise bringt nicht wirklich weiter, macht der Song klar. Und liefert im Refrain eine bessere Idee: „Measure your life in love.“ Auf Deutsch: „Miss dein Leben in Liebe.“

Diesen Gedanken finde ich wunderbar weihnachtlich. Dass Liebe das Maß aller Dinge sein sollte, ist doch genau die Botschaft, die Jesus in die Welt gebracht und vorgelebt hat. Sie trägt die Menschen, die an ihn glauben, auch durch schwere Zeiten.

Leichtere Zeiten, zumindest ein paar Momente der Entspannung wünsche ich Ihnen nun. Ob Sie demnächst Gottesdienste oder Krippenspiele besuchen, ob Sie eine liebevolle Familienzeit erwartet, ob Sie einfach ein paar freie Tage zum Jahreswechsel genießen – oder nicht: Auf allen möglichen Wegen gesegnete Weihnachten!

Ihre Sandra Gerke
Redaktionsleiterin



14

Rund um die Uhr

22

Glaubensort
Pferdehof



28

Hape
historisch



04 VOLL AUF DIE ZWÖLF!

Bauarbeiten an der Kirchturmuhre der Bochumer Propsteikirche

06 RADIO-GOTTESDIENST AN HEILIGABEND

Weihnachten zum Hören

**07 5 FRAGEN AN ... SCHAUSPIELER
PETER LOHMEYER**

„Fürs Vorlesen braucht man Zeit“

08 SCHON WIEDER WEIHNACHTEN?

Theologin Bernadette Wahl zum prominentesten Geburtstag unserer Zeitrechnung

10 ALLZEIT BEREIT

Seit 75 Jahren ist Siegmund Andres Pfadfinder

12 ZEITDIEBE STOPPEN

Ganz im Moment sein: Wie gelingt das?

14 RUNDE SACHE

Kirchturmuhren heute

17 ZEITZEUGINNEN UND ZEITZEUGEN GESUCHT

Studie zu den Missbrauchsvorwürfen gegen Kardinal Hengsbach

18 ANKUNFTSZEITVERSCHIEBUNG

In der Glosse von BENE-Autor Paul Philipp geht's um Weihnachtsfreuden – sogar mit Dubai-Schokolade

19 DAS GROSSE BENE-WINTER-QUIZ

Acht Fragen für kühle Köpfe

20 FÜR EINE BESSERE ZUKUNFT

Adveniat unterstützt Jugendliche in Limas Armenviertel Chorrillos

22 MEIN GLAUBENSORT? DER PFERDEHOF!

Bettina Strätling und ihre Tochter Hannah über göttliche Wesen

24 WAR JESUS WIRKLICH EIN DEZEMBERKIND?

Die geheimnisvolle Welt der Zahlen und Daten rund um Weihnachten

26 DAMIT SICH GESCHICHTE NICHT WIEDERHOLT

80 Jahre nach der Ermordung des Hattinger NS-Widerstandskämpfers Nikolaus Groß

28 „MIT HUMOR UND GOTTVERTRAUEN“

Hape Kerkeling: neues Buch und runder Geburtstag

29 DAS LEBEN NACH DEM LEISTUNGSSPORT

Ex-Tennisprofi Andrea Petković über Abschiede und Neuanfänge

30 ENDLICH WIEDER MEHR MUSICAL

Das Metronom Theater am Centro Oberhausen feiert Wiedereröffnung

31 SCHÖNE STUNDEN

Vier BENE-Leserinnen schildern ihre besten Weihnachtserinnerungen

32 EIN LETZTES MAL

Malteser Hilfsdienst fährt Schwerstkranke zu ihren Lieblingsorten

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

voll auf die
Zwölf!



Vorsichtig bringt Ingo Schetter-Lutz Zifferkästen und Zeiger an der Kirchturm-
uhr der Propsteikirche St. Peter und Paul in Bochum an. Der Monteur für
Kirchen- und Antriebstechnik arbeitet auf 60 Meter Höhe. Das Dorstener
Maschinenbauunternehmen Diegner & Schade, für das er tätig ist, gehört
zu den wenigen in Deutschland, die sich auf die Reparatur und die Wartung
von Kirchturmuhren spezialisiert haben.

Die Turmuhr der Propsteikirche in Bochum musste erneuert werden, da ihr
Wind und Wetter zugesetzt hatten: Sie war an einigen Stellen rostig, ihr Gold
massiv ermattet. Im Zuge von Bauarbeiten am Kirchturm wurde sie gesäubert
und frisch mit Blattgold beschichtet. „Das hält viel länger als Farbe“, erklärt
Ingo Schetter-Lutz.

Nach der Montage bringt der Experte die elektrisch angetriebene Uhr über
einen Läutecomputer in der Sakristei wieder zum Laufen. Zum Auftakt stehen
beide Zeiger auf der Zwölf.

Rund um Kirchturmuhren geht's auch auf den Seiten 14 und 15.

I kab



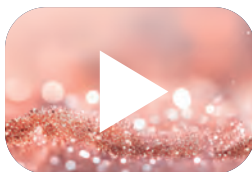
WEIHNACHTEN IN DIE KIRCHE?

Infos zu allen Gottesdiensten im Ruhrbistum an den Feiertagen liefert die Internetseite **weihnachten.bistum-essen.de** ab dem 13. Dezember.

RADIO- GOTTESDIENST AN HEILIGABEND

Weihnachten zum Hören: Am 24. Dezember laden die evangelische Pfarrerin Heidrun Viehweg und Bernd Wolharn, katholischer City-Seelsorger am Essener Dom, zu einem ökumenischen Radio-Weihnachtsgottesdienst ein. „Es gibt Musik zum Mitsingen und viele Mut machende Geschichten. Wir richten uns mit dem Gottesdienst an alle, die sich in diesen schwierigen Zeiten nach einer frohen Botschaft sehnen“, so Bernd Wolharn.

Radio Essen überträgt den Gottesdienst um 19 Uhr. Zu hören ist er zum Beispiel über UKW (102,2 MHz / 105,0 MHz), über Kabel – und im weltweiten Netz unter **www.radioessen.de**.



ADVENTLICHER SPOT

„Die Advents- und Weihnachtszeit ist für viele von uns eine Zeit der Gegensätze. Auf der einen Seite lieben wir die festliche Stimmung, auf der anderen fühlen wir uns von Terminen und Erwartungen überfordert. Der Advent ist laut und leise zugleich. Er ist gemütlich, gesellig, großartig, manchmal aber auch grauenhaft. Jeder hat seine eigenen Vorstellungen, wie das perfekte Fest aussehen sollte – und doch verbindet uns alle der gleiche Grundgedanke: Es ist die Botschaft, dass Gott Mensch geworden ist, die der Weihnachtszeit ihre besondere Bedeutung verleiht.“ So erklärt das Internetportal katholisch.de die Kernaussage seiner aktuellen Adventsaktion „Dein Weihnachten – Wie hättest DU es gemacht?“. Unter diesem Titel ist auch ein Kurzfilm entstanden, der zum Nachdenken und Diskutieren anregt.

Unter **bene.mg/advent2024** ist der Spot zu sehen.

Anzeige



**Viel mehr
als ein
Geschenk:**

**Unsere
Kursvielfalt
macht einfach
Spaß!**

Ab sofort Gutscheine erhältlich.
Infos unter: www.kefb.info

KEFB

Katholische
Erwachsenen- und
Familienbildung im
Bistum Essen



5

FRAGEN AN ...
SCHAUSPIELER PETER LOHMEYER„FÜRS
VORLESEN
BRAUCHT
MAN
ZEIT“

Gut erzählte Geschichten – die mochte Peter Lohmeyer (62), Sohn eines evangelischen Pfarrers, schon als Kind. Wenn sein Vater in der Kirche predigte, hörte er ihm gebannt zu. „Das hat mich beeindruckt“, sagt Lohmeyer. Er erzählt als Schauspieler längst selbst Geschichten – zum Beispiel im Fußballfilm „Das Wunder von Bern“ (2003). Der hauptsächlich im Ruhrgebiet aufgewachsene Künstler interessiert sich für spannende Bücher – und gibt diese Begeisterung auch an andere weiter. Bei einer Veranstaltung zur Leseförderung im Medienforum des Bistums Essen las der fünffache Vater kürzlich Grundschulkindern vor. Mit BENE-Redakteurin Kathrin Brüggemann sprach er im Anschluss darüber, wie man jungen Menschen Lust aufs Lesen macht.

BENE: Herr Lohmeyer, laut einer aktuellen Studie kann jedes vierte Grundschulkind nicht gut genug lesen. Sowohl Politik, Schulen als auch Eltern müssen offensichtlich mehr tun, um das zu ändern. Wie sehen Sie das?

Peter Lohmeyer: Es ist unsere Verantwortung als Eltern, Kindern Lust auf Geschichten zu machen, indem wir ihnen vorlesen. Doch dafür braucht man Zeit. Und die nehmen wir uns leider oft nicht. Wie schnell lassen wir uns zum Beispiel durchs Handy ablenken. Dabei erwische ich mich selbst immer wieder.

Sie sind kürzlich zum fünften Mal Vater geworden. Sollte man bereits Säuglingen etwas vorlesen?

Es ist immer gut, Kinder so früh wie möglich mit Sprache zu konfrontieren, ihnen etwas vorzusingen oder zu erzählen. Für meine ältere Tochter habe ich mir früher gern Geschichten ausgedacht. Wenn ich dann mal einen Tag nicht da war, weil ich drehen musste, hat sie mich nach meiner Rückkehr sofort daran erinnert, an welcher Stelle es mit der Geschichte weiterging.

Wie kann man bei Kindern den Wunsch wecken, selbst zum Buch zu greifen und zu lesen?

Meinem Sohn Louis habe ich damals gesagt, dass er einen Euro bekommt, wenn er ein Buch bis zur Seite 100

liest. Und der arbeitet heute als „Hart, aber fair“-Moderator, wie Sie vielleicht wissen. Es ist halt wichtig, Kindern einen Anreiz zu geben, damit sie anfangen zu lesen. Man kann ein Buch auch erst selbst durchschmökern und es dem Kind dann schmackhaft machen.

Sind Sie selbst auch mit Büchern aufgewachsen?

Meine Mutter hat mir oft vorgelesen. Obwohl sie mit ihrer Rolle als Pfarrersfrau, ihren drei Kindern und dem Haushalt eigentlich schon genug um die Ohren hatte.

Wie hat es Sie geprägt, als Sohn eines Pfarrers aufzuwachsen?

Ich fand es toll, dass mein Vater von der Kanzel aus Geschichten auswendig erzählen konnte. Nervig war es allerdings, wenn er sich am Samstag auf die Predigten vorbereitet hat. Dann musste ich immer leise sein, was irre anstrengend war. Woran ich mich auch erinnere: Er war früher oft mit mir bei Weihnachtsfeiern für Obdachlose. Dank ihm habe ich ein gewisses soziales Verantwortungsgefühl, welches ich wiederum an meine erwachsenen Kinder weitergegeben habe. Die würden nie an einem Menschen vorbeigehen, der auf dem Boden sitzt und um Hilfe bittet.

SCHON WIEDER WEIHNACHTEN?



**Die Theologin Bernadette Wahl, Referentin für
Glaubenskommunikation im Bistum Essen,
zum prominentesten Geburtstag unserer Zeitrechnung**

Gerade war doch noch Sommerurlaub. Und jetzt steht schon Weihnachten vor der Tür. Während das Jahr an mir vorbeirauscht, halte ich kurz an und frage mich: Was gibt es eigentlich noch zu sagen über die Geburt Jesu, was nicht schon alle wissen? Sie kennen die Geschichte mit dem Stall, den Hirten, dem Stern und dem Gott, der Mensch wird. Hier beginnt die Glaubensgeschichte, die viele Menschen auf der ganzen Welt zu einem Leben für das Gute und zur Nächstenliebe inspiriert. Was können dieses Baby und seine Geschichte uns zu Weihnachten im Jahr 2024 Neues sagen? Hier sind meine Gedanken zu dem besonderen Geburtstag, an dem sich unsere Zeitrechnung orientiert ...



DAS JAHR NULL

Auch ohne das Kürzel „n. Chr.“ ist jede Jahreszahl, die ich in meinen Kalender schreibe, an der Geburt Jesu orientiert (Genauerer dazu auf den Seiten 24 und 25). Dabei gibt es in der Geschichte viele andere Anlässe, die unsere Gesellschaft nachhaltig prägen. Allein 2024 haben wir 75 Jahre Grundgesetz und 35 Jahre Mauerfall gefeiert. Es ist doch erstaunlich, dass eine so intime und verletzte Situation wie eine Geburt am Anfang einer so großen Bewegung wie des Christentums steht.

Sicher kennen viele Menschen persönliche „Jahr-null-Momente“ auch in ihrem Leben. Solche Ereignisse können die Richtung eines Lebens radikal ändern. Für manche ist es ein Tag oder ein Jahr, in dem sie eine wichtige Entscheidung trafen. Das kann die Berufswahl, ein Umzug, eine Beziehung, der Schritt ins Elternsein oder die Genesung von einer Krankheit sein. Diese Momente sind häufig voller Emotionen und Konsequenzen, die weit über den Moment hinausgehen. Sie sind wie das Laden eines neuen Betriebssystems, eine Trennung von „Vorher“ und „Nachher“. Nach einem „Jahr-null-Moment“ ist das Leben nicht mehr dasselbe.



TROTZ ALLEM: FRIEDEN

Die Weihnachtsgeschichte dreht sich um ein Baby. Ganz verletzlich, auf Hilfe angewiesen. Maria und Josef erleben in der Nacht im Stall eine stille Nacht. Eine heilige Nacht. Weihnachten, so wie es in der Bibel beschrieben wird, ist ein Moment von echtem Frieden. Und das, obwohl die äußeren Umstände alles andere als ruhig und friedlich sind. Jesus wird in einer Zeit geboren, in der grausame Entscheidungen getroffen werden, zum Beispiel von König Herodes. Er ordnet aus Angst vor Machtverlust die „Kinderermorde von Bethlehem“ an.

Was wäre, wenn es Weihnachten auch heute darum ginge, Frieden zuzulassen trotz aller echten Sorgen und Gefahren – weil Gott sich drum kümmert? Was wäre wohl, wenn Menschen für einen Moment auf ein fast verrücktes Vertrauen in Gott setzen würden. Vertrauen darauf, dass nichts in dieser Welt passiert, von dem Gott nichts weiß, und dass er alles in seinen Händen hält. Alles, was gerade in den USA passiert, die Neuwahlen in Deutschland, die Kriege, die katastrophalen Klimaereignisse und alles, was wir so persönlich mit uns rumtragen. Weihnachten wäre dann eine Zeit, in der all das für ein paar Stunden losgelassen werden darf, ohne es romantisch-kitschig zu überdecken oder kleinzureden.



WARTEN AUF DEN HEILIGEN MOMENT

Als junges Mädchen habe ich viele Jahre an Weihnachten auf diesen einen Moment gewartet, an dem ich Frieden spüre. Das Gefühl, dass das Gute in mir ankommt. In den großen Weihnachtsfilmen ist das oft der Moment, in dem es dann – lang ersehnt – doch noch anfängt zu schneien und alle selig aus den Fenstern schauen. Vielleicht klingt das kitschig. Heute weiß ich, dass mein Instinkt gut war. Ein Schritt hat mir aber noch gefehlt: die Fähigkeit, selbst aktiv auf das zu vertrauen, an was ich glaube. Im Glauben generell und auch an Weihnachten ist es nicht so, dass sich wie von Zauberhand ein übernatürlicher Frieden in mir einstellt, auf den ich nur warten muss. Es liegt auch ein ganzes Stück an mir, ob ich mich auf den mir angebotenen Frieden einlassen oder ihn sogar selbst anstoßen kann. Gott und ich arbeiten sozusagen zusammen.

Vielleicht entdecken auch Sie einen „Jahr-null-Moment“ in Ihrem Leben, wollen „Frieden trotz allem“ einmal ausprobieren oder arbeiten dieses Jahr noch enger mit Gott zusammen. Nehmen Sie sich den Aspekt, den Sie gerade am besten brauchen können. Denn ob Weihnachten Ihnen etwas bedeutet und, wenn ja, was – das entscheiden Sie letztlich für sich allein.

ALLZEIT BEREIT

**Seit 75 Jahren ist Siegmund Andres
aus Gladbeck Pfadfinder**



Foto links: Siegmund Andres (r.) schwelgt mit Johannes Fabri, Manfred Hedwig und Willi Pröse (v. l. n. r.) in Erinnerungen an ihre Zeit bei den Pfadfindern.

Sie zeugen von Freundschaft, Pflichtbewusstsein und Abenteuern: Fotos, Fachbücher und Andenken, die Siegmund Andres (91) als Pfadfinder gesammelt hat. Jahrzehntelange Geschichte, gestapelt auf einem Wohnzimmer Tisch. Der Gladbecker, der kürzlich für seine Verdienste als Gründer eines Pfadfinderstammes von der Deutschen Pfadfinderschaft St. Georg (DPSG) ausgezeichnet wurde, erinnert sich bei einem Treffen mit seinen Freunden Willi Pröse (95), Manfred Hedwig (84) und Johannes Fabri (78) an eine prägende Zeit.

Alles begann kurz nach dem Zweiten Weltkrieg. „Es gab endlich keinen Fliegeralarm mehr, kein Rennen in die Bunker und Stollen“, erzählt Siegmund Andres. Zerbombte Häuser wurden abgerissen, Schutt beseitigt.

In dieser Zeit verzeichneten die katholischen Vereine großen Zulauf. In allen Städten und auch Pfarreien bildeten sich Jugendgruppen. „Die jungen Leute suchten nach Vorbildern. Es gab eine Neuorientierung“, so Andres.

Während des Nazi-Regimes waren Pfadfinderverbände verboten. Bereits 1934 hatten die Nationalsozialisten den Gruppen das Tragen von Uniformen und das Führen von Flaggen untersagt. Ihnen missfiel vor allem die internationale Ausrichtung der Bewegung. Die Nazis übernahmen damals die Pfadfinderuniform – braunes Hemd und schwarze Cordhose – für die Hitlerjugend.

Erst Ende 1945 erlaubte die damalige Militärregierung die Neugründung der Pfadfinderschaft. Sie musste sich als „Gemeinschaft St. Georg“ in die Katholische Jugend eingliedern. Um sich von der früheren Hitlerjugend auch optisch abzugrenzen, trugen die Männer damals zunächst grüne Hemden. Erst 1965 führten sie die braune „Kluft“ wieder ein.

Siegmund Andres kam 1949 zu den Pfadfindern. Mit 16 meldete er sich bei einem Stamm in Gladbeck-Mitte an. Gruppenleiter war sein heutiger guter Freund Willi Pröse. „Ich fand die Ideale der Pfadfinder gut“, sagt Andres. „Anderen helfen. Pflanzen und Tiere schützen.“ Willi Pröse zählt weitere Ideale auf: „Freund aller Menschen sein, Bruder aller Pfadfinder. Powell, der Gründer der Bewegung, hat zu seiner Zeit gesagt: ‚Verlasst diese Welt besser, als ihr sie vorgefunden habt.‘“

1907 startete der britische General Robert Baden-Powell auf der englischen Insel Brownsea ein Experiment, um zu beweisen, dass junge Menschen Verantwortung übernehmen können. Er veranstaltete ein Zeltlager mit 20 Jugendlichen aus verschiedenen sozialen Schichten. Powell wollte, dass die jungen Leute „allzeit bereit“ sind, Gutes zu tun. Seine Erkenntnisse hielt er in dem Buch „Scouting for boys“ („Pfadfinder“) fest, das in kurzer Zeit zum Bestseller wurde. Auf der ganzen Welt gründeten sich daraufhin Pfadfindergruppen. Ab 1909 kamen auch Mädchen dazu.

Heute gibt es deutschlandweit mehr als 200.000 Pfadfinderinnen und Pfadfinder, die sich auf kirchliche und nicht kirchliche Verbände verteilen. Der größte Verband ist die Deutsche Pfadfinderschaft Sankt Georg, ein Zusammenschluss vieler katholischer Stämme. Ein Stamm ist eine Organisationseinheit, zu der alle Altersstufen eines Ortes gehören.

Siegmund Andres musste damals erst mal die vierwöchige Probezeit überstehen, Gesetze und Regeln pauken und Prüfungen ablegen. „Es ging recht streng zu“, erinnert er sich. „Pünktlichkeit, Sauberkeit. All das war wichtig.“ Er zählt auf, was er gelernt hat: Spurenlesen, Knoten binden, Orientierung ohne Kompass, Bestimmung von Sternbildern, Getreidesorten und Baustilen. „Die Vielseitigkeit war es, die uns begeistert hat“, stellt Manfred Hedwig fest. „Und die tägliche gute Tat – die mussten wir natürlich vollbringen. Wenn die Oma mal nicht über die Straße wollfe, wurde sie halt trotzdem rübergebracht“, erinnert er sich lachend. Der Spaß kam bei den wöchentlichen Gruppentreffen nicht zu kurz.

Siegmund Andres bestand alle Prüfungen und gründete 1950 mit einem Freund in seinem Ortsteil Gladbeck-Zweckel eine „Pfadfinder-Siedlung“, also eine Gruppe auf dem Weg zur Bildung eines Pfadfinderstammes, als Ableger des Stammes Gladbeck-Mitte. Fast 30 Jungen gehörten bereits nach einem Jahr zu dieser Gemeinschaft, die 1952 als Stamm anerkannt wurde. „Ich bin stolz darauf, dass dieser Stamm heute noch existiert.“

Was dem Witwer besonders positiv im Gedächtnis geblieben ist, sind die Zeltlager in der näheren Umgebung und im Ausland, bei denen er mit seinen Kameraden Wanderungen unternahm, am Lagerfeuer saß oder Hängebrücken baute.

1956 freundete er sich bei einem Wanderlager in der Eifel mit dem Leiter einer französischen Pfadfindergruppe an. „Aus der damaligen Begegnung mit Antoine Florin ist eine lebenslange Freundschaft entstanden“, erinnert er sich. „Wir besuchten uns ab 1970 jedes Jahr, abwechselnd in Deutschland und Frankreich.“

Höhepunkte waren für ihn die internationalen Pfadfindertreffen, bei denen er Menschen aus aller Welt

kennenlernte. Siegmund Andres blättert in einer umfangreichen Chronik, die er zum 60. Jubiläum seines Stammes angelegt hat. Sein Blick fällt auf ein Foto, das ihn 1963 im griechischen Marathon im Gespräch mit Prinz Konstantin von Griechenland (1940–2023) zeigt (Bild unten, Andres links). Auf einem anderen Bild aus dem Jahr 1951 ist er im österreichischen Bad Ischl mit Pfadfindern aus Indien und Österreich zu sehen (Bild ganz unten, 2. v. l.).

Andres hat bei den Pfadfindern gelernt, offen auf Menschen zuzugehen und Verantwortung zu übernehmen. Das habe ihm auch beruflich weitergeholfen, betont er. Der gelernte Schlosser sollte als junger Geselle die Leitung einer Abteilung übernehmen und Nachwuchs ausbilden. Das traute er sich zu, da er als Gruppenleiter bei den Pfadfindern gelernt hatte, wie man sich durchsetzt.



„Die Pfadfinderei hat mich immer angetrieben und motiviert“, sagt der Gladbecker energisch. Er besuchte die Ingenieurschule, machte seinen Abschluss und verantwortete im Bereich Maschinenbau bundesweit große Projekte. „Man bekam den Ansporn, mehr zu machen und nicht nur sein Soll zu erfüllen.“ Sein Kamerad Johannes Fabri stimmt ihm zu. Fabri hat in seiner aktiven Zeit regelmäßig mit dem Malteser Hilfsdienst Lebensmittel und Medikamente zu einer Pfarrei in Polen gebracht und an Bedürftige verteilt. Für ihn war das selbstverständlich: „Wir haben als Pfadfinder gelernt, den Nächsten zu helfen.“

Text Kathrin Brüggemann

ZEITDIEBE STOPPEN

Ganz im Moment sein: Wie gelingt das?



Text Jutta Oster

„Wer hat an der Uhr gedreht? Ist es wirklich schon so spät?“ Das Schlusslied aus dem Zeichentrick-Klassiker „Der rosarote Panther“ trifft wohl das Lebensgefühl vieler Menschen, wenn der Jahreswechsel bevorsteht. Die vergangenen zwölf Monate scheinen nur so vorbeigeflogen zu sein. Der Eindruck entsteht, dass die Zeit – eigentlich doch eine objektive, messbare Größe – immer schneller verrinnt. Kann das sein?

Ein Anruf bei einem, der es wissen muss: Jonas Geißler arbeitet als Zeit-Experte in München, er berät Unternehmen im Umgang mit der kostbaren Ressource und schreibt Bücher zum Thema. Das Gefühl einer Beschleunigung unserer Zeit ist nicht falsch, bestätigt der Experte. „Wir erleben eine ungeheure Verdichtung in unserer Gesellschaft, angetrieben durch technische Errungenschaften wie das Smartphone oder künftig auch durch Künstliche Intelligenz.“

Die Zahl unserer Möglichkeiten ist sprunghaft gestiegen, gleichzeitig steht uns aber nach wie vor nur begrenzte Zeit zur Verfügung. Das kann schon mal zur „Fear of missing out“, kurz: FOMO, dem Gefühl, etwas zu verpassen, führen. Die erste Erkenntnis: Wir sind reich an Möglichkeiten. Diese Freiheit hat aber auch den Preis, dass wir eine Wahl treffen müssen. „Ein kluger Umgang mit der Zeit beruht auf klugen Entscheidungen“, sagt der Zeit-Experte.

Entscheidungen, die zu uns passen und unseren zeitlichen Bedürfnissen entsprechen. Das bezeichnet Jonas Geißler als „Zeit-Wohlstand“: Zunächst einmal gehört dazu, dass wir einen guten Wechsel aus Aktivität und Erholung pflegen und nicht gehetzt durch den Tag gehen. Dazu gehört aber ebenso, dass wir den Moment bewusst erleben, beispielsweise einem Gespräch aufmerksam folgen oder ein Essen wirklich genießen – ohne dabei mit den Gedanken in der Vergangenheit oder Zukunft zu sein. „Entscheidend ist nicht, wie viel Zeit wir haben, sondern wie viel wir von der Zeit haben“, erklärt Jonas Geißler.

Ohnehin ist die Zeit keine so objektive Größe, wie es auf den ersten Blick scheinen mag, auch wenn wir sie in ein immer engeres Korsett aus Sekunden und Millisekunden

gepresst haben. Das weiß jeder, der schon einmal längere Zeit im Wartezimmer des Zahnarztes verbracht oder auf einen Krankenwagen gewartet hat. Manche Zeiten erscheinen uns gedehnt wie Kaugummi, andere Zeiten fliegen nur so vorbei. Und je älter man ist, desto schneller scheint die Zeit zu vergehen. Verantwortlich ist dafür die Psychologie unseres Zeitempfindens: Neue Erfahrungen dehnen die gefühlte Zeit aus, während Routinen sie verkürzen.

Umso wichtiger ist es, die Zeit bewusst zu verlangsamen und auszudehnen. „Das gelingt vor allem mit Tätigkeiten, die uns wirklich berühren, bei denen wir ganz im Moment aufgehen“, sagt Jonas Geißler. Das kann eine intensive Begegnung sein oder die Beschäftigung mit einer Lieblingstätigkeit: Musik hören, im Garten buddeln, ein Bild malen, im Chor singen, ins Museum gehen ... Dem Zeitforscher gelingt dieses Aufgehen im Moment, wenn er als Wellenreiter auf einem Surfbrett steht.

Um diese Qualitätszeit zu haben, ist es aber auch notwendig, Zeitfresser auszubremsen. Einer der großen Zeitdiebe unserer Zeit ist das Smartphone. Neun Jahre Lebenszeit verbringen wir durchschnittlich damit – laut einer Studie der Vergleichsplattform „WhistleOut“ aus dem Jahr 2020. Der Wert dürfte inzwischen noch gestiegen sein. Unsere Mediennutzung führt zu einem Phänomen, das die Harvard-Forscherin Ashley Whillans als „Zeitkonfetti“ bezeichnet: Kurze Unterbrechungen zum Lesen von Nachrichten oder Social Media zerfasern unsere Freizeit so, dass letztlich kein Raum für Muße oder Qualitätszeit bleibt. Gute Gründe also, einfach mal abzuschalten. Denn letztlich gilt, wie es der Zeit-Experte formuliert: „Die Stunden, die zählen, sind die, die wir nicht zählen.“

5 TIPPS FÜR EINEN GUTEN UMGANG MIT DER ZEIT

- ★ Für zeitliche Vielfalt sorgen: Wir können nicht immer nur rennen, aber auch nicht immer nur bummeln. Der Zeit-Experte Jonas Geißler rät deshalb dazu, die „Vielfalt der Zeiten“ zu pflegen. Es darf Phasen geben, in denen wir ruhig mal Gas geben, es muss aber auch solche geben, in denen wir uns erholen.
- ★ Rituale schaffen: Gute Gewohnheiten wie die kleine Kaffeepause am Vormittag oder der Spaziergang zum Feierabend können wie ein Anker im Alltag sein. Sie gliedern den Tag und sorgen dafür, dass wir kleine Pausen zum Atemholen haben.
- ★ Im Rhythmus leben: Aus einer Lerche, einem „frühen Vogel“, macht man keine (Nacht-)Eule – und umgekehrt. Deshalb ist es so wichtig, im eigenen Rhythmus zu leben und wichtige Aufgaben so zu legen, dass sie während des persönlichen Leistungshochs erledigt werden. Für einen Morgenmenschen ist das der Vormittag.
- ★ Alles schön der Reihe nach: Schnell, schneller, gleichzeitig? Lieber nicht! Für „Multitasking“, das parallele Erledigen von Dingen, ist der Mensch nicht gemacht, es führt nur zu Stress, Erschöpfung und Fehlern. Deshalb lieber eines nach dem anderen in Angriff nehmen.
- ★ Einfach mal abschalten: Die zeitlichen Grenzen verschwimmen immer mehr, viele Menschen lesen berufliche Mails zum Beispiel auch am Abend. Umso wichtiger ist es, bewusst Grenzen zu setzen und sich so Freiräume zu schaffen.

Buchtipp

Harald Lesch, Karlheinz A. Geißler, Jonas Geißler:
 Alles eine Frage der Zeit. Warum die „Zeit ist Geld“-
 Logik Mensch und Natur teuer zu stehen kommt.
 oekom-Verlag, München 2021, 20 Euro



Kirchturmuhren heute

Sie lässt sich nicht so leicht aus dem Takt bringen: Die Turmuhr an der Anbetungskirche St. Johann auf der Essener Dominsel bewegt sich verlässlich vorwärts. Ein goldglänzendes Symbol, das mitten in der Innenstadt Orientierung bietet. Wer gerade nicht aufs Handy oder die Armbanduhr gucken kann, blickt nach oben und weiß, wie spät es ist.



Damit sie reibungslos funktioniert, geht's im Inneren des Kirchturms rund: Dort steht das mechanische Uhrwerk aus dem Jahr 1939. Dombaumeister Ralf Meyers öffnet einen breiten weißen Schrank und präsentiert die eindrucksvolle Technik. Ein gusseiserner Rahmen, Zahnräder aus Messing, Drahtseile und schwere Gewichte sorgen dafür, dass die Kirchturmuhren im Minutentakt weiterläuft. Außerdem löst das Werk Glockenschläge aus, mit denen die Kirchturmuhren die Zeit verkündet. „Das Uhrwerk löst die Glockenschläge viertelstündlich aus. Um Viertel nach hört man einen Glockenschlag,

um halb hört man zwei, um Viertel vor drei und zur vollen Stunde vier“, erzählt der Dombaumeister, der für die Instandhaltung der Kathedrale zuständig ist. „Dazu kommen zu jeder vollen Stunde die eigentlichen Stundenschläge. Um 15 Uhr erklingen also insgesamt sieben Schläge – vier für die volle Stunde und drei für die Uhrzeit. Die akustische Zeitangabe hört man in der ganzen Innenstadt. Sie ruft in Erinnerung: Kirche ist da!“

Bereits im Mittelalter boten Kirchturmuhren Orientierung für Gebets- und Arbeitszeiten, was vor allem in den Klöstern eine wichtige Rolle spielte. Gegen Ende des 13. Jahrhunderts verbreiteten sich die ersten mechanischen Uhren mit Ziffernblättern. Zunächst an den Türmen der Klöster und Kirchen, ab dem 14. Jahrhundert auch an Rathäusern und anderen hohen Gebäuden. Damit änderte sich vielerorts die Zeitrechnung: Hatte man sich zuvor nach dem ungefähren Stand der Sonne gerichtet, um den Alltag zu strukturieren, zeigte die Uhr nun an, dass Tag und Nacht zwölf gleich lange Stunden haben. Im 17. Jahrhundert wurden dann die Pendeluhrn eingeführt, mit denen sich die Stunde in 60 Minuten einteilen ließ. Viele Uhren bekamen danach einen Minutenzeiger.

Einmal pro Jahr wird das Uhrwerk im Dom gewartet. „Rein mechanische Exemplare gibt es kaum noch. Die meisten Uhren werden elektrisch betrieben“, weiß Meyers. Die mechanische Turmuhr an der Anbetungskirche auf der Dominsel hat zusätzlich einen Funkempfänger, mit dem man ihre Genauigkeit nachbessern und auf Sommer- oder Winterzeit einstellen kann. Eine runde Sache.

Text Kathrin Brüggemann

Anzeige



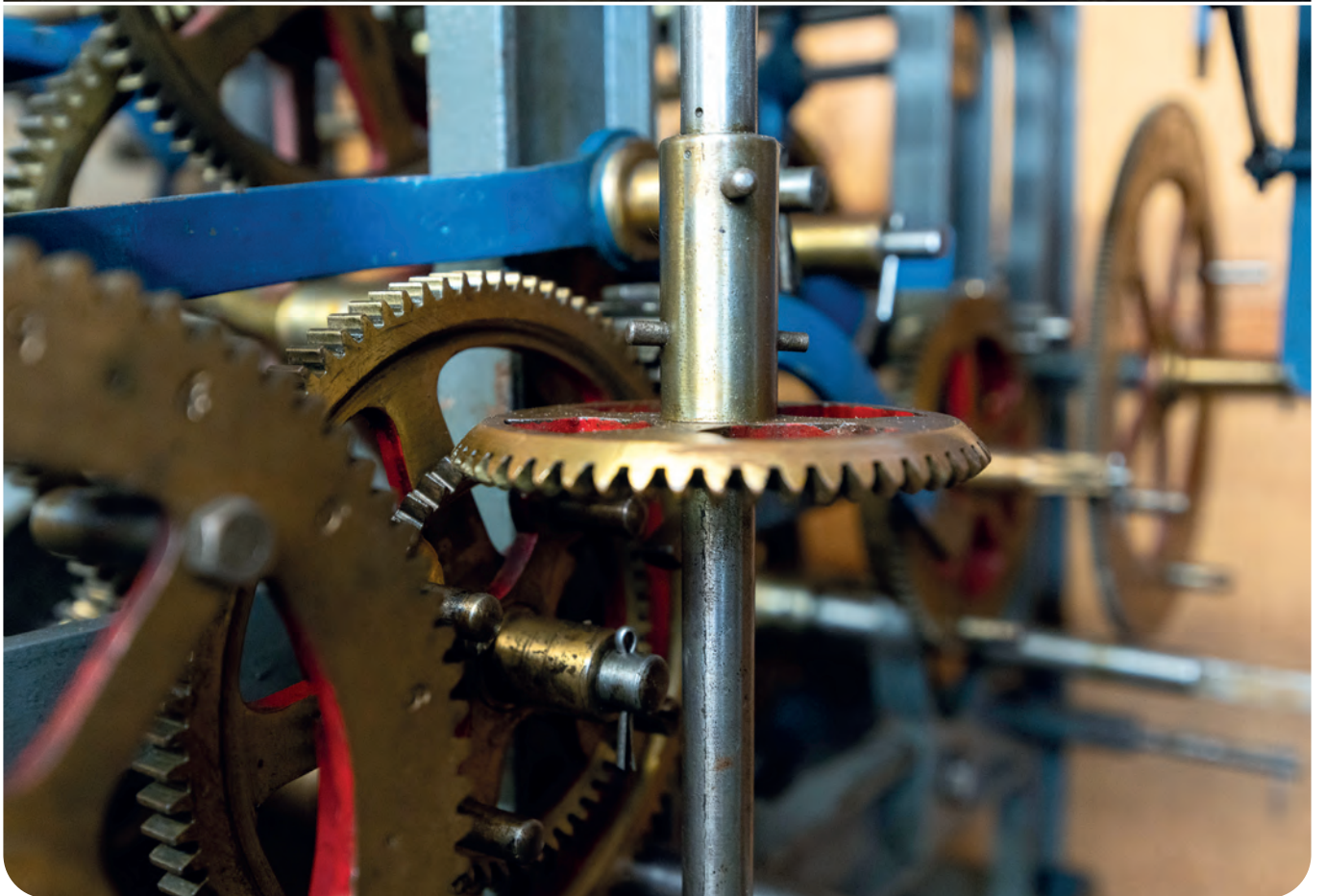
Unser neues Jahresprogramm 2025 ist da!

Meditation, Besinnung, Exerzitien, Geistliche Begleitung

Leben üben. Seit Menschengedenken.

team-exercitia.de

**team
exercitia**



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

+ Ökonomisch + Sozial + Ökologisch

ZEITZEUGINNEN UND ZEITZEUGEN GESUCHT

AUFARBEITUNG



Studie zu den Missbrauchsvorwürfen gegen Kardinal Hengsbach

Gemeinsam Licht ins Dunkel bringen: Ein Forschungsteam soll die Missbrauchsvorwürfe gegen den früheren Essener Kardinal Franz Hengsbach untersuchen und dabei dessen gesamtes Leben und Wirken beleuchten.

Im September 2023 gaben das Bistum Essen und das Erzbistum Paderborn Missbrauchsvorwürfe gegen den 1991 verstorbenen Franz Hengsbach bekannt. Diese beziehen sich auf seine Amtszeit als erster Bischof des Ruhrbistums (1958–1991) und die Zeit davor, in der er Priester und Weihbischof im Erzbistum Paderborn war.

Hengsbach hatte darüber hinaus weitere verantwortliche Positionen in der Katholischen Kirche inne: Er war Militärbischof, Generalsekretär und -assistent im Zentralkomitee der deutschen Katholiken und Vorsitzender des Lateinamerika-Hilfswerks Adveniat. Das Forschungsteam untersucht daher auch mögliche Auffälligkeiten in diesen Tätigkeitsfeldern. Außerdem soll die Studie zeigen, wie sich die Beschuldigungen gegen einen hohen Würdenträger auf die Systeme der Kirche auswirken. Auch die aktuellen Missbrauchsmeldungen, die seit Bekanntgabe der Vorwürfe gegen Hengsbach beim Bistum Essen eingegangen sind, gehören zum Gegenstand der wissenschaftlichen Untersuchung.

Alle Institutionen, für die Hengsbach tätig war, gaben die auf drei Jahre angelegte Studie beim Institut für Praxisforschung und Projektberatung München, bei dem Berliner Dissens-Institut und der Forschungsstelle für Zeitgeschichte in Hamburg in Auftrag. Es geht dabei nicht um juristische Aufklärung, sondern um die Frage, in welchem historischen und sozialen Kontext der mutmaßliche Missbrauch zustande kam.

In diesem Zusammenhang wird Hengsbachs gesamter Werdegang aufgearbeitet. Im Fokus stehen unter anderem seine biografischen und religiösen Prägungen, sein Umgang mit Priestern, die der Ausübung sexualisierter Gewalt beschuldigt wurden, sowie sein Profil als Kirchenmann und Bischof.

Das Forschungsteam bittet alle Menschen, die sexualisierte Gewalt durch Hengsbach erleiden mussten, sich zu melden. Auch an Aussagen von Zeitzeuginnen und Zeitzeugen, die den Geistlichen persönlich erlebt haben, besteht Interesse. Das Team behandelt alle Angaben vertraulich und ist über folgende Kontakte erreichbar:

E-Mail: aufarbeitung@ipp-muenchen.de
Telefon: 089 54359770
Per Post: IPP München, Ringseisstraße 8,
80337 München

I kab

GESPRÄCHSBEREIT

Neue Ansprechpersonen für Betroffene von sexualisierter Gewalt

Das Bistum Essen hat die Gruppe der Beauftragten Ansprechpersonen für Missbrauchsbetroffene vergrößert. Drei Frauen und drei Männer sind seit Anfang September für die Menschen da, die in einem geschützten Rahmen über sexualisierte Gewalt in der Kirche sprechen und gegebenenfalls Hilfe in Anspruch nehmen möchten. Betroffene können frei wählen, an welche der zur Verschwiegenheit verpflichteten Ansprechpersonen sie sich bei Bedarf wenden möchten:

Monika Martini

Sozialarbeiterin und Familientherapeutin,
0160 4117675,
martini@beauftragte-ansprechperson.de

Maren Schlüter

Pädagogin, 0151 14467985,
schluter@beauftragte-ansprechperson.de

Sven Carsten

Sozialpädagoge, 0151 74306521,
carsten@beauftragte-ansprechperson.de

Alexander Frankenstein

Sozialarbeiter, 0151 74303867,
frankenstein@beauftragte-ansprechperson.de

Ulrich Leifeld

Kommunikationsberater, 0151 16476411,
leifeld@beauftragte-ansprechperson.de

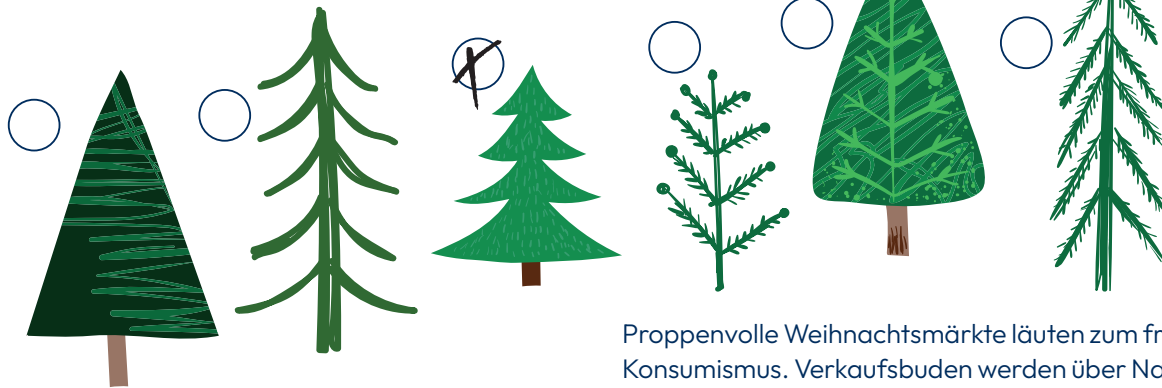
Imke Schwerdtfeger

Rechtsanwältin, 0171 3165928,
schwerdtfeger@beauftragte-ansprechperson.de

Hier kommentiert BENE-Autor Paul Philipp Themen, die ihn und die Welt bewegen, auf seine Weise: **Überspitzt**. Diesmal sogar mit Dubai-Schokolade.

Das Leben ist hart. Auch im Advent. Und schnell mal stressig. Erst recht im Advent. Diesseits der großen Politik und ihrer großen Fragen stellt uns das Leben ständig viele fiese kleine Fragen, die rechtzeitig entschieden werden wollen: Wie sollen wir Weihnachten verbringen? Mit Krippe? Mit Grippe? Allein? Bei den Kindern? Den Eltern? Den Nachbarn? Auswärts? Daheim? Bei Florian? Mit Helene? Ohne Carmen, aber mit Christkind? Besinnlich? Benebelt? Besoffen? Lampe an und Lichterfest mit Horst oder glotzenfrei und Spaß dabei?

Dazu die Geschenke: Reichen Apfel, Nuss und Mandelkern, oder verballern wir unser Oma ihr klein' Häuschen und gönnen uns eine Tafel Dubai-Schokolade? Und dann die Baumfrage: Ein Nordmann ist ja ganz schön – hat aber jeder. Blaufichte harzt ungeniert auf dem Teppich herum und sticht, das Biest! Nobilis ist teuer, Weißtanne bedroht und Schwarzkiefer zu buschig. Oder ein künstlicher Baum? Aus China kommen jetzt so billige. Wirken wie echt. Mit Kugeln aus China. Überhaupt: Kerzen, Engel, Glöckchen, Lametta – alles China. Wiege der Christenheit.



Nun also: Ankunftszeit. Die Deutsche Bahn feiert sie das ganze Jahr. Falls sie sie nicht verschiebt. Oder gleich ganz ausfallen lässt. Wird der Winter so wie der Winterfahrplan, sollten sich Zugereiste und im Zug Vereiste besser warm anziehen und mit voraussichtlich fünfzehn bis fünfhundertfünfzig Minuten Verspätung rechnen. Bis zur Jahresendstation. Diesmal immerhin kein Bahnstreik. Züge fallen trotzdem aus. Gleise liegen da wie tot, und das Bahnvolk trauert verpassten Anschlüssen hinterher.

Da lobe ich mir die Schweiz. Hier fahren nicht nur die Züge zuverlässig, hier wurde auch eine Idee bekannt,

die aus Zeit etwas Wertvolleres macht als Geld: Lebensqualität. Bei der sogenannten „Zeitvorsorge“ schenken Menschen ab 50 Jahren deutlich älteren Menschen ihre Gesellschaft und damit ihre Zeit. Diese Unterstützung wird mit Stunden-Gutschriften auf ein persönliches Zeit-Konto vergütet. Wenn die Helfenden später selbst Hilfe benötigen, können sie ihr angespartes Guthaben nutzen und die Stunden wieder einlösen. Mit Geld handelt diese besondere Schweizer Bank also gar nicht, sondern mit etwas, das gerade betagte Zeitgenossinnen und -genossen zu schätzen wissen, die alleinstehend sind oder deren Kinder weit entfernt leben. Dabei geht es ausdrücklich nicht um Pflege oder Haushaltshilfe, sondern um gemeinsam verbrachte, sinnvolle und schöne Stunden. Ehe es Zeit wird. Für den letzten Atemzug. Hach ja.

Aber jetzt ist erst mal: Ankunftszeit. Advent. Mit Momenten der inneren Einkehr und des vorausseilenden Auslöstens erwartbarer Gemütsstiefe. Der Betriebsablauf unserer Innenstädte brummt auf Hochtouren.

Proppenvolle Weihnachtsmärkte läuten zum fröhlichen Konsumismus. Verkaufsbuden werden über Nacht auf- und erst Minuten vor der Heiligen Nacht wieder abgebaut. Es folgt ein bisschen unverbindliche Ruhe. Dann knallt Silvester. So geht es weiter. Kauf und Verkauf, schöner Schein und Verpuffung. Kein Weihnachtswunder – und die Sehnsucht nach den vertrauten vier Wänden wächst.

Aber wie diese einrichten? Hier ein zeitloser Adventstipp: Sie brauchen ein Sofa, Kräutertee, ein gutes Buch und eine warme Decke. Und wenn Sie sich dann noch ein paar Kissen unterlegen, genießen Sie das, was alle Welt mag, außer im Kinderspielzeug: ein paar anschniegssame Weichmacher. Das Leben ist schließlich hart genug.

DAS GROSSE BENE- WINTER-QUIZ

ALPHABET

„Die Kälte, sie ist nun ein Teil von mir“, singt „Die Eiskönigin“ im gleichnamigen erfolgreichsten Animationsfilm aller Zeiten. Das Verhältnis der Hauptfigur zum Winterwetter ist speziell. Wie sieht es bei Ihnen aus: Sind Sie Fan der kalten Jahreszeit oder froh, wenn sie wieder vorbei ist? Ob so oder so: Saisonal passend servieren wir Ihnen hier ein Quiz für kühle Köpfe. Machen Sie sich doch einfach ein schönes Heißgetränk dazu ...

1 Warum ist der Winter die kälteste Jahreszeit?

- a: Die Erde steht in größerem Abstand zur Sonne.
- b: Der Golfstrom bewegt sich in umgekehrter Richtung, daher kommen Tiefdruckgebiete aus dem Norden zu uns.
- c: Die Tageslichtdauer ist geringer, außerdem steht die Sonne niedriger am Horizont.
- d: Weil der Winter wolkenreicher ist, kommt weniger Sonnenlicht auf die Erde.

2 „Du grünst nicht nur zur Sommerzeit, nein, auch im Winter, wenn es schneit.“ Das gilt neben dem Tannenbaum auch für andere Nadelbäume. Welcher Laubbaum ist ebenfalls immer grün?

- a: Die Ulme b: Die Stechpalme (Ilex)
- c: Die Pappel d: Die Kopfweide

3 Welche Regeln gelten für den Einsatz von Winterreifen in Deutschland, wenn man keine Ganzjahresreifen benutzt?

- a: Das liegt im Ermessen des Autofahrers.
- b: Winterreifen müssen von Oktober bis Ostern montiert sein.
- c: Eine Winterreifenpflicht gilt nur in den schneereichen Bundesländern Bayern, Baden-Württemberg und Thüringen.
- d: Winterreifen müssen bei winterlichen Straßenverhältnissen immer angebracht sein.

4 Welches Tier hält mit über sechs Monaten am längsten Winterschlaf?

- a: Der Igel b: Der Siebenschläfer
- c: Das Murmeltier d: Die Fledermaus

5 Olympische Winterspiele gibt es seit 1924. Welche Nation liegt im ewigen Medaillenspiegel mit 162 errungenen Goldmedaillen vorn?

- a: USA b: Deutschland c: Norwegen d: Kanada

6 Die mit 640 Metern längste Indoor-Skipiste der Welt steht wo?

- a: In Las Vegas b: In Dubai
- c: Im Disneyland bei Paris d: In Bottrop

7 Über die Zeitumstellung zweimal im Jahr wird viel diskutiert. Was hat die Europäische Union als einheitliche Regelung für alle Mitgliedstaaten beschlossen?

- a: Die Umstellungen von Sommer- und Winterzeit bleiben ein für alle Mal bestehen.
- b: Ab 2026 gilt einheitlich die permanente Normalzeit (Winterzeit).
- c: Ab 2031 wird in der ganzen EU die ewige Sommerzeit eingeführt.
- d: Die Mitgliedstaaten können selbst darüber entscheiden, haben es aber noch nicht getan.

8 Das wichtigste Fest für Christen im Winter ist Weihnachten. Wann endet die Weihnachtszeit in der Katholischen Kirche?

- a: Am Ende des zweiten Weihnachtstages, also am 26. Dezember
- b: An Neujahr, also am 1. Januar
- c: Am Fest der „Taufe des Herrn“, immer am ersten Sonntag nach dem Dreikönigstag (6. Januar)
- d: Am Fest der „Darstellung des Herrn“ (Mariä Lichtmess) am 2. Februar

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 gewinnspiel@bene-magazin.de oder per Post an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Stichwort: „BENE-Quiz“. Einsendeschluss ist der **10. Februar 2025**. 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.

FÜR EINE BESSERE ZUKUNFT

Text Christina Weise | Fotos Mareille Landau



Alex Gonzalez Cierito blickt in den Himmel. Dafür muss er gar nicht nach oben schauen, sondern nur geradeaus. So hoch wohnt er mit seinen Eltern und dem Bruder über der Millionenmetropole Lima. Von hier aus kann er alles überblicken: das Meer, die Viertel der Reichen, aber auch die vielen kleinen Häuser, die sich die Hügel ringsherum hochziehen. Bedeckt von einer Schicht graurotem Sand und Staub, gehören sie zu Limas Armenviertel Chorrillos.



Der 22-jährige Alex Gonzalez Cierito und Juan Goicochea Calderón, Priester der örtlichen Pfarrei

Obwohl Lima fast das ganze Jahr über von einer dicken Wolkendecke umhüllt ist, regnet es kaum in der Hauptstadt Perus. Nur etwa zehn Millimeter pro Jahr. Zum Vergleich: In Deutschland sind es auch mal 15 Millimeter in einer Stunde. Rund zehn Millionen Menschen leben in Lima. Etwa 800.000 Haushalte haben keinen Wasseranschluss. So auch das Elternhaus von Alex Gonzalez Cierito. Also muss er das Wasser an einem öffentlichen Hahn abfüllen und nach Hause schleppen.

Alex interessiert sich für den Klimawandel, dessen Folgen er am eigenen Leib spürt. Peru ist den Vereinten Nationen zufolge weltweit das durch die Folgen der Erderwärmung drittgefährdetste Land. Um etwas zu ändern, studiert Alex Meteorologie. „Ich hatte immer den Traum, zu studieren, aber er war sehr weit weg“, sagt der 22-Jährige. Es begann in der Schule: Weil er kein Geld für den Bus nach Hause hatte, schlief Alex während der Schulwoche auf der Straße neben dem Schulgebäude. Die Jobs seiner Eltern bieten keine Absicherung, bringen weder Kranken-, Arbeitslosen- noch Rentenversicherung mit sich. „Ich konnte kein Geld zurücklegen. Immer kam ein Notfall dazwischen, für den ich mein Gespartes ausgeben musste.“ Doch Alex blieb dran und bekam ein Stipendium.

Trotzdem steht er jeden Morgen früh auf, um für den Lebensunterhalt seiner Familie in einem Lager zu arbeiten. Danach fährt er anderthalb Stunden zur Uni, und am Wochenende engagiert er sich ehrenamtlich in seiner Pfarrei. Er singt im Chor, spielt Gitarre während der Messe und leitet eine Gruppe. „Die Kirche gibt mir Geborgenheit, die Gemeinschaft Motivation, die Musik Freude“, sagt Alex Gonzalez Cierito. Mit den anderen Gruppenmitgliedern unterstützt er diejenigen in der Pfarrei, die es am nötigsten brauchen: Sie kaufen ein, putzen, reparieren, hüten Kinder, schleppen Wasser.



Fernando Prado Chupayo verkauft Obst am Straßenrand (Mitte).

Im „Haus der Talente“ werden Jugendliche mit vielen Kursen gefördert.

Die Idee dazu kam vom Priester der Pfarrei, Juan Goicochea Calderón: „Durch ihr Engagement erleben die Jugendlichen, dass sie etwas verändern können.“ Mit seinem unermüdlichen Einsatz für die Benachteiligten ist Padre Juan den Jugendlichen ein Vorbild. Unterstützt wird deren Engagement von dem Essener Lateinamerika-Hilfswerk Adveniat.

Der Großteil der 80.000 Menschen in der Pfarrei lebt in extremer Armut. Auch die Familie von Fernando Prado Chupayo. Seit seine Mutter vor einem Jahr gestorben ist, pausiert seine Ausbildung zum Automechaniker. Der 21-Jährige muss den Job seiner Mutter übernehmen: Obst verkaufen am Straßenstand. Sonst müsste seine Familie hungern. Morgens um drei Uhr nimmt Fernando den Bus zum Großmarkt und steht danach von sieben bis drei Uhr nachmittags an der Straßenecke. Sechs Tage die Woche. Auch an Feiertagen – den besten Verkaufstagen. Obwohl die Familie sehr gläubig ist, haben sie noch nie zusammen Weihnachten gefeiert. „Seit ich denken kann, arbeiten wir nur“, sagt er leise.

Fernando hofft, ein wenig Geld anzusparen, um seine Ausbildung noch beenden zu können. An der lauten und

lärmenden Hauptstraße des Viertels steht er, die Kapuze über den Kopf gezogen, zwischen den auf Kisten gehäuften Bananen, Mangos, Erdbeeren, Papayas und Äpfeln. Nur sonntags, am Ruhetag, blüht Fernando Prado Chupayo auf. Seine Augen leuchten, als er seine Freunde in der Pfarrei trifft. Wegen der Arbeit ist es der einzige Tag, an dem er an den Ausflügen, Veranstaltungen und solidarischen Aktionen im Viertel teilnehmen kann. „Die Gemeinschaft gibt mir Kraft und lässt mich spüren, dass ich nicht alleine bin.“

Seit knapp einem Jahr ist ein von Padre Juan Goicochea Calderón mit Unterstützung von Adveniat aufgebautes besonderes Jugendzentrum wieder geöffnet. Das „Casa de los Talentos“, das „Haus der Talente“, war wegen der Corona-Pandemie drei lange Jahre geschlossen. Jetzt wird wieder auf drei Stockwerken gekocht, gebacken, getanzt und handwerklich gearbeitet. Das tut den Kindern und Jugendlichen gut, denn seit der Pandemie hat sich einiges verschärft in Chorrillos: mehr Kranke, mehr Arbeitslose, mehr Kriminalität. Das Jugendzentrum ist für die Jungen und Mädchen ein sicherer Ort, an dem sie gefördert werden und ihre eigenen Talente entdecken können.

Adveniat-Weihnachtsaktion 2024: „Glaubt an uns – bis wir es tun!“

Viele Jugendliche in Lateinamerika und der Karibik haben den Glauben an eine gute Zukunft verloren. Ausreichende Schul- und Berufsausbildungen werden ihnen verweigert. Sie hungern, werden Opfer krimineller Banden oder begeben sich auf eine der lebensgefährlichen Fluchtrouten in den reichen Norden. Unter dem Motto „Glaubt an uns – bis wir es tun!“ stellt das Essener Lateinamerika-Hilfswerk Adveniat 2024 das Thema „Jugend“ in den Mittelpunkt der Weihnachtsaktion der Katholischen Kirche. In Jugendzentren, mit Aus- und Weiterbildungsprogrammen sowie Stipendien für den Berufseinstieg bietet Adveniat mit seinen Partnerorganisationen der Jugend in Lateinamerika und der Karibik eine Zukunft. Die Weihnachtsskollekte am 24. und 25. Dezember in allen Katholischen Kirchen Deutschlands ist für das Hilfswerk bestimmt. Spenden kann man auch direkt auf das Konto bei der Bank im Bistum Essen, **IBAN: DE03 3606 0295 0000 0173 45** oder unter **www.adveniat.de**.

Mein Glaubensort? Der Pferdehof!

„Sobald ich auf dem ‚Landlebenhof Oberstüter‘ in Hattingen ankomme, vergesse ich meinen anstrengenden Alltag, den ich als alleinerziehende Mutter und selbstständige Physiotherapeutin oft habe. Hier fühle ich mich sicher, geborgen und frei. Zusammen mit meiner 14-jährigen Tochter Hannah verbringe ich fast täglich zwei bis drei Stunden auf dem Hof. Wir kümmern uns gemeinsam um Simba und Casper, unseren Haflinger und unser Shetlandpony. Hannah und ich putzen und longieren die beiden oder unternehmen mit ihnen Ausritte in die Elfringhauser Schweiz – eine herrliche Wanderregion direkt vor Tür.“

Die Tiere sind für mich göttliche Wesen, von denen eine unglaubliche Energie ausgeht. Sie sind bodenständig, kraftvoll und strahlen eine wohlthuende Ruhe aus. Als Herdentiere zeigen sie uns, wie schön es ist, in einer Gemeinschaft zu leben. Wir Menschen sind zwar alle Individuen mit bestimmten Talenten und Fähigkeiten – aber am stärksten sind wir doch immer dann, wenn wir uns zusammentun und unsere Potenziale bündeln.

Meine Tochter und ich sind dankbar für das, was uns unsere Pferde geben – dass wir sie satteln und reiten dürfen, ist uns eine große Ehre. Hannah blüht auf dem Pferdehof auf. Ich habe ihr Casper vor zwei Jahren zum Geburtstag geschenkt, weil ich das Gefühl hatte, dass sie etwas braucht, was nur ihr gehört und was ihr Selbstvertrauen stärkt. Da ich nicht nur als Physiotherapeutin, sondern auch als Kinder- und Jugendcoach arbeite, weiß ich, wie sehr junge Menschen von den ausgeglichenen Tieren profitieren. Deshalb möchte ich Casper gern zum Auszeit-Pony ausbilden, damit der kleine Kerl auch anderen neue Kraft schenkt. Pferde öffnen Herzen – davon bin ich überzeugt.“

Bettina Strätling mit Tochter Hannah, Hattingen





Schreiben Sie uns!

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

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

WAR JESUS WIRKLICH EIN DEZEMBERKIND?

Die geheimnisvolle Welt der Zahlen und Daten rund um Weihnachten

Weihnachten – das große Fest der Geburt Jesu. Vor 2024 Jahren soll der Messias zur Welt gekommen sein. Ziemlich lange her. So lange, dass man sich fragen kann: Liegen wir Menschen der Neuzeit eigentlich terminlich richtig, wenn wir alle Jahre wieder am späten 24. Dezember die Feierlichkeiten beginnen lassen, die dann übergehen in die eigentlichen Weihnachtstage, den 25. und 26. Dezember? BENE wollte ursprünglich nur dieser Frage nach dem historisch korrekten Geburtstag Jesu nachgehen. Doch bei der Antwortsuche offenbarte sich mehr: Spannendes rund um die Zahlen und Daten der Advents- und Weihnachtszeit.

Text Sandra Gerke

DER MONAT

„War Jesus wirklich ein Dezemberkind?“ Das hat BENE Theresa Kohlmeyer gefragt. Die Theologin leitet die Abteilung Liturgie und Glaubenskommunikation im Bistum Essen. „In welchem Monat Jesus wirklich geboren wurde, lässt sich nicht genau sagen“, erklärt sie. Warum trotzdem die Weihnachtsfeiertage in den letzten Monat des Jahres gelegt wurden, ist aber klar: Im Dezember vollzieht sich die Wintersonnenwende, der Tag, der der „kürzeste“ des Jahres ist. Nach ihm werden die Tage endlich wieder länger, man kann sich über mehr helle Stunden freuen. Um diese Zeit herum feierten viele Völker schon lange vor Christus ihre Feste, zum Beispiel die Germanen. „Die Kirche hat solche Feiertage oft übernommen und ihnen eine eigene Bedeutung zugeordnet“, weiß Theresa Kohlmeyer. Die Symbolik dahinter: Mit Jesus kommt das Licht in die Welt.

Apropos Symbolik: „In der Geschichte der Theologie war es phasenweise besonders angesagt, zu schauen, wie Zahlen gedeutet werden können. Das war im Mittelalter. Es wurde versucht, alles mit einer gewissen Logik zu verstehen. Zum Beispiel auch der Monat, in dem wir Weihnachten feiern: der zwölfte des Jahres. Diese Zahl hat in der Bibel eine große Bedeutung. Es gibt die zwölf Jünger, die zwölf Stämme Israels, die zwölf Tore des himmlischen Jerusalems“, zählt Theresa Kohlmeyer auf. So war es für die Fans der Zahlenmystik folgerichtig, dass die Geburt Jesu im Dezember liegen müsse. Eine weitere Interpretation nennt die Theologin: „In der 12 kommen die 3 und die 4 zusammen. Die 3 gilt als göttliche Zahl, die 4 ist die weltliche. Bei 3 mal 4 heißt das: Gott und Welt begegnen sich in der 12. Gott wird an Weihnachten, im zwölften Monat, durch Jesus Mensch.“



DER TAG

Der 25. Dezember gilt seit 813 offiziell als Geburtstag Jesu und als allgemeiner Feiertag. Beschlossen hatte das eine Versammlung kirchlicher Würdenträger, die „Mainzer Synode“. Auch der Weihnachtstag selbst hat es für die Numerologie in sich. „Die 24 ist das Symbol der Vollständigkeit, sie steht zum Beispiel für die Einheit von Tag und Nacht. Mit der 24 endet etwas Altes, danach beginnt etwas Neues. Das passt natürlich“, stellt die Theologin fest. „Mit dem 25., mit Jesus, kommt eine neue Grundhaltung in die Welt. Das erkennen übrigens auch Philosophen an, die sich eigentlich nicht auf Christus beziehen. Seine Ankunft markierte eine allgemeine Zeiten- und Denkwende.“

DAS JAHR

Und der gute Grund dafür, dass bis heute Menschen an Weihnachten zusammenkommen und feiern, ist nun also 2024 Jahre her? Das müsste doch so sein, wenn das Jahr 0 genau Jesu Geburt kennzeichnet, oder? Theresa Kohlmeyer schüttelt lachend den Kopf. „Nein. Das Römische Reich ist intensiv beforscht worden, zum Beispiel die Reihenfolge der Herrscher, der Cäsaren. Da war irgendwann klar: Etwas passt nicht zusammen bei den römischen Quellen, in denen Christus erwähnt wird, und unserer Zeitrechnung.“ Manche Fachleute sind der Überzeugung, Jesus sei schon im Jahr „4 vor Christus“ auf die Welt gekommen, andere meinen, das richtige Geburtsjahr sei in Wahrheit sechs Jahre später als ursprünglich gedacht. Der Einfachheit halber behielt man das ursprüngliche „Jahr null“ bei.

ZAHLENMYSTIK

„Die Zahlenmystik spielt in der heutigen Theologie keine wirkliche Rolle mehr, da ist man rationaler geworden“, sagt die Fachfrau des Bistums Essen. „Schaut man sich nach heutigen Veröffentlichungen zum Thema Numerologie um, landet man ganz schnell im Bereich der Esoterik.“ Tatsächlich findet man im Buchhandel etliche fragwürdige Werke, die die „persönlichen Lebenszahlen“ etwa in Verbindung bringen mit der richtigen Partnerwahl oder Charakterentwicklung.

Wie auch immer man zur Bedeutung von Daten und Ziffern steht – bemerkenswert und vor allem versöhnlich ist in jedem Fall, wie oft der Wunsch „Der Friede sei mir dir“ oder „... mit euch“ in der Bibel zu finden ist. So viele Male wie das Jahr Tage hat: 365! Eine Haltung, mit der sich wirkungsvoll auf Weihnachten zu und danach in Richtung 2025 gehen lässt.

DAMIT SICH GESCHICHTE NICHT WIEDERHOLT



80 Jahre nach der Ermordung des Hattinger NS-Widerstandskämpfers Nikolaus Groß

„Tod durch Erhängen“, lautete das Urteil des nationalsozialistischen Volksgerichtshofs gegen Nikolaus Groß. Am 23. Januar 1945 wurde es vollstreckt: Kurz vor dem Ende des Zweiten Weltkrieges in Europa richteten Vertreter des Hitlerregimes in Berlin-Plötzensee den 46-Jährigen aus Hattingen hin. Er hatte sich unter anderem als führende Kraft der Katholischen Arbeiterbewegung (KAB) deutschlandweit einen Namen gemacht. Groß hinterließ seine Frau Elisabeth und sieben Kinder. Welche Bedeutung die Geschichte des Mannes, den die Katholische Kirche seit 2001 offiziell als „Seligen“ verehrt, heute noch hat, zeigt ein Blick auf sein Leben – auch aus der persönlichen Perspektive einer seiner Enkelsöhne.



Thomas Groß ist ein Enkel des Widerstandskämpfers Nikolaus Groß.

Thomas Groß (65) hält den Docht eines kleinen Opferlichts an die Flamme einer auffälligen Kerze im Essener Dom: Sie trägt das Bild seines Großvaters und brennt in der „Nikolaus-Groß-Kapelle“ in einem Seitenschiff des Gotteshauses. Das Feuer springt sofort über. Thomas Groß stellt die kleine Kerze vorsichtig neben die große. „Der Glaube hat meinen Großvater maßgeblich getragen. Auch in den Wirren des Krieges“, weiß er. „Er hat damals große Charakterstärke gezeigt, indem er gegenüber dem Nationalsozialismus nicht nachgelassen hat. Das zeigt sich zum Beispiel in seinen vielen Schriften, die millionenfach verbreitet wurden. Darin hat er seinem Glauben entsprechend politische Zeichen gesetzt.“

Nikolaus Groß kam 1898 in Hattingen-Niederwenigern zur Welt. Später arbeitete er als Bergmann – und wurde dann Journalist. Bei der

„Westdeutschen Arbeiterzeitung“, dem Verbandsorgan der KAB, war er schließlich sogar als Chefredakteur im Einsatz. Das Blatt fuhr einen kritischen Kurs gegenüber dem Nationalsozialismus, nannte dessen Anhänger unter anderem „Größenwahnsinnige“, „Volksbetrüger“, „Hohlköpfe“ und „Gewalttäter.“ 1938 verboten die Nazis die Zeitung.

Angenommen, Hitler kann beseitigt werden: Wie kann es dann weitergehen? Mit solchen Überlegungen befasste sich Nikolaus Groß weiterhin. 1944, am 20. Juli, wagte eine Gruppe um Claus Schenk Graf von Stauffenberg einen Umsturzversuch. Das Attentat auf Hitler schlug fehl. Noch am Tag davor hatte Nikolaus Groß gegenüber einem KAB-Vorsitzenden geäußert: „Wenn wir heute nicht unser Leben einsetzen, wie sollen wir dann vor Gott und unserem Volk einmal bestehen?“ Gut drei Wochen später wurde Groß im Zusammen-

Links: Nikolaus Groß Anfang 1945 am Volksgerichtshof in Berlin.
Sein Todesurteil wurde am 23. Januar vollstreckt.

hang mit dem Attentat verhaftet, obwohl er nicht daran beteiligt war. „Er schwamm mit im Verrat, muss folglich auch darin ertrinken“, hieß es später in der Urteilsbegründung.

Elisabeth Groß blieb als Witwe mit sieben Kindern zurück. „Den Abschiedsbrief, den mein Großvater seiner Familie geschrieben hat, müssen Sie lesen“, empfiehlt Thomas Groß. In der Kapelle im Essener Dom ist eine Kopie ausgestellt. Thomas Groß hat seinen Opa nicht persönlich kennenlernen können. Er ist der Sohn des 2019 verstorbenen Bernhard Groß, des sechsten Kindes von Nikolaus und Elisabeth. Bernhard verlor seinen Vater durch die Vernichtungswut der Nazis, als er zehn Jahre alt war. Das Andenken an ihren Vater hielten Bernhard und

seine sechs Geschwister wach, auch später bei ihren eigenen Kindern. Inzwischen ist die Groß-Familie riesig. Sie halten miteinander guten Kontakt, zum Beispiel über eine WhatsApp-Gruppe. Viele Mitglieder werden am Todestag von Nikolaus Groß nach Berlin zu einer Gedenkveranstaltung reisen.

Die Erinnerung an Elisabeth Groß ist anders möglich. Sie starb 1972 mit 70 Jahren. „Wir Enkel waren gerne bei ihr. Das war eine tolle Frau. Sie hat viel mitgemacht. Während Witwen der Nazi-Verbrecher stattliche Pensionen bekommen haben, sind die meisten Witwen von Widerstandskämpfern leer ausgegangen, wie unsere Großmutter. Sie musste alleine sieben Kinder durchbringen. Das hat sie mit Bravour geschafft“, erzählt der Enkel.

Dass Nikolaus Groß nicht in Vergessenheit gerät, dafür setzen sich seine Nachfahren weiter ein. „Wenn sein Lebenswerk Sinn und Zweck in der heutigen Zeit haben soll, dann müssen wir wachsam sein im Hinblick auf aktuelle politische Tendenzen. Wo es in Richtung Entrechtung geht, wenn man Fremdenfeindlichkeit oder Ausgrenzung von Schwachen und Minderheiten spürt, dann sind alle Generationen gefragt, dagegen einzutreten“, mahnt Thomas Groß. „Wir wissen, was die Zeit zwischen 1933 und 1945 gebracht hat: Not und Tod. Ich hoffe, dass es in Deutschland genügend standhafte Menschen gibt. Damit sich Geschichte nicht wiederholt.“

Text Sandra Gerke

Nikolaus Groß heute

Lernen Sie Nikolaus Groß und seine Botschaft kennen. Das ist dank vieler engagierter Menschen im Ruhrbistum auf verschiedenen Wegen möglich, zum Beispiel so:

Das Musical: Am 24. und 25. Januar jeweils um 19 Uhr zeigt die Gemeinde St. Barbara in Mülheim-Dümpten das Musiktheaterstück über den Widerstandskämpfer in ihrer Kirche – zum letzten Mal. Die künstlerische Teamarbeit hat seit der Uraufführung 1998 schon mit gut 80 Aufführungen für Begeisterung gesorgt. Tickets ab zehn Euro sind bestellbar unter Telefon 0151 42105433 oder via E-Mail unter elketimmer1@aol.com. Infos: www.nikolaus-gross-musical.de

Das Museum: Das Nikolaus-Groß-Haus am Domplatz 2a in Hattingen dokumentiert in Hunderten von Bildern, Schriften und Gegenständen das Leben des im Stadtteil Niederwenigern geborenen Arbeiterführers. An jedem dritten Sonntag im Monat ist von 10.30 bis 12.00 Uhr unangemeldet eine Besichtigung möglich. Individuelle Termine lassen sich per Telefon **(0177 6546547)** oder Mail **(info@nikolaus-gross.org)** vereinbaren.

Der Podcast: „Nikolaus Groß – Unerschütterlich“ ist der Titel eines 17-teiligen Doku-Hörspiels, das auf allen gängigen Musik-Streaming-Plattformen zu finden ist. Und im Internet unter unerschuetterlich.bistum-essen.de

Der Kurzfilm: „Der Abschiedsbrief von Nikolaus Groß“ heißt ein bewegendes zwölfminütiges Werk des Kölner Medienmachers Robert Groß, des Sohns von Nikolaus Groß’ fünftem Kind Alexander. Zu sehen unter bene.mg/abschiedsbrief

Die Kapelle im Essener Dom: Seit 2004 befindet sich eine künstlerisch gestaltete Gedenk- und Gebetsstätte im südlichen Seitenschiff der Bischofskirche am Burgplatz, die an das Leben und Sterben des Märtyrers erinnert.

„MIT HUMOR UND GOTTVERTRAUEN“

Hape Kerkeling:
neues Buch und runder Geburtstag

„Gebt mir etwas Zeit“ heißt das neue Buch von Hape Kerkeling – das allein passt schon zum aktuellen Motto dieses Magazins. Wenn dann auch noch der 60. Geburtstag des Comedy- und Literatur-Stars auf den offiziellen BENE-Erscheinungstag, den 9. Dezember, fällt, führt kein Weg daran vorbei: Wir feiern einen der beliebtesten Künstler, die das Ruhrgebiet je hervorgebracht hat.



Aufgewachsen in Recklinghausen, kam es früh, wie es kommen musste: Das außerordentliche komödiantische Talent von Hans-Peter Kerke-ling erkannten Verantwortliche des WDR, mit gerade einmal 20 Jahren wurde er Moderator der Sketch- und Musiksendung „Känguru“. Viele Comedy-Formate folgten im Laufe der Jahrzehnte. Eine überraschende Facette zeigte er 2006: In „Ich bin dann mal weg“ beschrieb er seine Pilgerreise auf dem Jakobsweg und hielt sich damit 100 Wochen auf Platz 1 der SPIEGEL-Bestsellerliste. Weitere Buch-Erfolge schlossen sich an, zum Beispiel „Der Junge muss an die frische Luft“, in dem der heute 60-Jährige schilderte, wie er als Kind seine Mutter verlor.

Auch in „Gebt mir etwas Zeit“ wird's wieder sehr privat, aber auf neue Weise. Ausgangspunkt ist Kerke-lings Ahnenforschung, die er zum Zeitvertreib während der Pandemie startete. („Der einzige europäi-sche Staat, in dem ich so gar keine Verwandten habe, ist der Vatikan.“) Die historischen Tatsachen über seine familiären Wurzeln, die er herausfand, und eigene Erinnerun-gen präsentiert er im Buch, umrankt von ausgeschmückten Szenen, die sich so durchaus zugetragen haben

könnten. Er erzählt Geschichte und Geschichten, gewohnt grandios. Alle Episoden aus seinem und dem Leben seiner Vorfahren eint: Sie handeln vom Fallen, Wiederaufstehen und Weitermachen unter neuen Bedin-gungen. Und es geht um die Liebe, die einem mitunter Schwierigkeiten, aber selbst dann letztlich Freude und Frieden bringen kann.

Seine Oma, bei der Hape nach dem Tod der Mutter aufwuchs, habe ihm „beigebracht, die schwersten Dinge im Leben mit einer Prise Humor und tiefem Gottvertrauen zu nehmen“, schreibt er im Buch. Dass dieses Rezept gelingt, zeigte der Entertai-ner kürzlich auch live im Rahmen des Literaturfestivals „lit.RUHR“. In der Essener Lichtburg las er nicht nur Auszüge aus „Gebt mir etwas Zeit“, sondern stellte sich schlagfertig den ernsten und ausgelassenen Fragen des Publikums. Auch aufs Pilgern kam man dabei zurück. Ob er es empfehlen könne? Klarer Kerkeling-Konter: „Ja!“ Er legt aber eine gute Planung der Fußwallfahrt ans Herz, er selbst sei den Weg nach Santiago de Compostela zu unbedarfte an-gegangen. „Besonders die Strecke über die Pyrenäen. Ich hab mir gedacht: ‚Wie hoch kann dat schon sein, so wie Sauerland, oder?‘“ I sg



Kein mühsamer Weg ist's zum BENE-Gewinnspiel um fünf Exemplare von „Gebt mit etwas Zeit“. Im Lostopf landen Sie mit einer Mail an **gewinnspiel2@bene-magazin.de** oder mit einer Postkarte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen**. Stichwort: „Hape“, Einsendeschluss: 20. Januar 2025. Ihre Postanschrift sollten Sie mit angeben – für den Gewinnfall.



DREI
BÜCHER
ZU
GEWINNEN

DAS LEBEN NACH DEM LEISTUNGSSPORT

**Ex-Tennisprofi Andrea Petković über
Abschiede und Neuanfänge**

Loslassen und neu anfangen: Wie soll das gehen? Eine Frage, die sich Andrea Petković (37) als professionelle Tennisspielerin oft stellte. 16 Jahre lang trieb sie ihren Körper immer wieder zu Höchstleistungen an – bis dieser sich immer wieder weigerte. Vor zwei Jahren war sie gekommen: die „Zeit, sich aus dem Staub zu machen“. So heißt der Titel ihres Buches, in dem sie ihren Ausstieg aus dem Leistungssport verarbeitet.

„Tennispielen war mein Leben, meine Identität“, sagte sie, als sie ihr Werk auf der Zeche Zollverein in Essen im Rahmen des Literaturfestivals „lit.RUHR“ vorstellte. Die Darmstädterin, die in Bosnien geboren wurde und heute im New Yorker Stadtteil Brooklyn lebt, gehörte zu den zehn besten Tennisspielerinnen der Welt. Sie war bekannt für ihren eisernen Willen, ihre Fitness, ihre Power.

Doch mit der Zeit ließ ihre Kraft nach. Sie wurde schwächer, die Konkurrenz stärker. „Je älter ich wurde, je länger ich dabei war, desto mehr Neunzehnjährige standen am Horizont bereit“, schreibt sie. „Und je länger meine Karriere dauerte, desto stumpfer wurde das Werkzeug,

das mein Körper war.“ Parallel zum Leistungssport studierte sie Politikwissenschaft, las klassische Literatur und schrieb Kolumnen für die Süddeutsche Zeitung.

Mit 35 spielte sie ihr Abschiedsturnier. Bei den US Open 2022 in New York City schied sie in der ersten Runde aus. Game over. In ihrem Buch erinnert sie sich an den Morgen nach dem letzten Spiel: „Es ist ein Morgen der elementaren Freiheit. Alle Essensverbote aufgehoben, alle Zeitpläne überflüssig. Was tun mit einem ganzen Tag an ungeplanten Zeiteinheiten namens Stunden?“ Sie isst Burger, trinkt Bier, geht nächtelang feiern – „aus dem schlichten Grund, weil ich es kann, weil ich es darf“.

Bis vor Kurzem habe sie es nicht geschafft, die Tennisspielerin in ihr „loszulassen“, gestand sie auf der Essener Bühne. Offene Worte von einer Frau, die sich beruflich neu erfinden musste. „Nicht alle Krisen enden in einem blühenden Sommer“, schreibt sie in ihrem Buch, „aber feine Lichtstreifen findet man, wenn man lange genug danach sucht. Oder?“



Andrea Petković im August 2017 bei einem Turnier in Washington DC

BENE verlost dreimal je ein Exemplar von Petkovićs Buch „Zeit, sich aus dem Staub zu machen“ (Kiepenheuer & Witsch, 23 Euro). Für die Teilnahme am Gewinnspiel schicken Sie bitte bis zum 15. Januar 2025 eine Karte an **Redaktion BENE, Zwölfling 16, 45127 Essen** oder eine E-Mail an gewinnspiel3@bene-magazin.de. Stichwort „Tennis“. Geben Sie bitte Ihre Adresse an, damit wir Ihnen das Buch gegebenenfalls zuschicken können. I kab

ENDLICH WIEDER MEHR MUSICAL

Das Metronom Theater am Centro
Oberhausen feiert Wiedereröffnung

JUBEL & TRUBEL



SPIEL UM
1 FAMILIEN-
TICKET



SPIEL UM
3-MAL 2
FREIKARTEN



Ein herzerreißender Anblick bot sich über vier Jahre lang am Oberhausener Centro: Das beliebte Metronom Theater schloss zu Beginn der Corona-Pandemie seine Pforten und stand lange zum Verkauf. Das Gras wucherte wild um das große Gebäude. Nun ist es aus dem Dornröschenschlaf erwacht und bietet wieder großen Showproduktionen eine Bühne. Der neue Eigentümer hat laut eigenen Angaben alles auf Hochglanz und auf ein technisches Top-Niveau gebracht und so ein „Premium-Theater für den Pott“ geschaffen.

Das Metronom Theater gehört nun einem der führenden Konzert-, Tournee- und Show-Veranstalter Europas: „Sammel Concerts“ setzt in Oberhausen auf einen abwechslungsreichen Programmplan mit Musicals, Konzerten und weiteren Show-Formaten. Die neue Ära ist bereits gestartet mit „Der Geist der Weihnacht“. Das Stück basiert auf der berühmten Geschichte von Charles Dickens „A Christmas Carol“, die im weihnachtlichen London des 19. Jahrhunderts spielt: Der geizige Pfandleiher Ebenezer Scrooge betrachtet das Fest als eine Gelegenheit, den Menschen höhere Zinsen zu berechnen. Doch dann suchen den hartherzigen Geschäftsmann nachts drei Geister heim und bringen seine Weltsicht ins Wanken. Das Musical ist bis zum 29. Dezember zu sehen.

Die „Zauberflöte“ erklingt vom 2. bis 12. Januar im Metronom, als moderne Show-Version des Opern-Klassikers. Neue Musicalsongs treffen hier auf die Melodien Mozarts. Die Verantwortlichen versprechen „ein Stück für alle Altersgruppen“. Danach hält „Elisabeth“ Hof. Das Erfolgsmusical über die legendäre Kaiserin von Österreich, besser bekannt als „Sisi“, wird in der Wiener „Schönbrunn-Version“ gezeigt. Das große Orchester ist dabei mitten auf der Bühne platziert und sorgt im Zusammenspiel mit den starbesetzten Hauptrollen – in den Kostümen der Original-Inszenierung – für besondere Effekte. Das Stück ist vom 4. Februar bis 2. März und vom 15. April bis 4. Mai zu sehen.

Weitere Informationen unter www.metronom-theater.de. Karten sind an allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich – oder hier zu gewinnen. Aus technischen Gründen ist die Teilnahme dabei nur via E-Mail möglich. Als Stichwort nennen Sie jeweils den Namen des Stücks.

Wenn Sie um ein Familienticket für vier Personen für den **„Geist der Weihnacht“ (Aufführungstermin: 26. Dezember, 14 Uhr)** spielen wollen, schicken Sie bis zum 18. Dezember eine Mail an gewinnspiel4@bene-magazin.de.

Zur **„Zauberflöte“** geht's am **3. Januar um 19:30 Uhr** für drei Leute mit je einer Begleitung, deren Mail an gewinnspiel5@bene-magazin.de von BENE gezogen wird. Einsendeschluss ist auch der 18. Dezember.

Sie wollen zu **„Elisabeth“**? Für die **Show am 16. Februar, 14 Uhr**, verschenkt BENE ebenfalls dreimal je zwei Eintrittskarten. Im Lostopf landen Sie unter gewinnspiel6@bene-magazin.de. Einsendeschluss: 20. Januar.

I sg

SCHÖNE STUNDEN

Vier BENE-Leserinnen schildern ihre besten Weihnachtserinnerungen

„Was ist Ihre schönste Erinnerung zur Weihnachtszeit?“, hatte BENE in der letzten Ausgabe im Hinblick auf den Dezember gefragt. Ihre Einsendungen dazu hatten alles im Gepäck: Mal waren sie heiter, mal ernst – immer sehr persönlich. Vielen Dank fürs Teilen Ihrer Erinnerungen! Die unter allen Zuschriften verlostene Buchgutscheine haben bereits ihre Zielorte erreicht.

l sg

Ich bin Jahrgang 1934. Im Krieg sind wir ausgebombt worden und wohnten in einem Behelfsheim. Von den Nonnen bekam ich Weihnachten einen roten Stoffball, den ich bis 2021 noch besaß als Andenken. Zum ersten Mal wieder einen Tannenbaum hatten wir 1945. Mein Vater war Schreiner und hat mir eine schöne Holzwiege für meine Puppe gebaut, die dann in den Sechzigerjahren an meine Tochter ging.

Frau D. (90) aus dem Altenheim Bethesda, Essen

Weihnachtserinnerung 2005: Es war ein hartes Jahr. Eigentlich sollte es super werden, denn ich war schwanger. Aber im Januar bekam mein Ehemann die Diagnose Leukämie. Die Krankheit bestimmte den Alltag. Am 28. April 2005 erblickte unsere Tochter die Welt, und Papa durfte mit Maske dabei sein. Im Juli bekam er seine Stammzellen-Transplantation, alles verlief gut. Danach fuhr ich jeden Tag ins Krankenhaus. In der Zeit stillte ich auch noch meine Tochter, die viel bei meinen Eltern war.

Zumindest über die Weihnachtsfeiertage durfte mein Mann heim. Und so bekam ich am Heiligen Abend alle an einen Tisch. Die ganze Familie musste sich bei uns im Hausflur frisch anziehen, damit keine Bakterien in die Wohnung kamen. Es war wie ... na ja ... Gottes Geschenk zur Geburt seines eigenen Sohnes – an uns. Wir fanden die Stunden unbeschreiblich schön. 2018 ist mein Ehemann mit 39 Jahren verstorben. Er fehlt unglaublich. Aber das Weihnachten 2005 nimmt uns keiner.

Stefanie aus Mülheim

Es war 1976 oder 1977. Ich sah im Schaufenster eines Bochumer Geschäfts eine Weihnachtskrippe, die mir auf Anhieb gefiel. Der Preis war für uns als kurz verheiratetes Ehepaar nicht realistisch. Ich erzählte jedoch meinem Ehemann davon. Ein paar Tage später kam ich wieder an dem Schaufenster vorbei. Die Stelle, wo die Krippe gestanden hatte, war leer – und ich traurig. Was stand ein paar Wochen später unterm Weihnachtsbaum? Die Krippe! Ich habe vor Freude geweint. Mein Mann hatte sie heimlich gekauft und bei meinen Eltern „versteckt“. Noch immer muss ich daran denken, wenn ich die Krippe vor Weihnachten aufbaue. Sie gefällt mir noch sehr gut.

M. F. aus Hattingen

In Erinnerung an meine Kindheit in den Siebzigern:

Mein Bruder kam mit feinem Anzug zu Besuch, und Mutter bat ihn, die Gans aus dem Ofen zu holen. Gesagt, getan: Er öffnete den Ofen, und sogleich floss literweise Fett heraus auf Anzug und Küchenboden. Erst der Schock, dann ein himmlisches Fest!

Gabriele Laatsch, Düsseldorf



Unterm Tannenbaum 1969: **Thomas Ricker** mit seiner Mutter. Der damals Fünfjährige ist seit der Premiere von BENE 2013 der Mann, der für das gute Aussehen des Bistumsmagazins verantwortlich ist. Die Redaktion sagt dem Grafik-Designer an dieser Stelle einfach mal DANKE dafür und aus gegebenem Anlass auch „Herzlichen Glückwunsch!“: Er wird in diesen Tagen 60 Jahre alt.



EIN LETZTES MAL

Malteser Hilfsdienst fährt Schwerstkranke zu ihren Lieblingsorten

Ans Meer, in den Zoo oder den Freizeitpark: Mit dem Herzenswunsch-Krankenwagen schenkt der Malteser Hilfsdienst seit zehn Jahren unheilbar kranken Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen Auszeiten an besonderen Orten.

„Wir bereiten denen, die nicht mehr viel Lebenszeit haben, ein paar unbeschwerte Stunden“, sagt Alexander Zielke, Referent für Soziales Ehrenamt und Verbandsentwicklung beim Malteser Hilfsdienst in Essen.

Er koordiniert die Einsätze des Krankenwagens im Bistum Essen. Freiwillige, die hauptberuflich zumeist im Rettungs- und Sanitätsdienst tätig sind, bringen Schwerstkranke an ihre Lieblingsorte. „Die meisten wollten in den Zoo oder ans Meer“, erzählt Alexander Zielke. „Wir waren mit unseren Gästen aber auch schon auf einer Alpaka-Farm, im Freizeitpark, am Baldeneysee und beim ‚Parkleuchten‘ in der Gruga. Außerdem haben wir einen Hubschrauberrundflug über Mülheim unternommen.“

Der gelernte Rettungsassistent organisiert mit seinem Team im Vorfeld alles, was nötig ist, um den Ausflug zu einem unvergesslichen Event zu machen. „Wir versuchen

immer, unseren Gästen etwas Besonders zu ermöglichen“, sagt er. „Im Zoo ist das zum Beispiel die Teilnahme an einer Tierfütterung.“

Einige Reisewünsche kann der Malteser Hilfsdienst allerdings nicht mehr erfüllen, weil die Erkrankten schon zu schwach sind, um die Fahrt anzutreten. „Deshalb raten wir Betroffenen und ihren Familien, sich so früh wie möglich bei uns zu melden“, empfiehlt der Referent. „Nicht erst auf den letzten Drücker.“

Anmeldungen für Fahrten im Herzenswunsch-Krankenwagen sind telefonisch unter der 0201 820470 oder per E-Mail unter der hwk.essen@malteser.org möglich. Auf www.malteser.de/herzenswunsch-krankenwagen gibt es weitere Informationen.

Die bundesweite Aktion finanziert sich ausschließlich aus Spenden. Wenn Sie dabei helfen möchten, schwerstkranken Menschen eine Auszeit zu schenken, spenden Sie bitte auf folgendes Konto: Malteser Hilfsdienst e. V., DE54 3706 0120 1201 2060 10, Stichwort: Herzenswunsch-Krankenwagen.

Text Kathrin Brüggemann

KINOKULTUR

Die BENE-Filmtipps von Essens Lichtburg-Chefin
Marianne Menze

Drama

DIE LEISEN UND DIE GROSSEN TÖNE



Als der berühmte Dirigent Thibaut erfährt, dass er Leukämie hat, lässt sich seine Schwester als mögliche Spenderin testen. Es kommt ans Licht: Die beiden sind gar nicht blutsverwandt, Thibaut ist adoptiert. Er findet aber heraus, dass er einen leiblichen Bruder hat. Der arbeitet als Koch und spielt Posaune in der Blaskapelle einer Arbeiterstadt. Trotz ihrer Unterschiede verbindet sie die Liebe zur Musik. Und das hat Folgen. Ein kluger, feiner und menschlicher Film aus Frankreich.

Kinostart: 26.12.2024

Komödie

FESTE & FREUNDE



„Ein Hoch auf uns!“ lautet der Untertitel dieses Films von David Dietl. Er folgt einer Gruppe von Freunden durch Feste und Niederlagen, durch große Veränderungen und kleine Katastrophen. Als die Freundschaft von Ellen, Annette, Rolf, Sebastian und Mareike ins Wanken gerät, geht es um die Frage, was im Leben wichtig ist – und vor allem wer. In der Besetzungsliste des Films finden sich viele bekannte Schauspiel-Größen, zum Beispiel Annette Frier und Trystan Pütter.

Kinostart: 02.01.2025

LESELUST

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

DIE MUSIK DER LIEBE

Der Roman „Die Pianistin – Clara Schumann und die Musik der Liebe“ von Beate Rygiert beschreibt das Leben der begabten Klavier-virtuosin Clara, die 1835 als Sechzehnjährige das Publikum begeistert. Zum Missfallen ihres Vaters, der ihre Karriere vorantreiben will, verliebt sich Clara in den Komponisten Robert Schumann, der zwar hochbegabt, aber auch „lebensuntüchtig“ ist. Aber da sie nicht nur ihre musikalische Begabung, sondern auch ihren Eigensinn vom Vater geerbt hat, wehrt sie sich und kämpft um ihre Liebe.

Beate Zimmermann
Katholische Öffentliche Bücherei (KÖB)
St. Ludger, Bottrop



EIN VOGEL NAMENS SCHOPENHAUER

Matteo bekommt in seinem Garten Besuch von einem seltenen schwarzen Vogel. Der menscheuscheue italienische Philosoph freundet sich mit dem Waldrapp an und nennt ihn Schopenhauer. Als Matteo erfährt, dass das Tier zu einer Aufzuchtstation jenseits der Alpen gehört, beschließt er, Schopenhauer mit Rennrad und Anhänger nach Hause zu bringen. Unterwegs lernt er, sich selbst und anderen wieder zu vertrauen. Mit „Ein Vogel namens Schopenhauer“ hat Tom Diesbrock einen warmherzigen Roman über das Glück der Freundschaft geschrieben.

Sabine Böttcher
KÖB St. Josef, Gladbeck



WENN DIE TRAUER EINZIEHT

Sie kennt die Ohnmacht der Trauer aus eigener Erfahrung: Theologin Anke Keil brachte ein totes Kind zur Welt. Mit ihrem Buch „Als Frau Trauer bei uns einzog“ möchte sie betroffene Erwachsene und Kinder dazu ermutigen, miteinander ins Gespräch zu kommen. In einfachen Worten beschreibt sie, wie aus dem anfangs ungebeten Gast „Frau Trauer“ eine Weggefährtin wird, mit der man ganz gut weiterleben kann. Das Buch spricht mir aus der Seele, weil es genau das widerspiegelt, was ich beim plötzlichen Tod meines Vaters erlebt habe.

Eva-Maria Gras
KÖB St. Johann Baptist, Ennepetal



FRIEDENSLICHT ANZÜNDEDN

Es ist ein heiß geliebter Brauch in der Vorweihnachtszeit: In Betlehem in der Geburtsgrötte Jesu entzündet, wird das Friedenslicht mit dem Flugzeug nach Wien gebracht und von dort aus weiterverteilt. Mitglieder der christlichen und muslimischen Pfadfinderschaft holen es auch in die Städte und Gemeinden des Ruhrbistums. In Essen wird es zum Beispiel am 20. Dezember um 17 Uhr in der Innenstadt von der Cityseelsorge „grüßgott“ verteilt. Wenn Sie wissen möchten, wo Sie in Ihrer Nähe ein Friedenslicht erhalten, informieren Sie sich am besten in Ihrem Pfarr- und Gemeindebüro.

WEIHNACHTSSINGEN IM STADION

„Essen singt Weihnachten“: Am 19. Dezember um 17 Uhr schmettern wieder Tausende Menschen im Essener Stadion gemeinsam Weihnachtslieder – begleitet vom Stadionchor. Kinder unter sechs Jahren nehmen kostenfrei teil. Ermäßigte Tickets kosten 6 Euro, Erwachsene zahlen 12,50 Euro. Mehr auf www.stadionweihnachtssingen.de.

BENE-QUIZ, HEFT 52: DIE LÖSUNG!

Die richtigen Antworten im Bühnen-Quiz der letzten BENE lauten:
1b, 2d, 3b, 4c, 5d, 6d, 7c, 8b

Die Gewinnbenachrichtigungen wurden bereits zugestellt.



DEMNÄCHST IN BENE ...

Es gibt viel zu tun! Sie sorgt für unser finanzielles Einkommen, kann richtig Spaß machen oder einfach nur nerven. Wer zu viel davon hat, riskiert, krank zu werden, wer sie verliert oder erst gar keine findet, steht vor Existenzproblemen. Es geht um die Arbeit. Wie der Umgang damit unser Leben beeinflusst, welche Rolle heute noch Ehrenämter spielen und viel mehr, das lesen Sie in der BENE-Frühlingsausgabe.

Die nächste BENE erscheint im März 2025.

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, Bernadette Wahl,
Jutta Oster, Paul Philipp,
Christina Weise, Mareille Landau,
Winfried Dollhausen

Korrektur: 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: istock/momcolog; S. 2: Nicole Cronauge, AdobeStock/NoLimitStudio; S. 3: Nicole Cronauge, Achim Pohl, © Piper Verlag; S. 4/5: Oliver Müller; S. 5: AdobeStock/ArtBackground; S. 6: AdobeStock/Daniel/Alpha Vector, S. 7: © Edith Held; S. 8: AdobeStock/sunnyfunnyjenny; S. 10: Achim Pohl; S. 11: privat; S. 12: AdobeStock/Oleg; S. 13: oekom-Verlag; S. 14/15: Achim Pohl; S. 18: AdobeStock/virinaflora; S. 19: AdobeStock/isavira; S. 20/21: Mareille Landau; S. 22/23: Nicole Cronauge; S. 26: Archiv Familie Groß, Nicole Cronauge; S. 28: © Susie Knoll, © Piper Verlag; S. 29: Anna Spindelndreier, shutterstock.com/Rena Schild; S. 30: Michael Böhmüller (2), Katharina Schiffel; S. 31: privat; S. 32: Malteser Hilfsdienst; S. 33: © Neue Visionen Filmverleih, © LEONINE Distribution GmbH, Achim Pohl (3); S. 34: shutterstock.com/eamesBot; S. 35: shutterstock.com/Gatof Adri

Textnachweis: S. 35: Gedicht aus „Ich wünsche dir Zeit. Die schönsten Gedichte von Elli Michler“, © 2006 Don Bosco Medien GmbH



Ich wünsche dir Zeit

Ich wünsche dir nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche dir nur, was die meisten nicht haben:
Ich wünsche dir Zeit, dich zu freuen und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst du etwas draus machen.

Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken,
nicht nur für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.
Ich wünsche dir Zeit – nicht zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum Zufriedenseinkönnen.

Ich wünsche dir Zeit – nicht nur so zum Vertreiben.
Ich wünsche, sie möge dir übrig bleiben
als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schauen.

Ich wünsche dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das heißt, um zu reifen.
Ich wünsche dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.

Ich wünsche dir Zeit, zu dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben.
Ich wünsche dir: Zeit zu haben zum Leben!

Elli Michler

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

© Don Bosco Medien GmbH

Eingereicht von BENE-Leserin Iris Weinberg,
Oberhausen

BENE

MENSCH SEIN IM BISTUM ESSEN

www.bene-magazin.de