

3

Z

kommunikation  
ereignis  
& kontakt



DU

# DU

Wer bist denn DU? Stellen Sie sich vor, Sie sind ganz alleine auf der Welt, niemand ist um Sie herum. Wäre dies nicht furchtbar? Niemand ist da, mit dem Sie sich unterhalten können, mit dem Sie Ihre Sorgen teilen können. Niemand ist da zum spielen, niemand da für gemeinsame Unternehmungen. Doch dann tritt uns jemand gegenüber: Du. Wer bist Du? Was machst Du mit mir? Dies sind nur einige Fragen, mit denen wir uns in dieser Ausgabe beschäftigen wollen.

Alleine kann ich ein Buch lesen, ich kann alleine ins Kino oder Theater gehen, ich jogge vielleicht am liebsten alleine meine Lieblingsstrecke. Ich könnte auch alleine tanzen. Doch wie viel mehr Spaß macht es, mit jemandem gemeinsam zu tanzen? Einen gemeinsamen Rhythmus zu finden, sich gemeinsam zur Musik zu bewegen, sich zu berühren. Etwas zusammen zu entdecken hat einen ganz anderen Wert, als alleine die Welt zu erleben. Ein DU kann auch hilfreich sein, wenn ich fremd bin und mein Leben neu sortieren muss, besonders, wenn ich mich in einer anderen Kultur bewege. Dann ist da noch ein ganz besonderes DU. Ein DU, welches das eigene Leben völlig umkrempelt. Dieses Du lässt das ICH in den Hintergrund treten, alle Gedanken sind auf das Wohl des DU gerichtet: die Geburt eines Kindes, die vermutlich intensivste Begegnung mit einem DU.

Wir wünschen Ihnen Viel Spaß beim Lesen und beim Entdecken des DU.

*Petra Grebe*



Petra Grebe, Foto © Petra Grebe

TANZEN - sich auf

EVENT am 5. Mai  
mit Schnupperkurs Argentinisch

Ort: im Seebadgebäude auf dem S



MIX  
Papier aus verantwortungsvollen Quellen  
FSC® C081774

# INHALT

ein Du einlassen!

3

7

kommunikation  
ereignis  
& kontakt

2017 um 19:30 Uhr  
Tanzther Tango und Discofox

Seeparkgelände am Zülpicher See

4 Glücklich müde

6 Vom Fremden zum Freund

9 Tanzen. Ein Plädoyer für das Zappeln

12 Blumen voller Du

14 Kletter-Du in Nideggen

16 Wer wäre ich nur ohne dich?

18 In eigener Sache

19 Auf DU und DU

20 Event TANZEN am 5. Mai 2017 im  
Seebadgebäude

**Impressum** // Zhoch3 ist das Magazin der katholischen Kirche in Zülpich. // Die vorliegende Ausgabe ist am 20. März 2017 erschienen und wurde in Zülpich und den Stadtteilen von Nideggen-Embken, Muldenau und Wollersheim an alle Haushalte verteilt. // Herausgeber: Katholische Kirche in Zülpich, Mühlenberg 9a, 53909 Zülpich; Tel: 0 22 52-23 22, Fax: 0 22 52-69 11; kontakt@zhoch3.de // facebook.de/zhoch3 // Redaktion: Petra Grebe (verantwortlich, kommunikation@zhoch3.de), Marianne Komp, Krystina Raabe, Susanne Bougherf, Alexander Walek, Jan Pütz // Gestaltung: unikatdesign-w.de (Bernhard Wunder) // Auflage: 10.000 Stück // ViSdP Petra Grebe

2.30 Uhr. Ich höre, wie Deine Finger sich leise an den Stäben des Babybettchens entlangtasten. Meine innere Uhr hat mich schon vor einigen Minuten geweckt, denn Du wachst jede Nacht um diese Zeit auf. Als das Rascheln aus Deiner Richtung lauter wird stehe ich auf und gehe langsam und etwas **schlaftrunken** zu Deinem Bett. **Du lächelst** mich an und streckst die Arme nach mir aus. Früher hast Du noch geweint, doch das ist lange her. Du weißt, dass ich da bin, Dich hochnehme und sanft im Arm wiege. Ich drücke Dir

einen langen **Kuss** auf die Wange und mit einem **Seufzer** schließt Du wieder Deine Augen.

Monate zuvor bist Du am 18. April 2016 um genau 2.30 Uhr zur Welt gekommen. Seitdem wachst Du jede Nacht zu exakt dieser Uhrzeit auf. Die ersten Nächte hast Du dabei **gebrüllt** wie am Spieß. Da habe ich schon erfahren müssen, dass ich auf eines überhaupt nicht vorbereitet war: auf Deine und gleichzeitig auf meine **Hilflosigkeit**. Da stand ich nun mitten in der Nacht auf dem Krankenhausflur mit

unserem lang ersehnten **Wunschkind** im Arm und wusste überhaupt nicht, was ich gegen das **Gebrüll** tun sollte. Langsam stiegen Tränen der Verzweiflung in mir auf. Ich war erst einen Tag Deine Mutter und wusste schon nicht mehr weiter? War ich etwa eine schlechte Mutter? Du warst sauber gewickelt, wolltest nicht gestillt werden und Singen hat dich auch nicht beruhigt. Die Nachtschwester kam her-

Jennifer Held

# GLÜCKLICH MÜDE

Wie ein kleiner Mensch die Gefühle Achterbahn fahren lässt.

Fotos Alexander Held



bei und riet mir, Dir den kleinen Finger zur **Beruhigung** in den Mund zu stecken. Aber auch das half nicht. Und da sagte sie etwas, was mir später noch oftmals helfen sollte: „Versuchen Sie auf Ihre **innere Stimme** zu hören. Was glauben Sie, würde Ihrem Kind jetzt helfen?“ Ich schüttelte den Kopf. „Ich weiß es nicht.“ Sie legte ihre Hand auf meinen Arm. „Ihr Kind wird noch oft weinen, das gehört dazu. **Atmen** Sie einmal durch und **überlegen** Sie!“

Nun gut. Ich atmete tief durch. Dann habe ich Dich etwas höher an meine Schulter gelegt, Deinen Kopf mit einer Hand gestützt, meine Wange gegen Dein Haar gelehnt und bin einfach den Krankenhausflur auf und ab gegangen. Das Brüllen wurde zu einem Weinen, das **Weinen** zu einem **Schniefen** und das Schniefen schließlich zu einem leichten **Schnarchen**. Aus meiner eben noch fast tränenreichen **Hilflosigkeit** stieg plötzlich ein unfassbares **Glücksgefühl** auf. Trotz milchbespucktem Bademantel, unschönen Thrombosestrümpfen und riesiger Erwachsenenwindel: Ich fühlte mich wie die Königin höchstpersönlich,

denn schließlich hatte ich das **Wunder** vollbracht Dich, mein Baby in den Schlaf zu wiegen.

Eigentlich hätte mir direkt nach der Geburt klar sein müssen, dass ab sofort viele Augenblicke in unserem gemeinsamen Leben zwischen zwei **Extremen** schwanken würden: Der unfassbare **Schmerz** der Geburt und gleichzeitig das unglaubliche **Glück** Dich im Arm zu halten. Die **Verzweiflung**, wenn Du einfach nicht einschlafen willst und die Flut großer **Glücksgefühle**, wenn Du lächelnd schlummerst. Die schier unendliche **Müdigkeit** nach einer schlaflosen Nacht und das vor Freude zerspringende Herz, wenn Du einem morgens **fröhlich** ins Gesicht lachst. Die **Angst**, dass Dir etwas zustoßen könnte und der Stolz, wenn Du läufst. Der Ärger darüber dass der zuvor ordentliche Haushalt oftmals einem Saustall gleicht und die Freude über Dein vergnügtes **Lachen**, wenn Du im Wäschekorb wühlst. Durch Dich sehe ich die Welt manchmal mit anderen Augen. Gemeinsam **staunen** wir darüber, dass Backpapier so herrlich knistert. Wir **probieren**, wie die grüne Wiese **schmeckt**, **lachen** darüber, wenn der Hund dem Ball nachspringt und **klatschen** vor Begeisterung in die Hände, wenn Papa mit Dir durch das Wohnzimmer **tanzt**.

Du siehst **alles zum ersten Mal**, Du entdeckst jede Kleinigkeit, die für mich schon alltäglich ist und zeigst sie mir dadurch neu. Und jedes Mal wenn ich denke, jetzt haben wir den Haushalt endlich kindersicher, lässt Du Dir neuen Unfug einfallen, um uns das Gegenteil zu beweisen. Und während mir früher Gespräche über Babybrei, die perfekte Windelmarke oder das neueste Schnittmuster für selbstgenähte Baby-Pumphosen nahezu ein Graus waren, macht es mir heute **Spaß** mich mit anderen Müttern auszutauschen. Mittlerweile blogge ich als „Landmutter“ sogar darüber.

Viele der **Unsicherheiten** aus den ersten Wochen sind mittlerweile **verflogen**. Nicht jedes Mal erkenne ich sofort was Du **möchtest**, **brauchst** oder **fühlst** aber ich weiß zumindest, wie ich es herausfinden kann. Eines aber ist geblieben: Jede Nacht wachst Du um 2.30 Uhr auf. Das ist unser kleiner Augenblick, nur für uns beide.

**Du machst mich so glücklich. Und Du machst mich so müde. ♦**



Marianne Komp

# VOM FREMDEN

Jawnach Dandal, ein Flüchtling, wurde in Zülpich zugewiesen. Trotz seiner Herkunft begriff er diese Zuflucht als seine Heimat. In dieser fremden Welt - ohne ein Wort Deutsch zu sprechen

Wir möchten Ihnen in dieser Ausgabe eine Geschichte erzählen, wie aus einem fremden Du ein fast familiäres Du, ein ganz besonderes Du geworden ist.

# ZUM FREUND

Mit seinem außergewöhnlichen Leben. So war es ihm zum Glück möglich, erfrischen konnte. Einfach zuzuhören und so



Foto Bernhard Wunder

Stephanie Suna, eine junge Frau aus Euskirchen, hatte immer mal wieder den Versuch gestartet in der Flüchtlingshilfe aktiv zu werden, bekam aber entweder keine Rückmeldung oder als Antwort, dass zurzeit keine Hilfe benötigt würde. Das war 2015, als die Flüchtlingswelle alle überrollte! Sie wendete sich an den runden Tisch in Zülpich, wo man direkt einen Termin mit ihr vereinbarte, um zu überlegen, wie sie aktiv werden könnte und wo sie Unterstützung bräuchte. Zeitgleich machte sie eine Bekanntschaft, die zu einer engen Freundschaft werden sollte.

**Z<sup>3</sup>: Wie habt Ihr euch kennengelernt?**

**Stephanie Suna:** Anfang November 2015 war ich mit meiner Mutter im Café. Meine Mutter beobachtete den jungen, fremden Mann am Nebentisch und ergriff dann die Initiative, ihn an unseren Tisch zu bitten, getreu dem Motto „Wenn nicht jetzt, wann dann?“ Wir kamen ins Gespräch und waren uns gegenseitig direkt sympathisch. Die Unterhaltung lief zwar noch sehr holprig, aber mit Google-Übersetzer ging es ganz gut. Man merkte sofort, wie be-

müht Jawnach war. Wir haben uns am nächsten Tag direkt wieder getroffen, unsere Handynummern ausgetauscht und auch unseren facebook Account. Und seitdem treffen wir uns sehr, sehr regelmäßig. Das ist jetzt auch „unser“ Café.

**Z<sup>3</sup>: Wie war das für Dich Jawnach, als die beiden Dich an ihren Tisch übergeholt haben. Warst Du überrascht?**

**Jawnach Dandal:** Anfangs war es für mich in Deutschland nicht einfach. Alles war ganz neu und fremd. Ich war seit 2 Monaten hier und hatte 2 Brüder und alles andere verloren. Immer wieder habe ich überlegt, was da mit mir passiert und was ich machen soll. Als ich dann Stephanie und ihre Mutter getroffen habe, habe ich mir viele Sorgen gemacht, weil viele Deutsche Vorurteile hatten. Und als ich an den Tisch gegangen bin, wusste ich nicht, wie die beiden über mich denken. Aber ich wollte diese Chance nutzen Stefanie und ihre Mutter haben mir von Anfang an geholfen, besser Deutsch zu lernen. Wir haben auch auf Whatsapp und facebook geschrieben, weil das besser für mich ist. Das

ling aus Syrien, wurde am 9.9.2015 der Stadt  
schwerer Schicksalsschläge und dem Verlust seiner  
weisung als Chance auf ein neues Leben in einer für  
ne Familie und Freunde, ohne Hab und Gut,  
rechnen.

---

lichen Elan, bemühte er sich, so schnell wie möglich Deutsch zu lernen und die für ihn neue und fremde Kultur zu verstehen und sich zu eigen zu ma-  
Beispiel ein Herzensanliegen vor der Flüchtlingsunterkunft, in der er lebte, eine Krippe zu bauen, damit er all die Menschen, die dort täglich vorbeie-  
immer wieder bietet er seinem Umfeld seine Hilfe an, weil er „etwas zurückgeben“ will. Anfangs setzte er sich gerne irgendwohin, um den Menschen  
immer mehr zu verstehen, so zum Beispiel auch in das Café Macchiato in Euskirchen.

war eine große Hilfe! Sie und ihre Familie haben mir immer alles erklärt.

Z<sup>3</sup>: Wie lange kennt Ihr Euch schon?

Stephanie Suna: Ein Jahr und zwei Wochen. Jawnach Dandal: Und bis jetzt haben wir immer Kontakt.

Z<sup>3</sup>: Stephanie, würdest Du sagen, da hat sich etwas verändert? Wie war das am Anfang, hattest Du vielleicht auch Vorbehalte?

Stephanie Suna: Wenn ich ehrlich bin, muss ich sagen, ich hatte Angst! Man hört viel, und er war ja völlig fremd für uns! Ich bin ein sehr vorsichtiger Mensch und dann haben wir erstmal geguckt, wie er so tickt und wo wir auf der gleichen Wellenlänge sind. Meine Mutter und ich fanden ihn sehr sympathisch. Und schon nach dem dritten Treffen war das so, dass wir uns sehr gut verstanden haben. Wir sagen immer, da ist irgendetwas, dass wir uns so toll verstehen. Wir brauchen uns manchmal nur anzuschauen und wissen dann schon, was der andere denkt. Es war wirklich eine Fügung, ein tolles Schicksal! Und es

Stephanie Suna im Gespräch mit Jawnach Dandal



Foto Bernhard Wunder



Foto Bernhard Wunder

hat sich wirklich sehr viel verändert. Angst habe ich natürlich keine mehr. Es ist so toll seine Fortschritte zu sehen! Er ist so motiviert und dann auch richtig verbissen um weiterzukommen. Aber er nimmt auch an, was man ihm sagt und setzt es um. Das ist so besonders. Und er gibt auch ganz viel zurück!

*Jawnach Dandal:* Ich habe am Anfang auch viel überlegt, was ich machen kann, damit die Leute keine Angst haben. Dann habe ich immer bei Veranstaltungen von der Kirche oder vom Deutschunterricht geholfen, damit die Leute sehen, dass ich nicht gefährlich bin. Da habe ich dann gekocht.

**Z<sup>3</sup>: Wo wohnst Du denn Jawnach?**

*Jawnach Dandal:* Ich wohne mit 12 Personen in einer Wohnung mit 3 Zimmern und einem Bad in einem schrecklichen Haus. Deswegen bin ich immer draußen. Es ist immer laut, es gibt viel Streit, da kann ich mich nicht konzentrieren. Oft gehe ich auch in die Kirche, weil es da ruhig ist, und da lerne ich auch Deutsch.

**Z<sup>3</sup>: Aber wenn man Dich trifft, bist Du immer positiv. Wie kommt das?**

*Jawnach Dandal:* Ich muss, damit es weiter geht! Manche Leute wollen keinen Kontakt mit mir, weil ich Flüchtling bin. Das respektiere ich, denn es ist die Realität. Aber ich bin immer so.

*Stephanie Suna:* Er ist wirklich immer positiv. Man merkt ihm zumindest nicht an, was er alles Schlimmes hinter sich hat. In

**>> Ich mache meine Deutschprüfung und dann gerne ein Praktikum im Krankenhaus und eine Ausbildung als Rettungssanitäter oder Altenpfleger, damit ich etwas zurückgeben kann. <<**

ruhigen Momenten ist das bestimmt auch anders. Aber er gibt wirklich nicht auf. So hat er z.B. auf dem Weg zur Tafel immer einen Mann begrüßt, der aber wegsah. Aber er blieb hartnäckig und grüßte den Mann jedes Mal wieder, bis er dann eines Tages zurückgegrüßt hat.

**Z<sup>3</sup>: Ist Stephanies Familie jetzt auch so ein bisschen Deine Familie geworden?**

*Jawnach Dandal:* Hm, ja Deine und Stephanies Familie ist hier meine Familie! Und ich bin glücklich, dass ich schon einige deutsche Freunde habe. Steffi und ihre Familie sind sehr, sehr, sehr nett! Für die würde ich alles machen, putzen, aufräumen, einfach alles.

*Stephanie Suna:* Ich weiß, das ist es ja gerade, was so besonders ist.

*Jawnach Dandal:* Ich wünsche mir einfach

nur, alles wieder gut zu machen!! Ich habe mein Restaurant, mein Geld, alles verloren. Das kann ich alles wieder neu bekommen. Aber meine beiden Brüder, die bekomme ich nicht zurück. Deswegen bete ich sehr viel.

**Z<sup>3</sup>: Wie ist Eure Freundschaft heute?**

*Stephanie Suna:* Wir machen jetzt fast alles zusammen. Wir sind ein gutes Team geworden! Das ist unbezahlbar! Aber für Jawnach muss es jetzt weitergehen. Er ist nervös geworden! Diese Unterkunft ist einfach unerträglich und unzumutbar. Aber jetzt können wir ja eine Wohnung suchen, weil er subsidiären Schutz bekommen hat. Und dann sehen wir weiter.

*Jawnach Dandal:* Und ich mache meine Deutschprüfung und dann gerne ein Praktikum im Krankenhaus und eine Ausbildung als Rettungssanitäter oder Altenpfleger, damit ich etwas zurückgeben kann.

**Z<sup>3</sup>: Was wünschst Du dir noch?**

*Jawnach Dandal:* Ich möchte mich Weihnachten in der Messe bei den Menschen für alles bedanken!

Anmerkung der Redaktion: Das hat Jawnach auch in Zülpich und Euskirchen getan. Er hat auch seine Deutschprüfung gemacht und wohnt seit März in einer kleinen Wohnung in Euskirchen. ♦

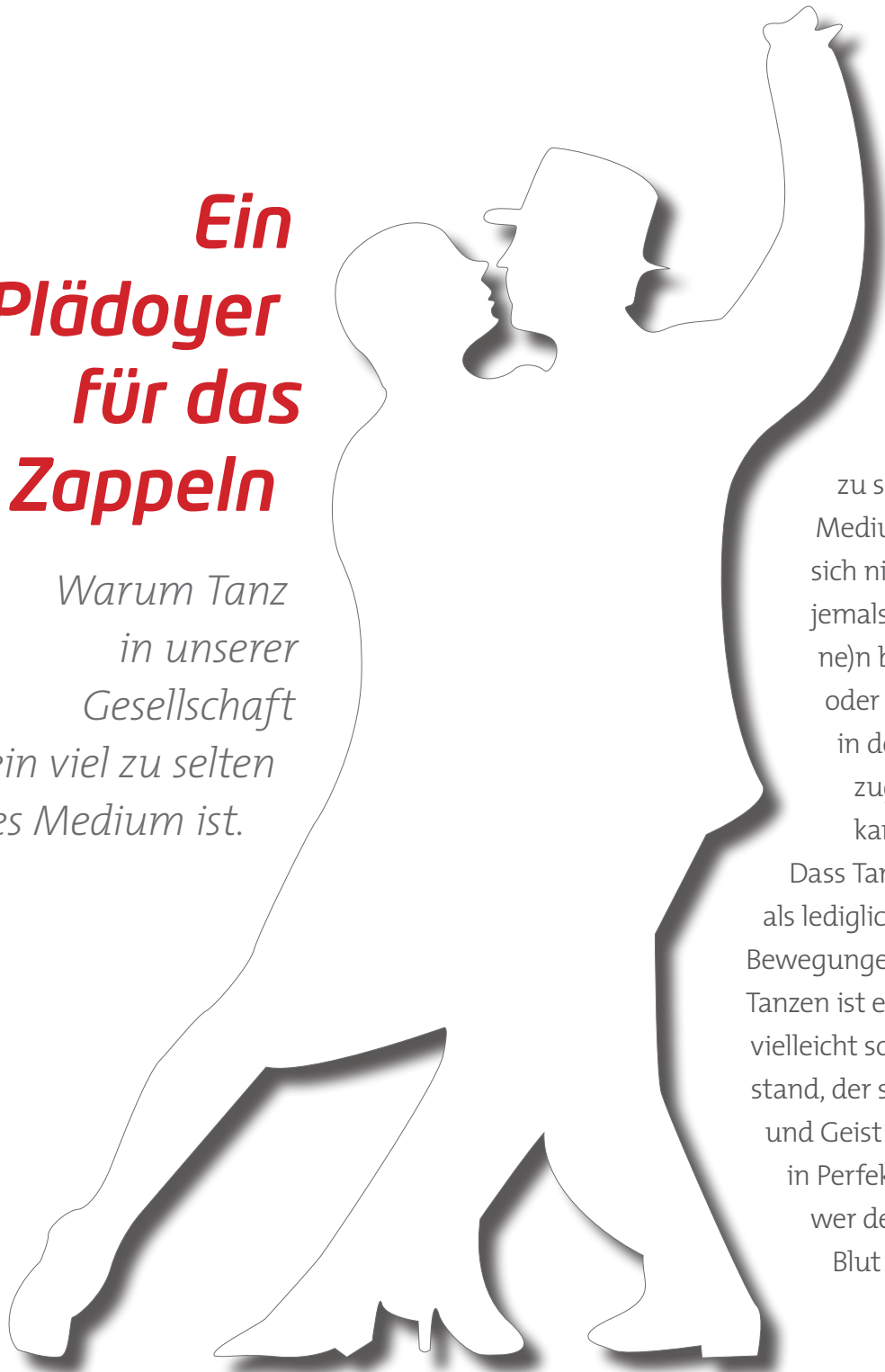


Alexander Raabe

# TANZEN

## **Ein Plädoyer für das Zappeln**

*Warum Tanz  
in unserer  
Gesellschaft  
ein viel zu selten  
genutztes Medium ist.*



Warum Tanz in unserer Gesellschaft ein viel zu selten genutztes Medium ist. Tanzen lässt sich nicht lernen. Wer jemals Südamerikaner(inne)n beim Salsa-Tanzen oder einem Breakdancer in der Fußgängerzone zugehört hat, der kann dies erahnen. Dass Tanzen viel mehr ist, als lediglich eine Abfolge von Bewegungen zu imitieren. Tanzen ist ein Lebensgefühl, vielleicht sogar ein Seinszustand, der sich auf Körper und Geist ausbreitet. Tanzen in Perfektion kann nur, wer den Rhythmus im Blut hat.

## tanzen kann jeder Mensch

Dennoch bin ich der Meinung, dass in jedem Menschen die Fähigkeit zu tanzen angelegt ist. Menschen tanzten, bevor sie schreiben konnten. Das Bewegen zu Musik ist etwas, das dem Menschen so eigentümlich ist, dass jeder es kann.

Vor allem beim Anblick von Menschen mit Rhythmus im Blut gibt es viele, die sich selbst zurücknehmen und behaupten kein Gefühl für Rhythmus zu haben. Doch ich wage sogar zu behaupten, dass auch Rhythmus etwas Ursprüngliches ist, das jeder Mensch spüren kann. Schließlich hat auch ein Herzschlag seinen eigenen Rhyth-

mus und den besitzt ein jeder. Vielleicht kann es eine Schwierigkeit sein, dieses Gefühl für den Rhythmus wiederzufinden, doch diese Reise lohnt sich. Wer Musik als Teil seines Alltages wahrnimmt, sollte Tanzen können!

Die meiste Musik scheint bei genauerem Hinsehen ihre eigentliche Daseinsberechtigung in der zu ihr passenden Bewegung zu haben. Ich habe deswegen nie verstehen können, warum manche Mitmenschen meiner Jugend zum Reden in eine Diskothek (wie es damals noch hieß) gingen, habe aber trotzdem immer zu den Menschen gehört, die dachten,

„Diskothek“ müsse wohl von „Diskutieren“ kommen. Trotzdem war die Musik zum Reden viel zu laut, außerdem gab es eine Tanzfläche. Auch wenn ich persönlich Paartänze schöner finde als einsames Zappeln, finde ich Zappeln immer noch besser als Stehen. Zumal Stehen auf der Tanzfläche insbesondere ein Widerspruch zu sein scheint. Doch auch bei mir hat es gedauert, bis ich zu diesen Ansichten gefunden habe.

Schließlich weiß man nicht, was beim Tanzen noch zum guten Ton gehört und was besser zu lassen ist. Und in der Jugend, in der sich das eigene Tanzbewusstsein zu bilden beginnt,

sind diese Kategorien durchaus von Bedeutung! Wie ausfallend dürfen Bewegungen sein? Wie viel Zappeln ist noch im Rahmen? Wie sehr dürfen andere Menschen beim Allein-Tanzen berührt werden? All diese Fragen stellt sich ein Jugendlicher, der ein Tanzbewusstsein entwickelt - und dieser Aufgabe sollte sich jeder auch später noch - auf seine eigene Art - stellen, wie ich finde.

Tanzen hat allerlei Vorteile, die man aus der Perspektive verklemmter Nicht-Tänzer (warum lest ihr noch?) vielleicht belächeln mag. Ich möchte trotzdem einige auszugsweise

Unterricht in der Tanzschule Vera Heine, Zülpich



Foto Bernhard Wunder

## das und mit Grund!

darstellen. Da seien zunächst einige medizinische Vorteile genannt: Tanzen ist Sport und Bewegung (in Maßen) ist gesund! Das räumliche Vorstellungsvermögen wird gefördert. Unfälle im Rückwärtsgang bringen nicht zwangsweise einen Blechschaden mit sich. Das Gehirn wird vielfältig angesprochen: Motorik, Aufmerksamkeit und Gedächtnis kommen in Schwung. Tanzen ist gut für die Psyche! Wer tanzt entwickelt nicht nur Selbstbewusstsein, sondern kann auch ansonsten profitieren: Glückshormone werden ausgeschüttet. Tanzen macht nachweislich glücklich. Stresshormone werden reduziert. Demenz wird vorgebeugt.

Aus meiner Jugend kann ich außerdem berichten, dass Tanzen durchaus zur Partnerwahl beitragen kann. Man kann auf einzigartige Weise potentiellen Partnern vermitteln, welche körperlichen Qualitäten man hat. Koordination, Rhythmusgefühl, Schnelligkeit, das alles sind Faktoren, die beim Tanzen eine wichtige Rolle spielen. Und auch wenn es nicht um Partnerwahl geht, hat Tanzen eine sehr hohe kommunikative Komponente, die es sehr einfach macht, andere Menschen kennenzulernen.

Doch vorerst genug von dem erhobenen Zeigefinger, seinen Weg auf die Tanzfläche muss jeder für sich selbst finden und kann durchaus zu dem Schluss kommen, es sei vielleicht besser gar nicht erst aufzubrechen. Mir hat auf der Suche nach meinem Tanzbewusstsein ein früher Einstieg in den Paartanz sehr geholfen. In

## Der Paartanz und das „Du“

der Disco brachte mir das einige Vorteile ein. Zumindest fand ich den Rhythmus, während viele andere männliche Leidensgenossen meines Alters neben den Tönen tanzten. Auch das sah bestimmt gut aus. Aber Paartanz hat mir auch noch bei vielem anderen im Leben geholfen. Nirgendwo kann der eigene Körperausdruck besser in der Führung eines anderen Menschen geübt werden als hier. Solange es mit dem Führen nicht klappte, wuchsen die Improvisationskünste. Die eigene Bewegung bekommt eine zweite Richtung, neben das „Ich“ tritt ein „Du“. Ich muss nicht nur

koordinieren, dass ich nicht mit jemandem kollidiere, sondern gleiches sollte bestenfalls auch nicht mit meiner Partnerin oder meinem Partner geschehen. Zwei Bewegungen sollten übereinkommen und so ein stimmiges Bild abgeben, Kommunikation ist gefragt!

Dass Paartanz ohne ein „Du“ nicht klappen kann, merkt spätestens der Solo-Tänzer beim Tanztee. Wer seinen Partner/ seine Partnerin nicht mitbringt, kommt nicht umhin, sich auf die Suche nach einem Tanzpartner zu machen. Wer nur auf die Anforderungen wartet, kann auf diese Weise die besten Gelegen-

heiten des Abends verpassen. Doch schließlich kann es auch geschehen, dass man mit einem Korb zurückkommt. Auch das ist passiert und war mit Sicherheit eine wichtige Lektion. Ich frage mich heute noch, was sie daraus gelernt hat.

Tanzen lässt sich nicht lernen, vielmehr bin ich der Meinung, dass jeder Mensch tanzen kann. Viele sind vielleicht etwas aus der Übung gekommen oder haben ihren eigenen Weg auf der Tanzfläche noch nicht gefunden, doch es lohnt sich. Wir machen es viel zu wenig! ♦



Foto Bernhard Wunder



Foto Bernhard Wunder

# Blumen voller **DU** in Zülpich

*Susanne Bougherf, Alexander Walek*

## BLUMENGESCHÄFTE IN ZÜLPICH UND UMGEBUNG

### BLATT UND BLÜTE

Münsterstr. 36  
53909 Zülpich  
Tel. 0 22 52 – 83 86 86

### SCHLEIERMACHER

Römerallee 24  
53909 Zülpich  
Tel. 0 22 52 – 25 68

### SCHUMACHER FLORISTIK

Uferstr. 24  
53909 Zülpich-Füssenich  
Tel. 0 22 52 – 24 68

### PÜTZ-KRIESCHER

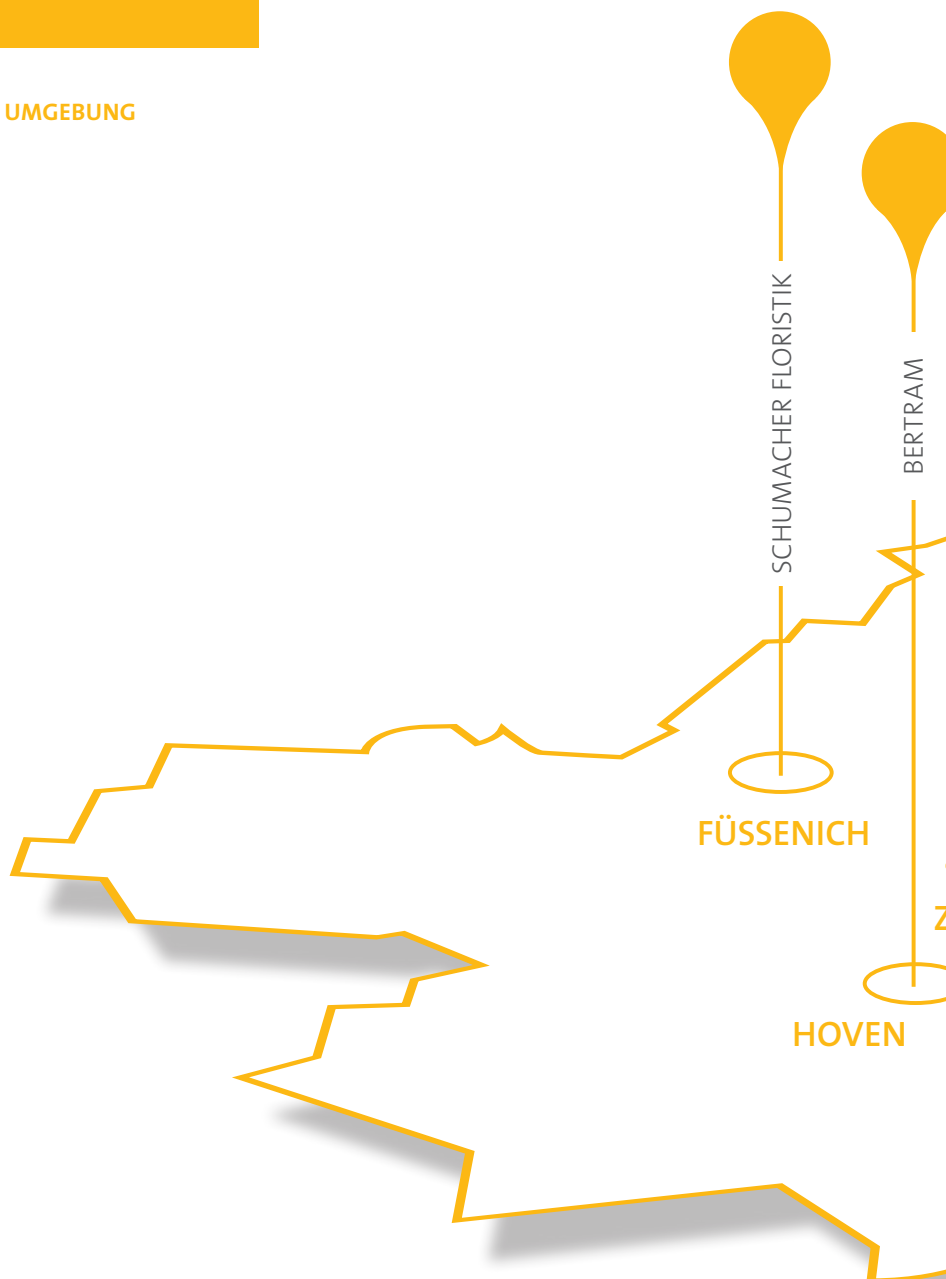
Auf dem Sand 4  
53909 Zülich-Sinzenich  
Tel. 0 22 52 – 44 32

### BERTRAM

Nideggener Str. 17  
53909 Zülpich-Hoven  
Tel. 0 22 52 – 23 29

### BLUMEN BÖDER

(im REWE-Center)  
Römerallee  
53909 Zülpich  
Tel. 0 22 52 – 95 03 19



Der Anteil der Frauen, die in den genannten Geschäften Blumen kaufen liegt zwischen 50 und 80 %. Der Anteil der Männer, die Blumen kaufen liegt zwischen 30 und 50 %.

Am häufigsten werden Rosen gekauft, dann Tulpen, dann Ton-in-Ton Sträuße.

## Sag es durch die Blume

Die Sprache der Blumen ist ein Mittel der nonverbalen zwischenmenschlichen Kommunikation. Blumen bringen ohne Worte Liebe, Freundschaft oder Dankbarkeit zum Ausdruck. In der Regel macht der Schenker dem Beschenkten - dem DU - damit eine Freude und hellt die folgende Tage ein wenig auf.

BLUMEN RÖDER | BLATT UND BLÜTE | SCHLEIERMACHER

WÄLPICH

PÜTZ-KRIESCHER

SINZENICH

*„Blumen sind die zarten Gedanken der Liebe und des Lebens. Sie spiegeln die Buntheit der Seele. Ein Leben ohne Träume ist wie ein Garten ohne Blumen. Die Blumen des Frühlings sind die Träume des Winters.“*

Arne Douglas

# KLETTER-DU!

in Nideggen

## Was macht für Sie die Faszination Klettern in der Natur aus

Es gibt einen Nervenkitzel, der schwierig ist zu beschreiben. Ich mochte es schon als Kind etwas zu erklimmen, mich oben hinzusetzen und nach unten zu schauen. Dieses ständige Suchen nach Bewegungslösungen übt einen unglaublichen Reiz auf mich aus. Es gibt dabei zwei verschiedene Strategien, wie man Klettern kann. Einige mögen es möglichst viele Gipfel zu erklimmen, sozusagen viele Meter zu machen. Ich bevorzuge es, Routen auszusuchen, die knapp an oder über meiner Leistungsgrenze sind und genau auszubalancieren was geht noch und was geht nicht. Das mögliche Scheitern muß ich vorher einkalkulieren. Wenn ich scheitere, versuche ich es wieder und im Idealfall solange, bis ich es schaffe. Wenn ich anschließend auf einem Felskopf

sitze erfasst mich ein unglaubliches Glückserlebnis, in den Alpen würde man von einem Gipfelerlebnis sprechen. Ich bin glücklich über das Erreichte, es umgibt mich eine tiefe Ruhe und ich bin zutiefst berührt von der Natur.

## Wo gehen Sie den gerne Klettern?

In Deutschland gibt es leider nicht viele ‚Felsen‘. Neben der Alpenregion kann man vor allem in den Mittelgebirgen attraktive Routen finden. Die Eifel bietet tolle Möglichkeiten und einer dieser tollen Gegenden ist Rund um die Burg von Nideggen. Dies ist quasi mein Heimatklettergebiet. Leider sind viele der alten attraktiven Routen aus Naturschutzgründen inzwischen gesperrt und bei den offenen Kletterrouten gibt es stärkere Begrenzungen. Ich bin eigentlich darüber sehr traurig. Die meisten Kletterer sind Natur-

freunde und kümmern sich um ihr Gebiet. Man hat das Gefühl als Kletterer gegen den Naturschutz zu arbeiten. Es ist das Gegenteil der Fall. Naturschützer und die Kletterer sind sie in ihrem Ansinnen viel näher beieinander als man denkt.

## Klettern Sie alleine oder mit Anderen?

Ganz klar! Für mich geht klettern nur mit Anderen – mit Freunden. Und das hat mehrere Gründe: Zum einen gehört zum Klettererlebnis diese Erfahrung in der Natur mit Freunden dazu. Um loslegen zu können, bedarf es einer umfangreicheren Vorbereitung und vieler Absprachen. Es wird gemeinsam geklärt in welches Klettergebiet wir fahren, die Routen müssen bestimmt, Ma-



Foto Arne Douglas



terialien besorgt und eingepackt werden und zum Schluss ist auch die Versorgung bzw. das Picknick wichtig. Diesen auch zetilichen hohen Aufwand betreibt man am liebsten mit Menschen, die man mag. Desweiteren ist der Andere wichtig in meinem Kalkül des Scheiterns. Ich brauche jemanden der mich sichert. Wir sprechen gerne von einem Azusi (Einen A... zum sichern; Anmerkung der Redaktion). In der Regel sucht man sich eine echte Vertrauensperson. Der, der sichert hat den ‚langweiligeren‘ Job. Aber damit ich wirklich was wagen kann, muß ich mich sicher fühlen und

dazu brauche ich jemanden, der die ganze Zeit hochkonzentriert nach mir schaut. Er muß sich auch auf das sichern verstehen. Denn wenn ich zu hart oder zu locker gesichert werde, steigt mein Verletzungsrisiko. Damit ich meine Leistung bringen kann, muß ich möglichst locker sein. Locker werde ich, wenn ich mich (ge)sichert fühle. Ich vertraue ihm mein Leben an und später vertraut er mir seins an. Das ist eine echte Verantwortung. Wir sind aufeinander angewiesen. Anders gesagt: damit ich ganz zu mir und zu meinem komme, brauche ich ihn – damit er zu sich kommen kann, braucht er mich. ♦



Foto Arne Douglas



Foto Arne Douglas



Arne Douglas. Begeisterter Kletterer und Naturfreund absolvierte in Köln das Studium der Sportwissenschaften und machte bereits in dieser Zeit mit einem Freund aus seiner Leidenschaft seinen Beruf und entwickelt seither Eventkonzepte mit Erlebnischarakter ([msa-eventmarketing.de](http://msa-eventmarketing.de)).

# Wer wäre ich nur ohne dich?

*Kaum jemand hat so eingängig auf die Bedeutung des Anderen für die eigene Ichwerdung hingewiesen wie der Religionsphilosoph Martin Buber. Sätze wie „Der Mensch wird am Du zum Ich“ oder „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“ hat jeder schon irgendwo einmal gehört – und wenn nicht, so kommen sie einem doch irgendwie bekannt vor. Wer kennt nicht aus eigener Erfahrung ein persönliches, vertrauensvolles Gespräch mit einem anderen, das einem weiter gebracht hat? Ein Gespräch, in dem man sich über etwas klar wurde, das einem geholfen hat, eine wichtige Einsicht zu gewinnen über sich selbst oder darüber, wie es im eigenen Leben weitergehen soll.*



# theologischer Beitrag

Erst in der Begegnung mit anderen ist es mir möglich, herauszufinden, wer ich bin und wer ich sein will. Wir selbst können uns niemals so erleben, wie es anderen möglich ist. Das gilt für mein Aussehen und Erscheinungsbild, meine Mimik und Gestik, meine Stimme u.a.m. Das gilt auch dafür, wie ich als Person wirke und wie ich mich in verschiedenen Situationen verhalte. Die eigenen blinden Flecken können für andere sichtbar sein. Fremdwahrnehmung und Selbstwahrnehmung stimmen nicht immer überein. Sich aus den Augen anderer sehen zu können bzw. die Rückmeldungen anderer über sich selbst annehmen zu können, ist ein Ausdruck von menschlicher Reife und der Bereitschaft sich weiterzuentwickeln.

Überdies können wir uns als Menschen von klein auf nur entwickeln, weil es andere Menschen gibt, die sich um uns sorgen, für die Befriedigung der körperlichen, geistigen und emotionalen Bedürfnisse und dafür, dass wir lernen, um mit uns selbst, mit anderen Menschen und mit der Welt zurecht zu kommen, um verantwortlich und selbstbestimmt leben zu können.

Sprechen lernt man etwa nur, indem andere mit einem sprechen, ohne schon als Kleinkind alles zu verstehen. Durch die Sprache wird die Welt benennbar und damit zum

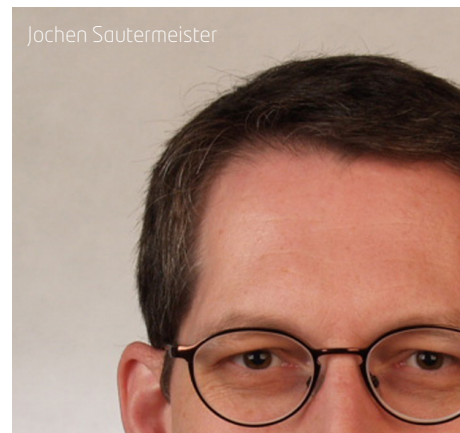
Gegenstand des eigenen Erkennens und Gestaltens. Wenn es gelingt, so manche körperliche Empfindung als ein zuvor nicht bewusstes Gefühl zu erfassen, etwa Traurigkeit anstatt Kopfdruck, kann man nachvollziehen, was das bedeutet. Das gilt auch für all die bekannten und nicht bewussten Bilder, die man von sich selbst hat und die man im Laufe des Lebens, vor allem in der Kindheit über gehört und verinnerlicht hat. Wer stets der „kleine Sonnenschein“ war, tut sich vielleicht schwerer damit zu akzeptieren, dass sich auch bei einem selbst der Himmel mal verdunkelt ...

Wie wohlthuend ist es da, Menschen zu begegnen, die einem offen und einfühlsam, akzeptierend und wohlwollen, echt und aufrichtig begegnen; die einen nicht in Schablonen pressen oder in Schubladen stecken, sondern dabei helfen, sich selbst immer mehr auf die Spur zu kommen und falsche oder schädliche Vorstellungen von sich loszulassen. Das ist eine lebenslange und unabschließbare Aufgabe, eben weil das Leben immer Neues mit sich bringt. – Eine Aufgabe, die es sich zu leben lohnt, weil ER, Gott, es uns verheißen hat. ♦

Prof. Dr. theol. Dr. rer. soc. Jochen Sautermeister  
Professor für Moraltheologie an der Universität Bonn  
Katholisch-theologische Fakultät

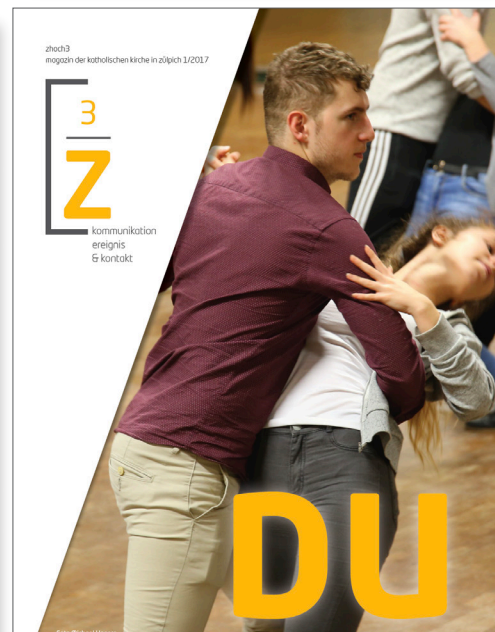
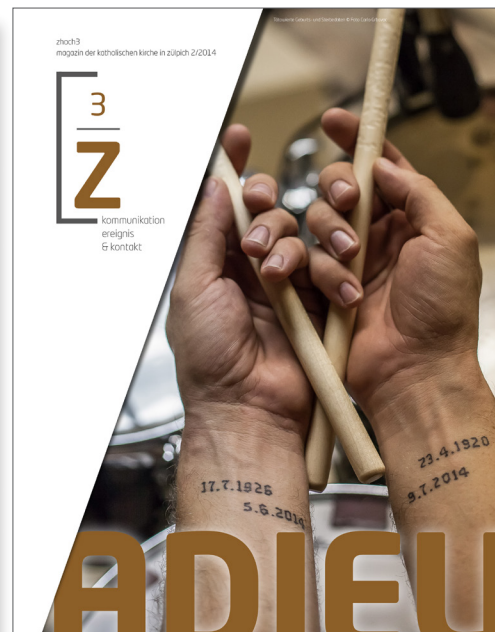


Fotos Jochen Sautermeister



Jochen Sautermeister

bisherige Ausgaben



**Redakteure gesucht!**

Zeitaufwand: ca. 15 Stunden / Ausgabe

Kontakt: Frau Komp, 0 22 52 / 23 22

[kommunikation@zhoch3.de](mailto:kommunikation@zhoch3.de)

## **Auf DU und DU**

*Kennen Sie die Redensart „mit jemandem auf DU und DU sein“? Bei der Bedeutung findet man im Internet z. B. die Aussagen „jemanden gut kennen“, „mit jemandem vertraut sein“ und „jemandem nahe sein“.*

*Man spürt direkt, dass das DU für unser Leben eine elementare Bedeutung hat. Ohne ein Gegenüber ist man alleine, oft hilflos, einsam und manchmal handlungsunfähig. Und das DU tut uns gut!*

*In dieser Ausgabe haben Sie verschiedene Facetten des DU's kennengelernt. Und es gäbe noch zig weitere Beispiele. Bei allen Geschichten kommt man am Ende immer zum Schluss, dass das DU, egal ob beim Tanzen, bei einem Familienzuwachs und bei einem Fremden, der zum Freund wird, eine absolute Bereicherung, ein großes Geschenk ist!*

*Daher auch die Karte mit den Blumenläden. Denn was fällt einem zuerst ein, wenn man einem DU eine Freude bereiten möchte: Blumen natürlich.*

*Ich würde mich besonders freuen, mit Ihnen am 5. Mai 2017 um 19:30 Uhr bei*

*unserer Z<sup>3</sup>-Veranstaltung mit und im Seebadgebäude auf dem Seeparkgelände am Zülpicher See zum Thema „Tanzen – sich auf ein Du einlassen“ mit Unterstützung der Tanzschule Vera Heine, auf DU und DU sein.*

*Wenn man einen Menschen durch ein Gespräch oder eine gemeinsame Aktivität besser kennenlernt, verändert sich etwas. Oder wir stellen fest, was an meinem Gegenüber anders ist. Und mit diesem Thema befassen wir uns in der nächsten Ausgabe. Diese wird mit dem Titel „Anders“ erscheinen. Ich bin schon sehr gespannt.*



Foto Marianne Komp



TANZEN - sich auf ein Du einlassen!

3  
Z  
kommunikation  
ereignis  
& kontakt

EVENT am 5. Mai 2017 um 19:30 Uhr  
mit Schnupperkurs Argentischer Tango und Discofox

Ort: im Seebadgebäude auf dem Seeparkgelände am Zülpicher See  
Veranstalter: Katholische Kirche in Zülpich



Seepark Zülpich



Seelsorgebereich Zülpich

Gemeinsam Glauben leben.



Schützenhalle Zülpich-Schwerfen  
Tel + Fax 02252-8384281  
[www.tanzschule-veraheine.de](http://www.tanzschule-veraheine.de)  
DFAV