

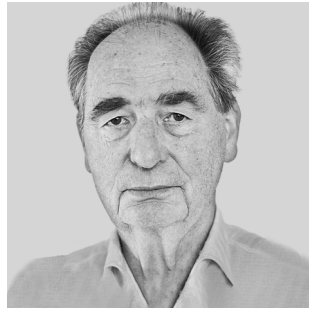
Unverlangt eingesandt

An dieser Stelle erzählen Sie, liebe Leserinnen und Leser, Geschichten und Episoden aus Ihrem Leben. Haben Sie auch etwas zu erzählen? Schicken Sie uns Ihre Geschichte (2500 bis 3000 Zeichen) mit Foto an unverlangt-ingesandt@dumont.de

Der barmherzige Samariter

Fritz Menke hilft an einem dunklen Herbstabend

Ein dunkler Novembertag 1967. Ich fuhr im Bus zu meinem Wohnort Mettingen im Nordzipfel des Münsterlandes. Die damals 10000-Seelen-Gemeinde ist die Heimat von Persönlichkeiten, die von wandernden Tuchhändlern zu Gründern renommierter Firmen aufstiegen. Im Bus wandte sich ein fremd aussehender Mann an den Fahrer. Er zeigte ihm ein Stück Papier, er wirkte angespannt. Die beiden kamen nicht miteinander klar. An weiteren Haltestellen ein ähnliches Bild, wobei der Fremde zunehmend unruhiger wirkte.



„An dem dunklen Herbstabend konnte ich den Fremden nicht sich selbst überlassen“

Fritz Menke

Als alle Reisenden an der Endstation Mettingen ausstiegen, wandte er sich ein letztes Mal an den Fahrer. Der besah sich noch einmal das Papier, zuckte ratlos die Schultern. Aus einem Impuls zu helfen und aus Neugier trat ich hinzu. Der Fahrer entfernte sich, der Fremde war mir zugefallen. Eine sprachliche Verständigung war nicht möglich. Er zeigte mir einen Briefumschlag; der Absender fehlte, aber die vierstellige Postleitzahl begann mit 7. Der Zielort musste in Baden-Württemberg liegen. Es handelte sich um Mettingen am Neckar, ein Ortsteil von Esslingen, über 500 Kilometer entfernt. Der Mann hatte sich fürchterlich verhalten.

Jetzt dämmerte mir, was meine Neugier mir eingebracht hatte. An dem dunklen Herbstabend konnte

ich ihn nicht sich selbst überlassen. In unserer Mietwohnung hätten wir noch ein freies Bett gehabt. Faszination hin, Faszination her – der Fremde wirkte doch sehr fremd. Und wie würde meine Frau auf die ungewöhnliche Erscheinung reagieren? Zudem mussten wir als Berufstätige am nächsten Morgen das Haus verlassen. Vielleicht konnte ich ihn jemandem übergeben und wäre meine unerwartete Sorge los. Hilfesuchend schritt ich mit ihm zum nahen Rathaus. Einem einsamen Bediensteten trug ich den Fall vor. „Pater Otte“, entfuhr es ihm. Dieser war Kongomissionar auf Heimaturlaub. Wenige Minuten nach dem Anruf erschien der Pater. Er sprach den Mann in verschiedenen Sprachen an – vergeblich. Kurz entschlossen packte er ihn am Arm, brachte ihn samt Habseligkeiten zum Wagen und fuhr mit ihm nach Hause. Mir fiel ein Stein vom Herzen.

Einige Zeit später traf ich den Pater wieder. Der Gestrandete, so erfahrungsgemäß, kam aus der Türkei. Der Pater hatte ihn am folgenden Tag 150 Kilometer zum Bahnhof nach Duisburg gefahren, ihm eine Fahrkarte beschafft und ihn dem Schaffner mit schriftlichen Instruktionen anvertraut. Es blieb nur zu hoffen, dass der weitere Weg des Reisenden unter einem guten Stern stand. Wir haben nie mehr wieder etwas über ihn vernommen.

Drei sind einer zu viel-oder?

Polyamoröse Beziehungen sind Liebesbeziehungen zu mehreren Menschen. Die Sehnsucht danach muss nicht das Ende einer Partnerschaft bedeuten

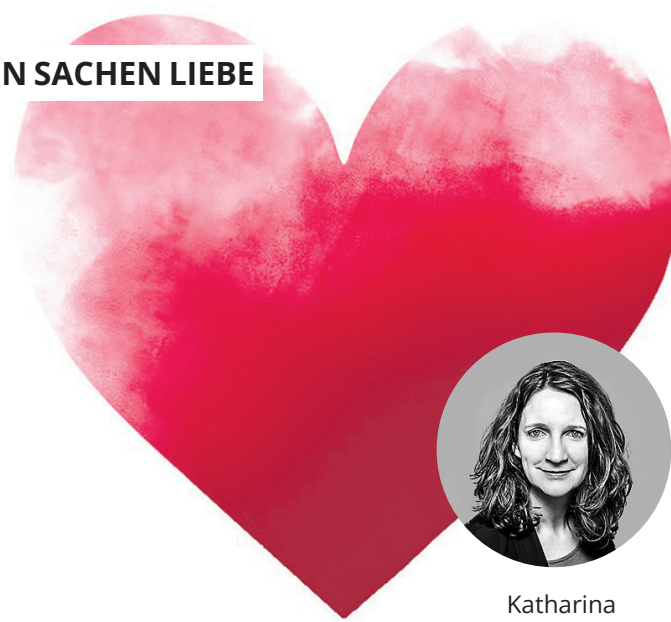
Ich bin seit 18 Jahren mit meinem Mann (47) zusammen, und wir haben immer noch eine lebendige Sexualität. Seit einiger Zeit fühle ich mich jedoch sehr zu Frauen hingezogen. Nach langen vertraulichen Gesprächen haben wir uns entschlossen, uns gemeinsam auf ein intimes Erlebnis mit einer Freundin einzulassen. Es war für uns beide aufregend. Jetzt will ich diese Erfahrung weiter vertiefen, ein befreundetes lesbisches Paar hat mich dazu eingeladen. Meinem Mann geht das aber zu weit. Er fürchtet sich vor dieser Art einer polyamorösen Beziehung. (Ida, 45)

Polyamoröse Beziehungen sind gleichzeitige Liebesbeziehungen zu mehreren Menschen. Die Liebe fließt dabei offen – alle wissen Bescheid, sind darin verbindlich und ehrlich. Polyamorie ist eine andere Form des Liebeslebens und hinterfragt das klassische monogame Paarmodell unserer Gesellschaft. Dabei sind polyamoröse Beziehungen anders als zum Beispiel eine „offene Beziehung“ auf Langfristigkeit ausgelegt. In einer „offenen Beziehung“ gibt es zusätzlich zur Partnerschaft Raum für „Nur-Sex-Beziehungen“ oder andere Formen der „freien Liebe“.

Wie Sie beschreiben, haben Sie eine lebendige Sexualität und können sich darüber mit Ihrem Mann wertschätzend austauschen. Das ist ein starkes Fundament für eine gemeinsame Entwicklung insgesamt, aber besonders auch für Ihre Sexualität. Das Erlebnis mit Ihrer Freundin sprengt dabei die üblichen Normen der klassischen Partnerschaft. Wenn Sie sich nun mit den befreundeten Frauen ohne Ihren Partner auf eine intime Beziehung einlassen, gehen Sie noch weiter über den monogamen Rahmen hinaus.

Solange ein Paar sich im „Selbstverständlichen“ bewegt, braucht es kaum Worte über Grenzen und was es heißt, verantwortungsvoll mit der Beziehung umzugehen. In der Norm selbst sind implizite Regeln und ein Verhaltenskodex enthalten. Das Paar bewegt sich somit in einem – zumindest scheinbar – sicheren Rahmen. Dieser Rahmen entfällt, wenn

IN SACHEN LIEBE



Katharina Grünewald

Sie die Zweisamkeit aufgeben und zum Sex eine Freundin mit hinzunehmen oder Sie allein mit zwei Frauen intim sind. Statt sich Ihrer – wie zuvor – sicher sein zu können, kommen bei Ihrem Mann nun womöglich Verlustängste und Eifersucht auf. Wie bringen Sie dann wieder Sicherheit in Ihrer Liebesbeziehung?

Ich finde, Ihnen ist ein wesentlicher Schritt schon sehr gut gelungen. Sie schildern ein achtsames Vorgehen durch „vertrauliche Gespräche“: Sie eröffnen dadurch einen intimen, geschützten Raum, in dem alle Empfindungen erlaubt sind und einen Platz haben: zum einen Ihre Sehnsucht nach Intimität mit Frauen, die damit verbundenen Vorstellungen und Fantasien. Zum anderen gehören auch die Ängste und Widerstände hierher. Sie lernen sich noch einmal neu oder anders kennen. Vielleicht ist das ein Grund dafür, dass Ihre Sexualität so lebendig ist.

Und wichtig zu wissen ist, dass Faszination und Angst zwei Seiten einer Medaille sind. Sie bekommen das eine nicht ohne das andere. Ob und was von den Fantasien in die Realität umgesetzt wird, ist das Ergebnis vieler „vertraulicher Gespräche“ und eines

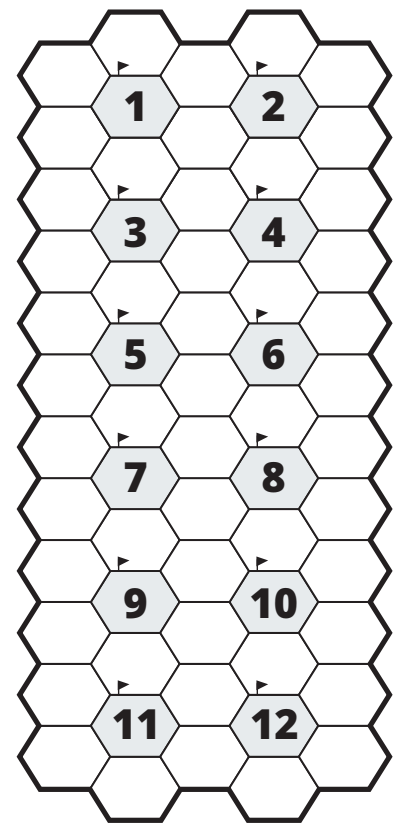
achtsamen, behutsamen Miteinanders. Polyamoröse Beziehungen sind immer auch eine Entscheidung für eine bewusste Auseinandersetzung mit sich, den eigenen Bedürfnissen, Ängsten und Mustern. Neben einer hohen Motivation, viel Zeit und Energie, die dafür nötig ist, bedarf es auch an einer ausgeprägten Neugierde auf den Raum der Begegnung.

Ob Sie nun Ihre Sehnsucht weiter ausleben können, wird also davon abhängen, inwieweit Sie es schaffen, die Ängste zu bearbeiten. Da diese oftmals unbewusst sind, ist das schon die Champions League der Beziehungsführung.

LESERFRAGEN

Unser Team von Expertinnen und Experten beantwortet Ihre Fragen in der Zeitung: die Psychotherapeuten Désirée Beumers, Carolina Gerstenberg und Daniel Wagner, die Diplom-Psychologinnen Elisabeth Raffauf und Katharina Grünewald sowie der Urologe Volker Wittkamp. Ihre Zuschriften werden anonymisiert weitergegeben. Schicken Sie Ihre Frage an: in-sachen-liebe@dumont.de

WABENRÄTSEL



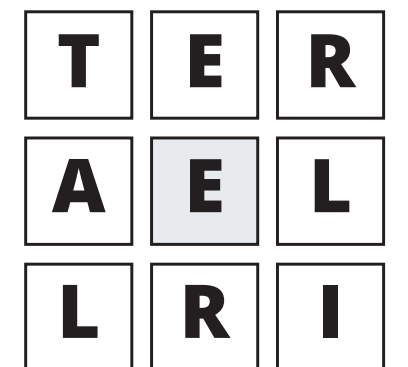
Tragen Sie die zwölf gesuchten Wörter mit dem Pfeil beginnend im Uhrzeigersinn ein:

- spanisches Reisgericht,
- biblische Landschaft,
- Deutungsvariante,
- Enthaltensamkeit,
- gepflegt, nett,
- Bruder von König Charles,
- Ichmensch,
- entsprechend, gleichartig,
- Ureinwohner Italiens,
- Fluss durch Zürich,
- undeutlich sprechen,
- Hauptstadt der Philippinen

WORTSALAT

Bilden Sie mit den neun Buchstaben so viele Wörter wie möglich. Der Buchstabe aus dem farbigen Feld muss enthalten sein. Es zählen Wörter ab vier Buchstaben: geografische Namen, Vornamen und alle deutschen Wörter in der Einzahl bzw. der Grundform. Ein Buchstabe eines Wortes zählt einen Punkt, bei neunbuchstabigen Wörtern zwei.

Bewertung Über 160 Punkte: hervorragend, 131-160 Punkte: sehr gut, 100-130 Punkte: gut.



Wochenhoroskop



WIDDER
21.03 – 20.04

Dass Sie in dieser Woche ähnlich gerecht, mutig und siegreich wirken werden, wie zum Beispiel einst Friedenspfeife Pierre Brice, haben Sie Planet Pluto zu verdanken. Nicht nur in Bad Segeberg, bzw. im Rheinland wird man sich jetzt gerne an Ihren charakterlichen Qualitäten orientieren. Ihr Stamm steht voll hinter Ihnen. Huh!



STIER
21.04 – 20.05

Bei all den ganzen Pflichten sollten Sie nicht vergessen, immer mal wieder Ihr Chill-out-Gen zu aktivieren und in einer genießerischen Pose zu verweilen. Schon der bekennende Epikureer Wilhelm Busch erkannte: „Junge Hähnchen, sanft gebraten, dazu kann man dringend raten.“ Tipp: Sich auch malkulinarische Freude gönnen.



ZWILLING
21.05 – 21.06

Wer Ihnen vorwirft, Sie hätten etwas von einem missionierenden Gutmenschen, der krampfhaft bemüht ist, die ganze Welt zu retten, den fragen Sie am besten mal, ob ihn vielleicht sein schlechtes Gewissen plagt. Sie folgen bestimmt gerne dem Motto von Erich Kästner „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“ Vorbildlich!



KREBS
22.06 – 22.07

Falls Sie Ihre Seele einschließen wie Wertpapiere in einen Safe, können Sie sich emotional zwar sicher fühlen, aber der innige Draht zu liebenswerten Menschen könnte dabei auf der Strecke bleiben. Sollten Sie eher nicht zum Solotänzer avancieren wollen, legen Sie Ihr Herz besser in die Hände von vertrauenswürdigen Menschen.



LÖWE
23.07 – 23.08

Auf ewigen Jungbrunnen zu machen, ist nicht klug. Besser man hört auf Antoine de Saint-Exupéry: „Es ist gut, wenn uns die verrinnende Zeit nicht als etwas erscheint, das uns verbraucht oder zerstört, sondern als etwas, das uns vollendet.“ Hadern Sie also nicht mit der Tatsache, dass auch Sie nicht jünger werden, Dr. Le-bendig!



JUNGFRAU
24.08 – 23.09

„Ich weiß nicht, ob es besser werden wird, wenn es anders werden wird; aber so viel ist gewiss, dass es anders werden muss, wenn es gut werden soll.“ Uranus möchte Sie dazu ermuntern, mal über diesen vertrackten Aphorismus intensiver zu meditieren. Die Zeichen stehen auf positive Erneuerung, deshalb zeigen Sie sich flexibel.



WAAGE
24.09 – 23.10

„Zwei Dinge sind unendlich: das Universum und die menschliche Dummheit. Beim Universum bin ich mir aber noch nicht ganz sicher.“ Sollten Sie zu den Menschen gehören, die einen kritischen Blick auf diese Welt werfen, dürften Sie diesem Spruch von Einstein zustimmen. Ihr Wochenplan: Der Dummheit den Sauerstoff rauben!



SKORPION
24.10 – 22.11

„Was zu schließen ist, muss zuvor geöffnet worden sein, was gebeugt werden soll, muss zuvor geradegerichtet worden sein, was zerstört werden soll, muss zuvor geschaffen worden sein, und was beschlagnahmt werden soll, muss zuvor verteilt worden sein. Das Weiche besiegt das Harte, das Schwache besiegt das Starke.“ (Laotse)



SCHÜTZE
23.11 – 21.12

Da Ihnen diese Woche Verzicht-Planet Saturn prüfend ins Gesicht schaut, sollten Sie Abstriche machen. Könnte sich als positiv erweisen, oder wie Marie-Dame bemerkte: „Wenn die Welt für einige Zeit ihre Produktion einstellen muss, ist das, wie wenn die Natur in den Winterschlaf geht. Einfach nur erholend.“ Ein schöner Gedanke.



STEINBOCK
22.12 – 20.01

Kluge Leute behaupten, dass wir mittlerweile eine reine Wissenschaft mehr sind, weil wir viel zu kopflastig geworden sind. Tipp: Sichern Sie deshalb nicht jeden Schritt Ihres Handelns durch ein psychologisches Handbuch oder eine statistische Auswertung ab. Auf die Intuition und Instinkte vertrauen!



WASSERMANN
21.01 – 19.02

Ihre Wahrheitsliebe in Ehren, aber es wäre diese Woche vielleicht ein kluger Schachzug, kleinere oder größere Sünden der Vergangenheit nicht unnötig erneut zu thematisieren. „Ich lüge immer gerne an der Wahrheit entlang“, sagte mal ein pffiffiges Kerlchen. Könnte für Sie jetzt das passende Credo sein, Genosse Diplomat.



FISCHE
20.02 – 20.03

„Wo wohnen Katzen am liebsten? Antwort: In einem Miezhaus!“ Bei dem Stress auf dem Wohnungsmarkt, kann so manchem glatt das Lachen vergehen. Ihnen vermutlich nicht, denn Glücksplanet Jupiter möchte Sie jetzt an die Hand nehmen und jeglichen Ärger von Ihnen fernhalten. Die schönen Seiten des Lebens genießen!

Eine Sonderveröffentlichung des Kölner Stadt-Anzeiger in Zusammenarbeit mit Jan Reimer
Astrologische Beratung und Schulung. Weitere Informationen und Terminvereinbarungen unter: 0175-497 80 06

Illustrationen: Nadine Magner