

Unsichtbar und unverzichtbar, diskret und unermüdlich: Der Atem ist Leben und prägt unsere Lebensweise.

DOSSIER SEITEN 5-8



FOTO: MANUEL ZINGG

# reformiert.

saemann / BERN-JURA-SOLOTHURN

EVANGELISCH-REFORMIERTE ZEITUNG FÜR DIE DEUTSCHE UND RÄTOROMANISCHE SCHWEIZ

NR. 5 | MAI 2016  
www.reformiert.info

INFOS AUS IHRER KIRCHGEMEINDE > 2. BUND



FOTO: MARIUS SCHÄREN

PORTRÄT

## Kühlschrank statt Kehrriech

Noch brauchbare Lebensmittel werden auch in Privathaushalten tonnenweise weggeworfen. Kathrin Michel stinkt das; sie hat mit einem Verein öffentliche Kühlschränke lanciert. Das Projekt wächst. SEITE 12



CARTOON: RÜEDI WIDMER

KOMMENTAR

FELIX REICH ist «reformiert.»-Redaktor in Zürich



## Keine Bekehrung durch die Hintertür

**FRAGEN.** Auch die Freikirchen haben also die Flüchtlinge entdeckt. Und zwar nicht nur die verfolgten Christen. Die Freikirchen helfen jetzt Flüchtlingen unabhängig von ihrer Religion. Doch wollen sie den Flüchtlingen wirklich das Ankommen erleichtern? Geht es nicht vielmehr darum, Muslime zu bekehren? «Unser Ziel ist, Menschen für ein Leben mit Jesus Christus zu begeistern», sagt die Freikirche ICF über sich selbst. Hat der Missionsdrang im Deutschunterricht tatsächlich Pause?

**TRANSPARENZ.** Zuerst gibt es wahrlich Schlimmeres, als Menschen für Jesus begeistern zu wollen. Aber subtilen Druck und das Fördern von Abhängigkeiten gilt es unbedingt zu vermeiden. Flüchtlinge müssen wissen, dass sie sich in einer Freikirche befinden. Und sie dürfen keine Nachteile erfahren, wenn sie deren Ideologie nicht teilen. Hilfe und Verkündigung gehören getrennt. Dass auch Freikirchen dazu fähig sind, zeigt die Heilsarmee, die im Auftrag des Kantons Bern Asylzentren betreibt.

**BEGEGNUNG.** Im besten Fall bauen Begegnungen zwischen freikirchlichen Christen und muslimischen Flüchtlingen Vorurteile auf beiden Seiten ab. Vielleicht wählen Muslime das Umfeld ja ganz bewusst, weil da verstanden wird, dass Religion nicht einfach ein diffuses Gefühl, sondern Lebensmittelpunkt sein kann.

# Zwischen Mission und Nächstenliebe

## FLÜCHTLINGE/ Freikirchen wird vorgeworfen, sie würden unter dem Deckmantel der Flüchtlingshilfe missionieren. Ein Besuch beim Deutschunterricht.

Die einen üben deutsche Namen von Kleidungsstücken mit dem Spiel «Ich packe meinen Koffer». Die anderen sprechen im Chor der Lehrerin verschiedene Früchte nach. Rund fünfzig Männer und fünfzehn Frauen aus Eritrea, Syrien, Afghanistan und Irak besuchen in der Basler Lehenmatthalle an diesem Nachmittag den Deutschunterricht der Freikirche ICF (International Christian Fellowship) Basel.

Was im Januar 2015 mit vier Schülerinnen und Schülern begann, ist inzwischen zu einem Kurs angewachsen, den zeitweise bis zu achtzig Personen besuchen. Um den Andrang zu bewältigen, sind fast zwanzig freiwillige Lehrer im Einsatz. Einer von ihnen ist Andy Bäumler, Leiter der sozialen Initiativen bei ICF. Er kennt den Verdacht gegen Freikirchen in ihrem Engagement für Flüchtlinge aus den Medien. «Beim Deutschkurs geht es um Nächstenliebe, nicht um Mission», sagt Bäumler.

**IN DEN SCHLAGZEILEN.** Freikirchen sind medial immer wieder unter Missionsverdacht geraten: «Evangelikale missionieren bei Asylsuchenden», titelte der «Tages-Anzeiger». Im Gratisblatt «20 Minuten» war zu lesen: «Freikirchen missionieren in Asylzentren». Jüngst fragte SRF: «Flüchtlingskrise: Schlägt die Stunde der Freikirchen?»

Auch Rösli Hirsbrunner von Vineyard Bern kennt das Misstrauen. Sie ist verantwortlich für die Deutschkurse in der Hauptstadt. «Im Sprachunterricht steht die Sprachvermittlung im Zentrum. Da wird nichts verpackt», sagt Hirsbrunner. Gespräche über Religion und Glauben kämen zustande, halt einfach nach der Klasse. So werde teils gefragt, wieso die Lehrerinnen und Lehrer ehrenamtlich

arbeiteten, führt Hirsbrunner aus. «Dann erzähle ich von unserem Dienst am Nächsten.»

Wie sollen sich freikirchliche Christen im Umgang mit Flüchtlingen verhalten? Die Schweizerische Evangelische Allianz hat dafür einen Verhaltenskodex publiziert. Dieser plädiert für die Achtung der Meinungs-, Gewissens- und Religionsfreiheit. Religiöse Pflichten der Begünstigten seien auszuschliessen, genauso wie ein Machtmissbrauch im religiösen Bereich ihnen gegenüber.

**DAS WISSEN FEHLT.** Im Gespräch mit Flüchtlingen wird klar: Sie schätzen das Angebot sowie den Kontakt zu Mitmenschen, und die wenigsten wissen, was eine Freikirche ist. Hier setzt Religionsexperte Georg Schmid von der Evangelischen Informationsstelle Relinfo ein Fragezeichen. «Für Freikirchen ist die sogenannte Evangelisation, die Werbung für den eigenen Glauben, ein unverzichtbares Element des Christseins. Heute wird Evangelisation in Freikirchen meist so gelehrt, dass zu Interessenten zuerst eine gute menschliche Beziehung aufgebaut wird, bevor die religiöse Botschaft zur Sprache kommt», sagt Schmid.

Vor diesem Hintergrund stelle sich die Frage, wie die Tätigkeit von Freikirchen in Sprachkursen einzuschätzen sei, so der Religionsexperte. «Geht es hier nicht auch um Imagepflege, die später der Evangelisation die Tür öffnen soll? Deshalb wäre es sinnvoll, wenn die Absolventinnen und Absolventen von Sprachkursen bei Freikirchen über deren weltanschaulichen Background informiert wären, so dass sie sich bewusst für oder gegen eine Teilnahme entscheiden können.» NICOLA MOHLER

GRUNDEINKOMMEN

## Ein Lohn, der keiner ist

Würde ein bedingungsloses Grundeinkommen die Rolle der Frau am Herd zementieren? Oder ist es die grosse soziale Erfolgsidee des 21. Jahrhunderts? Die Meinungen sind geteilt, auch in kirchlichen Kreisen. SEITE 3



BILD: CHRISTIAN SCHWAGER

PODIUM

## Kirchen zu verkaufen

Umnutzen, verkaufen oder abreißen – was tun mit ungenutzten Kirchenräumen? In der Stadt Bern wird nun darüber debattiert. «reformiert.» redet mit an der Podiumsdiskussion am 19. Mai im Progr Bern. SEITE 2

KIRCHGEMEINDEN

**GEMEINDESEITE.** Gottesdienste, Meditationen, Kirchenkaffee, Lesen und Diskutieren mit theologisch Interessierten: Im zweiten Bund steht, was in Ihrer Kirche läuft. AB SEITE 13



## NEU IN DER SCHWEIZ

FLÜCHTLING HELEN W. BERICHTET

## Ich bin ein Mensch und keine Maschine

**HOCHGEHOBEH.** Wie ich mich momentan fühle? Als ob mich jemand hochhebt, und mir so Einblick in ein Leben gewährt, das sich bis anhin vor mir versteckt hatte. Während zehn Monaten lebte ich in einem Zentrum für minderjährige Asylsuchende – in einer umsorgten Welt; Hier hatte ich ein Umfeld und kannte die Betreuerinnen und Betreuer, die zu einer Art neuen Familie geworden sind. Vor allem einer Person fühle ich mich sehr verbunden. Sie ist wie eine zweite Mutter für mich. Aber nicht nur das. Sie ist mir ein Vorbild. Sie ist eine Frau, wie ich sie gerne sein möchte: korrekt und gerecht, die es nicht scheut, ihre Meinung zu sagen.

**HOHE ANSPRÜCHE.** Im Zentrum wusste ich, an wen ich mich wenden kann, falls ich ein Anliegen oder ein Problem hatte. Jetzt, mit der Volljährigkeit, bläst mir tatsächlich ein anderer Wind entgegen. Während ich also in die Schweizer Realität der Erwachsenen hochgestimmt werde, hält mich gleichzeitig aber etwas an den Füssen fest – es ist das Unwissen über das System, das Leben, die Sprache. Ich fühle, dass Schweizerinnen und Schweizer von uns Ausländern sehr viel abverlangen: Wir müssen die Sprache können. Eine Arbeitsstelle haben und arbeiten. Und wir dürfen keine Probleme machen. Trinkt etwa ein Ausländer ein Bier im Zug, dann wird er kritisch angeschaut. Trinkt hingegen ein Schweizer in der Öffentlichkeit Alkohol, beobachte ich solche Reaktionen nicht.

**UNGERECHT.** Die Ansprüche an uns Ausländer sind viel höher als an die Schweizerinnen und Schweizer. Zwar will ich all diesen Ansprüchen gerecht werden, denn ich will hier leben und arbeiten. Aber es sollte auch berücksichtigt werden, dass wir keine Maschinen sind. Kein Mensch ist perfekt. Wir alle haben unsere Schwächen. Diese Abstempelei ist nicht gerecht. Wie oft bin ich Menschen begegnet, die mich aufgrund meiner schwarzen Hautfarbe schubladisiert haben: Ausländer also schlechter Mensch. Und meine Hautfarbe kann ich nun einmal weder verstecken noch ändern. Als ich vor ein paar Monaten am Eingang eines Geschäftes wartete, kaufte nebenan ein Schwarzer Drogen von einem Dealer. Da kam die Polizei und führte ihn ab. Weil ich zufälligerweise danebenstand, kontrollierte die Polizei meinen Ausweis.

**DENKSPIEL.** An diese Kontrollen habe ich mich inzwischen gewöhnt. Einmal musste ich sogar zehn verschiedenen Polizisten am gleichen Tag meinen Ausweis vorweisen. Das war schon fast komisch, und heute kann ich darüber lachen. Ich bin der Schweiz und ihren Behörden sehr dankbar dafür, dass sie mich aufgenommen haben, mir Schutz bieten und mir ein Dach über dem Kopf geben. Manchmal aber frage ich mich, wie es wohl Schweizerinnen und Schweizern ergehen würde, wenn sie in einem Land mit fremder Sprache und fremder Kultur eine Arbeit suchen müssten. **AUFGEZEICHNET: NM**

Helen W. kam im Frühling 2015 als eine unbegleitete minderjährige Asylsuchende in die Schweiz. Nun wurde sie volljährig. «reformiert.» lässt Helen W. in den nächsten Monaten zu Wort kommen.



Zwischennutzung der Kirche Rosenberg in Winterthur als Asylunterkunft: Holzhäuser für Flüchtlingsfamilien

## Neuer Wein in alten Kirchen

**KIRCHENUMNUTZUNG/ Zu viele Kirchen in der Schweiz stehen zu oft leer. Auch in Bern suchen die Kirchgemeinden nach Lösungen. Was tun mit den sakralen Orten: Umnutzen, verkaufen, abreißen?**

Die Glocken läuten wie eh und je. Seit bald hundert Jahren steht die Friedenskirche mitten im Berner Mattenhofquartier. Ihre Mauern scheinen für die Ewigkeit gebaut. Aber die aktuellen Entwicklungen nagen am Fundament des Gotteshauses. Gerüchte kursieren: Wird der Bau abgerissen? Ist eine neue Nutzung geplant?

Nicht nur in Bern müssen die Kirchgemeinden grundsätzlich überlegen, was

sie mit ihren teuren und wenig ausgelasteten Liegenschaften anstellen wollen. Für immer mehr Menschen in der Schweiz verlieren Kirchen und Kirchgemeindenhäuser an Bedeutung. Die Angebote werden kaum genutzt, nur an Heiligabend, bei Taufen oder Abdankungen sind die Kirchenbänke noch gut gefüllt. Ansonsten ist die Situation in der Schweiz ähnlich wie in anderen stark säkularisierten Gesellschaften, in Holland etwa oder in

### Kein neues Phänomen

Kirchen erleben von jeher unterschiedliche Nutzungen. So wurde etwa die Französische Kirche in Bern nach der Reformation als Lagerhalle genutzt. Von 1528 bis 1702 diente der

Chor als Kornhaus. Seit 1913 steht sie wieder vollständig im Dienst des kirchlichen Lebens. «Daraus kann man lernen», meint Johannes Stückelberger, Dozent für Religions- und Kirchenästhetik. «Früher wie heute ist es sinnvoll, Umnutzungen

oder den Verkauf von Kirchen behutsam und langfristig zu planen.» Mehr zur Entwicklung der Kirchenräume in der Stadt Bern vom Mittelalter bis in die Gegenwart erläutert Stückelberger in seiner Einführung an der Podiumsdiskussion.

## PODIUM

### Zuhören, mitdenken, mitreden

Am Donnerstag, 19. Mai um 18 Uhr, treffen sich in der Aula des Progr in Bern Politikerinnen, Kirchenvertreter und Kunsthistoriker zur

Podiumsdiskussion. Was darf in umgenutzten Kirchen stattfinden? Wer entscheidet, ob sie abgerissen werden? Was kann man aus den Erfahrungen in anderen Ländern lernen? Weitere Informationen: Siehe Inserat auf Seite 10.

Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich

Grossbritannien. Da wurden in den letzten Jahren bereits Hunderte Kirchen geschlossen, verkauft oder umgenutzt. Die einst heiligen Räume sind inzwischen Pubs, Autogaragen, Moscheen, Kinos oder sie bieten Platz für Wohnungen. Oder die Gebäude bleiben leer und zerfallen nach und nach.

**SENTIMENTALE GRÜNDE.** Hierzulande gibt es keine derart spektakulären Verwandlungen, und die Diskussionen über das «Wie weiter» mit den überzähligen Kirchen haben erst so richtig angefangen. Die Meinungen dazu scheinen in der breiten Bevölkerung schnell gemacht: Was keiner braucht, soll weg. Erst recht, wenn der Unterhalt dermassen teuer ist. Viele sind grundsätzlich dafür, dass die Kirchgemeinden ihre Liegenschaftskosten reduzieren. Es sei denn, es gehe um die Kirche in ihrem Quartier, die beispielsweise zum Flüchtlingszentrum werden soll. Oder um die Kirche samt Kirchgemeindehaus, die lukrativen Neubauten weichen soll. Dann kommen Emotionen auf. «Selbst Kirchenferne wehren sich oft gegen eine Umnutzung oder einen Abbruch. Nicht aus religiösen, sondern aus sentimentalen Gründen», sagt Johannes Stückelberger, Dozent für Religions- und Kirchenästhetik an der Universität Bern.

Er beobachtet die Entwicklung der Kirchenlandschaft in der Schweiz seit Jahren und betont: Kirchenumnutzungen sind kein neues Phänomen, es gibt sie, seit es Kirchen gibt. So wie sich die Gesellschaft verändere, verändere sich auch die Nutzung der Kirchen. «Es ist weder angebracht, darin das Ende der Kirche als Institution zu sehen, noch sollte man allzu leichtfertig die Gebäude verschachern.» Für ihn ist Umnutzung oder die erweiterte Nutzung dann gelungen, wenn die Verbindung zur Besonderheit des Ortes bleibt. Wenn beispielsweise eine Kirche, die an prominenter Lage steht, auch weiterhin öffentlich genutzt wird. Und damit die gegebenen Gesetzmässigkeiten einbezogen werden. «Kirchen sind und bleiben besondere Räume. Und es gibt viele Möglichkeiten, das jeweilige Potenzial zu nutzen.»

**TRAUMHAFTER BLICK.** In der Stadt Bern ist bereits einiges am Laufen. Die Sparvorschläge der zwölf städtischen Kirchgemeinden liegen auf dem Tisch, und erste Entscheide sind gefällt. Die Friedenskirche im Mattenhofquartier geht in den Besitz der Gesamtkirchgemeinde über, kann aber in den kommenden zwei Jahren noch als Gotteshaus genutzt werden. Die Matthäusgemeinde verzichtet auf ihre Kirche sowie das Kirchgemeindehaus im Rossfeld. Und die ehemalige Turmwartwohnung auf dem Münstersturm wird umgebaut. Dort entsteht ein Veranstaltungs- und Sitzungszimmer mit einem traumhaften Blick auf die Berner Altstadt. Ein weiser Entscheid: Wenn während der Sitzung die Glocken läuten, ist es so laut, dass alle schweigen müssen. Dann hat die Kirche das Wort.

KATHARINA KILCHENMANN



# Mit Grundeinkommen zurück ins Paradies

**INITIATIVE/** Mit bedingungslosem Grundeinkommen werde Arbeit sinnstiftend und frei von Existenzängsten, so die Befürworter. Gegner sorgen sich um Jugendliche, die statt eines Berufs die soziale Hängematte wählen.



Geldregen auf dem Bundesplatz 2013 bei der Übergabe der Unterschriften für die Grundeinkommens-Initiative

Oktober 2013 vor dem Bundeshaus in Bern: Ein Camion karrt fünfzehn Tonnen Münzen an, bald regnet es acht Millionen Fünfräppler auf den Bundesplatz. Neben dem goldglänzenden Geldhaufen deponierten die Initianten 126 000 Unterschriften für ihre Volksinitiative «Bedingungsloses Grundeinkommen», das am 5. Juni zur Abstimmung kommt.

**GOLD STATT ROT.** Die Idee: Acht Millionen Menschen – vom Baby bis zum Greis – erhalten einen Sockelbetrag ohne Pflicht zur Arbeit. Kein Mensch würde mehr arbeiten, nur um seine Existenz zu sichern. Die Kampagne für diese Idee setzt ästhetisch auf die Farbe des Golds. Nicht das

Rot des «miesepetrigten Klassenkampfes», so Künstler Enno Schmidt, sondern Gold grundiert die revolutionäre Idee.

Einmal haben Schmidt und der Mitinitiant Daniel Häni diesen Gedanken künstlerisch umgesetzt und das kommunistische Symbol Hammer und Sichel vergoldet. Das war auch ein Plädoyer gegen eine sozialistische Jobgarantie. Der Gegenentwurf ist eine Arbeit, die dem Leben «Würde und Sinn» verleiht; auch, indem sich Arbeitgeber und Angestellte, ausgestattet mit einem existenzsichernden Minimum, mehr auf Augenhöhe begegnen können.

Für Monika Rühl, Direktorin von Economiesuisse, ist dies ein utopisches Phan-

tombild, geleitet von der falschen Annahme, die vom Arbeitszwang befreiten Menschen würden ihren Neigungen und Talenten nachgehen und damit die Gesellschaft als Ganzes bereichern. In dieselbe Kerbe schlägt der Sozialdemokrat Rudolf Strahm im «Tages-Anzeiger». Für ihn ist es typisch, dass Kulturschaffende und Theologen dem Traum von der «Befreiung aus entfremdender Arbeit» nachhängen. Der ehemalige Preisüberwacher sorgt sich vor allem um Jugendliche in der schwierigen Phase zwischen der Schule und der ersten Stellensuche: «Wo ist da der Anreiz, den oft beschwerlichen Weg von der Schule in die Arbeitswelt zu bewältigen?», fragt er rhetorisch.

**«Unsere Idee wird wie die AHV oder das Frauenstimmrecht mehrere Anläufe an der Urne brauchen.»**

•••••

ENNO SCHMIDT

Und: «Wo ist der Druck oder Leistungsanreiz zu einer Berufslehre?»

Schmidt kontert: Vielleicht werde das Grundeinkommen dafür sorgen, dass die Eltern mehr Zeit hätten, um ihre Kinder zu begleiten. Vielleicht würden Diskussionen um die Arbeit am Familientisch weniger von der Sorge um den künftigen Job dominiert, sondern mehr vom Entfalten der Talente.

Arbeit und Existenzsicherung zu entkoppeln, war für Schmidt schon beim Kampagnenstart vor zehn Jahren zentral. Denn die unbezahlte Arbeit – Betreuungsarbeit, Haushalt und ehrenamtliches Engagement – überwiegt die bezahlte Arbeit. Bisher blieben dabei die Frauen mit ihrem weit grösseren Anteil an nicht entlohnter Care-Arbeit im Haushalt auf der Strecke. Dass hier das Grundeinkommen finanziell eine gewisse Kompensation ermöglichen würde, wird Schmidt nun zum Vorwurf gemacht. Es sei letztlich eine Art «Herprämi», sagen Feministinnen. Weniger polemisch formulieren die Evangelischen Frauen Schweiz (EFS) ihre Kritik. Sie befürchten, dass die «bereits bestehenden Ungleichheiten zwischen Mann und Frau durch das Grundeinkommen noch verstärkt würden».

EFS-Geschäftsführerin Edith Siegenthaler stört vorab der Betrag von 2500 Franken. Diese Zahl wird in der Diskussion oft als monatliches Grundeinkommen genannt. «Ein gleicher Grundbetrag für alle ist schon deshalb ungerecht, weil die Lebenshaltungskosten regional stark variieren», so Siegenthaler. Noch stossender ist für sie, dass das Grundeinkommen allen, ob reich oder arm, zustehen soll. «Eine gerechte Umverteilung kommt den Menschen zugute, die wirklich Unterstützung brauchen.»

**LANGER UMDENKPROZESS.** Enno Schmidt dagegen spricht geradezu theologisch vom «Zuspruch für alle» durch ein bedingungsloses Grundeinkommen. Dieser Denkansatz, den Menschen ins Zentrum zu stellen, erhält von vielen Theologinnen und Pfarrern Beifall. Aber der Rückweg ins Paradies sei nur durch «harte Arbeit im Schweisse des Angesichts» möglich, so Schmidt. Ein langer Umdenkprozess stehe der Menschheit bevor, um in den Garten Eden zurückzukehren. Die Schweiz spiele in dieser epochalen Debatte dank der direkten Demokratie die Rolle des Zukunftslabors, so Schmidt. Indes gibt sich der Visionär realistisch: «Wie beim Frauenstimmrecht oder der AHV wird es wohl mehrere Anläufe brauchen, bis das Grundeinkommen zum Gesetz wird.» Doch Schmidt ist überzeugt: Probleme wie Automatisierung, überbürokratisierte Sozialsysteme sowie Fragen nach sinnstiftender Arbeit würden das Thema weiter auf der politischen Agenda halten. **DELPH BUCHER**

## Die Reformierten arbeiten eine Mitschuld auf

**VERDINGKINDER/** Über die Rolle der reformierten Kirchen in der damaligen Heim- und Verdingkinderpraxis ist noch wenig bekannt. Erste Erkenntnisse zeigen: Aufarbeitung tut not. Denn viele involvierte Organisationen standen der Kirche nahe.



Viele Verdingkinder standen unter kirchlicher Aufsicht

«Es gab uns zu denken, warum sich der Geistliche nicht für uns Gepeinigte einsetzte», schreibt der Heim- und Verdingbub Gotthard Haslimeier in seinen Lebenserinnerungen. In Zürich 1918 unehelich geboren, wurde er von den Behörden fremdplatziert und erlitt an Pflegeplätzen teils brutalste Gewalt. Wie er berichten viele Betroffene – Kinder und Jugendliche aus armen Verhältnissen –, wie sie bis weit ins 20. Jahrhundert hinein in Anstalten oder bei Bauern ausgenutzt und misshandelt wurden. Die Schweiz ist dabei, das Kapitel der fürsorglichen Zwangsmassnahmen aufzuarbeiten, die Landeskirchen beteiligen sich an der Wiedergutmachung. Während es über die Rolle der katholischen Kirche in der damaligen Heim- und Verdingkin-

derpraxis schon Studien gibt, ist über jene der Reformierten erst wenig bekannt. An einer Tagung des Schweizerischen Evangelischen Kirchenbunds (SEK) in Bern erhielten Ende März rund sechzig Interessierte erste Anhaltspunkte, wie stark reformierte Akteure in das System eingebunden waren.

**RAUM FÜR MISSBRAUCH.** So entschieden Dorfpfarrer oft bei Fremdplatzierungen mit und beaufsichtigten die Pflegeplätze, wie die Historikerin Loretta Seglias ausführte. Häufig übertrugen Gemeinden privaten Organisationen Fürsorgeaufgaben, darunter konfessionell geprägten Sittlichkeitsvereinen. Diese waren teils fest in reformierten Kirchgemeinden und evangelikalen Freikirchen verankert. Zudem gab es allein in der Deutschschweiz bis zu 300 Kinderheime mit reformierter Ausrichtung. Zwar wiesen einzelne Kirchenvertreter auf Missstände hin – einer der ersten Kritiker des Verdingkinderwesens war der reformierte Berner Pfarrer Albert Bitzios, besser bekannt als Jeremias Gotthelf. Und es habe immer auch liebevolle Menschen gegeben, so Seglias: «Aber die Strukturen liessen enorm viel Raum für Missbrauch.»

Kommt dazu, dass harte Arbeit und körperliche Züchtigung zur christlichen Armenerziehung gehörten, wie die Forscher Thomas Huonker und Pierre Avanzino darlegten. Den Reformierten galt Armut als Laster, das als Ausdruck einer nicht gottgefälligen Lebensweise mit allen Mitteln beseitigt werden musste. Angesichts des Leids vieler Kinder sei das Selbstbild jener Kreise, wonach man als Wohltäter gefährdete Seelen habe retten wollen, «fehl am Platz», konstatierte Historiker Huonker. Nicht die Fremdplatzierungen an sich seien der Skandal, sondern die Tatsache, dass Kinder an ihren Pflegeplätzen die Hölle auf Erden erlebten. Reformierte Kirchgemeinden, Organisationen und Institutionen können heute einiges zu Aufarbeitung und Wiedergutmachung beitragen. Etwa, indem sie Akten sichern und ihre Archive für ehemalige Verding- und Heimkinder offenhalten, wie Florian Fischer, Historiker und Synodalrat der Reformierten Kirche des Kantons Luzern, sagte. Er rät, die Zuständigen in den Kirchgemeinden dafür zu schulen. **SUSANNE WENGER**

Aus der Sicht eines Betroffenen:  
[www.reformiert.info/verdingkind](http://www.reformiert.info/verdingkind)



# Auf dem Weg zur «Pfafföse»

**ITHAKA/ Barbara Ruchti ist jetzt im zweiten Semester ihres Theologiestudiums. Die Quereinsteigerin hat die ersten Prüfungen bestanden und ist angekommen im Uni-Leben. Aber es ist «ein Chrampf».**



PHOTO: ALEXANDER EGGER

Freie Momente sind ein rares Gut. Barbara Ruchti bei Semesterbeginn im Platanenhöfli

Von wegen «lustiges Studentenleben». Wer in vier Jahren Pfarrer werden will, muss ganz schön Gas geben. Zu diesem Schluss kommt Barbara Ruchti nach dem ersten Semester an der Theologischen Fakultät. Der Schwerpunkt lag bei den alten Sprachen, Hebräisch hat sie bereits abgeschlossen. «Natürlich braucht man als Theologin den Zugang zu den Schriften in der Originalsprache. Aber meine Begeisterung für den Riesenaufwand war einigermaßen klein.»

Jetzt, im zweiten Semester, liegen 2000 Jahre Kirchengeschichte vor ihr. Ruchtis Augen leuchten: ein Fest! Einen Einblick zu bekommen in die Geschichte des Christentums, in die Biografien der Kirchenväter und der Mystiker und in die Glaubenszeugnisse in der Architektur, der Kunst und Musik, sei ein Riesprivileg. «Angesichts der Materialfülle muss man aber auch eine gewisse Gelassenheit und Demut entwickeln», meint Ruchti. «Sonst denkt man schnell: Das schaffe ich nie.» Überhaupt fällt ihr der Rollentausch vom Profi zur Anfängerin nicht immer ganz leicht. «In den vergangenen Jahren im Berufsleben als Sozialtherapeutin war ich eine erfahrene Berufsfrau. Ich fühlte mich kompetent und konnte überall mitreden. Nun stehe ich als Greenhorn vor so viel neuen Informationen und muss konstatieren: Eigentlich weiss ich nichts.»

**DER EINSTIEG WAR HAPPIG.** Natürlich weiss die Soziologin mit Lizentiatsabschluss schon einiges. Und sie hat erfolgreiche Lernstrategien und kann ihre Zeit einteilen. Dennoch sei der Einstieg für sie immer noch «happig», erzählt sie. Für alles brauche sie viel Zeit, müsse das Gelernte wiederholen und sei auch in den Semesterferien praktisch nur am Lernen.

«Studieren ist ein Chrampf. Früher habe ich auch viel gearbeitet, aber nie so viel wie jetzt. 60-Stunden-Wochen sind der Normalfall.»

Aber ihr Einsatz lohnt sich, und auch der Alltag funktioniert. Die ersten Prüfungen hat sie bestanden, das Geld reicht (knapp), und in das Leben als Studierende findet sie sich mehr und mehr ein. «Mittags treffe ich mich manchmal mit meinen Mitstudierenden, spannende Menschen mit viel Lebenserfahrung. Wir essen und plaudern wenn immer möglich draussen im lauschigen Platanenhöfli an der Uniböbli – ein schöner Ausgleich zum einsamen Lernen zu Hause.»

**IHRE FREUNDE FINDENS GUT.** Unterstützung bekommt Barbara Ruchti von den unterschiedlichsten Seiten. Ihr Götti zum Beispiel überweist ihr monatlich hundert Franken. «Für mich ist das viel Geld im Moment.» Überhaupt sei in ihrem Umfeld die anfängliche Skepsis, dass sie Pfarrer werden wolle, verschwunden. Anfangs hörte sie noch Sätze wie «Ah, jitz hesches plötzlich mitem Tschiises.» Das sei aber vorbei. «Die Leute interessieren sich für mein Studium, und ich bin erstaunt, wie viele über Gott und Religion reden wollen. Das scheint einem grossen Bedürfnis zu entsprechen.»

In dreieinhalb Jahren könnte sie schon im Pfarramt sein. Sie freut sich, Gottesdienste zu gestalten und den Menschen in schwierigen Lebenssituationen beizustehen. Eine Freundin habe sie kürzlich um ihren theologischen Rat als «Pfafföse», wie sie es nannte, gebeten. Da habe sie zum ersten Mal überlegt, was sie wohl als professionelle Seelsorgerin sagen würde. «Zum Glück dauert es noch etwas, bis ich eine richtige Pfafföse bin.»

KATHARINA KILCHENMANN

## Mit Vollgas in den Pfarrberuf

Ithaka, das «Intensivstudium Theologie für Akademikerinnen und Akademiker», gibt es seit Herbst 2015. Die Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn bieten zusammen mit der Theologischen Fakultät der Uni Bern und der Kirchenleitung ein vierjähriges Ausbildungsprogramm an. Ein ähnliches Studium gibt es an den Universitäten Zürich und Basel («Quest»).

**FORTSETZUNG FOLGT:** «reformiert.» begleitet Barbara Ruchti auf dem Weg ins Pfarramt.

## marktplatz.

INSERATE:  
info@koemedia.ch  
www.koemedia.ch  
Tel. 071 226 92 92

**Unterwegs zum Du**  
Region Base/Nordwestschweiz: 061 313 77 74  
Region Bern/Mittelland: 031 312 90 91  
Region Zürich/Zentralschweiz: 052 672 20 90  
Region Ostschweiz: 052 536 48 87  
www.zum-du.ch persönlich – beratend – begleitend

**blablart**  
4-Jahreszeiten-  
FrauenSchreibWerkstatt  
www.blablart.ch/schreibwerkstatt

**www.Teneriffa-Fewo.com**  
Teneriffa-Süd-Ferienwohnungen (2). Nähe Strand, sehr schön ausgestattet, für nur 350 € je Woche für 2 P. bzw. 420 € für 3 P. bzw. 490 € für 4 P. von privat zu mieten. Tel. 0049-1702331409 (Prof. Dr. Erich Bächle, e.baechle@t-online.de)

**reformiert.**

**BERGSOMMER GENIESSEN**  
in der Zeit vom 17.6 bis 11.9.2016  
Wir freuen uns auf Sie!  
Senden Sie uns dieses Inserat mit ihrer Adresse zu: wir tauschen es um in einen Feriengutschein über 20% Rabatt auf den Zimmer-Preis.  
**HOTEL BELLA LUI**  
Seit 1930, Partner Swiss Historic Hotels  
Hotel Bella Lui 1930 | Route Totzet 8 | 3963 Crans-Montana | Telefon 027 481 31 14 | www.bellalui.ch

**HARMONIE & INSPIRATION**  
VEREINT AN EINEM ORT  
Seminare, Aus- und Weiterbildung. Ferien und Retraiten für Einzelgäste. Jugendhaus im Park.  
Evang.-ref. kirchliches Zentrum an schönster Lage mitten in der Natur zwischen Lausanne und Vevey.  
Chemin de la Chapelle 19a  
1070 Puidoux - 021 946 03 60  
www.cret-berard.ch **CRÉT BÉRARD**

**Vortragsreihe**  
Die Zukunft der religiösen Minderheiten im Nahen Osten  
**Fünf Jahre nach dem «Arabischen Frühling»**  
■ Mittwoch | 4. Mai 2016 | 18.00 Uhr  
Hotel Glockenhof | Sihlstrasse 31 | 8001 Zürich  
■ Daniel Williams  
Langjähriger Korrespondent der Washington Post und Los Angeles Times  
Ehemaliger Menschenrechtsbeobachter von Human Rights Watch  
Präsentiert sein neues Buch:  
■ Forsaken  
The Persecution of Christians in Today's Middle East  
Deutsche Simultanübersetzung  
www.middle-east-minorities.com | www.csi-schweiz.ch  
**Voranzeige**  
■ Dienstag | 14. Juni 2016 | 18.00 Uhr | Hotel Glockenhof  
■ Dr. Mariz Tadros  
Egypt's Post-Arab Spring Transition: The Challenges of Social Pluralism  
**tcsi**  
Christian Solidarity International

## reformiert. EVANGELISCH-REFORMIERTE ZEITUNG FÜR DIE DEUTSCHE UND RÄTOROMANISCHE SCHWEIZ

«reformiert.» ist die Mitgliederzeitung der reformierten Kirchen von Zürich, Aargau, Bern-Jura-Solothurn und Graubünden. Die Zeitung erscheint monatlich mit einer Auflage von 706 240 Exemplaren und einer zusätzlichen Zwischennummer im Kanton Zürich mit einer Auflagenstärke von 233 515 Exemplaren.

**Infolge Pensionierung des bisherigen Stelleninhabers suchen wir für die Verlage in Zürich und Brugg per September 2016 (oder nach Vereinbarung)**

## einen Verlagsleiter/eine Verlagsleiterin (80%)

### Aufgabenprofil:

Gesamtleitung des Verlags und gemeinsame Geschäftsleitung mit der jeweiligen Redaktionsleitung an zwei Standorten  
Verantwortung in den Bereichen Druck, Vertrieb, Lesermarketing, Öffentlichkeitsarbeit, Anzeigenverkauf, Administration und Finanzen  
Kontaktpflege und Networking mit Kirchengemeinden (unseren Kunden)

### Sie bringen mit:

- Berufserfahrung im Verlagswesen
- Führungskompetenz
- Kommunikative Fähigkeiten
- Teamfähigkeit
- Kenntnisse kirchlicher Strukturen

### Wir bieten:

- Eine vielseitige, herausfordernde und selbständige Tätigkeit
- Mitarbeit an einem anspruchsvollen Zeitungsprojekt
- Zeitgemässe Entlohnung und Sozialleistungen
- Einen attraktiven Arbeitsort in der Altstadt von Zürich

Bei Fragen zu der ausgeschriebenen Stelle wenden Sie sich bitte an Kurt Blum (bisheriger Stelleninhaber): kurt.blum@reformiert.info  
Telefon 044 268 50 00

Gerne erwarten wir Ihre Bewerbung per E-Mail bis zum 8. Mai 2016 an die folgende Adresse:

Trägerverein reformiert.zürich  
Pfrn. Undine Gellner, Präsidentin  
undine.gellner@reformiert.info



**FÜLLE/** Wer bewusst atmet, kann Angst und Unruhe bezähmen, sagt der Yogalehrer.

**NOT/** Wer nicht mehr atmen kann, macht schlimmste Ängste durch, sagt der Lungenarzt.

## Der stetige Flügelschlag des Lebens

**Atemlos, atemberaubend, Atemtechnik, Atemtherapie, Atemwege und Atemstillstand: Kaum eine Lebensfunktion ist so allgegenwärtig wie der Atem. Er hat sogar einen Hauch von Heiligkeit.**

FOTOS: MANUEL ZINGG

Morgens viel zu früh. Erste Autos fahren zischend durch den Regen. Die Katze miaut hungrig und will nicht Ruhe geben. Und ein Nachbar wirft die Holzfräse an. Also Ohropax in die Gehörgänge gedrückt und weitergeschlafen. Doch jetzt macht sich ein neues, ungewohntes, intensives Geräusch bemerkbar: der eigene Atem. Den man normalerweise nicht hört, der aber bei versiegelten Ohren plötzlich zum dominanten Geräusch wird, ein stossweises Brausen wie eine kleine Brandung im Kopf.

Dabei wird einem bewusst, was normalerweise unbewusst abläuft: das vom vegetativen Nervensystem gesteuerte Schöpfen von lebensnotwendigem Sauerstoff und Ablassen von schädlichem Kohlendioxid. So also tönt der Mechanismus des Lebens, wenn wir in uns hineinhorchen.

Auf einmal kommt die Frage auf: Was geschähe, wenn wir jeden Atemzug bewusst vollziehen müssten? Wenn die Atmung ohne Willensakt nicht funktionierte? Man ist versucht, es auszuprobieren. Einatmen, ausatmen, einatmen, ausatmen. Bewusst und gesteuert. Dabei wird schnell deutlich: Ein solches Dasein wäre unmöglich. Man müsste sich ohne Unterlass auf seine Lungentätigkeit konzentrieren. Und vergässe man mal für einen Moment das Atmen, würde man mit einem Erstickenanfall drastisch an das Versäumte erinnert.

Den Atem zu steuern, kann durchaus nützlich sein, zum Beispiel, um Angst oder Schmerzen zu dämpfen. Und doch ist es gut, dass er sich auch von selbst steuert. Beides ist möglich – und so wird der Atem zum Bindeglied zwischen bewusstem Tun und unbewussten Abläufen, zwischen Geist und Materie. Der Atem ist als Bewegung am Körper sichtbar und hat doch auch wieder etwas Unkörperliches, denn was er transportiert, ist unsichtbares Gas, eine geheimnisvolle Geistsubstanz des Lebens.

**LEHM WIRD LEBENDIG.** Wer einmal an einem Nothilfekurs in Mund-zu-Mund-Beatmung unterwiesen wurde, ahnt, wie es sich in einer Notlage anfühlen muss, einem anderen Menschen Luft einzu blasen: wie ein quasi heiliger Akt der Lebenserhaltung. So erstaunt es kaum, dass der Atem in vielen Religionen ein Bild ist für die göttliche Kraft, aus der das Leben entstanden ist. Laut der Bibel formte Gott den ersten Menschen aus Lehm; zum Leben erwachte dieser aber erst, als der Schöpfer seinem Geschöpf den göttlichen Atem einhauchte.

Nach christlichem Verständnis steht Atem auch für den Heiligen Geist. Das griechische Wort «pneuma» bedeutet sowohl Atem wie Geist. «Als nun die Zeit erfüllt und der Tag des Pfingstfestes gekommen war, waren sie alle beisammen an einem Ort. Da entstand auf einmal vom Himmel her ein Brausen, wie wenn ein heftiger Sturm daherfährt, und erfüllte das ganze Haus, in dem sie sassen.» (Apg 2,1–2) Dieses Brausen war der göttliche Atem, der Geist Gottes, der über die Apostel kam. Vielleicht wie das Brausen, das man hört, wenn man in sich hineinhorcht – nur umfassender, mächtiger, inspirierender. **HANS HERRMANN**





Claudia Lukaschek, Freitaucherin



Heinz Krestel, Arzt



Rolf Stampfli, Umweltbeamter



Anne-Marie Müller, Seelsorgerin



Wilfrid Schichl, Yogalehrer



Eliana Burki, Musikerin

# Nichts als warme Luft? Atem ist mehr, viel mehr

**EXPERTEN/ Was haben eine Taucherin, eine Musikerin und ein Arzt gemeinsam? Sie alle haben zum Atem eine besondere Beziehung. Die Taucherin kann ihn besonders lange anhalten, die Musikerin bringt ihn zum Klingen, und der Arzt erforscht das Phänomen des Gähnsens.**

**«Ohne Luft zu sein, macht mich glücklich»**

Sechs Minuten ohne Luftholen – beim Apnoe-Tauchen in bis zu sechzig Metern Tiefe findet Claudia Lukaschek die absolute Ruhe und Kraft für den Alltag.

«Man atmet tief ein und lässt sich ins Nichts fallen. Es ist ein kontrolliertes Loslassen, ein extrem faszinierendes Gefühl. Ich bin nicht esoterisch veranlagt, aber beim Freitauchen spüre ich, dass sich Körper, Geist und Seele vereinen. Man ist mit sich und mit sonst nichts. Man hört und spürt den Puls, hört das Rauschen des Blutes, es ist ein tiefer innerer Friede, eine unbeschreibliche Freiheit. Für mich gibt es nichts Schöneres. Freitauchen ist weit mehr als ein Sport. Es ist ein Lebensgefühl. Danach fühle ich mich total entspannt. Wie nach einer Woche Ferien.

Natürlich braucht es viel Grundvertrauen und mentale Stärke. Denn der Sport birgt auch Gefahren. Man muss seine eigenen Grenzen kennen, genau auf den Körper hören. Dieser sagt einem, wenn man auftauchen muss. Alleine darf man nie sein: Wir sind immer zu zweit. Unser Leben liegt in den Händen des Tauchpartners. Atemnot oder ein Gefühl von Ersticken kennen wir nicht. Der Sauerstoff sucht sich seinen Weg, verteilt sich, geht Richtung Herz und Hirn.

Meine Rekorde sind 6,02 Minuten im Zeittauchen und 154 Meter Strecke. Im Wettkampf kommt irgendwann eine unangenehme Phase. Das Zwerchfell bewegt sich auf und ab, und der Körper kämpft ums Überleben. Angst empfinde ich nie. Erst beim Auftauchen kommt der Reflex zu atmen. Dann fehlt die Luft. Wir gehen bis an unsere Grenzen und loten diese ständig aus. Darüber hinausgehen darf man nicht, sonst wird es lebensgefährlich.» **AUFGEZEICHNET: SANDRA HOHENDAHL**

**CLAUDIA LUKASCHEK, 48**, ist Schweizer Rekordhalterin in den Disziplinen Zeit- und Streckentauchen

**«Das Gähnen ist schwer zu beeinflussen»**

Täglich gähnen wir etwa 160 Mal. Wozu, weiss die Forschung noch immer nicht genau. Klar ist nur: Atmen und gähnen gehören zusammen, sagt Heinz Krestel.

«Wir gähnen öfter, wenn wir müde oder gelangweilt sind. Und es hilft, die Lungen zu entfalten. Typischerweise gehören eine schnelle Einatmung und eine langsame Ausatmung dazu, oft auch eine Streckbewegung. Die Gefässe erweitern sich, es fließt mehr venöses Blut zum Herz. Und: Wenn jemand gähnt, so ist dies ansteckend.

Atmen und Gähnen sind Phänomene, die willentlich schwer zu beeinflussen sind und die im Hirn ihre zentrale Steuerung haben. Ist die Bedeutung des Atmens offensichtlich, so ist die des Gähnsens noch nicht vollständig geklärt. Es gibt verschiedene Theorien: dass Körper und Hirn besser mit Sauerstoff versorgt werden oder dass es wacher machen soll. Oder, besonders interessant, dass das Gähnen eine soziale Funktion hat, indem es die Kommunikation in der Gruppe fördert. So werden ähnliche Hirnregionen, die für Empathie und Mitgefühl zuständig sind, auch beim Gähnen aktiviert.

Gähnen wir zu oft und ohne typischen Anlass, so kann das auf ein Ungleichgewicht verschiedener Hirnfunktionen hindeuten. Bekannt ist seit Längerem, dass manche Patienten nach einem Hirn-schlag besonders viel gähnen müssen. Eine dafür verantwortliche Hirnregion konnten wir in unserer neurologischen Klinik mit moderner Bildgebung näher eingrenzen.

Die vielen offenen Aspekte, sowohl die funktionalen als auch neurologischen, machen das Thema nicht zum Gähnen. Vielmehr reizen sie dazu, nach wie vor zu forschen.» **AUFGEZEICHNET: MARIUS SCHÄREN**

**HEINZ KRESTEL, 47**, ist Oberarzt an der Universitätsklinik für Neurologie des Berner Inselspitals

**«Unsere Nase ist besser als jedes Messgerät»**

Permanent und über lange Zeit schlechte Gerüche einzatmen, kann psychische Folgen haben. Rolf Stampfli beschäftigt sich beruflich mit solcher Atemluft.

«Bei meiner Arbeit habe ich es oft mit schlechten Gerüchen zu tun, die im Kanton Solothurn vor allem von Bauernhöfen, Restaurants oder Imbissbuden, Industrieanlagen und Holzfeuerungen stammen. Im Fachjargon nennen wir dies «geruchsintensive Luft». Zu dieser zählen Gerüche von Mist, Gülle, Fritteusen oder Küchenlüftungen. Atmen Menschen geruchsintensive Luft permanent und über längere Zeit ein, kann sich das auf ihre Psyche auswirken. Sie können aggressiv werden oder an Schlafstörungen leiden, weil sie sich etwa ständig über den Gestank aufregen. Im Unterschied aber zu Ozon oder Feinstaub hat die geruchsintensive Luft in den allermeisten Fällen keine direkten Folgen auf unsere Organe.

Die Schwierigkeit bei meiner Arbeit ist, dass Gerüche nicht messbar sind. Ein Geruch besteht immer aus verschiedenen Substanzen. Welche sollte man da überhaupt messen? Zudem ist unsere Nase viel empfindlicher als das beste Messgerät. Beklagt sich jemand über einen Gestank, dann können wir einschätzen, ob dies schlimm ist oder nicht. Dazu beurteilen wir die Situation zu verschiedenen Zeiten und unterschiedlichen Temperaturen. Wir betreiben keine exakte Wissenschaft.

Die Klagen über geruchsintensive Luft haben in den letzten zwanzig Jahren aus verschiedenen Gründen abgenommen; Bauernhöfe befinden sich kaum noch in den Dörfern, man nimmt allgemein mehr Rücksicht, und Bauvorschriften sind entstanden.» **AUFGEZEICHNET: NICOLA MOHLER**

**ROLF STAMPFLI, 57**, arbeitet in der Abteilung Luft im Amt für Umwelt des Kantons Solothurn

**«Der Atem beseelt unsere Erdschwere»**

Anne-Marie Müller hat schon Menschen bis zum letzten Atemzug begleitet. Im Augenblick des Todes sei Lebendigkeit besonders spürbar, berichtet sie.

«Der Atem stockt, setzt aus, dann wieder ein. Wenn jemand stirbt, rückt der sonst kaum wahrnehmbare Atem in den Vordergrund. Am Sterbebett meint man oft, jetzt hört er oder sie auf zu atmen. Aber dann atmet er doch wieder. Das kann sich eine gefühlte Ewigkeit hinziehen. Man atmet mit, hält gleichzeitig mit dem Sterbenden den Atem an. Wenn es wirklich vorbei ist, schnauft man auf. Erleichterung tritt ein.

Es ist ein unangenehmes Gefühl, wenn sich der Atem verändert. Bei einer Frau, die ich begleitet habe, hat sich bei jedem Atemzug der ganze Körper gewölbt. Ich bekam dabei selber fast Atemnot. Eine andere Frau hat geröchelt, weil sie viel Wasser auf der Lunge hatte. Besonders schwierig sind solche Situationen für die Angehörigen. Sie haben Angst, dass der Sterbende erstickt. Unter Morphin wird der Atem noch schwerer. Man sagt, die Betroffenen selber spürten das nicht. Aber wissen können wir das ja nicht.

Aus Perspektive der Begleitenden ist der Begriff «Jetzt» zentral. Mit dem letzten Atemzug tritt ein Moment der Gegenwart ein, der so unmittelbar ist, dass man ihn fast mit Händen greifen kann. Obwohl der Sterbende nicht mehr da ist, sind die, die ihn umgeben haben, umso mehr da. Spätestens in diesem Moment ist man absolut präsent. Man ist nirgends anders als im Hier und Jetzt.

Der Atem weht durch uns hindurch und beseelt unsere Erdschwere. Und verbindet somit letztlich Himmel und Erde.» **AUFGEZEICHNET: SANDRA HOHENDAHL**

**ANNE-MARIE MÜLLER, 52**, ist Pfarrerin in Zürich Höngg und ehemalige Seelsorgerin in einem Pflegeheim

**«Durch Atmen hole ich mich zu mir zurück»**

Die Atemregulierung ist ein wichtiger Pfeiler des Yoga. Wilfrid Schichl praktiziert es seit über dreissig Jahren; noch immer stockt ihm manchmal der Atem.

«Dem Atmen kommt im Yoga grosse Bedeutung zu, denn die Praxis basiert auf den zwei Pfeilern «Körperstellungen» sowie «Atemregulation und -kontrolle». Das Atmen wirkt als Bindeglied zwischen der physischen und der emotionalen Welt, nicht nur das Ein- und Ausatmen, sondern auch der Stillstand dazwischen. Erfahrene Yogis machen diese Pausen automatisch, ohne Willensanstrengung.

Zusammen mit den Körperstellungen ist das Atmen ein Mittel zur Versenkung nach innen, deren Ziel der inhaltsleere Bewusstseinszustand ist. Auf den ersten Blick sieht dies wie ein Rückzug oder eine Flucht nach innen aus, doch die Wirkung ist eine andere: Die innere Leere fühlt sich als Fülle an und nährt mich. Ich erlange mehr Gelassenheit und emotionale Stabilität. Wenn ich meinen Brustraum öffne und meine Lungen entfalte, gehe ich auf für diese Welt, kann innerlich gestärkt dieser Welt aufmerksam be- und entgegenen.

Ich mache seit dreissig Jahren Yoga, und die Art, wie ich atme, hat sich verändert. Doch auch mir passiert es, dass mich Gefühle mitreissen und mein Atem sich verändert, flach, kurz oder stockend wird. Dann entferne ich mich von mir selbst und auch vom Atmen. Durch die Konzentration auf den Atem kann ich zu mir zurückkommen, Ruhe in meine Gefühlswelt bringen. Der Atem ist eine enorme Kraftquelle. Deshalb fällt der Atemschulung grosse Bedeutung zu und haben Yogis zahlreiche Übungen entwickelt, die den Atem verlängern und verfeinern.» **AUFGEZEICHNET: ANOUK HOLTHUIZEN**

**WILFRID SCHICHL, 51**, leitet seit 1991 die Iyengar-Yoga-Schule in Bern. Er war Schüler von B.K.S. Iyengar

**«Der Atem ist die Basis meines Alphornspiels»**

Neunzig Minuten lang Alphorn zu spielen, braucht einen langen Atem. Die Musikerin Eliana Burki hat ihn – dank konsequenter sportlicher Trainings.

«Ich liebe die tiefen archaischen Klänge des Alphorns. Um diese in ihrer Perfektion zu beherrschen, ist eine gute Atemtechnik das A und O. Der Atem ist die Basis. Meine Atmung trainiere ich mit Ausdauersport: Ich jogge mit meinen Hunden, ich schwimme, ich praktiziere und unterrichte Yoga. Mein gleichmässiger und ruhiger Atemfluss ist die Voraussetzung dafür, dass ich meine Konzerte à neunzig Minuten überhaupt durchhalten kann.

Beim Spielen versetze ich durch die Vibration der Lippen die ausgeatmete Luft in Schwingung. Dies erregt die Luft im Innern des Instruments, und Töne erklingen. Vibriere ich beispielsweise die Lippen schnell, entsteht ein tiefer Ton. Spiele ich jedoch hohe Töne, bewege ich die Lippen langsam. Egal, ob ich Musik mache, Sport treibe oder mit lungenkranke Kindern arbeite: Alles dreht sich um den Atem. In Davos bringe ich Kindern mehr Gelassenheit und emotionale Stabilität. Wenn ich meinen Brustraum öffne und meine Lungen entfalte, gehe ich auf für diese Welt, kann innerlich gestärkt dieser Welt aufmerksam be- und entgegenen.

Mit sechs Jahren, im Keller von Freunden meiner Eltern, blies ich zum ersten Mal in ein Alphorn. Auf Anhieb spielte ich eine ganze Tonleiter. Es war, als ob ich dieses Instrument bereits in einem früheren Leben gespielt hätte. Eine komplett neue Welt hat sich mir dabei aufgetan. Da wusste ich: Das ist es, was ich will.» **AUFGEZEICHNET: NICOLA MOHLER**

**ELIANA BURKI, 32**, spielt viele Musikstile auf dem Alphorn – Worldpop auf dem neusten Album «Arcadias»





Roland Keller ist auf Sauerstofftherapie angewiesen. Er hat das Gerät in der Schweiz eingeführt

# Vom reinen Glück des freien Atmens

**MEDIZIN/ Der Mensch soll frei atmen können und keine Atemnot verspüren. Dafür setzte sich der Lungenarzt Roland Keller ein Berufsleben lang ein. Er selbst leidet unter den Folgen einer Tuberkulose im Jugendalter.**

**Roland Keller, was ist der Atem?**

**ROLAND KELLER:** Leben heisst atmen. Das ist schon in der biblischen Genesis so. Dort heisst es, Gott hauchte dem Menschen den Atem ein, und er wurde zur lebendigen Kreatur. Und später: «Wenn er den Odem verliert, zerfällt er zu Staub.» Ohne Atmung gibt es kein Leben. Das wird vor allem jenen bewusst, die plötzlich oder chronisch zu wenig Luft haben.

**Was empfinden sie?**

Akute Atemnot löst starke Angst aus, ja Todesangst. Vor einigen Wochen hatte ich einen Herzanfall mit akuter Atemnot und Bewusstlosigkeit. Ich weiss also, wie es sich anfühlt, keine Luft mehr zu bekommen und Angst vor dem Ersticken zu haben. Das ist sehr schlimm. Es war für mich aber schon immer ein hochethisches Prinzip, dafür zu sorgen, dass der Mensch keine Atemnot haben muss.

**Sie haben als Lungenfacharzt ein Leben lang Menschen behandelt. Was ist das Spezielle an chronischen Atemwegserkrankungen?**

Grundsätzlich unterscheidet man chronische Krankheiten mit akuten Anfällen und solche mit anhaltenden Einschränkungen. Der Prototyp ist der akute Asthmaanfall: Jemand geht über ein Feld, alles blüht, die Nase läuft, im Brustraum wird es eng, das Atmen wird schwierig. Der versierte Asthmatiker hat seine Medikamente griffbereit oder geht rasch zurück ins Haus. Wenn er das nicht macht, kann er einen Asthmaanfall bekommen, der im schlimmsten Fall zum Tod führt.

**Das ist aber nicht die Regel.**

Nein, weil die verkrampften Bronchien sich wieder lösen, wenn man bewusstlos ist. Aber es kann lebensgefährlich sein. Heutzutage sind durch Asthma verursachte Todesfälle sehr selten. Früher galt ein Asthmaanfall noch als akuter Notfall. Das ist heute nicht mehr so. Die Asthmatherapie hat sich in den letzten dreissig Jahren wesentlich verbessert. Die Patientinnen und Patienten sind besser informiert und können sich selber therapieren.

## Roland Keller, 78

Der Lungenfacharzt war von 1976 bis 2000 Chefarzt für Pneumologie in der Klinik Barmelweid AG und im Kantonsspital Aarau. Bis 2005 arbeitete er in eigener Praxis. Mit dreizehn Jahren erkrankte er an Lungentuberkulose. Seit zehn Jahren leidet er unter zunehmender Atemnot und ist auf ein mobiles Sauerstoffgerät angewiesen. Er hat vor 25 Jahren selber diese «mobile Sauerstofftherapie» in der Schweiz eingeführt.

**Gut behandeltes Asthma ist kein Problem?**

Ja und nein. Was oft bleibt, ist die Erwartungsangst. Wenn Asthmapatienten nur schon an ein blühendes Feld denken, kann die Erinnerung Atemnot auslösen. Manchmal werden sie auch klaustrophob und meiden enge Räume. Dann könnte es sich um ein Hyperventilations-syndrom handeln, eine Angstneurose, ausgelöst durch die Atemnotanfälle. So kann sich das Problem weiterentwickeln, auch wenn die Atemnot beseitigt ist.

**Off hört man: Asthma sei primär psychisch bedingt. Wie sehen Sie das?**

Gegen dieses Vorurteil habe ich lange gekämpft. Es mag durchaus Fälle geben, bei denen psychische Faktoren das Asthma und die Atemnot verstärken können. Dennoch: Die primäre Ursache von Asthma ist nie psychisch. Wenn jemand Asthma hat, gehört er zum Pneumologen und nicht zum Psychiater.

**«Asthma ist nie psychisch. Gegen dieses Vorurteil habe ich lange gekämpft. Da geschieht vielen Patienten Unrecht.»**

**Sie beschreiben, dass der Atem die Psyche beeinflussen kann. Warum also nicht auch umgekehrt: Der Atem reagiert auf die psychische Verfassung?**

Das mag sein, aber wir sprechen hier von einer Atemwegserkrankung. Da geschieht vielen Asthmapatienten oftmals Unrecht, weil selbst erfahrene Pflegende nicht immer richtig einschätzen können, wie schwerwiegend eine Atemnot empfunden wird. So hörte ich früher oft Sätze wie: Die Patientin ist wieder etwas aufgeregt. Dabei hatte sie einen schweren Asthmaanfall und Todesangst.

**Warum hält sich das Vorurteil?**

Weil immer nur die Folgezustände sichtbar sind. Wenn der Asthmatiker nervös wird, hechelt er und rastet aus. Man kann nicht sehen, wie sich die Bronchien verschliessen und dicht sind.

**Welche anderen chronischen Erkrankungen der Atemwege gibt es noch?**

Die häufigste Krankheit mit dauernden Einschränkungen ist COPD, eine chronische, unheilbare Bronchitis, meist verursacht durch Rauchen. Die Symptome kommen schleichend: Man ist immer weniger leistungsfähig, benützt den Lift statt die Treppe. Erst kommt man beim Wandern nicht mehr auf Berg, dann ist man beim Spazieren überfordert und zuletzt geht man kaum noch aus dem Haus. Soweit darf es nicht kommen. Inaktivität führt zur Destruktion von Muskeln und Knochen. Diesen Teufelskreis muss man durchbrechen, sonst werden die Leute zu Pflegefällen.

**Wie schafft man das?**

Mit pulmonaler Rehabilitation. Da wird ihnen gezeigt, wie sie doch noch aktiv sein können mit bescheidenen Reserven. Ebenfalls mit Training und natürlich mit Medikamenten. Daneben gibt es Hilfsmittel wie das mobile Sauerstoffgerät oder die Atemmaske in der Nacht.

**Eine Lungenkrankheit hat nebst physischen und psychischen Auswirkungen auch soziale.**

Wenn ein Lungenpatient seine Kollegen nicht mehr treffen, und sich nicht mehr an Outdoor-Aktivitäten beteiligen kann, weil seine Atemprobleme ihn daran hin-

## Atem und Krankheiten

Aus der Sicht der Medizin ist das Atmen ein biochemischer Vorgang. Das Ein- und Ausatmen durch die Nase bezeichnet man als äussere Atmung. Dabei nimmt die Lunge Sauerstoff auf und gibt Kohlendioxid ab. Das gesäuberte Blut fliesst zu den Zellen, wo der Sauerstoff verbraucht und in Energie umgewandelt wird. Dies ist die innere Atmung.

**ASTHMA.** Mit dem Begriff Atemwegserkrankungen werden Krankheiten der Organe bezeichnet, die mit der Atmung zu tun haben. Man bezeichnet sie oft als Volkskrankheiten. Husten

und Schnupfen kennt jeder, chronische Erkrankungen sind weit verbreitet. Dazu gehört das Asthma, dessen Vorkommen sich in Europa in den letzten zehn Jahren verdoppelt hat. Die Gründe für diese Zunahme sind noch ungeklärt. Ein Faktor ist wohl die Luftverschmutzung.

**COPD.** Weltweit in starkem Zunehmen begriffen ist auch die Lungenkrankheit COPD (chronisch obstruktive Bronchitis), die meist als Folge von Rauchen auftritt. In Ländern wie China rauchen nämlich immer mehr Menschen. In der Schweiz ist die Zahl der Rauchenden konstant. **SAS**

Infos und Hilfe: [www.lungenliga.ch](http://www.lungenliga.ch)

dern, droht ihm die soziale Isolation. Auch ich muss seit einiger Zeit meinen Freunden sagen: Wer mich sehen will, muss zu mir kommen. Das ist schwierig.

**Was ist für Sie das Belastendste an Ihrer gesundheitlichen Situation?**

Auf die Lunge bezogen, ist für mich besonders einschneidend, dass ich nicht mehr fliegen und nicht mehr in die Berge gehen kann. Es gibt keine Spaziergänge mehr und arbeiten in meinem Garten kann ich ebenfalls nicht mehr. Das ist besonders bitter. Zudem muss ich vieles delegieren. Ich bin abhängig von Mitmenschen, die guten Willens sind oder sein müssen. Meine Frau macht viel.

Aber auch sie ist manchmal am Anschlag. Es ist wichtig, ein Netzwerk zu schaffen, damit sich die Belastung verteilt.

**Und die Situation wird nur noch schwieriger.**

Ja, da kann schon irgendwann das Thema assistierter Suizid aufkommen. Wenn der Leidensdruck zu gross wird und die Lebensqualität stetig abnimmt, verstehe ich, wenn Verzweiflung aufkommt und man das Leben als nicht mehr lebenswert empfindet. Ich habe einige Patienten ganz schlimm sterben sehen. Das hat mich toleranter gemacht gegenüber dem assistierten Suizid.

**Was heisst ganz schlimm sterben?**

Tagelang kaum noch Luft kriegen, röcheln, husten, stöhnen. Für mich ist das ein unwürdiges Sterben. Ich bin keineswegs der Meinung, dass sich jeder nach Lust und Laune verabschieden darf. Aber es gibt Leidenssituationen, die nur schwer zu ertragen sind.

**Aber es gibt doch Palliativ-Behandlung.**

Eine Top-Palliativstation ist eine gute Alternative. Dort würde man dann Morphium geben, das mindert die Atemnot. Und irgendwann gibt man noch mehr, das ist ja erlaubt. Aber es gibt zurzeit in der Schweiz noch zu wenig professionell geführte Palliativstationen. Darum darf man jene, die den assistierten Suizid wählen, nicht verdammen.

**Sie hatten mit dreizehn Jahren Tuberkulose. Sind Sie deshalb Lungenarzt geworden?**

Intuitiv wohl schon. Die Lunge war durch meine Krankheit immer wichtig. Um sie zu verstehen, braucht man viel Physikverständnis. Das Mechanische hat mich interessiert, denn ursprünglich wollte ich Maschineningenieur werden.

**Viele religiöse Traditionen verstehen das Atmen weniger mechanisch als spirituell.**

Ich weiss, dass man durch bewusstes Atmen Spannungszustände herbeiführen kann. So lassen sich wohl auch spirituelle Funktionen fördern. Atmen ist für mich primär eine vitale Funktion. Frei atmen zu können, ist ein grosses Glück.

**INTERVIEW: KATHARINA KILCHENMANN UND SABINE SCHÜPBACH**



# Ein Gang auf steinigem Weg

**SCHWEIZER JUDEN/** Vor 150 Jahren erhielten die Juden in der Schweiz das Stimm- und Niederlassungsrecht. Gesellschaftlich blieb aber vieles im Argen.

Seit 1866 sind Juden in der Schweiz gleichberechtigte Bürger. Doch die ersten hundert Jahre der Integration waren ein steiniger Weg zur gesellschaftlichen Anerkennung, und in den fünfzig Jahren seither flackerte immer wieder latent oder offen Antisemitismus im Alltag auf. Das Leben des Berner Anwalts Georges Brunschvig (1908–1973), langjähriger Präsident der Schweizerischen Israelitischen Gemeindebunds (SIG), widerspiegelt diese Diskrepanz zwischen Recht und Realität.

Direkt nach Studienende im Frühling 1933 engagierte sich der frisch gebackene Fürsprecher gegen den zunehmenden Einfluss der NS-nahen Frontbewegungen. Als junger Anwalt profilierte er sich vor dem Berner Gericht, wo er die antisemitischen «Protokolle der Weisen von Zion» als Fälschung entlarvte. Der Prozess zwischen 1933 und 1937 wurde als Kampf zwischen Judentum und Nationalsozialismus schlechthin hochstilisiert, der gefährliche Cocktail von Ideologie, Diskriminierung, Verhetzung und Gewalt offengelegt. Brunschvig und seine Weggefährten sahen in der Demokratie, in der Gleichberechtigung und im Dialog auf Augenhöhe das Rezept zu einem friedlichen Zusammenleben.

**LANGER BRIEF.** In den folgenden Jahren und Jahrzehnten mussten Juden sich wiederholt als vollwertige Bürger beweisen. So sahen sie sich beispielsweise 1933 gezwungen, ihr Schweizertum mit einem langen Brief dem Bundesrat kundzutun. Die jüdische Minderheit stand auf

**«Antisemitismus ist stets ausgerichtet auf ein Ziel, das in krassem Widerspruch steht auch zum wahren Christentum.»**

GEORGES BRUNSCHVIG

einsamem Posten: Der seit Jahrhunderten tradierte Antijudaismus der Kirchen wurde verstärkt durch den von Rassen-theorien geprägten Antisemitismus. Auch während den Kriegsjahren blieben die institutionellen Kirchen weitgehend stumm. Flüchtlingshelfer wie Gertrud Kurz, Paul Vogt und Karl Barth blieben die Ausnahmen, die die Regel bestätigten. Auf katholischer Seite gehörte der Botschafter des Vatikans (der Nuntius)



Georges Brunschvig 1966 an der Hundertjahrfeier zur jüdischen Emanzipation in der Schweiz

in Bern zu den Ausnahmen. Erst nach dem Krieg und den Erkenntnissen über das Ausmass des Holocaust setzten die Gründer der Christlich-Jüdischen Arbeitsgemeinschaft ein erstes Zeichen zur Dialogbereitschaft. Breitere Anerkennung fanden Juden in der Schweiz erst ab den 1960er-Jahren. Der Eichmann-Prozess 1960 hatte der Bevölkerung erstmals das Ausmass des Holocaust bewusst gemacht, und eine wachsende Israel-Begeisterung tat das Ihre.

Hundert Jahre nach der Emanzipation erlaubte sich 1966 Georges Brunschvig als SIG-Präsident, dem Bundesrat den Spiegel vorzuhalten: «Antisemitismus ist stets ausgerichtet auf ein Ziel, das in krassem Widerspruch steht zu den Errungenschaften einer auf demokratischen Grundsätzen beruhenden gesellschaftlichen Ordnung und auch zum wahren und echten Christentum.» Brunschvig verstand sich als konstruktiver Kritiker und forderte weiterhin Wege der Verständigung und Versöhnung. Dabei beschränkte er sich nicht nur auf Debatten innerhalb der Schweiz, sondern mischte sich auch international ein: Trotz des tödlichen Attentats auf israelische Athleten an den

Olympischen Spielen in München 1972 plädierte er wenige Wochen danach für israelisch-arabische Friedensverhandlungen auf Schweizer Boden. Nur das Gespräch auf Augenhöhe könnte, so Brunschvig, den Grundstein legen für die dauerhafte Lösung eines Konflikts, so auch des Nahostkonflikts.

**FREMDER NACHBAR.** Bei der Aufzeichnung von Brunschvigs Leben fallen frappante Analogien zur heutigen Situation auf: Insbesondere die Abstimmung zum Schächtverbot von 1893 ähnelt jener des Minarettverbots von 2006. Eine diffuse Angst vor dem unbekanntem Nachbarn ist verbreitet. Ging es vor über hundert Jahren um die Angst vor einer «Verjudung», zirkuliert heute die Furcht vor «Islamisierung». Muslime sind die heutigen Fremden, die im Fall wie bei den Terroranschlägen unter Kollektivverdacht stehen. Daran hat auch die Säkularisierung in den letzten Jahrzehnten wenig geändert. Heute jedoch sind, im Gegensatz zu 1893, wachsende gesellschaftliche Kräfte vorhanden, die solchen Feindbildern konstruktive Formen des Zusammenlebens entgegensetzen. Bemühungen um einen interkulturellen Dialog wie beim Berner Haus der Religionen stimmen zuversichtlich. **HANNAH EINHAUS**

## Identität als Jude und Schweizer

Hannah Einhaus, die Autorin des nebenstehenden Textes, ist Historikerin und Journalistin. Nun erscheint ihr Buch über Georges Brunschvig, den jüdischen Berner Anwalt, der sich für die gesellschaftliche Anerkennung der Juden in der Schweiz starkmachte. Er widerspiegelt wie kaum ein anderer die vielschichtige Identität als Schweizer und Jude im 20. Jahrhundert, heisst es auf dem Verlagsflyer. Buchverriss ist am 18. Mai um 18.30 Uhr im Kornhausforum Bern. **HEB**

**FÜR RECHT UND WÜRDE.** Hannah Einhaus, Chronos-Verlag, Fr. 38.–

## «Jesus als Selfie von Gott»

**PLAKATKAMPAGNE/** Die Plakate «Jesus ist...» forderten Passanten zum Meinungs-austausch über Jesus heraus. Viele gaben sehr Persönliches preis, andere äusser-ten sich distanziert.

Jesus polarisiert. Dieses Fazit lässt sich aus der Plakatkampagne «Jesus ist...» ziehen. Jesus ist «...auch Flüchtling, mein Freund, Retter, Quelle des ewigen Lebens, inexistent, schlimmer als Durchfall, Hoffnung, mein Reiseführer, nichtig, Sieger über den Tod». Er ist auch «S'Bestä wo mir je passiert isch, das kostbarste Geschenk aller Zeiten», aber auch eine «Plakat-Nutte» oder «eine riesige Lüge».

**JESUS ALS FREUND.** Die Palette an Äusserungen und Meinungen, die auf den Plakaten hinterlassen wurden, liess sich beliebig erweitern. Seit Mitte März hingen in der ganzen Deutschschweiz 1500 Plakate aus. Die meisten verschwanden nach Ostern wieder, einige sind noch bis im Sommer zu finden. Initiiert hat die Kampagne das Aktionskomitee Christen Schweiz, dem Vertreter der Freikirchen und der Landeskirchen angehören. Rachel Stoessel, Sprecherin des Aktionskomitees und reformierte Kirchenpflegerin in Zürich Altstetten, wertet die Aktion als Erfolg. Die Reaktionen seien mehrheitlich positiv ausgefallen, viele Passanten hätten im Gespräch bekundet, dass sie zwar nicht in die Kirche gingen, Jesus ihnen aber dennoch etwas bedeute.



Plakate laden ein, Stellung zu beziehen

Sabrina Müller, Pfarrerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum für Kirchenentwicklung der Universität Zürich, findet es positiv, wenn Religion und Glaube in der Öffentlichkeit und nicht nur von Fachpersonen thematisiert werden. «Als Pfarrerin bin ich bei Gesprächen immer wieder erstaunt, dass der persönliche Glaube ein derart grosses Tabuthema ist.» Auf den Plakaten kämen noch stärker als Jesus-Vorstellungen Jesus-Emotionen zum Ausdruck. Vielfach zeige sich, wie Jesus als ein persönliches und personales Gegenüber im Leben wahrgenommen werde, das zu einem gelingenden Leben ver helfe. Die Kirche könne von den Aussagen auf den Plakaten lernen, dass «die Menschen in allem, also auch in kirchlichen Aktivitäten und Handlungen, den Lebens- und Alltagsbezug brauchen und sich nach persönlicher Erfahrung mit dem Heiligen sehnen.»

**JESUS ALS STACHEL.** Ralph Kunz, Professor für Praktische Theologie an der Universität Zürich, attestiert der Kampagne Originalität, aus der teilweise lustige Sprüche resultierten («Jesus als Selfie von Gott»). In vielen hingeschriebenen Bekundungen komme eine Personifizierung Jesu mit dem schmerzlich vermiss-ten Gott zum Ausdruck. Oft würden sich das in ihn gesetzte Vertrauen sowie die Sehnsucht nach Liebe und Geborgenheit zeigen. Auf der andern Seite fühlten sich einige Menschen durch die Plakatauf-forderung belästigt. Kunz: «Jesus hat all-gemein ein gutes Image, doch weckt er auch Aggressionen.» **STEFAN SCHNEITER**

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

**ABC DES GLAUBENS/** «reformiert.» buchstabiert Biblisches, Christliches und Kirchliches – für Gläubige, Ungläubige und Abergläubige.

**A T M E N**

Im Normalfall beachtet ein Mensch seine Atmung nicht. «Es» atmet einfach: Mit durchschnittlich sechzehn Atemzügen tauscht er jede Minute rund sechzig Liter Luft aus. Ganz selbstverständlich vertraut er dem komplexen Nervenzellenverbund seines Atemzentrums und dessen autonomen Impulsen.

Der Atem fliesst, in seiner steten Bewegung gilt er als Ursymbol für das Leben selbst. Dieses geheimnisvoll lebendige Strömen ist im alten Orient als Gottesgabe gedeutet worden: Niemand Geringerer als Gott selbst spendet den

Atem. Aber er nimmt ihn auch wieder zurück (Ps 104,28) – im Atem liegen Lebendigkeit und Endlichkeit ganz nahe beieinander.

Jeder Atemzug ist, bewusst oder unbewusst, ein Einverständnis zum Leben. Dieses atmende Ja kann vom religiösen Blickwinkel aus auch so gedeutet werden: Atmen ist Beten. Meditationstechniken in Ost und West arbeiten mit dieser Voraussetzung. Die Konzentration auf den Atem hilft, körperlich gegenwärtig zu sein, die schweifenden Gedanken zu beruhigen. Wer sich einschwingt auf die

polare Atembewegung, kann einfach da sein und in seiner Mitte ruhen. Im besten Fall schwinden seine Widerstände gegen die Realität: Er kann den Reichtum und die ganze Rätselhaftigkeit des Lebens fließen lassen und akzeptieren.

In der jüdisch-christlichen Tradition wird solche Präsenz als Gottesbegegnung verstanden. Diese braucht keine Worte; auch wer still im Atem ruht, kommt der Aufforderung des letzten Verses im Buch der Psalmen nach (Ps 150,6): «Alles, was Atem hat, lobe Gott! Halleluja!»

**MARIANNE VOGEL KOPP**



## Ihre Spende macht Marlènes Leben leichter.



Schweizerische Stiftung  
für das cerebral gelähmte Kind  
[www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch)

Wir danken dem Verlag für die freundliche  
Unterstützung dieses Inserates.

**Spendenkonto: 80-48-4**

## Kurse und Weiterbildung

Freiwilligenarbeit

### Impulstagung für Freiwillige im Besuchsdienst

Abschied nehmen... Abschiede gestalten...

Dem letzten Abschied gehen oft viele kleine Abschiede voraus – Abschiede, die sowohl für die Besuchten als auch für die Besuchenden prägend sind. Welche Abschiedsrituale kennen wir und wie können sie uns unterstützen?

06.06.2016, Haus der Kirche, Bern

Leitung: Erika Schärer-Santschi, Helmut Kaiser

Anmeldeschluss: 16.05.2016

Kirchgemeinderat

### Konflikte in Kirchgemeinden – hinsehen und handeln!

Konflikte rechtzeitig erkennen und angemessen angehen, ein Angebot für Präsidien und Personalverantwortliche

10.06. + 17.06.2016, jeweils 13.30–17.00 Uhr

Haus der Kirche, Bern

Anmeldeschluss: 12.05.2016

### Programme und Anmeldung

[www.refbejuso.ch/bildungsangebote](http://www.refbejuso.ch/bildungsangebote),

[kursadministration@refbejuso.ch](mailto:kursadministration@refbejuso.ch)

Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn

Altenbergstrasse 66, 3013 Bern,

Telefon 031 340 24 24

### BEA-Fachseminar

Worte für das Unfassbare – Kirchliche Kommunikation in Zeiten der Umbrüche

04.05.2016, 10.00–13.00 Uhr

Kongresszentrum BEA

Anmeldeschluss: 22.04.2016

Regionale Kirchenentwicklung

### Region im Blick 2

Attraktiv sein, Freiräume entdecken, Grenzen überwinden

Zwei Tage gemeinsam unterwegs in die kirchliche Region.

03. + 04.06.2016 – Tage auch einzeln besuchbar

Haus der Kirche, Bern

Nähere Infos unter [www.region-im-blick.ch](http://www.region-im-blick.ch)

Anmeldeschluss: 01.05.2016

### Velwegkirchen im Herzroutenland

Der Auftakt 2016

Die Velwegkirchen entlang der Herzroute zwischen Niederscherli und Murten hautnah auf dem E-Bike (wird zur Verfügung gestellt) erleben.

16.05.2016

Anmeldeschluss: 01.05.2016



Reformierte Kirchen  
Bern-Jura-Solothurn  
Eglises réformées  
Berne-Jura-Soleure

## Gottardo 2016

Der längste Eisenbahn-Tunnel der Welt!

Exklusiv  
nur bei SRH  
erhältlich!



Ø 30 mm

Sonderpreis:

**Fr. 5.-**  
statt Fr. 19.95

✓ Schweizer Gedenkausgabe mit 4-farbiger Kaltmaille-Auflage zur Eröffnung des Gotthard-Basistunnels!

✓ Limitierte Sonderauflage: nur 5.000 Stück weltweit!

### Das neue Fünziger-Nötli!



Ø 40 mm

nur  
**Fr. 10.-**

✓ Schweizer Farb-Gedenprägung mit der neuen Banknote 2016 „Fünziger-Nötli“!

✓ Lieferung inklusive Münzkapsel und Zertifikat!

### Bestellcoupon

Ja, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe bei jeder Lieferung ein 14-tägiges Rückgaberecht! (Lieferung zzgl. Fr. 3.95 Versandkostenanteil - Porto, Verpackung, Versicherung)

1. \_\_\_ x Schweizer Gedenprägung „Gottardo 2016“ mit Kaltmaille-Auflage für nur Fr. 5.- statt Fr. 19.95!
2. \_\_\_ x Schweizer Farb-Gedenprägung „Neue Fünziger-Nötli“ für nur Fr. 10.- statt Fr. 39.90!

Name  Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon  Geburtsdatum

Vertrauens-Garantie:  
Selbstverständlich können Sie Ihren Auftrag jederzeit form- und problemlos kündigen.  
Brief, E-Mail, Fax oder Anruf genügt.

Unterschrift

nm2/barj

Bitte Adresse eintragen und einsenden an:  
**Sir Rowland Hill AG**  
Hardhofstrasse 15 · 8424 Embrach ZH  
oder per Fax: 044 - 865 70 85 · E-Mail: [service@srh-ltd.ch](mailto:service@srh-ltd.ch)

## Neue Träume für Kirchenräume Wie weiter mit Berns Kirchen?

Donnerstag, 19. Mai 2016, 18 Uhr  
Aula des PROGR, Waisenhausplatz 30, Bern

### Podiumsdiskussion zum Thema «Kirchenumnutzung» mit

- Regula Rytz, Nationalrätin und Co-Präsidentin Grüne Schweiz
- Rahel Ruch, Grünes Bündnis
- Dieter Schnell, Kunsthistoriker
- Eugen Marbach, Kleiner Kirchenrat der Ev.-reformierten Gesamtkirchengemeinde Bern
- Bernhard Waldmüller, Dekanatsleiter Katholische Kirche Region Bern

### Einführung

- Johannes Stückelberger, Dozent für Religions- und Kirchenästhetik an der Universität Bern

### Moderation

- Dölf Barben, Redaktor «Der Bund»
- Katharina Kilchenmann, Redaktorin «reformiert.»

**Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich.**

Die Veranstaltung wird organisiert von «reformiert.», «Pfarrblatt» sowie Vertretern der katholischen und reformierten Kirchen der Stadt Bern.

reformiert.

pfarr  
blatt

EVANGELISCH-REFORMIERTE  
GESAMTKIRCHENGEMEINDE  
BERN

Katholische Kirche Region Bern



# Ratgeber-Bücher sind eine Anleitung zum Unglücklichsein, sagt der Psychiater Manfred Lütz. Deshalb hat er ein Gegenbuch verfasst.

**TÄGLICH AKTUELL**  
www.reformiert.info/news

## LESERBRIEFE

REFORMIERT. 4/2016

**GASTBEITRAG/FRONT.** Ostern ist, wenn die Liebe den Hass besiegt

### MIT LIEBE GEGEN HASS

Der Titel von Christina aus der Au's Artikel macht mir schmerzlich bewusst, dass sich immer mehr die Ansicht breitmacht: Bekriegen und bekämpfen ist die Lösung – siegen ist das Ziel. Wenn sogar eine Theologin die Liebe in den Krieg gegen den Hass schickt, dann möchte ich mich gerne mit ihr über die menschliche Liebe und den menschlichen Hass austauschen. Wenn sie die Liebe als Kampfwerkzeug einsetzt, um den Hass zu besiegen, denkt sie allzu schwarz-weiss. Liebe kämpft nicht, sie geht nicht gegen den Hass vor, sondern nutzt ihn, um zu wachsen und ihn zu verwandeln. Liebe und Hass gehören zusammen, beides ist Liebe. Wenn Liebe den Hass besiegen soll, dann wird Liebe zu Hass gegen den Hass. Die Liebe ist also etwas ganz anderes als ein Kampfwerkzeug

gegen den Hass. Ich durfte durch mein Leben neue Erkenntnisse zur «menschlichen Mechanik» gewinnen und bin gerne bereit, sie mit anderen zu teilen.

**CORINNE MONTANDON, BIEL**

REFORMIERT. 4/2016

**PAULUS/DOSSIER.** Vom Wegbereiter des Christentums

### PAULUS IST KEIN GURU

«Manchmal kann auch ich Paulus nicht retten.» Warum muss man ihn retten? Und wovor? Natürlich ist er wegen seiner höchst unkorrekten Aussagen heute eine Unperson. Aber es war der Fehler der kirchlichen Tradition, ihn zu einem Halbgott hochzustilisieren. Er selber hat sich nie als vorbildhafter Heiliger in vollkommener und ruhiger Überlegenheit dargestellt. Ja, Paulus war ein Fanatiker, der zum Christentum abgefallene Juden aufspürte, bevor er sein «Damaskus» erlebte. Er blieb ein Agitator, wenn nun auch für eine andere Sache, und als Person wirkt er bis heute kantig und schroff. Aber genau das macht doch seine Stärke und

als Mann der Vorsehung). 1941 begrüßten die deutschen katholischen Bischöfe in einem Hirtenbrief Hitlers Krieg gegen die Sowjetunion als Dienst am Vaterland. Und in Spanien gestattete die katholische Kirche dem Diktator



Weggefährten im Patriotismus

Francisco Franco ab 1936, den Titel «Caudillo de España por gracia de Dios» (Spaniens Führer aus Gottesgnaden) zu tragen.

**GIANCARLO ZACCHIA, SEON**

### BETEN FÜR DEN FRIEDEN

Anfang Jahr haben wir, fünfzig Christinnen und Christen, Putin geschrieben, dass die Schlichterei in Syrien nicht Gottes Wille sein kann und dass er als Schlüsselfigur die Waffen ruhen lassen soll. Das ist aber nicht die einzige Initiative geblieben. Tag für Tag folgen neue. Das ist für uns ein echtes Ostergeschenk. Als Christen muss uns der Weltfrieden ein Anliegen sein. Und wenn viele bedend dahinter stehen, stärkt das das Gottvertrauen in unserem Volk und auf dieser Welt.

**HANSRUEDI BOLLIGER, UETENDORF**

REFORMIERT. 4/2016

**STREITGESPRÄCH/REGION.** Homoehe: Gebot der Zeit oder Zeitgeist?

### LEBEN IST POLAR

Alles in der Schöpfung existiert in Polaritäten, vom kleinsten unsichtbaren Teilchen bis zu uns Menschen. Wollen wir Gott spielen und ein neues Schöpfungsprinzip schaffen?

**HERMINE RINGGER, BIEL**

REFORMIERT. 4/2016

**FORUM.** Leserbrief Denkaufwurf

### ALLE SOLLTEN DENKEN

Wenn in einem der Leserbriefe in der letzten Ausgabe gefordert wird, SVP-Wählende sollten dringend selber denken, frage ich mich, ob sich dieser Aufruf nicht primär an Nicht-SVP-Wählende richtet. Als Unabhängiger (!) wünschte ich mir, dass alle Stimmberechtigten mitdenken, damit sie nicht Abzockern, Profitgier und Gewinnmaximieren, die nicht genug kriegen können, auf den Leim gehen.

**TONI BRUNNER, MÜNCHRINGEN**

**IHRE MEINUNG INTERESSIERT UNS.** Schreiben Sie an: redaktion.bern@reformiert.info oder an «reformiert.», Gerbergasse 23, 3000 Bern 13

Über Auswahl und Kürzungen entscheidet die Redaktion. Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht.

## reformiert.

Impressum

«reformiert.» ist eine Kooperation von vier reformierten Mitgliederzeitschriften und erscheint in den Kantonen Aargau, Bern-Jura-Solothurn, Graubünden und Zürich. www.reformiert.info

Gesamtauflage: 706240 Exemplare

### Redaktion

**AG** Anouk Holthuizen (aho), Thomas Illi (ti)  
**BE** Hans Herrmann (heb), Katharina Kilchenmann (ki), Nicola Mohler (nm), Marius Schären (mar)  
**GR** Rita Gianelli (rig), Reinhard Kramm (rk)  
**ZH** Christa Amstutz (ca), Delf Bucher (bu), Sandra Hohendahl-Tesch (tes), Felix Reich (fmr), Stefan Schneiter (sts), Sabine Schüpbach (sas)

Blattmacher: Hans Herrmann  
Layout: Susanne Kreuzer (Gestaltung), Maja Davé (Produktion)  
Korrektur: Yvonne Schär

### reformiert. Bern | Jura | Solothurn

Auflage: 331907 Exemplare (WEMF)  
Herausgeber: Verein reformiert. Bern | Jura | Solothurn  
Präsident: Lorenz Wacker, Kirchberg  
Redaktionsleitung: Hans Herrmann  
Geschäftsleitung: Manfred Baumann

### Redaktion und Verlag

Postfach 312, 3000 Bern 13  
Redaktion:  
Tel. 031 398 18 20, Fax 031 398 18 23  
redaktion.bern@reformiert.info  
Verlag:  
Tel. 031 398 18 30, Fax 031 398 18 23  
verlag.bern@reformiert.info

### Abonnemente und Adressänderungen

Merkur Druck AG | Langenthal | Burgdorf  
Gaswerkstrasse 56, 4900 Langenthal  
Tel. 062 919 15 16, Fax 062 919 15 55  
abo.reformiert@merkurdruck.ch

Einzelabos (12 Ausgaben/Jahr): Fr. 20.–

### Druckvorstufe Gemeindebeilagen

Merkur Druck AG | Langenthal | Burgdorf  
reformiert@merkurdruck.ch

### Inserate

Koedia AG, St. Gallen  
Tel. 071 226 92 92, Fax 071 226 92 93  
info@koedia.ch, www.koedia.ch

### Inserateschluss Ausgabe 6/2016

4. Mai 2016

Druck: Ringier Print AG, Adligenswil



## TIPP



Gastautor Lorenz Marti

## JUBILÄUMSFEIER

# «KonzertLesung» mit Autor Lorenz Marti

Die Oekumenische Akademie feiert ihr 50-Jahr-Jubiläum mit Tanz, Musik und Singen, mit Impressionen, Bildern und Klängen. Nach einem festlichen Zvieri rundet die «KonzertLesung» «Spiritualität und Sternenstaub» mit Lorenz Marti (Publizist und Buchautor) und Martin Klopfenstein (Klavier) den Tag ab.

**50 JAHRE OEKUMENISCHE AKADEMIE.** 7. Mai, 13.30–19.00, Bärtschihus, Dorfstrasse 14, Gümligen. Anmeldung unter: 034 422 58 89 oder margrit.rickli@besonet.ch, weitere Informationen: oekumenische-akademie.ch

onsrunden statt. Diesmal zum Thema: Mensch und Mensch, Donnerstag, **12. Mai**, 20.00, Kirchliches Begegnungszentrum Seftigen

**WunderBar im Wallis.** Talk mit Gästen. Roland Gruber ist der geborene Barmann. Nach seinen wilden Jahren arbeitet er nun als Hüttenwart auf der Riederfurka. Schwester Pirmin erhielt Lebenszeit geschenkt: Sie wird im Kloster in Brig auf dem Sterbett nach langer Krankheit geheilt. Fenster zum Sonntag, Samstag, **14. Mai**, 17.40, SRF zwei

### Feiern auf dem Thunersee.

Ökumenischer Pfingstgottesdienst auf dem Thunersee mit dem Violinisten Alexandre Dubach. Pfingstsonntag, **15. Mai**, Thun Schifflande ab 10.00, Thun Schifflande an 12.30, Fahrpreis 25.– (GA und Halbtax nicht gültig). Vorverkauf: Schiffstation Thun

### Von Kirche zu Kirche radeln.

Eröffnung der «Velowegkirche», eines speziellen Velowegs für E-Bikes. Velofahrende radeln von Kirche zu Kirche – für Verpflegung ist gesorgt. Die E-Bikes stehen Teilnehmerinnen und Teilnehmern am Abfahrtsort

zur Verfügung. Um Anreise in ÖVs und Anmeldung wird gebeten. Pfingstmontag, **16. Mai**, 09.15. Start: Kirche Niederscherli; Ende: Murten. Kosten: 50.–. Anmeldung bis am 1. Mai unter: refbejuso.ch/bildungsangebote

**Lesung.** Der Autor Alfred Bodenheimer liest aus seinem Roman «Kains Opfer». Anschliessend unterhält sich die Radiomoderatorin Noëmi Gradwohl mit dem Krimiautor über Themen und Motive in seinen Geschichten. Dienstag, **17. Mai**, 19.30, Buchhandlung am Kronenplatz, Burgdorf

### Gesellschaft spiegeln.

Vortrag und Lesung mit Susanne Schanda und Markus Amrein fünf Jahre nach dem arabischen Frühling. Musikalische Begleitung von Najat Suleiman und Hassan Taha. «LESEN KulturRel»: Spezial Ägypten, Donnerstag, **19. Mai**, 19.00, Haus der Religionen, Europaplatz 1, Bern

### Tagespilgern.

Auf dem Jakobsweg von Céligny nach La Versoix pilgern. Donnerstag, **26. Mai**. Anmeldung bis eine Woche vorher. Kosten: 20.–, Auskunft: 032 341 41 81 oder susanne.kaiser@ref-bielbielienne.ch

## AGENDA

### VERANSTALTUNGEN

**Klangwelten schaffen.** Becken, Trommeln, Pauken und Stabspiele, scheppernde Büchsen und donnernde Blechplatten und unzählige Instrumente aus verschiedenen Kulturen. Konzert des professionellen Schlagzeugensembles «Percussion Art Ensemble Bern», Freitag, **29. April**, 19.30, Thomaskirche Biberist-Gerlafingen

**Zwischen Kuhglocken.** Die drei Berner Landeskirchen sind an der diesjährigen BEA unter dem Motto «Kirche ist mehr als du glaubst» präsent. An ihrem Stand in der Halle 2.2. können Besucherinnen und Besucher Äpfel vom Baum pflücken, sich über das Tätigkeitsfeld der Kirchen informieren oder sich aus dem hektischen Messebetrieb ausklinken. Zu den Tagesgästen am Stand der Landeskirchen gehören Heks, Caritas, die Schweizerische Bibelgesellschaft, die Dargebotene Hand und die Kirchliche Kontaktstelle für Flüchtlingsfragen. Vom Freitag, **29. April**, bis Samstag, **7. Mai**, BEA, Messeplatz Bern

**Musizieren.** Das Trio Nardis besteht aus zwei Berner Musikern, Gabriel Walter (Klavier) und Gabriel Wernly (Violoncello) sowie der Tessiner Geigerin Valentina Jacomella. Sie spielen Musik von Schubert, Schumann und Brahms. Sonntag, **1. Mai**, 17.00, Kirchengemeindehaus Spiegel bei Bern. Eintritt 25.–

**Ball spielen.** Paolo Tognina porträtiert in seinem Film den Zürcher «FC Religionen», in dem unter anderem ein Imam, ein Priester und ein Rabbiner spielen. Dieser Fussballclub entstand 2008 während der Fussball-Europameisterschaft. Seither tritt das Team in wechselnder Formation an, so zum Beispiel gegen den FC FIFA. Sternstunde Religion, Gottesmänner am Ball. Sonntag, **8. Mai**, 10.30, SRF 1

**Lesen und diskutieren.** Die Hauptthemen des 1. Buches Mose von den Schöpfungsberichten bis zur Entstehung der zwölf Stämme Israels diskutieren: biblischer Schöpfungsglaube oder wissenschaftliche Erkenntnis? Im offenen Forum 2016 finden an verschiedenen Donnerstagabenden im laufenden Jahr Diskussi-

## TIPPS



Don Quijote de la Mancha



Bern als Krimistadt



Die Autorin Jane Austen

### HÖRBUCH-KLASSIKER

#### ALTE WELTLITERATUR AUS SPANIEN

Die Romanfigur ist berühmt als ihr Schöpfer. Der Spanier Miguel de Cervantes verdankt seinen Ruhm fast ausschliesslich seinem abgründigen Helden Don Quijote. Zum 400. Todestag erscheint nun eine weitere Hörbuchversion, gelesen vom Schauspieler Christian Brückner.

**DON QUIJOTE VON DER MANCHA.** Miguel de Cervantes, 4 CDs, 48:25 Std., edition parlando, Berlin 2016, ca. 35.–

### HÖRBUCH-NEUERSCHEINUNG

#### UNBLUTIGE KURZKRIMIS AUS DEM BERNBIET

Der Thuner Autor Godi Huber hat ihn erfunden, den pensionierten Tschugger Bruno Peretti. In seinen Kürzestkrimis lässt er ihn mit Scharfsinn und viel gesundem Menschenverstand Fälle im Bernbiet aufklären. Dieter Stoll leiht dem Kommissär seine Stimme – auch er tut das bärenstark.

**BRUNO PERETTI BÄRENSTARK.** Godi Huber, 1 CD, 1:17 Std., Hörmal Audioverlag 2015, 25.–. www.hoermal.ch

### HÖRBUCH-KOLLEKTION

#### BRITISCHE ROMANE IM ORIGINALTON

In der Produktion der BBC werden die sechs wichtigsten Romane der englischen Autorin Jane Austen von einem Schauspielensemble in englischer Sprache als Hörspiel gelesen. Humor, Romantik, Liebe und Weltschmerz: echte Dramen mit echtem «british accent» dargereicht.

**THE JANE AUSTEN BBC RADIO DRAMA COLLECTION.** Jane Austen, 16 CDs, 15:30 Std., BBC Books, 2016, ca. 50.–





Kathrin Michel lebt selbst gut von vielem, was entsorgt worden wäre; noch kaum 50 Franken habe sie dieses Jahr fürs Essen ausgegeben

# Warum wegwerfen, was andere noch wollen?

**PORTRÄT/ Verschwendetes Essen stammt fast zur Hälfte aus Privathaushalten. Kathrin Michel schmeckt das nicht. Mit einem Verein tut sie etwas dagegen.**

«Aber du kannst etwas tun.» Als Kathrin Michel das sagt, wirkt es nicht belehrend. Sondern direkt, sachlich, ehrlich. So entgegnet sie dem Betriebsleiter des Berner Quartierladens Lola auf dessen leicht verzweifelt geäusserte Bemerkung, es sei ja kaum anzukommen gegen die Geiz-ist-geil-Mentalität beim Kauf von Lebensmitteln. Diese Haltung der 29-Jährigen zeigt sich durchgehend bis zum Ende unseres Gesprächs. Auf die Frage, ob sie angesichts der vielen globalen Missstände noch Hoffnung habe, meint sie ohne Zögern: «Ja, es tut sich zurzeit viel, es kommt etwas in Bewegung. Und gute Ideen werden zu Beginn ja oft als verrückt angeschaut.»

**LOKALE INITIATIVE.** Die Überzeugung und der Tatendrang von Kathrin Michel haben uns in den Hinterhof des Lola geführt. Hier steht seit einem Jahr ein öffentlicher Kühlschrank – einer von drei in Bern. Man legt Nahrungsmittel hinein, die man nicht mehr braucht. Und man nimmt, was man will. Im Internet wird jeweils der Stand aufdatiert. «Update Lola 8.15 Uhr: Butterkekse, Eier, Auf-

backbrot, Osterhasen», heisst es dann etwa. Für Sauberkeit sorgen Kühlschrank-Gotten und -Göttis.

Hinter der Umsetzung der Idee steht ein junger Verein, den Kathrin Michel mitgegründet hat. «Ich wollte nicht mehr nur sagen, dass wir mit unserem Essen verschwenderisch umgehen – ich wollte selbst etwas tun», sagt sie. So nahm sie vor anderthalb Jahren an einem Workshop der Organisation Euforia teil. Mit drei anderen jungen Frauen einigte sich Kathrin Michel auf die Kühlschränke, die sie bereits aus Deutschland kannte. Die Umsetzung hat aber Tücken. Um rechtlich abgesichert zu sein, braucht es einen Verein. «Und man muss Standorte finden, die geeignet sind und deren Eigentümer mitziehen», sagt Michel. Hinzu kam, dass sich die vier Frauen zuerst als Team finden mussten: «Es hat ein paar Mal geknallt; das tut es immer noch ab und zu.»

Dabei habe sie sich nicht in allem durchsetzen können, sagt die Initiantin. Sie hätte gerne die Kühlschränke aktiv bestückt mit nicht mehr verwendeten Produkten aus Läden. Jetzt sind es – ab-

## Kathrin Michel, 29

Die Neuropsychologin arbeitet im Rahmen ihres Doktors in der Schlafforschung am Kinderspital in Zürich. Vor einem Jahr hat sie in der Bundeshauptstadt mit drei Kolleginnen das Projekt «Bern isst Bern» mit öffentlichen Kühlschränken lanciert. Sie engagiert sich schon mehrere Jahre im Bereich Food-waste im Kampf gegen das Wegwerfen von brauchbaren Esswaren.

facebook.com/  
bernisstbern

gesehen von Backwaren – einfach Esswaren aus Privathaushalten. Trotzdem läuft es gut, wie Michel festhält: Ein vierter Kühlschrank wird bald eröffnet.

**GLOBALE FEHLER.** Die Zielstrebigkeit, mit der sich Kathrin Michel für «Bern isst Bern» engagiert, scheint sich durch ihr Leben zu ziehen. Bereits mit sechs Jahren hörte sie aus eigenem Antrieb auf, Fleisch zu essen. Später sah sie in Peru die Menschen mit ganz wenig auskommen. Das habe sie geprägt. «Es kann doch nicht sein, dass wir auf Kosten anderer leben. Dass Wälder abgeholzt werden für Soja-Plantagen – aus dem Tierfutter wird, damit wir hier Fleisch essen können», sagt Michel. Und im selben ruhigen Ton erklärt sie, dass sie vom globalen Wirtschaftssystem wenig hält.

So ändert sie lokal, was sie kann. Bereits werden in anderen Städten öffentliche Kühlschränke lanciert. «Dabei wäre ja das Ziel, dass es sie mal nicht mehr braucht und die Leute das überall unter sich selbst organisieren», sagt Michel. Aber das dauere wohl noch einige Jahrzehnte. **MARIUS SCHÄREN**

## GRETCHENFRAGE

MISS SCHWEIZ LAURIANE SALLIN

## «Der Glaube an Gott hilft mir, das Gute zu tun»

**Wie haben Sies mit der Religion, Frau Sallin?**  
In der Geschichte ist Religion ein Schlüssel, um zu verstehen, welche Perspektive die Menschen auf die Welt hatten. Auch mein Glaube verändert sich mit der Lebenserfahrung und der Auseinandersetzung mit anderen Meinungen. Der wichtigste christliche Wert bleibt für mich immer die Liebe. Der Glaube an Gott hilft mir, das Gute zu tun.

**Gott befähigt Sie zur guten Tat?**  
Ich glaube, dass Gott mich prüft, wenn ich vor einer schwierigen Aufgabe stehe. Er gibt mir die Kraft, die richtige Entscheidung zu treffen. Doch ich habe ein humanistisches Menschenbild. Alle Menschen, egal, woran sie glauben, können sich für das Gute entscheiden.

**Das Evangelium ergreift Partei für Benachteiligte. Äussere Werte zählen wenig. Eine Schönheitskonkurrenz erscheint da als das pure Gegenteil. Ist das kein Problem für Sie?**  
Mein Aussehen ist eine Gabe. Auch Intelligenz oder handwerkliches Geschick sind Talente, die uns gegeben sind oder eben nicht. Entscheidend ist, was wir daraus machen. Dann ist Glück für jeden Menschen möglich. Ich sehe das Miss-Jahr als Chance, diese Botschaft in die Öffentlichkeit zu tragen.

**Und Sie können Ihre Botschaft trotz der Interessen der vielen Sponsoren platzieren?**  
Natürlich habe ich Verpflichtungen gegenüber den Sponsoren. Aber die Miss-Schweiz-Wahlen wollen keine schönen Marionetten ohne eigenes Profil.

**In welchen Bereichen profilieren Sie sich?**  
Wichtig ist mir mein Amt als Botschafterin der Stiftung Corelina, die Forschung und Hilfsprojekte im Bereich der Kinderherzmedizin unterstützt. Soeben wurden die Verträge für eine Klinik in Marokko unterzeichnet. Zudem möchte ich helfen, dass in der Schweiz eine Reha-Klinik für krebskranke Kinder entsteht. Ich habe bereits mit Gesundheitsminister Alain Berset darüber gesprochen. Ich war vierzehn Jahre alt, als meine Schwester an Krebs erkrankte. Ihre Krankheit und ihr Tod im letzten Jahr haben mich auf existenzielle Fragen und auch den Glauben zurückgeworfen. **INTERVIEW: FELIX REICH**



## Lauriane Sallin, 22

Im November 2015 wurde Lauriane Sallin vom Fernsehpublikum zur Miss Schweiz gewählt. Die Freiburgerin studiert Französisch und Kunstgeschichte.

## CHRISTOPH BIEDERMANN



## VERANSTALTUNG

### WANDERUNG

### KREUZ UND QUER – DE LONG EN LARGE

Von Orvin nach Magglingen führt die Auffahrtswanderung, zu der die reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn, die römisch-katholische Kirche des Kantons Bern und die christkatholische Kirche des Kantons Bern einladen. Der Auffahrtstag beginnt mit dem Festgottesdienst um 10 Uhr in der Kirche Orvin, in der Kirchgemeinde Rondchâtel. Danach führt die Wanderung unter der Leitung von Markus Frei entlang der Pferdeweiden hinauf durch den Forêt sur Neuchâtel nach

End der Welt. Auf einer kleinen Rundtour geht es weiter zum ehemaligen Grandhotel, das heute als Café und Hotel der Eidgenössischen Sportschule dient. Von dort sind es nur wenige Schritte zur Standseilbahn oder zum Wanderweg hinunter nach Biel. Die leichte Wanderung von 6,5 Kilometern dauert zwei Stunden und findet bei jedem Wetter statt. Es braucht Wanderschuhe und etwas Verpflegung aus dem Rucksack.

**AUFFAHRTSWANDERUNG.** Donnerstag, 5. Mai, Treffpunkt 10.00 Kirche Orvin. Anmeldung bis 29. April unter [info@bernerwanderwege.ch](mailto:info@bernerwanderwege.ch), 031 340 01 01