

# Geistes **BLITZ**

Die Klient\*innenzeitung der  Perspektive  
Zehlendorf e.V.



## **Weihnachten**

Persönliche Bedeutung  
für die Klient\*innen

## **Philosophie**

Was ist eigentlich  
ein gutes Leben?

## **Freude durch Tiere**

Erlebnisse mit Fischen,  
Vögeln und Eichhörnchen

## Vom Himmel hoch, da komm ich her, ich sage Euch, die Corona-Zeit ist schwer

Nicht schwer fiel uns allerdings, Euch in diesem Jahr die dritte Ausgabe des GeistesBlitz zeitnah zu präsentieren.

Wir haben passend zur diesjährigen Weihnachtszeit einen schönen Tannenbaum mit unterhaltsamen, nachdenklichen und auch wissenswerten Themen geschmückt.

Mit dabei ist diesmal ein Bericht von unserem Redakteur „Smiley“ über sein Hobby, die Aquaristik – sehr interessant. Des Weiteren hat Herr Boche den GeistesBlitz mit dem Thema „Politik leicht erklärt“ zu noch mehr Vielfalt verholfen. Er wird uns in seinem ersten Beitrag in dieser Rubrik in leichter, einfacher Sprache die Weltgesundheitsorganisation (WHO) vorstellen.

Zum Thema Weihnachten haben wir Klient\*innen danach gefragt, was für sie Weihnachten bedeutet, und konnten somit eine kleine, aber feine Sammlung von Antworten zu unserer Fragestellung zusammenstellen. Herzlichen Dank dafür.

Unsere Redakteurin Frau Ihlefeldt beglückt uns mit freudigen Ereignissen des Alltags. Mit dabei ein Erlebnis an der Haltestelle und wohlige Erfahrung mit einer Kuschedecke. Auch unser Redakteur Herr Frank ist für neue Themen offen und hat uns mit einer fiktiven Geschichte mit dem Titel „Eine tragische Liebe“ einmal mehr mit seinem Einfallsreichtum überzeugt.

Tiere dürfen natürlich auch in dieser Ausgabe nicht zu kurz kommen, da sie uns Menschen ja oftmals Freunde und Trostspender in einem sind. Und so nimmt uns Frau Ulich in Teil 2 auch diesmal wieder mit auf eine spannende und entzückende Abenteuerreise ins Reich der Eichhörnchen und ihrer Artgenossen.

Die Philosophische Seite wird uns dieses Mal mit der Frage konfrontieren: „Was ist ein gutes Leben?“ – und uns mit erhellenden Einsichten dazu anregen, über unser eigenes Leben nachzudenken. Natürlich darf ein Weihnachtsgedicht in dieser Ausgabe traditionsgemäß auch nicht fehlen, und so hat Herr Boche ein Gedicht zur diesjährigen Weihnachtssituation geschrieben.

Zu guter Letzt noch ein paar persönliche Worte zur aktuellen Weihnachtszeit 2020.

Im Namen der Redaktion des GeistesBlitz möchte ich mich bei allen Mitarbeiter\*innen der Perspektive Zehlendorf e. V. für ihr lobenswertes Engagement und ihren starken, umsichtigen Einsatz in so anspruchsvollen Zeiten bedanken. Es ist wahrlich nicht selbstverständlich, mit so viel Verve in so schwierigen Zeiten zu agieren und zu reagieren. Herzlichen Dank dafür.

Ferner möchte ich mich bei allen Redakteurinnen und Redakteuren des GeistesBlitz für die spannende, manchmal kontroverse, aber auch lustige Redaktionsarbeit und die vielen tollen Themen und Artikel bedanken. Ich finde, wir sind ein tolles Team und können stolz auf unsere geleistete Arbeit sein. Schließlich beenden wir mit unserer Weihnachtsausgabe 2020 unser drittes Erfolgsjahr „GeistesBlitz“.

Verstreue unbemüht den Samen der Hoffnung und der Liebe in die Welt, ohne Bekümmertheit darüber, was aus dem Samen hervorkommt. (M.B)

Frohe Weihnachten und ein erfahrungsoffenes, gesundes neues Jahr 2021!

Michael Boche,  
für die Redaktion

Redaktionsadresse:

Redaktion „Geistesblitz“  
Perspektive Zehlendorf e. V.

Potsdamer Chaussee 68 A  
14129 Berlin

Tel. 030 224 45 40 61

Redakteur\*innen:

M. Boche, H.-D. Frank, Smiley,  
E. Logstädt, B. Ihlefeldt

Gastautorinnen:

S. Ulich (Mitarbeit: R. Heyer)

Mitarbeit: I. Ruhl

Erscheinungsweise: 3-4 x jährlich

Layout, Korrektur und Druck:  
A. Rühle

# Eine Idee, die helfen kann, wenn ...

Als Mensch und Klientin mit langjähriger Krankheitserfahrung bin ich immer auf der Suche nach Kleinigkeiten, die helfen können. Nicht nur mir, sondern überhaupt (uns allen). Zum Beispiel kann es helfen, positive Eindrücke des eigenen täglichen Lebens aufzuschreiben und zu sammeln. Etwas Positives kann hier sowohl der ohne Störungen genossene Becher Kaffee am Morgen als auch das Lachen eines Kindes im Bus sein. Das Haustier, welches mich gestern mit seinem Spiel zum Lachen brachte oder die Zimmerpflanze, die nach sehr langer Zeit wieder blüht. Auch ein netter kurzer Gruß vom Nachbarn im Vorbeigehen oder das Lächeln des Paketboten, der mir bei Übergabe des ersehnten Päckchens auch noch einen schönen Tag wünscht.

Ja, all das können Belanglosigkeiten sein, aber eben auch „Freudigkeiten“, die mir beim Aufschreiben und Wiederlesen ein gutes Gefühl vermitteln. Am Allerschönsten aber kann es tatsächlich sein, wenn ich mich traue, diese kleinen Alltagsfreuden mit anderen zu teilen – z. B. durch Veröffentlichung hier in dieser Zeitung. Das Ganze natürlich so anonym wie gewünscht, dabei jedoch auch so persönlich wie nötig.



Hier sind mal einige Beispiele, wie es gemeint ist:

Beim Spaziergang sehe ich zwei Kinder, die auf einem weißen Geländer balancieren. Die pure Freude im Gesicht und kein mahnender Erwachsener hält sie davon ab, kein Smartphone entführt sie aus dem Hier und Jetzt. Einfach toll.

Max Mustermann,  
P95

Der Sommer ist vorbei und die Blätter der Bäume färben sich langsam herbstlich. Ich freue mich auf gemütliche Lese-Momente am Abend mit Kuscheldecke und heißem Tee bei Kerzenlicht.

Biba-Butzemann, Mörchinger 6A

Ein Bus ist ausgefallen und ich ärgere mich. Dafür bekomme ich im nächsten, der kommt, meinen Lieblingsplatz – das finde ich gut.

Lila Susewind, IBW 50+

Was haltet Ihr davon?

Geplant ist, diese Sparte dauerhaft zu etablieren. Darum benötigen wir möglichst ständige Zuschriften von

Euch. Bitte schreibt uns (gerne natürlich auch über Eure Betreuer\*innen) Eure Meinung oder auch gleich ein paar Freudigkeiten, die wir nächstmöglich veröffentlichen dürfen. Denn dies ist eine Idee für alle – sie kann helfen, wenn viele mitmachen. Danke!

Barbara Ihlefeldt

Mail-Kontakt:

barbara.ihlefeldt@gmx.net

i.ruhl@perspektive-zehlendorf.de

Betreff: Meine Freude im Alltag

oder Post an die Redaktion  
Geistesblitz (s. Seite 2)



## Gedanken um den christlichen Glauben



Wenn ich sage, „ich glaube an Gott“, dann bedeutet es Wissen um Gott – dass er existiert. Dann heißt es, zuerst kommt das Wissen und darauf dann der Glaube. Das hat uns Mathematiklehrer Klose aus der Realschule – so meine ich mich zu erinnern – gesagt.

Ich kann mich also mit der Christenlehre beschäftigen. Wenn ich Gott nicht für existent halte, dann ist mir dies nicht in der Form möglich, mich mit der Christenlehre zu befassen.

Was heißt „glauben“? Im Bedeutungswörterbuch wird erläutert, dass „glauben“ im weltlichen Sinne dafür steht, etwas für wahrscheinlich zu halten. Im christlichen Sinne bedeutet dies, die Idee von der Existenz Gottes anzunehmen und z. B. zu Gott zu beten, d. h. mit ihm zu reden. Allein wenn man mit ihm spricht, freut ihn das, so Pfarrer Wolfgang W. aus dem Hubertus-Krankenhaus. Wenn man mit ihm richtig diskutiert, freut ihn (Gott) das umso mehr. Er lässt Zweifel zu. Auch dem Atheisten gibt er Gelegenheit, sich ihm zuzuwenden.

Als Kind ist man leichtgläubig, man vertraut meist dem Religionslehrer, der Religionslehrerin, dass er wahre Geschichten aus der Bibel erzählt. Kinder zweifeln nicht so wie Erwachsene.

Ein Beispiel aus einer Kinderbibel: Gott sagt zu einem Menschen: „Lege am Abend Deine Jacke auf die Wiese. So wirst Du am nächsten Morgen bemerken, dass sich kein Tau auf der Jacke befindet. Um die Jacke herum wird die Wiese voller Tau sein.“ Dies ist ein Wunder Gottes.

Erwachsene, denen der Junge diese Geschichte aus der Kinderbibel erzählte, meinten daraufhin, dass sie nicht glauben würden, dass sich auf der Jacke kein Tau befindet. Sie sagten, es müsse jemand vor dem Eintreten des Taus die Jacke entfernt haben. Der Junge erwiderte den Erwachsenen: „Niemand hat die Jacke entfernt“. Er lässt keine Zweifel zu, weil er stark gläubig ist, während die Erwachsenen seine Erzählungen als Ausdruck von Leichtgläubigkeit sehen. Der Junge sagt: „Das ist ein Wunder Gottes“,

die anderen entgegen: „Dass es ein Wunder ist, glauben wir nicht.“ Der Junge ist so vollkommen vom Wunder Gottes überzeugt, dass er die Erwachsenen für ungläubig hält und deshalb womöglich gedanklich verurteilt.

Der Religionslehrer in der Grundschule hatte den kleinen Jungen zum Glauben gebracht. Er kam auf die Realschule. Bei einer schweren Erkältung bat er Gott abends im Gebet, dass die Erkältung verschwände und es ihm besser gehe. Nichts davon war am nächsten Tag geschehen. Er fragte sich, warum Gottes Hilfe nicht kam – ist er überhaupt existent? Das waren für ihn erste Zweifel. Ein Arzt meinte viele Jahre später dazu: „Da geht man zum Arzt und betet nicht zu Gott, der der Bitte nicht nachkommt, weil es ihn gar nicht gibt.“ Der Junge registrierte es nur und zeigte keine Reaktion. Einige Leser\*innen haben es vielleicht geahnt. Bei dem Jungen handelt es sich um mich, als ich noch klein war.

Erst recht tauchten bei mir wieder Zweifel auf beim folgenden Gespräch.

Ich, mittlerweile ein junger Mann: „Gott kann alles, auch das, was dem Menschen unmöglich erscheint.“

Arzt: „Was zum Beispiel?“

Ich: „Er kann aus deinem Becher, der kein Loch am Boden hat, am Boden Flüssigkeit entweichen lassen!“

Arzt: „Dann muss am Boden ein ganz, ganz kleines Loch sein, durch das die Flüssigkeit aus dem Becher

herauskommt.“

Ich: „Das glaube ich nicht.“

Darauf überlegte ich: „Bin ich dumm und er hat recht? Dann hält man mich für dumm, wenn ich glaube, dass aus dem Becher ohne Loch Flüssigkeit entweichen kann. Hinzu kam, dass der Arzt mir riet, ich solle mich nicht mit dem Christentum beschäftigen, zum Beispiel nicht in den Gottesdienst gehen, weil ich nur frustriert würde, wenn noch mehr Zweifel kämen.

Später kam ich von der Realschule auf die Höhere Wirtschaftsschule, verliebte mich dort in die Stenolehrerin und bekam durch den Liebeskummer eine Psychose. Eines Abends hatte ich mich wieder so in den Kummer hineingesteigert, dass ich laut rief: „Gott soll mich wahnsinnig machen und mir darin in meinem Kummer helfen. Dann hatte ich einen Nervenzusammenbruch, auch wegen der Lehrerin. Es begann für mich eine schwere Passionszeit, in der ich vor allem den Wechsel von Klinik – Entlassung und dann wieder Klinik erlebte. Gott half mir aber nicht bei meinen Schwierigkeiten. Damals sagte mir eine Therapeutin, mir würde es besser gehen, wenn ich wieder glauben würde und in der Lage sei, Gottes Wunder zu akzeptieren.

Von da an besuchte ich auch wieder die Gottesdienste und kam dadurch in Kontakt zu Theologen, die mir manches aus der Bibel erklärten – bis heute. Heute kann ich nur halbwegs die Wunder akzeptieren.

Hans-Dieter Frank



## Eine tragische Liebe,

die auf sehr dramatische Weise beendet wurde,  
weil sie mich mit dem Zuchthaus bekannt machte

Eine fiktive Geschichte

**E**s war das Jahr 1980. Ich war am rechten Knie operiert worden und hatte eine Endoprothese eingesetzt bekommen. Ich sollte in die Reha, dafür waren einige Gegenden in der DDR geeignet. Die BRD hatte mit der DDR Verträge abgeschlossen, dass Rehabilitationen im Rahmen von Behandlungen und daraus folgenden Genesungen auf DDR-Staatsgebiet durchgeführt werden konnten. Hierfür erhielt die DDR eine finanzielle Gegenleistung, die von Bund und Krankenkasse bereitgestellt wurde.

So kam ich in die Elbtal-Klinik Bad Wilsnack. Es war eine Klinik der orthopädischen Rehabilitation. Ich war auf der Station 2. Hier gab es attraktive Krankenschwestern. Besonders fiel mir eine schwarzhaarige, schlanke Krankenschwester mit einem hübschen Gesicht auf. Sie hieß Claudia. Claudia, die ande-

ren Krankenschwestern und das übrige Personal versicherten mir unabhängig voneinander, dass mir nichts passieren würde, wenn ich etwas Schlechtes über die DDR im Krankenhaus überall herum erzählen würde.

Die Reha sollte drei Wochen dauern. Genug Zeit, sich in eine Schwester zu verlieben. Ich sah Schwester Claudia fast jeden Tag. Sie nahm die Werte vom Blutdruck und vom Blutzucker und schrieb sie für die Ärztin in eine Karteikarte. Man unterhielt sich, sie war sehr freundlich. Ich erzählte von zu Hause, meinen Eltern usw. Sie trug ein rotes Symbol. Darauf waren Hammer und Sichel abgebildet. Sie sagte, dies sei das Symbol für den Marxismus-Leninismus. Auch berichtete sie von der Regierungspartei der SED, der Sozialistischen Einheitspartei Deutschlands.

## Eine tragische Liebe



Die Partei war eine kommunistische und sozialistische Partei. Sie entstand Mitte der 1940er Jahre aus einer Fusion von KPD und SPD in der sowjetischen Besatzungszone. Seit Anfang der 1970er Jahre war Erich Honecker Staatsratsvorsitzender der DDR.

So hielt Claudia mir einen Vortrag. Sie war politisch gebildet, hatte also viel Ahnung von Politik. Auch über die westdeutsche Regierungsform, über den Bundestag und vieles mehr wusste sie Bescheid.

Im Stillen bewunderte ich sie und war auch neidisch auf ihr Wissen. Schwester Claudia hatte von Politik viel mehr Ahnung als ich. Sie fügte noch hinzu, dass sie stellvertretende FDJ-Leiterin in ihrem Wohnkreis sei. „Bist Du eine Kommunistin oder Sozialistin“, fragte ich sie. „Ja“, antwortete sie. „Kommunismus ist die beste Regierungsform, die es gibt“.

Ich erwähnte, Kommunisten seien nicht ehrlich, das sagte man bei uns im Westen. „Es gibt ein christliches Gebot unter den zehn Geboten: Du sollst nicht falsch Zeugnis reden wider Deinen Nächsten. Das

heißt, Du sollst nicht lügen, betrügen und manipulieren! Vor jedem Politiker, der lügt, verliere ich den Respekt. 1961 sagte Walter Ulbricht: ‚Niemand hat die Absicht, eine Mauer zu errichten.‘ Das war gelogen. So viel

zu dem Punkt, wenn Politiker lügen. Lügen Sie?“

„Nein, ich bin ehrlich und sage die Wahrheit.“ Dabei lächelte sie mich an. Sie war heute nicht im Kittel, sondern trug ein schwarzes Kostüm. Ihre Schuhe hatten einen leichten Absatz und ihre Lippen hatten einen Hauch von hell-orangenem Lippenstift. Wie sie mich immer wieder anlächelte, das ging mir zutiefst nahe. Ich glaube, ich war in sie verliebt. In Gedanken ging ich das Gespräch zwischen ihr und mir durch. Ist sie eine ehrliche Kommunistin oder lügt sie? Ich fand keine Antwort. Das ließ mir keine Ruhe. Am nächsten Tag sagte ich ihr: „Du gefällst mir sehr.“ Sie schwieg und lächelte. Ich sagte, Wenn Du mich auch sympathisch findest oder sogar noch viel mehr, könnte man es so einrichten, dass ich nicht nach West-Berlin zurückkehre, sondern in der Nähe von Dir bleibe, vorausgesetzt, Du bist Single und erwidert meine Gefühle für Dich.“

Ich muss dazu sagen, dass ich sie einfach duzte, obwohl wir noch nicht einmal beim „Du“ waren. Es entstand eine kurze Pause. „Wenn

Du willst, kannst Du bei mir bleiben, das heißt in der DDR. Du müsstest nach Beendigung der Reha arbeiten gehen. Da ich in der Partei bin, könnte ich mich viel für Dich verwenden. So einfach ist es aber auch nicht. Du musst Kurse belegen, um zu verstehen, weshalb der Kommunismus in der DDR besser ist als der Kapitalismus im Westen, in der BRD. Außerdem müssen wir in der DDR wirklich von Dir überzeugt sein, dass Du solidarisch mit uns bist und mit unserem System. Mit unserer Partei und mit unserem Staat. Erst dann lässt sich über eine eheliche Beziehung, wenn Du sie überhaupt willst, nachdenken. Überlege gründlich, ob Du so etwas willst. Ich gebe Dir eine Woche Zeit, um darüber gründlich nachzudenken.“

Ich muss sagen, von einer ehelichen Beziehung hatte ich ihr gegenüber noch nicht direkt gesprochen. Außerdem fiel mir in ihrer Rede auf, dass sie sagte „Du musst, du musst“. Das klang fast so wie Befehle. Wenn man jemanden liebt, gibt man ihm dann Befehle? Eigentlich nein. Ich wollte diese Bedenken mit Gewalt verdrängen, weil ich so von ihr hingerissen war. Es war ihr Outfit. Es war westlich und gefiel mir. Also eine Woche Bedenkzeit. Das erschien mir so wie ein Ultimatum. Du kriegst mich nur, wenn Du so wie ich Kommunist wirst. Sonst lass mich in Ruhe und bleib bei Deinen Freunden, die für uns der Klassenfeind sind.

Was sollte ich tun? Ich konnte nicht auf sie verzichten. Ob ich sie überzeugen könne, dass sie mit

## Eine tragische Liebe

mir in den Westen geht? Ich fragte sie: Wenn ich Dir Deine Wünsche bzw. Forderungen erfülle, heiratest Du mich auch?“ „Ja auf jeden Fall, Du gefällst mir mehr als unsere Männer.“ „Wie gesagt“, antwortete ich, „ich habe nichts gegen Sozialisten, wenn sie ehrlich sind! Wollen wir beide nicht nach West-Berlin fahren?“ Da leben meine Eltern und Freunde. Wie sich später herausstellen sollte, war der letzte Satz ein Fehler. Ich fuhr weiter fort: „In West-Berlin gibt es auch die SEW. Das heißt Sozialistische Einheitspartei West-Berlins“. Das sind auch Kommunisten. Hier könntest Du Dich auch wohl fühlen. Willst Du mit?“ „Ich muss es mir überlegen“, entgegnete sie.

Das ganze Gespräch hatte schlechte Folgen für mich, wie sich später zeigen sollte. Ein paar Tage später hieß es, Schwester Claudia sei krank. Wieder ein paar Tage später erschienen zwei Herren in dunklen Anzügen. Sie sagten zu mir, ich müsse in ihr Büro zur Klärung eines Sachverhalts.

Im Büro gaben sich die Herren zu erkennen. Sie seien von der Staatssicherheit. Sie sagten mir auf den Kopf zu: „Herr Frank, Sie haben versucht, eine DDR-Bürgerin, Claudia Müller, zu verleiten, die DDR illegal zu verlassen!“ „Sie sind doch für die Menschenrechte, da kann Frau Müller ihren Aufenthaltsort bestimmen, wo auch immer sie wohnen will!“ Sie irren sich, Frau Mül-



ler muss vor der Ausbeutung der Kapitalisten geschützt werden. Außerdem glauben wir nicht, dass sie in den Westen will, denn bei uns ist alles in Ordnung. Deshalb will sie in der DDR bleiben, wo ihre Angehörigen und Freunde leben.

„Es gibt noch eine höhere Gewalt als das Politbüro. Es gibt Gott.“ „Wir brauchen keinen Gott, wir machen ohne ihn alles richtig“, antwortete einer von ihnen. „Ich weiß, sie haben Margot“ entgegnete ich. „Sie fangen an zu polemisieren. Unterlassen Sie das. Ihre Frechheit wird Ihnen noch vergehen. Gestehen Sie, dass Sie Frau Müller zum illegalen Grenzübertritt nach DDR-Verfassung verleiten wollten oder wollen?“ „Ja, ich finde nichts Schlechtes daran.“ „Das wird bei uns mit Zuchthaus bestraft. Abführen!“

Ich kam nach Höhenschönhausen. Beim Prozess wurde das Strafmaß festgesetzt. Es lautete zehn Jahre. In West-Berlin erwarteten mich

meine Eltern vergeblich aus der DDR zurück. Sie erfuhren ungefähr, was sich zugetragen hatte, von meiner Verhaftung selbst nur so viel, wie die Stasi zuließ. Es dauerte eine Weile, bis sie den Grund für meine Verhaftung erfuhren. Sie wandten sich an die Polizei, die wiederum den Fall an übergeordnete Organe bis zur ständigen Vertretung in Ost-Berlin weitergab. Im Gefängnis erlebte ich Folter wegen Aufruhr. Das andere will ich gar nicht erzählen.

Es dauerte dann jahrelang, bis ich für 30 000 DM freigekauft wurde. Unterhändler war auf DDR-Seite der Rechtsanwalt Wolfgang Vogel. Bei der Entlassung sagte mir ein Stasiwachmann: „Erzählen Sie auf keinen Fall, was sie hier erlebt haben. Unser Arm reicht weit über West-Berlin bis ins Bundesgebiet. Leicht kann in Rosenheim ein Auto-Unfall passieren“.

Hans-Dieter Frank

# Weihnachten bedeutet für

**W**eihnachten bedeutet für mich, inne zu halten, eine festliche Christmette zu besuchen und Kraft zu tanken. Mit meiner Familie kochen und zu spielen und an liebe Freunde Weihnachtspost zu verschicken.

(anonym)

**I**ch hoffe, dass ich mit meinen Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern einige friedliche Tage in Harmonie bei guter Gesundheit und Lektüre verbringen darf. Ich freue mich darauf, meinem Freundeskreis liebevolle Briefe und Päckli zu schicken, damit dieser auch schöne Weihnachten feiern kann.

Sabine Ulich

**M**eine Weihnachten in diesem Jahr verbringe ich mit meiner Mutti, Grazia, in Steglitz. Es wird sehr gemütlich und still. Wir kochen nationale Weihnachtsspeisen: Bigoz, Eiersalat, Bortsch, Zurek und Obstkompott aus getrockneten Pflaumen und Äpfeln.

Joanna

**W**eihnachten bedeutet für mich in diesem Jahr die Zeit der Einsamkeit 2020.

Eva Logstädt

**D**er Wunsch, dass mein Partner nicht arbeiten muss und wir die Feiertage gemeinsam verbringen können.

(anonym)

**W**eihnachten bedeutet für mich in diesem Jahr wie auch in den zurückliegenden Jahren nicht mehr das Feierliche, wie ich das noch als Kind empfunden habe.

Andreas Otte



# mich in diesem Jahr ...

**W**eihnachten bedeutet für mich, wie jedes Jahr, Konsumterror – den ich nicht gebrauchen kann. Der Heilige Abend allerdings ist für mich, wie jedes Jahr, ein besonderer Tag, da ich die Bezeichnung „Stille Nacht, Heilige Nacht“ wörtlich nehme. Diese Nacht ist für mich mit dem Gedenken an Jesus Christus verbunden.

M. Boche

**W**eihnachten bedeutet für mich in diesem Jahr, noch deutlicher zu spüren, wie wertvoll und unersetzbar direkter menschlicher Kontakt auch für mich ist (obwohl ich sehr gut alleine sein kann). Ganz bewusst zu zweit gemeinsam Zeit zu verbringen ist das wichtigste Geschenk. Zu wissen, dass es meinen engsten Verwandten und besten Freundschaften soweit gut geht – sie es auch warm und gemütlich haben. Dazu Kerzenlicht im Tannengesteck, dabei leckere Dominosteine zum heißen Tee, und mein Weihnachten ist vollkommen.

Barbara Ihlefeldt

**I**n diesem Jahr geht es mir vielleicht wie einigen auch, dass keine weihnachtliche Stimmung aufkommt. Es liegt auch an der aktuellen Situation, daher hoffe ich, dass es nächstes Jahr wieder etwas normaler wird und es auch entspannter wird.

(anonym)

**I**ch freue mich, mit meinen vielen Kindern gesund Weihnachten zu feiern. Ich warte darauf, dass Silvester und Neujahr alle Welt ohne Corona ist!

Fr. Salda

**D**ieses Weihnachten macht für mich ein Verlangen nach dem Ende des Corona-Virus aus. Ich würde gerne mit meiner Familie feiern, aber weil die Quarantäne-Regeln dies nicht zulassen, werden wir auf eine sehr wichtige Person verzichten müssen. Machen wir das Beste daraus.

(anonym)

# Mein Hobby ist die Aquaristik

Ich hatte schon in meiner Jugendzeit ein eigenes kleines Aquarium. Damals kümmerte sich mein Vater um die Pflege. Ich schaute aber ganz genau zu.

In den 90er Jahren faszinierte mich die Aquaristik so sehr, dass ich mir mehrere kleine und große Aquarien zulegte.

Das Aquarium hat auf mich eine beruhigende Wirkung. Ja, ich möchte sogar sagen, dass das Aquarium mich vor so manchem Krankenhausaufenthalt bewahrt hat, weil ich für die Lebewesen eine Verantwortung übernommen habe. Die Aquariumpflege hält mich auch fit.

Die Pflege meines Aquariums ist schön, macht Freude und Spaß – macht aber auch ein bisschen Arbeit. Man sollte etwa alle zehn bis zwölf Tage einen Teil des Wassers wechseln.

Mit einer Mulm-Glocke und einem Schlauch saugt man das Wasser mit dem Mulm-Kies an. Wenn der Kies im Aquarium sauber ist und ein Viertel des Wassers rausgeflossen ist, fülle ich das Aquarium wieder mit frischem Wasser und Aqua-Safe (Wasseraufbereiter) auf.

Bei Bedarf werden die Pflanzen gekürzt und die inneren Scheiben mit einem speziellen Aqua-Schaber vorsichtig von den Algen befreit.

Die Frontseite des Aquariums bitte nicht mit Fensterreiniger reinigen,



da sonst das Aquarium undicht werden kann. Die scharfe Substanz könnte das Silicon angreifen.

Das Aquarium darf auch nicht am Fenster stehen, da dadurch das Algenwachstum extrem gefördert wird.



Die Pumpe meines Aquariums mache ich erst dann sauber, wenn der Druck des Wasserstrahls nachlässt.

In der Außenfilter-Pumpe sind mehrere Schichten z. B. Kies, Watte, Röhrchen usw.

Die Watte wird dann immer erneuert und die anderen Sachen unter lauwarmen Wasser gereinigt.

Ich habe an der Pumpe einen Absperrhahn, damit das Wasser nicht

aus den Schläuchen rausfließen kann. In den Schläuchen lagern sich nach einiger Zeit Schlamm und Algen ab. Deshalb muss man hin und wieder auch die Schläuche mit speziellem Werkzeug reinigen.

Die Fische werden keinesfalls gefangen oder das Wasser ganz abgelassen, denn das Aquarium ist ein kleines Biotop wie in der Natur. Jegliche massive Änderung des Lebensraumes der Fische würde zu einem Ungleichgewicht der natürlichen Wasserqualität und Bakterienzusammensetzung führen.

Die Fische füttere ich nur mäßig, aber täglich. Nur so viel füttern, wie die Fische in einigen Minuten auffressen können. Es gibt spezielles Futter für Bodenfische (z. B. Welse) und für die anderen (z. B. Black Mollys).

Ich wünsche Euch viel Freude mit Eurem Aquarium.

Euer Smiley

## Politik – leicht erklärt: die WHO

**M**it der neuen Themenseite „Politik – leicht erklärt“ nehme ich mich der Gesundheitspolitik und der dazugehörigen Dachorganisation World Health Organization, kurz gesprochen WHO, an.

Als erstes möchte ich euch etwas genauer erklären, was die WHO ist.

Die WHO ist so etwas wie eine Art Behörde. Eine Behörde der Vereinten Nationen. Die Vereinten Nationen sind wiederum ein Zusammenschluss fast aller Länder auf der Welt. Das Ziel der Vereinten Nationen ist es, besser und effektiver Miteinander zusammen zu arbeiten. Die WHO wiederum beschäftigt und kümmert sich um die Gesundheit aller Menschen auf der Welt.

Das Hauptziel der WHO ist es, dass die Menschen in allen Ländern, soweit es möglich ist, gesund leben können. Wobei die WHO darauf hinarbeitet, dass alle Menschen keine Krankheiten haben, sondern auch, dass sie ein gutes

gesundes Leben haben. Das heißt, dass es den Menschen körperlich, geistig und seelisch gut geht und sie ein gutes Zusammenleben in der Gemeinschaft haben.

Wichtig ist auch zu wissen, dass die WHO eine Auflistung von Krankheiten zusammengestellt hat. Diese Liste wird auf der ganzen Welt von Ärzten benutzt.

Durch diese Liste haben Ärzte die Möglichkeit, Krankheiten auf ganz ähnliche Weise zu diagnostizieren. Die Liste trägt den Original-Namen „International Classification of Disease, kurz ICD. Auf deutsch: Internationa-

le Klassifikation von Krankheiten.

Ferner kümmert sich die WHO darum, dass alle Menschen auf der Welt gegen bestimmte Krankheiten, wie zum Beispiel die Pocken, geimpft werden. Gerade ärmere Länder stehen da ganz klar im Blickfeld.

Einen besonderen Erfolg konnte die WHO im Jahr 1980 verkünden. Es war der Kampf gegen die Krankheit Pocken. Zehn Jahre lang wurden die Menschen auf der ganzen Welt gegen die Pocken geimpft, was schlussendlich zur Ausrottung der Pocken führte.

Gerade in der aktuellen Corona-Pandemie hat die WHO eine wichtige Aufgabenstellung. Sie bewertet nämlich, wie ernst die Corona-Krise ist.



Die WHO gab am 11. März bekannt, dass die Corona-Krise zu einer Pandemie geworden ist.

Das heißt, dass die Corona-Krise sich weltweit ausgebreitet hat.

Gottseidank haben viele

Länder auf der Erde bestimmte Pläne bei einer Pandemie. In diesen Plänen steht genau, was zu tun ist, wenn die WHO bekannt gibt, dass es eine Pandemie auf der Erde gibt. Gerade in Zeiten von Corona wird nochmal deutlicher, wie wichtig die Arbeit der WHO ist und wie wichtig es ist, die WHO auch weiterhin finanziell durch Spenden und Beitragszahlungen der einzelnen Länder zu unterstützen. 2021 wollen die USA aus der WHO austreten, weil sie unzufrieden mit deren Arbeit sind.

M. Boche

## Thema: Was ist ein gutes Leben?

Die Redaktion vom Geistes-Blitz hat sich aus einer Vielzahl von Themenvorschlägen diesmal für das Thema „Was ist ein gutes Leben“ entschieden.

So weit, so gut. Zuvor aber noch eine kurze Anmerkung in eigener Sache. Da es aus rechtlichen Gründen nicht erlaubt ist, fremde Quellen einfach so zu benutzen und sich diese für seine eigene Arbeit zu eigen zu machen, war es für mich eine umso ambitioniertere Herausforderung, einen philosophischen Text zu dem Thema „Was ist ein gutes Leben“ zu schreiben.

Was ist also nun ein gutes Leben? Bei dieser Frage wird es ganz schön kompliziert, da jeder Mensch diese Frage bestimmt anders beantworten würde. Also worauf kommt es überhaupt an, um diese Frage für sich zu beantworten?

In erster Linie müssen wir bedenken, dass wir nach unserer Geburt in einer uns eigenen Familie aufwachsen. Diese Familie hat unterschiedliche Vorstellungen von einem guten Leben. In diesem Umfeld wachsen wir auf und übernehmen diese Vorstellungen.

Nun leben wir mit unseren Familien aber nicht allein auf dieser Welt, sondern in einer Gesellschaft von Menschen. Diese Gesellschaft hat wiederum auch ihre ganz eigene Vorstellung von einem guten Leben. Europa hat andere Vorstellungen als Asien, Afrika, Lateinamerika.

Erst, wenn wir uns bewusst machen, dass wir von unserer Umwelt geprägt werden und geprägt worden sind, können wir überhaupt erst anfangen, diese vorgegebenen Vorstellungen von einem guten Leben zu überdenken und uns

fragen, ob diese Vorstellungen überhaupt unsere ganz eigenen sind. Aber dazu müssen wir erst unsere eigenen Lebenserfahrungen machen, um überhaupt unterscheiden zu können, was wir persönlich als gutes Leben benennen können und was nicht.

Das klingt ja alles sehr individuell. Aber gibt es nicht eine übergeordnete Vorstellung von einem guten Leben, das allen Menschen auf der Welt gemein ist? Ich glaube schon.

Alle Menschen haben den Wunsch, gesund zu sein, genug zu Essen zu haben, ein Dach über dem Kopf zu haben und Menschen um sich zu haben, die sie lieben. Sie wollen von ihren Mitmenschen akzeptiert werden, egal welcher Herkunft, Hautfarbe, Religion oder sexueller Ausrichtung. Sie wollen so akzeptiert und geliebt werden, wie sie sind. Sie wollen ein selbstbe-

## Ortsteil Nr. 97: Schlachtensee

stimmtes Leben, in dem sie in Freiheit das tun und lassen können, was sie wollen.

Wenn wir uns diese kleine Aufzählung mal genauer betrachten, stellen wir fest, dass diese Wünsche und Bedürfnisse eine Allgemeingültigkeit für alle Menschen darstellt, egal, auf welchem Kontinent sie leben.

Moment mal, wird der eine oder andere jetzt denken, der Banker hat doch bestimmt andere Vorstellungen von einem guten Leben als der Obdachlose auf der Straße. Ja, in seiner momentanen Situation wird jeder für sich genommen bestimmt andere Bedürfnisse und Vorstellungen von einem guten Leben haben.

Aber beide haben eines gemeinsam, sie haben ihre Prägung durch ihre Familien, ihre Umwelt, ihre Erfahrungen und ihre ganz eigene Erkenntnis darüber, was für sie persönlich ein gutes Leben ausmacht.

Was ist für Dich ein gutes Leben? Wenn Du magst, denk doch mal darüber nach!

Vielleicht hast Du ja Lust, dem GeistesBLITZ Deine Gedanken darüber zu schreiben.

Unter [MiBo1\\_2000@yahoo.de](mailto:MiBo1_2000@yahoo.de), Thema: Philosophische Seite/Was bedeutet ein gutes Leben für mich? kannst Du mir gerne schreiben. Ich werde jede Frage oder Anmerkung beantworten.

Bis dahin, Euer Hobby-Philosoph

M. Boche



Die Siedlung Schlachtensee ist seit dem 11. Dezember der achte Ortsteil des Bezirks Steglitz-Zehlendorf (und der 97. von Berlin). Die 4,05 km<sup>2</sup> große Fläche wurde aus einem Stück Zehlendorf und einem etwas kleineren Stück Nikolassee herausgeschnitten. Die Breisgauer Straße hatte bisher eine Straßenseite in Nikolassee und eine in Zehlendorf. Jetzt liegt sie mitten im Ortsteil Schlachtensee.

Die administrative Aufteilung Berlins hat eine lebhaftere Geschichte. Ihre heutige Fläche von über 800 Quadratkilometern hat die Stadt seit dem 1.10.1920, als aus acht Städten (Berlin, Charlottenburg, Wilmersdorf, Köpenick, Lichtenberg, Neukölln, Schöneberg und Spandau) sowie 59 Landgemeinden und 27 Gutsbezirken über Nacht eine 4-Millionen-Metropole wurde. Das Stadtgebiet wurde in 20 Verwaltungsbezirke aufgeteilt. Mit der Deutschen Teilung wurde auch Berlin geteilt, wodurch West-Berlin aus zwölf und Ost-Berlin aus acht Bezirken bestand.

Von 1979 bis 1986 wuchs die Zahl der Ost-Berliner „Stadtbezirke“ (so die Bezeichnung im Ostteil von 1952 bis 1990) von acht auf elf. 1990 wurde Berlin wiederverei-

nigt und hatte nun 23 Bezirke mit 75 Ortsteilen.

1997 beschloss der Senat eine Bezirksreform, die im Moment der Jahrtausendwende, also zum 1.1.2001, zur heutigen Aufteilung in 12 Bezirke führte. Von 1997 bis 2020 kamen außerdem 20 Ortsteile neu hinzu und drei erhielten neue Namen: *Alt-Treptow*, *Plänterwald*, *Französisch Buchholz*, *Stadtrand*siedlung Malchow, *Hellersdorf*, *Hansaviertel*, *Moabit*, *Gesundbrunnen*, *Märkisches Viertel*, *Wilhelmsruh*, *Neu-Hohenschönhausen*, *Fennpfuhl*, *Rummelsburg*, *Alt-Hohenschönhausen*, *Gropiusstadt*, *Falkenhagener Feld*, *Hakenfelde*, *Wilhelmstadt*, *Halensee*, *Westend*, *Charlottenburg-Nord*, *Borsigwalde* und *Schlachtensee*.

Da die Reform schlecht kommuniziert wurde, sind heute noch Stadtteilnamen im Volksmund verbreitet, die es offiziell seit über 15 Jahren nicht mehr gibt, wie z. B. „Hohenschönhausen“ und „Treptow“. Da die Bezirksreform auf Wegweisern in Berlin und im Umland nahezu komplett ignoriert wurde, werden noch heute neue Schilder mit nicht mehr existenten Bezeichnungen wie „Treptow“ aufgestellt. Auch falsche Zuordnungen wie „Funkturm in Charlottenburg“, „Theodor-Wenzel-Werk in Zehlendorf“ oder „Brunnenstraße in Wedding“ hört man noch oft. Und das Evangelische Krankenhaus Hubertus steht jetzt nicht mehr in Nikolassee, sondern in Schlachtensee.

A. Rühle

Gastbeitrag

# Eichhörnchen und Vögel im Garten verbreiten Freude

Teil 2



**E**ichhörnchen haben übrigens mehrere Würfe im Jahr, meistens zwei bis drei mit jeweils zwei bis fünf Jungen. Die Wurfhäufigkeit ist abhängig vom Ernährungszustand der weiblichen Tiere und dem Klima. Eichhörnchen-Babys werden in einem frühen Entwicklungsstadium nach ca. 40 Tagen Tragzeit geboren (mit den Hinterpfötchen voran). Dieses frühe Stadium ist nötig, da die schwangeren Weibchen noch springen und klettern müssen. Deswegen wiegt ein Jungtier bei Geburt ca. zehn Gramm. Ein erwachsenes Eichhörnchen wiegt zwischen 200 und 400 Gramm. Sie sind von der Nasenspitze bis zum Schwanzansatz 18 bis 27 cm lang plus 14 bis 20 cm Schwanzlänge.

Die Eichhörnchen-Babys sind bei ihrer Geburt nackt und blind. Sie werden ca. 10 Wochen rund um die Uhr von der Eichhörnchen-Mama betreut, gewärmt und gesäugt. Nach zehn Tagen bekommen sie ein Fellchen, nach einem Monat öffnen sich die Augen. Nach ca. drei Monaten verlassen sie ihren Kinder-Kobel (Nest) erstmals, um

ihre Umgebung zu erkunden. Dies ist der spannende Moment, in dem sie sich uns präsentieren. Sie spielen meistens Fangen am Baum.

Jedes Eichhörnchen hat einen individuellen Charakter. Von den jetzigen drei Jungtieren sind zwei ziemlich wild. Als sie den ersten Tag draußen waren, haben sie sich so um eine besonders schöne Walnuss gerangelt, dass sie beide in hohem Boden vom Futtertisch gefallen und ins Gras gefallen sind. Da lagen sie sehr verdutzt, haben sich aber glücklicherweise nichts getan. Seit diesem Vorfall sind sie etwas ruhiger. Das dritte Kleine ist scheuer, es hat die Angewohnheit, beim Trinken die Vorderpfötchen in das Schälchen zu tauchen. Bei den Jungtieren aus dem letzten Jahr war auch eines, welches besonders wild war. Es sprang so auf die Äste, dass sie stark vibrierten. Einmal hat es einen Salto in der Luft gemacht, als es von Baum zu Baum sprang. Es war atemberaubend anzusehen. Eichhörnchen sind normalerweise sehr flink, sie klettern schnell die Bäume hoch und herunter und springen meh-

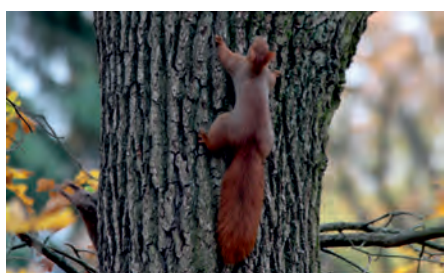
rere Meter von Baum zu Baum. Meistens benutzen sie dieselben Äste so wie wir unsere Straßen. Weiterhin können sie auch kopfüber klettern.

Die Eichhörnchen haben einen hohen Energiestoffwechsel und eine höhere Körpertemperatur als wir Menschen. Sie benötigen daher bei Hitze einen Kobel im Schatten zum Ausruhen und frisches Wasser. Nüsse mit ihrem hohen Energiegehalt sind eine überlebenswichtige Nahrung für sie.

Kobel nennt man das Nest der Eichhörnchen. Sie haben stets mehrere Nester, zum Ausruhen tagsüber, zum Schlafen nachts, den Kinder-Kobel für Mutter und Kinder. Die Kobel werden meistens in Astgabeln, nahe am Stamm weit oben im Baum gebaut. Sie haben zu meist zwei Zugänge, um einem Angreifer entweichen zu können.

Die Eichhörnchen benötigen viel Geschicklichkeit, um einen Kobel zu bauen und bis zu 5 Tage Zeit dafür. Zweige mit den daran haftenden Blättern werden mit Hilfe der Pfötchen und dem Mäulchen ineinandergesteckt. Die Kobel schützen vor rauer Witterung, sind wasserdicht und haben einen Durchmesser von meistens 30 bis 40 cm. Sie sind mit kuscheligen Materialien wie Moos, Gräsern und Blättern ausgestattet.

Bei unseren Vögeln durften wir auch schon mehrere Bruten bei den Meisen und Amseln miterleben. Dieses Jahr hatten wir auch ein Eichelhäher- und ein Buntspecht-Kind. Die kleinen Meisen fliegen über unseren Köpfen herum und über die geöffnete Terrassentür hinein in unser Wohnzimmer. Unsere Meisen haben ein hübsches rotes Vogelhäuschen zum



Brüten, welches unsere Vorgesetzte besorgt hat.

Übrigens hatten wir zuerst vor allem rotbraune Eichhörnchen, durch die Zuwanderung haben wir inzwischen Eichhörnchen in allen Brauntönen: hellbraune, rotbraune und schokobraune. Manche sind zweifarbig, beispielsweise braun mit rotem Schwanz oder umgekehrt. Alle diese Eichhörnchen gehören die Art der europäischen Eichhörnchen (*Sciurus vulgaris*) an, es sind nur unterschiedliche Farbvarianten, die bei uns vorhanden sind. Im Schwarzwald gibt es viele schwarze Eichhörnchen. Das Eichhörnchen gehört zur Familie der Hörnchen (*Sciuridae*) und zur Ordnung der Nagetiere (*Rodentia*). Es hat ein besonderes, speziell auf das Knacken von Nüssen ausgerichtetes Gebiss, jeweils ein Paar Schneidezähne im Ober- und Unterkiefer, danach eine große zahnlose Lücke bis zu den Backenzäh-

nen. Sie packen mit den oberen Schneidezähnen zu und nagen mit den unteren Stück für Stück ab. Zuvor wird die Nuss in den Vorderpfötchen gehalten, mehrmals gedreht und einem Geruchs- und Gewichtstest unterzogen, ob sie lagerfähig und einwandfrei ist. Dann beginnt erst das Aufnagen. Walnüsse werden an ihrer Naht aufgesprengt und in zwei Hälften zerlegt. Die Walnuss selbst wird mit den Backenzähnen zermalmt. Haselnüsse werden am spitzen Ende benagt. Übrigens mögen Eichhörnchen sehr gerne grüne Haselnüsse. Meistens im Herbst legen die Eichhörnchen Vorräte für den langen Winter an. Die Nüsse werden in einer angeborenen Technik, die durch Übung verfeinert wird, vergraben. Das ist sehr anstrengend für die Tiere, Körper und Schwanz vibrieren beim Vergraben. Unsere Eichhörnchen vergraben Ihre Vor-



ratsnüsse gerne in unseren Blumentöpfen.

Eichhörnchen haben übrigens vier Finger mit Krallen und einen Stummeldauen an den Vorderpfoten und fünf Zehen mit Krallen an den Hinterpfoten. Diese Krallen können beim Klettern auf dem Baum ähnlich wie Spikes in die Baumrinde gehakt werden. Sie können aber auch schnell auf glattem Gelände laufen, dafür benutzen sie

eine besondere Technik.

Der puschelige Schwanz hat viele Funktionen u.a. er dient über dem Kopf getragen als Schattenspender, wärmt beim Zudecken die Jungen, er dient zum Ausbalancieren beim Springen und gehört zur Körpersprache der Eichhörnchen. Schnelles hin- und herbewegen (Puscheln) bedeutet Aufregung. Sie haben sehr feine Sinne, sie hören, sehen und riechen sehr gut, sie haben ein sehr gutes räumliches Gedächtnis zum Verstecken der Nüsse und die Orientierung in den Bäumen. Dafür haben sie auch Härchen (genannt Vibrissen) an dem Mäulchen.

Sie verfügen über ein Sommer- und ein Winterfell. Das Winterfell hat ein dickeres, gräulich aussehendes Haarkleid zum Wärmen als Unterfell. Das lässt die Eichhörnchen fülliger erscheinen. Zum Winterfell gehören Ohrpinsel.

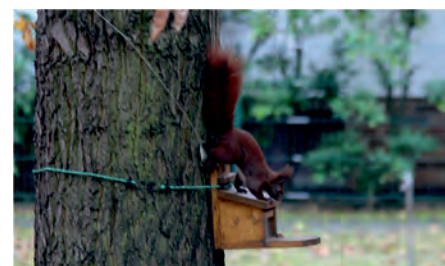
So, liebe Leserinnen und Leser, wir hoffen, dass dies ein unterhaltsamer Ausflug in die bunte Welt der Eichhörnchen und Vögel war.

Sabine Ulich (Mitarbeit: R. Heyer)

## Literatur

Tine Meier: Leben mit Eichhörnchen in der Stadt (2018)

Josef H. Reichholf: Das Leben der Eichhörnchen (2019)





## *Weihnachten nicht allein*

*Dieses Jahr bin ich nicht allein,  
denn ich habe das Covid-19 Problem mit daheim*

*Daheim bleibt aber trotz Corona  
die Weihnachtsfreude mit der Oma*

*Verwandte, Enkel tummeln sich nun um den Weihnachtsbaum,  
Tradition muss ja schließlich sein, da wirst schön schau'n*

*Aber viel lieber wäre ich gern zur Weihnachtszeit im Alpenlande,  
aber der Shutdown hält mich fest in Berlin,  
bei meiner Familienbande*

*In diesem Sinne und das nicht nur am Rande  
Euch allen,  
herzlich, eine schöne Weihnachtszeit,  
die uns hoffentlich, auch wenn nur für kurze Momente,  
endlich mal die Sorgen vertreibt*

*Euer M·B*