

# FREIHAFEN

A stylized black silhouette of a cable-stayed bridge, with multiple cables fanning out from a central pylon to support the bridge deck.

WIR. HIER. JETZT.

Ausgabe 3 | 2010 | ISSN 1862 - 4820 | [www.freihafen.org](http://www.freihafen.org)

Kostenlos, da unbezahlbar



Gepeinigt  
und belohnt  
**HERTA MÜLLER**  
Seite 7

Konzentration ist  
käuflich  
**RITALIN**  
Seite 8

FREIHAFEN steht stramm  
**WASSERSKI**  
Seite 22

## IMPRESSUM

### FREIHAFEN

Jugendmagazin für Hamburg  
Alfred-Wegener-Weg 3  
20459 Hamburg  
Fon: 040-60084679  
Fax: 040-60084681  
Mail: mail@freihafen.org  
Web: http://www.freihafen.org

### Herausgeber

Junge Presse Hamburg e.V.  
Alfred-Wegener-Weg 3  
20459 Hamburg  
Fon: 040-60084680  
Fax: 040-60084681  
Mail: mail@jphh.de  
Web: http://www.jphh.de

### Chefredaktion

Marie-Charlott Goroncy (V.i.S.d.P.)  
Andreas Hopfgarten  
Max Martens  
chefredaktion@freihafen.org

### Anzeigenbetreuung

Jan-Paul Goroncy  
Max Martens  
anzeigen@freihafen.org

### Layout

Christoph Aberle  
Max Martens  
grafik@freihafen.org

### Fotoredaktion

Christoph Aberle  
Vincent Bergmann  
Laura Bleck  
Mücahid Güler  
Andreas Hopfgarten  
Jasmina Quach  
Johannes Rake  
Nikolai Zabolotski

### Titelfoto

Andreas Hopfgarten

### Finanzen

Christoph Hanssen  
finanzen@freihafen.org

### Mitarbeiter (Text/Foto)

Christoph Aberle (F)  
Manuel Baghorn (T)  
Carla Baum (T)  
Merle Baur (T)  
Vincent Bergmann (F)  
Laura Bleck (T&F)  
Milena Bürki (T)  
Laura Marie Bruhn (T)  
Marion Bruschi (T)  
Nil Idil Cakmak (T)  
June Drevet (T)  
Fritz Finne (T)  
Jonas Fischer (F)  
Jan-Paul Goroncy (T)  
Marie-Charlott Goroncy (T)  
Judith Goeller (T)  
Mücahid Güler (F)  
Andreas Hopfgarten (F)  
Max Martens (T)  
Tung Nguyen (T)  
Julia Orso (T&F)  
Pablo Pecora (F)  
Jasmina Quach (F)  
Jann Wilken (F)  
Marie Witte (T)  
Nikolai Zabolotski (F)

Hinweise auf externe Bildrechte  
sind bei den jeweiligen Fotos  
angegeben.

### Erscheinung

6x jährlich

### Vertrieb

Behörde für Bildung und Sport der  
Freien und Hansestadt Hamburg,  
Hamburger öffentliche Bücher-  
hallen.

### Eigenvertrieb

Marie-Charlott Goroncy  
vertrieb@freihafen.org

### Druck

v. Stern'sche Druckerei GmbH  
Zeppelinstraße 24  
21337 Lüneburg

### Auflage

20.000 Exemplare

### Auslageplätze

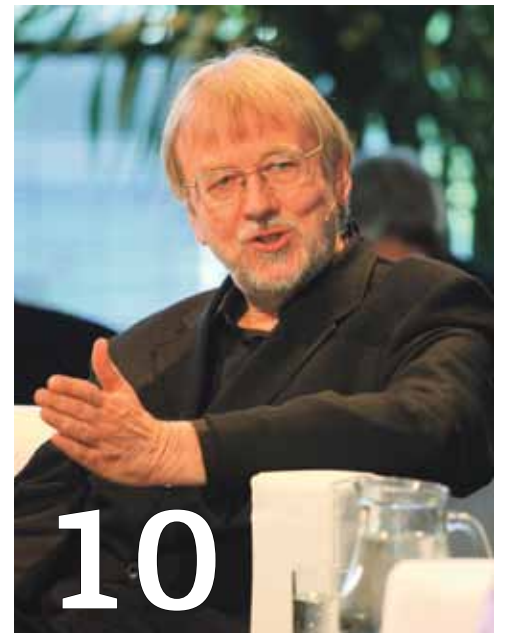
An den weiterführenden Schulen  
Hamburgs, den Universitäten  
Hamburgs und Lüneburgs,  
Jugendbildungsstätten, allen öf-  
fentlichen Bücherhallen Hamburgs  
und ausgewählten Cafés und  
Restaurants.

Wir danken allen Redakteuren, die  
sich an diesem Projekt beteiligen  
und allen Außenstehenden, die  
dafür manches Mal kürzer treten  
müssen.

Außerdem danken wir der  
Behörde für Bildung und Sport,  
der SchülerInnenkammer, der  
Jungen Presse Hamburg e.V. und  
der Arbeitsgemeinschaft freier  
Jugendverbände in Hamburg e.V.  
(AGfJ).



## Die Redaktion



# Moin Moin,

Auch ungedopt haben wir es vollbracht! Rechtzeitig zu den Ferien versüßen wir euch die freie Zeit mit der neusten FREIHAFEN-Ausgabe „mundtot“. Die populäre Studentendroge Ritalin haben wir leichten Herzens auf dem Schwarzmarkt zurückgelassen und pusten uns stattdessen den Kopf mit Bewegung frei. Wir unternehmen zunächst einen kleinen Ausflug in die Welt des Wasserski, um anschließend unsere Surfkenntnisse auf Hamburgs Asphaltmeer zu erproben. Unsere Skateboardtour führt dieses Mal an den absolut unvermeidbaren Sommerkonzerten vorbei. Auf der rasanten Fahrt erhaschen wir einen intensiven Blick in eine Steller Wohnung und nutzen bei der anschließenden Verschnaufpause die Chance, Hamburgern zu entlocken, in welcher Situation sie besser geschwiegen hätten. Aller Liebe zu unserer feinen Stadt zum Trotz können wir nicht umhin, dem lautstarken Trubel für einen Moment zu entkommen und einer ruhigen Minute zu frönen, denn: Krach macht krank. Krank macht auch, dass die Bewohner Bosniens heute immer noch unter den Folgen des Krieges leiden. Da wir uns der viel zu wenig geschätzten

freien Meinungsäußerung erfreuen, können wir unserem Unmut Luft machen: Das ist scheiße! Dass wir uns der Meinungsfreiheit nicht nur erfreuen, sondern sie vor allem nutzen sollten, zeigt zudem Juli Zehs Roman „Corpus Delicti“. Mit einem unauffälligen Knicks bedanken wir uns bei den FREIHAFEN-Touristen, die diesem Heft das Sahnehäubchen verpassen. In Zusammenarbeit mit der Körperstiftung und Gast-Autoren porträtieren wir den Stifter des Alternativen Nobelpreises, Jakob von Uexküll. Unsere Gast-Kolumnistin für „mundtot“ zeigt die Schwierigkeiten auf, welche eine Hörschädigung zwangsläufig nach sich zieht. Ihre Anekdoten sollen aber auch deutlich machen, dass in jeder Situation ein Fünkchen Witz steckt. Also macht euch auf die Suche!

Für stimmungsvolle Abendstunden legen wir euch nun noch unsere Filmkritik ans Herz und verabschieden uns mit den Worten von Brians Mutter, der edlen Jungfrau:  
Also Shalom dann. Tschüß. Servus. Ciao.

Lotti, Andi, Max

## FISCHMARKT

[Titel]

- 04 | Rezension: „Corpus Delicti“
- 06 | Wenn der Sprecher sprachlos ist: Blackouts
- 07 | Von der Unterdrückung zum Nobelpreis: Herta Müller
- 08 | Lernen ohne Hindernisse: Die Studentendroge Ritalin
- 10 | Portrait: Jakob von Uexküll
- 11 | „Kreuzigung ist doch Firlefanz“: Die Filmkritik zum Thema
- 12 | Laut macht krank
- 13 | Umfrage

## DOM

[Bunte Seite]

- 14 | Kochkolumne:  
Tung's Kitchen  
| Die Kolumne zum Thema:  
Die Gehörlosenbloggerin
- 15 | Die Lotti-Kolumne:  
Autsch, heiß!

## HAMBURG CITY

[Innerhamburgisches]

- 16 | Der Hausbesuch:  
FREIHAFEN erobert Stellingen
- 18 | Urban, aber frei: Skateboarden
- 19 | Mitläufer: Schule mit Courage

## ELBBRÜCKEN

[Außerhamburgisches]

- 20 | Die Welt dreht sich –  
Bosnien schläft

## GROSSE FREIHEIT

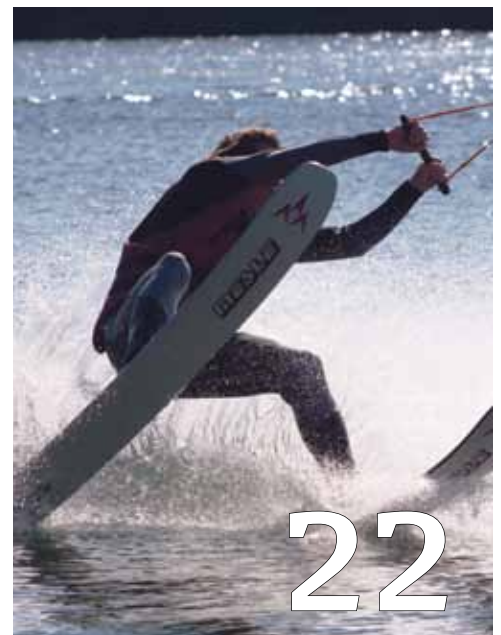
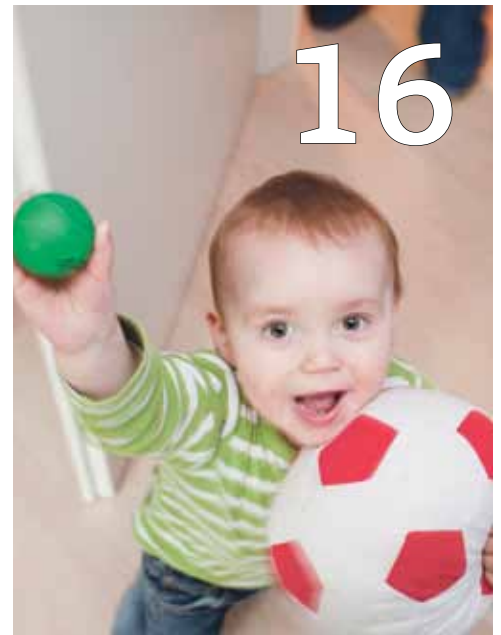
[Kultur]

- 21 | Konzertankündigungen

## MILLERNTOR

[Sport]

- 22 | Mit 120 km/h übers Wasser



# Achtung: Methodenfeind!

**Was passiert, wenn sich mehr und mehr Mensch als ‚unpolitisch‘ bezeichnen? Wenn keiner mehr Verantwortung übernimmt, sich für irgendwelche Ideale einsetzt oder schlimmer noch: gar keine Ideale mehr hat? Der Roman „Corpus Delicti“ gibt eine Antwort.**



**Befehl: Ordne dich deinem Staat unter. Füge dich der Masse!**

**W**ir Europäer leben in einer unsicheren Zeit. Nicht weil wir Tag für Tag vom Krieg oder Hunger bedroht sind, sondern weil wir nicht wissen wohin. Wir sind unsicher: Ist die Globalisierung gut oder schlecht, schreitet sie zu schnell voran oder zu langsam? Wird unsere Gesellschaft immer individualistischer, weil sich jeder aus dem kulturellen Überangebot herausuchen kann, was genau ihn speziell interessiert? Oder sind wir auf dem Weg in eine nivellierte Welt, in der das kulturelle Angebot sich nur in Nuancen unterscheidet und sich immer weiter angleicht? In der es nicht mehr darauf ankommt, ob du Moslem oder Christ bist, weil Interessen ohnehin nur noch über die Mitgliedschaft in Facebook-Gruppen bekannt gegeben werden?

In der Anonymität der Masse, im Internet zum Beispiel, trauen wir uns, kleine Meinungsimpulse abzugeben. Fragt jemand aber nach, berufen wir uns schnell auf das eigene Unwissen. Datenschutz ist ein zu großes Thema, wie soll ich da den Überblick behalten? Die da oben werden schon wissen, was richtig ist, schließlich sind das Experten. Wir halten uns zurück, sind still, wenn es darum

geht, dass Google noch mehr Daten von uns sammelt, wenn Gesundheitsvorsorge Bürgerpflicht ist und wenn nach jeder Messerstecherei mehr Kameraüberwachung gefordert wird. Wir geben die Verantwortung an Experten ab, mit der Hoffnung, diese würden schon für unser Wohl sorgen. Dabei vergessen wir, dass Wohlbefinden völlig unterschiedlich definiert werden kann. Und noch etwas: dass Wohlbefinden nicht alles ist im Leben.

„Corpus Delicti“ heißt der neueste Roman von Juli Zeh und führt uns vor Augen, was passieren kann, wenn wir nicht wachsam bleiben. Der Roman zeigt eine Zukunftstypie, eine Dystopie. Die 35-jährige Autorin zeichnet das Bild einer Gesellschaft, die nicht mehr nachfragt. Bestimmt wird die Gesellschaft von der sogenannten Methode, einem Staatsprinzip, welches das Wohlbefinden der Bevölkerung zum Ziel hat. Alles, was die Gesundheit und damit das Wohlbefinden einschränken könnte, ist verboten. Dazu zählen natürlich angebaute Nahrungsmittel, der bakterielle Austausch von Speichel, umgangs-

**Alles, was die Gesundheit einschränkt, ist verboten.**

sprachlich bekannt als Küssen, und alle Arten von Drogen. Täglich muss ein Fitnessprogramm absolviert werden und Computerchips in der Toilette und im Oberarm messen den körperlichen Zustand. Ein Verstoß gegen die Vorschriften ist strafbar. Denn man würde eine Krankheit riskieren, die Krankenkasse müsste einspringen und damit die Gemeinschaft. Was aber hat die Gemeinschaft mit meiner selbstverschuldeten Krankheit zu tun?

Die Methode setzt das Wohl der Gemeinschaft als oberste Priorität. Es fällt schwer, dem etwas entgegenzusetzen. Die Methode ist die totale Prophylaxe. Sie schützt präventiv vor Krankheit, vor einem großen Übel der Menschheit. Nüchtern, vernünftig denkend ist die

Biologin Mia Holl Anhängerin der Methode. Ihr Bruder Moritz hingegen widersetzt sich. Er tut das, was man der Methode am liebsten schreiend entgegen halten würde, sich aber aufgrund ihrer stehenden Logik nicht traut: Er geht seinen individuellen Interessen nach. Er streift durch die Natur, fängt Fische und raucht.

Die Geschichte von „Corpus Delicti“, deren Mittelpunkt dieses ungleiche Geschwisterpaar bildet, ist in wenigen Sätzen erzählt: Moritz wird wegen Mordes verurteilt und begeht Selbstmord. Mia vernachlässigt daraufhin ihre gesundheitlichen Pflichten und kommt vor Gericht. Im Laufe des Prozesses findet ihr Verteidiger heraus, dass Moritz den Mord nicht begangen hat und somit unschuldig verurteilt worden ist. Mia kritisiert daraufhin vehement die Methode und erreicht eine große Öffentlichkeit. Trotzdem oder gerade deswegen wird sie als Staatsfeindin angeklagt, gefoltert und verurteilt.

Erzählt wird die Geschichte mit einem dichten Netz aus Dialogen. Schon in ihren vorherigen Romanen („Schilf“, „Spieltrieb“ und „Adler und Engel“) hat die Autorin gezeigt, dass sie es beherrscht, mit ihrer präzisen Sprache einen Argumentationsfaden nach dem anderen zu spinnen, bis ein immer engmaschigeres Netz entsteht. Dieses Netz schließt zwar einen wichtigen Kern, hier eben die Gefahr eines totalen Werteverlustes, ein, aber man kann auch an jedem einzelnen Faden ziehen und eine ganze Menge mehr entdecken. Die Rolle der Medien, verkörpert durch den Journalisten Kramer, ist ein Faden, die Rolle des Rechtssystems ein weiterer.

„Corpus Delicti“ zeigt bei weitem nicht nur eine auf die Spitze getriebene, nach präventiver Si-

cherheit lechzende Gesellschaft. Ursprünglich als Theaterstück für die Ruhrtriennale verfasst, baut die Prosafassung eine kriminalromanartige Spannung auf, erzeugt durch drei schlagfertige Hauptcharaktere: Mia Holl, Kramer und die sogenannte ideale Geliebte, eine Illusion Mias, die Moritz' Interessen vertritt. Vielleicht wirken die Charaktere manchmal wenig ausdifferenziert, plakativ für die Bühne geschaffen, besonders wenn man die extrem ambivalenten Hauptfiguren aus „Spieltrieb“ daneben hält. Aber vor allem zeigt Juli Zeh mit ihrem Werk, dass es sehr wohl politische Autoren gibt, die sich mit unserer Gesellschaft literarisch auseinandersetzen. Und noch wichtiger: Es gibt auch im Zeitalter der Postmoderne Werte, die sich ausschließen. Werte, über die debattiert werden und für die ein Maß gefunden werden muss. Freiheit und Sicherheit kann man diese Werte nennen. Oder Gemeinwohl und Selbstverwirklichung. Die Methode stellt die Sicherheit der Gemeinschaft über die Freiheit des Einzelnen. Google stellt die schnelle Datensuche über den Datenschutz des Einzelnen. Jeder sollte für sich entscheiden, wann es ihm zu weit geht. Und da hilft es nicht in die nächste Facebook-Gruppe einzutreten.

**TEXT:** Max Martens – [m.martens@freihafen.org](mailto:m.martens@freihafen.org)

**ILLUSTRATION:** Nikolai Zabolotski –

[n.zabolotski@freihafen.org](mailto:n.zabolotski@freihafen.org)



**Juli Zeh:  
„Corpus Delicti  
– Ein Prozess“**

erschienen 2009 im Verlag Schöffling&Co.  
272 Seiten, gebunden, Euro 19,90  
ISBN: 978-3-89561-434-7

Anzeige



Dieses und viele andere  
Bücher für Uni und  
Freizeit gibt es bei

[www.semesterbooks.de](http://www.semesterbooks.de)

Anzeige

# VATTENFALL SCHUL-CUP 2010

Hamburgs größtes Radsport-Event für Schülerinnen und Schüler.  
Meldet Euch jetzt an unter [www.vattenfall.de/schulcup](http://www.vattenfall.de/schulcup)



ENERGIE FÜR  
HAMBURG



VATTENFALL 

# Ohne Worte

**In den wichtigsten Momenten lässt uns unsere Sprache oft einfach im Stich. Erst später fällt uns ein, was man eigentlich sagen wollte. Warum ist das so?**

Schon einmal darüber nachgedacht, wie viele Wörter man pro Tag eigentlich so benutzt? Durchschnittlich sind es etwa 15 000. Und nein, liebe Männer, auch ihr kommt nicht mit weniger aus. Frauen und Männer plappern gleich viel, über alles und jeden, für jede Situation und jedes Gegenüber haben wir die richtigen Worte parat – theoretisch. Und genau da ist der Haken: In den wichtigsten Momenten sind sie plötzlich weg. Wie ausgelöscht. Akute Denk- und Sprechblockade. Besonders gern tritt diese in Situationen auf, in denen wir die wertigen Wörtchen am besten gebrauchen könnten: In der Prüfung. Beim ersten Date. Im Streit, in dem wir dem Gegenüber am liebsten was richtig Gemeinsames von hohem sprachlichem und intellektuellem Niveau um die Ohren hauen wollen, sodass dieser nichts mehr entgegen kann. Erst auf dem Nachhauseweg, in der Bahn, im Bus oder auf dem Fahrrad kommen sie, die Wörter und Sätze, mit denen wir dann ja wohl schwerlich unsere nichtsahnenden und unschuldigen Mitmenschen konfrontieren können. Es geht doch, denkt man sich, und möchte am liebsten umkehren und rufen: „Moment! Was ich eigentlich sagen wollte...“, doch es ist zu spät. Verdanken tun wir diese Blackouts dem Zusammenprall von Schreckhormon Adrenalin und Stresshormon Cortisol. Diese beiden stürmen zusammen das Gehirn und setzen den Hippocampus, dem „Organisator“ unseres Gedächtnisses, so übel zu, dass dieser sich komplett ausschaltet. Das bedeutet, dass die Nervenzellen nun keine Informationen mehr übermitteln. Jeder kennt dieses Gefühl: So sehr man nach den richtigen Worten sucht, im Kopf herrscht einfach Leere. Es ist, wie wenn Mutti mit dem Staubsauger das Internetkabel rauszieht, nachdem man sich durch seitenlange Ausfüllfeldchen auf der Buchungswebsite für den Australienaufenthalt geklickt hat. Offline, disconnected, alles weg. Schönen Dank auch, Mutti, bzw. dankesehr, Hippocampus. Doch man trifft auch dann und wann auf Menschen, denen scheinbar immer und zu allem das Richtige einfällt, die eben besonders schlagfertig sind. Vielleicht sind diese mit einem überaus stressresistenten Hippocampus gesegnet, oder wahrscheinlicher:

**„Moment! Was ich eigentlich sagen wollte...“**

Sie empfinden es gar nicht als stressig, zu antworten, zu entgegenen, zu reagieren. Schon das Wort: Schlagfertig impliziert ja, dass Menschen, die diese Fähigkeit besitzen, jederzeit gewappnet („fertig“) sind, sich verbal zu duellieren („schlagen“). Man kommt als weniger wortgewandter Mensch nicht umhin, einen Funken Neid und Be-



**Adrenalin und Cortisol stellen den Hippocampus kalt: Unser Sprachapparat ist blockiert.**

wunderung für sie zu empfinden. Als Schlagfertigkeit-Lehrer eignen sich die Champions der richtigen Wörter jedoch eher nicht, denn erstens sind sie an der Verteidigung ihrer verbal unangefochtenen Position interessiert und zweitens werden sie behaupten, schon immer mit dieser Gabe gesegnet gewe-

sen zu sein. Muss man sich also damit abfinden, regelmäßig zu erröten, weil einem wieder einmal die Worte ausbleiben? Die Antwort würde wohl lauten: Teilweise schon. Man kann sich auch an die Gewissheit klammern, dass schlagfertige Menschen sicher andere Dinge nicht so gut können: Freihändig Fahrradfahren zum Bei-

spiel, oder eine Augenbraue hochziehen. Aber es gibt auch noch eine gute Nachricht: Man kann sich selbst etwas Schlagfertigkeit antrainieren. Es hilft, sich stressige oder unangenehme Situationen vorzustellen, um sich dann zurechtzulegen, was man entgegenen würde. Nach dem Motto: Nächstes Mal, wenn der Lehrer mich beim Schlafen im Unterricht erwischt, werde ich nicht rot werden und mich in eine gemurmelte Entschuldigung flüchten. Nein! Ich werde selbstbewusst verkünden: „In der Ruhe liegt eben die Kraft.“

**TEXT:** Carla Baum – [c.baum@freihafen.org](mailto:c.baum@freihafen.org)

**ILLUSTRATION:** Nikolai Zabolotski – [n.zabolotski@freihafen.org](mailto:n.zabolotski@freihafen.org)

# Schrei(b)en unter Zensur



**„Wenn es gar nicht weitergeht, schreie ich“. Diese Worte hat Herta Müller mit Lippenstift an ihre Wohnzimmertür geschrieben. Über dem „schreie“ steht ein dunkles b – „schreibe ich“.**

**A**ufgewachsen in der Enge eines Dorfes in der deutschsprachigen Region des rumänischen Banat, erfährt Herta Müller früh, was es heißt, ein Leben unter Repressionen zu führen.

Man spricht nicht viel - zu ihrem Vater hat sie kein sehr gutes Verhältnis und ihre Mutter arbeitet hart für die Kommunisten auf den Feldern, die einst ihnen gehörten. Selbst über die jahrelange Zwangsarbeit der Mutter, ihre Deportation in die damalige UdSSR, wird geschwiegen. Als Herta Müller später in die Stadt geht, um das Gymnasium zu besuchen, fängt sie an, das Leben im Dorf mehr und mehr zu reflektieren. Es kommt ihr vor wie eine Kiste, in der man geboren wird, heiratet, stirbt. Die Dorfbewohner ducken sich brav vor dem Staat und sind auch privat feige bis zur Selbstzerstörung – die staatliche Kontrolle führt bis zur Zerrüttung des Individuums. Diese Auswirkungen auf die Bevölkerung bezeichnet die Autorin als wohl kürzeste Variante, die von 1965 bis 1989 andauernde Diktatur Nicolae Ceausescus zu beschreiben. In ihren Werken versucht Herta Müller, die Folgen des totalitären sozialistischen Regimes auf das Leben des Einzelnen festzuhalten.

Nach dem Studium beginnt Herta Müller ihre Berufslaufbahn als Übersetzerin in einer Maschinenbaufabrik. In ihrer Freizeit schreibt sie. Zu diesem Zeitpunkt nimmt der rumänische Geheimdienst, die Securitate, zum ersten Mal Kontakt mit ihr auf. Nachdrücklich wird Herta Müller aufgefordert, als Spionin zu arbeiten und Leute zu bespitzeln. Die Autorin ist fest entschlossen, ihnen die Zusammenarbeit zu verweigern. Auch spätere Angebote weist sie entschieden zurück. Anfang der 80er Jahre eröffnet die Securitate

schließlich den operativen Vorgang „Cristina“ – eine 914 Seiten dicke Akte mit unzähligen Details über die Schriftstellerin. Für Herta Müller beginnt eine Zeit der Einschränkungen und Bedrohungen. Sie und ihre Wohnung werden Tag und Nacht belauscht und beobachtet. Ununterbrochen wird sie schikaniert und terrorisiert. Zufällige Unfälle passieren: Sie wird auf dem Fahrrad angefahren, ihre Haare beim Friseur weggeätzt und auch mit dem Tod wird ihr gedroht – manchmal würde sie ihn sich wünschen. Doch noch schlimmer als all das ist für sie die Denunziation. Die Securitate gibt an, Herta Müller würde für sie arbeiten. Der Geheimdienst ist vom Volk verhasst und Herta Müller machtlos gegen die Verleumdung. Schließlich wird sie in den Augen ihrer Landsleute genau zu dem, was sie immer verweigert hatte. Die Menschen wenden sich von ihr ab und wollen nichts mehr mit ihr zu tun haben. Auch mit Bekanntwerden ihres ersten Romans „Niederungen“ tritt keine Besserung ein. Herta Müller wird von vielen missachtet und gilt als Nestbeschmutzerin, da sie der Rumänischen Regierung kritisch entgegentritt. Für lange Zeit bleibt der Roman in Rumänien unveröffentlicht, da Herta Müller die Eingriffe der Zensur nicht hinnehmen will. So wird er zuerst in Deutschland publiziert, doch auch von dort bekommt die Schriftstellerin starke Kritik der in Deutschland lebenden Rumänen zu spüren. Es passt ihnen nicht, dass Herta Müller offen über die Probleme ihres Landes schreibt.

**Müller gilt als Nestbeschmutzerin**

Ihren einzigen Rückhalt fand Herta Müller in dieser schweren Zeit in der „Aktionsgruppe Banat“, deren Mitglieder gleichzeitig Schriftstellerkollegen und Freunde für sie waren. Die Interessen-

gemeinschaft wurde 1972 mit neun Mitgliedern als literarische Gruppe in Rumänien gegründet. Auch die anderen Mitglieder hatten Angst vor dem Geheimdienst, der seit Jahren immer wieder versuchte, sie einzuschüchtern. Einige unter ihnen wurden auf offener Straße zusammengeschlagen und die Securitate sprach mehrfach Morddrohungen gegen einzelne Mitglieder aus.

**Es folgt ein Reise- und Publikationsverbot**

Schon Mitte des Jahres 1980 beantragten Herta Müller und ihr Mann, Richard Wagner, ebenfalls Mitglied der „Aktionsgruppe Banat“, aus politischen Gründen die Ausreise aus Rumänien. Es folgte ein offizielles Reise- und Publikationsverbot.

Erst zwei Jahre später gelang es beiden, nach Westdeutschland auszuwandern und der Zensur und den starken Lebenseinschränkungen zu entkommen.

Herta Müller sagt, sie könne die heute noch existierenden, gravierenden politischen Verhältnisse in einigen Nationen nicht ändern. Aber sie könne, so sagt sie - und sei es im Nachhinein - durch Sprache eine Wahrheit schaffen. Eine Wahrheit, die zeigt, was in und um uns herum passiert, wenn die Werte entgleisen. In ihren Werken versucht Herta Müller, gegen das Totschweigen anzuschreiben. Und dafür nahm sie immer wieder jene Beschädigungen in Kauf, die der rumänische Staat ihr in den Jahren angetan hat. Seit 2009 ist Herta Müller Nobelpreisträgerin - und das zu Recht.

**TEXT:** Milena Bürki – [m.buerki@freihafen.org](mailto:m.buerki@freihafen.org)

**ILLUSTRATION:** Laura Bleck – [l.bleck@freihafen.org](mailto:l.bleck@freihafen.org)

# Wundermittel mit Nebenwirkungen

**Ritalin: Ein Medikament gegen Konzentrationsmangel ist unter gestressten Studenten angekommen. Doch was macht es wirklich mit unserem Gehirn? Und wie weit gehen wir inzwischen für Uni, Beruf und Erfolg?**



**Auf dem Schwarzmarkt gibt es alles. Seit neuestem sogar Konzentration.**

Jeder kennt ihn: Den Zappelphilipp. Nie kann er still sitzen und redet ohne Ende. In der Schule stört er, nervt Lehrer und Mitschüler. Doch seit einiger Zeit ist er wie verändert: Konzentriert liest er lange Texte und knobelt besessen an einer Matheaufgabe. Woher kommt diese plötzliche Wandlung? Er erzählt, sein Arzt habe bei ihm eine Aufmerksamkeitsdefizit-Störung (ADS) im Zusammenhang mit Hyperaktivität (ADHS) festgestellt und ihm ein Medikament namens Ritalin dagegen verschrieben. Mami und Papi seien nun auch viel zufriedener und weniger gereizt. Bei dem jugendlichen Patienten Benjamin\* lief es anders. Er war es, der die Initiative ergriff. Wegen einer verpassten Klausur und fehlendem Attest ging er zu einem Arzt, klagte über plötzliche Prüfungsangst. Dieser drückte ihm „Concerta“ in die Hand, ein ähnliches Produkt. Bei Bedarf könne er es nehmen. In Deutschland fällt Ritalin aufgrund seines Wirkstoffes Methylphenidat unter die Vorschriften des Betäubungsmittelgesetzes. Eine Beschaffung ohne Verschreibung und Meldung ist somit illegal.

**Konzentriert liest er  
lange Texte und knobelt  
besessen an einer  
Matheaufgabe**

In den USA ist es erheblich einfacher, an Ritalin heranzukommen. Dies verwundert nicht, wenn man erfährt, dass ADS in den Vereinigten Staaten mittlerweile zu den am meisten diagnostizierten Kinderkrankheiten gehört. Dass amerikanische Ärzte Ritalin zuweilen als Patentrezept anbieten, macht sich eine steigende Anzahl von Studenten zunutze. Sofern nicht über das Internet oder den Schwarzmarkt erworben, lässt man sich freiwillig ADS oder – wie Benjamin – Prüfungsangst attestieren. Das gewünschte „Medikament“ ist in vieler Munde: Laut Umfragen sollen bereits je nach Hochschule bis zu 25% der US-Studenten Ritalin als Konzentration und Lernfähigkeit ankurbelndes Mittel verwenden. Daraus entwickelt sich ein Markt. Mittlerweile haben sich zu dem ursprünglichen Hersteller viele weitere gesellt. Trotz der offiziell höheren Hürden in der Beschaffung, erfreut sich auch in Deutschland die „Studentendroge“ immer größerer Beliebtheit, wenn

**Es entwickelt sich eine Art  
Tunnelblick**

es gilt, dem Leistungsdruck standzuhalten. Nach einer Studie der Bundesopiumstelle stieg die für Patienten und „Nicht-Patienten“ insgesamt ausgegebene Menge zwischen 1993 und 2005 auf das Dreißigfache. An den Unis zählt Ritalin in Prüfungen bislang nicht als verbotenes „Hirndoping“. Der Zugang zum Medikament scheint in Einzelfällen nicht so streng genommen zu werden, wie es notwendig ist. Benjamin berichtet: „Medizinische Tests oder Gutachten wurden bei mir nicht durchgeführt. Aber das Mittel sollte ja auch hauptsächlich Nervosität bekämpfen.“ Dabei sind Untersuchungen Pflicht. „Ritalin kann zwar auch jungen Erwachsenen verschrieben werden, jedoch nur bei sicherer ADS-Diagnose eines Facharztes der Psychiatrie. Dafür gibt es fest vorgeschriebene Methoden, die nie unterlassen werden dürfen!“, so der Kinder- und Jugendpsychiater Prof. Schulte-Markwort des UKE. Die Gefahr eines „erlaubten Dopings“ sieht Schulte-Markwort ebenfalls: „Ein Patient nimmt Ritalin normalerweise täglich zu sich. Bei einmaliger oder einzelner Einnahme und fehlendem Attest ist



ein Verbot in Prüfungen sinnvoll, da dies nicht der üblichen Verwendungsweise entspricht.“ Müdigkeit, Hunger, Durst. Diese Bedürfnisse sind unter Einfluss von Ritalin sekundär. Auf den Nervenbahnen werden nur noch Informationen weitergeleitet, die einem großen Ziel dienen: Wissensaneignung! Es entwickelt sich eine Art Tunnelblick, der alle Störfaktoren ausblendet und wichtige Reize abwürgt, mundtot macht. Das hat auch Benjamin gespürt: „Ich kann mich mit Concerta viel besser konzentrieren. Vor allem Gedanken, die nicht zum Thema gehören, scheint ein Brett zu sein.“

Aufregung legt sich und eine beruhigende Wirkung tritt ein.“ Nebenwirkungen wie Appetit- und Lustlosigkeit, Schlaflosigkeit und Depression sind zwar selten, aber nicht auszuschließen. Ganz nebenbei kann sich bei häufigem freiwilligen Gebrauch auch eine psychische Neigung zu Ritalin einstellen. Statt zu Vitaminen und Koffeintabletten greift so mancher bei guten Erfahrungen eher zur Ritalin-Packung. Obwohl er nach der Einnahme kalte Hände bekommt, ist auch Benjamin der Gedanke an die kleine Kapsel in Stresssituationen nicht fremd: „Bei jeder Lappalie würde ich das Medikament natürlich nicht nehmen. Aber da ich die Wirkung auf das Konzentrationsvermögen als durchaus positiv empfunden habe, würde ich bei wirklich wichtigen Prüfungen schon daran denken. Natürlich finde auch ich ‚Das ist doch eigentlich Do-

### Zählt ein gedoppter Abschluss mehr als ein gesunder Körper?

ping‘, aber man sieht es anders, wenn man die Möglichkeit hat, an das Medikament zu gelangen. Ich gehe dann lieber auf Nummer Sicher.“ Fragt man sich da nicht: Wozu das alles? Zählt ein gedoppter Abschluss mehr als ein gesunder Körper? Leistungsfördernde Mittel scheinen weniger ein Tabu zu sein, wenn Erfolg ohne schwerwiegende Begleiterscheinungen lockt und der Zugang scheinbar unkompliziert ist. Eine Person mit Gehirnstruktur verändernden Präparaten zu behandeln, muss wohl überlegt und kritisch gehandhabt werden. Denn der Konsum von Ritalin zum Putschen der Aufnahmeleistung sei laut Schulte-Markwort nicht vertretbar: „ADS ist eine auf der genetischen Info beruhende Krankheit und das Medikament Ritalin eine seriöse Behandlungsmethode, wenn zuvor keine anderen Therapien angeschlagen haben. Von einem Missbrauch als „Wellnessdroge“ ist dringend abzuraten, auch wenn es körperlich nicht abhängig macht.“ Hersteller und Pharmaindustrie verdienen mit Ritalin aber bestens an überforderten Studenten und Krankheiten, die manchmal gar keine sind. So wird es wohl eher darauf hinauslaufen, dass es einmal heißt: Schläfst du noch oder dopst du schon?

\*Name von der Redaktion geändert

TEXT: Merle Baur – [m.baur@freihafen.org](mailto:m.baur@freihafen.org)

FOTO: Johannes Rake – [j.rake@freihafen.org](mailto:j.rake@freihafen.org)

## Die Wirkung von Ritalin

In dem Medikament Ritalin ist der Wirkstoff **Methylphenidat** enthalten. Er gehört zu den Stimulanzien (Aufputschmitteln) und wirkt an den Schaltstellen der Nervenzellen im Gehirn, den Synapsen. Dort wird die Wiederaufnahme des Nervenbotenstoffes Dopamin verhindert und dieser häuft sich an. Die Weiterleitung der Nervensignale wird erleichtert und die Aufnahmefähigkeit gesteigert.

Die Wirkung setzt auf zwei Weisen ein:

1. Förderung der Erregbarkeit der Nervenbahnen zwischen Hirnrinde und Amygdala (wichtig für Lernvorgänge und Wahrnehmung von Gefühlen),
2. Hemmung am Lernvorgang unbeteiligter Bahnen.

Studien zufolge soll bei dauerhaftem Gebrauch sogar die Zahl der Synapsen bereits ausgereifter Nervenzellen steigen und so die Kommunikation zwischen den Hirnarealen verbessern.

Anzeige

# Chancen sehen und ergreifen

Der Europäische Sozialfond ruft zu einem Videowettbewerb auf, der sich zum Ziel gemacht hat, die Talente junger Hamburger zwischen 14 und 25 Jahren zu fördern. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Begabung soll das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden für den Weg in die Berufswelt stärken.

Im Zuge der Förderperiode von 2007 bis 2013 und den damit einhergehenden umfangreichen Fördermitteln der EU hat jedes deutsche Bundesland ein eigenes Förderprogramm entworfen. Der Stadt Hamburg stehen in dieser Zeit 180 Millionen Euro zur Verfügung, die unter anderem für „Beschäftigung und soziale Eingliederung“ eingesetzt werden. Der Schwerpunkt liegt auf Projekten, die besonders Jugendliche und Be-

nachteiligte auf ihrem Weg in den Beruf begleiten, sie vorbereiten und unterstützen sollen.

Auf diese Projekte aufmerksam machen soll der Videowettbewerb „Hamburgstar“. „Mund auf!“ ist die Ansage: Verfilmt, was ihr von Europa denkt, was euch beschäftigt und was euch ausmacht! In drei Minuten könnt ihr, allein oder mit Freunden, euer Verständnis von Europa darstellen und euer Talent präsentieren. Gefragt sind Talente aus den Bereichen „Moves“, „Sounds“ oder „Images“. Die besten Filme werden von der Jury, die aus dem Schauspieler Dennis Moschitto, dem Musiker Patrick Nuo und dem Gründer der Hamburg School of Music Helge Zumdieck besteht, gekürt und erhalten saftige Preise.

Noch bis zum 14. Juli können die Videos auf [www.esf-hamburgstar.de](http://www.esf-hamburgstar.de) hochgeladen werden.



Der ESF Talent-Wettbewerb: 10.5.-14.7.2010  
Macht mit unter [esf-hamburgstar.de](http://esf-hamburgstar.de)

Dreht ein Video, zeigt was ihr könnt – und räumt Preise im Gesamtwert von 2.500 € ab!



Europäische Union  
Europäischer Sozialfonds ESF



Freie und Hansestadt Hamburg  
Behörde für Wirtschaft und Arbeit

Damit ist Hamburg beschäftigt!

# Briefmarken für die globale Verantwortung

**Das KörperForum und der FREIHAFEN boten Jugendlichen die Chance, mit Menschen zu reden, die den Mund aufmachen und ihre Meinung sagen. Hier ist der Platz, an dem sie nun selber mitreden können. Ein Abriss über Jakob von Uexküll.**

Vielen mag der Name Jakob von Uexküll unbekannt sein, obwohl der 65-Jährige bisher einiges auf die Beine gestellt hat: Er entwarf die Idee zum World Future Council, war für eine Amtsperiode Abgeordneter im Europaparlament, gründete eine kleine Partei in Schweden und verkaufte seine Briefmarkensammlung, um von dem Erlös den Right Livelihood Award ins Leben zu rufen, welcher besser unter dem Namen „Alternativer Nobelpreis“ bekannt ist. Geprägt wurde Jakob von Uexküll von seiner politisch bewussten Familie. Sein Großvater, ein Biologe, bereicherte die Naturwissenschaften mit dem Begriff „Umwelt“, sein Onkel war Mediziner und sein Vater ein kritischer Journalist. Sie alle verletzten Dogmen und durch sie lernte er, nicht immer dem herkömmlichen Lösungsweg zu folgen. „Nur durch Taten wird man ernst genommen“, sagt Jakob von Uexküll. Aus diesem Tatendrang heraus entstand auch die Idee für einen Ökologie-Preis. Doch das Nobelpreis-Komitee hatte kein Interesse, einen Preis für Ökologie zu verleihen und so begründete er selbst einen: den Right Livelihood Award. Der Award zog schnell Aufmerksamkeit auf sich und von Uexküll verstand es, nicht nur einen ökologischen Preis aus ihm zu machen, sondern einen, der es verdient, als alternativer Nobelpreis bezeichnet zu werden. Denn wo sich die klassischen Nobelpreise oft auf westliche Werte und Ideen berufen, versucht der Right Livelihood Award einen umfassenderen Blick zu wahren und den Menschen in den Mittelpunkt zu rücken. Auch der Name spiegelt diesen Ansatz wider. Der Begriff Right Livelihood stammt aus der buddhistischen Lehre und bedeutet so viel wie rechter Lebenserwerb. Damit soll kein direkter Bezug zum Buddhismus angedeutet werden, es steht viel mehr für die inhaltliche Aussage: Der Preis ist für den ganzen Menschen, es ist ein Preis für eine verantwortliche Lebenshaltung. Mit Verantwortung meint von Uexküll vor allem eine soziale und eine ökologische. Er betont zwar immer wieder, dass die Ökonomie die Grundlage für ein funktionierendes System darstelle, dennoch sei es die Natur, welche die Rahmenbedingungen vorgebe. „Wenn wir den Klimaschutz als Wirtschaftsproblem bezeichnen und als Hemmnis der Produktivität sehen, dann ordnen wir die Natur der Wirtschaft unter“, sagt von Uexküll. Ein schwerer Fehler, der nicht von Verantwortung zeuge. Es sei also wichtig, ein



**Jakob von Uexküll beim Gespräch im KörperForum.**

Gleichgewicht zwischen Ökonomie und Ökologie herzustellen und zu begreifen, dass kein Widerspruch zwischen einer Verantwortung gegenüber der Natur und einem Wohlstandserhalt besteht.

Er selbst schaffe es allerdings auch nicht immer, nach seinen eigenen Nachhaltigkeitsansprüchen zu leben. In London, seinem jetzigen Wohnort, wo durch den öffentlichen Nahverkehr alles recht gut erreichbar ist, brauche er zwar kein Auto, aber die zahlreichen Flüge zu Vorträgen zögen seine CO<sub>2</sub>-Bilanz natürlich runter. Von Uexküll ist der Überzeugung, dass sich in erster Linie die Rahmenbedingungen unserer Gesellschaft ändern müssen, damit mehr Menschen überhaupt die Möglichkeit haben, nachhaltig zu leben.

Gerade uns Jugendlichen, uns Weltbürgern der Globalisierung, obliege dabei die Aufgabe, Verbindungen zu schaffen. Durch das „Hineintauchen in andere Kulturen“, etwa im Zuge eines Schüleraustausches, kann nicht nur gegenseitiges Verständnis geweckt werden. Es sei der beste Weg zu lernen, Vorurteile zu hinterfragen.

Diese Fähigkeit sei grundlegend für eine verantwortliche Lebenshaltung.

Das jüngste der ehrgeizigen Projekte Jakob von Uexkülls ist der World Future Council. Das Hauptziel der Organisation besteht darin, die Zukunft für kommende Generationen zu sichern. Der WFC tut dies, indem er nach politischen Lösungen, meist in Form von Gesetzen, für die wesentlichen Probleme der Menschheit sucht. Ganz egal, ob es um Frieden und Abrüstung, nachhaltige Wirtschaft oder Klima und Energie geht. Jugendliche, die den WFC unterstützen wollen, könnten es jedoch schwer haben: Das Jugendprojekt des World Future Council ist momentan inaktiv, was unter anderem daran liegt, dass sich die Lebensverhältnisse der Jugendlichen sehr schnell verändern. Eigentlich schade, wozu ist eine Organisation gut, die sich für die Zukunft der Jugend einsetzt, wenn diese daran nicht mitwirken kann?

**TEXT: Marion Brusch**

**FOTO: Jann Wilken**

# Von edlen Jungfrauen und besoffenen Heiligen

**Monty Pythons Meisterwerk „Das Leben des Brian“ verschlägt jedem die Sprache. Obwohl er bereits 1979 erschien, ist dieser Klassiker immer noch topaktuell und ein Kontrast zur ermüdenden Kirchendiskussion.**

Nicht lange ist es her, dass eine endlose Debatte über die Kirche in Gange war. Wochenlang gab es nur das eine Thema und nachdem ich kürzlich schon über verminderte Berichterstattung gefreut hatte, begann der ganze Zirkus prompt von Neuem. Schuld daran diesmal: Unser Bundespräsident a.D., Horst Köhler. Kaum tritt er zurück, kommt die Käßmann wieder ins Gespräch – ja, muss die denn nun überall mitmischen? Neben allem Ärger, wie etwa „Fernsehprogramm Engpässen“ und religiösem Zeitungswahn, konnte ich den Diskussionen bisher dennoch etwas abringen: Ein ums andere Mal wurde ich wieder an ihn erinnert, den herrlich ironischen, sämtliche Tabus brechenden Film der Satiregötter Großbritanniens. Hauptfigur Brian (Graham Chapman) ist nicht besonders attraktiv, entstammt keinem adligen Geschlecht und ist auch sonst nicht auffallend gewitzt. Attribute, die eh vollkommen überflüssig wären, denn der gute Junge ist durch den Zufall gesegnet, wie kein anderer: Im Stall neben Jesus geboren, beginnt er zunächst ein ganz gewöhnliches Leben. Er schließt sich der „Volksfront von Judäa“ an und wird bei einer Verfolgungsodyssee Messias wider Willen. Enden tut Brians unfreiwillige Ehre am Kreuze, an

dem er zu „Always Look on The Bright Side of Life“ das letzte Mal die Sonne untergehen sieht. Obwohl der Fokus der Kritik augenscheinlich auf dem Betragen von Römern und Juden zu Zeiten Jesus liegt, ist „Das Leben des Brian“ weder blasphemisch, noch gibt er sich mit dem religiösen Wahnsinn unserer Gesellschaft zufrieden. Neben einem belustigten Blick auf Steinigungen, altrömische Dekadenz und die grenzenlose Verehrung angeblicher Mittler Gottes, werden Tabus rund um das Thema Sex und Lust gebrochen und außerdem ein Seitenhieb auf die Science-Fiction-Branche unternommen. Religiöse Würdenträger sind erzürnt, prüde Hausmütterchen pikiert und die zahlreichen Verehrer des Filmes können sich vor lauter Lachen nicht mehr zu Wort melden. „Das Leben des Brian“ ist ein Film, der eben alle mundtot macht.

Reagieren tat man auf das ungewohnt offene Filmspektakel umgehend: In sämtlichen US-Staaten wurde der Film verboten, dem Vatikan schwebten vermutlich Ausdrücke wie „Verbanung“, „Teufelswerk“ und „Exorzismus“ vor. Ein voller Erfolg für das Komikerensemble, welches zuvor bereits großes Lob für seine Serie „Monty Python's Flying Circus“ einfuhr. Für all diejenigen, die Wert auf „semi-intellektu-

elle“ Unterhaltung legen, gibt es also trotz des Sommerloches kein Grund zu verzweifeln: „Das Leben des Brian“ kriegt ihr für etwa acht Euro nicht nur bei den üblichen Verdächtigen, sondern auch – äußerst diskret – neben anspruchsvoller Literatur im Buchladen.

TEXT: Laura Marie Bruhn – [l.bruhn@freihafen.org](mailto:l.bruhn@freihafen.org)

FOTO: Nikolai Z. – [n.zabolotski@freihafen.org](mailto:n.zabolotski@freihafen.org)



Unsere zauberhafte Filmfee Laura

## BARMBEK SCHLÄMT



10.09.  
um 20 Uhr  
Zinnschmelze  
U/S-Barmbek

Du kannst etwas Besonderes? Du stehst gern auf der Bühne und weißt dein Publikum zu beeindrucken?

**Sei dabei bei Barmbeks erstem Open Slam.**

Ob ergreifende Poesie, Ballett oder Musik: Zeig den Zuschauern dein Talent!

**Anmeldung:** Allein, zu zweit oder als Dreierteam unter


[www.barmbekschlaemt.de](http://www.barmbekschlaemt.de)

Eine Kooperation von




E. H. Beilcke

**Tischgespräche über Mollenhauer  
Liebesgeschichten. Schwarz.**



elbaol verlag

ISBN: 978-3-939771-04-3 9,90€  
**Im Buchhandel erhältlich**

Anzeige

Anzeige

# Psst.

**Stille bedeutet Langeweile. Stillstand ist Rückschritt. Schweigen wirkt schwach. In einer Welt mit diesen Prinzipien ist es schwer, noch an die Kraft der Ruhe zu glauben. Doch es lohnt sich.**

Piep. Piep. Piep. Der Wecker. Gleichzeitig klickt es leise – das Radio geht an. Rihanna, Fettes Brot und aufgedrehte Moderatoren versuchen meist vergeblich, das Aufstehen zu erleichtern. Beim Duschen dudelt das Radio, in der U-Bahn der iPod. In der Schule oder bei der Arbeit quasseln einen Freunde, Mitschüler oder Kollegen voll. Ständig muss man dabei sein, zuhören und mitreden. Irgendwann ist Schulschluss oder Feierabend, dann geht es vielleicht noch zum Sport, bei dem mit lauter Musik die Motivation gesteigert werden soll, oder nach Hause, wo man noch schnell Freunde anruft, das Notebook aufklappt und den Fernseher anschaltet. Alles gleichzeitig. Und alles macht Geräusche. Ständig summt, redet, singt oder brummt etwas oder jemand. Vor dem geöffneten Fenster fahren die Nachbarn mit dem Auto vorbei und suchen einen Parkplatz, ein paar Häuser weiter wird gerade renoviert – ein dumpfes Hämmern und Kratzen schallt hinüber. Selbst beim Entspannen im Park liegt ein paar Meter weiter jemand, der Boxen zum Musikhören dabei hat, Streitgespräche gern in der Öffentlichkeit austragen möchte oder seinen Freunden die neusten Klingeltöne vorspielt. Manche Menschen haben sich so sehr an die ständige Geräuschkulisse gewöhnt, dass sie nicht einmal mehr ohne Fernseher oder Hörbuch einschlafen können.

Dieser Freizeitlärm kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen. Jeder vierte Jugendliche ist laut Bundesärztekammer bereits schwerhörig. Schuld sind vor allem Discos, MP3-Player, Konzerte und Straßenlärm. Schon ein Discobesuch pro Monat genügt, um irreversible Schäden im Ohr hervorzurufen. Diesen Sommer zur WM sind die Ohren wieder starker Belastung ausgesetzt: Fans tröten und schreien mit bis zu 130 Dezibel, die der Lautstärke eines Düsenjets entsprechen. Das belastet nicht nur die Gehörgänge: Der ständige Lärm bedeutet Stress, welcher mögliche Erkrankungen wie Burnout, Depressionen oder ADHS fördert. Schweigen und Ruhe sind demnach wichtig, um gesund zu bleiben – und nicht nur das. Schweigen schafft Aufmerksamkeit. Bei einem Vortrag schweigt der Zuhörer, und wenn keiner vorträgt, hört man sich selbst zu. Nichts zu sagen bedeutet nicht, nichts zu sagen zu haben. Reden ist Silber, Schweigen ist Gold – eine Weisheit, die leider oft in Vergessenheit gerät. Jeder Unsinn wird in die Welt hinaus geplaudert und unnützes Wissen verstopft die Denkanäle. Irgendwann ist der Kopf voll. Dann sind alle Na-

men der „Brangelina“-Kinder zum Abruf bereit und der Geburtstag der Mutter ist vergessen. Immer mehr Menschen werden sich der Belastung durch ein zu geräuschvolles Leben bewusst und begeben sich deshalb zum Beispiel zu kurzen Aufenthalten ins Schweigekloster. Hier geht es darum, wieder die wichtigen Dinge im Leben zu fokussieren, und nicht jede Befindlichkeit hinauszuposaunen. Schweigen schafft Ruhe. Klingt simpel, scheint aber vielen nicht bewusst zu sein. „Abschalten“ wird oft mit dem „anschalten“ von Musik oder Fernseher verbunden. Ein wörtliches Verständnis wäre sinnvoller. Nach einem lauten, hektischen Tag, an dem man abends kaputt nach Hause kommt, die Wohnungstür aufschließt, in den Flur geht, die Tür hinter sich zufallen lässt, tut es gut, kurz innezuhalten. Das Gefühl, als presse einem jemand Watte auf die Ohren, aushalten. Kein Radio und keinen Fernseher anschalten. Ganz ruhig stehen. Den eigenen Atem hören. Und lächeln. Schweigend.

TEXT: Anna Brüning – [a.bruening@freihafen.org](mailto:a.bruening@freihafen.org)

ILLUSTRATION: Vincent Bergmann –

[v.bergmann@freihafen.org](mailto:v.bergmann@freihafen.org)



Wenn der Kopf brummt und die Nerven blank liegen: Einfach mal wieder in die Stille flüchten.

# Wortgewandt daneben

Worte bewirken Wunder! Aber die falschen Worte zum falschen Zeitpunkt können einem auch so richtig den Tag versauen. Wir wollen von den Hamburgern wissen, wann die große Klappe fehl am Platz war.



**Clemens, 23, Augsburg, Student**

„Als ich neben einem Mädchen aufgewacht bin und gesagt habe: Du siehst ja gar nicht scheiße aus!“



**Hanna, 21, Freiburg, Studentin**

„Als meine Schwester zugenommen hat.“



**Kathie, 14, Hamburg, Schülerin**

„Als ich mit zehn Jahren meinem Vater gesagt habe, dass ich ihn hasse, weil er meine Mutter betrogen hat.“



**Laura, 18, Hamburg, MFA-Auszubildende**

„Als ich meinen Eltern erzählt habe, dass ich auf Frauen stehe.“



**Parviz, 16, Hamburg, Schüler**

„Als ich einem Mädchen meine Liebe gestanden habe und zwei Wochen später Schluss war.“

**PROTOKOLL:**

Idil Cakmak – [i.cakmak@freihafen.org](mailto:i.cakmak@freihafen.org)

Merle Baur – [m.baur@freihafen.org](mailto:m.baur@freihafen.org)

**FOTO:**

Mücahid Güler – [m.gueler@freihafen.org](mailto:m.gueler@freihafen.org)

# Tungs Kitchen

## Tung's Office Kitchen

Seitdem ich 70 Stunden wöchentlich im Büro sitze, ist die Gemeinschaftsküche im Büroflur zu meiner Stammküche geworden. Die meisten Menschen hier ernähren sich von Tiefkühlpizza, Kaffee und fettfreiem Joghurt. All diejenigen, die diesen Fraß nicht mehr ertragen, gehen auswärts essen und stehen damit den wahren Kochkünstlern nicht mehr im Wege. Nirgendwo kann man im Berufsleben als passabler Koch besser Frauen imponieren als in diesem Umfeld. Gesundes Essen aus dem Ofen ist leicht zu kochen und der blonde Engel aus dem Büro nebenan schnell beeindruckt. Die neidischen Blicke der Pizza-Connection sprechen Bände! Heute empfehlen wir das Ofen-Meisterwerk Hähnchenbrust in Pilzsoße – im selbstgebauten Alufolienbehälter.

### Zutaten für zwei Personen:

2 Hähnchenbrustfilets  
300g getrocknete Pilzmischung nach Geschmack  
1 Glas Weißwein (seltsamerweise in hohem Maße in Büros zu finden)

2 Esslöffel Olivenöl  
Thymian nach Schnauze  
4 Baconstreifen

### Zubereitung:

Baut eine Art Schuhkarton aus Alufolie, mit ausreichend Platz für die Zutaten und einem mindestens 3-4 cm hohen Rand. Die Folie am Besten zweilagig nutzen. Vermengt nun die Pilze mit dem Öl, Thymian und etwas Salz. Die Baconstreifen wickelt ihr um die Hähnchenbrüste. Beides wird nun in den Alubehälter gefüllt und mit dem Wein übergossen. Deckt das Ganze mit Alufolie ab und lasst es im Ofen bei 220°C 30 Minuten backen. Der Duft verbreitet sich schnell im gesamten Büro und die Food-Groupies kommen alle von selbst. Vorsicht übrigens beim Rausholen. Inhalt und Alufolie werden sehr heiß. Viel Spaß beim Büroflirt!

TEXT: Tung Nguyen – [t.nguyen@freihafen.org](mailto:t.nguyen@freihafen.org)

FOTO: Jonas Fischer – [j.fischer@freihafen.org](mailto:j.fischer@freihafen.org)



Tung wünscht viel Glück beim Dating.

# Die Kolumne zum Thema: Gedankenlosigkeit tut weh

## Die Gehörlosen-Problematik

Kürzlich schaltete ich eine Anzeige, um meine Küche an den Mann zu bringen und schrieb dazu: „Kontakt bitte NUR per SMS, da meine Hörschädigung für ein Telefonat nicht ausreicht.“ Zwei Tage später klingelte mein Handy. Ich wusste sofort, dass jemand wegen meiner Anzeige anruft. Ich konnte das Telefonat nicht entgegennehmen und hatte Panik, dass der Anrufer wieder aufliegt. Also rannte ich mit dem klingelnden Handy so schnell wie möglich zu einer Kollegin und überrumpelte sie damit, den Anruf entgegennehmen zu müssen. Sogleich teilte sie dem Anrufer mit: „Sie ist taubstumm und kann deshalb nicht telefonieren.“ Ich runzelte die Stirn, als ich diese Worte von ihren Lippen ablas. Ich dachte, hey, ich bin doch nicht taubstumm! Aber ich sagte mir: „Ruhig Blut! Warte erst mal das Telefongespräch ab!“ Es folgte ein Dreiecks-Gespräch. Die Antworten steuerte ich bei und meine Kollegin gab sie an den Anrufer weiter. Anschließend fragte sie ihn, warum er mir denn eigentlich keine SMS schicke,

meine Handynummer stehe ja in der Anzeige. Wisst Ihr, was der Anrufer darauf antwortete?



„Ich kann Deutsch gut sprechen, aber nicht schreiben!“ Bingo, das saß! Ich bekam einen Lachanfall, in den meine Kollegin einstimme und wir frönten gemeinsam dem schönen Moment.

Etwas hatte ich trotzdem nicht vergessen: Ich wollte von meiner Kollegin wissen, wieso sie mich als „taubstumm“ bezeichnet, obwohl wir uns schon so viele Jahre kennen und uns immer mit Hilfe von Lautsprache unterhalten haben. Das wurmte mich richtig! Ich fühlte mich, als würde ich mundtot gemacht werden und machte meinem Ärger Luft. Da wurde meiner Kollegin schlagartig bewusst, welches Unrecht sie mir getan hatte und entschuldigte sich wortreich für ihre Gedankenlosigkeit. Ich entgegnete, ich sei es einfach leid, dass Mitmenschen bei Gehörlosen auch immer gleich auf Stummheit schließen. Sie weiß doch ganz genau, dass ich nicht stumm bin. Nur telefonieren geht eben nicht. Sie versprach, dass Wort nie mehr mir in Verbindung zu bringen. Was hättet Ihr an meiner Stelle gemacht?

TEXT: Judith Goeller

ILLUSTRATION: Andreas Hopfgarten –  
[a.hopfgarten@freihafen.org](mailto:a.hopfgarten@freihafen.org)  
[/www.fakoo.de](http://www.fakoo.de)

# Verbrennungsfrühwarnsystem

**K**ochendes Wasser ist heiß, Herdplatten sind heiß und Teller, die aus dem Backofen kommen, sind verdammt noch mal auch heiß. Aus aktuellem Anlass und zum Schutz des Einzelnen propagiere ich heute das Recht auf Verbrennungsfreiheit.

Brandwunden sind böse. Sie sorgen dafür, dass die Haut Blasen schlägt, dass Haut sich vom Hautsein verabschiedet und zu toten Gammel-fetzen mutiert. Brandblasen füllen sich mit der so harmlos klingenden Lympflüssigkeit, werden zwangsläufig aufgestochen, aufgeschnitten oder platzen im idealsten aller Fälle von selbst auf. Im Nu wird die menschliche Schönheit durch glibbschig rote, fleischige Stellen zunichte gemacht und spätestens jetzt eckelt man sich vor sich selbst.

Noch eine schlechte Nachricht: Verbrennungen machen bei Brandblasen nicht halt! Der Sommer ist endlich in Hamburg angekommen und die Sonne strahlt fröhlich auf das Menschenvolke hinab. Sie verstümpelt unbemerkt unsere zarte jugendliche Haut und wir fallen am nächsten Tag aus allen Wolken, wenn unsere Körperoberfläche gerade dabei ist, sich um ein paar Millimeter zu schmälern. Das ist schmerzhaft und geht so nicht. Da helfen nämlich Aloe Vera und Co. auch nicht mehr. Ich möchte kein Mitleid erregen, aber ich bin betroffen – von eben diesen matschigen Wunden an den Fingerspitzen und der unnatürlichen Tönung meiner noch wintergewöhnten Haut. Jetzt mal ernsthaft: Wie ist es möglich, dass unser Körper mit hochempfindlichen Nerven ausgestattet ist und wir dennoch immer erst zu spät bemerken, dass wir uns gerade selbst verbrutzeln?

Weil ich ein Weltverbesserer bin, rufe ich zum gemeinsamen Kampf gegen freigelegtes Fleisch, krebsrote Ganzkörperverfärbungen und – o-ho! – Hautkrebs auf. Setzt euch an den Schreibtisch (meidet die Sonne!) und erfindet mir bitte ein Verbrennungsfrühwarnsystem. Es drängt! Es tut mir leid, dass die Brandblasencreme- und Sonnenmilchwirtschaft wahrscheinlich in Mitleidschaft gezogen wird. Aber irgendwer ist immer der Gearschte.

TEXT: Lotti Goroncy – [lotti@freihafen.org](mailto:lotti@freihafen.org)

ILLU: Jasmina Quach – [j.quach@freihafen.org](mailto:j.quach@freihafen.org)



Lotti, 22, legt sich regelmäßig im FREIHAFEN mit der Wissenschaft an und fordert nun endlich die Erfindung der Dinge, die wir wirklich brauchen. Die Lotti-Kolumne.



Der FREIHAFEN sucht kreative Köpfe.  
**mitmachen@freihafen.org**



Anzeige

# Medien?

Genau  
Dein  
Ding!



Schonmal über Deine  
Zukunft in den Medien  
nachgedacht?

Wir suchen qualifizierten Nachwuchs  
für Medienkaufleute in unserem internationalen Verlag.

Informier Dich **jetzt** unter <http://azubi.dvmedia.com>



# Können wir mit zu dir nach Hause kommen?

**Ob in der U-Bahn, einem Schanzencafé oder in der Mönckebergstraße – täglich teilen wir Hamburg mit tausenden Unbekannten. Wie deren Leben verläuft, wo sie wohnen und womit sie ihren Kühlschrank füllen? FREIHAFEN findet es heraus.**

Es ist ein nasskalter Sonntagmorgen im Juni. Wir befinden uns in der Osterstraße und die riesige Schlange vor einer kleinen Konditorei scheint die einzige Menschengruppe zu sein, die sich heute in Eimsbüttel auf der Straße sehen lässt. Wir schlendern umher und entdecken nahe der Lutterothstraße ein Café, vor dem zahlreiche Leute auf irgendetwas zu warten scheinen. Unter ihnen auch unsere Auserwählten: Ein Paar mit einem Jungen auf dem Arm – später entdecken wir, dass noch ein kleiner Rabauke zu der Familie gehört. Wir sprechen sie

## **Joona ist begeisterter Kicker und Verteidiger seines „Nemo“-Balls**

auf unser Vorhaben an und werden herzlich zu ihnen nach Hause eingeladen. Allerdings müssen wir mit ihnen noch zwanzig Minuten warten, damit der nächste Flohmarktstand auf dem kleinen Platz neben dem Café gesichert ist.

Wir gedulden uns und kommen dabei mit Danny, Heike, Joona und Jannis auf das naheliegende Thema Fußball zu sprechen. Joona, anderthalb, ist nämlich jetzt schon begeisterter Kicker und Verteidiger seines heißgeliebten „Nemo“-Balls. Die WM wird zwar in Orange verfolgt, weil Oma Niederländerin ist, aber das Prinzip bleibt voller

Überzeugung das Gleiche: Das Runde muss ins Eckige!

Jannis, knapp vier Jahre, übt als großer Bruder schon eine Spur schneller das Fahrradfahren und probiert gelegentlich die neuesten Abrolltechniken aus. Er hat Glück, denn sein bester Freund Franz wohnt über ihm im selben Haus. Das „Franzbrötchen“, wie Jannis liebevoll sagt, und er gehen in die selbe Kita und spielen nachmittags im Hof gemeinsamen auf dem Spielplatz. Eine praktische Sache, findet Jannis, fast so praktisch wie Ikea. Die Leidenschaft der Eltern für Möbel teilen die Jungs wegen der Kinderteller. Die Schlange vor dem Café vergrößert sich und



Wenn Kinder an der Decke laufen: Joona ist ein Wunderkind.



die Blicke werden langsam nervöser, denn auch wenn hier „gesittet angestanden“ wird, wie Heike sagt, sollte man sich schon eine gute Ausgangsposition sichern, um nicht Letzter zu sein. Danny, Projektleiter für Software, ist geborener Hamburger. Aufgewachsen ist er in Neu Wulmstorf und nennt sich nun seit 2006 stolz Eimsbüttler, auch wenn es eigentlich schon Stellingen ist.

Heike, in Niedersachsen aufgewachsen, ist Lehrerin in einer Schule für lernbehinderte Kinder an einem integrativen Förderzentrum in Niendorf. Sie lebte lange Zeit in Berlin, wo sie auch Danny kennenlernte, der eigentlich mal der Partner ihrer besten Freundin war. Aber die Freundschaft hat das nicht beeinträchtigt – wo die Liebe eben hinfällt.

Wir begleiten die vier zu ihrer Wohnung, kurz hinter der Grenze Stellingen/Eimsbüttel und entdecken diverse neu erbaute Häuser, die sich zwischen vielen schönen Altbauten verstecken.

In einem dieser unnatürlich steril wirkenden Wohnhäuser haust die junge Familie. Hier gibt es einen Fahrstuhl für Kinderwagen, weiße Wände und einen Geruch wie bei frisch gekauften Autos. Die Wohnung ist hell, freundlich und Ikea-möbliert. Die fünf Zimmer sind aufgeteilt in Wohnküche, Schlaf- und Kinderzimmer und sehr geräumig gestaltet. Die Jungs durften sich beim Einzug aussuchen, ob sie einzelne Zimmer haben oder eines teilen wollen.

**Ein Paradies für Botaniker und andere Pflanzenfresser**

Nun hat jeder sein eigenes und das Wohnzimmer wird trotzdem von Baggern, Malbüchern und Bällen belagert. An das Wohnzimmer schließt dann noch der Balkon – oder besser der Urwald – an. Er ist nicht etwa unordentlich, aber ein Paradies für Botaniker und andere Pflanzenfresser.

Alles liegt eigentlich in der Nähe: Supermärkte, Kitas, Spielplätze, Freunde und Grün. Vor knapp



Die kleine Familie kommt bei uns ganz groß an.

einem Jahr lebte die damals noch dreiköpfige Familie zentraler zu Bahnhof und Flohmarkt, doch nachdem der Zuwachs da war, herrschte Platznot.

Wir gehen durch alle Zimmer, entdecken einen Plüschvorleger statt eines Tigerkopfes und machen uns dann langsam auf den Heimweg. Joona grinst breit und winkt uns noch lange hinterher, bevor er vom Balkon verschwindet.

TEXT: Julia Orso – [j.orso@freihafen.org](mailto:j.orso@freihafen.org)  
 FOTO: Andreas H. – [a.hopfgarten@freihafen.org](mailto:a.hopfgarten@freihafen.org)

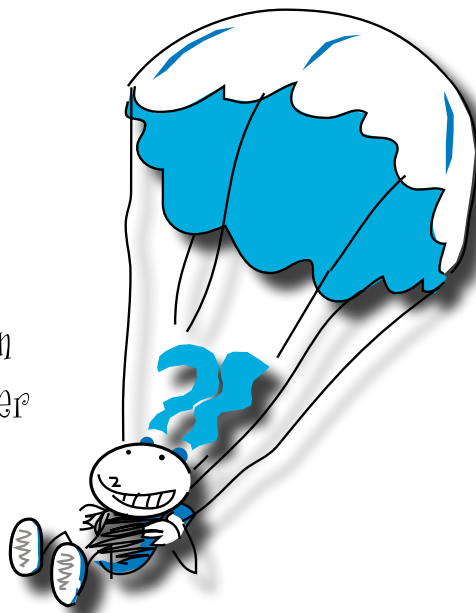


Anzeige



**Jo B.**

Das kostenlose Job-Lexikon für Schülerinnen und Schüler



Meine Anschrift:

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_ Stadt: \_\_\_\_\_

Exemplare

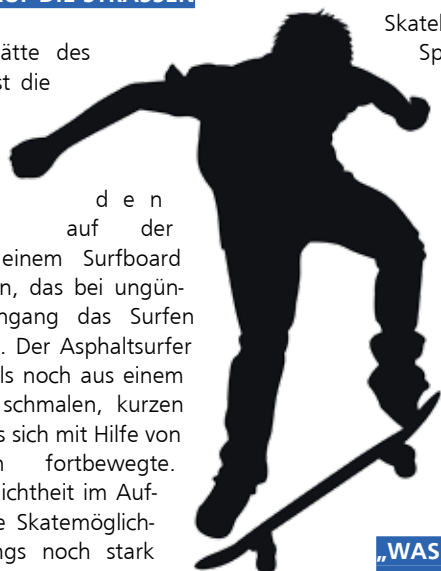
Zu bestellen bei: Bundesarbeitsministerium, LA 6, Rochusstraße 1, 53123 Bonn

# Asphaltsurfen in Hamburg

**Die Innovation des Surfboards rollt auf vier Rädern und bringt euch weit über das Großstadtpflaster hinaus. Heute kennt man die „Asphaltsurfer“ unter dem Namen Skateboarder.**

## VOM MEER AUF DIE STRASSEN

Die Geburtsstätte des Skateboards ist die Südküste Kaliforniens. Surfer waren in den 50er Jahren auf der Suche nach einem Surfboard für die Straßen, das bei ungünstigem Wellengang das Surfen ersetzen sollte. Der Asphaltsurfer bestand damals noch aus einem sehr flachen, schmalen, kurzen Board, welches sich mit Hilfe von Rollschuhrollen fortbewegte. Durch die Schlichtheit im Aufbau waren die Skatemöglichkeiten allerdings noch stark beschränkt.



Skateboarden wird heute eher als urbaner Sport betrieben. Obwohl sogar internationale Wettkämpfe stattfinden, gibt es keine festgelegten Ligen oder Verbände. Der Gedanke, den Sport als olympische Disziplin in London 2012 einzuführen, wurde schnell wieder verworfen. Dennoch existieren Vereine, die das Skateboard unterstützen. So ist beispielsweise Skateboard e.V. ein gemeinnütziger Förderverein in Hamburg, der die Interessen der hanseatischen Skateboardfahrer vertritt und Projekte wie den Bau des Skateboardparks in Rissen oder den Skatepool in der Fruchttalallee unterstützt.

## „WAS HAMBURGER ÜBER DAS SKATEBOARDEN WISSEN MÜSSEN“

### Bist du Streetstyle oder Vert?

Big Air, Freestyle, Slalomskaten und Downhill-skaten sind nur einige von vielen Skateboarddisziplinen und unterscheiden sich vor allem in der Fahrtechnik. Der Skateboardfahrer legt sich jedoch nur selten auf eine einzige Disziplin fest. Zu den wichtigsten Skatedisziplinen zählen Streetstyle und Vert.

Streetskater: Man sieht ihn auf der Straße: Von einigen als eher nervig und laut empfunden, von anderen bewundert, ist er ein Skater, der den Zuschauer mitreißt. Die gesamte Stadt wird zum Übungsplatz und Treppen, Geländer, Bänke zu anspruchsvollen Hindernissen. Wenn es durch den Lärm, der beim Skaten entsteht, zu Konflikten mit Anwohnern kommt oder das Wetter nicht mitspielt, können Streetskater auch auf Skateparks und -hallen ausweichen.

Vert: Vertskaten kommt vom Englischen Wort „vertical“ (dt. senkrecht) und bezieht sich auf das Skaten in Halfpipes.

Der Vert dreht sich in der Luft, zieht das Board an den Körper und macht eine 180°-Drehung auf der Halfpipe – es scheint beinahe, als sei er mit seinem Board zusammengewachsen. Es sieht einfach aus, doch die Vert-Tricks sind kompliziert, gefährlich und setzen eine sehr gute Körperbeherrschung voraus.

Wo darf denn eigentlich Skateboard gefahren werden?

Skateboards sind laut StVO (§ 24 Abs. 1 StVO) keine besonderen Fortbewegungsmittel oder Fahrzeuge, da sie keinen Motor besitzen.

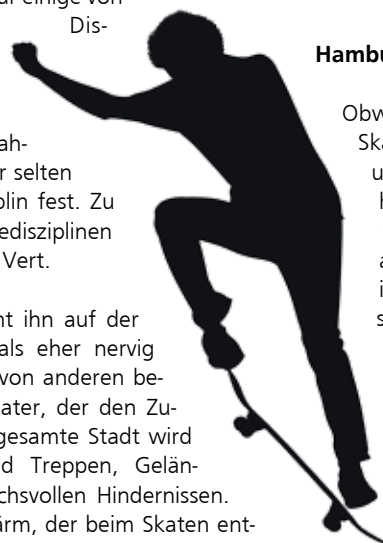
Somit ist Skateboardern die Nutzung der Fußgängerwege erlaubt. Auf Fahrradwegen darf sich ein Skateboard hingegen nicht blicken lassen und um Plätze, die durch Skateboard-Verbotsschilder gekennzeichnet sind, sollten ein großer Bogen gemacht werden. Wer diese Regeln nicht beachtet, muss mit einem Bußgeld rechnen. Eine Verwarnung kostet den Sportler bis zu 35 Euro. Doch der Bußgeldkatalog hält für Regelverstöße, bei denen irgendwas oder irgendjemand zu Schaden kommt, auch Summen zwischen 250 und 150 000 Euro parat.

### Hamburgs beliebteste Skatespots

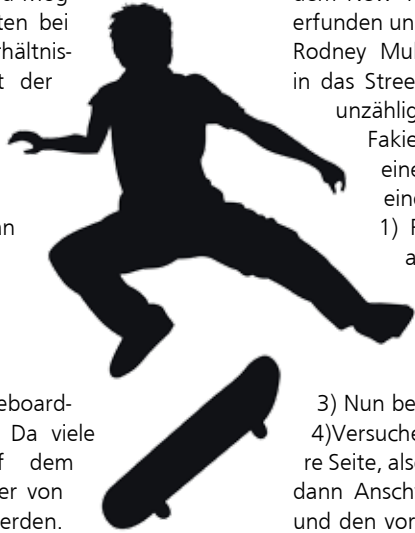
Obwohl durch Messungen belegt ist, dass Skaten weniger Krach erzeugt als Straßen- und Baulärm, beklagen sich Anwohner häufig über die Geräuschkulisse vor ihrem Fenster. Aus diesem Grund wurden am Karolinenplatz sogar Skatebremsen in das Pflaster eingelassen, von denen sich die Hamburger Skater allerdings nicht abschrecken lassen.

Zu den beliebtesten Skatespots unserer Stadt gehören die HafenCity (Sandtorpark), das Rathaus, die Alster und die Fruchttalallee mit einem Skatepool in der Nähe der Emiliensstraße. Auch hinter der Roten Flora im Schanzenviertel und im Outdoor-Skatepark in Rissen tummelt sich dieses bunte Sportervolk.

Aber Hamburg kann nicht nur Outdoor-Plätze vorweisen, sondern bietet mit der Skatehalle I-Punkt Skateland in der Nähe des Bahnhofs



Berliner Tor ausreichend Möglichkeiten für das Skaten bei schlechten Wetterverhältnissen. Im Skateland ist der Eintritt innerhalb der Woche frei und Anfänger können sich in Kursen unter professioneller Leitung an den Sport herantasten.



#### IT'S TRICKY

Ein Muss der Skateboard-Szene ist der „Ollie.“ Da viele Skateboard-Tricks auf dem Ollie aufbauen, sollte er von jedem Skater erlernt werden. Der Ollie wurde 1976 von

dem New Yorker Halfpipe-Fahrer Alan Gelfand erfunden und nach dessen Spitznamen benannt. Rodney Mullen führte den Ollie anschließend in das Street- und Freestyle-Skaten ein. Es gibt unzählige Varianten des Ollies, wie z.B. den Fakie-Ollie, Switch Ollie und Nollie. Hier eine kleine Anleitung zur Ausführung eines Ollies:

- 1) Rolle mit mittlerer Geschwindigkeit an
- 2) Stelle dabei den stärkeren Fuß auf das Ende des Boards und den anderen auf den vorderen Teil
- 3) Nun beuge deine Knie
- 4) Versuche, fast zeitgleich die schmalere kürzere Seite, also das Tail, auf den Boden zu drücken dann Anschwung zu nehmen, hochzuspringen und den vorderen Fuß über das Deck zu ziehen
- 5) In der Luft: Bleibe über dem Board und ver-

suche möglichst in der Mitte desselben zu stehen. Anschließend bereitest du dich mit gebeugten Knien auf die Landung vor. Dabei bleibst du in der leichten Hocke, um den Aufprall abzufedern – Fertig ist der Ollie. Mit ein bisschen Übung steht dir dann bald nichts mehr im Weg, um weitere Tricks zu lernen.

#### Liebe Anfänger...

Schutzkleidung ist uncool. Skaten ist jedoch ein gefährlicher Sport, der häufig zu gebrochene Gliedmaßen und Kopfverletzungen führt und somit zu vielen Wochen Skateentzug. Aus diesem Grund polstern sich auch die meisten Profis an allen möglichen Körperteilen. Tut es ihnen nach und fahrt nicht ohne Helm, Knieschoner und Co!

TEXT: Nil Idil Cakmak – [n.cakmak@freihafen.org](mailto:n.cakmak@freihafen.org)

ILLUSTRATION: Andreas Hopfgarten –

[a.hopfgarten@freihafen.org](mailto:a.hopfgarten@freihafen.org)

# Mitläufer: Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage

**Mitläufersein, hier lohnt es sich! FREIHAFEN stellt in der Mitläufer-Serie Organisationen, Vereine und Projekte vor, bei denen ihr euch engagieren könnt. Dieses Mal: Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage**

Rassismus und Rechtsextremismus sind brisante Themen, die gerade in der deutschen Gesellschaft viel diskutiert werden. Nationalsozialistische Parteien gewinnen an Macht und in Deutschland lebende Minderheiten sehen sich mit fremdenfeindlichen Verhaltensweisen konfrontiert. Trotz der öffentlichen Debatten verändert sich wenig. NPD-Verbot hin oder her – wichtig ist vorerst immer noch das Handeln der deutschen Bevölkerung und dieses lässt in Sachen Courage und Toleranz oft zu wünschen übrig. Obwohl viele Initiativen, Bündnisse und Vereine gegen den Rechtsextremismus kämpfen, mangelt es vor allem an den Schulen unseres Landes an Aufklärung und Aktivität. Der Verein AktionCourage e.V. hat daher im Jahr 1995 die Aktion „Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage“ ins Leben gerufen, welche Schülerinnen und Schüler bestärken soll, im Schulalltag gegen Diskriminierung und Rassismus vorzugehen. Zivilcourage wird gefördert und damit ein Beitrag zu ge-

waltfreiem und demokratischem Denken geleistet. Europaweit gibt es mittlerweile über 600 Schulen, die an diesem Projekt teilnehmen. Um in das Netzwerk aufgenommen zu werden und eine Schule ohne Rassismus dafür mit Courage zu werden, müssen mindestens 70% der Schüler- und Lehrerschaft und der Verwaltungskräfte die Grundsätze der Aktion unterzeichnen. An den meisten Schulen ist eine Arbeitsgruppe für die Umsetzung der drei Hauptpunkte verantwortlich. Das Thema Diskriminierung wird an der jeweiligen Schule mit langfristigen Projekten, Aktivitäten und Initiativen behandelt und damit zum festen Bestandteil des Schulalltags. Unterstützung gibt es von den einzelnen Landeskoordinatoren des Netzwerks. Die AktionCourage e.V. lenkt mit „Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage“ die Aufmerksamkeit und das Engagement junger Menschen auf einen wichtigen gesellschaftlichen Themenbereich. Wenn ihr an eurer Schule aktiv werden möchtet, sucht euch engagierte Mitschülerinnen und Mit-

schüler und fangt an, die Diskussion über Rassismus an eurer Schule zu entfachen. In Hamburg sind bereits acht Schulen an diesem Unterfangen beteiligt. Prominente Projektpaten sind unter anderem die Spielern des FC St. Pauli oder Fathi Akin sind.

#### Mehr Infos



Unter [www.schule-ohne-rassismus.org](http://www.schule-ohne-rassismus.org) erfahrt ihr mehr über die Initiative und könnt euch die aussagekräftigen Aktions-T-Shirts bestellen.

# Auf den Mund gefallen

**Bosnien-Herzegowina, das Sorgenkind des Balkans, erholt sich nur mühsam von den Folgen des Krieges. Die mangelnde Aufarbeitung der blutigen Vergangenheit hat Konsequenzen.**

Neben der Tür prangt auf einem Schild ein schwarz-rot-goldenes Männchen und winkt fröhlich. Das gelbe, ebenerdige Haus von dem es hinunter schaut, ist ein einsamer Farbfleck zwischen den grauen, von Einschusslöchern übersäten, maroden Wohnhäusern, die es umringen.

„Das Haus wurde mit deutscher Entwicklungshilfe gebaut“, erklärt Sanela Avdic, die Leiterin des Jugendzentrums. Sie hockt auf der Treppe vor dem Eingang, zieht an ihrer Zigarette und blinzelt in die Morgensonne. Ein paar Kinder laufen hinein, Sanela ruft etwas auf serbokroatisch hinterher.

„Das ist ein trauriger Ort hier. Keine Arbeit, kein Geld, nichts zu tun. Wäre meine Mutter nicht krank, wäre ich längst weg!“, sagt sie mit finsternem Blick.

Sanela Avdic ist die einzige Muslimin in einem serbischen Ort, irgendwo in der nördlichen Provinz. „Außergewöhnlich seit dem Krieg“, wie sie bemerkt.

Von 1992 bis 1995 dauerte der Krieg, der Bosnien-Herzegowina nach dem Zerfall Jugoslawiens zu Boden warf. Eine Eskalation nationalistischer Interessen in dem multiethnischen Staat, der schon seit jeher ein Spielball seiner mächtigeren Nachbarn Kroatien und Serbien gewesen war. Bosnische Muslime, orthodoxe Serben und römisch-katholische Kroaten, die drei vorherrschenden Volksgruppen in Bosnien, bekriegten sich um die Vorherrschaft in ihrem Lande.

Der Bosnien-Krieg forderte mindestens 100.000 Menschenleben, machte über 2 Millionen Menschen zu Flüchtlingen und stellte die internationale Gemeinschaft bloß, deren Soldaten dem Völkermord an bosnischen Muslimen in dem Ort Srebrenica tatenlos zugesehen hatten.

Sanela Avdic hält ihr Land, wie viele andere auch, für „eine tickende Zeitbombe“. Nach dem Krieg wurde Bosnien-Herzegowina durch ein internationales Abkommen in zwei Landesteile gespalten: Die Republik Srpska, in der fast ausschließlich Serben leben und die Föderation Bosnien-Herzegowina, die mehrheitlich von bosnischen Muslimen und Kroaten bewohnt wird. Die Konfliktparteien sind ruhig gestellt, es gibt kaum Berührungspunkte. Ein gesunder, friedlicher Staat wächst daraus jedoch nicht.

„Für die Weltöffentlichkeit ist Bosnien erledigt und als aktueller Krisenherd von der Bildfläche verschwunden“, sagt Sanela, drückt ihre Ziga-



**Wo Schusswunden nicht gestopft werden, stagniert die Gesellschaft.**

**„Für die Weltöffentlichkeit ist Bosnien erledigt.“**

rette aus und schiebt mit ihren Zehen im Sand der Straße ein Häufchen zusammen. „Für mich nicht. Wenn ich die Straße hinuntergehe, kommen mir die Leute entgegen, die unsere Wohnung geplündert und unsere Nachbarn verschleppt haben“, erzählt Sanela und zuckt müde mit den Schultern, „jeder hat hier seine dunklen Geheimnisse.“ Sie zerdrückt das Sandhäufchen mit ihrer Ferse.

Der Krieg ist im heutigen Bosnien ein Tabu-Thema. Die Täter kommen aus allen Bevölkerungsschichten und kaum einer wurde belangt. Schuld und Misstrauen sitzen tief.

Da die verschiedenen Kriegsparteien nach wie vor versuchen, sich als Opfer zu profilieren, ist eine kritische Aufarbeitung der Vergangenheit nicht in Sicht. In den Geschichtsbüchern des Landes findet der Krieg kaum Erwähnung und die junge Nachkriegsgeneration hat folglich keine Möglichkeit, aus dem Geschehenen zu lernen. Im Gegenteil: Das komplizierte politische System, das die Koexistenz von drei verschiedenen Präsidenten für die Repräsentation aller drei Volksgruppen vorsieht, lähmt die Entwicklung des Landes und frustriert die Bevölkerung. Wirtschaftliche Stagnation und ein ineffizienter Justizapparat tun ihr Übriges. Daraus resultierende Perspektivlosigkeit und die fehlende

**Wirtschaftliche Stagnation und ein ineffizienter Justizapparat**

Aufklärung lassen unter den jungen Menschen neue nationalistische Gedanken gedeihen.

„Unser Land ist gespalten.“ Die serbischen Jugendlichen kennen keine Muslime mehr und umgekehrt. Natürlich ist es einfach, das zu dämonisieren, was man nicht kennt“, seufzt Sanela und räumt ein paar Bücher ins Regal und Matten zur Seite. „Ich biete hier Kurse zur Gewaltprävention und zum Streitschlichten an. Ich möchte meinen Beitrag leisten.“

Eine Muslimin, die serbischen Jugendlichen beibringt, Worte statt Fäuste sprechen zu lassen. Die vielen Jungen und Mädchen, die nachmittags in das Jugendzentrum kommen, scheinen zu beweisen, dass es funktioniert. Ein Hoffnungsschimmer?

Sanela hält inne und erzählt: „Neulich war ich im Krankenhaus, wegen meiner Hüfte. Ich habe

Post von den Kindern bekommen und Blumen von ihren Eltern.“ Sie schmunzelt und zückt eine Karte aus ihrer Umhängetasche.

„Liebe Sanela, werd' gesund und komm bald wieder! Wir brauchen dich!“, übersetzt sie die krakelige Kinderschrift.

Für die Kleinen ist Sanela Ratgeberin, Betreuerin und Lehrerin. Dass sie Muslimin ist, kümmert sie nicht.

**TEXT: Fritz Finne – f.finne@freihafen.org**

**FOTO: Pablo Pecora – pablopecora@gmail.com**

# Fußballsongs ade!

Die Fußball-Weltmeisterschaft ist das Ereignis des Sommers. Allerdings sollte dieses Event doch sportlicher Art sein? Langsam kommt die Frage auf, warum wir dann von allen Seiten mit furchtbaren Fußballsongs beschallt werden. Zum Glück kommt hier die heiß ersehnte Abwechslung mit den Konzerten im Juli!



## Me Without You

04.07. Molotow

Die Band Me Without You aus Philadelphia steht für schrammelnde Gitarrentöne, verzerrte Bässe und laute Schlagzeugrhythmen, übertönt von dem schrägem Gesang des Frontmanns Aaron Weiss. Aus dieser Zusammensetzung entsteht beste Indiemucke, die für einen bewegungsreichen und verschwitzten Abend sorgt!



## Nas & Damian Marley

13.07. Stadtpark

Auf der Bühne im Stadtpark präsentieren der Rapper Nas aus den USA und der jamaikanische Reggae-Künstler Damian Marley ihr musikalisches Projekt. Auf dem gemeinsamen Album Distant Relatives wird Reggae und Dancehall mit HipHop kombiniert und durch karibische und afrikanische Töne ergänzt. Das Duo überzeugt aber nicht nur mit einer gelungenen Mischung aus Melodie und Rhythmus, sondern auch mit kritischen Texten.



## Ed Almighty Directors Cut IManClan

08.07. Knust

Hinter dem Namen Ed Almighty verstecken sich fünf Männer und zwei Frauen, die das Konzert mit eingängigen Reggaebeats und klaren Soulstimmen entspannt einleiten. Danach heizen die zehn Musiker von Directors Cut dem Publikum mit Ska und Dancehall so richtig ein. Synteziser Arrangements und Balkan-Rhythmen verleihen den Songs eine ganz besondere Note. Zum Schluss spielt der IManClan, ein multikultureller Haufen von Musikerinnen und Musikern, der mit Reggae und Dub das gesamte Knust auseinander nehmen wird!



## Northern Portrait The Electric Pop Group

01.07. Astra-Stube

Der Juli beginnt mit einem ruhigen Abend in der Astra-Stube, bei dem euch gleich zwei Bands mit ihrer Musik erfreuen! Die vier Jungs der Band Northern Portrait aus Kopenhagen spielen feinsten Gitarrenpop. Genauso handhaben es die Musiker von The Electric Pop Group aus Göteborg in Schweden. Beide Bands kombinieren fröhliche Melodien mit melancholischen Männerstimmen und garantieren damit verträumte Glückseligkeit.



## Holly Miranda

22.07. Molotow

Die amerikanische Künstlerin Holly Miranda stammt aus einer konservativen Kleinstadt. Im Kirchenchor sammelt sie erste musikalische Erfahrungen, spielt zusätzlich Klavier und beginnt, ihre eigenen Songs zu schreiben. Schließlich geht sie nach New York. Hier hat sie endlich die Möglichkeit, sich selbst zu verwirklichen. Das Ergebnis sind langsame elektronische Melodien gepaart mit ihrer leisen und gefühlvollen Stimme.

TEXT: Marie Witte – [m.witte@freihafen.org](mailto:m.witte@freihafen.org)  
June Drevet – [j.drevet@freihafen.org](mailto:j.drevet@freihafen.org)  
FOTO: Julia Orso – [j.orso@freihafen.org](mailto:j.orso@freihafen.org)

# Nicht mal fliegen ist schöner

**Baden macht Spaß, Segeln hat Klasse, aber was ist eigentlich, wenn man auf dem Wasser steht? FREIHAFEN hat es ausprobiert und gleich noch einen Experten dazu befragt.**

**M**eterhoch spritzt das Wasser, wenn Bojan mit 120 km/h durch das Wasser pflügt. Ob es so ähnlich ist wie Skifahren? „Nein, das Gleiten über das Wasser kann man mit keinem anderen Sport vergleichen.“ Bojan Schipner (21) ist Deutschlands bester Wasserskifahrer und damit praktisch der einzige Deutsche, der in diesem Sport international eine Rolle spielt. Slalom- und Springenfahren sind seine liebsten Disziplinen. „Wenn du innerhalb einer Sekunde von 60 auf 120 km/h beschleunigst, ist das purer Nervenkitzel, wenn du 60 bis 65 Meter über das Wasser fliegst, ist das pure Freiheit – beides ist hammergeil.“

Klingt ja spaßig, dachten wir und machten uns auf selbst einen Versuch zu starten. In Hamburg und Umgebung gibt es gleich mehrere Seen, auf denen man Wasserski fahren kann. Bei strahlend blauem Wetter kamen wir am Kiessee in Neu-Zachun an und waren gleich voller Bewunderung für die kurvenreichen Fahrten der Wassersportler. Enthusiastisch zwängten wir uns in die körperbetonenden Neopren-Anzüge, schnallten die unförmigen Bretter unter die Füße und stürzten uns in die Fluten. Wir konnten zwei Dinge feststellen: Zum Einen, dass Wasserskifahren doch nicht so leicht ist wie es aussieht, zum Anderen, dass man als schlechter Fahrer leider genau so viel Aufmerksamkeit auf sich zieht. Allerdings klingen die bewundernden „Ahaaa“s hier eher wie quälende „Hahaaa“s. Aber das Wasserskifahren kann ja nicht jedem in die Wiege gelegt sein.

Bojan hat das Glück, schon sein ganzen Leben auf dem Wasser zu stehen. Nachdem in den 50er Jahren das Wasserskifahren aufkam, gründete sein Großvater schon 1964 einen Verein auf dem „Haussee“ in Feldberg, Mecklenburg-Vorpommern. Mittlerweile ist aus dem kleinen Hobbyclub ein Leistungszentrum für Wasserski mit Boot geworden. Denn auch da muss man unterscheiden: Es gibt nicht nur die Disziplinen Sprung-, Slalom- und Trickfahren, sondern zusätzlich die Unterscheidung in Boot und Seilbahn, je nachdem von was man sich ziehen lässt. Außerdem gibt es noch die Barfußfahrer, die sich mit etwa 70 km/h auf bloßen Füßen über das Wasser ziehen

## Mit 70 km/h barfuß übers Wasser



**Dieser Wasserskilift beförderte die FREIHAFEN-Redakteure ins kühle Nass.**

lassen, und die immer größer werdende Sparte der Wakeboarder, die vor allem für spektakuläre Akrobatik bekannt sind.

Wakeboard fährt der Vize-Europameister nur zum Spaß, etwa wenn sonntags Ruhetag auf dem Haussee ist und er auf einen nahegelegenen See in Neubrandenburg umsteigen muss. Bojan lebt für den Sport. Er trifft sich mit Familie und Freunden auf dem Wasser, trainiert Anfänger wie Fortgeschrittene und ist ständig dabei, seine Erfahrung zu erweitern und seinen Stil zu verbessern. Unseren Stil hätte er wohl ebenfalls noch verbessern kön-

nen. Zum Glück gab es unter den gaffenden Zuschauern auch ein paar Hilfsbereite, die uns mit Rat und Tat zur Seite standen. Der Einstieg in die Seilbahn ist das schwerste, hieß es. Aber sobald man erstmal auf den Skiern steht, kann man sich einfach im Kreis ziehen lassen von dieser ausgetüftelten Rixen-Seilbahn, wie wir eine vor uns hatten.

Bruno Rixen war ein begeisterter Wasserskifahrer als er Anfang der 60er Jahre auf die Idee kam, einen Ski-Schlepplift für das Wasserskifahren zu nutzen. Dummerweise stieß er auf eine Menge Herausforderungen: Die normalen Skilifte bewegten sich mit Geschwindigkeiten von etwa 10



### Redakteur Manuel Baghorn kämpft noch um Harmonie zwischen Wasser und Ski

km/h, Wasserski erfordert ein Tempo von 30 bis 60 km/h. Eine Wasserski-Seilbahn muss zudem den extremen Belastungen beim Ausscheren der Fahrer nach rechts und links standhalten und ohne die Geschwindigkeit zu verringern einen Einstieg in die Seilbahnfahrt ermöglichen. Nun ja, Rixen muss seine Sache wohl ganz gut gemacht haben, denn die vor uns liegende Seilbahn funktionierte mit neun Personen im Schlepptau tadellos und selbst von der Startrampe wird man langsam auf die Höchstgeschwindigkeit beschleunigt. Nur ein Problem gab es trotz allem Wissen über die Theorie noch: Unsere Knie zitterten ein kleines bisschen. Beruhigend, dass selbst ein Profi wie Bojan sagt, Wasserskifahren sei etwas, was man hart erlernen müsse. Es hat viel mit dem Kopf zu tun. Wo bei anderen Sportarten jugendliche Kraft und Kondition gefragt sind, zählt hier eher die Erfahrung. „Rast man auf die Sprungschanze zu und wird nervös oder springt einfach aus voreiligem Ehrgeiz zu früh ab, kann man sich ganz schön

### Unsere Knie zitterten ein kleines bisschen

auf's Maul legen!“ Es gehört hartes und jahrelanges Training dazu, in die Weltspitze der Wasserskifahrer aufzusteigen und genau da möchte Bojan hin. Allerdings braucht man zum Trainieren Zeit und Geld, doch Wasserskifahren ist nun mal kein Fußball: Es gibt kaum Preisgelder, selbst bei der Europa- und Weltmeisterschaft nicht und die Wasserskisparte ist zu klein, als dass der Deutsche Wasserski- und Wakeboardverband (DWWV) Fördermittel bereitstellen könnte. In den letzten zwei Jahren wurde Bojan durch die Sportförderung der Bundeswehr unterstützt, jetzt bewirbt er sich bei der Polizei. Nur bei ein paar vereinzelten Wettkämpfen gibt es „Cash-Preise“, allerdings sind da erst Teilnehmer ab 22 Jahren zugelassen. Wir begnügen uns vorerst mit dem Versuch unseren Kopf auszuschalten, die Knie und den Körper steif zu halten und in den Kreisverkehr der Seilbahn einzusteigen. Tatsächlich, es klappt – hammergeil!



Bohjan beim Monoskifahren

### Wo kann man Wasserski fahren?

Eine Karte mit allen Wasserski-Seilbahnen findet ihr unter [www.wasserski.de](http://www.wasserski.de).

Unter [www.wasserskilift.de](http://www.wasserskilift.de) findet ihr die Anlage in Zachun (MeckPomm).

Der **Hamburger Hochschulsport** kooperiert mit dem Wasserski-Lift Zachun. Einmal im Monat gibt's für 22 Euro eine Tageskarte, inklusive Hin- und Rückfahrt.

Infos unter <http://hsp-hh.sport.uni-hamburg.de>

TEXT: Max Martens – [m.martens@freihafen.org](mailto:m.martens@freihafen.org)

FOTO: Christoph Aberle – [c.aberle@freihafen.org](mailto:c.aberle@freihafen.org)

## FREIHAFEN schaut Hamburg unter'n Rock!

In unserer nächsten Ausgabe „Untenrum“ fackeln wir nicht lange und finden heraus, was Hamburg untenrum so zu bieten hat. Dazu erkunden wir im Selbstversuch unsere Stadt auf Kindergröße, checken die Underground-Partys der City und werfen ein Blick unter Hamburgs Brücken. Ihr seid also herzlich eingeladen, mit uns in „Untenrum“ zu erfahren, was sich unter der Oberfläche verbirgt.

Wir freuen uns auf euch!

### WERBEN IM FREIHAFEN?

Wenden Sie sich an unsere Anzeigenredaktion mit einer E-Mail an: [anzeigen@freihafen.org](mailto:anzeigen@freihafen.org).

Du interessierst dich für Medien? Dann mach doch einfach mit bei FREIHAFEN. Engagierte Jugendliche können in folgenden Bereichen mitwirken:

- Redaktion
- Anzeigen
- Foto
- Layout
- Öffentlichkeitsarbeit
- Vertrieb
- Web

### MITMACHEN?

Wir treffen uns jeden Sonntag um 18 Uhr in der AGfJ an den Landungsbrücken. Mehr Informationen erhältst du auf unserer Homepage [www.freihafen.org](http://www.freihafen.org) oder auf Nachfrage unter [mitmachen@freihafen.org](mailto:mitmachen@freihafen.org).

Du hast Gedanken zu einem Artikel? Unsere Redakteure, Fotografen und Layouter freuen sich immer über ein Feedback. Einfach an die E-Mail Adresse schreiben, die sich bei dem Autorenhinweis findet, oder an [redaktion@freihafen.org](mailto:redaktion@freihafen.org).

Ahoi,  
Euer FREIHAFEN-Team



Mi 30.06. 19.30 Uhr | Saisonabschluss

# Summerbreak

Perspektiven, Konfrontationen, Begegnungen, Inspirationen:


Die Saison 09/10 im KörperForum ist vorbei.

Mit den Boy-Gobert-Preisträgern Stefan Haschke und Lisa Hagmeister sammeln die Schauspieler Moritz Grabbe und Kathrin Dworatzek Perlen der Saison und laden zu einer Sommerreise der besonderen Art ein.

Eintritt frei, Anmeldung unter [www.koerberforum.de](http://www.koerberforum.de)

Stand Juni 2010, Änderungen vorbehalten! | Groothuis, Lohfert, Consorten | gicons.de | Foto: Merijn van der Vliet | Stockphoto



KörperForum – Kehrwieder 12 | 20457 Hamburg |  Baumwall  
Telefon 040 · 80 81 92 - 0 | E-Mail [info@koerberforum.de](mailto:info@koerberforum.de)  
Veranstalter ist die gemeinnützige Körper-Stiftung.

**KörperForum**  
**Kehrwieder 12**

Für Menschen, die nicht alles so lassen wollen, wie es ist.