

BEI UNS ZU HAUSE

Schnelle Liebe vor der Haustür

Manchmal spiele ich gerne Mäuschen, am liebsten vom Fenster im Wohnzimmer aus. Dort hab' ich die Straße und die Haltestelle vor der Haustür bestens im Blick. Und wenn sich die Tram-Bahn mal wieder verspätet, kommen die Wartenden ins Gespräch – Senioren, Schüler, Leute auf dem Weg zur Arbeit und auch Alleinerziehende mit Kind. Plaudern ist angesagt.

Anfangs gucken sie sich noch ziemlich fremd an, denn mit Fremden redet man schließlich nicht über Gott und die Welt, erst recht nicht auf der Straße. Aber das gilt nicht immer. Ob Amor da seine Finger im Spiel hat? Oder liegt es am gleichen Problem, an der bösen Tram, die noch immer auf sich warten lässt?

Ich weiß es nicht, doch etwas kann ich von der Fensterbank gut beobachten. Junge sind schneller im Menscheln, Ältere brauchen ihre Zeit. Hat es erst einmal gefunkt, lässt sich der römische Liebesgott scheinbar nicht mehr stoppen. Es wird gekichert, geschertzt, gelacht. Könnte sie es wirklich sein, die Liebe auf den ersten Blick? Oder ist es nur ein fixes Liebespiel an der Haltestelle?

Ich kann es leider nicht sagen; bisher kam am Ende nämlich immer die Tram. Doch eins ist stets gleich: Sie steigen gemeinsam ein, machen sich auf in die große weite Welt. Herzlichst, Ihr

PASCAL HESSE

Eine kreative Liebesprobe

Zum Valentinstag gibt die NRZ jungen Schreibern eine Plattform und veröffentlicht ihre – zum Teil fiktiven – Liebesbriefe

Dass in jedem guten Liebesbrief ein kleines Drama steckt – besser: ein kleines Schauspiel – weiß jeder, der schon mal ein Brieflein von einer lieben Seele erhalten hat. Etwa 320 handgeschriebene, liebevoll gestaltete Briefe gingen bei der Arbeiterwohlfahrt Niederrhein (Awo) ein. Sie hatte im Ruhrgebiet einen Liebesbrief-Wettbewerb für Jugendliche ausgeschrie-

ben. „Im Zeitalter von Computern und Mobiltelefonen kommt der Liebesbrief leider zu kurz“, sagt Awo-Chef Gunder Heimlich. Die NRZ bietet den jungen Autoren, Schüler von Gymnasien, Real-, Gesamt-, Haupt- und Förderschulen, heute am Valentinstag eine Plattform und veröffentlicht einige der besten – zum Teil fiktiven – Liebesbriefe.

Hi Spatz,

wenn ich dich jeden Tag in die Schule gehen sehe, denke ich an Dich. Du bist mein Herz und das gehört nur Dir. Du bist für mich der aller schönste Traum, den ich je hatte. Für mich bist Du das schönste Mädchen, das ich kenne. Du bist mein aller, aller größter Spatz. Wenn ich Dich sehe, dann schlägt mein Herz schneller und ich bin froh.

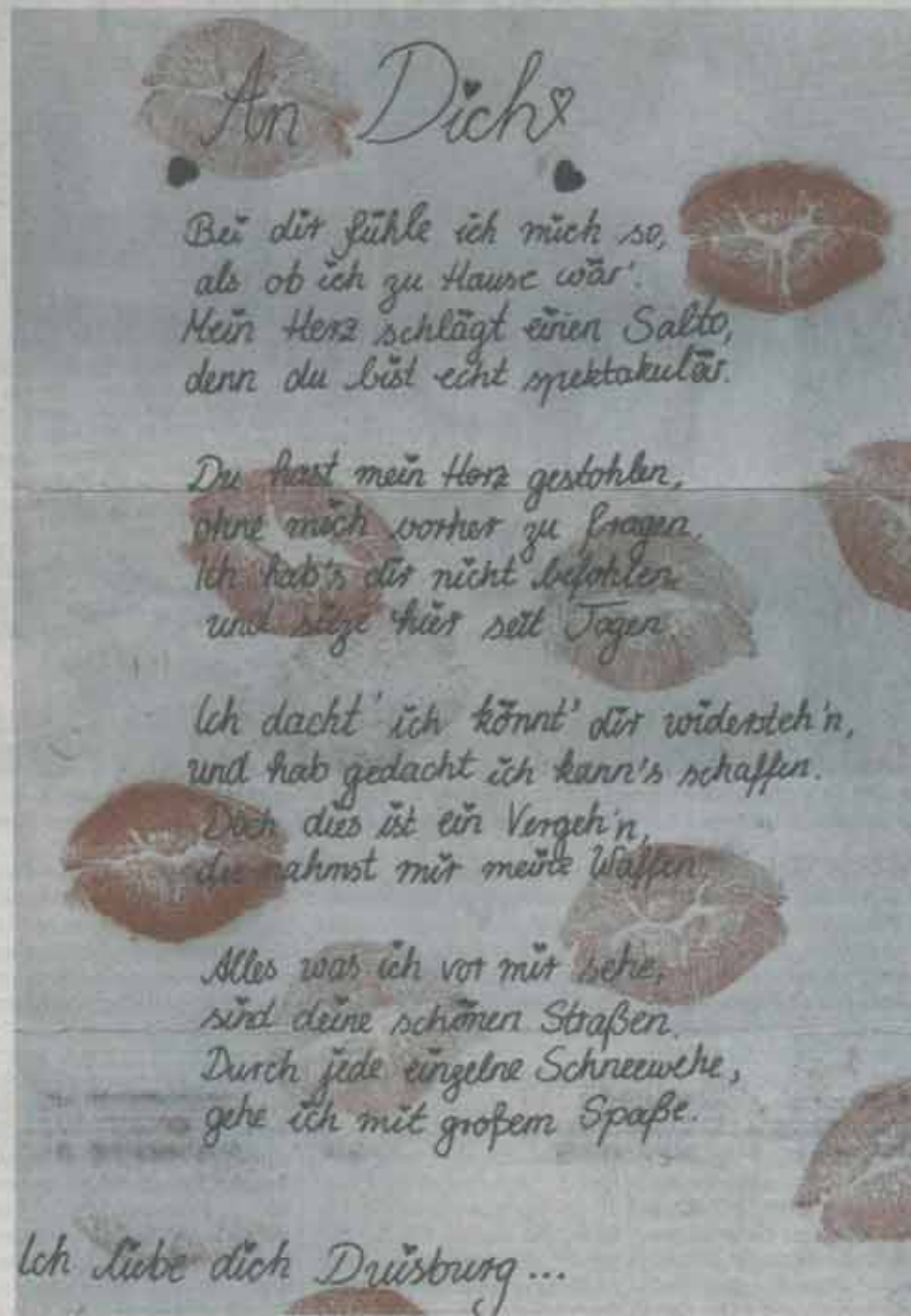
Wenn ich Dich nicht sehe dann bin ich traurig und mein Herz schlägt nicht mehr so schnell. Immer wenn ich an Dich denke, geht mein Herz auf. Ich hab' Dich lieb für immer und ewig. Ich liebe Dich für immer und ewig, will Dich nie wieder verlieren, mein Spatz.

Marvin Siebers, Oberhausen

Lieber Luca, jedes mal wenn Du mich anblickst, schaue ich weg. Jedes mal wenn Dein Mund zärtliche Worte spricht, antworte ich nicht. Jedes mal wenn Deine Ohren meine Stimme hören, verstumme ich. Jedes mal wenn ich Deinen Duft rieche, zerschmelze ich. Jedes mal wenn Du lächelst, erstarrt mein Gesicht. Jedes mal wenn Deine Hände mich berühren, bleibe ich regungslos. Denn jedes Mal wenn ich Dich seh', können meine Blicke, meine Worte, meine Bewegungen Dir nicht beschreiben wie sehr ich Dich liebe! Deine Laura.

Laura Borjes, Hamm

Liebe Yasemin, jeden Tag traf ich mich mit meiner Clique an dem bemalten Stromkasten. Gegenüber war eine Plattenbausiedlung, die mich eigentlich nicht interessierte, bis zu diesem einen Samstag, an dem ein Umzug stattfand. Jede Menge Türken halfen. Meine Freunde und ich



Die Autorinnen Ann-Kathrin Altenbach und Klara Konstansek wohnen in Duisburg. Repro: Lene-Lotte Burkhard

doch Du warst entsetzt, dass ich ein Deutscher war, aber Dir war es dann doch egal,

der Sonne. Ich fühlte mich wie ein Regenbogen ohne Farbe. Monatlang saß ich in meinem

noch mehr.

Im Frühjahr kamst du wieder und ich ließ ihn fallen. Wir

bist verliebt, ich bin verliebt, wir sind verliebt. Ich versuche über den Tränenschleier, der mich einst so blind machte, zu verstehen, was Du mit mir getan hast. Einerseits bist Du der wunderbare Mann, der mir gehört und andererseits bist Du der wunderbare Mann, der vielen gehört. Wahrlich: Vernunft und Liebe gehen dieser Tage gerne getrennte Wege.

Deshalb: Dieser Brief war eigentlich für ihn bestimmt, den wunderbaren Herzensbrecher. Nun schreib' ich ihn an Dich, meinen besten Freund, mein Ein und Alles, meine große Liebe! In Liebe. Deine Alex.

Alexandra Neubauer, Oberhausen

Hey Saragossa, als ich Dich zum ersten mal sah, fand ich Dich voll nett. Ich hatte noch nie solche Gefühle für Dich gehabt. Ich liebe Dich eventuell. Du hast so ein süßes Lächeln. Ich weiß, dass du denkst, ich will Dich nur ausnutzen, aber so bin ich nicht. Lass uns mal wieder treffen.

Robin Otten, Duisburg

An meinen liebsten Schatz. Man sagt die größten Schätze der Welt liegen unter der Erde, aber ich kann Dich doch nicht einfach einbuddeln. Denn dann müsste ich den größten Schatz, den es gibt, erst wieder finden. Doch um Dich wieder zu finden, müsste ich Dich erst verlieren und das könnte ich nicht überleben. Du mit deinen kristallblauen Augen, zucker süßen Lippen, deine samtweiche Haut, bist schöner als alle Sterne im All!

Man sagt Licht ist das wichtigste, aber das ist gelogen, denn jeder Tag ohne Dich ist wie eine Welt ohne Licht. Ich wünschte, ich wäre eine Träne, geboren in Deinen Augen, gelebt auf deinen Wangen, gestorben auf deinen Lippen –

DREI FRAGEN

Briefkontakte gegen die Stille

Einsamkeit ist unter Senioren weit verbreitet, weil viele niemanden haben, mit dem sie sich unterhalten können. Ihre Mobilität lässt nach; sie kommen nicht mehr vor die Tür. **Norbert Keltermann** (Foto), Stadtbeauftragter des Malteser Hilfsdiensts in Essen, will das ändern. Der 62-Jährige hat vor gut einem Jahr die „Malteser Briefkontakte“ ins Leben gerufen, ein bundesweit einmaliges Projekt. Keltermann organisiert Brieffreundschaften für Senioren, Kranke und Behinderte und schenkt ihnen Zuversicht. Bisher haben sich 16 Schreiber und fünf Empfänger im Netzwerk gefunden. Weit über 60 Schriftstücke wurden bisher ausgetauscht, denn jeder Brief wird beantwortet.

Wie funktionieren die Malteser-Briefkontakte?

Ein Schreiber fängt einfach an, sendet uns einen Brief in unsere Geschäftsstelle in Essen. Wir öffnen den Brief, packen ihn in ein neutrales Kuvert und leiten ihn ohne die Anschrift des Schreibers an einen einsamen Menschen weiter. Will er den Kontakt fortsetzen, schickt er uns eine Antwort zurück – und das Spiel beginnt von vorne.

Weshalb geben Sie Adressen nicht direkt weiter?

Wir kennen die Schreiber und Empfänger nicht persönlich und wollen sie so schützen. Es geht ums Briefeschreiben und nicht darum, dass auf einmal ein einsamer Mensch vor der Tür steht und sich unterhalten will. Wenn ein paar Briefe ausgetauscht sind und sich die Brieffreunde besser kennen, können sie selbst entscheiden, ob sie ihre Adresse weitergeben.

Worüber schreiben sich die Brieffreunde?

Sie schreiben über Alltägliches, wichtige Momente in ihrem Leben, ihre Kindheit, tauschen Rezepte und Witze aus. Ein Herr schreibt gerne in Süt-



ich weiß es nicht, doch etwas kann ich von der Fensterbank gut beobachten. Junge sind schneller im Menscheln, Ältere brauchen ihre Zeit. Hat es erst einmal gefunkt, lässt sich der römische Liebesgott scheinbar nicht mehr stoppen. Es wird gekichert, geschertzt, gelacht. Könnte sie es wirklich sein, die Liebe auf den ersten Blick? Oder ist es nur ein fixes Liebespiel an der Haltestelle?

Ich kann es leider nicht sagen; bisher kam am Ende nämlich immer die Tram. Doch eins ist stets gleich: Sie steigen gemeinsam ein, machen sich auf in die große weite Welt. Herzlichst, Ihr
PASCAL HESSE

BERATUNG



Helfen im Internet: Petra Söchting und Rudolf Slobodian. Foto: Lukas

Beistand bei Liebeskummer

Essen. Schmerzt das Herz vor lauter Liebeskummer, stellen sich schwierige Fragen zu Partnerschaft, Sexualität, Verhütung und Aufklärung, hilft das Lore-Agnes-Haus in Essen unter www.liebe-lore.de weiter. Dort beraten Sozialarbeiter – Männer und Frauen – alle Fragen, die das Liebesleben mit sich bringt – im geschützten Online-Chat und per E-Mail. Wer persönlich mit einem Berater sprechen will, kann sich direkt ans Essener Lore-Agnes-Haus der Awo wenden: ☎ 0201/3 10 53.

Melden kann sich jeder Liebende, vom Jugendlichen bis zum Senior, auch mit Fragen zur Familienplanung und Schwangerschaft. Infos unter: www.lore-agnes-haus.de. **Hes**

KONTAKT

Redaktion: PASCAL HESSE
Fax: 0201 - 804 1804
E-Mail: leben@niz.de

Jedes mal wenn Du mich anblickst, schaue ich weg. Jedes mal wenn Dein Mund zärtliche Worte spricht, antworte ich nicht. Jedes mal wenn Deine Ohren meine Stimme hören, verstumme ich. Jedes mal wenn ich Deinen Duft rieche, zerschmelze ich. Jedes mal wenn Du lächelst, erstarrt mein Gesicht. Jedes mal wenn Deine Hände mich berühren, bleibe ich regungslos. Denn jedes Mal wenn ich Dich seh', können meine Blicke, meine Worte, meine Bewegungen Dir nicht beschreiben wie sehr ich Dich liebe! Deine Laura,
Laura Borjes, Hamm

Liebe Yasemin, jeden Tag traf ich mich mit meiner Clique an dem bemalten Stromkasten. Gegenüber war eine Plattenbausiedlung, die mich eigentlich nicht interessierte, bis zu diesem einen Samstag, an dem ein Umzug stattfand. Jede Menge Türken halfen. Meine Freunde und ich lachten darüber. Doch als Du aus dem Umzugswagen ausstiegst, war ich verzaubert.

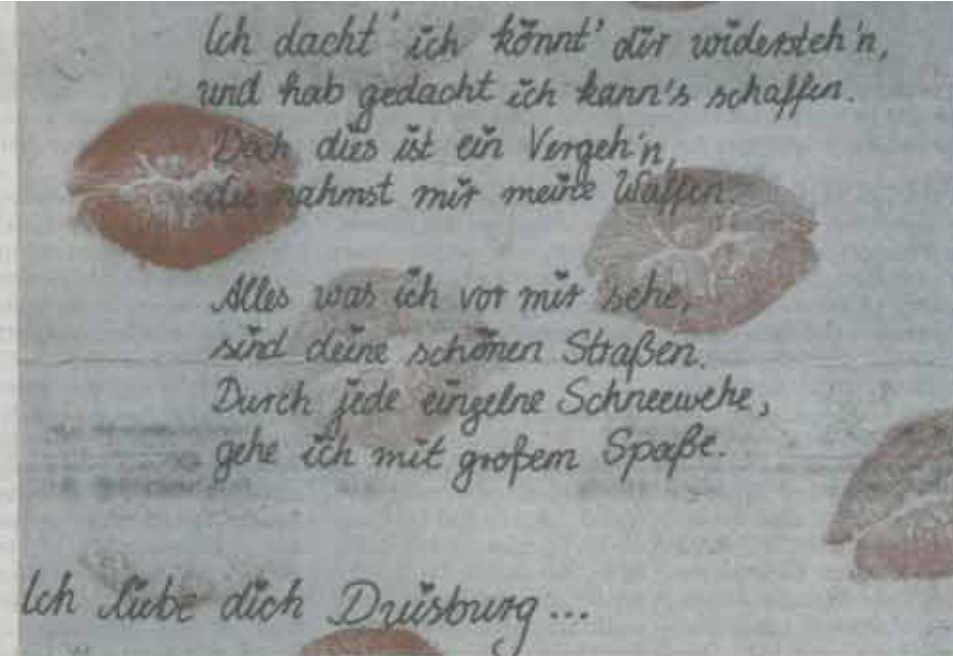
Deine Ausstrahlung war einzigartig, Du warst so wunderschön und süß. Deine Mutter schrie: „Yasemin, hilf Deinem Vater!“ Ab dann ging mir Dein Name nicht mehr aus dem Kopf. Da meine Clique Ausländer hasste, und mich sonst ausgeschlossen hätte, konnte ich Dich nie ansprechen. Trotzdem wollte ich Dich kennenlernen, deshalb traf ich mich am einem Abend nicht mit den Jungs und suchte dein Profil im Schülerverzeichnis.



Gemalt von Neslihan Karatag, Oberhausen. Repro: Burkhard

Ich hatte Glück, denn Du warst online, ich schrieb Dich im Namen von Mehmet an und wir kamen schnell ins Gespräch. Du erzählst mir alles. Es ging Tag für Tag so weiter – bis in die Früh. Es war die schönste Zeit meines Lebens. An einem Samstagabend trafen wir uns. Dein schönes grünes langes Kleid wehte vor sich hin, Deine Augen funkelten wie Sterne. Ich war nervös,

ONLINE Fotostrecke auf DerWesten.de/valentin



Die Autorinnen Ann-Kathrin Altenbach und Klara Konstansek wohnen in Duisburg. Repro: Lene-Lotte Burkhard

doch Du warst entsetzt, dass ich ein Deutscher war, aber Dir war es dann doch egal, denn wir liebten uns so sehr.

An dem gleichen Tag sind wir auch zusammengekommen. Als wir uns wieder trafen, sah Frank aus der Clique uns zusammen. Ich war erledigt. Die haben mich windelweich geprügelt, doch das war mir egal. Denn nichts, wirklich gar nichts ist mir wichtiger als Du. Denn ich liebe Dich sehr.

Du fragst dich bestimmt, warum ich Dir das alles erzähle? Bitte vergiss diese Zeit mit mir nicht. Vergiss nicht, dass ich von Deinem fesselnden Blick gefangen bin. Vergiss mich nicht und denk' daran. Ich denk an Dich, auch wenn Du den Typ am Samstag heiratest! Ich liebe Dich. Dein Alex.
Neslihan Karatag, Oberhausen

Geliebter Stellus, ich weiß nicht, wie ich anfangen soll, ich weiß nicht, was ich schreiben soll, ich weiß nicht, welche Wortwahl ich treffen soll. Ich weiß nicht, wie ich Dir begegnen soll, ich weiß nicht, wie ich Dich erreichen soll, ich weiß nicht, wie ich das, was ich für Dich empfinde in Worte fassen soll. Dies alles ist mir noch ungewiss, doch eines weiß ich mit Sicherheit: Ich liebe Dich! Deine Verehrerin.
**Julia Witte, Heiligenhaus
Stella Fromme, Ratingen**

An Dich.

Mit Eis im Herzen sah ich zu, wie Du mich verlassen hast. Ich fand' Trost an der warmen Schulter meines besten Freundes. Ich sehnte mich nach Dir, wie das Meer nach

der Sonne. Ich fühlte mich wie ein Regenbogen ohne Farbe. Monatlang saß ich in meinem Zimmer, sah die Blätter vorbeifliegen, den Schnee vorbeiziehen und die Wolken vorbeiziehen, dann wurde ich eingeladen, ein Valentinschatz zu sein und ich vermisste Dich noch mehr.

Im Frühjahr kamst du wieder und ich ließ ihn fallen. Wir waren wieder glücklich und sind es immer noch und er – mein bester Freund – der einst in mich verliebt war, hat nun auch seine wahre Bestimmung gefunden. Er ist verliebt, Du



Marie Krüger aus Gevelsberg schrieb diesen Brief. Repro: Burkhard

eventuell. Du hast so ein süßes Lächeln. Ich weiß, dass du denkst, ich will Dich nur ausnutzen, aber so bin ich nicht. Lass uns mal wieder treffen.
Robin Otten, Duisburg

An meinen liebsten Schatz. Man sagt die größten Schätze der Welt liegen unter der Erde, aber ich kann Dich doch nicht einfach einbuddeln. Denn dann müsste ich den größten Schatz, den es gibt, erst wieder finden. Doch um Dich wieder zu finden, müsste ich Dich erst verlieren und das könnte ich nicht überleben. Du mit deinen kristallblauen Augen, zuckersüßen Lippen, deine samtweiche Haut, bist schöner als alle Sterne im All!

Man sagt Licht ist das wichtigste, aber das ist gelogen, denn jeder Tag ohne Dich ist wie eine Welt ohne Licht. Ich wünschte, ich wäre eine Träne, geboren in Deinen Augen, gelebt auf deinen Wangen, gestorben auf deinen Lippen – denn Tränen sind Gold Wert. Und Du bist mir wertvoller als alle vergossenen Tränen der Welt. Das Herz ist das wichtigste Organ, wenn Du dieses verlieren würdest, würde ich dir sofort meins schenken, denn Dein Leben schätze ich mehr als meins!

Das ist mein Traum: „Ohne Zeit und ohne Raum, wart' ich nur auf diesen Traum. Es geht um Dich, es geht um mich. Doch Du liebst mich nicht, so wie ich dich. Du warst für mich wie das Abendrot, doch jetzt seh ich nur den Tod! Ich flehe Dich an, mein Schatz. Nehme mich. Ich weiß es zu würdigen. Ich schenke Dir Rosen und Geborgenheit. All das kannst Du kriegen, denn ich werde Dich lieben! Dein Anbeter.
Lisa Kuhlmeier, Beelen

Liebe Frau Gerten, wie geht es Dir? Mir geht es gut. Ich vermisse Dich so sehr! Weißt Du noch, wie wir damals in der Reptileausstellung waren? Das war so schön. Ich habe mit Dir immer so gerne „make a brake“ gespielt. Du bist die Beste! Dein Malte.
Malte Terwege, Bocholt

Ein Liebesbrief ist etwas ganz Persönliches und sagt viel über seinen Verfasser aus – über seine Sehnsüchte und Gefühle. Im Wettstreit haben die Mädchen und Jungen der neunten und zehnten Klassen ihrer Kreativität freien Lauf gelassen und das Briefeschreiben geübt – für den Ernstfall, den Brief an ihre erste große Liebe. **Hes**

ihn ohne die Anschrift des Schreibers an einen einsamen Menschen weiter. Will er den Kontakt fortsetzen, schickt er uns eine Antwort zurück – und das Spiel beginnt von vorne.

Weshalb geben Sie Adressen nicht direkt weiter?

Wir kennen die Schreiber und Empfänger nicht persönlich und wollen sie so schützen. Es geht ums Briefeschreiben und nicht darum, dass auf einmal ein einsamer Mensch vor der Tür steht und sich unterhalten will. Wenn ein paar Briefe ausgetauscht sind und sich die Brieffreunde besser kennen, können sie selbst entscheiden, ob sie ihre Adresse weitergeben.

Worüber schreiben sich die Brieffreunde?

Sie schreiben über Alltägliches, wichtige Momente in ihrem Leben, ihre Kindheit, tauschen Rezepte und Witze aus. Ein Herr schreibt gerne in Sütterlinschriften, ein anderer Schreiber gestaltet seine Briefe mit kleinen Zeichnungen.

Fragen zum Projekt beantwortet Norbert Kellermann unter ☎ 0201 / 82 04 80. **Hes**

GUT ZU WISSEN

Händchenhalten senkt den Blutdruck

Der Valentinstag ist gesund: Wenn sich Verliebte zum Candle-Light-Dinner treffen, tut dies nicht nur der Seele gut, sondern sogar dem Herzen. Händchenhalten oder Küssen können das Herz-Kreislauf-System nachweislich stärken und den Blutdruck senken. So haben glückliche Paare nachweislich einen niedrigeren Blutdruck als Singles oder unglücklich Verheiratete. Denn „Kuscheln, Küssen und sexuelle Aktivitäten wirken sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System und den Blutdruck aus“, bestätigt auch Dr. Wolf-Rüdiger Klare, Facharzt für Innere Medizin.

Schon zehn Minuten Händchenhalten können laut einer Studie der University of North Carolina Blutdruck und Puls senken. Noch wirksamer ist – bedingt durch die hormonellen Wechselwirkungen im Körper – das Liebesspiel. Auf diese Weise kann das Risiko für einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall minimiert werden. Die Beratung durch einen Arzt ist für Gefährdete aber dennoch unerlässlich. **ots**