

Magazin

Zeitdruck macht Menschen zu Lügern

Psychologie Verschiedene Studien haben gezeigt, dass Lügen weniger am Charakter als an den Umständen liegt. Wir lügen, um zu gefallen, aus sozialen Gründen und weil die Zeit drängt. »Seite 6

Diese Getränke sind die größten Dickmacher



Ernährung Ein Glas Milch hat mehr Kalorien als eine Cola, Weißwein mehr als Rotwein und Bubble-Tea ist Spitzenreiter. Unsere Übersicht zeigt, in welchen Getränken sich die meisten Kalorien verstecken. »Seite 8

Die Sensationsreporterin

Drama Sally Field spielt in diesem Medienthriller von 1981 die ehrgeizige und ausgenutzte Zeitungsreporterin Megan, Paul Newman einen angefeindeten Geschäftsmann (0.20 Uhr, ARD) »Seite 14



NAVIGATION

Horoskop	Seite 7
Veranstaltungen	Seiten 10/11
Sudoku	Seite 13
TV	ab Seite 13

KONTAKT

Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln
Tel. 0221 224-2301; Fax 0221 224-3016
E-Mail magazin@ksta.de
Internet www.ksta.de
Abo-Service 0 18 0/23 03 233
(0,06 €/Gespräch a. d. dt. Festnetz,
Mobilfunkhöchstpreis 0,42 €/min.)



„Redet darüber!“

Bestatter Fritz Roth hat den Tod schon immer persönlich genommen. Jetzt aber ist er ihm näher als je zuvor: Roth hat Krebs. Ein Gespräch



BILD: CHRISTOPHER ARLINGHAUS



GESUNDHEIT

„Ich möchte bewusst sterben“

Für Fritz Roth bestätigt sich, woran er immer geglaubt hat: Es hilft, den Tod anzunehmen



Herr Roth, sprechen wir über den Tod: Sie haben Leberkrebs. Haben Sie eine Prognose?

FRITZ ROTH Im schlechtesten Fall ist es vielleicht ein halbes Jahr, und im besten Fall fünf, sechs Jahre.

Wie haben Sie die Krankheit bemerkt?

ROTH An Karneval traf ich meinen Hausarzt, der meinte, ich sollte mich mal wieder untersuchen lassen. Ich hatte dann eigentlich nur einen Termin für Laboruntersuchungen, aber er sagte: Ich mache schnell auch einen Ultraschall – und da sah man: Es stimmt etwas nicht. Das war Anfang März. Es wurde dann ein Drittel meiner Leber weggeschnitten. Vor zwei Wochen ging ich zur Nachuntersuchung, und siehe da: Es ist alles wieder da. Gestern habe ich also wieder die erste Chemo bekommen.

Sie wirken sehr positiv.

ROTH Ich habe eine sehr positive Einstellung. Ich wusste auch vorher immer: Meine Zeit steht fest. Beziehungsweise: Meine Zeit liegt in Gottes Hand. In diesem Sinne ist der Tod für mich der größte Lebenslehremeister – weil er mir Mut macht, heute, in meiner Zeit, meine Talente einzusetzen. Ob ich das

morgen kann, weiß ich nicht, aber eins weiß ich: Wenn ich morgen wieder die Augen aufmache, dann können sich alle warm anziehen.

Sie sind Deutschlands berühmtester Bestatter, beschäftigen sich Ihr halbes Leben mit dem Tod – wie fühlt sich das an, dass es Sie plötzlich selbst betrifft?

ROTH Erstaunlicherweise ändert das für mich überhaupt nichts. Dass ich gar nicht erschrocken bin, das ist eine ganz starke Erfahrung.

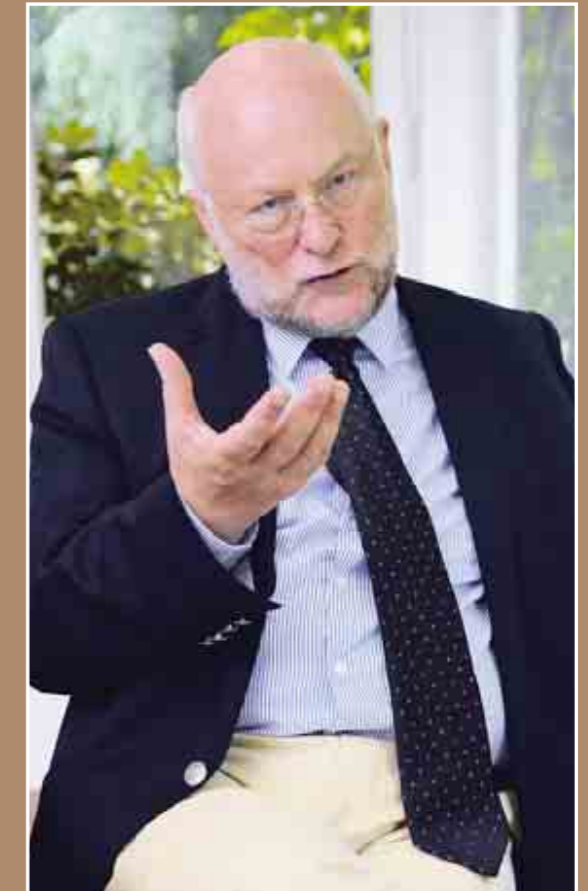
„Ich wusste auch vorher immer: Meine Zeit steht ohnehin fest

Es gibt mir sogar sehr viel Lebenskraft. Ich muss immer schmunzeln, wenn ich von der Diagnose erzähle, und alle fangen an, leiser zu sprechen. Natürlich möchte ich nicht sterben. Aber ich bin keine Maschine. Ich bin kein Roboter. Und zu meinem Menschsein gehört, dass ich sterblich bin. Das habe ich immer gepredigt – ja, so kann man es fast schon sagen – und mir hilft dieses Bewusstsein jetzt. Mir ist es deshalb jetzt erst

Zur Person

Fritz Roth wurde 1949 in Eikamp (Odenthal) geboren. Er wuchs auf dem Bauernhof seiner Eltern auf, als Jugendlicher lebte er neun Jahre im Kloster Steyl und wollte Priester werden. Er entschied sich anders, studierte Betriebswirtschaftslehre in Köln und arbeitete acht Jahre als Unternehmensberater, bevor er 1983 das Bestattungshaus Pütz in Bergisch Gladbach übernahm. Seitdem gilt er als Querdenker der Branche:

1997 gründete er die „Private Trauerakademie Fritz Roth“, 2006 eröffnete er den ersten Privatfriedhof Deutschlands. Roth ist Autor mehrerer Bücher, zuletzt erschien 2011 „Das letzte Hemd ist bunt. Die neue Freiheit in der Sterbekultur“ (Campus Verlag, 19,99 Euro). Fritz Roth ist verheiratet mit Inge Roth, die beiden Kinder David und Hanna arbeiten im Bestattungshaus mit.



recht ein großes Anliegen, die Botschaft in die Welt zu bringen: Die Grenze des Todes müssen wir nicht als Einengung erfahren, sie gibt im Gegenteil dem Leben als begrenzter Ressource eine größere Wertigkeit.

Für Sie ist diese Situation also fast eine Chance?

ROTH Ich will nicht sagen, dass es Doping ist, aber es ist eine Bestätigung, wie es helfen kann, solche Situationen anzunehmen.

„Das Sterben – da weiß ich nicht, ob mir das so locker von der Seele geht

Aber Sie müssen doch auch Schmerz oder Trauer fühlen.

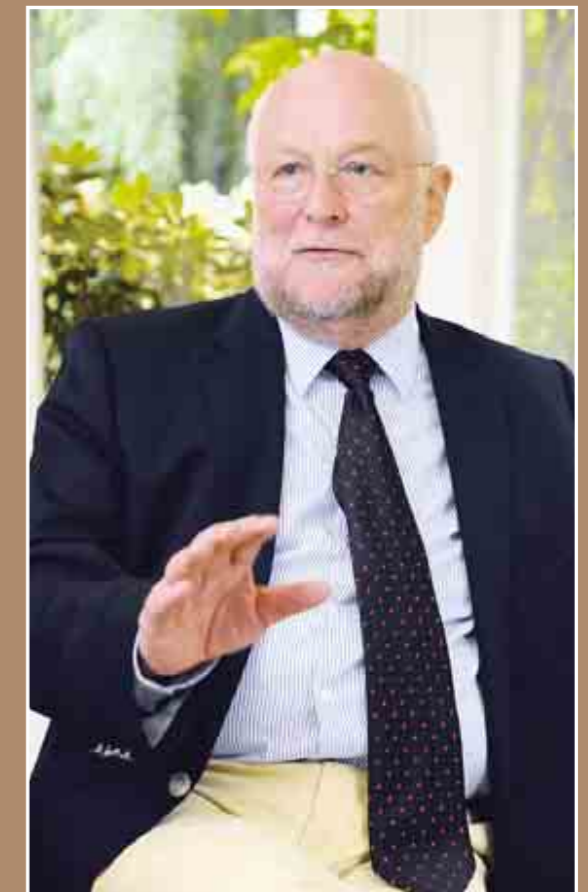
ROTH Natürlich habe ich meine Tränen vergossen. Ich habe immer gesagt, ich möchte 120 Jahre alt werden, und ich habe darauf vertraut, dass ich mindestens 91 schaffe – meine Mutter ist fast 95 geworden, mein Vater 87. Als ich mit der Diagnose aus dem Zimmer des Arztes gekommen bin, ja, da haben wir erst mal im Auto geweint. Aber Tränen reinigen. Sie

sind Reinigungsmittel unserer Herzensfenster. Und wenn ich mit diesen Augen dann in die Welt schaue, höre ich wieder den Vogel, der für mich singt, und sehe das schöne Grün und kann sagen: So, jetzt haben wir geweint, und jetzt packen wir es wieder an.

Sie kommen selbst auf den Tod zu sprechen – normalerweise würde man jemanden in Ihrer Situation gar nicht darauf ansprechen.

ROTH Für mich ist es wichtig, den Tod nicht verschwinden zu lassen, ob hinter Friedhofsmauern oder Klinikturen. Der Tod an sich ist aber nur ein Augenblick. Das Sterben, da weiß ich nicht, ob mir das so locker von der Seele geht. Zurzeit bin ich ganz positiv eingestellt. Aber wenn es ans Sterben geht, möchte ich meine Würde und meine Mündigkeit behalten. Ich finde es bedenklich, wie wir versuchen, alles per Gesetz zu regeln, den Anfang und das Ende des Lebens. Dass meine Frau aus dem Zimmer gehen muss, um sich nicht strafbar zu machen, wenn sie mir etwas gibt, damit ich mein Leben würdevoll beenden kann – ich halte das für menschenunwürdig.

Sie haben sicher Vorsorge getroffen. Wie wollen Sie denn am »



liebsten beerdigt werden?

ROTH Mein oberster Grundsatz dafür stammt von der Dichterin Mascha Kaléko: „Den eigenen Tod, den stirbt man nur. Den Tod der anderen muss man leben.“ Mir wäre es aber zum Beispiel wichtig, dass das Begräbnis nicht in aller Stille ist. Ich möchte als Toter noch einmal nach Hause kommen. Ich möchte, dass mein Sarg von Freunden mit Symbolen gestaltet wird, die sie mit mir verbinden, ich esse gerne und trinke gerne und möchte solche Dinge mit in den Sarg bekommen. Ich möchte, dass auf der Trauerfeier Leute etwas sagen, die mir im Leben viel bedeutet haben. Das muss nicht perfekt sein, es soll nur zu spüren sein, dass das, was mich beseelt hat, auf vielfältige Weise noch da ist. Und ich möchte, dass danach gefeiert wird – dass aus der Trauerfeier eine Lebensfeier wird.

Also eine klassische Bestattungsverfügung: Ich möchte das, das und das ...

ROTH Nein! Ich muss ja nicht hinterher damit leben, mit meinem Tod, sondern die anderen müssen damit leben. Und die sollen es letztendlich so machen, wie sie es sich vorstellen.

In Ihrem Buch kritisieren Sie den „enteigneten Tod“, gerade haben Sie schon das Verbot der Sterbehilfe kritisiert ...

ROTH Ich möchte nicht an Schläuchen hängen, und dass dann irgendwann eine Maschine abgestellt wird. Ich möchte schon schmerzfrei sterben, aber das ist heutzutage kein Problem. Aber ich möchte auch bewusst sterben. Ich möchte mir nicht selber das Leben nehmen, aber ich möchte darüber wenigstens nachdenken können, und es müsste ermöglicht werden. Und dafür möchte ich nicht in die Schweiz fahren, sondern das möchte ich zu Hause tun können, vielleicht dabei aus dem Fenster schauen oder was immer mir noch möglich ist. Wenn meine Frau in der Situation wäre, würde ich ihr das auch ermöglichen, und ich würde es vielleicht sogar öffentlich kommunizieren – damit wir endlich wieder zu einer humanen Gesellschaft kommen, in der das Leben und der Tod wieder eigenverantwortlich in die Hand derer gegeben werden, die es ausführen und damit leben müssen. Dafür würde ich mich auch einbringen lassen.

Inwieweit hilft Ihnen Ihr Glaube?

ROTH Wir brauchen Orientierung. In diesem Sinne ist für mich Glaube sehr Mut machend. Wir Menschen können so wunderbare Gedichte schreiben. Wir können so wunderbar komponieren, wir haben die Fähigkeit, Röhren zu bauen, die mir, wenn ich hineinsteige, zeigen, was in mir alles so drin ist – was haben wir für eine Kraft! Und diese Kraft des Geistes geht für mich nicht verloren. Wenn ich mir einen Toten anschau, dann sieht

er total anders aus als im Leben. Für mich ist das jedes Mal ein Beweis, dass wir aus zwei Komponenten bestehen: Einer, die unbe-seelt ist, die meiner Seele aber eine Ausdrucksform auf dieser Welt gibt, und einer, die, wie Bonhoeffer sagt, wenn er von guten Mächten spricht, mit mir ist am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag. Das ist für mich eine Energiequelle: Alle, die mal zu meinem Leben gehört ha-

ben, sind immer mit mir verbunden und geben mir Kraft, meine Zeit zu füllen mit meinen Talenten. Und wenn meine Zeit erfüllt ist, gehe ich in diese große Kraft wieder ein. Zur Orientierung brauche ich aber die Hilfestellungen, die mir eine Kirche geben kann. Allerdings werde ich immer sehr skeptisch, wenn diese Kirche versucht, mich mit dem Glauben zu beeinflussen statt zu motivieren.

Unter Umständen bleibt Ihnen nicht mehr viel Zeit. Gibt es etwas, was Sie sich noch wünschen?

ROTH Oh ja! Ich wollte ohnehin in zwei Jahren für ein Jahr aussteigen, um all die Dinge zu sehen, die ich gerne sehen möchte. Ich hoffe, noch die Seidenstraße bereisen zu können – angefangen im Iran, über Aserbaidschan und die Mongolei bis nach Wladiwostok. Ich möchte unbedingt nach Neuguinea. Natürlich kann ich wegen der Chemotherapie nicht so lange wegfahren, und es ist ungewiss, wie die Entwicklung des Tumors danach ist, ob die Therapie wiederholt werden muss. Trotzdem: Auch im Betrieb möchte ich noch einiges erleben – da ist das „Haus der Klage“, das jetzt gebaut wird, außerdem habe ich den Traum von einem „Haus des Lebens“, gegenüber dem „Haus des Todes“, das wir hier schon haben – ein Seminarhaus, um angesichts des Todes über die Lebenseinstellung nachzudenken. Und ich bin sicher, nächstes Jahr fallen mir noch neue Dinge ein. Falls es mein Gesundheitszustand erlaubt.

Was würden Sie jemandem sagen und mit auf den Weg geben, der nicht diese tiefe innere Zuversicht, dieses Vertrauen hat?

ROTH Ich kann dazu nur raten: Redet darüber! Offenheit stellt Gemeinschaft her. Mir hat es unheimlich gut getan, dass Leute mich angerufen haben, mir SMS und Mails geschickt haben. „You'll never walk alone“ singen wir in den Stadien, aber dann gehen wir zurück in die Einsamkeit des Alltags. Wenn wir über Krankheit und Tod offener sprechen, können wir das vielleicht auch in anderen Situationen, in denen wir uns zurückziehen und dann letztendlich im Alleinsein zerbrechen. Wenn ich über meine Nöte spreche, kann mir immer jemand eine neue Perspektive geben. Dann kann man selbst in der Be-grenztheit noch einen Weg finden.

Das Gespräch führte
Silke Offergeld

„Ich möchte mir nicht das Leben nehmen. Aber ich möchte darüber nachdenken dürfen“



TECHNIK

Wenn Office Kaffeepause macht

So wird das Büroprogramm wieder so schnell wie am ersten Tag

Regelmäßig erreichen mich Hilferufe, weil ein Programm in Office, der Bürosuite von Microsoft, hakelt, merkwürdige Dinge tut oder gleich ganz seinen Dienst versagt. Ich kann dazu meist nicht viel sagen, da ich in die PCs der Leser nicht hineinschauen kann, worüber nicht nur ich, sondern sicher auch die Leser ganz froh sind. Zudem sind die möglichen Ursachen bei einer so komplexen Software, die auf den unterschiedlichsten Systemen und in unzähligen Konfigurationen läuft, praktisch unendlich. Solche Probleme sind Sache des Microsoft-Supports oder des fachkundigen Computerladens um die Ecke.

Zum Glück bringt Office ab Version 2000 einen eigenen Reparatordienst mit, den der eine oder an-



BILD: FLÜGELWESEN/PHOTOCASE.COM

dere Leser vielleicht noch nicht kennt. Ich schicke voraus, dass ich für dessen Eingriffe in Ihr System ebenso wenig Verantwortung übernehme wie für jene des Ladens um die Ecke. Wie immer bei solch tiefgreifenden Maßnahmen, sollten

Sie vorher auf jeden Fall alle wichtigen Daten und Einstellungen sichern. Außerdem müssen Sie sämtliche Office-Programme beenden, am besten beenden Sie alle laufenden Programme.

Der Weg zum wieder funktionierenden Office führt über „Start“ und „Systemsteuerung“, dann über „Software“ (bei Windows XP) bzw. „Programme und Funktionen“ (bei Windows 7). Bei älteren Windows-Versionen sollten Sie zudem die Installations-Disc bereithalten. Klicken Sie Office an, sobald Sie es unter den aufgeführten Programmen gefunden haben, dann „Ändern“ (entweder über die Funktionsleiste oder das mit einem Rechtsklick zu öffnende Kontextmenü) und wählen Sie „Reparieren“. Klicken Sie bitte nicht auf „Deinstallieren“, da das



Technik verstehen
Von Steffen Haubner

Ihr Problem zwar auch, aber wohl nicht auf die gewünschte Weise lösen würde.

Windows sucht nun nach Fehlern, gelöschten Programmbestandteilen und anderen Dingen, von denen man als durchschnittlicher Nutzer nichts wissen will. Das kann ein Weilchen dauern, Sie können also in Ruhe einen Kaffee trinken gehen. Danach wird Windows möglicherweise neu gestartet und Office sollte wieder laufen. Bei mir hat es jedenfalls einwandfrei funktioniert – Word läuft wieder wie am ersten Tag. Und mir hat die Kaffeepause auch gutgetan.

Eine bewegende Liebesgeschichte in Zeiten des Krieges



Randi Crott
Lillian Crott Berthung
Erzähl es niemandem!

288 Seiten
Gebunden und als eBook
€ 19,99 (D)

» Ohne Hitler gäbe es mich nicht. Welches Gefühl ist für so einen Fall reserviert? Ich bin auf der Welt, weil sich eine Norwegerin in einen deutschen Soldaten verliebt hat. Aber es gibt noch eine andere, mir lange verschwiegene Wahrheit ... «

RANDI CROTT

www.dumont-buchverlag.de

DUMONT