

Blutroter Bach und stählerner Riese



Geheimnisvoll erschien den Menschen früher die blutrote Färbung des Rothenbachs

Der rote Bach der Sagen

Die Arbeit unter Tage und der Abbau wertvoller Bodenschätze hatten für die Menschen seit jeher etwas Geheimnisvolles an sich. Zahlreiche Sagen ranken sich rund um den Berg Lüderich, auf den die heutige Wandertag-Extra-Tour führt, um unterirdische Mächte, Riesen und Zwerge, die das Erz abgebaut haben sollen.

Auch die rote Färbung des Bachs im nach ihm benannten Rothenbacher Tal in Rösrath-Hoffnungsthal erklärten sich die Menschen auf ihre Weise. Einer Sage zufolge sollen die heidnischen Bergwerkseigner einst den Zorn Gottes auf sich gezogen haben, der den durchlöcherten Berg einstürzen ließ.

Seitdem färbe das Blut der umgekommene Bergleute den Bach rot, erklärte die Sage. Das war natürlich lange bevor die Menschen etwas von rotem Eisenoxid (Rost) wussten, das aus dem eisenhaltigen Erz im Berg herausgewaschen werden und Bäche rot färben kann.

Eine Sage können sich Wanderer auf dem Bergbauweg an einer Audiostation am Franziskaschacht anhören. (wg)

Weitere Sagen rund um den Lüderich gibt's auch im Internet auf der Seite des Projekts „Kennen Lernen Umwelt“ der Städte Rösrath, Overath, Lohmar und Troisdorf unter dem Ort Overath-Steinenbrück. www.klu-und-du.de

GEWINNSPIEL

Eine **Ballonfahrt über das Bergische Land**, die von der Tourismusgesellschaft „Das Bergische“ zur Verfügung gestellt wird, verlosen wir unter allen Wanderern, die die Frage zu dieser und den weiteren vier Wandertag-Extra-Folgen an den kommenden Samstagen richtig beantworten und die Lösung mit ihrem Namen, ihrer Adresse und ihrer Telefonnummer an folgende E-Mail-Adresse senden: magazin@tageszeitung.koeln

Wer nur eine Frage der fünf Wandertag-Extra-Folgen richtig beantwortet und an dem Gewinnspiel teilnimmt, kann das in wenigen Wochen erscheinen- de neue Buch zur „Wandertag“-Serie, Büchersets (Wandertag Bände 1 bis 4) aus dem Shop dieser Zeitung oder Gastrono-

miegutscheine von „Das Bergische“ gewinnen.

Die Frage zur ersten Wandertag-Extra-Folge lautet: **Wann wurde das Maschinenhaus am Franziskaschacht auf dem Lüderich abgerissen?**

Ein Tipp: Die Antwort steht auf Tafel E direkt am Fördergerüst des früheren Franziskaschachts.

Die Gewinner werden benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Veranstalter des Gewinnspiels ist die M. DuMont Schauberg Expedition der Kölnischen Zeitung GmbH & Co. KG. Bei einer Teilnahme gelten unsere AGB als akzeptiert. Diese AGB finden Sie im Internet unter: www.ksta.de/gewinnspiel-agb www.rundschau-online.de/gewinnspiel-agb

Minigolf beim Grubenesel

Rund um den Hauptschacht-Förderturm der früheren Grube Lüderich befindet sich heute ein Golfplatz, in der großen Glashalle am Turm aber ist das Reich von Grubenesel Pablo. An 16 Abenteuer-Minigolf-Bahnen kann man mit ihm in die Geschichte des Bergbaus eintauchen und sich unter anderem darin versuchen, einen Minigolfball durch einen nachgebauten Bergwerksstollen zu bugsieren.

Wer vor der Wanderung die von der Tourismusgesellschaft „Das Bergische“ ange-

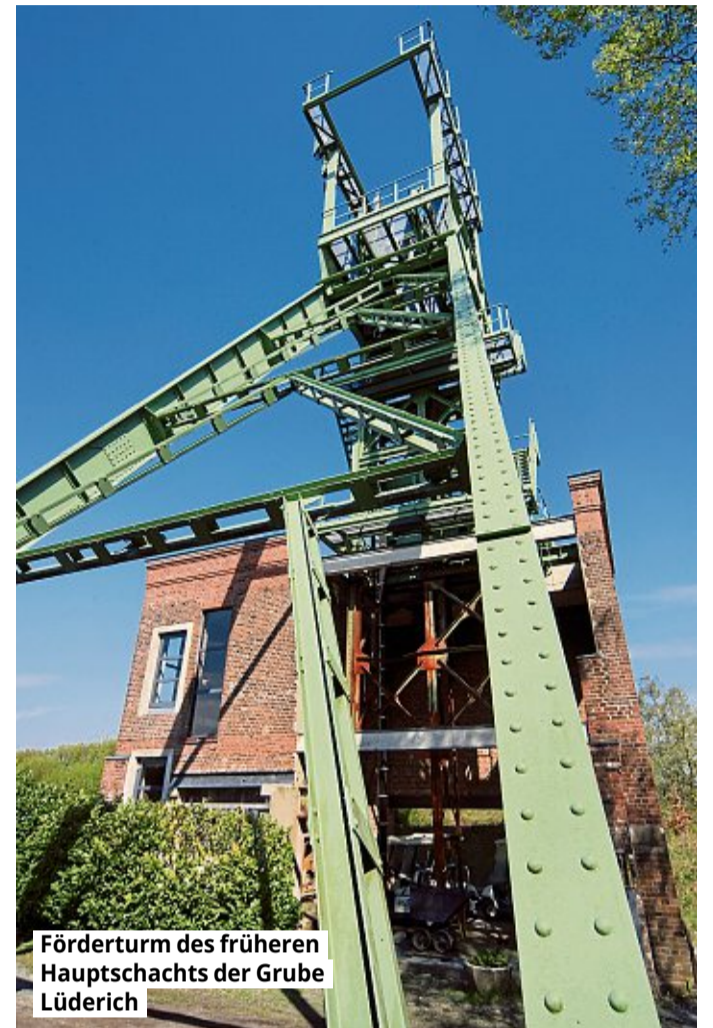
botene Rätseltour „Der Fluch vom Lüderich“ auf dem Bergbauweg bucht (29 Euro pro Person, To-Go-Version ohne Rucksack: 10 Euro), erhält im Rucksackbeutel mit dem Rätselzubehör auch einen Adventuregolf-Eintritt. (wg)

Rätseltour „Der Fluch vom Lüderich“, Buchung im Internet: www.dasbergische.de

Adventure-Golf: Do-So/feiertags 12-18 Uhr, Preise: Kinder (bis 16 Jahre) 8,50 Euro, Erwachsene 11,50 Euro. Buchung im Internet: gc-luederich.de/adventuregolf/



Golfplatzbetreiberin Sabina Henrich mit Grubenesel Pablo



Fördererüst des früheren Hauptschachts der Grube Lüderich

Über und unter Tage

Die beiden Fördertürme am Bergbauweg auf dem Lüderich sind wohl die auffälligsten Zeugen des Erzbergbaus, der bis 1978 auf dem Lüderich betrieben wurde. Aber auch zahlreiche Gebäude, alte Abraumhalden mit glitzernden Steinen und Reste von Erzaufbereitungsanlagen zeugen von der Industriegeschichte des Berges.

Wer erleben möchte, wie es bis 1978 unter Tage zugeht, kann die Wanderung mit einem Besuch im Bergischen Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe im etwa neun Kilometer vom Start und Ziel des Bergbauwegs entfernten Bergisch Gladbach-Bensberg verbinden —

oder einen weiteren Ausflug dorthin planen. Das Museum verfügt nicht nur über eine in der Region einzigartige Bergbausammlung, in der auch zahlreiche früher im Bergwerk am Lüderich verwendete Maschinen und Geräte zu sehen sind. In einem Schaubergwerk im Untergeschoss lassen sich auch Arbeit und Lebenswirklichkeit der Bergleute hautnah nachempfinden. (wg)

Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe, Burggraben 19, 51429 Bergisch Gladbach, Tel. 02202/14 15 55
Öffnungszeiten: Di.–Fr. 9–14 Uhr; Sa./So. 11–17 Uhr; Montag Ruhetag
www.bergisches-museum.de

Wenn die Familie nach einer Trennung leidet

Gehen Paare auseinander, löst das ganz unterschiedliche Gefühle aus, die aber gleichberechtigt nebeneinander stehen dürfen

„Mein Freund und ich haben uns nach zehn Jahren getrennt. Es geht uns gut damit. Leider kommt mein jüngerer Bruder (25) überhaupt nicht mit meiner Trennung klar. Meistens tröste ich ihn, wie ich es als ältere Schwester immer getan habe. Dabei will ich eigentlich nur meine neue Freiheit genießen. Wiekann ich mich ohne schlechtes Gewissen abgrenzen?“ (Barbara, 28)

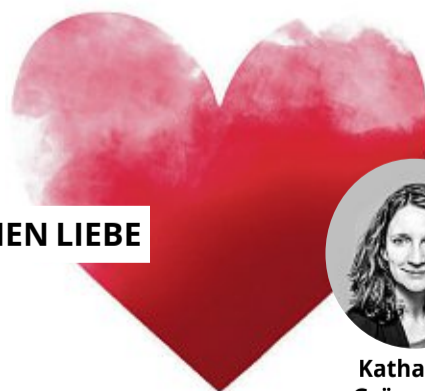
Zunächst einmal: Glückwunsch! Längst nicht allen Paaren gelingt, eine Liebesbeziehung in ein freundschaftliches Verhältnis umzuwandeln. Sie können nun der Änderung Ihrer Alltagsgewohnheiten, vielleicht Ihrer Wohnsituation und Freizeitgestaltung umso neugieriger entgegengehen. Und offenbar spüren Sie in erster Linie die Erleichterung und die Lust auf neue Freiheit. Dazu haben Sie alles Recht der Welt. Aber gleichzeitig

fragen Sie, ob Sie die damit verbundenen Gefühle offen zeigen und ausleben dürfen, wenn wichtige Menschen – wie Ihr Bruder – anders fühlen. Sehr wahrscheinlich hat Ihr Bruder grundlegend andere Erfahrungen gemacht als Sie. Vielleicht hat er eine eigene, schmerzliche Trennung noch nicht überwunden. Vielleicht fühlt er sich auch an belastende Erlebnisse in der Kindheit erinnert.

Die Gefühle Ihres Bruders sind ebenso richtig wie Ihre. Und für ihn ebenso wichtig. Traurigkeit und Schmerz, Wut und Angst gehören ebenso zu einer Trennung wie die Erleichterung, die Sie damit verbinden. Es ist ein ganzes Spektrum von Gefühlen, die gleichzeitig, nacheinander und auch in unterschiedlicher Intensität auftreten können.

Wie Sie durch Ihr schlechtes Gewissen spüren, ist die Gleichzeitigkeit von Traurigkeit und

IN SACHEN LIEBE



Katharina Grünwald

Erleichterung aber nicht gut unter einen Hut zu bringen. Nach Ihrer Schilderung fühlen Sie sich verantwortlich für Ihren Bruder, und Sie spüren: Er braucht Raum für seine Trauer.

Das trifft auch zu. Diesen Raum braucht Ihr Bruder tatsächlich. Und Sie als „große,

starke Schwester“ waren ihm wahrscheinlich in der Vergangenheit oftmals behilflich, diesen Raum zu schaffen, ihn liebevoll zu begleiten. Ihr schlechtes Gewissen funktioniert nun wie ein Gummiband, das Sie in Ihre alte Rolle zurückholen soll.

Zum einen können Sie aller-

dings nur diesen Raum für andere öffnen und offen halten, wenn Sie selbst genügend Fürsorge und Liebe zunächst für sich selbst aufbringen und sich selbst Raum für Ihre Bedürfnisse und Gefühle schaffen. Nur wenn Sie Stabilität und Energie in sich spüren, können Sie auch ein starker Halt für andere sein.

Zum anderen sind Sie beide erwachsen und für Ihr Gefühlsleben selbst verantwortlich. Für ihren Bruder bleiben Sie zwar immer seine Schwester. Aber Sie sind nicht auf ewig der Rolle „der Starken“ verpflichtet. Es ist wichtig, dass Ihr Bruder sich selbst um seine Trauer kümmert.

Ich verstehe sehr gut, dass Sie die Verbundenheit mit Ihrem Bruder nicht gefährden wollen. Manchmal hilft es, den Fokus anders zu setzen: Haben Sie nicht die Grenze im Blick und damit den drohenden Verlust der Verbundenheit. Bleiben Sie bei sich

und erzählen Ihrem Bruder, wie es Ihnen geht. Vielleicht bestätigen Sie kurz sein Gefühl und leiten dann über zu Ihrem. „Ja, ich verstehe, dass du dich so oder so fühlst – ich fühle mich gerade anders ...“. So können beide Empfindungen gleichberechtigt nebeneinander stehen bleiben.

LESERFRAGEN

Unser Expertenteam: die Psychotherapeuten Désirée Beumers, Carolina Gerstenberg und Daniel Wagner, die Diplom-Psychologinnen Elisabeth Raffauf und Katharina Grünwald sowie der Urologe Volker Wittkamp: Schreiben Sie uns, was Sie in der Liebe bewegt! Ihre Zuschriften werden anonymisiert weitergegeben. Schicken Sie Ihre Frage an: in-sachen-liebe@dumont.de