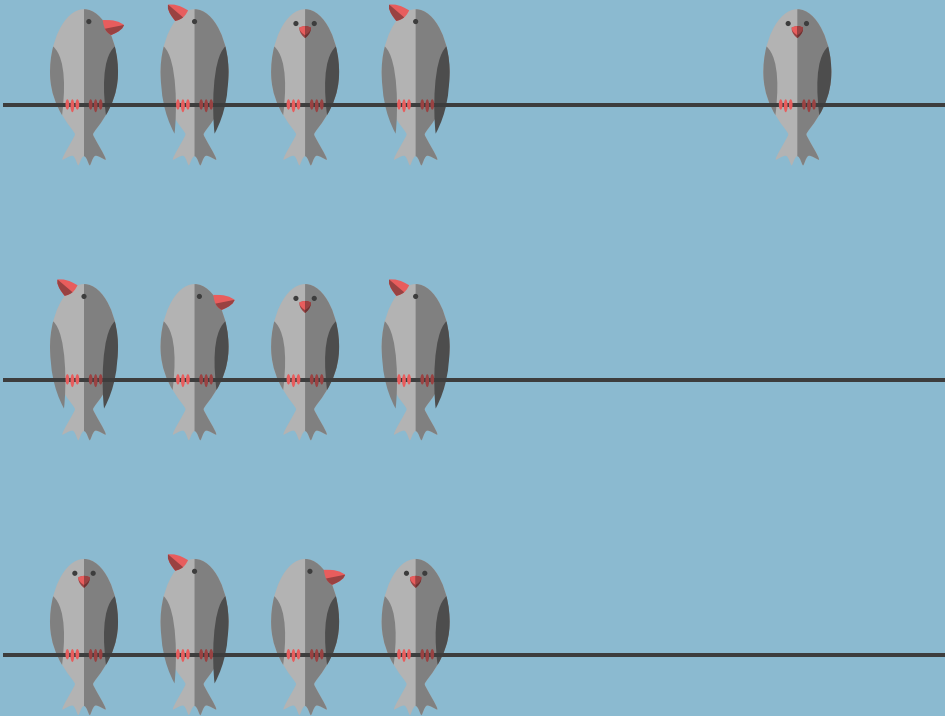


H offen

IMPULSE FÜR GLAUBE
UND SEELSORGE

WWW.HOFFEN-MAGAZIN.DE



einsam.

HOFFEN

ist das Nachfolge-Magazin des seit 1971 erscheinenden Brennpunkt Seelsorge. Unser Anliegen ist es, Menschen zu ermutigen, ihre Lebensgeschichte mit der Geschichte des lebendigen Gottes zu verbinden, um ihren Glauben alltagsrelevant zu vertiefen und zu erneuern. Für uns ist Jesus Christus selbst das Vorbild des Seelsorgers. Aus der Begegnung mit ihm wächst Heilung und Reifung. Daraus schöpfen wir Hoffnung. Eine Hoffnung, die wir gerne teilen.

Verantwortet wird das Magazin von der Kommunität Offensive Junger Christen – OJC.

Wir sind eine christliche Lebensgemeinschaft mit weltweitem und ökumenischem Horizont. Gemeinsam mit vielen Freunden und Unterstützern setzen wir uns für eine Erneuerung in Kirche und Gesellschaft ein und möchten Menschen in Jesus Christus Heimat, Freundschaft und Richtung geben.

Die Dienste der OJC werden von Spenden getragen, so auch das Hoffen-Magazin. Jeder Beitrag hilft, dass diese Arbeit weiter getan werden kann.



**Das Magazin erscheint 2x im Jahr (Frühling und Herbst)
und kann kostenfrei im Abo bei uns bestellt werden:
versand@ojc.de | www.hoffen-magazin.de**

Spendenkonto

Offensive Junger Christen – OJC e.V.
Volksbank Odenwald eG
IBAN: DE04 5086 3513 0000 1095 50
BIC: GENODE51MIC



← QR-Code für die Bank-App
Oder online spenden:
www.ojc.de/spenden

Bitte bei einer Spende im Feld "Verwendungszweck" die Adresse oder Freundesnummer (siehe Adressaufkleber) angeben. Nur so können wir die Spende eindeutig zuordnen und die Zuwendungsbestätigung ausstellen. Danke!

www.ojc.de



Alles wackelt

Es ist Februar. Wir befinden uns als OJC-Kommunität auf dem Skywalk, der mit 665 Metern längsten Hängebrücke Deutschlands. Wir sind gemeinsam unterwegs und doch geht jeder für sich allein. Für mich ist dieser Gang, gelinde gesagt, furchtbar. Alles wackelt, ich habe Angst, kann kaum sichere Schritte machen. Am liebsten würde ich umkehren. Mit viel Anstrengung schaffe ich es auf die andere Seite. Auf dem Rückweg bietet eine meiner Gefährtinnen mir an, mich bei ihr unterzuhaken. Und plötzlich verändert sich alles. Als ich mit ihr, im wahrsten Sinne verbunden, über die gleiche Brücke zurücklaufe, wird es leicht. Ich kann meinen Kopf heben und sogar die Aussicht genießen. Ich kann Freude empfinden und fühle mich durch die Verbundenheit mit ihr sicher und wieder lebendig.

Neue Forschungen bestätigen: Ein vertrautes Miteinander und Zugehörigkeit haben tiefgreifende positive Auswirkungen auf unsere körperliche und psychische Gesundheit – auch jenseits von Hängebrücken. Die Realität ist vielfach eine andere: Sprachnachrichten statt spontanem Anruf, Homeoffice und Online-Meetings, mit Stoppuhr ablaufende Behandlungen in der Pflege und ein möglichst auf Effizienz getrimmter Familienalltag – wir verbringen immer weniger Zeit in echtem Miteinander.

Laut WHO ist Einsamkeit längst zu einer globalen Herausforderung geworden. Viele von uns kommen im Laufe ihres Lebens in Kontakt mit dieser schmerzlichen Erfahrung. Das Gefühl der Einsamkeit ist subjektiv und zieht sich durch alle Altersgruppen. Von außen können wir Einsamkeit oft nicht sehen und es ist ein Trugschluss, dass Menschen sich in einer Familie oder einem Freundeskreis nicht einsam fühlen können. Es geht um das tiefe Bedürfnis nach Verbundenheit.

Gott hat uns als seine Ebenbilder geschaffen. Er selbst ist Gemeinschaft und will, dass auch unter uns Beziehung entsteht und gelingt. Wir brauchen einander und wir brauchen Orte, an denen Gemeinschaft wieder erlebbar und spürbar wird. Dazu wollen wir mit unserem Leben beitragen und uns gegenseitig ermutigen. Lasst euch ansprechen und inspirieren von den persönlichen Berichten und Impulsen dieser Hoffen-Ausgabe und lasst uns den Weg hinein in Verbundenheit und Zugehörigkeit (neu) wagen – mit Gott und miteinander.

Herzliche Grüße

Carolin Schneider



Carolin Schneider

Inhalt

WAS EUCH ERWARTET

—
3

Alles wackelt

CAROLIN SCHNEIDER

Editorial

—
6

Wir treffen uns am Riesenrad

HANNA EPTING

Impuls

—
10

Endlich jemand!

KLAUS SPERR

Grundlagen

—
14

Ist da jemand?

BURKHARD STETTER

Persönlich

Impressum

Bestellung und Vertrieb:

Das Hoffen-Magazin erscheint 2 x im Jahr (Frühling und Herbst)
und kann kostenfrei im Abo bei uns bestellt werden.

Am einfachsten per E-Mail an versand@ojc.de

Redaktion:

Jonas Großmann und Carolin Schneider (V.i.S.d.P), Meike Buetow,
Hanna Epting, Irisz Sipos, Klaus Sperr, Birte Undeutsch

16

Wenn der Himmel schweigt

JONAS GROSSMANN

Grundlagen

36

Sterben muss jeder für sich allein

RUDOLF M. J. BÖHM

Persönlich

22

Es wird alles gut. Nur anders.

MARSHA NÖLLING

Persönlich

40

Die Luft wird dünner

KONSTANTIN MASCHER

Persönlich

26

Sehnsucht nach Nähe

URSULA SCHMIDT

Grundlagen

44

Du hast meine Klage verwandelt...

FRIEDERIKE KLENK

Buchempfehlung

30

Ein Ort wider die Einsamkeit

UTE PAUL

Praktisch

45

Aktuelles & Termine

OJC-Aktuell

Bildnachweise: Titel: © Adobe Stock by inimalGraphic | S. 4: © Adobe Stock by Alexey (generiert mit KI) | S. 6: © Adobe Stock by dimazel | S. 10 © Meike Buetow (OJC) | S. 14: © Adobe Stock by fran_kie | S. 16: © Adobe Stock by Cristina Conti | S. 19: © Adobe Stock by KWY (generiert mit KI) | S. 26: © Adobe Stock by Konstantin Yuganov | S. 30: © Adobe Stock by Jonathan Schöps | S. 32-34: © OJC-Bildarchiv | S. 36: © Adobe Stock by Photographee.eu | S. 40: © Adobe Stock by alleb

Textnachweise: S. 21: Aus: Dietrich Bonhoeffer Werke, Bd. 5, Gemeinsames Leben, Abschnitt „Der einsame Tag“, S. 66 | Rückseite: Aus „Die Quellen von Taizé“, Herder 2019, S. 19

Layout: Carolin Horbank | www.caro.graphics

Verlag und Herausgeber:

Offensive Junger Christen – OJC e.V., Pf. 1220, 64382 Reichelsheim
Alle Rechte beim Herausgeber

Druck: BasseDruck GmbH, 58135 Hagen

Leserservice:

hoffen@ojc.de | www.hoffen-magazin.de | Tel.: 06164/9308-318
OJC, Hoffen-Redaktion, Burgstraße 30, 17489 Greifswald



Wir treffen uns am Riesenrad

HANNA EPTING | „Wenn wir uns verlieren sollten, treffen wir uns am Riesenrad“, war die eindringliche Abmachung, wenn unsere Eltern mit uns Kindern tatsächlich mal auf dem Cannstatter Wasen unterwegs waren. Ich kann das Gefühl sofort abrufen: verloren zu gehen, im Menschengewühl den Blickkontakt zu verlieren, nicht zu wissen, wo meine Herde ist, allein zu sein. Erst kürzlich waren wir als Familie seit langem mal wieder auf einem Rummel. Zugegeben ein eher übersichtliches regionales Rümmelchen. Unsere Kinder sind inzwischen hochgewachsene junge Erwachsene, ausgestattet mit gutem Orientierungssinn und Handys. Trotzdem meldete sich aus einer tiefen Ecke meiner Seele ein „wenn wir uns verlieren sollten, treffen wir uns am Riesenrad“ und gab erst Ruhe, als alle diese Vereinbarung mit einem wohlmeinenden Augenverdrehen abgesegnet hatten.

Alleinsein, wenn man jemanden braucht, ist schlimm. (Und ja, Alleinsein, wenn frei und selbstgewählt, ist auch ein hohes Gut, geradezu Luxus. Als zweitältestes von neun Kindern weiß ich das. Und auch als Komunitätsmitglied und Menschenmensch, aber darum soll es jetzt nicht gehen.)

Mit den Jahren hat sich mein „Allein-und-einsam-Gefühlsspektrum“ (wie wohl bei den meisten Menschen) erweitert. Mit jedem Umzug und Neuanfang kam eine weitere Nuance dazu. Das Erleben, innerlich allein zu sein. Mich nicht verstanden fühlen. Nicht gekannt. Allein mit einer Not, die schwer zu teilen ist. Sehr lange wusste ich nicht, wie viele andere das genauso erleben.

Die Jahre im südlichen Argentinien waren eine weitere gute Zeit, um mit neuen Alleinsein-Schattierungen bekannter zu werden. Unsere Provinz hatte 1,5 Einwohner pro Quadratkilometer (wie auch immer man

sich eineinhalb Einwohner vorstellen soll – jedenfalls sind es wenige). Allein durch Fremd-Sein. Allein durch Anders-Sein. Und allein durch Am-anderen-Ende-der-Welt-Sein. Wie viele unserer Nachbarn hier das gerade jetzt vielleicht genauso erleben?

Es scheint, als hätte Gott die Sache mit dem Allein- sein zur Chefsache gemacht.

Aber es gibt noch eine ganz andere Dimension von Einsamkeit, die mir in der Begleitung von Menschen begegnet und die ich in dieser Tiefe, Gott sei Dank, nicht aus eigenem Erleben kenne.

Das ist, wenn Einsamkeit ein allgegenwärtiges Lebensgefühl, ja ein Lebenszustand ist. Oft ausgelöst durch eine emotionale Unterversorgung in der Kindheit. Ein Hauptsymptom für frühes Bindungstrauma.

Eine tiefe Mutterseelenallein-Wunde. Menschen, die damit kämpfen, fühlen sich oft nicht zugehörig und manchmal wie abgeschnitten von anderen. Nicht verstanden und tieftraurig. Und nicht selten ist dieses tiefe Einsamkeitsgefühl eingewickelt in ein Schamgefühl, das flüstert: „Du warst zu wertlos, um wirklich beachtet, gesehen und versorgt zu werden.“ Bindungsschmerz, sagt man, gehört zu den schlimmsten Schmerzen, die es gibt.*

Einsamkeit schreit nach einer Antwort. Selten kommt sie sofort. Und doch: Wenn Menschen beginnen, Hilfe zu suchen, in seelsorgerliche oder therapeutische Begleitung kommen, oder sich einem Freund anvertrauen, ist das schon ein erster kleiner, aber entscheidender Schritt heraus aus dem Alleinsein mit der Einsamkeit.

Und Gott? Wo ist er in alledem?

Manchmal frage ich Ratsuchende (oder mich selbst): Was denkst du, was wäre Jesus gerade wichtig, was du wissen solltest? Eine Antwort, die ich

öfter höre, heißt ungefähr so: „Ich glaube, er will, dass ich weiß, wie nah er ist.“

Und ja, das glaube ich auch. Er wünscht sich, dass du und ich zutiefst erfassen, wie nah er ist. Es ist fast so, als ruft er das geradezu durch die Jahrhunderte und Jahrtausende der Menschheitsgeschichte seinen Kindern zu. Es dringt durch alle Ritzen seines Wortes an uns. Als wäre es mit Graffiti auf jede Mauer gesprüht, an der wir vorbeikommen. Von dem Moment an, als er seinen Menschen von Hand geformt und modelliert hat. Als er sich Mose vorgestellt hat als der Da-Seiende. „Ich bin da für dich. Das ist mein Name.“ Das muss man sich mal vorstellen: Sein NAME ist das. So IST er. Das hat er nicht nur als Notfalltropfen in der Reise-apotheke. Sein Wesen ist Da-Sein. Von allen Seiten da. Vielleicht mag ich deshalb die Dreifaltigkeitsikone so. Sie hilft mir, mir vorzustellen, dass Gott mich in seine Mitte nimmt, umgibt, ummantelt, umfriedet.

Er ist ein Gott des Bundes. Ein Gott, der durch die Jahrhunderte mit seinem Volk die Verbindung immer gesucht, aufgebaut und gehalten hat. Und der sich schließlich selbst auf den Weg gemacht hat zu uns, als Immanuel, als Gott mit uns. Sichtbar, hörbar, fühlbar nah. Um dann, am Ende seines Lebens auf dieser Erde, allen Mutterseelenallein-Schmerz dieser Welt auf sich zu nehmen. Ihn zu fühlen, zu tragen und daran zu sterben.

Und bevor er als auferstandener Herr wieder zu seinem Vater zurück ging, hat er sich verabschiedet von seinen Leuten und ihnen letzte wichtige Worte und das Versprechen mitgegeben, einen Beistand und Tröster zu schicken. Wieder ging es ihm darum, dass wir nicht allein sind! „Ich will, dass ihr das wisst: Bis zum Ende bin ich da!“

Es scheint so, als hätte Gott die Sache mit dem Alleinsein zur Chefsache gemacht. Offenbar weiß er, wie schlimm das ist. Wie sehr wir angewiesen sind auf Verbundenheit. Wie störanfällig sie ist. Und dass es ein „Brauchen“ in uns gibt, das nur bei Ihm, dem Da-Seienden in Person, zur Ruhe kommt.

Deshalb: Lasst uns die vielen Zeichen seines Daseins suchen und entdecken, schmecken, sehen, fühlen und erleben und uns gegenseitig dazu helfen!

Ach, und wenn wir uns im Gewühle des Lebens doch mal verlieren sollten: Wir treffen uns am Riesenrad! Und ich bin sicher: ER wartet da auch.



Hanna Epting (OJC) begleitet das Jahresteam in der OJC und arbeitet im Bereich Seminararbeit und Seelsorge.

* Mehr dazu im Artikel von Ursula Schmidt ab Seite 26.



Endlich jemand!

Warum wir einander brauchen,
um ganz Mensch zu sein

KLAUS SPERR | Vor vielen Jahren besuchte ich eine alte Dame, deren Ehemann ich vor einiger Zeit beerdigt hatte. Wir unterhielten uns in der Küche, in der wir in den vergangenen Jahren häufig zu dritt gegessen hatten. Plötzlich hielt sie inne: „Eben merke ich, dass die Worte, die wir wechseln, die ersten laut gesprochenen Worte hier im Haus in dieser Woche sind.“ Ich hatte eine Witwe angetroffen, um die es still geworden war und die in diesem Moment ihre Einsamkeit wahrgenommen hatte.

Einsamkeit gehört zu den Urerfahrungen des Menscheins. Nicht immer spüren wir das sofort. Ich denke an Adam im Paradies. Ihm war nicht aufgefallen, dass er was vermisste. Im Paradies war ja viel los. Er hielt sich für vollständig und rundum glücklich. Nur Gott hat was bemerkt. So lesen wir in Gen 2,18: *Und Gott der HERR sprach: Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei; ich will ihm eine Hilfe machen, die ihm entspricht.* Gott selbst hat die Spannung zwischen dem „siehe, es war sehr gut“ seiner Schöpfung und dem „es ist nicht gut“ unseres Menschseins ans Licht gebracht.

der Mensch allein sei.“ Als Ebenbilder Gottes sind wir Beziehungswesen. Hellmuth Frey nennt diese grundsätzliche Lebenslage „er wird der Ergänzung bedürftig“¹. Ja – der Mensch war sehr gut, aber eben auch ein Solist. Beides beieinander zu halten – sehr gut und doch nicht vollständig – hilft uns, Einsamkeit nicht einfach als Defizit wahrzunehmen. Auch in den einsamsten Momenten, für die man sich wahrlich nicht schämen muss, bleibt der Mensch sehr gut. Und doch ist diese Spannung kein Schicksal, das es einfach hinzunehmen gilt.

Der unvollständige Mensch

Ja – der Mensch war wie alle Schöpfung „sehr gut“. Auch Adam war sehr gut, aber eben noch nicht vollständig. Das Wort „allein sein“ hat im Hebräischen den Anklang zu „ein Teil sein, ein Stück von etwas sein, einzeln sein“. Die griechische Übersetzung des Alten Testaments, die Septuaginta, übersetzt mit „μόνον“. Und die lateinische Vulgata mit „solum“. Will der Mensch sein Mensch-Sein vollumfänglich entfalten, kann er weder Mono-Wesen noch Solo-Person sein. Darum: „Es ist nicht gut, dass

Der wahrgenommene Mensch

Gott hört nicht mit einer nüchternen Analyse *es ist nicht gut* auf, sondern er geht weiter: *Ich werde ihm...* Gott sieht die Lösung und will sie auch herbeiführen. So bemerkt der Alttestamentler Gerhard von Rad: „Einsamkeit ‚ist nicht gut‘; der Mensch ist auf Geselligkeit hin angelegt; Gottes Freundlichkeit sieht, dass es dem Menschen wohlzutun würde, wenn ihm ein mithelfendes Wesen beigegeben wäre (...)“²

Gott überlässt seine Schöpfung nie sich selbst. Auch den Menschen nicht. Und das gilt nicht

nur für die Momente des „sehr gut“, sondern auch für die des „nicht gut“ in unserem Leben. Der Mensch ist ein von Gott wahrgenommener Mensch. Inmitten seiner je vorfindlichen Wirklichkeit. Von dem Gott der Bibel wird immer wieder festgestellt, dass er ein Gott ist, der uns gerade in den misslichen Lebenslagen sieht und wahrnimmt. Und einer, der genau dahinein sein Ich-werde-Ihm hineinspricht. Der Schöpfer und Erhalter unseres Lebens belässt es nicht bei einer trefflichen Analyse. Er bleibt nicht bei einer etwas mitleidigen Feststellung stehen. Er macht sich mit uns auf den Weg der Veränderung.

Auch in den einsamen Momenten bleibt der Mensch „sehr gut“.

Der ganze Mensch

Nach dem, was wir Menschen sind – unvollständig und wahrgenommen – kommt nun das, was aus uns werden soll. Also: Darauf sprach JHWH Gott: *Nicht gut ist das Sein des Menschen für sich allein, ich werde für ihn Hilfe machen als sein Gegenüber.*

Gott schafft der Einsamkeit des Menschen Abhilfe, indem er eine **Hilfe** schafft. Es geht bei dem hebr. Wort um den Beistand, der einem gewährt wird. Die Wortwurzel bedeutet so viel wie „stark sein“. Also: unterstützen ... zusammenhelfen ... fördern ... rettend beistehen ... zu Hilfe kommen ... Verbündeter sein. Es ist über alles menschliche Tun hinaus die wichtigste Vokabel für Gottes heilvolles Handeln. Sie beschreibt Gott in seiner Art, für den Menschen da zu sein, um ihn zu retten. So u.a. in Jes 41,10: ... *ich bin bei dir ... ich stärke dich, ich helfe dir, ich schütze dich.* „Bestimmend für die Bedeutung [...] ist der Aspekt des gemeinsamen Handelns oder das Zusammenwirken [...], wo die Kraft des einen nicht hinreicht [...]“. ⁴³

In älteren Bibelübersetzungen ist „Hilfe“ personal übersetzt: *Ich will ihm eine Gehilfin machen.* Das hat zu mancherlei Missverständnissen ge-

führt. Denn „Gehilfin“ klingt nach Assistentin. Jemand, der dem Eigentlichen unterstützend zuarbeitet, jemand Untergeordnetes. Das aber ist hier gerade nicht gemeint. Claus Westermann weist darauf hin: „Hier ist absichtlich der neutralere Begriff gebraucht.“ ⁴⁴ Und G. von Rad präzisiert: „Man darf hier [Hilfe] nicht schon im Hinblick auf die spätere Erschaffung des Weibes personifiziert als ‚Gehilfin‘ übersetzen. Es ist zunächst nur von einem Beistand geredet, von dem, was dem Menschen Inbegriff innerer und äußerer Förderung werden soll.“ ⁴⁵ Gott schenkt dem Menschen jemand, der sich stark macht für ihn – der ihm Beistand und Hilfe bietet. Hilfe – und nicht Gehilfin – wird deutlich an dem zweiten Wort.

Das hebräische Wort meint das **Gegenüber**. Die Bibelübersetzungen konnotieren das mit „die um ihn sei ... ihm entspricht ... ihm gemäß ... ihm ebenbürtig ist“. Dieses Gegenüber ist kein kleines verkapptes Männlein – kein Abziehbild und keine Assistentin. Es ist die Frau – gleichermaßen unabhängig, ebenso eigenständig wie verbunden. „Männin ... Mann“, wie Luther Gen 2,23 übersetzt hat – ist im Hebräischen ein Wortspiel, das im Deutschen nicht recht wiederzugeben ist. Eva ist eben nicht Geschöpf Adams, sondern ebenso wie er Geschöpf Gottes – gleich ursprünglich, gleich originell, gleich Ebenbild Gottes. Hier zeigt sich das Wunder der ersten menschlichen Gemeinschaft. Die Rippe ist ein Ausdruck dafür, dass einer des anderen Teil ist. In dem folgenden *ein Fleisch sein* „liegt die Verheißung und das Gebot der Ergänzung zu einem Ganzen, dessen unvollkommener, unvollendeter Teil jedes Einzelne nur ist. [...] Solch ein Ganzes ist aber lebendig und aus ihm wächst Leben.“ ⁴⁶ Und: „In dem (ihm entsprechend) ist der Begriff des Gleichgearteten wie der der Ergänzung enthalten.“ ⁴⁷

Der biblische Bericht bringt zum Ausdruck, dass es um weit mehr geht als um eine funktionale Lösung der Adam-Einsamkeit.

Der eine braucht die andere als Hilfe und Gegenüber. Da es um **das Sein des Menschen** geht, braucht es nicht nur eine Gehilfin, sondern tatsächlich eine Entsprechung. Hilfe (Tat) und Gegenüber (Person) gehören zusammen. Die Andere bzw. der Andere ist mir nicht einfach Gehilfin oder Gehilfe. Wer er oder sie für mich ist, drückt allein das Wort Gegenüber aus. Aber was ein Gegenüber ausmacht, findet sich im Ausdruck Hilfe. Beide Worte ergänzen sich wie die beiden Menschen sich ergänzen: „Erst Mann und Frau miteinander stellen einen ganzen und brauchbaren Menschen dar.“⁴⁸ Und dieser ganze Mensch ist die eigentliche Lösung gegen Einsamkeit. Ganz eben nur in Beziehung.

Der lebendige Mensch

Aber, so könnte man jetzt einwenden, geht es hier nicht um die Begründung der Ehe? Was hat das mit meiner anfangs geschilderten Witwe zu tun? Oder mit ledigen Menschen? Doch es gilt festzuhalten: „Das Leben bietet eine solche Fülle von Möglichkeiten zu lieben, zu dienen, mit anderen Menschen zu leiden und für sie da zu sein, dass auch einem Menschen, der ohne Lebensgefährten seinen Weg geht, gleicherweise die Möglichkeit geschenkt ist, sich selbst in der Hingabe an andere zu finden und zu erfüllen. Die Ehe [...] bildet für die Liebeserfüllung unseres Lebens nur ein Art Modell-Bild.“⁴⁹

Wir Menschen sind zur **Verbundenheit** geschaffen. Wer sie lebt, kann auch Einsamkeit aushalten. Das Gegenstück ist übrigens nicht einfach Gemeinschaft. Auch unter vielen Menschen kann man sehr einsam sein. Es geht um Vertrautheit und ein geteiltes Leben. Daraus erwächst **Lebensfreude**. G. von Rad bemerkt: „[Adam] erkennt augenblicklich in höchster Freude das neue Geschöpf als das ganz zu ihm Gehörige.“¹⁰ Die ersten Worte, die ein Mensch überhaupt spricht, lauten: *Die ist nun [wörtlich: endlich!] Bein von meinem Bein und Fleisch von meinem Fleisch*. Erst durch das Wahrnehmen des Gegenübers entdeckt Adam

auch seine Sehnsucht – so wie bei meinem Besuch die Frau die Stille erst durch unser Gespräch entdeckt hat. In der Frau erkennt der Mann – und fortan immer auch umgekehrt! – „die Antwort [...] auf die Frage seines Herzens, die Ergänzung seines Wesens und letzte Verwandtschaft. So lebensvoll kommt das in dem überraschten, halb staunenden, erfüllungshellen ‚endlich!‘ zum Ausdruck“¹¹.

Ich könnte mich fragen: Achte ich den Anderen als mein Gegenüber? Oder nur einseitig als Diener meiner Sehnsucht? Und wer könnte mir ein helfendes Gegenüber sein? Schließlich, wem könnte ich ein helfendes Gegenüber sein? Nicht nur im funktionalen Sinn, sondern vor allem als Hilfe zum voll umfänglichen Menschsein. Der Vers in Gen 2,18 beginnt mit einem „und“ bzw. „darauf“. Er schließt direkt an die Forderung Gottes an, nicht vom Lebensbaum zu essen. Für die Bewältigung unserer Lebensaufgaben und noch mehr unserer Lebensfragen brauchen wir ein Gegenüber als Hilfe und Beistand. Denn: „Wer sich selbst sucht, ist immer der Geprellte.“¹²



Klaus Sperr (OJC) ist evangelischer Pastor und Seelsorger.

Anmerkungen

- 1 Hellmuth Frey; *Das Buch der Anfänge; Die Botschaft des Alten Testaments*, Band I; S. 39
- 2 Gerhard von Rad; *Das erste Buch Mose Genesis*; ATD 2/4; S. 57
- 3 Ernst Jenni, Claus Westermann; *Theologisches Handwörterbuch zum Alten Testament*, Band II; Sp. 257
- 4 Claus Westermann; *Genesis; Biblischer Kommentar Altes Testament I/1*; S. 309
- 5 von Rad a.a.O. S. 57
- 6 Frey a.a.O. S. 40
- 7 von Rad a.a.O. S. 57
- 8 Hans Walter Wolff; *Anthropologie des Alten Testaments*; S. 145
- 9 Helmut Thielicke; *Wie die Welt begann*; S. 95
- 10 von Rad a.a.O. S. 59
- 11 Frey a.a.O. S. 39
- 12 Thielicke a.a.O. S. 94

Ist da jemand?

Aus dem Leben eines Ledigen

BURKHARD STETTER | Nach einem anstrengenden Arbeitstag komme ich nach Hause. Bis ich in meiner Wohnung bin, gehe ich an mehreren verschlossenen Wohnungstüren vorbei. Es ist eher Zufall, wenn ich im Hof schon einen Nachbarn antreffe, mit dem ich mich kurz unterhalten kann – oder auch nicht. In meiner Wohnung angekommen, führt der erste Weg meist zur Fernbedienung des Fernsehers. Da spricht noch jemand; ich bin nicht allein. Selbsttäuschung, denn Kommunikation kann man das nicht nennen. Es gibt sogar Tage, an denen auch zwischen den Kollegen kaum gesprochen wird, weil jeder konzentriert seine Arbeit erledigt und in den Pausen über das Smartphone geneigt ist.



Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei, hat Gott schon in der Schöpfungsgeschichte gesagt. Aber ich bin alleine, wenn ich mich nicht selbst um Kontakte kümmere. Ohne eigene Familie ist die Herkunftsfamilie mein Raum mit den stärksten Verwurzelungen. Eine große Schar von Tanten und Onkeln, Cousins und Cousinen hat mein Leben von Anfang an geprägt. Hier fühlte ich mich wohl, geborgen und zugehörig – ganz von selbst und ohne große Anstrengung. Nun sind die Großeltern schon lange tot, die wenigen noch lebenden Onkel und Tanten steuern hochbetagt auf ihr Lebensende zu. Cousins und Cousinen haben meist selbst Familien gegründet und leben weit verstreut. Zu manchen konnte ich die Beziehung erhalten und auch intensivieren, die anderen sind aus meinem Leben verschwunden. Ihren Platz haben im Laufe der Jahrzehnte Freunde eingenommen. Menschen, denen ich begegnet bin und die Gott mir zur Seite und manchmal auch in den Weg gestellt hat.

Mit einigen verbindet mich ein ganz enges Band von Zuneigung und Vertrautheit. Es ist immer wie ein „Nach-Hause-kommen“, wenn ich sie besuche. Offenheit und Ehrlichkeit in den Höhen und Tiefen des Lebens haben das Freundschaftsband eng geknüpft. Oft sind ihre Kinder auch meine Patenkinder. Auf diese Weise habe ich doch noch Verantwortung

für Kinder bekommen und darf alle einzelnen Lebens- und Entwicklungsphasen mitverfolgen und begleiten. Aber auch das sind Beziehungen, die auf Zeit angelegt sind. Ich kann nicht erwarten, dass sie von sich aus mein Bedürfnis nach Nähe erkennen und erfüllen. Das darf ich von keinem Menschen verlangen, auch wenn der Wunsch danach oft sehr groß ist. Ich gönne ihnen ihr buntes Leben, ihre Entwicklungen und Reifungsprozesse von Herzen und doch nagt der Schmerz des heimlichen Abschieds in mir. Kein Mensch kann letztlich mein innerstes Bedürfnis nach Nähe, Zuneigung und Geborgenheit stillen. Das erfahre ich auch immer in den Gesprächen mit befreundeten Eheleuten und Eltern.

Gott allein will meinen Mangel an Nähe stillen. Das ist eine theologische, aber leider oft auch nur theoretische Wahrheit. Gott legt mir nicht spürbar die Hand auf die Schulter, wenn ich einen Rat oder Begleitung brauche. Er umarmt und streichelt nicht, wenn ein Lediger das Verlangen nach körperlicher Intimität verspürt. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass auch christliche Gemeinden selten in der Lage sind, angemessen auf die Bedürfnisse alleinstehender Menschen in ihren Reihen zu reagieren. Sie wünschen sich viel eher junge Familien in den Gottesdiensten und Gemeindegemeinschaften. Ledige bleiben dabei auf der Strecke und müssen sich aus eigener Kraft um passende Kontakte bemühen. Neunzig Prozent meiner Kontakte sind das Ergebnis eigener Initiative. Wie gerne würde ich einmal unvermittelt angerufen oder besucht werden. Aber die Zeitfenster für Spontaneität sind meist eher klein. Oder werde ich nicht kontaktiert, weil ich mittlerweile schon als „wunderlich“ in meiner Lebensweise angesehen werde? Wer alleine lebt, entwickelt – vielleicht ohne es zu bemerken – Verhaltensweisen, die seine Umgebung als seltsam oder fremd einstuft. Das ist auch nicht überraschend, denn zumindest Zuhause ist er keinerlei „sozialen Kontrolle“ ausgesetzt. Er kann tun und lassen, was er will und wann er es will. Er ist keiner Person gegenüber verantwortlich. Und das ist ein Problem, das zur Entfremdung führen kann.

Ich bin nicht alleine und fühle mich dennoch oft einsam. Alleinsein hat für mich eher mit der Quantität der Kontakte zu tun, Einsamkeit dagegen ist eine Emotion, die ausdrückt, ob Leben qualitativ wirklich miteinander geteilt wird, ob ein anderer mir wirklich Anteil gibt an seinen offenen Lebensfragen und tiefsten Gefühlen. Ich freue mich über jeden Menschen, den Gott mir auf diese Weise zur Seite stellt. Solche Begleiter wünsche ich mir auch für Krankheitszeiten und die Zeit, wenn ich alt geworden bin und mein Alltag zunehmend beschwerlicher sein wird. Ich bin schon sehr gespannt, welchen Weg mich Gott in diesen Fragen noch führt.

Burkhard Stetter engagiert sich in verschiedenen Gemeinden als (Kirchen-)Musiker, Prädikant und Seelsorger. Er ist seit über vier Jahrzehnten freundschaftlich mit der OJC verbunden.



"Einsam? Wohl kaum!"
Eine Folge über das
Ledigsein in unserem
Podcast "feinhörig".



Wenn der Himmel schweigt

Einsam vor Gott

JONAS GROSSMANN | *Wir hören oft davon, dass Gott mit uns Gemeinschaft haben möchte. Wir reden viel darüber, wie Gott zu uns redet. Doch was ist, wenn da scheinbar nichts bzw. niemand mehr kommt? Wenn Gottes Unsichtbarkeit mich allein zurücklässt? Das Bibellesen leer und mühsam bleibt? Das Beten an der Zimmerdecke zu enden scheint? Wir flehen und warten, dass Gott handelt, tröstet, heilt oder redet. Gott aber schweigt. Kein Zeichen, keine Offenbarung, nicht einmal eine Andeutung.*

Mir geht es in diesem Zusammenhang gar nicht um die große und wichtige Leid-Frage, sondern um die gewöhnlichen und doch ganz existentiellen Erfahrungen, dass Gott in bestimmten Lebensphasen oder bei konkreten Themen weit weg scheint. Ich fühle mich gegenüber Gott einsam. Ich empfinde, dass er mich allein lässt. Angst macht sich breit. Leere. Wir haben ja immer seine Schöpfung, sein Wort, seine Sakramente, seine Gemeinde, seine Gottesdienste usw., aber es dringt nicht zu mir durch. Er dringt nicht durch. Einsam bleibe ich zurück.

Solche Zeiten habe ich immer wieder erlebt. Nach meiner Schulzeit war ich für einen Freiwilligendienst in Israel. Alles war neu für mich. Wie sehr brauchte ich da die Geborgenheit in Gott. Aber der Glaubenshalt war irgendwie verflogen. Mehrere Wochen rang ich mit dieser Unsicherheit und suchte Gottes Nähe. Bei einem Spaziergang durch Jerusalem fiel mein Blick schließlich auf ein amerikanisches Auto. Ich las einen Aufkleber am Heck: „Fear Not!“ Das erinnerte mich sofort an ein Lied, welches Jes 41,10 zitierte: *Fürchte dich nicht, ich bin mit*

dir; weiche nicht, denn ich bin dein Gott. In mir wurde es heller und die Gewissheit in meinem Herzen wuchs: Gott ist der Gleiche. Auch hier. Auch jetzt. Auch, wenn alles anders ist – Gott ist da.

Im letzten Jahr hatte ich für mich eine wichtige Frage geistlich zu klären. Und dann gab es mehrere Monate, wo sich überhaupt gar nichts tat. Es ging nichts vorwärts. Keinen Millimeter. Ich betete und beschäftigte mich vielseitig mit der Thematik, aber ich kam überhaupt nicht weiter. Keine Tür, die sich öffnete. Keine Erkenntnis. Das war sehr ernüchternd und zermürbend. Ich musste neu lernen, die Kontrolle abzugeben, meine Grenzen anzuerkennen, Hingabe zu üben, Vertrauen auf Gottes Zeitpläne zu lernen sowie geduldig zu warten. Kennst du solche Phasen oder Themen?

Mich tröstet, dass ich mit solchen Erfahrungen nicht allein bin. Die Wolke von Zeugen berichtet schon in der Bibel immer wieder davon: Josef wird von seinen Brüdern nach Ägypten verkauft, wo er fälschlicherweise im

Gefängnis landet und dort zwei Jahre lang scheinbar vergessen liegt. Das Volk Israel war vor der Befreiung viele Jahrhunderte in Sklaverei. Mose selbst musste 40 Jahre lang das Schweigen Gottes ertragen. Elia, der *allein übriggeblieben* war, lief 40 Tage durch die Wüste, bis er Gott fand – und er fand ihn gerade in der *Stimme verschwebenden Schweigens* (1 Kön 19,10–12, M. Buber). Der Prophet Jeremia beschreibt die Erfahrung des Schweigens Gottes: *Du hast dich in dichte Wolken gehüllt, kein Gebet ist zu dir durchgedrungen* (Klgl 3,44). Die Psalmen sind voll davon – z. B. Ps 13,2: *Herr, wie lange wirst du mich noch vergessen, wie lange hältst du dich vor mir verborgen?* Oder Ps 22,2 (auch Jesus am Kreuz!): *Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen? Ich schreie, aber meine Hilfe ist ferne.* Und nachdem Gott oft durch die Propheten zum Volk sprach, kamen nach Maleachi 400 lange Jahre des Schweigens Gottes.

Wer sich auf Gott einlässt, wird auch mit seinem Schweigen konfrontiert. Diese erlebten Zeiten der gefühlten Gottesferne sind reale Erfahrungen, aber sie bedeuten nicht die Abwesenheit Gottes, sondern wirklich nur sein Schweigen. Sie sind kein Versagen, sondern Teil des Glaubensweges. Gerade in der Dunkelheit, wo ich ihn nicht spüre, nicht sehe, nicht verstehe – bleibt er der Gegenwärtige. Es scheint Zeiten zu geben, in denen Gott absichtsvoll schweigt. Zeiten, in denen sein Interesse für uns zwar nicht abgenommen hat, in denen seine Liebe immer noch genauso groß ist wie früher – aber in denen er beschlossen hat, zu schweigen und wir seine Gegenwart nicht wahrnehmen können.

Wir können dabei drei Dinge für unser Leben und unseren Glauben lernen:

Es scheint Zeiten zu geben, in denen Gott absichtsvoll schweigt. Zeiten, in denen sein Interesse für uns zwar nicht abgenommen hat, in denen seine Liebe immer noch genauso groß ist wie früher – aber in denen er beschlossen hat, zu schweigen.

Joh 12,24: *Wenn das Weizenkorn nicht in die Erde fällt und erstirbt, bleibt es allein; wenn es aber erstirbt, bringt es viel Frucht.* Manchmal gibt es nichts zu sagen oder zu sehen; außer, man interessiert sich für das, was im Verborgenen passiert, für das, was im Untergrund rumort.

Als Jesus am Kreuz stirbt und ins Grab gelegt wird, ist er wie das Weizenkorn unter der Erde. Am Karsamstag gibt es nichts mehr zu sehen. Das Graben, Hacken und Schaufeln ist vorbei. Der Boden ist wieder eben. Die Arbeiter verlassen das Feld. Und jetzt? Jetzt müsste es doch eigentlich losgehen, das Wachsen und Gedeihen. Doch erst einmal passiert – nichts. Zumindest nicht auf der Oberfläche. Darunter passiert ganz viel. Was genau geschieht, lässt sich erahnen, wenn man selbst zur Ruhe kommt. Da werden Wurzeln ganz weit in die Tiefe gestreckt und die dunkle Erde durchdrungen. Er macht sich für den neuen Anfang bereit.

Eine lange Tradition sieht die Erfahrung des Schweigens Gottes nicht als den Feind des Glaubens, sondern geradezu als das Wesen eines vertieften Glaubens und größerer Gottesnähe. Martin Luther war z. B. der Ansicht, dass Gott schweigsam wird, um uns in eine tiefere Beziehung

mit ihm hineinzuziehen. Es sind Zeiten, in denen der Egoismus unseres Glaubens einen heilsamen Bruch erfahren kann. Denn wie oft glauben wir letztlich aus egoistischen Gründen. Wir glauben, weil wir uns von Jesus Trost, Sinn, Heilung, Vergebung usw. erhoffen. Und immer wieder dürfen wir das tatsächlich auch erfahren. Gott tröstet, heilt, vergibt und tut vieles mehr. Unser Gott ist ein guter und wunderbarer Gott, der gerne hilft und es liebt, uns zu beschenken. Dabei wird jedoch auch die wachsende Gefahr des Glaubens-Egoismus



genährt: Wir lieben Gott und glauben an ihn, weil er funktioniert. Weil er uns hilft. Weil wir davon profitieren.

Bis Gott auf einmal schweigt – und der Egoismus unseres Glaubens ins Leere läuft. Der Profit ist dahin und wir stehen vor der Wahl: An Gott dranbleiben und versuchen, ihn trotzdem zu lieben, einfach um seiner selbst willen. Oder wenden wir uns ab von diesem scheinbar enttäuschenden Gott. Einsamkeit vor Gott heißt nicht automatisch getrennt sein. Vielleicht ist es sogar eine der ehrlichsten Formen der Nähe – wenn ich Gott nicht mehr für das halte, was er für mich tut, sondern einfach für das, was er ist.

Meister Eckhart meint: „Manche Menschen wollen Gott mit den Augen ansehen, mit denen sie eine Kuh ansehen. Sie wollen Gott lieben, wie sie eine Kuh lieben. Die liebst du wegen der Milch und des Käses und deines eigenen Nutzens. So halten es alle jene Leute, die Gott um des äußeren Reichtums oder des inneren Trostes willen lieben. Die aber lieben Gott nicht recht, sondern sie lieben ihren Eigennutz.“

Einsamkeit gegenüber Gott zu erleben, ist nicht angenehm. Es bleibt mir aber nichts anderes übrig, als diese Erfahrung wahrzunehmen. Nicht, weil ich gerne zweifle oder enttäuscht werde, sondern weil Gott Gott ist:

Er ist kein Garant eines glücklichen und einfachen Lebens. Kein Kuschelgott, den ich in meine Hosentasche stecken kann, den ich im Griff habe, den ich komplett verstanden habe. Seine Gedanken sind höher als meine Gedanken (Jes 55,8f). Gott bleibt anders. Geheimnisvoll. Er bleibt auch immer ein unverständlicher, verborgener Gott (*deus absconditus*). Mächtig, ungezähmt und heilig. Jes 45,15: *Du bist ein Gott, der sich verborgen hält.*

Zum Schluss stelle ich sieben verschiedene Wege und Möglichkeiten vor, wie wir mit solchen Situationen umgehen können. Möge Gott jedem Weisheit und hilfreiche Weggefährten schenken!

Der Weg der Beichte: Ich kann mich fragen, ob ich da bin, wo er ist. Wo muss ich umkehren? Was trennt mich?

Der Weg der Stille: Bin ich zu laut, um ihn zu hören? Ist Gottes Schweigen ein Ruf, selbst ins Schweigen zu kommen? Wo habe ich persönliche Stille nötig, um hörfähig sowie empfangsbereit zu werden und zu bleiben? Manchmal muss ich lange in die Stille hineinhorchen, um zu hören, was Gott mir sagen möchte.

Dies sind die beiden klassischen Wege. Sie bleiben wichtig. Ich möchte fünf weitere anfügen.

Der Weg des Redens und Tuns: Wenn Gott schweigt, will er, dass ich rede. Ich bin dran – ich habe genug gehört – es gilt zu gehorchen und zu handeln und zu reden.

Der Weg des ruhenden Vertrauens: Gegen die Alles-sofort-Kultur unserer Zeit – manches braucht Zeit! Ich kann es nicht abkürzen. Es ist noch nicht dran. Durch manches muss ich geduldig hindurch. Und dies im ruhenden Vertrauen: Solange Gott die Ruhe bewahrt, darf ich es auch. Wenn Gott schweigt, darf auch ich schweigen. Der schlafende und scheinbar nicht ansprechbare Jesus in der Geschichte von der Sturmstillung lehrt mich: Wenn er schweigt, muss ich nicht denken, dass er sich nicht für mich interessiert. Es gibt auch ein schönes, vertrautes Miteinander-Schweigen. *Bleibe treu und geduldig bei dem, was dir anvertraut ist* (2 Tim 3,14).

Der Weg der Erinnerung. *Vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat* (Ps 103,2). Von unseren jüdischen Geschwistern können wir uns diese wertvolle Erinnerungs- und Feierkultur anschauen. Bleibe – gerade auch in schwierigen Zeiten – dankbar für das, was Gott dir und dem Gottesvolk geschenkt hat. So ist er ja auch weiterhin!

Der Weg der Gemeinschaft. Entzieh dich nicht – dauerhaft! – der Gemeinschaft mit anderen Christen. Es gibt immer welche, die gerade einen Karfreitagsglauben haben – im Leid sind sie Christus nah. Das Kreuz ist ihnen Trost. Und es gibt auch welche, die gerade einen Ostersonntagsglauben haben. Sie leben aus der Auferstehungskraft und schöpfen aus der Fülle des Sieges. Und dann gibt es auch die, welche gerade einen Karsamstagsglauben haben. Sie warten und schweigen und an der Oberfläche ist es wüst und leer.

Wir brauchen einander! Gegenseitig und als Ergänzung. Die Bibel kennt sehr gut einen stellvertretenden Glauben (Mk 2,1ff).

Der Weg der Verheißung. Bleibe offen fürs Hoffen! Manches dunkle Tal des Schweigens und manche Schlucht des Todes mutet er mir zu. *Dennoch bleibe ich stets an dir; denn du hältst mich bei meiner rechten Hand* (Ps 73,24). Der verborgene Gott bleibt zugleich der rettende Gott. Ich muss ihn nicht fühlen, um von ihm gehalten zu werden. Teresa von Avila schrieb: „Auch wenn ich nichts spüre, weiß ich, dass du da bist.“ Ich muss ihn nicht verstehen, um ihm zu vertrauen. Vielleicht schweigt er, aber er verlässt mich nicht. Vielleicht fühlt es sich leer an, aber es ist nicht sinnlos. Mit den Emmausjüngern erlebe ich, dass der Auferstandene mir oft viel näher ist als ich spüre (Lk 24). Darum bleibe ich dran – ich suche, ringe, grabe, hoffe! Gemeinsam warten wir auf den neuen Morgen.

Ach übrigens: Ich warte noch immer auf eine Antwort auf meine geistliche Frage vom letzten Jahr und suche nach Autoaufklebern ...



Jonas Großmann (OJC) ist evangelischer Pfarrer. Er lebt mit seiner Familie im Haus der Hoffnung in Greifswald und gehört zum Redaktionsteam des Hoffen-Magazins.

**Wer Gemeinschaft will ohne
Alleinsein, der stürzt in die
Leere der Worte und Gefühle,
wer Alleinsein sucht ohne
Gemeinschaft, der kommt
im Abgrund der Eitelkeit,
Selbstvernarrtheit und
Verzweiflung um.**

**Wer nicht allein sein kann,
der hüte sich vor der
Gemeinschaft. Wer nicht in
der Gemeinschaft steht, der
hüte sich vor dem Alleinsein.**

DIETRICH BONHOEFFER



Es wird alles gut. Nur anders.

Leben mit einem Kind ohne viele Worte

MARSHA NÖLLING | Unser jüngster Sohn Aaron kam als gesunder kleiner Junge auf die Welt. Die Freude über unsere wachsende Familie war groß. Als er etwa anderthalb war, fiel uns auf, dass er nicht wie andere Kleinkinder anfang zu brabbeln. Mit dem Tempo der anderen konnte er nicht mithalten. Gegenüber anderen Müttern fühlte ich mich mit einem Kind, das in der Entwicklung langsamer war, zurückgelassen. Die Wege ihrer Kinder waren vorhersehbar, unser Weg musste errungen und entdeckt werden.

Die Ärzte sprachen von „Late Talker“. Diese Diagnose begleitete uns einige Jahre. Die Aussicht, Aaron würde irgendwann sprechen, gab uns viel Hoffnung. Eines Tages würde er schon reden... Der Gedanke, dass er sprach-los bleiben könnte, hatte wenig Raum. So konnte meine Seele auch keine weiteren Schritte gehen. Wir begannen mit Logopädie, suchten unterschiedliche Ärzte auf. Doch viele Fragen stellten sich: Was ist der nächste Schritt? Welche Ärzte können uns helfen? Welche Logopäden sind die besten? Wie können wir unseren Sohn optimal fördern? Meine eigene Befindlichkeit trat völlig in den Hintergrund.

Eine Freundin, deren Tochter auch erst spät zu sprechen anfang, war mir in dieser Zeit eine wichtige Begleiterin. Sie konnte verstehen, wie es mir ging und setzte sich mit den gleichen Fragen, Ängsten und Themen auseinander. Sie wurde meine Verbündete. In der Gemeinschaft war ich mit vielen eng verbunden und doch konnten nur wenige nachvollziehen, wie anders sich unser Leben gestaltete. Das machte mich in gewisser Weise einsam, trotz der vielen Menschen um mich herum.

Die Diagnose einer „geistigen Behinderung“ kristallisierte sich mehr und mehr heraus. Schon vorher hatte Gott einen Moment gewählt, in der aus der Ahnung Gewissheit wurde und sie in mein Herz rutschte. Er mutete mir das in einer Nacht ganz ungeschminkt zu. Gleichzeitig war er mir nah als sorgender und mitfühlender Vater. Ich schlief die ganze Nacht nicht, weinte und betete. Danach war nicht alles klar oder leicht, aber etwas hatte sich verändert. Ich begann langsam, meine Wirklichkeit zu umarmen und übte mich darin, diese Realität anzunehmen. Das war noch ein langer Weg, mit immer wiederkehrenden Phasen der Trauer und des Loslassens von meinen Lebensentwürfen für Aaron.

Gottes „gut“ und mein „gut“

Demgegenüber stand Aarons überaus fröhliche und liebenswürdige Art: Er strahlte immerzu, war aufgeschlossen allen Menschen gegenüber und wurde sehr gemocht und integriert. Er hatte seinen festen Platz in der Gruppe der OJC-Kinder. Wenn sie gemeinsam spielten, war Aaron dabei und spielte mit. Eine seiner Stärken ist seine soziale Seite und sein freundliches Wesen. Es fiel ihm immer leicht, Kontakte zu knüpfen und er kommunizierte auf seine Weise - ohne Sprache. Das half meinem Mutterherzen sehr, denn ich erlebte, dass es ihm gut ging. Später gab es Momente, die für ihn und auch für mich schwerer auszuhalten waren: Die Unterschiede in der Entwicklung wurden größer. Auch Sprache wurde als Kommunikationsmittel wichtiger.

Lange Winternachmittage habe ich mit Aaron immer wieder Uno gespielt, geknetet und sprechen geübt, während andere Eltern zusammensaßen und die wichtigen Dinge und Themen der OJC und der Welt diskutierten. Oft fragte ich mich, wie anders vieles sich entwickelt

hätte, wenn Aaron gesund wäre. Andere Mütter, deren Kinder größer wurden, konnten mehr und mehr Verantwortung in der OJC übernehmen. Ich blieb gefühlt zurück. Aaron würde immer wie ein Kleinkind bleiben und betreut werden müssen.

Um mich herum gab es kaum Mütter, mit denen ich meinen Schmerz teilen konnte. Immer wieder überfiel mich das Gefühl, allein zu sein. Mir halfen die Tagebücher von Bianka Bleier, in denen sie viel über ihren Sohn mit Behinderung schrieb. Ihre Bücher begleiteten mich und ich war froh, quasi eine Verbündete gefunden zu haben. Es tat so gut, dass da ein Mensch meinen Schmerz kannte und teilte.

Von Anfang an hatte Jesus mir versprochen, dass alles gut wird. Ich hatte aber konkrete Vorstellungen, wie dieses „gut“ auszusehen hat. Ich betete viel und flehte Gott an, Aaron zu heilen. Doch in meinem Herzen blieben diese Worte: „Es wird alles gut.“ Gottes „gut“ war allerdings anders als mein „gut“. In den Momenten, in denen ich mir am meisten Sorgen machte und keinen Weg sah, tat sich immer wieder Neues auf. Gott hatte das unvorstellbar Beste für Aaron schon vorbereitet. Er durfte auf eine freie christliche Schule gehen, in der er inklusiv mit Schulbegleitern beschult wurde. Das hat ihn hervorragend gefördert. Wenn Freundschaften nicht weitergingen, schickte Gott Menschen, die ihm guttaten. Später fand er seinen Platz bei den Royal Rangers in der Jugendgruppe der FCG Gersprenztal. Aaron liebt und kennt Jesus auf seine Art und bekannte ihn mit einem lauten „Ja“ als er sich mit 15 taufen ließ. Wenn ich mit meinem Aktivismus, Aaron alles zu ermöglichen, an Grenzen stieß, übernahm Gott das Steuer und machte das noch Bessere daraus.

Gleichzeitig war das mit dem Vertrauen auf Gott nicht immer meine Stärke. Es gab Momente, in denen er mir fern war, ich mich alleine gelassen und einsam gefühlt hatte, weil sein „gut“ nicht meines war. Ich musste oft lernen, die Zügel loszulassen und sie Gott zu übergeben. Rückwirkend sehe ich die Segensspuren in unserem Leben. Doch mit-tendrin fühlte ich mich oft unverstanden beim Immer-erklären-Müssen, dass unser Weg an manchen Stellen einfach anders ist.

Mit Aaron zu reden ist bis heute relativ einseitig, auch wenn er inzwischen fast erwachsen ist und mit Fünf-Wort-Sätzen samt Gesten kommunizieren kann. Ich liebe unseren Sohn so wie er ist. Er ist ein Geschenk des Himmels mit der Freude und dem Humor, die er in unsere Familie bringt.



Marsha Nölling lebt mit ihrer Familie in der OJC. Ihre Leidenschaft gilt Menschen, sei es als Mentorin für das Jahresteam, in verschiedenen Netzwerken oder im Team vom Gästehaus Tannenhof.



Sehnsucht nach Nähe

Seelische Reifung durch Bindung an Jesus

URSULA SCHMIDT | *Es gibt Erfahrungen im Leben, die alles verändern. Sie sind oft leise, manchmal kaum bewusst erlebt – und doch hinterlassen sie Spuren, tief in uns. Eine dieser prägenden Kräfte ist die Bindung: das Gefühl, bei einem anderen Menschen sicher zu sein, mit ihm verbunden zu sein, gesehen, gehört und verstanden zu werden. Wer das als Kind erlebt, den trägt ein starkes inneres Fundament durchs Leben. Wer es vermisst, spürt oft eine unsichtbare Leere – und sucht ein Leben lang nach dem, was eigentlich selbstverständlich sein sollte: bedingungslose Annahme und Verbundenheit.*

Warum Bindung so wichtig ist

Wenn Babys auf die Welt kommen, bringen sie ein tiefes Bedürfnis mit: Beziehung und Bindung. Noch bevor sie sprechen oder denken können, suchen sie Nähe, Blickkontakt, Berührung. All das ist nicht „nettes Beiwerk“ – es ist überlebenswichtig. Und mehr noch: Diese ersten Erfahrungen formen buchstäblich das Gehirn. Kinder, die verlässlich in ihren Bedürfnissen wahrgenommen werden und ein liebevolles Eingehen der Eltern auf sie erleben, entwickeln stärkere Stressregulationssysteme, mehr Selbstvertrauen und eine bessere Fähigkeit, mit Herausforderungen umzugehen.

Der Kinderpsychiater Karl Heinz Brisch sagt: Sicher gebundene Kinder sind kreativer, sozialer, weniger aggressiv und können besser lernen. Sie schließen eher Freundschaften, finden leichter Wege aus Konflikten und behalten auch in schwierigen Situationen eher die Nerven. Kurz: Sie starten mit einem inneren Plus auf dem Konto ins Leben.

Denn diese frühen Erfahrungen wirken weit über die Kindheit hinaus. Erwachsene mit sicheren Bindungserfahrungen zeichnen sich durch innere Stabilität, Zuversicht und eine grundsätzliche Lebensfreude aus. Sie empfinden Freude an zwischenmenschlicher Nähe, können auch schwierige oder schmerzhaftes Erlebnisse gut verarbeiten und fühlen sich von anderen gesehen und wertgeschätzt. Die US-amerikanische Seelsorgerin Leanne Payne beschreibt zwei zentrale Aspekte dieser inneren Verfassung: den „sense of being“, also das Gefühl der Daseinsberechtigung, dass ich mich im Leben willkommen fühle; sowie den „sense of wellbeing“ – die Fähigkeit, sich selbst Wohlbefinden zuzugestehen und das Leben zu genießen.

Wenn das Fundament brüchig ist

Aber was ist mit denen, die das nicht erleben durften? Die frühe Kindheit ist eine besonders sensible Zeit. Wenn dort emotionale Nähe fehlt – etwa, weil Eltern überfordert, krank

oder selbst verletzt und traumatisiert sind – prägt sich das tief ein. Man unterscheidet zwei Arten von Verletzungen: Das sogenannte B-Trauma („bad things“), also das, was aktiv verletzt – Missbrauch, Gewalt, Abwertung. Und das noch schwerer wiegende A-Trauma („absence of good things“), das emotionale Mangel Erfahrungen und Vernachlässigung während der Kindheit beschreibt. Die auffälligen Formen erkennen wir gut: Eltern, die kein gutes Wort für ihre Kinder finden, die die Kinder weitgehend sich selbst überlassen, die wenig oder zumindest nur sehr unbeständig Liebe aufbringen können.

Sehr viel weiter verbreitet ist die stille Abwesenheit von Liebe und Bindung. Eltern, die zwar da sind, auch äußerlich das Kind gut versorgen, die aber innerlich nicht wirklich erreichbar sind. Ihr Herz kann nicht mit den Gefühlen des Kindes mitschwingen, weil sie vielleicht überhaupt nicht gelernt haben, Gefühle zuzulassen und ernst zu nehmen. In der eigenen Erziehung haben die Eltern vielleicht gelernt, dass sie „tapfer“ sein sollten, dass sie mit ihren Gefühlen keine Last werden und sie daher nicht zeigen sollten. Sie haben daher Teile ihres eigenen Herzens „weggesperrt“. Kinder spüren das. Um sich gut entwickeln zu können, brauchen Kinder, dass sich die Eltern ihnen von ganzem Herzen zuwenden, sie unterstützen, emotional begleiten und in schwierigen Situationen trösten. Die älteren Menschen in unserem Land konnten diese emotionale Fürsorge der Eltern wenig erleben, weil sie und ihre Eltern durch die Erfahrungen einer „schwarzen“ Pädagogik und die Traumatisierungen durch verheerende Weltkriege selber emotional verwundet und hungrig geblieben sind. Jüngere Menschen haben vielleicht durch eine pädagogisch bekanntermaßen unsinnige, aber politisch gewollte frühe Krippenerziehung innerlich ein instabiles Bindungsfundament. Jüngste Studien zeigen nun, dass es einen deutlichen Zusammenhang gibt zwischen der Bindungsstabilität der Kinder und der Häufigkeit der Nutzung sozialer Medien durch ihre Eltern. Man kann nicht gleichzeitig auf ein Smartphone schauen und

emotional von ganzem Herzen für ein Kind präsent sein.

Eine solche innere Wunde durch nicht ausreichende Bindung ist uns im Allgemeinen in ihrer Schwere tatsächlich nicht bewusst. Wir halten das für normal, wie die Eltern sich verhalten haben. So war es einfach. Es war okay.

Viele Menschen haben also diesen Mangel an Bindung erlebt – und wundern sich heute, warum sie sich oft leer, angespannt oder innerlich unverbunden und einsam fühlen. Warum Nähe Angst macht oder Beziehungen immer wieder scheitern. Warum sie funktionieren, leisten, kämpfen – aber sich selbst dabei kaum spüren.

Die Therapeutin Dami Charf spricht in diesem Zusammenhang von einer „versteckten Epidemie“. Rund 95 % der Menschen, so ihre Einschätzung, tragen solche brüchigen Bindungsmuster in sich – oft unbemerkt. Nach außen scheint alles normal. Doch im Inneren fehlt etwas Entscheidendes: emotionale Sicherheit.

Unser Herz hört nie auf zu suchen

Diese frühen Verletzungen zeigen sich später im Erwachsenenleben auf viele Arten. Manche Menschen fühlen sich schnell abgelehnt, reagieren empfindlich auf Stress und kommen kaum zur Ruhe. Die Welt wird als bedrohlich erlebt, Schlafstörungen, innere Unruhe oder plötzliche Panik in Trennungssituationen sind keine Seltenheit.

Andere spüren kaum noch, was sie eigentlich fühlen – außer vielleicht eine tiefe, unerklärliche Traurigkeit oder das Gefühl, nicht gut genug zu sein. „Denn wenn ich gut genug gewesen wäre, wären die Eltern für mich da gewesen“ ist die unbewusste Schlussfolgerung, zu der kleine Kinder oft gelangen, wenn sie nicht ausreichend Bindung zu den Eltern aufbauen können. Die Folge ist eine Grundscham im Leben als Erwachsene. Und oft ein Gefühl, nicht richtig dazugehören zur Welt der anderen.

Auch Beziehungen werden oft von diesen alten Mustern überschattet. Ein inneres Misstrauen begleitet die Nähe: „Magst du mich wirklich? Wann lässt du mich fallen?“ Manche ziehen sich lieber zurück, andere klammern – und viele schwanken irgendwo dazwischen. Nähe wird gleichzeitig ersehnt und gefürchtet. Und nicht selten landen wir in einem Teufelskreis: Wir verlangen von anderen die Liebe, die eigentlich früher hätte kommen müssen – und sind enttäuscht, wenn die heutigen Beziehungen unsere tiefste Sehnsucht nicht stillen können.

Und Gott?

Diese frühen Bindungserfahrungen beeinflussen auch unsere Gottesbeziehung. Wenn wir gelernt haben, dass Nähe gefährlich ist oder Liebe Bedingungen hat, übertragen wir das – ganz unbewusst – auf Gott. Dann wirkt er fern, unnahbar oder sogar streng. Vielleicht glauben wir, nicht geistlich genug zu sein, um seine Nähe zu verdienen. Oder wir fürchten, dass er genau das von uns will, was uns überfordert. Selbst wenn wir uns nach ihm sehnen – es fühlt sich an, als wäre da eine unsichtbare Wand.

Neue Bindung – neue Hoffnung

Doch es gibt Hoffnung. In der geistlichen Begleitung und Seelsorge berichten viele Menschen, dass sie durch neue Erfahrungen mit Jesus innere Heilung erleben. Nicht durch kluge Erklärungen oder geistliche Anstrengung – sondern durch Begegnung. Durch das einfache Sein in seiner Gegenwart.

In der „Intimität mit Gott“, wie manche diesen Raum nennen, geschieht etwas Unerwartetes: Menschen spüren sich selbst – und sie spüren, dass da jemand ist, der sie sieht, hört und versteht. Auch in ihrer Wut, ihrer Scham, ihrer Angst. Gerade dort. Jesus begegnet uns nicht erst, wenn wir „in Ordnung“ sind – sondern mitten im Chaos. Seine Nähe ist kein Lohn,

sondern ein Geschenk, das er jedem machen möchte. Diese neue Bindungserfahrung kann alte Erfahrungen überschreiben. Emotionale Muster können sich verändern, wenn sie in sicheren Beziehungen neu erlebt werden. Bis zu einem gewissen Maß geschieht das auch im Gegenüber zu verlässlichen, nahen Menschen, die uns als Erwachsenen Möglichkeiten geben, unser Bindungssystem nachreifen zu lassen. Tiefer aber noch geht (weil sie vollkommen verlässlich ist) eine emotionale Bindung an Jesus. Wer mit Jesus regelmäßig Zeit verbringt – nicht nur betet oder Bibel liest, sondern einfach bei ihm ist – kann tief erleben, wie sich etwas wandelt. Es geht nicht mehr nur darum, Antworten zu bekommen oder richtig zu handeln. Es geht ums Dasein. Ums Geliebtsein. Um Verbundenheit.

Aus Wunden wird Reife

Der Weg durch alte Verletzungen ist nicht immer einfach. Aber er ist möglich – und er lohnt sich. Oft ist es ratsam, sich Hilfe durch einen Seelsorger oder Therapeuten zu suchen, der oder die mir hilft, in die Herz-zu-Herz-Begegnung mit Jesus zu kommen. In der liebevollen Bindung an Jesus können selbst die tiefsten Schmerzen heilen. Sie machen uns nicht härter, sondern weicher. Nicht misstrauischer, sondern mitfühlender. Und sie schenken uns eine neue Art von Reife: die Fähigkeit, andere zu lieben, ohne uns selbst zu verlieren. Die Stärke, Nähe zuzulassen. Und den Mut, uns selbst anzunehmen – genau so, wie wir sind.



Ursula Schmidt, Traumafachberaterin und Theologin, lehrt zusammen mit ihrem Mann Manfred in Seminaren zum Immanuel-Gebet, wie man in diese heilsame, erfahrbare, interaktive Begegnung mit Jesus kommen kann. (www.immanuel-gebet.de)



Ein Ort wider die Einsamkeit

Menschen aus Gotha-West erzählen

UTE PAUL | Ein großer Teil der Menschen im Hochhausviertel von Gotha-West lebt alleine in kleinen Wohnungen. Obwohl sie Tür an Tür wohnen, ist die soziale Isolation groß, besonders deren Leben chronische (psychische) Krankheiten oder Süchte prägen, deren familiärer Zusammenhalt sehr gelitten hat oder es gar keine Familie mehr gibt. Oft scheinen alle diese Faktoren sowohl Ursache als auch Folge für ein Erleben von Einsamkeit zu sein.

Mittendrin im Stadtviertel gestalten wir die senfkorn.STADTteilMISSION. Im Vordergrund stehen nicht Veranstaltungen, sondern Zeit für Begegnung. Es geht um Leben teilen, Zuwendung, Hinhören, Mitgestalten. Gemeinsam essen, gemeinsam feiern, persönliche Gespräche. Es ist ein offener Raum für sehr unterschiedliche Menschen. Ich habe mit einigen über ihr Einsamkeitsempfinden gesprochen. Ihre Äußerungen geben sehr authentische persönliche Einblicke und er-

möglichen Rückschlüsse darauf, wie (christliche) Gemeinschaft Wege aus der Einsamkeit öffnen kann.

Präzise und tiefgründig beschreiben meine Gesprächspartnerinnen und -partner den Strudel, den Einsamkeit auslösen kann. Es klingt nach einer Entwicklung, in der die Perspektive immer enger und selbstbezogener wird und gleichzeitig die innere Lähmung Handlungsoptionen verstellt.

Ich habe gefragt: Was ist das eigentlich, Einsamkeit? Kennst du das und wie fühlt sich das an?

Angela: Bei mir im Haus sind einige Leute sehr, sehr einsam. Das kann einem sehr zusetzen. Da hockst du auf deinem Balkon und guckst in die Ferne und grübelst vor dich hin. Es ist schrecklich, wenn man immer nur schlechte Gedanken hat, man gerät in einen Teufelskreis und kommt nicht mehr raus. Man zieht sich immer mehr in seinen Kokon zurück und befasst sich nur noch mit sich selbst.



Linda: Einsam bin ich meistens, wenn ich alleine bin. Einsamkeit verfolgt einen. Es tut irgendwie weh, im Kopf, man denkt drüber nach. Warum ist man so alleine? Was hat man sich verbaut?

Sabine: Ich kenne es. Manchmal habe ich Angst, in meine leere Wohnung zu kommen. Da ist Langeweile und Ruhe, das ist nichts für mich.

Heidrun: Meine Kinder wohnen nebenan. Sie haben eine Wohnung, ich habe eine Wohnung. Ich kann jederzeit die Türen zumachen. Aber ich weiß, es ist jemand nebenan. Das tut mir sehr gut. Manchmal sage ich mir schon, dass ich es eigentlich nie geschafft habe... Und die

Sehnsucht bleibt trotzdem, auch nach vielen Jahren alleine.

Marita: Ich war das gewohnt, immer mit meinem Mann zusammen zu sein. Meine Tochter will ja nichts von mir wissen. Einsamkeit fühlt sich sehr schlimm an, weil ich dann keinen habe, mit dem ich sprechen kann. Wenn ich das nicht habe, bin ich sehr traurig.

Immer wieder tauchten in den Gesprächen neben sozialen Bedürfnissen auch ganz lebenspraktische Fragen auf: Wer trägt mit mir den schweren Einkauf in den vierten Stock? Wer hilft mir, wenn ich ein Problem in meiner Wohnung habe? Wer bringt mich zum Arzt? Oder wer steht mir bei, wenn meine Katze krank ist? Ohnmachtsgefühle, niemanden haben, an den man sich wenden kann, werden nah mit Einsamkeit assoziiert. Wir beobachten, wie die wachsenden Beziehungen der Leute untereinander dazu führen, dass es zu diesen ersehnten Hilfestellungen kommt. Gemeinsame Wohnungsrenovierungen, Hilfe im Pachtgarten, Besorgungen, Transporte. Auch das Erinnern und Feiern von Geburtstagen hat große Bedeutung. Manche beschreiben in diesem Zusammenhang die Gruppe als „ihre neue Familie“.

Auf meine Frage nach Strategien zur Bewältigung von Einsamkeit berichteten einige meiner Gesprächspartner erstaunlich ehrlich von Kompensationsverhalten oder im Brustton der Überzeugung von vermeintlich einfachen Lösungen. „Man muss nur wollen und was tun, dann ist man nicht einsam.“ Könnte es sein, frage ich mich, dass die Gefühle der Einsamkeit – wie auch andere unangenehme Gefühle – so schwer auszuhalten sind, dass die meisten eben doch die Option wählen: „Hauptsache, schnell nichts mehr fühlen!“

Sabine: Wenn ich in meine leere Wohnung komme, mache ich als erstes den Fernseher an. Damit ich irgendwas höre. Wenn ich meine Arbeit nicht hätte... die gibt mir Struktur. Ich versuche, mir was einfallen zu lassen, was ich tun könnte oder müsste. Man ist ja auch unter Menschen manchmal einsam.



Linda: Wenn die dunklen Erinnerungen kommen, nehme ich eine Schlaftablette. Ich schlafe lieber den ganzen Tag und hoffe, dass es am nächsten Tag wieder weg ist. Du bist ja gefangen in dir. Da sind Gitter, du kannst nicht raus. Da kannst du ruckeln, wie du willst. Manchmal geht das einen zweiten oder dritten Tag. Dann kommen die Selbstmordgedanken verstärkt. Wenn ich drüber reden kann, hilft mir das. Gespräche reichen schon, die mich ablenken. Ich rede nicht darüber, wie es mir gerade geht. Ich wünsche mir nur, dass jemand da ist.

Volker: Wenn ich nachts nicht schlafen konnte, bin ich einfach raus aus der Wohnung. Ich musste irgendwas machen. Früher habe ich immer getrunken und bin trotzdem früh um vier Uhr wach geworden. Der Schnaps hat ja nicht geholfen. Mir hilft, überall hingehen, die Angebote wahrnehmen, was machen und viel laufen.

Jutta: Ich geh unter Leute. Wenn ich Ruhe haben will, kann ich auch gerne für mich sein. Da fühle ich mich nicht einsam, das habe ich dann ja gewählt. Raus gehen und sich Gesellschaft suchen. Manche sagen: „Heute hat den ganzen Tag noch niemand mit mir gesprochen.“ Ist ja logisch. Ich muss unter Leute gehen.

Interessanterweise wurden in den Gesprächen die geistlichen Aspekte in unserer senfkorn.-Initiative entweder zunächst gar nicht oder nur sehr indirekt erwähnt. Vorrangig war immer der Gemeinschaftsaspekt.

Angela: Dass ich da wieder rausgekommen bin! Ich habe am Tisch gegessen und habe geweint. Das kanns doch nicht sein, dass du immer so alleine bist. Dass ich die senfkorn.-Gruppe gefunden habe, das war eine Rettung. Da konnte ich auch mal wieder lachen und da habe ich gemerkt, ich bin wieder zuversichtlich. Es hat mir Kraft gegeben, einfach angenommen zu werden, so wie ich bin.

Sabine: Im senfkorn. fühle ich mich ganz wohl, da kann ich mal ein bisschen denken. Das kann ich bei der Arbeit nicht. Und es geht um Gott und da sind andere Leute, die die gleichen Interessen haben. Aber ich bin manchmal so gereizt, mich nervt dann alles. Es heißt ja immer, Jesus ist in einem und bleibt in einem, mit Liebe oder was weiß ich, auch die sogenannte Nächstenliebe. Ich lieb die oftmals nicht (lacht).

Marita: Ja, ich bin froh, dass es das senfkorn. gibt, dass man sich beim Frühstück mit Leuten unterhalten kann. Ich arbeite ja auch mit. Das brauche ich auch. Das ist beides gut gegen die Einsamkeit. Ich muss mich mit jemanden unterhalten können und ich muss auch mit jemanden arbeiten können.

Wir sprechen im senfkorn. viel darüber, dass wir Gott vertrauen können. Ich frage, was ihnen das bedeutet, wenn wir Sachen sagen wie: Gott ist immer da. Ich frage, ob sie das spüren können.

Marita: Ich bin ja getauft und konfirmiert. Durch die Christenlehre, die ich hatte, ist das gefördert worden. Das ist sehr schön und ein Ansporn gewesen. Ich habe mir ja eine Bibel geholt. Da guck ich auch mal rein. Sowas brauche ich. Auch gegen die Einsamkeit.

Jutta: Ich denke, dass Gott nicht möchte, dass wir einsam sind. Nur nicht jeder nimmts für

sich an. Man müsste sie kennen, die Einsamen. Früher hat der Pfarrer Leute zu Hause besucht. Gerade vielleicht Leute, die noch nie was von Gott gehört haben. Gibt es das heute noch?

Linda: Ich wurde hier reingeführt, von Gott selbst. Er war immer bei mir. Auch als ich es so schwer hatte. Da war eine Stimme, die hat gesagt: Bleib stark, du schaffst das. Ich wusste aber nie, wer das ist. Irgendwann habe ich dann an Gott geglaubt, da war ich zwölf oder dreizehn. Ich war wahrscheinlich die Einzige weit und breit, die wusste: Das ist Gott. 20 Jahre später bin ich hier reingekommen und tatsächlich, ich bin nicht die Einzige, die ihn sieht und hört, die mit ihm redet. Er hat uns zusammengeführt und dann war ich auch nicht mehr einsam.

Heidrun: Ich komme ja meistens am Dienstag und am Freitag. Da fühl ich mich sehr wohl hinterher, trotz aller Beschwerden. Durch die Gemeinschaft habe ich Heimat gefunden. Ich habe das hier gewählt, um von Jesus und von Gott zu hören, obwohl ich Probleme habe, wenn sehr viele Menschen in einem Raum sind.

Volker: Leute, die mit Gott leben wollen, sind anscheinend so, dass sie andere Leute um sich rum haben wollen. Man muss gar nicht glauben an Jesus, kann einfach nur dabei sein und sich selbst ein paar Gedanken machen. Dann wird alles frei, im Herz und Geist auch. Das ist wie positives Denken.

Angela: Ich bin eher zufällig zu euch gekommen. Und es hat mir gefallen, wie die Leute untereinander waren. Ich habe früher bei der Christenlehre mitgemacht, bis ich das plötzlich nicht mehr durfte. Am Anfang war es ein bisschen komisch, von mir selbst zu sprechen. Aber ich hab es gemacht. Wenn ich nach den Treffen nach Hause gehe, kommt die Einsamkeit so langsam – am nächsten Tag – wieder. Dann denke ich an die Gruppe und dann ist da diese Hoffnung, ich seh' sie ja bald wieder. Das baut auf und die Einsamkeit gerät ins Hintertreffen.



Vieles von dem, was in den Gesprächen erzählt wurde, entspricht unseren Beobachtungen, dass sich die Nachbarinnen und Nachbarn im senfkorn. durch das Eingebundensein in eine Gemeinschaft auf einen bemerkenswerten persönlichen Entwicklungsweg einlassen. Sie wachsen von einer Besucher- in eine Gastgeberrolle hinein. Sie erzählen von sich selbst, hören aber auch anderen zu. Sie beginnen mitzusingen, zu beten, sich mit uns Gedanken über biblische Geschichten zu machen. Wenn Einsamkeit zu sozialer Isolation führt und sich wiederum aus sozialer Isolation speist, wenn Sozialkompetenzen in dieser Abwärtsspirale verlernt werden, dann wirken gemeinschaftsstiftende geistliche Orte wie soziale Erfrischungsstationen wider die Einsamkeit. Wird so nicht auch die Sehnsucht geweckt nach dem Gott, dessen Nähe und Liebe jedes Dunkel erhellte und der so die Verbindung zu mir selber und mit anderen wieder herstellt? Wir loben Gott, dass es bei uns ganz danach aussieht.



Ute Paul engagiert sich mit ihrem Mann Frank seit vier Jahren in der Quartiersarbeit der senfkorn.STADTteilMISSION in Gotha-West.



www.senfkorn-stadtteilmission.de

**WIE WÄRE ES,
WENN DU GENAU JETZT
JEMANDEN ANRUFST?**

**WIE WÄRE ES, WENN IHR
KURZ TELEFONIERT ODER
EUCH AUF EINEN KAFFEE
ODER EINEN SPAZIERGANG
VERABREDET?**



Sterben muss jeder für sich allein

Erfahrungen in der Begleitung meines Bruders

RUDOLF M. J. BÖHM | Am 23. April dieses Jahres, auf einer Zugfahrt zu einer Familienfeier, erreichte mich die Nachricht, dass mein anderthalb Jahre älterer Bruder Klaus sehr schwer krank sei – „Lymphdrüsenkrebs im Endstadium“, so hieß es.

Ohne zu zögern buchte ich tags darauf einen Flug nach Port Macquarie in Australien, wo er zu der Zeit im Krankenhaus lag. Es drängte mich geradezu, während der noch verbleibenden Lebenszeit meines Bruders nah bei ihm zu sein und ihn auf seinem letzten Weg begleiten zu können. 1982 ist mein Bruder mit seiner ersten Frau nach Neuseeland ausgewandert. Etwa 15 Jahre später entdeckte er die Vispassana-Meditation, eine Form der Achtsamkeitsübung, die ihren Ursprung im Buddhismus hat. Vispassana wurde zu einem festen Bestandteil seines Lebens und half ihm, das Rauchen aufzugeben, seinen Jähzorn zu zügeln und innerlich insgesamt ruhiger zu werden; vermutlich jetzt auch, mit seiner Krankheit zu leben. Ich hatte nicht die Absicht, ihn wieder zum Christentum zu bekehren, sondern wollte ihm einfach in der Gesinnung Christi dienen und vertraute darauf, dass ihm Christus durch mein Handeln begnügen würde.

Am Flughafen wurde ich von seiner Frau abgeholt und wir fuhren sofort ins Krankenhaus. Als wir dort ankamen, lag er – erschreckend abgemagert – im Krankbett. Sein Gesicht

strahlte mir entgegen und mit heiserer Stimme rief er aus: „Rudi, my dear brother, how nice of you to come, how are you?“ (Rudi, lieber Bruder, wie schön, dass du kommst! Wie geht es dir?) Während er aus einem überschwänglichen Mitteilungsbedürfnis und auf Englisch pausenlos auf mich einredete, erinnerte ich ihn daran, dass er auch Deutsch mit mir spre-

Grund unserer Einsamkeit ist die Sehnsucht nach dem Himmel

chen könne, worauf er sich entschuldigte und sagte: „Ach weißt du, ich habe die längste Zeit meines Lebens in Neuseeland gelebt; für mich ist Englisch zu meiner ersten Sprache geworden.“ In seinem kaum zu bremsenden Redefluss wechselte er zwischen beiden Sprachen ständig hin und her und erst nachdem ich ihm versichert hatte, dass ich ihn in den kommenden 21 Tagen täglich besuchen kommen würde

und wir noch viel Zeit zum Reden miteinander haben würden, beruhigte er sich langsam und schlief kurz darauf vor Erschöpfung ein.

Klaus hatte gerade seine erste Chemotherapie hinter sich und hoffte zu dem Zeitpunkt noch auf Heilung. Zwei Tage später zeigten sich äußerst unangenehme Nachwirkungen: Übelkeit, Erbrechen, Schmerzen beim Essen und Trinken, etc., so dass er auf die Intensivstation verlegt wurde. Am dritten Tag meines Besuches überraschte er mich schon bei meiner Ankunft mit dem lapidaren Satz: „Rudi, ich habe entschieden zu sterben! Ich will keine Behandlung mehr, es bringt nichts mehr.“ Ich schaute ihn fragend an, doch ich spürte, dass es ihm ernst damit war. „Erzähl mir, wie unsere Oma gestorben ist!“, wollte er jetzt wissen. Ich erzählte ihm in aller Ausführlichkeit von den letzten, sehr bewegenden Stunden vor ihrem Heimgang. „Danke, das ist sehr schön, was du mir da erzählst, aber ich denke, sterben muss letztlich jeder für sich allein.“

Ich hörte ihm zu und dachte nach. Viel öfter wird betont, dass niemand ohne menschliche Nähe sterben solle. Am

Montag bei der Arztvisite, bei der ich anwesend sein durfte, teilte Klaus dem Arzt seine Entscheidung unumwunden mit: „Ich bin bereit zu sterben, bitte beenden Sie die Behandlung.“ Der Arzt hörte ihm aufmerksam zu und klärte ihn über die Folgen seiner Entscheidung auf. Mein Bruder blieb dabei.

Nachdem der Arzt anhand verschiedener Fragen seine Zurechnungsfähigkeit geprüft hatte, wurde er bereits 15 Minuten später von allen medizinischen Apparaten getrennt. Nach einem weiteren Tag wurde er dann in die 40 km von Port Macquarie entfernte „Palliative Care Unit“ in Wauchope verlegt.

Der Sterbende braucht unsere Nähe und bleibt dennoch für uns unerreichbar

Wir haben in der ersten Woche viel miteinander gesprochen – Jugenderinnerungen ausgetauscht und über das Leben philosophiert. Jede seiner Äußerungen war mir kostbar und ich hörte ihm aufmerksam zu. Doch obwohl wir viel miteinander sprachen, wusste ich nie wirklich, was in seinem Inneren vorging. Fortwährend machte ich mir Gedanken, wie es ihm wirklich gehen mochte. Was bedeutete der Tod für ihn? Von außen betrachtet schien er keine Angst zu haben, doch offen blieb für mich: Worauf geht er zu, wenn er nun Abschied vom Leben nimmt? Hat er etwas im Sinn, was ihn nachher erwartet?

Aus den wenigen Worten, die er geäußert

hatte, versuchte ich mir etwas zusammenzureimen, konnte aber nicht wirklich Schlüsse daraus ziehen. Alles spekulieren würde mich als jenen Blinden ausweisen, der von der Farbe reden will. Trotz physischer Nähe fühlte ich mich bis zum Ende oft weit weg von ihm. Er brauchte meine Nähe und dennoch blieb er unerreichbar für mich.

Es gibt einen untrüglichen Maßstab für das Große und Geringe, für das Gültige und Belanglose, für das Echte und Gefälschte, für das Wort, das Gewicht hat und für das leichte Geschwätz – das ist der Tod.

Man hat mich des Öfteren gefragt: „Warst du dabei, als dein Bruder starb?“ Hinter der Frage höre ich auch die Frage: „Wie ist er denn gestorben?“ Ja, körperlich war ich ihm nahe wie noch nie zuvor – bis zu seinem letzten Atemzug. Doch was in diesen letzten Stunden in seinem Inneren vorging, darüber vermag ich kaum etwas zuverlässig zu sagen. Merkte er noch, dass ich in seiner Nähe war? Hörte er noch, wenn ich betete und was ich zu ihm sagte? Spürte er meine Berührungen? Was hatte er vor Augen, wenn sie in kurzen Augenblicken in die Ferne gerichtet waren? Alle diese Fragen bleiben unbeantwortet. Zuletzt hat er die Welt verlassen in der Traumwolke des Morphiums.

Was die Dumpfheit durchdrang, war manchmal noch ein Zeichen, das auf den Wunsch nach einer kleinen Hilfeleistung hindeutete, die ich bestmöglich zu befriedigen versuchte.

Stets fühlte ich mich immer da meinem Bruder am nächsten, wo ich mit oder für ihn betete. Wenn ich bei ihm war, versuchte ich mich immer wieder auf Gottes Gegenwart zu besinnen. Ich erinnerte mich an das Wort des Jesuiten Peter Lippert: „Jesus ist derjenige, der uns in gebührender Weise miteinander verbindet und voneinander trennt.“ So blieb das Gebet wie eine begehbare Brücke zum Herzen meines Bruders bis zuletzt erhalten.

Grund unserer Einsamkeit ist die Sehnsucht nach dem Himmel

Klaus ist die vierte Person, die ich in ihren letzten Tagen begleitet habe und ich komme zu der Ansicht, dass wir dem vom Leben Abschiednehmenden nichts anderes schenken können als Wahrheit und Liebe. Was davon ankommt und was unsere Haltung und unser Verhalten bewirkt, wissen wir nicht. Es bleibt uns verborgen – ein Geheimnis, das mit Einsamkeit einhergeht. Vielleicht macht Gott uns diese Einsamkeit zum Geschenk, um uns daran zu erinnern, dass unsere wahre Heimat bei Gott ist. Der Sterbende befindet sich im Übergang in eine Welt, zu der uns der Zugang noch verwehrt ist. Es scheint unmöglich, dass der Sterbende sein Erleben mitteilt. Unwillkürlich denke ich an das Wort, das Jesus beim Abschied von seinen Jüngern hinterließ: *Wohin ich gehe, dorthin kannst du mir jetzt nicht folgen. Du wirst mir aber später folgen.* (Joh 13,33). So ist es wohl wahr, dass ein Mensch am Ende seines Weges und ebenso derjenige, der ihn begleitet, ganz auf sich verwiesen ist.

Vom Sterbenden das Leben lernen

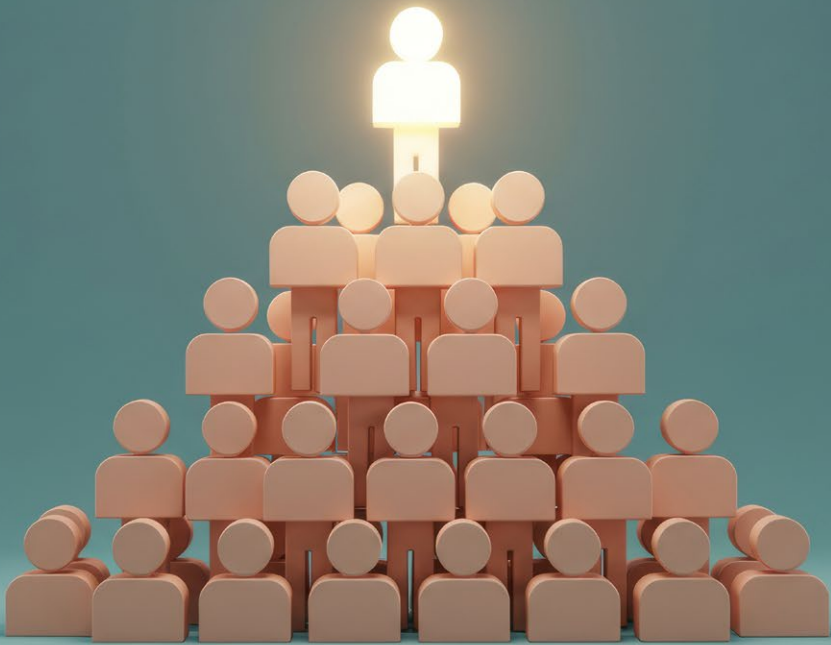
Die große Einsamkeit des Menschen im Abschied ist eine universelle Erfahrung, der kein Mensch entkommen kann. Das Leben

stellt uns viele Fragen und nötigt uns zu Entscheidungen. Der Tod tut es nicht minder. Was, um Himmels willen, mach ich mit meinem Leben? Hängt nicht auch mein Leben nur an einem seidenen Faden und kann jeden Moment zu Ende sein? Wie beeinflusst diese Tatsache mein Leben? Darüber zu Lebzeiten immer wieder nachzudenken, erscheint mir ein gesunder Realismus zu sein. Vermutlich begreifen wir nirgendwo mehr, was es heißt zu leben, als im Angesicht eines toten Angehörigen.

Von dem Bestattungsinstitut „Innergardens – Tender Funerals“ wurden Klaus' Ehefrau und ich dazu eingeladen, den Toten selbst zu waschen, anzuziehen und in den Sarg zu legen. Auf diese Weise meinen Bruder der Barmherzigkeit Gottes zu überlassen, zählt für mich zu den tiefsten Erfahrungen meines Lebens. Noch nie zuvor habe ich so tief erfasst, worauf es im Leben wirklich ankommt. Zuhause fiel mir wieder das Sterbebild meiner Mutter von 1990 in die Hand. Darauf steht ein Wort von Dietrich Bonhoeffer, das uns einlädt nachzudenken, was im Leben wirklich trägt: „Es gibt einen untrüglichen Maßstab für das Große und Geringe, für das Gültige und Belanglose, für das Echte und Gefälschte, für das Wort, das Gewicht hat und für das leichte Geschwätz – das ist der Tod.“ Spätestens im Abschiednehmen muss jeder Mensch – einsam und allein – sein Leben auf diesen Maßstab hin resümieren. Ratsam wäre es, das uns noch verbleibende Leben schon jetzt daraufhin zu prüfen und dementsprechend zu gestalten.



Rudolf M. J. Böhm (OJC) ist Seelsorger und Sozialpädagoge. Er lebt im Haus der Hoffnung in Greifswald.



Die Luft wird dünner

Vom Ringen mit der Einsamkeit in der Leitung

KONSTANTIN MASCHER | Bevor ich mein Amt als Prior der Kommunität antrat, hörte ich immer wieder den Satz: „Da oben ist man einsam“, „Macht macht einsam“ oder „Die Luft wird dünner, je höher man kommt“ – und, wie manche ergänzen würden: auch eisiger.

Ja, es gab Einsamkeitsmomente, doch jene angekündigte und bedrohliche Einsamkeit habe ich nicht so erlebt. Wir pflegen in unseren Leitungsgremien ein ehrliches Anteilgeben und -nehmen auch am persönlichen Ergehen. Wir teilen, was uns in Bezug auf die Gemeinschaft Freude und Sorgen bereitet. Dieses Miteinander war von Gefährtschaft und von einem gemeinsamen Tragen geprägt. Und doch musste ich bei Entscheidungen Verantwortung übernehmen und jedem – auch oder insbesondere Gott – Rechenschaft geben über Gelungenes und Misslungenes. Diese Verantwortungseinsamkeit konnte ich nicht delegieren. Sie habe ich vor Gott bewegt und immer wieder dankbar Trost und Zuspruch empfangen.

Selbstgewählte Einsamkeit

Im Rückblick erst merke ich, dass mir ein gewisses Moment von Einsamkeit nicht erspart blieb, allerdings war es selbstgewählt – als

Schutz gewissermaßen. Das kam vor allem darin zum Tragen, dass ich am Ende meiner Leitungszeit Themen, Menschen und Feste mit einer zunehmenden inneren Distanz erlebte. Freude und Leid rauschten manchmal einfach an mir vorbei. Was war passiert?

Wenn Worte schwerer wiegen

Eine der ersten Distanzerfahrungen in meiner Anfangszeit als Prior war: Die Unbedarftheit war fort. Meine Worte bekamen auf einmal ein eigenes Gewicht. Ich neige dazu, Scherzhaftes ernsthaft und Ernsthaftes wie nebenbei auszusprechen. Das führte anfangs zu der einen oder anderen Irritation – die es dann wieder einzufangen galt. Nun wollten meine Worte mit mehr Bedacht gewählt sein, ich musste abwägen, was sie tatsächlich bedeuten und welche Auswirkungen sie haben könnten. Alles ging nun durch einen Filter hindurch. Filter trennen – egal wie durchlässig sie sind.

Der Anspruch, ein guter Leiter zu sein

Hinzu kam der eigene Anspruch: Ich wollte ein guter Leiter sein. Und ein guter Leiter ist in der Lage, sich von Gott und der Sache leiten zu lassen. Meine Gefährten sollten einen gefassten, der Sache verpflichteten Prior erleben. Einen, dessen Emotionen und Befindlichkeiten einer guten Unterscheidung und Entscheidung nicht im Wege stehen. Einen, der das Eigene möglichst außenvor lässt – um des Auftrags willen. Selbst bei Kritik an mir oder einer Entscheidung wollte ich mich außenvor lassen und das berechnigte Anliegen zulassen. Wie ich mich selbst in der Anklage fühlte, sollte sekundär bleiben.

Der Filter – nach außen und nach innen

Aber auch zu mir selbst baute ich einen Filter auf, der mit der Zeit immer dichter wurde. Wohin mit all dem Zweifel, der Ohnmacht, der Unsicherheit, dem Nichtwissen und der eigenen Unfähigkeit, die mich gelegentlich einholten? Manches konnte ein guter Mentor und Begleiter abfangen oder in fruchtbare Bahnen lenken. Manches aber blieb bei mir. Damit mich die damit verbundenen Gefühle nicht zerfressen, hielt ich mir die Dinge lieber vom Leib – und so ging ich auch zu mir selbst auf Distanz.

So wie das Unangenehme nicht an mich herankam, so wurde auch ich mir zunehmend fremd. Freude und Frust flogen an mir vorbei. Nur wenig konnte an mir haften. Aber nicht nur das: Auch um die Nähe zu Gott musste ich mehr ringen. Wo ist er? Kann ich ihn noch hören? In diesen Momenten half es mir, an der Gewissheit festzuhalten: Auch wenn ich ihn nicht spüre – ER ist da und wirkt. Die Wüstenväter (3. Jh.) pflegten zu sagen: „Keine Gotteserkenntnis ohne Selbsterkenntnis.“

Meine Selbsterkenntnis wurde etwas trübe – und damit auch die Gotteserkenntnis. Nach diesen Jahren wurde für mich das beste Gegenmittel nicht die Gemeinschaftsfülle, sondern die bewusst gewählte Einsamkeit auf dem Fahrrad. Die erste große Tour mit dem Fahrrad – vom Odenwald in die Westsahara – war der Anfang eines Weges, wieder „normaler“ zu werden (nachzulesen in Hoffen 1/2025). Ein Glück, dass das Amt des Priors in der OJC zeitlich begrenzt ist. Mir schwante schon zu Anfang, dass man im Laufe der Zeit komisch wird.

Die doppelte Seite des Schutzes

Wenn ich auf diese Jahre zurückblicke, verstehe ich einiges – anderes liegt noch im Dunkeln. Die Schutzfunktion hatte eine funktionale und eine dysfunktionale Seite. Sie schützte mich, ich konnte handlungsfähig bleiben, sie führte aber auch zu einer emotionalen Abkapselung, bei der mir der Bezug zu mir selbst etwas abhanden kam.

Ein Jesuswort, das trägt

Was mir in der ganzen Zeit aber nicht abhandenkam, ist ein Wort, das Jesus mir zusprach – meine Epiphanie. Im dritten Leitungsjahr erlebte ich eine tiefe Not. Ein scheinbar unlösbarer Konflikt, gekoppelt mit Verletzungen und einem Fehler meinerseits, führte mich eines Nachmittags in den Wald. Frustriert warf ich Jesus die Frage vor die Füße, warum er mir dieses Leitungsamt zumutet. Ich war nicht auf eine Antwort vorbereitet – eher auf einen inneren Monolog, der in die Länge und Leere führte. Da hörte ich ihn in aller Deutlichkeit sagen: „Ich mute dir das zu, weil ich dich liebe.“

Ein Satz, der saß, sich tief in mein Herz pflanzte und mich durch alle Höhen und Tiefen der folgenden Jahre begleitete. Er half mir, das Erlebte, die Empfindungen und die Ereignisse, die ich wahrnahm und zum Teil verstand oder eben auch nicht, anzunehmen und wahr sein zu lassen. Es war jener Satz, der eben nur in dieser Einsamkeitserfahrung kam und den ich im Rückblick gegen nichts in der Welt eintauschen möchte. Es war der Satz, der für mich eine Antwort war, oder wie Friedrich Nietzsche es formulierte: „Wer ein Warum zum Leben hat, der erträgt fast jedes Wie.“

Wieder nahbar – verletzlich sein und werden wie ein Kind

Was hilft mir heute? Alleine es meinen engsten Gefährten zu erzählen und diesen Artikel zu schreiben, bedeutet, wieder durchlässiger und verletzlicher zu werden. Zudem lerne ich wieder von Kindern: Sie sind das Gegenteil von dem, was ich lange gepflegt habe. Sie sind „filterlos“, unmittelbar und echt. So wie sie sich fühlen – so zeigen sie sich. Das will ich wieder lernen. Umso mehr genieße ich die Zeit hier in Greifswald mit den vielen Kindern in unserem Haus. Es ist mir eine wahre Freude, diese vernachlässigte Seite wieder aufleben lassen: Blödsinn machen, Scherzhaftes ernsthaft und Ernstes lustig zum Ausdruck bringen.

Macht Macht einsam?

Macht Macht einsam? Es kommt darauf an. Die Einsamkeitserfahrung im Leitungsamt hat sicher viele Faktoren – und hat doch im Wesentlichen mit einem selbst zu tun. Ob wir einsam bleiben oder nicht, entscheidet sich unter anderem an der Frage: Vor wem kann ich mich verletzlich zeigen? Vor wem kann ich sein, wie ich bin?



Konstantin Mascher lebt mit seiner Familie in der OJC in Greifswald und sein Motto lautet: *Life is better on a bicycle.*

Du hast meine Klage verwandelt...

Ein neues Buch über das Leben von Eva von Tiele-Winckler



EMPFEHLUNG VON FRIEDERIKE KLENK | „Maaamaa! Es ist ein lautloser Schrei“. Mit diesen Worten beginnt die spannende Erzählung einer unglücklichen Jugendlichen, die in einem goldenen Käfig aufwächst.

300 Zimmer hat das Schloss in Miechowitz/Schlesien, in dem sie inmitten einer großen Familie wohnt. Als sie 13 Jahre alt ist, stirbt die Mutter, die Eva über alles geliebt hat und monatelang begleitet sie die Frage: „Mama, warum hast du mich verlassen?“ Für Eva hat, seit dem Tod der Mutter, alles die Farbe von Asche. Ihr einziger Trost ist Thor, ein Bernhardiner, mit dem sie lange Spaziergänge durch den weitläufigen Wald machen kann und dem sie ihr Herz zeigt.

Der Name Eva von Tiele-Winckler ist mir seit meiner Jugend bekannt. Es gibt eine Reihe von Biographien über sie, die sie als glaubensstarke, erwachsene und zielstrebige Gründerin des Friedensshorts beschreiben, einer Heimat für Heimatlose. Dass sie auch eine einsame, unglückliche und verschlossene Jugendliche war, erfahren wir in der neuen Biographie von Lydia Betz-Michels. Und auch, wie sie, Schritt für Schritt, den Weg aus Einsamkeit, Verlassenheit und Ängsten heraus findet und zu einer neuen großen Liebe – zu Gott und heimatlosen jungen und alten Menschen.

Für den Vater ist es selbstverständlich, dass Eva, genau wie ihre Schwestern, einen Adligen heiratet. Es ist schließlich Ende des 19. Jahrhunderts und die Familie ist reich und mit

dem Kaiser in Berlin befreundet. Der Adel und die gewöhnlichen Leute im Dorf leben streng getrennt. Aber Eva erlebt auch, dass ihre Mutter eine Armenspeisung für die Alten im Dorf eingerichtet hatte. Jeden Mittag wird Essen gekocht, ausgeschenkt und mitgegeben. Irgendwann fällt Eva auf, dass sie nichts kennt als das Schloss, den Park und den Wald. Sie ist nie im Dorf bei Familien oder anderen Kindern. Der Vater bezahlt Privatlehrer und Betreuerinnen für sie und ihre Schwestern.

Doch Eva ist neugierig. Sie will wissen, wie die Menschen im Dorf leben. Der Vater verbietet es ihr. Je älter sie wird, umso mehr beschäftigen sie Fragen nach dem Sinn des Lebens.

Sie liebt es zu lesen und findet in den Tagebüchern ihrer Mutter Anregung und Ermutigung. Und ganz bewusst beschließt sie, dass sie das Leben meistern will wie ihre Mutter, dass sie Gott finden will, Gutes tun und sich um Arme kümmern.

Diese Entscheidung wird der Anfang für eine neue Richtung. – Noch ist der Weg weit.

In vier großen Kapiteln beschreibt die Autorin den Weg der verängstigten Jugendlichen zu einer immer mutiger werdenden jungen Frau, die sich auch durch viele Hindernisse nicht davon abbringen lässt, dass ihr Herz Christus und den Armen gehört.

Lydia Betz-Michels: „Freliczka“ Eva von Tiele-Winckler. Vom adligen Fräulein zur Mutter der Armen, Laumann-Verlag, ISBN: 978-3-89960-510-5

WIR SUCHEN EUCH!

Hier könnt ihr Kraft und Erfahrung
in einen gemeinsamen Auftrag
investieren und ihn zu eurem machen –
gerne auch als Ehepaar oder Familie.

Wir suchen Menschen,
die gerne Jesus nachfolgen,
in Gemeinschaft leben wollen

und ein Herz für
die Menschen dieser
Welt haben.

Aktuell suchen wir Personen, die uns im
Bereich Küche und Handwerk unterstützen.
Wir freuen uns aber auch über eure Bewerbung, wenn
ihr eine ganz andere berufliche Qualifikation mitbringt.

OJC-Küche

Gastfreundschaft setzt du am
liebsten kulinarisch um und gutes
Essen ist deine Passion. Du bist
fit und kompetent, die Küche im
Begegnungszentrum REZ zu leiten.

Werde Teil unserer Lebens-
gemeinschaft oder komm zu uns
im Angestellten-Verhältnis.

Handwerker-Team

Gestalten und Bauen ist genau
dein Ding. Mit Holz, Stein, Elektrik
oder Metall, auf jeden Fall auch in
das Lebensfundament der jungen
Generation. Packe mit an.

Komm auf unsere Baustellen
der Hoffnung!



Mehr Infos:
www.ojc.de/stellenangebote

**Kommt und findet heraus,
ob euer Platz bei uns ist.**
Meldet euch bei Hanne Dangmann,
Tel.: 06164 9308 236
E-Mail: hanne.dangmann@ojc.de



Reichelsheim

6. Dezember 2025, 9.30–18.00 Uhr

Oasentag im Advent (ab 40 Jahren)

EIN TAG IN DER STILLE

Reichelsheim / Tannenhof

Mitten in der oft vollen Adventszeit bist du herzlich eingeladen zu einem Pause-Tag. Wir wollen uns ausrichten auf den nahenden königlichen Geburtstag. Die Elemente des Tages laden ein zum einfach Da-Sein, zum Stille-Werden und zum Sich-Beschenken-lassen. Optionen auf www.ojc.de/veranstaltungen

Zielgruppe: Alle, die sich nach Stille sehnenTeam: Heidi Sperr, Dorothea Jehle, Silke EdelmannKosten: 38 € für den Oasentag inkl. Stille-Zimmer, Imbiss zum Start, Mittagessen, Kaffee + Kuchen

Nächster Oasentag: 14. März 2026 (ohne Advent!)



6. Dezember 2025, 9.30–21.00 Uhr

Oasentag für junge Erwachsene

KLEINE AUSZEIT IM ADVENT

Reichelsheim / Begegnungszentrum

Herzliche Einladung zu einem Tag, an dem man nichts muss, einfach da sein kann und trotzdem beschenkt wird. Wir erwarten dich und freuen uns, dir den Tag so schön zu gestalten, dass du erfrischt weiterziehst. Optionen auf www.ojc.de/veranstaltungen

Zielgruppe: junge ErwachseneTeam: Hanna Epting mit REZ-TeamKosten: 38 € für den Oasentag inkl. Stille-Zimmer, Mittagessen und festlichem Abendessen

Nächster Oasentag: 14. März 2026 (ohne Advent!)



20.–22. Februar 2026

FamilienBROT

IMPULS- UND BACKWOCHELENDE FÜR FAMILIEN

Reichelsheim / Begegnungszentrum

Leckeres Gebäck braucht gute Zutaten, muss geknetet werden und braucht Ruhezeit. Auch im Familienleben gibt es Reibung und wir brauchen Zeiten der Ruhe. Das Brotteigkneten bietet viel Gelegenheit für den Austausch untereinander. Ein Wochenende für Leib und Seele – in Kooperation mit familienbegleiten.de

Zielgruppe: Familien mit Kindern bis 10 JahrenTeam: Stephanie Haug (familienbegleiten), Meike Richter und Konstantin Mascher (OJC)Kosten: Familienzimmer 116 € (Ü/V) pro Erw. 50 € (Ü/V) Kinder 3–10 Jahre, Kinder 0–2 kostenfrei. Seminargebühr wird von der ojcos-stiftung gefördert.Anmeldung: tagungen@ojc.de

SAVE THE DATE! 20.–22. März 2026

Moving – Als Team im Quartier

INSPIRATION, REFLEXION, ERFAHRUNGSAUSTAUSCH

Neufrankenroda b. Gotha (Siloah)

Wir laden Leute ein, die bereits in Stadtteil-Initiativen engagiert sind – oder sich dafür interessieren. Gemeinsam wollen wir hören, lernen und Schätze teilen. Es geht um die eigene innere und äußere Bewegung, um die Lernprozesse, in denen wir in unseren Teams stehen. Was verbindet uns, was trennt uns, wie gehen wir mit Konflikten und Unterschieden um? Wie wird unser Miteinander Zeichen der Hoffnung?

Zielgruppe: Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen aus Stadtteil-InitiativenMehr Infos und Anmeldung: Frank Paul, chacofrank@gmx.de

Termine Greifswald

23.–25. Januar 2026

„Wir sind ein ~~kl~~asse Team“

VATER-KIND-WOCHENENDE

Weitenhagen bei Greifswald

Wie können gemeinsame Erfahrungen die Verbindung zwischen Vater und Kind stärken? An diesem Wochenende laden wir Väter mit Kindern im Alter von 8 bis 12 Jahren ein, sich gemeinsam auf ein handwerkliches, spielerisches und geistliches Abenteuer einzulassen. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Bauen eines Klask-Spiels – eine kreative Herausforderung, bei der Teamarbeit gefragt ist. Dazu gehört Zeit miteinander: Gespräche, thematische Impulse zum Vatersein, Andachten, eine Sonntagsbegrüßung und ein gemeinsamer Gottesdienst geben Raum für Beziehung, Reflexion und Ermutigung. Neben dem Austausch mit anderen Vätern stehen vor allem die persönlichen Momente mit dem eigenen Kind im Fokus – beim Spielen, in der Stille, im Gespräch und beim Werkeln.

Team: Konstantin Mascher, Daniel Schneider und Jonas Großmann

Seminargebühr und Ü-kosten auf: www.weitenhagen.de

Anmeldung: Haus der Stille in Weitenhagen

2.–5. April 2026

Ostern erleben

OSTERFREIZEIT

Weitenhagen bei Greifswald

Wir laden dazu ein, die Kar- und Ostertage gemeinsam zu erleben. Wir starten mit einer Sederfeier am Donnerstagabend. Die Kartage werden gestaltet mit einem Gottesdienst, biblischen Impulsen und Zeiten der Stille. Die gemeinsamen Tage enden am Sonntag nach einem Familiengottesdienst und dem Mittagessen. Für Kinder wird teilweise ein separates Programm angeboten.

Team: OJC Greifswald, Pastor Noel-Hendrik Klentze

Seminargebühr und Ü-kosten auf: www.weitenhagen.de

Anmeldung: Haus der Stille in Weitenhagen



Informationen zu diesen und weiteren Veranstaltungen in Reichelsheim:

Ursula Räder, Tel. 06164 515573,

E-Mail: tagungen@ojc.de

Online unter www.ojc.de/veranstaltungen



Euer Kommen soll nicht an den Finanzen scheitern. Bitte spricht uns an.

1.–3. Mai 2026

LebensBROT – Schmecket und sehet

BROTBACK-SEMINAR

Weitenhagen bei Greifswald

Jesus Christus spricht: Ich bin das Brot des Lebens. Wer zu mir kommt, den wird nicht hungern; und wer an mich glaubt, den wird nimmermehr dürsten. (Joh. 6,35). Beim Brotbacken, einer Sonntagsbegrüßung, Stille, Bibelstudie und im Brechen des Brotes im Abendmahl nähern wir uns diesem Jesuswort ganz anschaulich. Wir backen mit Weizensauerteig alle möglichen Gebäcksorten: von Brötchen, Brot, Fladenbrote, Kuchen bis Pizzen.

Zielgruppe: Brotliebhaber und Gernebäcker

Team: Konstantin Mascher und Carolin Schneider

Seminargebühr und Ü-kosten auf: www.weitenhagen.de

Anmeldung: Haus der Stille in Weitenhagen

In jedem Menschen gibt es eine
Einsamkeit, die keine menschliche
Zuwendung ausfüllen kann. Dennoch bist
du nie allein. Schaust du in dich, in das Innerste
deines Herzens, wirst du erkennen, dass tief in dir,
dort wo kein Mensch dem anderen gleicht,
Christus auf dich wartet.

FRÈRE ROGER, DIE QUELLEN VON TAIZÉ

