

Thema

Allein oder einsam

Inhaltsverzeichnis

Lieber Leser, liebe Leserin	3
Thema: Allein oder einsam	
Geistliches Wort	4
Einsamkeit - eine Annäherung	7
Alles begann mit Antonius	8
Allein oder einsam	11
Alles ist Stille	13
Die Seele dürstet	14
Allein unter vielen	16
Die Einsamkeit oder das Alleinsein der Männer	18
Ayaanaa in der Oromo Tradition	19
Du bist doch Single	21
Wohnen, wo ich hingehöre	23

Aus dem Diakoniekonvent

Zur Erinnerung	25
Vorankündigung	25
Laurentius-Hospiz	30
Ideenbörse für die Seniorenarbeit	31
Diakon und Diakonin ein Leben lang	32
Termine Refugiumsabende und Fürbittandachten	33

Einsendeschluss / Impressum / Konten	35
Letzte Seite	36

Lieber Leser, liebe Leserin.

Liebe Brüder und Schwestern,

In Deutschland gibt es ca. 12 Millionen „Singles“, ich bin eine von ihnen. Ich weiß also aus eigener Erfahrung, wie es sich anfühlt. Und wie so vieles im Leben hat auch dieses „alleine leben“ seine zwei Seiten, die in den Beiträgen dieses Rundbriefes deutlich beschrieben werden.

Neben den sehr persönlichen Beiträgen über das „alleine leben“ gibt es aber auch den Bezug zum beruflichen Kontext.

In allen Beispielen zeigt sich, dass alleine leben einen größeren Aufwand an Organisation, an Anstrengungen benötigt um sein Leben zu gestalten. Kommunikation ist das Stichwort. Ohne selbst auf andere zuzugehen, kann das Alleinsein dann schnell zu Einsamkeit werden.

Allerdings ist das Leben in Beziehung oder in einer Ansammlung von Menschen um uns herum keine Garantie, nicht zu vereinsamen. Auch das wird in den Beiträgen dieses Rundbriefes deutlich.

Das Alleinsein, auf Zeit gewählt, ist für so manchen Kraftquelle. Auch dafür gibt es gute Beispiele. Bei unseren Recherchen sind wir auf den Bericht einer Vogelwartin gestoßen, die von März bis Oktober auf einer ganz kleinen Insel vor der schleswig-holsteinischen Küste lebt und arbeitet. Sie erlebt das Alleinsein mit der Natur und mit sich selbst als Erfüllung und Stärkung.

Wichtig ist mir, eine gesunde Mischung im Leben zu finden von Alleinsein und Geselligkeit, damit aus zeitweisem Alleinsein keine bedrohliche Einsamkeit wird.

Ingeborg Willemsen

Geistliches Wort

Wo bin ich zu Hause?

von Heinz Gronewold

Vor nicht langer Zeit schaute mich meine Frau einmal an und sagte: "Wir hatten ein reiches, gutes Leben!" So sehe ich das auch. Über Jahrzehnte leben in Gemeinschaft: Ehe und Familie, Diakoniekonvent und Hospizgruppen, Dienstgemeinschaft und Nachbarschaft...

Und nun? Ich bin das erste Mal in meinem Leben allein. Niemand wartet auf mich. Wenn ich nach Hause komme, werde ich nicht gefragt, wo ich war, was ich gemacht oder wen ich getroffen habe. Ich kann machen, was ich will. Aber das gefällt mir ganz und gar nicht! Ich bin allein, ich habe nicht gelernt, damit umzugehen. Mir hilft auch nicht der Gedanke, dass es unzähligen Männern und Frauen genau so geht.

In meiner Not tue ich das, was ich gelernt habe, ich bete. Häufiger und länger als sonst. „Wende dich zu mir, Gott, neige dich zu mir, allein und verzweifelt bin ich!“ (Ps. 25,16). Solche Aussagen der Bibel bestätigen mir, wie sehr das Alleinsein offensichtlich zu den Grunderfahrungen des Menschen

gehört. Das zu wissen tut mir gut. Und ich blättere weiter und lese im 68. Psalm: „Singet Gott, lobsinget seinem Namen. Macht Bahn dem, der die Einsamen nach Hause bringt.“ (Vers 5 und 7)

Wenn das Leben zur Wüste wird, bedarf ich der Hilfe. Und wer kein Zuhause hat, irrt umher und fühlt sich unter Umständen sogar inmitten vieler Menschen einsam. In einer solchen Situation lenkt der Psalmbeter den Blick in eine andere Richtung. Wir sind nicht allein, Gott ist unterwegs und bietet sich an zur Orientierung in der Wüste, um den Weg nach Hause zu zeigen. Ja - um ein Zuhause anzubieten.

„In meines Vaters Haus sind viele Wohnungen ...“ Dieses Bild aus den Abschiedsreden Jesu (Joh. 14) habe ich oft auf dem Friedhof gelesen. Es gehört zu meinem Schatz der biblischen Trostworte, wie das „Gott wird abwischen alle Tränen..“(Offb. 21).

Wo bin ich Zuhause? In den letzten 10 Jahren dreimal umgezogen, kann da die Seele nachkommen? Da war viel zu verkraften. Und trotzdem „Singet dem Herrn, lobsinget seinem Namen“?

Im Timotheusbrief ist zu lesen „Nur die wirkliche Witwe (d.h. die ganz allein da steht) hofft ausschließlich auf Gott“. Ich erlebe, dass da etwas dran ist. Wer mit dem eigenen Latein am Ende ist, besinnt sich auf den – der es sich gefallen lässt, als Lückenbüßer herzuhalten. ER ist ein Gott, der die Einsamen nach Hause bringt.

Wir haben das ja alle gelernt. Wir wissen viel über die Grundlagen christlichen Glaubens. Aber Wohlstand und Wohlergehen decken vieles zu. Formen geistlichen Lebens werden allzu schnell und leicht überlagert von „tausend Dingen“, die unsere Zeit und Kraft in Anspruch nehmen. Und wenn uns dann aktuelle Ereignisse aus der Bahn werfen, kommen wir ins Schleudern.

Ich war eine Woche in Imshausen in der Kommunität. Das habe ich ja auch früher öfter gemacht, wenn ich zur Ruhe kommen wollte und geistliche Orientierung suchte. Die Einkehrtage mit Schweigen, Stundengebeten und geistlichen Impulsen haben mir sehr gut getan. Sie bestätigen mir, was wir schon im Brüderhaus gelernt haben: eine Tagesstruktur, in der Gott Plätze hat, die reserviert sind, ist eine gute

Hilfe. Für Alleinlebende ist das vermutlich besonders wichtig.

Im Gebet und bei der Bibellese ist zu spüren, ich bin nicht allein! „Singet Gott, schüttet einen Weg auf ...“. Ganz praktisch kann das gehen. Nach dem Aufwachen z.B. die Füße vor dem Bett auf den Fußboden stellen und den Tag ganz bewusst nicht allein beginnen, sondern „Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen. Ich danke dir ...“ (s. EG 815, Luthers Morgensegen). Dabei kann dann auffallen, dass auch Gott nicht allein ist. Wir mögen Schwierigkeiten mit der Trinität haben, wenn wir sie erklären wollen. Trotzdem sind wir eingeübt, Gott und Jesus Christus und die Heilige Geistkraft zusammen zu denken und zu glauben. Wollte Gott auch nicht allein sein? Ich frage einfach mal so ... Immerhin gibt schon der erste Schöpfungsbericht Anlass, solche Gedanken zu haben. „Gott sprach: lasset uns Menschen machen, ein Bild, das uns gleich sei ...“ (Gen.1, 26)

Allein oder einsam? Ich ahne, dass Einsamkeit etwas zu tun hat mit Beziehungslosigkeit. Wer allein ist und nur sich hat und für sich alleine lebt, wird das vermut-

Geistliches Wort

lich auf Dauer nicht aushalten, ohne Schaden zu nehmen. Wer aber weiß, die oder der denkt an mich, betet vielleicht sogar für mich, der kann das als wichtige Hilfe erfahren. Und anders herum, wer Menschen hat, die auf ihn / sie warten und sich freuen über Kontakte oder gemeinsames Tun, erlebt sich in Beziehung.

Voller Dank erinnere ich mich meiner geistlichen „Vizemutter“. Drei- ßig Jahre lebte sie in einem Pflegeheim. Ihr materieller Radius war klein, ihr geistlicher Horizont dagegen sehr groß. Sie war eine Beterin. Ihre Fürbitte galt vielen Menschen (u. a. dem Bruder Philipp in Imshausen und mir und meiner Familie). Sie lebte in großem Gottvertrauen und konnte andere damit anstecken. Drei- ßig Jahre war sie allein in einem kleinen Zimmer, aber sie war nie einsam. Schon zu Lebzeiten war ihr Zuhause im Himmel. Zivildienstleistende, die sie betreuten, haben sie verehrt. Als ich sie kennenlernte (während des Gemeindepraktikums in Lohne wohnte ich bei ihr), haben wir abends die Complet zusammen gebetet. Danach konnte die Nacht kommen!

Ich hatte oben gesagt, eine Ta-

gesstruktur ist günstig, in der Gott Plätze hat, die reserviert sind. Jede und jeder mag für sich schauen, wie das aussehen kann. Und auch was und wie gebetet werden kann. Als Austausch darüber bietet sich die „Werkstatt Spiritualität“ im Lutherstift an (10.-12.2.2012).

Mir ist es ein guter Gedanke, zu wissen und zu spüren: wenn ich bete, bin ich weder allein noch einsam. Dann bin ich eingebunden in die große Schar derer, die wissen, wo sie letztlich Zuhause sind. Und dann kann ich auch einstimmen in das

„Singt für die Gottheit, die Einsame nach Hause bringt und Gefangene ins Freie führt.“ (Ps. 68, Bibel in gerechter Sprache)

Einsamkeit – eine Annäherung

von Brigitte Kühntopf

In begrifflicher Hinsicht muss „Einsamkeit“ vom oft damit verwechseltem „Alleinsein“ getrennt werden, denn während Einsamkeit ein subjektiv unangenehmes Gefühl ist, bezieht sich „allein“ auf eine objektive Zustandsbeschreibung. Der Zustand des Alleinseins kann aber auch als eine geistige Erholung zur Ordnung von Gedanken und zur Entwicklung von Kreativität empfunden werden.

Eine zunehmende Zahl von Menschen verschiedener Altersgruppen in den Industrienationen sind die sogenannten „Singles“, Männer und Frauen, die aus den unterschiedlichsten Gründen alleine leben. Diese Lebensform besteht bei oberflächlicher Betrachtung durch die Freiheit der Entscheidungen das eigene Leben zu gestalten. Bei genauerer Betrachtung wird deutlich, dass bei dieser Lebensform vertraute Kommunikationspartner oft schmerzlich vermisst werden.

In der Sozialpsychologie wird Einsamkeit als gleichbedeutend mit sozialer Isolation gesehen, ist also ein negativ belasteter Begriff. Ob

gewollt oder nicht, bilden sich unter dem Einfluss von Einsamkeit soziale Einstellungen, Verhaltensweisen und Gefühle heraus, die vom gesellschaftlichen Standard abweichen. Der Volksmund sagt dann auch, dass da jemand „wunderlich“ oder „komisch“ geworden ist.

In der Altersmedizin werden daher auch die sozialen Beziehungen einer Person erfragt, weil ein Zusammenhang zwischen Einsamkeit und einzelnen Krankheitsverläufen vermutet wird.

In der Kunst und Literatur wird Einsamkeit öfter positiv gewertet, als Rückzug des Menschen aus dem geschäftigen Alltag in die Selbstbesinnung und geistige Aktivität. In der Zeit der Romantik wird der Einsame als ein Mensch dargestellt, der sich in die eigene Innerlichkeit zurückzieht und so einer verständnislosen, oberflächlichen Außenwelt entkommt. Ein bekanntes Beispiel ist Goethes „Werther“. Der Barockdichter Andreas Gryphius, Nikolaus Lenau, Friedrich Nietzsche und Hermann Hesse sind bekannte Repräsentanten einer Einsamkeitsdichtung. In der Mitte des 20. Jahrhunderts beschreiben Heinrich Böll und Wolfgang Borchert die wachsende

Allein oder einsam

Skepsis gegenüber einer Menschengemeinschaft, die nicht mehr als schützend und entlastend empfunden wird, sondern die Menschen allein und einsam sein lässt.

In der Malerei thematisieren Caspar David Friedrich und auch Vincent van Gogh Einsamkeitserfahrungen. In der amerikanischen Moderne nimmt das Werk des 1967 verstorbenen Malers Edward Hopper einen besonderen Rang in der Darstellung von Einsamkeit des modernen Menschen ein. Beherrschendes Motiv sind immer Menschen, die zwar beieinander sind, aber jeden Bezug zueinander verloren haben.

Der Schriftsteller Alfred Polgar schrieb den Satz: „Wenn dich alles verlassen hat, kommt das Alleinsein. Wenn du alles verlassen hast, kommt die Einsamkeit.“

Alles begann mit Antonius

von Kurt Dantzer

Mit der Geschichte, von der ich berichten will, bin ich Anfang der 60er Jahre durch Hausvater Kühnau in Berührung gekommen. Er las uns jungen Brüdern vom Weg eines russischen Pilgers vor, der im frühen 19. Jh. auf der Suche nach dem „immer währenden Gebet“ war. Später, Anfang der 80er Jahre, habe ich selber auf diese Weise beten gelernt und bin dabei geblieben. Doch die Geschichte begann viel früher: mit Antonius, den sie später „den Großen“ nannten.

Um 251 n. Chr. wurde er in Come in Mittelägypten geboren. Dort wuchs er als Sohn einer wohlhabenden christlichen Fellachenfamilie auf. Mit 20 Jahren verlor er beide Eltern. Er trat ein reiches Erbe an, zugleich geriet er in eine tiefe Krise. Im Gottesdienst hörte er bei der Lesung des Evangeliums die Worte: „Geh, verkauf deinen Besitz und gib das Geld den Armen ... dann komm und folge mir nach“ (Mt. 19,21). Dies traf ihn in seinem Innersten. Er entschloss sich, seinen Besitz zu verteilen und verdingte sich als Tagelöhner in der Nähe seines Heimatdorfes.

Dann bekam er eine zweite Berufung. Er solle in die Einsamkeit gehen. So zog er in die Wüste, wo er zwanzig Jahre in einer Felsengrabkammer lebte. Danach zog es ihn in die noch tiefere Einsamkeit eines entlegenen Berges. Dort wurde er von furchtbaren Anfechtungen und heftigen Kämpfen mit Dämonen erschüttert. Er überstand diese Kämpfe nicht nur, er bestand sie als Sieger. Die Menschen, die ihn hinterher zu Gesicht bekamen, staunten über seine gute körperliche und seelische Verfassung. Ein Strahlen sei von ihm ausgegangen. „Er blieb ganz er selber, wie ein Mensch, den der Verstand regiert und der im Einklang lebt mit der Natur.“ So berichtete es Bischof Athanasius, den eine tiefe Freundschaft mit Antonius verband.

Der Weg des Antonius in die Einsamkeit hatte in der Geschichte der christlichen Frömmigkeit weitreichende Auswirkungen. Viele Schüler folgten ihm schon zu seinen Lebzeiten in die Wüste, um ein Leben wie er zu führen. Und das nicht in Selbstgenügsamkeit, sondern um einen *Kampf* zu bestehen: den Kampf *mit sich selbst* und *mit den Mächten des Bösen*. Diese Mächte sahen sie, wie in der Antike weit verbreitet, beson-

ders in den menschlichen Begierden nach Besitz und Macht, Sexualität und Völlerei wirken. Sie sahen sie auch in der Kirche verbreitet, seit die Christen im römischen Reich nicht mehr verfolgt wurden. Ausgehend von den großen Metropolen hatte sich in den christlichen Häusern und Gemeinden Ägyptens ein Lebensstil verbreitet, in dem viele nicht mehr die Nachfolge Jesu erkannten. Wo es übertriebenen Luxus, Ungerechtigkeit und Feindschaft auch unter den Christen gab, wurde das Zeugnis von dem Gott Jesu Christi zunehmend unglaubwürdig.

Wo aber konnte es glaubwürdig gelebt werden? Eine scheinbar paradoxe Antwort bot sich dort an, wo *Askese* (= Übung), wie in der Antike allgemein, noch eine kämpferische, sportliche Note und zudem Zeugnischarakter hatte: in der *Abwendung* von dem Getriebe der Städte auf dem *Weg in die Einsamkeit*.

Es waren tausende von Männern und auch Frauen, die im 4./5. Jahrhundert ihren Weg in die ägyptischen, libyschen, syrischen und palästinensischen Wüsten nahmen, eine Bewegung, die in ihrer Radikalität das Christentum nachhaltig erschütterte – und be-

Allein oder einsam

lebte! Denn, so wird berichtet, zigtausende von Menschen zogen in Pilgergruppen zu diesen Einsiedlern, den *eremitae* (griech. *eremos* = einsam) hin, um von ihnen Rat und Seelsorge zu erhalten. Dabei führten die sog. *abbas* und *ammas*, die Wüstenväter und -mütter, alles andere als ein beschauliches Leben. Denn sie hatten für ihren Lebensunterhalt harte Handarbeit zu leisten. Und die Besuche der vielen Pilgergruppen erforderten viel Zeit und seelische Kraft.

Die *Kraft* erwuchs ihnen gerade in der *Distanz* zu dem Alltag, von dem sie sich abgewandt hatten. Sie erwuchs ihnen an Orten, an denen sie fast völlig einsam oder, wenn in Siedlungen, so doch für sich allein lebten. Zwar besuchten sie sich gegenseitig und begleiteten einander in ihren eigenen Nöten und Fragen. Vor allem aber verbrachten sie – wenn sie nicht auch die Schönheiten der Wüste genossen – lange Zeiten der Tage und Nächte in ihrer eigenen Behausung, dem *kellion* (= Zelle, kleines Kloster), im Gebet.

Denn in der Nachfolge Jesu zu leben bedeutete für sie, in der *Gegenwart Gottes* zu leben, also im *ständigen Gebet*. Darum wurde es übliche Praxis unter ihnen, den

Namen Gottes bei der Arbeit wie bei der Ruhe ständig betend anzurufen – etwa in dem „Kyrie eleison“ oder „Christe eleison“ oder in dem Ruf „Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner“. Sie beteten es leise sprechend oder schweigend im Rhythmus des Herzschlags oder des Atems. Und sie taten es in Achtsamkeit für das, was im *Herzraum* betend mit ihnen geschah. Darum wurde ihre Gebetsweise

„*Herzensgebet*“ genannt. In dem Namen Jesus hörten sie Gottes erbarmende Zuwendung. Sie wurde ihnen – körperlich und atmosphärisch – spürbar. Zugleich nahmen sie sich in ihrer Widersprüchlichkeit, in ihrem eigenen Abstand zu Gott wahr. So war bei allem, was sie in Angriff nahmen, immer die eine Schlüsselfrage präsent: „Ich – wer bin ich?“

In der Einsamkeit derart mit sich selbst konfrontiert zu sein, führte diese Männer und Frauen in eine tiefe *Demut*. Denn sie lernten ihre Grenzen, ihre Schattenseiten, ihre destruktiven Neigungen schonungslos kennen. Sich aber dem *Erbarmen Gottes* überlassen zu können, der ganz ursprünglichen und unbedingten Zuwendung des Schöpfers, führte sie in eine *Ruhe des Herzens* (griech. *hesychia*), in

einen Seelenfrieden, der je länger der Weg in der Wüste dauerte, desto tiefer in ihr Leben und Handeln eindrang.

Diese Ruhe war ein charakteristisches Merkmal der Menschen in der Wüste. Viele wurden darum nicht nur aufgesucht, sondern auch gebeten, in die Dörfer und Städte zu kommen und Rat gebend oder mahnend in das kirchliche, soziale und politische Leben einzugreifen.

Es war nur eine Frage der Zeit, dass sich die „hesychastische“ Lebensweise und das Gebet des Herzens über die Grenzen der Wüste ausbreitete – bis zu uns hin. Doch das ist eine eigene Geschichte.

Allein oder einsam

von Maria Luise Ruckteschler

Das Thema dieses Rundbriefes entspricht, so wie es formuliert ist, meinen eigenen Erfahrungen. Sonst wird fast immer gleichgesetzt, wer allein ist, muss auch einsam sein. Das bedeutet dann „allein UND einsam“. Ich habe immer allein gelebt und mich FRÜHER auch einsam gefühlt, trotz meiner verantwortungsvollen

beruflichen Arbeit mit jungen Menschen. Meist war ich verletzt, wenn ich das Gefühl hatte, ich bin für eine Freundin nicht die wichtigste Person. Ich fühlte mich dann einsam UND allein.

Das hat sich seit etwa zehn Jahren verändert. Da tauchte bei einer Meditation Jesus auf und zwei Engel. Sie segneten mich. Seitdem fühle ich mich bei Jesus und den Engeln aufgehoben. Sie begleiten mich und ich kann mich immer an sie wenden. Das mache ich auch. Wenn ich zum Beispiel unterwegs bin, denke ich an sie und spüre sie. Morgens und abends halte ich 20 Minuten „Stille Zeit“, dabei habe ich eine besonders starke Begegnung.

So lebe ich geborgen, kann für andere da sein, aber ich bin nicht mehr auf jemanden angewiesen oder abhängig.

Auch jetzt, in dem Seniorenstift, wo ich wohne, suche ich keinen Kontakt. Ich lebe allein und kann mich selbst versorgen. Ich nehme nicht teil an den Veranstaltungen, auch nicht an den gemeinsamen Mahlzeiten.

Ich bin dankbar, dass ich mein Leben allein und selbständig gestalten kann.

Allein oder einsam



„Der Wanderer über dem Nebelmeer“ (1818)

„Alles ist Stille-Stille-Stille um mich her ...“

von Heide Mais

„... allein und immer allein; es tut mir wohl, aber immer möchte ich es nicht so haben.“ Dies schreibt der Maler Caspar David Friedrich (*1774 in Greifswald; †1840 in Dresden) in einem Brief an seine Frau Christiane Caroline.

Caspar David Friedrich ist einer der wichtigsten Vertreter der deutschen Romantik. Seinen ersten Zeichenunterricht erhält er im Jahre 1790 durch den Greifswalder Universitätsbau- und Zeichenmeister Johann Gottfried Quistorp.

Der Schwerpunkt seiner Malerei liegt auf Landschaftsbildern, deren metaphorische Bedeutung Auskunft über das Menschenbild der Romantik geben. Kosmische Zusammenhänge und Rätsel sollen vor allem erfühlt werden. Caspar David Friedrich selbst drückt es so aus: „Der Maler soll nicht bloß malen, was er vor sich sieht, sondern auch, was er in sich sieht. Sieht er aber nichts in sich, so unterlasse er auch zu malen, was er vor sich sieht.“ Genau dies zeigt er in seinem 1818 entstandenen Gemälde „Wanderer über dem Nebelmeer“

in aller Deutlichkeit.

Die Rückenansicht eines Wanderers auf einem Berggipfel. Wirklich ein Wanderer? Wie kommt ein Mann in städtischer Kleidung, Ausgeschuhen und Gehstock auf einen schroffen Gipfel? Seine Haare sind vom Wind zerzaust. Er steht wie ein Denkmal inmitten des Bildes und schaut ins Nebelmeer, in die Weite. Seinen Gehstock hat er in die rechte Seite gestemmt, der linke Fuß steht in Siegerpose auf einem Felsen, fest und sicher steht er da.

Der Blick des Betrachters kann seinem Blick mühelos folgen. Einige Felsen und Berge sind im Hintergrund zu erkennen. Schaut man nur oberflächlich auf das Bild, wirkt die Landschaft durch den Nebel abweisend und kalt, aber bei näherem Hinsehen sind durchbrechende Sonnenstrahlen auszumachen, auch einige Bäume und Sträucher wachsen auf den kahlen Felsen, wie rechts im Bild zu sehen.

Der Wanderer steht zwar alleine über der Einsamkeit des Nebelmeeres, und doch vermittelt der Anblick der Landschaft ein Gefühl von Freiheit und vielleicht sogar Stolz. Es ist sein Besitz, der Besitz

Allein oder einsam

des Augenblicks, aber auch der Besitz des eigenen Inneren des Malers. Noch hat er nicht alles ergründet, was in ihm ist, der Nebel versperrt ihm die Sicht. Vielleicht wird er es niemals ergründen, denn der Blick in das Tal ist verdeckt, aber das, was da ist, lässt ihn stark werden, gibt ihm festen Halt. Der offene Himmel, auf den er schaut, lässt Neues vermuten, doch sein vorläufiges Ziel ist erreicht. Beschwerlich war die Wanderung sicherlich, was durch die dunkle untere Bildhälfte deutlich wird, doch nun steht er ruhig und aufrecht auf dem Felsen. Er genießt, im wahrsten Sinne des Wortes, den Augenblick. Nun wird es Zeit an den Abstieg zu denken, mögliche Gefahren, die im Nebel lauern, sind nicht ausgeschlossen, aber er hat Kraft geschöpft, Kraft in der unendlichen Weite und Einsamkeit, die vor ihm liegt.

Hier beschreibt Caspar David Friedrich meines Erachtens, wie es zu diesem Bild kam: „Schließe dein leibliches Auge, damit du mit dem geistigen Auge zuerst siehst dein Bild. Dann fördere zutage, was du im Dunkeln gesehen, dass es zurückwirke auf andere von außen nach innen.“

Die Seele dürstet

von Andrea Jonasson

Wo und wie begegnen mir in meiner Arbeit als Sozialberaterin Einsamkeit und Suchterkrankungen und wie bedingen sie sich?

Spontan fiel mir dazu ein: Zu mir kommen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die fest im Beruf stehen und die in der Regel mit sozialen Kontakten gut aufgestellt sind. Entweder haben sie Familie oder einen Freundeskreis, nur ganz selten begegnen mir Menschen die allein, einsam und suchtkrank sind.

Doch beim näheren Betrachten lasse ich Menschen an meinem inneren Auge vorbeiziehen, die zu mir in die Suchtberatung gekommen sind, und ich entdeckte unterschiedliche Facetten von Einsamkeit. Ich stelle fest, Einsamkeit ist nicht gleichbedeutend mit Alleinsein – ohne einen Menschen zu sein. Einsamkeit ist etwas, das tief in mir, in meinem Inneren stattfindet. Wenn ich Einsamkeit so verstehe – ja, dann treffen Einsamkeit und Suchterkrankung bei mir in der Beratung häufiger aufeinander.

Mir fällt hierzu der Satz von Aurelius Augustinus ein: „Die Seele nährt sich von dem, an dem sie sich erfreut.“ Hier greift der Mensch auf etwas Erfülltes, Sattes, Wohlgelungenes zurück und labt sich daran.

Für die Menschen, mit denen ich es in der Suchtberatung zu tun habe, passt jedoch zunächst der Satz: Die Seele dürstet nach dem, was ihr versagt geblieben ist, z.B.:

- ⇒ Die Anerkennung des Sohnes durch den Vater
- ⇒ Nähe und Zärtlichkeit von den Eltern
- ⇒ Eltern die da sind, die schützen und unterstützen
- ⇒ Ein Zuhause
- ⇒ Einen Menschen, der „ja“ zu mir sagt.

Menschen kommen zu mir in die Beratung, die noch nicht oder nicht mehr sehen, wovon sich ihre Seele nähren könnte. Ihre Wahrnehmungen und Gedanken von „ich bin nicht okay“, „ich bin nicht gewollt“, „ich bin nicht liebenswert“, „ich muss nur gut genug sein, dann...“, lösen Ängste, Traurigkeit, Wut und Hilflosigkeit aus. Die Betroffenen fangen an sich zu schützen, ziehen sich in sich zurück. Was bleibt ist oft ein Gefühl

von Leere, von Einsamkeit. Beide Gefühle sind für sie nur schwer auszuhalten. Der Wunsch, in einen anderen Gefühlszustand zu kommen, lässt manche Menschen zu einem Suchtmittel greifen. Eine andere Bewältigungsstrategie steht ihnen dann zurzeit nicht zur Verfügung. Demnach ist Einsamkeit und auch Alkoholismus ein Symptom, eine Folge von ...

Die Ursachen hierfür sind dort zu finden, „wonach die Seele dürstet“. Um diese Ursachen herauszufinden begeben sich die meisten meiner Klienten in eine Langzeittherapie. Da viele von ihnen hinterher wieder in die betriebliche Gesprächsgruppe kommen, darf ich auch erleben, wie sie ihr Leben zurück erobern, wie die innere Leere angefüllt wird und das Gefühl der Einsamkeit weicht. Die meisten erfahren hier, dass durch die Trockenheit die Seele positive und freudige Erfahrungen sammeln konnte, an denen sie sich nun nähren kann.

Ich will nicht verschweigen, dass ich auch erleben musste, dass die Seele solch einen Schaden genommen hat, dass es den Betroffenen, bei all ihren Bemühungen, nicht gelungen ist auf Dauer Abstinenz zu leben oder dass sie gar

Allein oder einsam

den Tod gefunden haben.

Der Weg von der Seele, die es dürstet bis zur Seele, die sich nährt, ist für Suchtkranke oft ein langer und zunächst einsamer Weg, der mir den größten Respekt abverlangt.

**Wir Menschen
brauchen beides,
Geselligkeit
und
Einsamkeit,
um innerlich gesund
zu bleiben.
Eins allein wird uns
immer krank machen.**

Wilhelm von Kügelgen

Allein unter vielen

von Renate Klein

Allein unter vielen, geht das überhaupt? Objektiv gesehen natürlich nicht, aber subjektiv gesehen geht das durchaus. Alleinsein ist für viele Menschen der Alltag, weil da niemand ist, der den Alltag mit ihnen teilt. Ob gewollt oder ungewollt, sie sind allein. Andere sehnen sich regelrecht danach, endlich mal alleine zu sein, weil sie immer viele Menschen um sich herum haben. Sie kommen oft nicht dazu, etwas Zeit für sich zu nutzen.

„Ich bin ganz alleine“, da höre ich schon von vielen ein – oooohh! Ganz selten kommt die Reaktion – „du Glückliche“, obwohl dieses Gefühl auch möglich ist. Damit komme ich zurück auf den Titel meines Artikels - allein unter vielen.

Es ist ein sehr negativ bewertetes Gefühl, weil ein Mensch, der sich allein unter vielen fühlt, damit todunglücklich ist. Dieses Gefühl leitet sich oft aus einer Lebenssituation ab, bei der der Mensch eine Ablehnung erfahren hat und sich aus diesem Grund ungeliebt fühlt.

Vielen Adoptivkindern geht das so, wenn sie (oft viel zu spät) erfahren, dass sie nicht das leibliche Kind ihrer Eltern sind. Von der leiblichen Mutter abgegeben worden zu sein, wird dann oft gleichgesetzt mit – nicht liebenswert zu sein. Der Eindruck, von den Adoptiveltern scheinbar geliebt zu werden ist da, es bleibt aber das Gefühl - eigentlich gehöre ich doch nicht dazu.

Da wo es vorher eine intakte Familie gab, mit Eltern, evtl. Geschwistern, Großeltern, Onkeln und Tanten, ist plötzlich eine Distanz entstanden. Eine Distanz, die aussagt: „Ich gehöre nicht dazu! Ich bin ganz allein“! Dieses kann soweit gehen, dass trotz vieler Menschen die um diese Person herum sind, sich Einsamkeit einstellt, weil die Anderen gefühlsmäßig nicht wahrgenommen werden.

Dieses Gefühl kennen aber auch die Menschen, die von ihren Partnern oder Kindern verlassen werden. Der Tod eines geliebten Menschen ruft oft ähnliche Gefühle hervor.

All diesen Menschen helfen dann wenig solche Sätze wie: „Du bist doch gar nicht allein, wir sind doch da“ oder: „Aber Du hast doch noch

deine ...“ oder: „Dein Bruder lebt doch noch“ oder: „Du hast doch noch mehr Kinder“. Bei den Adoptiveltern wird dann gesagt: „Aber sie lieben dich doch, sonst hätten sie dich doch nicht adoptiert.“ All diese gut gemeinten Sätze helfen nicht über das Gefühl hinweg: „Ich bin ganz allein, mutterseelenallein“!

Für viele ist es dann unbedingt notwendig sich professionelle Hilfe zu holen, damit sie wieder aus diesem negativ bewerteten Gefühl herauskommen und nicht in eine Depression fallen.

Alleinsein kann einfach eine Situationsbeschreibung sein, weil wir gerade mal alleine sind und kein anderer Mensch um uns herum ist. Ob das für jemanden positiv oder negativ ist, hängt von der jeweiligen Wunschvorstellung ab. Wenn wir mit dem Zustand des Alleineseins – nicht zufrieden sind, haben wir ja, so hoffe ich für alle, die Möglichkeit uns Gesellschaft zu suchen. Dass es nicht immer ganz einfach ist, weiß ich aus eigener Erfahrung.

Allein oder einsam

Die Einsamkeit oder das Alleinsein der Männer

von Bernhard Noormann

Männer trauern anders; Männer gehen anders mit Verlustängsten um; Männer versuchen anders als Frauen ihre Gefühle zu beherrschen. Interessant, dass das Thema „Einsamkeit“ in den herkömmlichen Männerkreisen und Gruppen bislang keine Rolle gespielt hat.

In den vielen Männergruppen, mit denen ich regelmäßig im Kontakt stehe, kommt Einsamkeit vor:

- ⇒ bei Verlust der Ehepartnerin oder der Lebensgefährtin suchen Männer „schnell“ wieder den Kontakt zu einer neuen Partnerin.
- ⇒ Ähnlich wie bei Frauen, finden einige Männer Halt in kirchlichen Kreisen und Gruppen, oder sie versuchen in anderen Aktivitäten einen neuen Aufgaben- und Wirkungskreis zu entdecken.
- ⇒ Vor allem das Fernsehgerät, mehr und mehr auch das Internet oder der regelmäßige Gang in die Stadt, über den Wochenmarkt, die Tasse Kaffee in der Fußgängerzone bilden einen neuen

Schwerpunkt.

- ⇒ Sicher sind viele Männer in ihrer Einsamkeit auch alkoholgefährdet, aber gesprochen wird darüber nicht.
- ⇒ Das Ende der Berufstätigkeit wird von vielen Männern als Abbruch eines sinnvollen Lebensweges gesehen. Die Chance, den neuen Freiraum zu nutzen, wird nicht sofort gesehen. Um nicht in ein Gefühl von Einsamkeit zu fallen, ist hier z. B. eine wichtige Aufgabe der Männerarbeit zu sehen.

Die Einsamkeit im Alter ist also sicher ein besonderes Thema für Männer, wird aber von den Männern selbst nicht angesprochen.

Bei der Arbeit in und mit einer Gruppe von jüngeren Männern mit Handicap fiel mir auf, dass die Einsamkeit hier eine etwas wichtigere Rolle spielt. Die Sehnsucht nach Partnerschaft, nach Geborgenheit, nach Kuseln und Austausch ist wie bei gesunden Männern genauso ausgeprägt, ist ihnen aufgrund ihrer Beeinträchtigung aber nicht möglich. Darunter leiden sie, und sie sprechen dann auch von Tagen, an denen sie sich einsam fühlen.

Hier ist dann der Fernseher oder

der geliehene Film aus der Videothek Ersatz. Für diese Männer ist es dann wichtig, im Gespräch über den Abend vor dem Fernseher zu reden.

Insgesamt gesehen erlebe ich viele Männer, die mit dem Alleinsein sehr gut umgehen können, die sich Aufgabenfelder suchen bzw. gesucht haben, in denen sie Erfüllung und Anerkennung finden, die sich einen Freundeskreis aufgebaut haben, sei es im Sportverein oder eben auch in kirchlichen Gruppen. Aber angeregt durch das Thema dieses Rundbriefes werde ich die Thematik in den Gesprächen mit Männern aufgreifen.

Filmtipp:

Von einem Kollegen bekam ich zum Thema folgenden Filmtipp:

„Edgar“ (12 Minuten Kurzfilm), anzusehen bei You Tube.

Der Autor ist Referent der Männerarbeit im Haus kirchlicher Dienste der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers

Ayaanaa in der Oromo Tradition

von Terfa Dibaba

In den traditionellen Gemeinschaften ist jeder Einzelne auf Kontakte oder auf eine Bezugsperson angewiesen. Dabei wird unterschieden, ob das Alleinsein selbst gewählt oder von außen bestimmt ist, und es wird auf die positiven und negativen Auswirkungen geachtet.

In der Oromo Tradition ist jeder Mensch von seinem/ihrem Ayaanaa begleitet. Ayaanaa bedeutet Lebenskraft. Der Glaube, dass Gott, Ayaanaa und der Mensch zu einander gehören, ist der Ausgangspunkt dieser Vorstellung. Ein Kind wird mit der Ayaanaa von der Seite seiner Mutter und der Seite seines Vaters geboren.

Der/die Ayaanaa (Lebenskraft, aber auch Gewissen oder Wertekodex) begleitet jeden Menschen. Man glaubt, dass Ayaanaa von Anfang an von Gott dem Schöpfer allen Lebenden mitgegeben ist. Und dieses pflegt die Beziehungen zwischen Gott und den Menschen und auch zwischen den Menschen untereinander. Das bedeutet, wenn ein Mensch sich von den anderen zurückzieht oder sich aus irgendeinem Grund einsam fühlt, kann er doch niemals verlo-

Allein oder einsam

ren gehen wie ein Gegenstand.

Der/die Ayaanaa ist immer gegenwärtig. Wenn sich jemand in einer Gesprächsrunde zurückhält, schweigt, für sich meditiert, oder wenn ein Unglück (Krankheit, Tod, Angst vor etwas oder was immer sonst) einen Menschen trifft, dann darf der Betroffene niemals allein sein.

Wenn jemand sich einsam oder allein gelassen oder an die Seite geschoben fühlt, wird das sofort angesprochen. Man redet mit dem Betroffenen oder man berät über ihn. Sofort werden vertraute Personen gesucht und vermittelt, und ein Gespräch findet statt.

In der traditionellen Oromo Gemeinschaft darf man für eine bestimmte Zeit allein sein oder sich zurückziehen, aber nicht für immer. Der Mensch kann nicht alle Lebensaufgaben allein bewältigen. Er oder sie teilen die Freude und Trauer mit anderen. Man versucht, sich gegenseitig zu ermutigen, damit die Einsamkeit und das Alleinsein nicht das Ende ist.

Die ganze Gemeinschaft, vor allem bestimmte Personen aus der Gemeinschaft, passen auf oder beobachten, ob jemand sich unter

bestimmten Umständen zurückgezogen hat. Der Betroffene wird angesprochen und in die Gemeinschaft zurückgeholt. Sehr oft wird ein passendes Fest vorbereitet und der oder die Einzelne feierlich in die Gemeinschaft zurückgeholt. Dabei gibt man den Betroffenen das Gefühl, dass sich ihr Ayaanaa und Gott versöhnt haben. Ab dieser Zeit bekommt der /die Betroffene den großen Wunsch zugesprochen, wieder stark und aktiv zu werden. (JJabaaadhu! – Sei stark!)

Du bist doch Single?

Freue dich mit mir,
denn es ist so traurig
sich allein zu freuen.

Gotthold Ephraim Lessing

von Heike Voskamp

„Du bist doch Single?“ war die vorsichtige Anfrage. „Und: kannst du dazu etwas im Rundbrief schreiben?“ Nicht einfach, aber ich versuche es.

Mit dem Wort Single tue ich mich schwer. Was ist das? Ohne Beziehung leben? Das Wort hat etwas von „ohne“ und nicht gerade einen positiven Klang. Oder liegt meine Abneigung gegen dieses Wort daran, dass ich damit hadere, nicht in einer Paar-Beziehung zu leben? Vielleicht auch etwas davon.

O.K., ich schaue jetzt weder ins Netz noch ins Lexikon, wie die Definition von Single lautet. Ich bin es wohl...

Ich lebe in einer Wohngemeinschaft. Wir sind drei Frauen, alle um die 50 mit und ohne Partner. In dieser Konstellation leben wir seit fast 10 Jahren zusammen. Da hat sich viel Vertrautheit entwickelt, es gibt Zeiten großer Nähe, auch Unterstützung in Krisen, aber auch Zeiten von Distanz, nicht immer selbst gewählt. Dann kommt mir schon mal die Frage: Ist das weiterhin die richtige

Wohnform für mich? Ja, das ist sie. Ich schätze es sehr, dass wir selbstverständlich die

„Grundversorgung“ teilen. Der Küchentisch ist unser Haupt – Kommunikationsort, an dem wir nicht nur das Essen teilen. Wir haben sehr unterschiedliche Lebens- und Arbeitsrhythmen, in der Woche sind gemeinsame Mahlzeiten selten, aber in der Regel kocht dennoch keine nur für sich - wobei ich der größte Kochmuffel bin. Wie oft komme ich abends nach Hause, und es steht Essen auf dem Herd, und der Tisch ist gedeckt. Gemeinsam essen ist eher am Wochenende möglich, und das versuchen wir auch hin zu bekommen.

Die Verbindlichkeiten in meiner WG sind deutlich andere als in einer Familie. Mir ist wichtig: ich kann hier Wohnraum und Leben teilen und ich lasse mich darauf ein, dass ich immer wieder abwägen muss, was kann ich von den anderen erwarten, was nicht. Ein Ergebnis ist der Schrebergarten, den wir mit anderen Freundinnen haben.

Freie Zeit, Urlaub, Weihnachten, mit wem – oder allein? - und wo verbringe ich diese Zeiten? Das muss ich immer wieder neu klä-

Allein oder einsam

ren. Das hat einerseits etwas sehr Anstrengendes, das ich mir gerne abnehmen lassen würde. Andererseits bietet es auch Überraschungen, wie etwa schöne entspannte Tage nach Weihnachten mit der Familie meines Bruders in Holland im letzten Dezember.

Ich bin „alleinstehend“. In meiner Herkunftsfamilie – ich habe drei Geschwister – die einzige. Die anderen sind verheiratet, haben eine eigene Familie gegründet und eine mit ihrer Heirat noch dazu bekommen. Das habe ich nicht. Es macht mich auch hin und wieder neidisch, und ich muss manches Mal erleben, dass mir die Beziehung zu meinen Geschwistern wichtiger ist als ihnen scheinbar ihre zu mir. Gleichzeitig habe ich die schöne Konsequenz, dass meine Nichten in mir eine Tante erleben, bei der sie mal Großstadtluft und WG schnuppern dürfen. Ich habe bis heute einen guten Kontakt zu ihnen. Mir vertrauen sie manches an, das sie nicht mit anderen in der Familie teilen. Und: sie gehen offen mit mir um.

In den ersten Dienstjahren als Diakonin in meiner Gemeinde habe ich neidvoll auf die geschaut, die sich abgrenzen konnten mit den Worten: „Meine Familie...“ Das

haben alle immer sofort verstanden. Ich auch. Familie kann manchmal ein gutes Schutzschild sein. Das hatte ich nicht. Mich abzugrenzen fällt mir immer noch schwer, zumal meine Arbeit von Kommunikation lebt.

„Einsam“ und „allein“ gehören für mich nicht unbedingt zusammen. Ich kenne das Gefühl von Einsamkeit auch, wenn ich mit Menschen zusammen bin, ich aber keine Verbindung in dem Moment zu ihnen finde. Oder: es gibt Zeiten, in denen ich Alleinsein genieße, allein zu Hause oder auf der Arbeit. Zu meinen Ritualen in der Weihnachtszeit gehört inzwischen der Spaziergang in den Garten – allein!

Mir hat das Verfassen dieser Zeilen einige spannende Gespräche zu Hause und mit FreundInnen eröffnet. Das tut gut.

Wohnen, wo ich hingehöre

von Christiane Scholz-Muntschick

Seit August 2008 wohne ich in der Alten-Wohngemeinschaft (WG) am Goldgraben 14 im Göttinger Ostviertel. Es ist die älteste WG für alte Menschen in Niedersachsen (seit 1994), bekannt geworden durch Fernsehen und Presseberichte.

Das Haus gehört der Stadt Göttingen. Träger dieser WG ist der Verein „Freie Altenarbeit Göttingen“. Er hat seine Räume im Hochkeller der großen Jugendstil-Villa (ehemals ein Arzthaus) und seine Arbeit ruht auf drei Standbeinen:

- a. politische Bildung (Erzählcafés, Biografiearbeit, Zeitzeugenarbeit)
- b. Wohnberatung im südlichen Niedersachsen
- c. inhaltliche Begleitung und Verwaltung der WG

Das Haus bietet 11 kleine abgeschlossene Zweizimmerwohnungen mit Bad, ein geräumiges Behindertenbad und Gemeinschaftsräume: eine Bibliothek, einen Salon und eine gut ausgestattete Küche mit drei Herden.

Das Haus liegt in einem parkähnli-

chen Garten mit altem Baumbestand, und es gibt ebenfalls zur Nutzung für alle noch einen großen Balkon.

Zu Fuß ist man in 10 Minuten in der Innenstadt. Ein gut sortierter Edeka-Markt, ein Blumenladen, Bank und Apotheken sind in unmittelbarer Nähe.

Die Mieten sind nicht billig. Man muss über ein Einkommen von ca. 1400,-Euro verfügen, um sich diese Wohnform leisten zu können. Das sehen wir kritisch, haben aber noch keine Lösung gefunden.

Im Moment leben hier sieben Frauen im Alter zwischen 62 und 86 Jahren. In diesem Jahr werden noch zwei Frauen (70 und 64 Jahre) dazukommen. Wir wollen das Haus auch wieder für Männer öffnen.

Einmal in der Woche kochen wir gemeinsam. Am 1. Sonntag im Monat frühstücken wir zusammen im Salon. Jeden Dienstagnachmittag treffen wir uns zu unserer Sitzung, um alles zu besprechen, was im Haus und zwischen uns anliegt. Darüber wird auch reihum Protokoll geführt.

Ich fühle mich im Haus geborgen und doch eigenständig und frei.

Allein oder einsam

Es gibt unterschiedlich intensive Kontakte zu den einzelnen Frauen. Mit der einen laufe ich gerne, mit der anderen führe ich gerne Gespräche. Es gibt auch Konflikte, aber wo gibt es die nicht?

Ich genieße die Stadt Göttingen, habe mein Auto abgeschafft, fahre Bus, laufe zu Fuß, fahre Bahn. Es war eine richtige Entscheidung, nach dem Berufsleben vom Dorf in die Stadt zu ziehen, zu Kindern und Enkelinnen, für die ich zwei Mal in der Woche koche, und zu meinem Bruder und der Schwägerin.

Vor gut zwei Jahren habe ich in den Gemeinschaftsräumen des Untergeschosses meinen 60. Geburtstag gefeiert, zusammen mit meinen Gästen und den Hausbewohnerinnen. Die herrschaftliche Eingangshalle und die übrigen

Räume mit den hohen, stuckverzierten Decken boten einen geeigneten Rahmen und ausreichend Platz für alle. Auch die beiden Gästezimmer mit Bad, die das Haus bereithält, wurden dabei als eine bequeme Unterkunft genutzt. Es war ein gelungenes Fest. In meiner eigenen kleinen Wohnung hätte ich so nicht feiern können. Wichtig finde ich noch, dass die WG ein Pflegekonzept erarbeitet hat, worin wir uns verpflichten, uns bei Krankheit beizustehen. Ausgenommen sind die pflegerischen Tätigkeiten, da arbeiten wir mit dem ökumenischen Pflegedienst zusammen.

In unserer älter werdenden Gesellschaft halte ich diese Form des Zusammenlebens für zukunftsweisend und ermuntere zur Nachahmung.



Zur Erinnerung

„Falkenburger Gespräch“ am 10. März 2012

mit Christian Samraj und Esther
Samraj aus Trankebar/Indien

Indien – Deutschland – Indien – Deutschland – Indien

Vorstellung von zwei wissen-
schaftlichen Arbeiten, die in Leip-
zig verfasst worden sind.

Verkündigung des Evangeliums über Kultur- und Sprachgrenzen hinweg

- Die Predigten von deutschen
Missionaren in Tamilnadu-Indien
vor 300 Jahren - kritisch betrach-
tet –

von Christian Samraj

Das Evangelium und die Befrei- ung der Frauen

- Dalit-Frauen (die sog.
„Unberühmbaren) und Frauen der
Bibel-

von Esther Samraj

Moderation Folker Thamm

Beginn 10.00 Uhr

Ende 16.00 Uhr

Kosten: 28,00 €

für Mitglieder 20,00 €

Vorankündigung

Konferenz der Regionalkonvent-
sätesten 2012 findet statt vom

14. bis 15. April 2012

im Lutherstift.

Die Tagung beginnt am Samstag
um 10 Uhr und endet am Sonntag
gegen 13 Uhr nach dem Mittagess-
en.

Eine Einladung mit dem ausführli-
chen Programm wird den Regio-
nalkonventsältesten noch zuge-
schickt. Es wäre schön, wenn aus
jedem Regionalkonvent ein Ver-
treter bzw. eine Vertreterin teilneh-
men könnte.

Laurentius-Hospiz

Aus dem Diakoniekonvent

von Erich Kurzawski

Nach mehreren terminlichen Verzögerungen begannen die Handwerker Ende November 2011 im zukünftigen Laurentius Hospiz auf dem Gelände des Lutherstiftes in Falkenburg mit den Umbaumaßnahmen. Die wesentlichen Veränderungen finden innerhalb des Gebäudes statt. Von außen kann man relativ wenig sehen. Hier fallen vor allen Dingen die Bauschuttcontainer auf. Sollten die Umbauarbeiten wie geplant verlaufen, so geht die missionlebenshaus gGmbH, die Trägerin des Laurentius Hospizes, von einer Eröffnung Ende Juli dieses Jahres aus.



Ideenbörse für die Seniorenarbeit

Ein Buchhinweis
von Brigitte Kühntopf

Wenn ich für meine Seniorengruppe „Kleeblatt“ werbe, höre ich immer wieder auch von über 70jährigen Menschen die Bemerkung: „Dafür bin ich noch nicht alt genug!“ Da steckt wohl auch die Vorstellung dahinter, dass so ein Seniorennachmittag schrecklich langweilig sein muss.

Senioren heute möchten beteiligt und aktiviert werden. Der früher übliche Dia-Vortrag trifft diese Bedürfnisse längst nicht mehr.

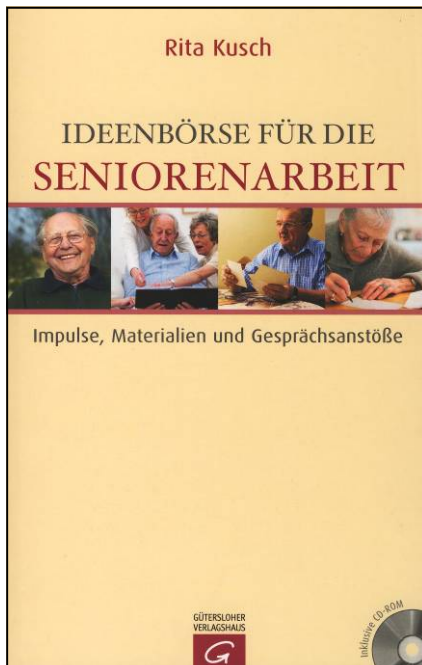
Deshalb freue ich mich, dass die „Ideenbörse für die Seniorenarbeit“ nun in Buchform mit beiliegender CD-Rom vorliegt. Denn Rita Kusch, Diakonin (im Lutherstift in Falkenburg ausgebildet) und Beauftragte für Seniorenarbeit in der Ev.-luth. Kirche in Oldenburg hat alle der insgesamt 18 thematischen Vorschläge in der Praxis erproben lassen. Auch ich konnte schon zahlreiche der Ideen für das Programm meiner Gruppe verwenden.

Besonders hilfreich sind die vielen methodischen Tipps: Wie viel Zeit

muss eingeplant werden? Wie kann auf unkomplizierte Weise passendes Arbeitsmaterial erstellt werden? Wie schaffe ich eine einladende und aktivierende Atmosphäre?

Die CD-Rom enthält viele Vorlagen für die nötigen Arbeitsmaterialien. So ist ein Arbeitsbuch aus der Praxis für die Praxis entstanden, das sehr zu empfehlen ist.

ISBN 978-3-579-05948-8
17,99 €



Diakon und Diakonin ein Leben lang

Bericht von der Hauptversammlung des VEDD in Rummelsberg

von Christian Stöppelmann

Die jährliche Hauptversammlung führte die Delegierten Ende November zu den Schwestern und Brüdern in Rummelsberg/Nürnberg. Was es bedeutet in Bayern zu sein, konnten wir während eines fränkischen Abends hören, sehen und schmecken.

„Auf Zukunft orientiert“ war der Arbeitstitel der Tagung. Personelle Veränderungen stehen an und geben Raum den VEDD neu auszurichten. Der Geschäftsführer des VEDD, C.C. Klein, geht 2013 in den Ruhestand. Für die Wiederbesetzung der Stelle wurden die ersten Weichen gestellt.

Viel Zeit haben wir uns genommen, um den innerverbandlichen Meinungsbildungsprozess auszuwerten. Umbruch wahrnehmen, Zuspruch erhalten, Anspruch aufnehmen und Aufbruch gestalten waren die zentralen Inhalte. Dabei wurden die Bedürfnisse der sehr unterschiedlichen Gemeinschaften zusammengeführt. So wie wir im

Aus dem Diakoniekonvent

Diakoniekonvent sind viele Gemeinschaften damit beschäftigt, sich für die Zukunft neu zu orientieren und reformieren. Dabei spielen Mitgliederentwicklung, Ausbildung und Selbstverständnis eine wesentliche Rolle. Deutlich wurde, dass sich die Gemeinschaften einen starken VEDD wünschen, der für die Diakone/innen seine Stimme erhebt und wo immer es möglich ist für das Amt eintritt. Der VEDD soll Dienstleister sein und den Gemeinschaften mit seinen Kontakten und Netzwerken zur Seite stehen. Der VEDD soll geistliche Lobbyarbeit gegenüber den Evangelischen Kirchen und des Diakonischen Werkes in Deutschland betreiben und für das „Diakonentum aller Gläubigen“ eintreten. Die Gemeinschaften im VEDD verstehen sich als „lebenslange Begleitung der Berufenen“. Diakone/innen müssen selbstverständlich einen Platz in Kirche und Diakonie haben.

Nach der inhaltlichen Neuausrichtung werden mögliche strukturelle Reformen in den Blick genommen. Im November 2012 wird es dann im Lutherstift in Falkenburg zu weiteren zukunftsorientierten Entscheidungen kommen.

Termine der Refugiumsabende und Fürbittandachten bis Juni 2012 in Falkenburg

Refugiumsabende finden immer am 1. Sonntag im Monat ab 19:00 Uhr im **Konventsladen in Falkenburg, Hasbruchstr. 6** statt:

04.03.2012
01.04.2012
06.05.2012
03.06.2012 (Konventsfest)

Fürbittandachten in der Laurentiuskapelle um 18:45 Uhr.

Sie finden jeweils am Mittwoch nach dem Refugiumsabend in der Laurentiuskapelle statt und dauern ca. 30 Minuten:

07.03.2012
04.04.2012
09.05.2012
06.06.2012



Zu den Refugiumsabenden und den Fürbittandachten sind alle Brüder und Schwestern aus der näheren Umgebung Falkenburgs herzlich eingeladen, natürlich auch alle anderen Interessierten, wenn sie ihr Weg an den betreffenden Tagen in die Nähe führt.

Fürbittandachten in Rotenburg

Auch in Rotenburg halten Brüder und Schwestern regelmäßig die Fürbittandacht.

Sie findet jeden 1. Sonntag im Monat um 20:00 Uhr im Gemeindehaus der Auferstehungskirchgemeinde Berliner Ring 19 statt.

In eigener Sache

Der Redaktionskreis hat ein neues Mitglied gewonnen.

Seit dem 1. Januar arbeitet Heide-
lore Mais in unserem Team mit.

Darüber freuen wir uns sehr.

Ihre E-Mail-Adresse lautet:

hmais@literatur-und-recherche.de

„Lass das Alter reden ...“

von Rita Kusch

Die „Falkenburger Blätter“ Nr. 28 mit Anregungen für die Seniorenarbeit, für Gespräche, Spiele und Impulse ist nahezu vergriffen. Das hat uns dazu motiviert, diese Impulse noch einmal neu zugänglich zu machen. Auf einer CD ROM sind die Anregungen zusammengefasst. Sie wurden noch ergänzt durch Hilfen zur Gestaltung des Jahresprogramms. Einige Fotos von Spielen veranschaulichen deren Herstellung und ihren Einsatz. Diese CD Ausgabe hat den Vorteil, dass die Nutzer die Fragen für die Spiele nicht mehr abschreiben müssen, sondern über den PC in beliebiger Größe ausdrucken können. Auf diese Weise ist rasch und ohne großen Aufwand ein Seniorennachmittag vorbereitet.

Der Diakoniekonvent hat diese CDs vorrätig. Sie können dort zum Preis von 10 Euro erworben werden. Wenn Sie zugeschickt werden sollen, kommen zwei Euro für Porto und Verpackung dazu.

Einsendeschluss/Impressum/Konten

Rundbrief 2/2012 **Thema: Gärten des Lebens**

Für Artikel und Leserbriefe sind folgende Termine zu beachten:

Einsendeschluss: **25.04.2012**

Erscheinungsdatum: **Mai 2012**

Herausgeber: Ingeborg Willemsen Erich Kurzawski

Redaktion und Redaktionskreis:

Renate Klein	renate.klein@ewetel.net
Brigitte Kühntopf	kuehntopf@lutherstift.de
Heideloire Mais	hmais@literatur-und-recherche.de
Kristine Ruhfus	mkruhfus@freenet.de
Ingeborg Willemsen	ingeborg.willemsen@t-online.de

Umschlag: Hartmut Berlinicke **Layout:** Bianca Sieling

Diakoniekonventsälteste:

Erich Kurzawski, Schlattenweg 38, 27777 Ganderkesee (0 42 22) 83 57
Ingeborg Willemsen, Hasbruchstr. 6, 27777 Ganderkesee,
(0 42 22) 40 04 79

Konventspastor:

Hans Hentschel, Kirchhofstr. 3, 49565 Bramsche
(0 54 61) 9 45 43 10, hans-hentschel@evlka.de

Geschäftsführer:

Heinz Schnake, Seepark Lehe 103, 26215 Wiefelstede,
(0 44 58) 9 49 37 86

Konto des Diakoniekonventes: Nr. 111 0049 606

Kirchenkreisamt Syke, Kreissparkasse Syke
BLZ: 291 517 00

Anschrift des Diakoniekonventes:

Diakoniekonvent Lutherstift

Hauptstr. 30

27777 Ganderkesee

Tel: (0 42 22) 92 15-14

Fax: (0 42 22) 92 15-11

Email: konvent@lutherstift.deInternet:

www.diakoniekonvent.de

"Wenn du einsam bist,
suche jemanden,
der noch einsamer ist.
Ihr werdet einander trösten,
miteinander aufbrechen
und die Welt verändern."

Zitat von

Johannes Paul II., (1920 - 2005), eigentlich Karol Wojtyła, polnischer
Theologieprofessor, Erzbischof von Krakau, Kardinal, wurde 1978 erster
polnischer Papst