

DANKBARKEIT



EDITORIAL

Liebe Leserin! Lieber Leser!

Dankbarkeit tut gut. – Ich brauche dabei nur an dieses Journal zu denken. Im letzten Jahr zweifelte ich, ob es weitere Gemeindebriefe geben würde, da ein kompletter Neustart fällig wurde, auch wenn glücklicherweise drei zur weiteren Mitarbeit bereit waren. Die neu zusammengesetzte Redaktion sehen Sie hier auf dem Foto. Katja Schnitzer hat dankenswerter Weise die Aufgabe als Layouterin übernommen! Das Design des Journals ist verändert und unter anderem komplett in Farbe. In einem gemeindeinternen Voting wurde mit großer Mehrheit als Name für das evangelische Journal „Augenblick“ gewählt. Dieser Name drückt die Hoffnung aus, dass Sie sich immer mal wieder einen Augenblick Zeit nehmen, um in dem Journal zu lesen. Außerdem schreiben darin Menschen aus ganz unterschiedlichen Perspektiven und bringen damit ihren persönlichen Augenblick zum Ausdruck.

Sie können in diesem Heft viele Beschreibungen lesen, wie unsere Autorinnen und Autoren das Gefühl von Dankbarkeit erleben. Es wirkt sich vielfältig positiv auf sie selbst und auf die Beziehungen zu ihren Mitmenschen aus. Das Thema lädt ein zum Geschichten-Erzählen. Sie können lesend mitempfinden und nachspüren, wie diese Erfahrungen Dankbarkeit ausgelöst haben.

Hoffentlich werden dabei auch in Ihnen Erinnerungen an Momente wach, in denen dieses herzerwärmende Gefühl Sie durchflutet hat.

Ich danke allen von Herzen, die an dieser Ausgabe mitgearbeitet haben und Ihnen, dass Sie unsere Texte wenigstens einen Augenblick lang lesen.

Viele Augenblicke, die in diesem Sommer dankbare Gefühle in Ihnen auslösen, wünscht

Conny Seinwill mit der Redaktion



Von links nach rechts stehend: Michael Häckl, Anita Schneider, Conny Seinwill, Judith Hörhold

Von links nach rechts vordere Reihe: Rüdiger Schaller, Markus Winkler, Daniela Herold

INHALTSVERZEICHNIS

- 3 Das Leben feiern – Dankbarkeit trainieren
- 4–8 Kurze Geschichten zur Dankbarkeit
- 10 Jahreslosung und unsere Dankbarkeit
- 12 Dankbarkeit im Großen und Kleinen
- 13 Dankbarkeit gegenüber den eigenen Kindern
- 14 Kolumne aus Sicht von Kindern
- 15 Grenzen der Dankbarkeit aufgrund der Elternbelastung
- 16 Interview mit einer älteren Dame über Dankbarkeit

DAS LEBEN FEIERN – DANKBARKEIT TRAINIEREN

ANITA SCHNEIDER

Die einen beschreiben es als warmes Gefühl in der Brust, die anderen als ein Kribbeln im Bauch und wieder andere spüren eine tiefe Ruhe: das Gefühl der Dankbarkeit. Eine Haltung, die so wichtig ist und oft übersehen wird im Stress des Alltags. Dabei fühlt sich Dankbarkeit nicht nur gut an, sie ist auch nützlich für unsere Gesundheit. Denn wer dankbar ist, schüttet Dopamin und Serotonin aus – die Glückshormone des Körpers. Das Stresshormon Cortisol hingegen wird verringert. Die Folge: wir schlafen besser, fühlen uns weniger ängstlich und sogar chronische Schmerzen werden reduziert.

Dankbarkeit ist also eine wirklich großartige Sache. Doch wie stellt sich das Gefühl überhaupt ein? Die gute Nachricht: Dankbarkeit lässt sich trainieren wie ein Muskel. Eine einfache Methode ist es, sich jeden Abend vor dem Schlafengehen die Frage zu stellen, für welche drei Dinge bin ich heute dankbar? Das können einfache Momente sein, wie ein Sonnenstrahl auf der Haut, der Genuss vom Kaffee am Morgen oder die Umarmung eines Freundes.

Eine andere, sehr effektive Übung, um das Gefühl der Dankbarkeit zu trainieren, ist es, den Blickwinkel zu verändern. Jede noch so belastende Situation und jeder Schicksalsschlag trägt auch ein Geschenk in sich. Nach diesem Geschenk zu suchen, das kann unsere Aufgabe sein. Stehe ich zum Beispiel im Stau, kann ich mich entweder aufregen oder ich kann die Zeit nutzen, um beispielsweise einen guten Freund anzurufen, um zu fragen, wie es ihm geht.

Oft stellt uns das Leben auch vor Herausforderungen. Wenn wir in diesen Zeiten all unsere Kraft zusammennehmen und weitergehen in dem Wissen und festen Glauben, dass nichts von Dauer ist und auch wieder gute Zeiten kommen werden, dann können wir an Situationen wachsen. Wir werden wie ein Diamant genau durch diese brüchigen Zeiten geschliffen, um stärker daraus hervorzugehen. Für diese Chancen der Weiterentwicklung dürfen wir dankbar sein, auch wenn sie uns fordern.

Spontane, schöne Momente bewusst wahrnehmen und sie selbst im Geist so benennen, ist eine gute Methode, um Dankbarkeit zu zelebrieren. Das Lächeln einer fremden Person oder ein Spaziergang, der einem gut getan hat, all das kann man kurz im Geist mit „das war schön“ benennen und wird damit aufmerksamer für die kleinen, großen Momente, die jeden Tag da sind.

Aber auch unseren Freunden und unserer Familie sollten wir, so oft uns danach ist, „danke“ sagen. Wir stärken so auch die Beziehung zu unseren Mitmenschen. Denn oft haben wir viel zu strenge Vorstellungen, wie Personen sein sollten oder sich in bestimmten Situationen unserer Meinung nach verhalten müssten. Wenn wir es schaffen, weg von diesen Ansprüchen zu kommen und die Menschen mehr zu nehmen wie sie sind, dann fällt es uns auch leichter, all die Dinge zu sehen, für die wir ihnen dankbar sind.

Wer Dankbarkeit bewusster zelebriert, richtet seinen Geist mehr auf positive Dinge im Leben aus. Es bedarf nur einer bewussten Entscheidung dazu, nach dankbaren Momenten Ausschau zu halten und sie nicht als selbstverständlich zu betrachten. Probieren Sie es aus. Es lohnt sich!



KURZE GESCHICHTEN ZUR DANKBARKEIT

MEINE DANKBARKEIT FÜR MEINE MITBEWOHNER

REGINA KASKE

Meine Dankbarkeit bzw. der Anteil meiner Dankbarkeit, an dem ich Euch teilhaben lassen möchte, wohnt in meinem Haus.

Er wohnt auf den Fensterbänken. Ein Teil im Obergeschoß, mein Gummibaum.

Der andere Teil meiner Dankbarkeit wohnt im Esszimmer auf einer anderen Fensterbank. Mein Ficus Benjamini.

Meinen Gummibaum bekam mein Vater an seinem 80. Geburtstag von seiner Nachbarin geschenkt. Er hatte damals fünf Blätter und die Freude über dieses Geschenk war bei meinem Vater begrenzt. Das war nicht die Art von Geschenk, die er erwartet hatte. So schenkte er ihn mir. Heute hat er 23 Blätter.

Der Ficus Benjamini war ein Geburtstagsgeschenk für mich von einem sehr lieben Freund.

Beide Menschen leben nicht mehr.

Meine zwei Pflanzenfreunde aber grüßen mich jeden Morgen und lassen mich auf die Zeit mit diesen beiden lieben Menschen blicken. Jeden Tag einen dankbaren Moment lang.

DANKBARES GLÜCKSGEFÜHL

DR. SUSANNE IHM

Dankbarkeit und Demut empfinde ich immer dann, wenn ich Zeit habe innezuhalten und nachzuspüren. Also leider viel zu selten. Ich habe unzählig viele Gründe dankbar zu sein, hier einige davon:

Ich lebe mit dem besten Ehemann von allen, inmitten einer wirklich tollen Familie, in einem der besten Länder der Welt, habe treue Freunde und einen wunderbaren Beruf, der mich fordert und ausfüllt, bin gesund ... Ein großes Glück.

Dankbarkeit und anerkennende Wertschätzung wird mir auch in vielfältigster Form entgegengebracht, nicht nur von meinen Patienten. Sie macht mir den oft stressigen Alltag leicht, erfüllt mich mit Freude und schenkt mir Kraft.

Einen Moment besonderer Dankbarkeit, der mich bis heute tief berührt und beschämt, weil er so unerwartet, dabei so endgültig und friedlich war, versuche ich hier zu erzählen.

Eine meiner langjährigen Patientinnen, damals schon 95 Jahre alt, näherte sich ihrem Lebensende. Wir hatten eine sehr gute Vertrauensbasis, viel miteinander gesprochen und erlebt. Ihr größter Wunsch war, in Ihrem zu Hause, in ihrem Bett zu sterben. Sie wollte auf keinen Fall mehr ins Krankenhaus. Die Familie und ich erstellten einen Notfallplan, um ihr diesen Wunsch zu erfüllen. Ich schaute fast täglich nach ihr. Einen Palliativpass oder ein Palliativteam gab es damals noch nicht. Leider kam es doch am Wochenende in einer unerwarteten Krankheitssituation zu einer Krankenhauseinweisung durch den Notdienst. Sehr dankbar war ich, als ich sie schon montags wieder nach Hause bringen lassen konnte.

Bei meiner Visite mittags an Ihrem Bett, im Beisein der Familie, schien sie zu schlafen. Ich fühlte vorsichtig den Puls und merkte, wie schwach sie war. Durch meine Berührung wohl erwacht, öffnete sie die Augen und schaut mich intensiv an.

Ich wollte grade ansetzen, um zu sagen, wie leid mir die Krankenhauseinweisung getan hat und wie froh und dankbar ich wäre, sie wieder hier zu haben.

Doch sie schüttelte nur kaum merklich den Kopf, ein leises „pssst“ war zu hören. Zart fasste sie meine Hände, legte sie mit leisem Druck an meine Wangen, führte sie zu Ihren Lippen, deutete einen Kuss darauf an und schlief wieder ein. Eine Welle von Glück und Dankbarkeit, dass meine unausgesprochene Entschuldigung aus vollem Herzen angenommen war, durchflutete mich. Ich blieb sprachlos, ein wenig beschämt. War beschenkt und getröstet durch diese einfache innige Geste.

Kurz darauf ist die alte Dame schlafend verstorben.

STOLZ, ERSTAUNEN & DANKBARKEIT

PETER KIESSLING

Nach fast fünfzigjähriger Berufstätigkeit nun im regulären Rentnerstatus fühlte ich in der Rückbetrachtung meines bisherigen Lebens eine Mischung aus Stolz, Erstaunen und Dankbarkeit. Beim weiteren Sortieren fiel mir auf, dass diese Reihenfolge in chronologischem Sinn für mich durchaus passend ist. In jüngeren Jahren der Sturm- und Drangzeit lebte ich nach dem Motto „Nichts ist unmöglich“. Manche Schwierigkeit wurde durch verschwenderischen Energieeinsatz wettgemacht. Die erzielten Erfolge verbuchte ich ganz selbstverständlich mit Stolz auf dem eigenen Konto. Erst mit der Zeit stellte sich eine gewisse Selbstreflexion ein: „Warum bin gerade ich diesem Menschen begegnet?“ „Wieso habe ich in einer entscheidenden Situation intuitiv genau so gehandelt?“ „Wie konnte dieses oder jenes überhaupt gutgehen?“ War das Verdienst? – Glück? – Gnade? Erstaunen also, Zweifel am selbstgemachten Glück ... Bei diesem Hinterfragen

bildete sich mehr und mehr ein Gefühl der Dankbarkeit heraus ... Mir wurde das (Mit-)Wirken Gottes und wohlgesonnener Menschen in seinem Namen bewusster. Es eröffnete sich für mich sozusagen eine dritte Dimension. Dankbar bin ich natürlich besonders für mein persönliches Leben und für die Existenz und das Wohlergehen all der Menschen, die mir eng und herzlich verbunden sind. In einem weiter gefassten Rahmen geht es mir auch um die Verbundenheit mit unserer Mit- und Umwelt. Ich verspüre Dankbarkeit für Begegnungen, Erlebnisse und Erfahrungen, Fingerzeige, Warnungen, Stoppschilder, Höhen und Tiefen, Missgeschicke als neue Chancen auf meinem individuellen Lebensweg. Dankbarkeit bliebe als tiefes inneres Gefühl letztlich egoistisch ohne „Gegenüber“. Unsere Dankbarkeit braucht eine „Adresse“, an die wir sie richten – abgeben – können, sei es unmittelbar an Gott, sei es mittelbar an Mitmenschen und Mitwelt als Schöpfung Gottes. Der Weg zu mehr Dankbarkeit geht mit der Bereitschaft zu „Demut“ einher – das Eingeständnis, dass viele Dinge nicht aus unserem „Mut zum Entscheiden, zum Handeln“ entstehen, sondern dass wir zum Mitgestalten und Gewährenlassen eingeladen sind.

Leben Plus

LebenPlus steht für eine zuversichtliche und frische Sicht auf das Älterwerden. Lassen Sie sich motivieren, Ihre eigenen Erfahrungen zu Lebens- und Glaubensfragen zu überdenken und zu verstehen – bestellen Sie sich jetzt kostenfrei das neue Seniorenmagazin zum Thema *Veränderung*:

magazin-lebenplus.de/bestellen



DANKSAGUNG UND DANKZEIGUNG

REINER THIELEMANN-HEHNER

1. SZENE: Die freundliche Fleischereifachverkäuferin bietet einem auf der anderen Seite des Tresen stehenden, knapp dreijährigen Mädchen eine Scheibe Gesichtswurst an. Die lustig dreinschauende Fratze woscht (ist die hessische Version) weckt unverzüglich die schlummernde Begierde der jungen Kundin. Nun meldet sich die begleitende Erziehungsberechtigte der mittlerweile mit dem Verzehr beschäftigten Kleinen und stellt die weltweit eingeübte und anscheinend unvermeidliche Frage: „Na, und was sagst Du jetzt?“

Schon in der ersten Wiederholung auf die unbeantwortete Frage vernahm ich aufkommende, bedrohliche Schwingungen. Am Ende verließen die beiden die Metzgereiabteilung, ohne dass ich eine Antwort der jungen Dame mitbekommen hätte.



N. Schwarz © GemeindebriefDruckerei.de

2. SZENE: Ich teile gerade im Rahmen der „Waffeloase“ im evangelischen Gemeindegarten frisch zubereitete Waffeln an die meist jungen und jüngsten Gäste aus. Ein anderes, auch etwa dreijähriges Mädchen steht vor mir und lässt sich nach ihren Wünschen die dampfende Waffel von mir mit Schokostreuseln und Puderzucker aufhübschen. Nachdem sie die Waffel in Empfang genommen hat, meldet sich die begleitende (ich unterstelle) Oma mit der identischen Fragestellung aus Szene 1 zu Wort. Und kurz danach ebenso die Wiederholung, weil nix zu hören war.

Der entscheidende Unterschied zwischen diesen beiden Szenen war meine Position. Stand ich in Szene 1 neben dem Mädchen, haben sich in Szene 2 das Mädchen und ich direkt angeschaut.

Daher habe ich in der 2. Szene der Oma geantwortet: „Ihre Süße hat mir schon gedankt, bevor Sie sie das erste Mal dazu aufgefordert haben. Ein ganz feines, eher schüchternes Lächeln. Nur für mich. Alleine dafür lohnt es hier diesen Dienst zu machen. Schön, dass Sie beide heute hier sind! Vielen Dank dafür!“

Ich glaube fest daran, dass auch die Fleischereifachverkäuferin ihre Botschaft erhalten hat.

Auf anerzogenen Dank, oder weil's üblich ist, kann ich super gerne verzichten.

Viel häufiger als mit Worten drücke ich meinen Dank mit einem Lächeln, Augenzwinkern, Verneigen, Umarmen, mit kleinen und auch mal größeren Geschenken aus.

Warum heißt es eigentlich Danksagung und nicht Dankzeigung?

Mir ist bewusst, dass gerade ich grundsätzlich auch mehr mit Worten – und im speziellen meiner lieben Frau – durch mehr als zwei Blumensträuße im Jahr meine Dankbarkeit zum Ausdruck bringen sollte. Gehört wohl noch in den Arbeitsvorrat meiner persönlichen Herausforderungen. Erst recht, wenn ich spüre, wie Dank auf mich wirkt. Und zwar in beide Richtungen: Dank zu empfangen macht etwas Schönes mit mir (mir fehlen leider die Worte, um das Gefühl angemessener zu beschreiben). Dank zu empfinden und ihn – wie auch immer – nach draußen zu adressieren, macht etwas anderes Schönes mit mir. Da wird reichlich Zufriedenheit produziert und auf mein Konto der Gewissheit eingezahlt, dass ich mich nicht alleine durch's Leben wurschteln muss. Ich stimme daher dem Zitat von Francis Bacon uneingeschränkt zu: „Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren, die glücklich sind.“

ENGAGEMENT FÜR MENSCHEN MIT FLUCHTHINTERGRUND

KARIN HÄNSCH

Seit ca. zehn Jahren arbeite ich in dem Bereich Familienhilfe für Menschen mit Fluchthintergrund. Da ist es tatsächlich an der Zeit, mal gründlich nachzudenken. Bei der Frage nach der Dankbarkeit fallen mir all die Personen ein, die dabei helfen, Menschen mit Fluchthintergrund zu integrieren. Das sind z. B. die Ehrenamtlichen bei der Hausaufgabenhilfe, die seit 10 Jahren besteht. Für viele Kinder mit Fluchthintergrund erhöhten sich damit die Chancen auf eine gesunde und erfolgreiche Schullaufbahn. Dankbar bin ich gegenüber allen Lehrkräften, Erzieherinnen und Erziehern, Schulleiterinnen und -leitern, Personen in Verwaltungen, Behörden und Sekretariaten, Spielkreisleitern und -leiterinnen, Sport- und Schwimmlehrerinnen und -lehrern, ehrenamtlichen Begleitpersonen, die Wohnungen und Arbeitsplätze vermitteln. Mein Dank gilt auch dem netten „Waffeloasen-Team“ in unserer Kirchengemeinde, wo immer sie freundlich, kompetent und über das Maß der Routine hinaus behilflich waren und sind.

Integration in die aufnehmende Gesellschaft ist eine Herausforderung, die nur gelingen kann, wenn sehr viele Menschen beherzt und engagiert mitmachen. Die Gemeinde Niedernhausen zeichnet sich dadurch aus, dass in all den Jahren eine Integrationsbeauftragte präsent und zuständig war und ist. Ich habe gerne und erfolgreich mit den verschiedenen Integrationsbeauftragten zusammengearbeitet. Jede Person im sozialen Bereich kennt den Kampf mit der Zuständigkeit. Dankbar bin ich immer für Menschen, die es auch gelernt haben, „ja“ zu sagen und sich für „zuständig“ erklären.

Natürlich dürfen und müssen wir lernen, uns abzugrenzen und nicht über das eigene Maß hinaus zu gehen. Aber so erlebe ich es manchmal, man darf Verantwortung auch übernehmen, anstatt sie abzulehnen.

Zusammenfassend könnte ich sagen, es ging bei meiner Arbeit hauptsächlich um die Bereiche Gesundheit und Bildung. Die Frage stellt sich mir: genügt das? Sind das die Güter, die wir den Menschen, die zu uns kommen, anbieten können?

Ich halte diese Bereiche für die richtigen Schwerpunkte. Allerdings fehlt nach meiner Einschätzung eine Dimension. Da passt unsere diesjährige kirchliche Jahreslosung: „Du bist ein Gott, der mich sieht“ aus 1.Mose 16. Diese Erkenntnis stammt von Hagar, der Magd von Abrahams Frau Sara. Abraham wird als Stammvater der drei monotheistischen Religionen Judentum, Christentum und Islam gesehen. Wenn Hagar erkannte, dass der Gott, an den wir glauben, sie in ihren Schwierigkeiten sieht und für sie sorgt, dann sieht Er auch alle ihre Nachkommen: Frauen und Kinder, die wie sie in Schwierigkeiten stecken. Also gibt es eine begründete Hoffnung, und die gilt es, an unsere Mitmenschen mit Fluchthintergrund weiterzugeben.

Für diese Hoffnung bin ich dankbar.



UNSER WEG MIT DEM KINDERPALLIATIVTEAM SÜDHESSEN

ULRIKE ALCIN

Mein Name ist Ulrike Alcin, mein Mann heißt Ali Haydar Alcin und wir sind die Eltern unseres am 02.09.2014 in der Uniklinik Frankfurt geborenen und am 09.02.2015 verstorbenen Sohnes Ilyas Levi Sinan Alcin.

Ilyas kam mit multiplen Fehlbildungen zur Welt. Unter anderem hatte er einen schweren Herzfehler, eine Speiseröhrenfehlbildung, eine Kleinhirnhypoplasie und eine Fehlbildung der Ohrmuschel. Ilyas war geistig und körperlich beeinträchtigt, um es milde auszudrücken. Bis heute ist nicht klar, was die Ursache für die Erkrankung unseres Sohnes war.

Ilyas wurde vom Tag seiner Geburt an bis zu seiner Entlassung am 03.12.2014 in der Uniklinik Frankfurt betreut. Aufgrund seiner schlechten Prognose war für uns immer neben dem erhofften Wunder, er würde einfach wieder gesund werden, das oberste Ziel, ihn mit nach Hause nehmen zu können. Zu diesem Zeitpunkt hatten wir noch drei weitere Kinder, darunter Ilyas erst eineinhalbjährige Schwester, zu versorgen. Organisatorisch war es fast unmöglich, unsere Familie und Ilyas im Krankenhaus unter einen Hut zu bringen. Wie das gelingen konnte, wussten wir damals nicht; folgten aber immer dem Motto: „Wir schaffen das schon irgendwie!“

Als Ilyas endlich nach Hause entlassen werden konnte, wurde uns dringend angeraten, mit der Entlassung ein Palliativteam ins Boot zu holen. Mit dem Begriff „palliativ“ brachte ich zu diesem Zeitpunkt gerade mal ansatzweise Sterbebegleitung von betagten Menschen in Verbindung. Mehr nicht. Mein Kind stirbt nicht. Also dachte ich: Brauche ich nicht. Schaffe ich alles alleine. Ich habe Ilyas im Krankenhaus selbst versorgt, sobald ich dort war, und machte mir wenig Sorgen, dass ich das nicht bewältigen könnte. Medikamente, PEG, Nahrungspumpe ... kein Problem. Wozu also ein Pallia-

tivteam?!

Ali Haydar und ich brachten Ilyas nach Hause und ich bekam einen Anruf vom Palliativteam. Ich dachte, okay, sollen sie mal kommen. Anschauen schadet nichts.

Zum Glück habe ich mich auf diesen Kontakt und alles Weitere eingelassen, denn hätte ich das nicht getan, wären wir sehr wahrscheinlich schon bei Beginn der ersten sogenannten Krise von Ilyas an unsere Grenzen gekommen und davon hatten wir ei-



N. Schwarz © GemeindebriefDruckerei.de

nige.

Sehr schnell nach dem ersten telefonischen Kontakt standen die Mitarbeiter*innen des Palliativteams vor der Tür, um sich und ihre Arbeit vorzustellen. Es folgte ein ausführliches und sehr „warmes“ Gespräch. Sehr, sehr nett, dachten wir uns und alle anfängliche Skepsis war verflogen. Von da an nahm alles irgendwie seinen Lauf.

Das Angebot des Palliativteams, wir könnten uns jederzeit dort melden, egal ob Nacht oder Tag,

24/7, ob Ilyas fertig ist oder einer von uns, nahmen wir nach anfänglichem Zieren fast täglich in Anspruch. Denn es gab ständig neue Aufgaben und Herausforderungen mit Ilyas zu bewältigen, die wir allein nicht hätten stemmen können. Gesundheitliche Probleme, pflegerische Aspekte, Rezepte, Medikamente, Hilfsmittel wie z. B. einen Inhalator. Es gab immer ein offenes Ohr, und was man uns abnehmen konnte, um den Rucksack leichter zu machen, wurde uns abgenommen. Regelmäßig wurde



Ilyas gesundheitliche Verfassung mit uns besprochen und bei Bedarf alles Notwendige angepasst. Aber auch die Dinge, die wir am liebsten nicht hätten besprechen oder regeln wollen, wurden auf sehr einfühlsame Art und Weise mit uns kommuniziert, wo wir beim Thema Menschlichkeit, Einfühlungsvermögen und Empathie wären.

Ich kann mich auf diesem Wege nur nochmal in aller Herzlichkeit für die Menschlichkeit, das besondere Einfühlungsvermögen, die Empathie und natürlich für die hervorragende ärztliche und pflegeri-

sche Versorgung unseres kleinen Sohnes und in diesem Zusammenhang auch für unsere „Versorgung“ bedanken. Ilyas konnte erfahren, was für uns Familienleben, Liebe und Zuwendung bedeutet. Uns bedeutet es viel, Sie vom Kinderpalliativteam kennengelernt zu haben.

Frau ..., vielen Dank für Ihre Unterstützung in der Nacht, in der es Ilyas besonders schlecht ging. Sie kamen und nahmen mir Ilyas ab. Sie beruhigten ihn, setzten sich mit ihm und ich durfte an Ihrer Schulter schlafen, weil ich nicht mehr konnte, während Sie über Ilyas gewacht haben.

JAHRESLOSUNG UND UNSERE DANKBARKEIT

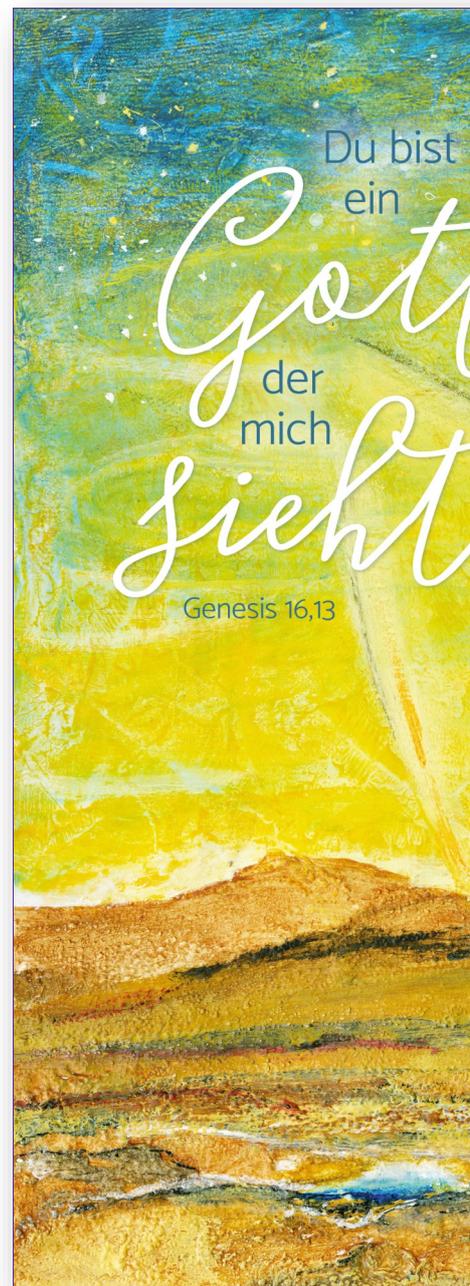
WARUM WIR DANKBAR SIND, DASS GOTT UNS SIEHT UND WARUM WIR UNS MANCHMAL WÜNSCHEN, DASS ER WEG-SCHAUT

STEFAN COMES

Auf der Erde leben in diesem Jahr erstmals mehr als acht Milliarden Menschen. In Anbetracht dieser gigantischen Zahl wirkt der einzelne Mensch total unbedeutend. Wagen wir den Blick ins Weltall, dann kommen einem im Vergleich die acht Milliarden auf der Erde fast schon wie Rechnen im Zahlenraum bis 100 vor. Allein in unserer Galaxie „Milchstraße“ gibt es ca. 250 Milliarden Sterne mit den dazugehörigen Sonnensystemen und Planeten. Und falls Sie sich jetzt immer noch nicht unbedeutend fühlen sollten, verrate ich Ihnen, dass es neben unserer Galaxie noch ca. eine Billion weitere Galaxien gibt. Das gilt für das beobachtbare Universum. Wenn nun jede Galaxie in etwa so viele Sterne hat wie die unsere, dann kommt am Ende eine Zahl mit 21 Nullen raus. Dagobert Ducks berühmte „Fantastilliarden“ entsprechen einer Trilliarde Sterne. So viele Münzen hätte er gerne in seinem Geldspeicher in Entenhausen vorrätig gehabt. Es ist einfach erschreckend, wie klein und unbedeutend unsere Erde im Universum doch zu sein scheint, und auch unsere eigene Existenz wirkt so. Wir kommen in diese Welt als verschwindend kleiner Teil von ihr, leben eine verschwindend kleine Zeit in ihr und verschwinden dann wieder ins große Nichts. Das ist die wissenschaftliche Sicht auf unser Dasein. Die großen existentialistischen Philosophen haben sich an dieser Problematik abgearbeitet, keine einfache Lösung gefunden und so schon fast trotzig vielfach zu heroischer Standhaftigkeit aufgerufen. Helden-tum braucht es wohl, um angesichts dieser Faktenlage nicht vollends die Bedeutung des eigenen Lebens ins große Nichts verdampfen zu sehen.

Die biblische Sicht ist zum Glück eine ganz andere. Sie beschreibt einen Gott, der nicht nur der Macher des ganzen Universums und der Urheber der Menschheit ist, sondern einer, der jeden einzelnen Menschen persönlich kennt; Psalm 139,5.6: „Von allen Seiten umgibt du mich, ich bin ganz in deiner Hand. Dass du mich so durch und durch kennst, das übersteigt meinen Verstand; es ist mir zu hoch, ich kann es nicht fassen.“ Und nicht nur das. Es ist ja schön, dass Gott uns kennt, aber noch besser ist, dass Gott uns auch „sieht“. Damit ist nicht einfach nur gemeint, dass er uns wahrnimmt, wie wir etwa eine unbedeutende Sache, die wir gleich wieder vergessen können, weil sie uns nichts angeht, sondern Gott „sieht“ uns. Er fühlt mit uns, weiß, wie es uns geht und wir sind ihm nicht egal. Er sorgt für uns.

„Du bist ein Gott, der mich sieht.“ (Gen 16,13) Dieser Satz stammt von der Sklavin Hagar. Eine Frau, die schon aufgrund ihres Standes nicht von großer Bedeutung war. Immerhin war ihr Überleben gesichert, zumindest bis sie an Stelle ihrer unfruchtbaren, betagten Herrin ein Kind von deren Mann auszutragen hatte. Auch wenn das in der damaligen Zeit nicht ganz so ungewöhnlich war, war das Ganze letztlich so dramatisch, wie es sich für unsere modernen Ohren anhört.



Eifersüchteleien, Zwietracht und Verachtung waren das Ergebnis, in dessen Folge Hagar in die Wüste flüchtete. Es war eigentlich ihr Ende. Wie sollte sie dort überleben? Niemand würde sie dort „sehen“, niemand sie vermissen und niemand ihr helfen,



Acryl von U. Wilke-Müller © Gemeindebriefdruckerei.de

dieser bedeutungslosen Sklavin. Doch Gott „sieht“ sie. Er sorgt für sie, zeigt ihr einen Ausweg auf und verspricht ihr, dass aus ihrem Kind sogar ein großes Volk werden wird.

Gott sieht also alles, wie unbedeutend es uns auch erscheinen mag. Das ist eine ganz grundlegende biblische Erkenntnis. Für ihn ist das Kleine groß, das Schwache stark und das Unbedeutende wichtig. Gott sieht uns Menschen immer und überall. Das ist eine tröstliche Botschaft. Aber Moment mal! Fallen wir jetzt nicht auf der anderen Seite vom Pferd? Gott sieht uns immer? Egal, was wir gerade tun? Wollen wir das überhaupt?

Den allermeisten von uns dürfte dieser Gedanke ein mittelschweres Schaudern über den Rücken laufen lassen. Dass Gott uns beim Gang auf die Toilette oder anderen intimen und schambehafteten Tätigkeiten zusehen sollte, ist schon schlimm genug, aber auch bei unseren kleineren und größeren Untaten; das ist eine andere Liga. Da wäre es doch

eigentlich ganz gut, wenn er mal großzügig wegschauen würde. Tut er aber nicht. Faktisch jeder von uns hat die eine oder andere Leiche im Keller tief begraben, die dort ungesehen auch für immer bleiben soll. Dass Gott auch all das „sieht“, ist schon ziemlich unangenehm. Wir fühlen uns dann möglicherweise nicht nur völlig unbedeutend, sondern auch absolut nicht liebenswert.

„Jeder ist normal, bis wir ihn kennenlernen“ ist ein bekannter Slogan. „Gott liebt uns, so wie wir sind“ ein vielleicht noch bekannterer. Beide Sätze sind wahr. Und zum Glück heißt es nicht: „Gott liebt uns, bis er uns kennenlernt.“ Gott liebt uns, so wie wir sind. Und das tut er, weil er uns durch und durch kennt. Gott sind unsere Fehler und Vergehen nicht egal, aber sie beeinträchtigen seine Liebe nicht. Er kennt sie – alle. Auch deshalb hat Gott die Sache mit Jesus in die Wege geleitet. Hagar war nicht fehlerfrei und das wusste sie. Und doch konnte sie vertrauensvoll sagen:

„Du bist ein Gott, der mich sieht.“

Ich wünsche Ihnen allen, dass Sie erkennen, wer Sie in Gottes Augen sind: gesehen, geliebt und mit unendlicher Bedeutung versehen.

DANKBARKEIT IM GROSSEN UND KLEINEN

MICHAEL HÄCKL

Wir leben in schweren Zeiten. Erst Corona, dann der nicht enden wollende Ukraine-Krieg und die immer schlimmer werdende Klima-Krise. Für was sollen wir dankbar sein? Schlimmer geht es wohl kaum! Oh doch, wir leben trotz allem in einem sicheren Land mit mehr oder weniger Wohlstand. Wir leiden nicht an Hunger oder Durst, sind in Freiheit mit einem vergleichsweise guten Gesundheitssystem. Natürlich könnte einiges besser sein, aber auch deutlich schlechter. Fragt nur eure Eltern oder Großeltern, wie es im zweiten Weltkrieg war, oder die Flüchtlinge, wie es in ihren Heimatländern zugeht. Allein dafür, hier und jetzt zu leben, bin ich sehr dankbar. Ebenso erfüllt mich Dankbarkeit für meine Frau und meine Familie, für jeden einzelnen Tag, auch wenn er manchmal anstrengend ist.

Manchmal merkt man einfach nicht, wofür man alles dankbar sein kann; manchmal erst im Nachhinein. Zu oft reibt man sich an negativen Erlebnissen, die aus einem anderen Blickwinkel gar nicht so negativ sind.

So war es bei unserm letzten Urlaub in Rom. An unserem vorletzten Tag wollten wir vom nördlichen der Stadt in den südlichen Teil zur „Basilika Sankt Paul“ (Foto 1), den „Domitilla-Katakomben“ und zu der „Basilika Sankt Sebastian“. Zum Laufen für uns deutlich zu weit; die Pilger im Mittelalter sahen das wohl anders. Jedoch war die U-Bahn an diesem Tag stillgelegt.

Die Busse fuhren entweder in die verkehrte Richtung oder waren total überfüllt. Taxis waren auch keine zu bekommen. Irgendwann schafften wir es doch, uns in einen Bus zu quetschen. Als Letzter kamen ich und meine Kameraausrüstung mit einem Schwung auch noch rein. Glück oder Pech? Erst am nächsten Tag, als wir wieder die U-Bahn nutzten, um zum Bahnhof Termini zu kommen und anschließend zum Flughafen, war mir klar, wieviel Glück wir hatten. Wäre die U-Bahn stattdessen an unserem

Abreisetag nicht gefahren, hätten wir ein echtes Problem gehabt. Das Flugzeug wäre wohl ohne uns geflogen. Ich war dankbar, dass an unserem Abreisetag alles reibungslos geklappt hat! So gab es vieles Andere in Rom, wofür ich ebenfalls Dank empfand: z. B. für den Führer in den „Domitilla-Katakomben“ (Foto 2), der mit solch einer Begeisterung über die ersten Christen in Rom sprach, wie sie mit ihrer Glückseligkeit in festem Glauben an die Verheißung des auferstandenen Christus lebten und dadurch immer mehr Leute anzogen. Auch für die nette ältere Dame im zufällig entdeckten Souvenir-Shop in der „Basilika des Heiligen Kreuzes von Jerusalem“. Ohne ein Wort von ihr zu verstehen, zeigte sie mir den Weg zu der „Kapelle der Helena“ mit dem wunderschönen Mosaik eines lächelnden, segnenden Jesus (Foto 3). Wir haben viele Gründe dankbar zu sein; wir müssen sie nur auch wahrnehmen

im Großen wie im Kleinen. Dies führt letztlich auch zu einer positiveren Lebenshaltung. Auch bei größeren Herausforderungen wie bei mir zuletzt. Machen wir es wie die ersten Christen: Sie waren lebensbejahend zugleich ohne Furcht vor dem irdischen Tod und dafür dankbar.



Foto 1



Foto 2

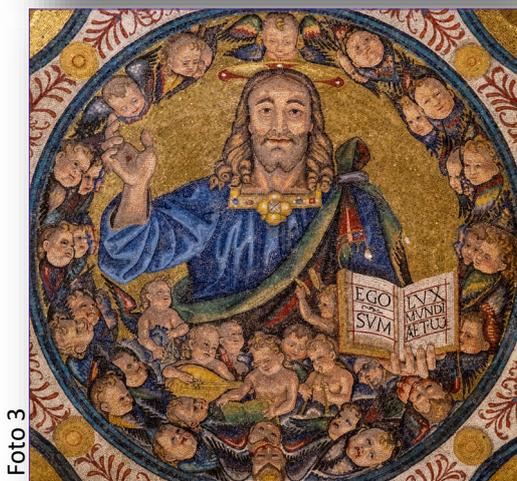


Foto 3

DANKBARKEIT GEGENÜBER DEN EIGENEN KINDERN

MARKUS WINKLER

„Du sollst Vater und Mutter ehren“, lautet das vierte Gebot. Denn ihnen verdanken wir unser Leben. Wenn wir uns daran halten, werden wir lange leben, so heißt es weiter. Darin spiegelt sich der Generationenvertrag einer vormodernen Gesellschaft, in der Kinder die Rentenversicherung ersetzen. Dass wir als Eltern unseren Kindern dankbar sein sollten, sagt die Bibel nicht. Nur zum Zorn sollen wir sie nicht reizen (so zumindest der Epheserbrief). Aber wir haben Grund, ihnen dankbar zu sein, mehr als umgekehrt. Das kann man an Glücksmomenten festmachen, an Überraschungen, die wir ohne sie nie erlebt hätten – selbstverständlich. Aber das ist es nicht allein, und wer dabei stehen

Aber sie haben sich für uns gar nicht entschieden; auch nicht für die Ungewissheit, wo sie da hingerauten. Niemand hat sie gefragt, ob sie gerade bei uns und unter unserer Fürsorge aufwachsen wollen. Sie konnten nicht nein zu uns sagen. Und doch nehmen sie hin, dass sie bei uns sind; zumeist erstaunlich widerstandslos, was den Umstand an sich angeht, auch wenn es über Details umso öfter zu Diskussionen kommt, je älter sie werden. Wenn Kinder sich in andere Familien hinein fantasieren, bleibt das ein Gedankenspiel.

Dass unsere Kinder uns als Eltern einfach so akzeptieren, dafür können wir ihnen dankbar sein. Dafür, dass sie uns so lange als tonangebende, richtungweisende, überlegene Erzieher anerkennen. Für den Vertrauensvorschuss, den sie uns damit geben, ohne darüber nachzudenken; und mit viel Nachsicht für unsere Fehler. Dafür, dass sie uns brauchen und uns das Gefühl geben, eine Aufgabe zu haben, einen Lebenssinn – wenn auch vielleicht

nicht den einzigen. Das alles tut unseren Seelen gut. Und darüber hinaus ermöglicht es uns, Gott zu verstehen, so wie er von den biblischen Autoren wahrgenommen wurde: seine Haltung zu uns Menschen, auch wenn wir Gleiches gegenüber unseren Kindern ja nur im Kleinmaßstab erleben. Manchmal traurig, manchmal wütend, manchmal verzweifelt, aber immer erfüllt von bedingungsloser Zuneigung und Hilfsbereitschaft. Kurz gesagt, finden wir als Eltern in uns selbst Gottes Liebe zur Welt wieder, ebenso

wie die Ohnmacht des Allmächtigen angesichts des Eigensinns seiner Geschöpfe. Für diese Erkenntnis können wir unseren Kindern wirklich dankbar sein.



N. Schwarz © GemeindebriefDruckerei.de

bleibt, gerät leicht in Gefahr, anstrengende und traurige Erlebnisse gegen die guten aufzurechnen. Mindestens ebenso wichtig ist: wir haben unsere Kinder in die Welt gesetzt, meist gezielt, oft wohlüberlegt. Andersherum trifft das nicht zu. Wir konnten uns zwar ebenso wenig aussuchen, wie unsere Kinder sind, wie umgekehrt.

KOLUMNE AUS SICHT VON KINDERN

WOFÜR SIND WIR DANKBAR & GRENZEN VON DANKBARKEIT

ANNA (11) & JOHANNES (10)

Was ist Dankbarkeit? Dankbarkeit ist, wenn wir zum Beispiel etwas geschenkt bekommen haben und uns wirklich darüber freuen. Dann sind wir dafür dankbar und möchten der Person auch eine Freude machen.

Jedoch sind wir nicht für jedes Geschenk, das wir bekommen, dankbar. Denn Dankbarkeit hat Grenzen: Falls wir ein Geschenk bekommen, was wir gar nicht toll finden, sind wir nicht dankbar, sondern eher enttäuscht.

Es gibt auch Momente, in denen wir vom Dankbarsein abgelenkt werden: Angenommen, dass wir eigentlich richtig dankbar sind und dann geärgert werden.

Dann können wir nicht mehr an die Dankbarkeit denken, sondern nur an die Wut und den Ärger.

Im Falle, dass wir aber wirklich dankbar sind und nichts uns ablenkt, wollen wir der Person, die uns die Freude gemacht hat, auch eine Freude machen. Dann sind wir automatisch freundlicher. Wenn wir in der Bibel lesen, merken wir, wie gut Gott zu uns ist, und sind dafür dankbar.

Dafür sind wir dankbar:

- dass wir ein Dach über dem Kopf haben,
- dass wir ein ruhiges Leben ohne Krieg führen dürfen,
- wenn wir krank sind, können wir zum Arzt gehen und werden gepflegt,
- wenn wir Hunger haben, wird uns zu Essen gegeben,
- wenn wir durstig sind, können wir etwas trinken.

Außerdem sind wir noch für vieles mehr dankbar, aber es würde viel zu lange dauern, alles aufzuzählen. Wir wissen, dass es nicht jedem Kind auf der Erde so gut geht wie uns.

KREUZWORTRÄTSEL –

WOFÜR KANN MAN DANKBAR SEIN?



1. Enge Vertraute im Haus
2. Worin leben wir?
3. Um nicht zu verhungern, brauchen wir ...
4. Um nicht zu verdursten brauchen wir ...
5. Viele davon stehen im Wald
6. Die Taube ist ein Symbol dafür
7. Darin lernen wir
8. Gottes Wort
9. Man bezahlt damit
10. Das körperlich anstrengendste Fach in der Schule
11. Etwas zum Anziehen
12. Fach in der Schule, in dem man malt

GRENZEN DER DANKBARKEIT GEGENÜBER ELTERN

RÜDIGER SCHALLER

„Wäre das Wort ›Danke‹ das einzige Gebet, das du je sprichst, so würde es genügen“, so sagte es einst Meister Eckhart, ein christlicher Mystiker aus dem 14. Jahrhundert. Das zeigt uns auf, wie essentiell Dankbarkeit für unseren persönlichen Lebensweg ist.

Tief berührt vom Erfahrungsraum der Dankbarkeit erkennen: Ja, mein Leben ist ein unendlich wertvolles Geschenk. Mein Körper, mein Verstand und meine Talente: nichts erarbeitet, alles ist ein Geschenk. Wie auch alle Lebewesen, ob zu Land, Luft oder im Wasser. Die Meere, die Berge, die Flüsse. Die stillen tiefen Wälder, Räume in denen man der Verbundenheit mit allem nachspüren kann. Wie auch in der Weite der Meere an den Küsten.

Nichts habe ich davon geschaffen – alles ist ein Geschenk.

Staunen und sich freuen wie ein kleines Kind, das zum ersten Mal einen Schmetterling auf einer bunten Blumenwiese sieht. Mit Dankbarkeit im Alltag alles betrachten, das führt in die innere Weite. In diesem Erfahrungsraum hört die Gier, das ständige innere getriebene Sein, auf. Ich kann sehen, was ich habe, und ich bin dankbar. Das bereichert; Freude blitzt da immer wieder in mir auf. Und es reift auch die Erkenntnis, dass ich nichts wirklich unter Kontrolle habe. Morgen ein Schlaganfall – und alle meine geistigen Talente sind nicht mehr vorhanden. Dankbar im Augenblick leben, das ist mein Ziel. Annehmen, was kommt.

Mein Leben, ein Geschenk. Doch es können Grenzen auftauchen auf dem Weg in den Raum der Dankbarkeit. Innere Erfahrungsräume, geprägt durch ganz andere Erfahrungen: Abgelehnt im Sein, oft auch Missbrauch; gar körperliche Gewalt gegen ein kleines Menschenkind. Es fühlt nur und ist dann zutiefst im Wesen erschrocken; innerlich quasi erfroren. Auf dem Weg der Heilung Tat und Täter trennen; die Tat war nie in Ordnung und wird es auch nie sein, auch wenn dem Täter vergeben werden kann. Irgendwann, auf dem Weg der Heilung, können sich auch Grenzen der Dankbarkeit verschieben: Wo zunächst aus Selbstschutz eine innere Grenze aufgrund der verletzenden Erfahrung gesetzt wurde, kann über den Weg der Vergebung die Persönlichkeit weiter reifen. Darüber weitet sich der innere Raum der Dankbarkeit.



INTERVIEW MIT EINER ÄLTEREN DAME ÜBER DANKBARKEIT

JUDITH HÖRHOLD

Nach der telefonischen Terminvereinbarung mit der Dame für das Interview betreute ich voller Neugier und auch etwas Anspannung das Eigenheim in Königshofen. Wir kannten uns bisher nicht. Sie wird von der Diakoniestation gepflegt und mir als Interviewpartnerin vermittelt. Nach einer sehr herzlichen Begrüßung war sofort eine gegenseitige Sympathie spürbar.

Die Dame bewohnt das Haus schon mehr als 50 Jahre und spricht von Ihrem „kleinen Paradies“.



N. Schwarz © GemeindebriefDruckerei.de

FRAGE: Wofür sind Sie sich selbst dankbar?

ANTWORT: Ich bin 1939 geboren und habe im Laufe meines Lebens eine andere Sicht auf den Glauben kennen gelernt. Zunächst wurde ich evangelisch getauft und konfirmiert, aber die Erziehung war auch katholisch geprägt. Durch die Heirat bin ich zum katholischen Glauben konvertiert, da ich eine gemeinsame Erziehung für meine Söhne vorgezogen habe. Durch diverse Meditationen habe ich den liebenden Gott erfahren. Dafür bin ich sehr dankbar.

FRAGE: Was tun andere Menschen für Sie, was Ihnen in ihrem Alltag hilft und Sie unterstützt?

ANTWORT: Für mich ist es ein Glück und eine Offenbarung, dass es die Diakonie gibt und die Betreuerin mir schon eine lange Zeit hilft und für mich da ist. Im Alter bricht vieles weg, aber die Hilfe von der Diakonie in vielseitiger Hinsicht gibt mir wieder eine gewisse Sicherheit. Ich hatte schon bei der Pflege meines verstorbenen Mannes eine sehr positive Erfahrung gehabt. Ich sehe die Unterstützung durch die liebevolle Betreuerin als Mutmacher für ältere Menschen, sich diese wertvolle Hilfe zu suchen.

FRAGE: Für welche Menschen in ihrem Leben sind Sie besonders dankbar und wieso?

ANTWORT: Ich bin sehr dankbar, dass ich mich auf meine beiden Söhne, die zwar weiter entfernt mit den vier Enkelinnen und Enkeln leben, immer verlassen kann. Wenn ich Hilfe benötige, z. B. beim Einstellen meines I-Pad, sind sie für mich da und unterstützen mich. Auch fühle ich eine unendliche Dankbarkeit für das lange Zusammensein mit meinem 2015 verstorbenen Mann. Wir konnten die „Goldene Hochzeit“ feiern.

FRAGE: Wann fühlen Sie in Ihrem Inneren bereits Dankbarkeit?

ANTWORT: Das sind schon kleine Dinge, die mich täglich erfreuen. Jeden Morgen zünde ich eine Kerze an und bete. Auch bin ich gerade sehr erfreut über den Besuch der Meisen auf meinem Balkon, die sich das Futter im Vogelhäuschen holen.

FRAGE: Führt Dankbarkeit zu Gottes Nähe?

ANTWORT: Glauben zu können ist eine Gnade!

FRAGE: Ist ein dankbarer Mensch von Natur aus religiös?

ANTWORT: Nein, Religion muss gelebt werden und auch vom Elternhaus geprägt sein! Aber auch durch Mediation und innerer Einstellung ist der Weg zum Glauben möglich.

Es war mir eine Freude, eine betagte Dame mit wachem Geist und dankbarer Lebenseinstellung getroffen zu haben. Trotz ihrer körperlichen Gebrechen blickt sie ohne Zweifel und Zaudern auf jeden neuen Tag mit Zuversicht, Liebe und Hoffnung von Gott behütet zu sein.

Wir verabschiedeten uns auf ein Wiedersehen!

Professionelle Pflege seit über 50 Jahren!

Diakoniestation 
Niedernhausen / Eppstein

06127-2685

Kranken- und Altenpflege

- Körperpflege
- Palliativpflege
- Hilfen im Bereich Ernährung

Behandlungspflege

- Wundversorgung
- Injektionen
- Kompressionstherapie
- Medikamentenüberwachung



Ihr Diakonie-Team

Ilfelder Platz 1 • 65527 Niedernhausen • Telefon 06127-2685 • Fax 06127-999803

In der Müllerwies 2b • 65817 Eppstein • Telefon 06198-3060552

Mail: diakoniestation.niedernhausen@ekhn.de / www.diakoniestation-niedernhausen.de

Übersicht zu regelmäßig stattfindenden Gemeinde-Veranstaltungen:

Jeden Sonntag	10 Uhr Gottesdienst in Christuskirche bzw. Gemeindehaus (oder als Livestream über die Homepage – s. u.), anschl. Kirchencafé
	10 Uhr Kinder-Sonntag (vierzehntägig)
	12 Uhr Teentreff
1x im Monat	12 Uhr Taufgottesdienst
Jeden Dienstag	19 Uhr Friedensgebet, im Untergeschoss des Gemeindehauses
	17 Uhr Konfirmandenunterricht
2-wöchentl. Dienstags	16 Uhr Jungschar (Alter 8 – 12 Jahre)
Jeden Mittwoch	11:45 Uhr „Fünf vor zwölf“ – Ökumenisches Friedensgebet in der kath. Kirche
	15 Uhr Waffel-Oase (für Eltern und jüngere Kinder) – köstliche Waffeln und Kaffee/Tee (gegen Spende) im Gemeindegarten
	18 Uhr Bläserchor „Well Blech“
1. Mittwoch	20 Uhr Frauenplausch
2-wöchentl. Mittwochs	16:30Uhr Powergirls (Alter 9 – 13 Jahre)
2-wöchentl. Donnerstags	16 Uhr Königskinder (Alter 6 – 9 Jahre)
	2. und 4. Donnerstag 17 Uhr Mütterkreis
	3. Donnerstag 15 Uhr Seniorenkreis
meist 1. Donnerstag	16 Uhr Gottesdienst im Seniorenzentrum
2-wöchentl. Freitags	16 Uhr Eltern-Kind-Kreis „Gott kennen lernen von Anfang an“ („Minis“ von 0 – 3 Jahre und „Maxis“ von 3 – 6 Jahre)
	2. und 4. Freitag 17 Uhr Seelsorge-Gruppe

Zu den Treffen der verschiedenen Hauskreise sowie Sing&Pray-Gottesdiensten finden Sie nähere Infos auf der Homepage. Dort können Sie den monatlichen Newsletter abonnieren, um sich über besondere Veranstaltungen zu informieren – www.christuskirche-niedernhausen.de

EVANGELISCHE PFARRSTELLE I

Stefan Comes
Tel. 06127-999274
Fritz-Gontermann-Straße 2-4
65527 Niedernhausen
SComes@christuskirche-niedernhausen.de



EVANGELISCHE PFARRSTELLE II

Cornelia & Jürgen Seinwill
Tel. 06127-993015
Fritz-Gontermann-Str. 4
65527 Niedernhausen
CJSeinwill@christuskirche-niedernhausen.de

PFARRBÜRO:

Tel. 06127-2405 | Fax 06127-79355 | Fritz-Gontermann-Straße 4, 65527 Niedernhausen
Mail: kirchengemeinde.niedernhausen@ekhn.de
Bürozeiten: Mo. und Do. von 9:00 bis 12:00 Uhr / Di. von 15:30 bis 18:30 Uhr

GEMEINDE-PÄDAGOGIN:

Lena Grossmann | Tel. 06127-999271 | Fritz-Gontermann-Str. 2, 65527 Niedernhausen
Mail: Lena.Grossmann@christuskirche-niedernhausen.de
Viele besondere Aktionen für Kinder – Termine auf Anfrage



WEM KOMMT DIE STIFTUNG ZUGUTE?

- Der Kinder- und Jugendarbeit in der Gemeinde
- Den Menschen in Niedernhausen durch Finanzierung vielfältiger Angebote
- Der Instandhaltung und Erweiterung gemeindlicher Räumlichkeiten

„Herzlichen Dank“ sagt die Stiftung Lebens(t)räume allen, die durch eine Spende dazu beigetragen haben, dass die Ausstattung der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen verbessert werden konnte.

Für nähere Informationen zur Stiftung Lebens(t)räume und zum Freundschaftsfonds steht Ihnen der Vorstand – um Pfarrer Jürgen Seinwill – oder das Pfarrbüro gerne zur Verfügung.

DER STIFTUNGSVORSTAND

Ein besonderer Dank gilt an dieser Stelle auch den nachfolgend aufgeführten Sponsoren:

SPENDENKONTEN DER STIFTUNG:

IBAN: DE53 5125 0000 0043 0242 13
Bitte zusätzlich Verwendungszweck angeben!



IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN: Evangelische Kirchengemeinde Niedernhausen, Fritz-Gontermann-Straße 4, 65527 Niedernhausen, www.christuskirche-niedernhausen.de

Redaktion „Augenblick“: Michael Häckl, Judith Hörhold, Rüdiger Schaller, Anita Schneider, Markus Winkler, Conny Seinwill (verantwortlich) – unterstützt durch Daniela Herold (Redigieren), Katja Schnitzer (Layout) und Monika Schneider (Koordination Verteilung)

Alle Fotos stammen, soweit nichts anderes angegeben ist, aus offiziellem Pressematerial, Privatbeständen oder dem Archiv der Kirchengemeinde.

Auflage: 5.400 Exemplare, für die Haushalte in Niedernhausen, Königshofen und Oberjosbach



GBD

www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Produkt Delfin schont die Ressourcen.
Emissions- und schadstoffarm auf
100% Altpapier gedruckt.

www.GemeindebriefDruckerei.de

EIN ANDERER ZUGANG ZUR BIBEL

BIBLEART

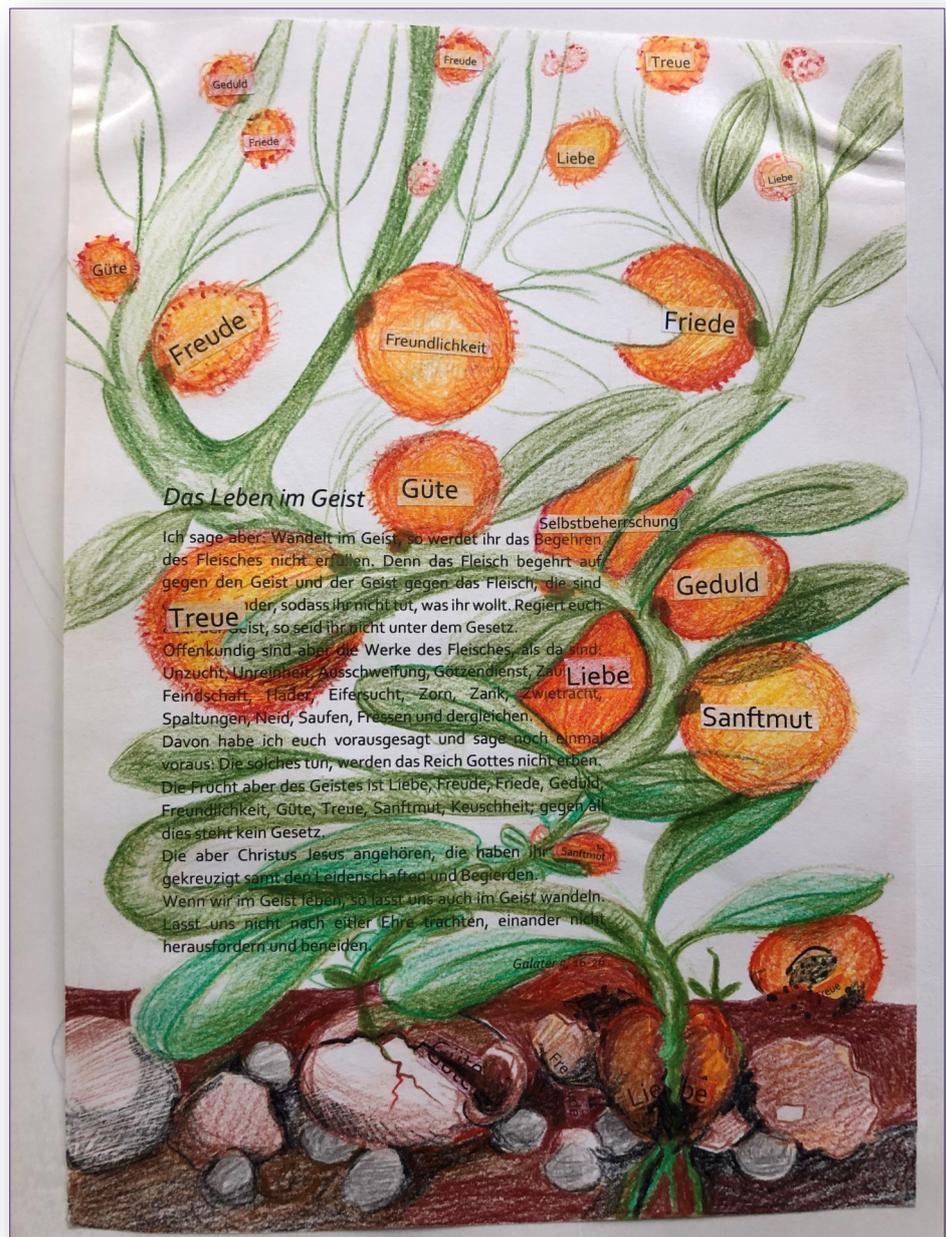
CONNY SEINWILL

Sie steht in vielen Bücherregalen als Schmuckstück, – doch etwas angestaubt. Man bekam ein Exemplar zur Hochzeit oder zur Konfirmandenzeit geschenkt. Manche haben im Religionsunterricht oder später in der Jugendgruppe in ihr gelesen. Bei einigen ist irgendwann die Neugier erwacht auf dieses „Buch der Bücher“ oder auch der Hunger nach dem Weltbestseller Nr. 1.

Viele tun sich schwer mit dem Lesen, weil mehrere Jahrtausende zwischen ihrer Entstehungszeit und unserer Gegenwart liegen. Es mag zugegebenermaßen einige befremdliche Inhalte darin geben, die unser zeitgenössisches Denken provozieren. Zugleich ist dieses Buch wie eine Schatzkiste. Darin enthalten sind spannende Episoden aus der Geschichte von Gott mit uns Menschen. Auch wenn sie in Israel spielen, enthalten sie doch zahlreiche Botschaften für uns Nachgeborene in aller Welt. In dieser biblischen Schatzkiste sind tiefe Wahrheiten und Lebensweisheiten zu entdecken, die helfen, dass unser Leben gelingt. Dazu Trostworte, wenn es gerade schief läuft. Man kann in ihr lesen, um sich Wissen anzueignen und durch Erkenntnisse die eigene Persönlichkeit zu optimieren. Man kann sich in dieses Buch vertiefen, um durch Gottes Worte Kontakt zu ihm aufzunehmen. So spürt man manchmal beim Lesen eines biblischen Textes: Der ist für mich bestimmt; dadurch möchte Gott mir jetzt etwas sagen.

Kreative Menschen haben entdeckt, dass sie durch einen anderen Zugang zur Bibel sich Gott nahe fühlen und

seine Worte innerlich verkosten. Durch „BibleArt-Journaling“ erschließen sich ihnen Bibeltexte auf eine ganz eigene Weise. In unserer Kirchengemeinde hat sich schon vor Jahren eine Gruppe gebildet, die sich meist monatlich trifft, um so ihren kreativen Umgang mit der Bibel zu praktizieren. Die Gemeindepädagogin Lena Grossmann leitet die hybride Gruppe für Erwachsene und hat neu eine Präsenzgruppe für Kinder im Alter von 8 – 12 Jahren gegründet. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen, wo auch immer sie wohnen. – Unsere Redaktion lädt Sie nun ein zur Bibelmeditation mit Hilfe eines ersten BibleArtblattes. Weitere folgen demnächst. Da diese künstlerischen Bibeln sehr persönlich gestaltet sind, veröffentlichen wir nicht die Namen der Besitzerinnen.



SOMMERABENDE DER BEGEGNUNG:

RESILIENZ – GUTES FÜR LEIB, SEELE, VERSTAND UND HERZ

FREITAGABENDS UM 20 UHR
IM GEMEINDEGARTEN



- 28. JULI** – Quizabend mit Pfarrteam
- 04. AUGUST** – Lagerfeuer-Welthits mit Markus Liebendahl & Friends
- 11. AUGUST** – „Tu Deinem Leib etwas Gutes“
Tipps zur Gesundheitsprophylaxe
mit Jan Henry (Physiotherapeut & more)
- 18. AUGUST** – Krimi-Rollenspielabend mit Udo Neuse
- 25. AUGUST** – Musik für die Seele – Chansons mit Pierre Adrien
- 01. SEPTEMBER** – Käse, die glücklich machen – Tasting
mit Hilke Hochbaum-Kottig (Käse-Sommelière)

Informationen & Anmeldung auf der Homepage!
Predigtreihe zu Resilienz im August in der ev. Christuskirche