



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.



# Freut euch!

von leben. glauben. handeln.  
**Wegen**



Schluss mit lustig?  
S. 8



Das Streben nach Glück  
S. 12



Freude weitergeben  
S. 18

# Überrascht

von der Freude

## editorial

Freude ist laut Duden ein „hochgestimmter Gemütszustand“. In der Freude fühlt man sich wohl, alle seelischen Bedürfnisse scheinen erfüllt. Sie ist ein befreiendes Lebensgefühl, das in einer breiten Skala von Gefühlsäußerungen sichtbar wird - vom Lächeln über ein befreites Lachen bis zum Freuden-schrei. Der Schriftsteller Maxim Gorki sagte über den großen Clown Anatoli Durow: „Er war der Zauberer, der in den vergifteten Brunnen der Traurigkeit einen Tropfen, nur einen einzigen Tropfen vom lebendigen Wasser des Lachens hineingoss und diesen Brunnen dadurch zum Kraft und Leben spendenden Heilquell machte.“

### Aufforderung zur Freude

Ja, Clowns schenken Freude, bringen uns zum Lachen, aber sonst ist das Leben doch eher eine ernste Sache, oder? Umso erstaunlicher ist die zweifache Aufforderung des Apostels Paulus, die er aus dem Gefängnis heraus an die Gemeinde in Philippi schreibt: „Freuet euch im Herrn zu jeder Zeit!“ Zu jeder Zeit? Das meint: In jeder Lebenslage, in jedem Lebensalter, in jedem Lebensumstand soll Freude der Grundton unseres Lebens sein. „Kann Freude verordnet werden?“, möchte man Paulus fragen. Wie gelange ich zu dieser Freude in dem Herrn? Der christliche Glaube gründet sich auf die Botschaft von Jesus

Christus, wie sie im Evangelium verankert ist, und Evangelium heißt „Frohe oder Freuden-Botschaft“. Dennoch bedeutet die Aufforderung „Freuet euch“ nicht, dass man als Christ ständig mit einem Dauergrinsen herumlaufen soll, vielmehr ist damit eine Grundhaltung gemeint, die tief im Herzen eines Menschen wurzelt, weil Gott selbst sie hinein gelegt hat.

### Überrascht von der Freude

„Überrascht von Freude“ heißt die Autobiografie von C.S. Lewis; die Lebensgeschichte eines Atheisten, der auf der Suche nach Logik und Erklärung dieses Lebens ist. Durch jahrelange Gespräche mit seinem Freund J.R.R. Tolkien kommt er dazu, ganz rational Gottes Existenz zu akzeptieren. Von der Freude überrascht wird er aber erst Jahre später, als er spürt und begreift, dass Gott ihm in seinem Sohn Jesus Christus persönlich begegnen will. Die Beziehung zu Gott wird für ihn der wahre Grund zur Freude und verändert sein Leben. Die ersten Christen pflegten an Ostern das Osterlachen als Ausdruck der Freude über die Auferstehung Christi. Ich wünsche uns zu Ostern, dass wir uns von dieser Freude überraschen lassen, wenn der auferstandene Jesus für uns spür- und erfahrbar wird.



Ewald Dengler  
Direktor der Evangelischen  
Stadtmission Freiburg e.V.

WEIL ER AUF VERLASS  
IHN IST

WEIL MIR SEINE NÄHE GUT TUT

WEIL ICH MIT IHM ÜBER ALLES  
REDEN KANN

*Gott nahe zu sein ist mein Glück.  
Psalm 73,28*

WEIL ER ANTWORTEN AUF  
MEINE FRAGEN HAT

WEIL ICH VIEL  
VON IHM LERNEN KANN

WEIL ER MICH  
LEIDEN KANN SO WIE ICH BIN

WEIL ER MIR HOFFNUNG GIBT WENN ICH NICHT WEITER WEISS

WEIL ER MIR HILFE  
WENN ICH NICHT WEITER WEISS

WEIL ER MIR LEBEN SCHENKT  
WENN MEIN LEBEN ZU ENDE GEHT





# Gottes Geschenk

## Freude hier, jetzt und in Ewigkeit

**E**ine Freundin von mir, die Pfarrerin ist, hat mal folgenden Witz erzählt: „Wann beginnt das wahre Leben? Wenn die Kinder aus dem Haus sind und der Hund tot ist.“

Zugegeben, irgendwie hatte ich in dem Moment etwas Geistreicheres, äh Geistlicheres, von ihr erwartet und war daher im ersten Moment ein wenig verwirrt. Wo war da der Witz und wo war der tiefere Sinn?

Andererseits, ist es nicht so, dass wir das glückliche Leben oft irgendwohin projizieren, aber selten im Hier und Jetzt erkennen? Solange noch viel Platz in unserer Zukunft ist, dann denken wir, dass alles richtig super sein wird, wenn wir erst einmal... Das trägt eine ganze Weile, aber wenn

man beginnt, sich die schönen Dinge für die Rente aufzuheben, dann neigt sich dieser Zukunftshorizont dem Ende zu und die Zukunft birgt nicht mehr genügend Raum für unsere Lebensträume. Das ist der Zeitpunkt, wo wir beginnen rückwärts zu blicken: denn damals war ja alles besser...

### Wie erkenne ich das wirkliche Leben?

Dazwischen hangeln wir uns von Tag zu Tag, in der Hoffnung, dass nun der Teil des Lebens beginnt, auf den wir so sehnsüchtig warten. Wann ist also eigentlich das wahre wirkliche Leben? Gibt es das überhaupt und wenn ja, wie kann ich es erkennen?

### Nach dem Tod

„Die ersten Christen blickten mit der Gewissheit der nahen Ankunft des Gerichtes und des himmlischen Jerusalems weg von den Dingen dieser Welt und konzentrierten sich auf das nach dem Tod Kommende.“

Diese Frage wird auch von Menschen der Bibel gestellt. So beginnt das Buch Prediger mit der Frage: „Was hat der Mensch für Gewinn von all seiner Mühe, die er hat unter der Sonne?“ (Prd. 1,3) Das Buch repräsentiert eine Strömung innerhalb des Alten Testaments, die davon ausging, dass mit dem Tod alles aus ist und nur das Leben im Hier und Jetzt zählt. Vielleicht gibt es eine Existenz nach dem Tod, aber die wird sehr geisterhaft und verschwommen gesehen.

## Essen, trinken, lieben

So konzentriert sich der Verfasser auch folgerichtig auf das Leben diesseits des Todes und antwortet: „So geh hin und iss dein Brot mit Freuden, trink deinen Wein mit gutem Mut; denn dies dein Tun hat Gott schon längst gefallen. Lass deine Kleider immer weiß sein und lass deinem Haupte Salbe nicht mangeln. Genieße das Leben mit deiner Frau, die du lieb hast, solange du das eitle Leben hast, das dir Gott unter der Sonne gegeben hat; denn das ist dein Teil am Leben und bei deiner Mühe, mit der du dich mühest unter der Sonne.“ (Prd. 9,7-9)

Essen, Trinken, Liebe und Freundschaft, das ist es, was Gott uns in unserem Leben gegeben hat, auf dass wir uns daran erfreuen. Nicht mehr, aber auch nicht weniger. Diese seine Gaben nicht zu genießen, wäre ein Verfehlen der göttlichen Bestimmung.

Mit dem Aufkommen der Apokalyptik änderte sich diese Sichtweise. Die ersten Christen blickten mit der Gewissheit der nahen Ankunft des Gerichtes und des himmlischen Jerusalems weg von den Dingen dieser Welt und konzentrierten sich auf das nach dem Tod

Kommende.

Paulus beschreibt das im Römerbrief wie folgt: „Ich bin überzeugt, dass die Leiden der gegenwärtigen Zeit nichts bedeuten im Vergleich zu der Herrlichkeit, die an uns offenbar werden soll.“ (Römer 8, 18)

Angeichts der Ewigkeit verblassten natürlich alle Freuden des Hier und Jetzt und wurden an den Rand gedrängt. So konnten die Mitglieder der Urgemeinde leichten Herzens all ihr Hab und Gut verkaufen, denn sie erwarteten ohnehin nichts mehr von ihren Gütern.

Diese Konzentration auf die Ewigkeit ging Hand in Hand mit einer Trennung von Heiligem und Profanem einher, die von der griechischen Philosophie mit begünstigt wurde. Das alltägliche Leben wurde weniger wert als die besondere Hingabe an Gott als Eremit oder später als Mitglied des Klerus.

Mit der Reformation wurde diese Trennung aufgehoben und man wandte sich wieder stärker dem Diesseits zu. Die Pfarrer legten das Priestergewand ab und trugen Talar, die Kleidung der Studierenden. Ebenso rückte auch die Freude über das Diesseits wieder näher in den Blick.

## Hier und Drüben

Bei Luther finden sich vielfältige Hinweise auf die positive Einstellung zum Leben in dieser Welt. Gott möchte, dass wir fröhlich durch diese Welt ziehen „und gibt darum uns seine Güter, sie zu gebrauchen, dass wir fröhlich sein sollen und ihn loben, lieben und danken immer und ewiglich.“

Das Hier und das Drüben, beides sind Geschenke Gottes an uns, die wir ergreifen sollen.

(c) Sate122 | Dreamstime.com



**Ralf Berger**

Pfarrer in der Gemeinde dreisam3

# Trotzdem Ja zum Leben sagen

## In Schwierigkeiten Sinn finden

„Freut euch!“ Dieser Hefttitel passt zu Ostern. Aber er kann auch sehr zynisch klingen. Was ist, wenn man diesen Satz einem Menschen gegenüber ausspricht, der im Moment erlebt, dass er gar nichts zum Freuen hat - weil sein Leben in einer Krise oder in einem Leiden steckt und er keinen Ausweg daraus weiß? Oder weil ihm Schmerzen das mit dem Freuen schier unmöglich erscheinen lassen?

Sicher hat die Aufforderung zur Freude ihre Berechtigung. Wir brauchen das manchmal, dass uns jemand dazu herausfordert, mal eine andere Seite unseres Lebens anzuschauen als nur die problembehaftete. Eine geistliche Regel sagt: „Zähl deine Segnungen, nicht deine Verwundungen!“

Während eines Gastaufenthalts in einer Kommunität habe ich den Ratschlag erhalten, in Zeiten der geistlichen Be-

sinnung zehn Punkte zu sammeln, für die ich dankbar sein kann. Ich übe das bis heute und mache dabei immer wieder die Erfahrung, dass ich so einen anderen, hoffnungsvolleren und zufriedeneren Blick auf meine Situation bekomme.

## Wie wir denken, prägt unser Erleben

Wie wir über eine schwierige Situation denken, entscheidet darüber, ob wir das Leiden an ihr überwinden können. Das behauptet der Psychiater Viktor Frankl (1905-1997), der Begründer der Logotherapie. Sein Therapie-Ansatz resultiert aus Erfahrungen, die er als jüdischer Häftling in vier verschiedenen Konzentrationslagern gemacht hat. Frankl hat beispielsweise beobachtet, dass Häftlinge, die davon ausgehen konnten, dass

### Wertvoll

„Was Menschen aufrichtet und Halt gibt, ist die Frage danach, wie man auch in einer extrem eingeschränkten und bedrohlichen Situation noch etwas von dem Leben kann, was einem wertvoll und wichtig ist.“

zu Hause jemand auf sie wartet, einen stärkeren Durchhaltewillen und damit höhere Überlebenschancen hatten als andere Häftlinge. Ihn selbst hat der innige Wunsch, nach dem KZ-Aufenthalt seine psychologischen Beobachtungen wissenschaftlich auszuwerten und über seine Gedanken zur Therapie vor Studenten zu sprechen, weiterleben lassen. Frierend, hungernd und an jedem Tag ums Überleben fürchtend, habe ihn aufrechterhalten, dass er in Gedanken Satz um Satz seiner Erkenntnisse zusammengetragen habe. Außerdem bemerkte er, dass er als Arzt – wenn er auch kaum medizinische Möglichkeiten hatte – für viele Mitgefangene eine wichtige Funktion ausübte.

### Warum-Fragen helfen nicht weiter

Immer deutlicher wurde ihm, dass die berühmten Warum-Fragen: Warum ich? Warum muss ich leiden? Warum lässt Gott das zu? weder hilfreich noch zu beantworten sind. Was Menschen aufrichtet und Halt gibt, ist die Frage nach dem Sinn. Nicht die Frage nach dem Sinn des Leidens oder dem Sinn des KZs, sondern die Frage danach, welchen Sinn man dieser Situation geben kann, in die man geraten ist; die Frage danach, wie man auch in einer so extrem eingeschränkten und bedrohlichen Situation noch etwas von dem Leben kann, was einem wertvoll und wichtig ist.

„Es gibt keine Lebenssituation, die nicht irgendeine Möglichkeit böte, sie in eine sinnvolle Leistung zu verwandeln“, sagte Frankl in einem Interview und sprach von der „Trotzkraft des Geistes“ und vom „Willen zum Sinn“, der die menschliche Existenz auszeichnen würde. Das Leben stelle uns die Fragen

und es gelte, diesen Fragen eine sinnvolle Antwort zu geben.

„Freut euch!“ hat Frankl seine Mitgefangenen nicht aufgefordert. Er hat auch deren Leiden nicht bagatellisiert und keine falschen Illusionen geweckt. Aber er hat seine Mitgefangenen gefragt, wofür es sich lohnen würde, den kommenden Tag zu überleben. Und er hat bemerkt, wie dieses ungewohnte Umdenken seine Kameraden aufgerichtet hat.

Dabei ist es auch zu theologischen Diskussionen gekommen: Wenn es Gott gibt und wenn Gott das KZ zulässt, wenn Gott uns dieser Situation aussetzt, dann muss es doch auch irgendeinen Sinn darin zu finden geben...

Ich glaube, dass diese Hoffnung berechtigt ist und dass die Suche nach sinnvollem Verhalten in schwierigen Situationen mitten im Leid wohltuend sein kann.

Dietrich Bonhoeffer hat – ebenfalls unter dem Eindruck von NS-Verfolgung – geschrieben: „Ich glaube, dass Gott aus allem, auch aus dem Bösesten, Gutes entstehen lassen kann und will.“ Und Paulus schreibt im Römerbrief: „Wir wissen, dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Besten dienen.“ Bonhoeffer und Paulus denken jeweils Gott mit ein in die schwierige Situation und rechnen damit, dass von ihm her Sinnstiftung und Gutes geschehen können.

Wie viele Menschen hat dieser Glaube wohl schon getröstet und innerlich aufgerichtet?! Nicht, weil es an den Sorgen, den Schmerzen oder den Problemen etwas geändert hätte, sondern weil es die Belastungen in ein anderes Licht gestellt hat. Weil es das Schwierige in eine Verbindung zu den Möglichkeiten und dem Willen Gottes gebracht hat. Zu dem, der das Leiden kennt, aber das Böse ein für alle Mal besiegt hat.



(c) Vaidstar | Dreamstime.com



**Norbert Aufrecht**  
Stadtmissionar



# Schluss mit lustig?

## Ein Plädoyer für echten Humor

**M**anchmal, wenn ich in einem Gottesdienst einen Witz mache und die Zuhörer lachen, sage ich: „Bitte jetzt nicht lachen, das ist eine christliche Veranstaltung!“ Manche gucken mich dann etwas komisch an und sind verunsichert, ob ich das jetzt ernst oder ironisch meine...

Haben Christen etwa nichts zu lachen? Muss man sich erst eine rote Pappnase aufsetzen und zehn Promille Blut im Alkohol haben, um lachen zu können oder zu dürfen? Manchmal hätte ich Lust, im Kölner Dom oder in einer anderen ehrwürdigen Kathedrale unter der Bank einen Lachsack zu starten. Wie würden die Leute wohl darauf reagieren?

Der Philosoph Friedrich Nietzsche, ein überzeugter Atheist, hat mal gesagt: „Die Christen müssten erlöster aussehen, wenn ich an ihren Erlöser glauben sollte.“ Ist es nicht komisch, dass wir als

Christen so viel von Freude singen und gepredigt bekommen, aber so wenig davon ausstrahlen? Warum laufen wir Christen manchmal herum, als hätten wir den ganzen Tag Zitronen gelutscht? Wenn man uns betrachtet, könnte man den Eindruck gewinnen, Jesus hätte gesagt: „Leute, jetzt ist Schluss mit lustig. Jetzt beginnt der Ernst des Lebens! Wer will in den Himmel? Also, reißt euch zusammen!“

Lachen ist bei vielen Menschen keine geistliche, sondern eine emotionale Angelegenheit. Es ist immer wieder faszinierend, mit welcher Perfektion Gemeindeglieder beim Vortragen ihrer Lieder diese Wahrheit praktizieren. Keinem entgleisen auch nur ansatzweise die Gesichtszüge zu einem Lächeln. Eine ähnlich verinnerlichte Freude habe ich mal in einer Gemeinde erlebt, die mich an die Kostbarkeit von Fossilien erin-

### Zitronenchristen

„Ist es nicht komisch, dass wir Christen so viel von Freude singen und gepredigt bekommen, aber so wenig davon ausstrahlen? Warum laufen wir manchmal herum, als hätten wir den ganzen Tag Zitronen gelutscht?“



ner hat. Alles an ihr schien erstarrt. Da saßen die Christen vor mir mit versteinerten Mienen, nach dem Motto: „Wer lacht, hat verloren.“ Einige grimmige Gesichter würden mit gelifteten Mundwinkeln und christlicher Milde im Blick weitaus weniger bedrohlich wirken.

## Biblische Freude

Genau 26-mal ist in der Bibel vom Lachen die Rede. Allerdings 12-mal negativ, wie in der berühmten Geschichte von der alten Frau Abrahams, als die Boten Gottes ihr eine Schwangerschaft voraussagen: „Da lachte Sarah bei sich selbst und dachte, da ich welk bin, soll mich noch die Liebeslust ankommen? Aber der Herr sprach zu Abraham: Warum lacht Sarah? Ist irgendetwas unmöglich bei Gott?“ (1. Mose 18,12)

Solch ungläubiges Kichern muss die Theologen der ersten Jahrhunderte zu der Annahme veranlasst haben, nur die heilige Scheu und das betroffene Schweigen seien angemessene Reaktionen auf Gottes Reden. Angesichts der Würde und Allmacht Gottes verbiete sich auch nur ein Zucken um die Mundwinkel. Dabei hätten die Herren Theologen nur drei Kapitel weiterlesen müssen. Dort wird Sarah beschrieben, wie sie lacht und sich freut – an Gott und an dem Kind, das sie dann doch noch bekam.

Freude erfüllt den ganzen Menschen und reißt ihn mit. Im Gegensatz dazu führt ein freudloser Mensch ein „unbewegliches“ Leben. Er weiß nicht, was es heißt, vor Freude zu tanzen, ganz aus dem Häuschen zu sein. Freude äußert sich in Singen, Lachen, Jubeln, Loben. Wo Freude aus dem Blick gerät, geht auch die Hoffnung verloren. Da werden Menschen schwer und unbeweglich.

Wo Freude und Lachen vorkommen, fühlen sich Menschen wohl. Humor und Heiterkeit gehören zur Grundstimmung des Lebens, und das hat viel mit Gelassenheit und Weisheit zu tun.

## Nahkampfwaffen oder Selbstliebe?

Satire und Ironie bleiben oft „Nahkampfwaffen“, eingesetzt aus Verachtung und Notwehr, geboren aus Verletzungen. Humor aber verbindet, schafft Nähe, überbrückt Distanz. Humor ist nach der Definition des Dudens die „Gabe des Menschen, der Unzulänglichkeit der Welt und des Menschen, den Schwierigkeiten und Missgeschicken des Alltags mit heiterer Gelassenheit zu begegnen.“ Ein Musterbeispiel dafür ist Alt-Bundespräsident Johannes Rau. Als er nach einer der üblichen politischen Mammut-sitzungen nach deren Verlauf gefragt wurde, sagte er den Journalisten: „Lest Apostelgeschichte 19,32!“. Nachdem jemand auf die Schnelle irgendwo eine Bibel besorgte hatte, konnte man dort Auskunft bekommen über die politische Versammlung: „Dort schrien die einen dies, die andern das; denn in der Versammlung herrschte ein großes Durcheinander, und die meisten wussten gar nicht, weshalb man überhaupt zusammengekommen war.“

Wirklicher Humor entspringt zuerst, so komisch das auch klingen mag, aus einer richtig verstandenen Selbstliebe. Ich muss beginnen, mich selbst als komisch zu betrachten, über mich selbst lachen zu können und mich damit selbst nicht zu wichtig zu nehmen. Denn die Erkenntnis, dass das Diesseits nicht alles ist und dass sich die ganze Welt nicht um mich dreht, schenkt unendliche Gelassenheit.



**Arno Backhaus**

bezeichnet sich selbst als fröhlichen E-fun-gelisten, ganzheitlichen Missio-Narr und verrückten Aktionskünstler.



# Kein Anrecht auf ein süßes Leben

## Auszüge aus „Gott macht glücklich“ von Markus Spieker

**K**aum eine Lüge ist weltweit erfolgreicher als die, dass es einen kausalen Zusammenhang gibt zwischen einem erfolgreichen, sorgenfreien, langen, glücklichen Leben und dem richtigen Glauben. Dieses kindische Anspruchsdenken ist auch unter Christen verbreitet, nämlich die Annahme, dass Gott uns hier und jetzt glücklich machen will - und zwar gemäß unserer eigenen Vorstellungen von Glück. Wenn wir ihn nur lassen. (...) Dabei geht es beim christlichen Glauben doch darum, dass wir uns in die Entwürfe einfügen, die Gott für uns hat - und die womöglich nicht sonderlich spaßig sind (...).

Bekennende Christen sind nicht oder nur unwesentlich gesünder, reicher, schöner und klüger als Nicht-Christen. Sie leben nicht länger, sie sterben nicht schmerzfreier, sie sind in den Listen

der reichsten Menschen der Welt sogar unterproportional vertreten, ebenso unter den Oscar-Gewinnern und den Nobelpreisträgern. (...)

### Stachel im Fleisch

Die Liste der Christen, die in besonders engem Kontakt zu ihrem Schöpfer standen und dennoch von allerlei Wehleiden geplagt waren, ist endlos. Paulus wurde das Privileg einer ekstatischen Gottesbegegnung zuteil - und zum Ausgleich mit einem nicht näher beschriebenen „Stachel im Fleisch“ malträtiert, anscheinend, um ihn vor Überheblichkeit zu schützen. Luther litt unter Unterleibsschmerzen, Calvin unter Kopfschmerzen. Der Körper von Blaise Pascal war ein einziger Krankheitsherd. Kierkegaard war depressiv

### Erwachsen

„Zu einem erwachsenen Glauben gehört die Einsicht, dass uns für das Leben auf dieser Welt nicht Sicherheit, Macht und Genussbefriedigung versprochen werden. Stattdessen: Glaube, Liebe, Hoffnung.“

und gebrechlich. Dostojewski war ein suchtkranker Epileptiker. Ganz abgesehen von den über hunderttausend Christen, die derzeit für das Bekennen ihres Glaubens gefangen gehalten, gefoltert und ermordet werden. (...) Für Menschen, die in Beziehung mit Gott leben, gilt nicht das Vergeltungsprinzip (Gehorsam = Glück; Ungehorsam = Unglück), sondern das Erlösungsprinzip. Die Rückkehr ins Paradies wird ins Jenseits verschoben. (...)

Es gibt für Christen im Diesseits weder ein Anrecht auf ein süßes Leben noch eine Abkürzung dahin. (...) Warum ist das so schwer zu akzeptieren? Warum operieren Geistliche mit bibelfremden Geschmacksverstärkern? Weil es funktioniert - leider. Es ist wie bei der Ernährung: Menschen, vor allem Kinder, bevorzugen instinktiv das Süße, Fettige, Salzige, weil es den Geschmacksrezeptoren eine rasche Energiezufuhr verheißt. Dagegen kommen wir bei Früchten und Gemüsesorten, die etwas bitter schmecken, nur langsam auf den Geschmack, auch wenn sie sehr viel gesünder sind. Auf die Glaubensverkündigung übertragen, heißt das: Zuckrige oder gepfefferte Lügen finden leichter Anhänger als bittere Wahrheiten.

Zu einem erwachsenen Glauben gehört die Einsicht, dass uns für das Leben auf dieser Welt nicht Sicherheit, Macht und Genussbefriedigung versprochen werden. Stattdessen: Glaube, Liebe, Hoffnung. Gerade das Leiden intensiviert oft unsere Beziehung zu Gott, weil es uns zur Kommunikation mit ihm drängt und die Hoffnung auf eine Erlösung in der jenseitigen Welt nährt. An dieser Stelle höre ich einen nicht christlichen Freund sagen: „Ich kann diese ganze Leidensscheiße nicht mehr hören. Ihr Christen mit eurem Maso-Evangelium...“

Das ist die andere und womöglich sogar weiterverbreitete Fehlsicht des christlichen Glaubens: dass er sich geradezu in der Liebe zum Leid verwirklicht: Die Kleidung schwarz, die Mienen finster, die Musik in Moll. Dieses Klischeebild vom Christentum tritt uns auch heute noch in manchen Hollywoodfilmen entgegen. Dabei sagt Jesus doch ausdrücklich: „Sorgt euch nicht um euer Leben“ (Matthäus 6,25). Und: „In der Welt habt ihr Angst. Aber seid getrost...“ (Johannes 16,33). Paulus ergänzt: „Freut euch!“ (Philipper 4,4).

## Freuen geht immer

Macht Gott nicht vielleicht doch glücklich? Meine Antwort: Ja. Aber auf seine Art. So zum Beispiel: Im Januar 2013 fand in Leipzig der „Kongress für christliche Führungskräfte“ statt. (...) Als Stargast trat eine Frau auf, deren Anblick zunächst einmal für Beklemmung sorgte, auch bei mir. Irmhild Bärend hatte eine Karriere als Macherin hinter sich. Sie gab eine Zeitschrift heraus, sprudelte vor Ideen, stand unter Strom, kannte nur den Vorwärtsgang. Bis ein Unfall dafür sorgte, dass sie vom Hals abwärts gelähmt war. Als ich dabei zusah, wie sie mit ihrem Rollstuhl vor das Mikrofon geschoben wurde, fielen mir die Worte meines nicht christlichen Freundes ein: „Schon wieder diese Leidensscheiße.“ Dann fing Irmhild Bärend an zu reden. Von der Dankbarkeit für jeden Atemzug. Von der Freude über das Leben. Sie sagte: „Ich habe mich entschieden, nicht auf das zu sehen, was nicht geht, sondern auf das, was geht. Und Freuen geht immer.“ (...) Gott macht glücklich - aber auf die merkwürdigste Art und Weise. Und manchmal erst im nächsten Leben. Dann aber richtig.



Abdruck mit freundlicher Genehmigung aus: Markus Spieker, *Gott macht glücklich* ©2013 SCM Hänssler, D-71088 Holzgerlingen, [www.scm-haenssler.de](http://www.scm-haenssler.de)



**Markus Spieker**  
Fernsehredakteur im ARD-Hauptstadtstudio  
und Buchautor

# Das Streben

## nach Glück

### Eine neurowissenschaftliche Sicht der Freude

**W**as ist Freude? Wie kommt es, dass manche Menschen glücklicher sind als andere? Ist Glück genetisch verankert, kann man es kaufen oder – neuerdings – auf Rezept bekommen? Ist Glück so wie Schönheit: Man sieht sie sofort, kann aber nicht sagen, was es ist? Oder ist Glück wie Sport und Musik: Auf das Tun kommt es an, darüber reden bringt gar nichts? Oder ist Glück gar wie die Stille: Wenn man darüber redet, ist sie weg? Man findet Antworten auf die Fragen, wo man sie zunächst am wenigsten vermuten würde: in der Wissenschaft. Das mag überraschen, denn Wissenschaft und Freude verhalten sich für viele etwa so wie Sauerkraut und Vanillesoße. Wissenschaft ist objektiv, kalt, kopflastig und berechnend, Freude dagegen ist subjektiv, warm und kommt ohne zu denken aus dem Bauch. Und dennoch: Menschen sind das Produkt der Evolution. Daher sind auch unser Gehirn und seine Funktionen nicht völlig einzigartig auf der Welt. Bei Mäusen und Menschen werden positive und negative Emotionen von den gleichen Strukturen des Gehirns hervorgebracht, die auf Belohnung und Bedrohung, auf Sex und sozialen Status in ganz ähnlicher Weise reagieren. Untersucht man diese Mechanismen wissenschaftlich, versteht man besser,

warum das Begehren von etwas nicht das Gleiche ist wie dessen Besitz oder Konsum, denn es geht – im Gehirn – um jeweils andere Funktionen und Zustände. Wollen und mögen, Vorfreude und Freude sind nicht das Gleiche. Beides aber gehört zum Streben nach Glück. Glücks-Erlebnisse lassen sich neurowissenschaftlich beschreiben. Von der Kokain-Injektion bei einem Süchtigen über Schokolade essen, Musik hören, schnelle Autos bewerten, im Video-Spiel gewinnen bis hin zu einem netten Blick oder Wort: Bei positiven Erlebnissen kommt es zu einer Aktivierung des *Nucleus accumbens* beidseits, einer Struktur tief unten mitten im Gehirn.

### Feuernde Nervenzellen

Was genau machen die Nervenzellen in diesem Zentrum? Wie man heute weiß, feuern sie dann, wenn ein Ereignis eintritt, das besser ist als erwartet, und bewirken letztlich das rasche Lernen. Das System löst damit eine ganz wesentliche und zugleich schwierige Aufgabe unseres Gehirns: In jeder Sekunde strömen unglaublich viele Informationen auf uns ein. Wir können sie nicht alle verarbeiten. Unser Gehirn hat also das Problem der Auswahl: Was von dem Vielen soll

### Glücksmodul

„Beim Modul unseres Gehirns, das für Glückserlebnisse zuständig ist, geht es nicht um dauerndes Glück, es geht vielmehr um dauerndes Streben. Das ist ein großer Unterschied!“



weiter beachtet und verarbeitet werden, und was kann es getrost übergehen? Es ist daher ein Modul notwendig, das bewertet und vergleicht. Solange alles nach Plan läuft und nichts Unerwartetes geschieht, was wir nicht schon wüssten, tut dieses Modul nichts. Geschieht jedoch etwas, das besser ist als erwartet, dann feuert das Modul. Dann werden wir wach, aufmerksam, wenden uns dem Erlebnis zu und verarbeiten die Informationen besser. Das Wichtigste: Wir lernen besser. Auf diese Weise lernen wir langfristig alles, was gut für uns ist.

Damit ist übrigens auch sofort klar: Auf *dauerhaftes* Glücklichein ist das Modul gar nicht ausgelegt, vielmehr darauf, dass wir dauernd nach dem streben, was für uns gut ist! Beim Modul unseres Gehirns, das für Glückserlebnisse zuständig ist, geht es also gar nicht um dauerndes Glück, es geht vielmehr um dauerndes Streben. Das ist ein großer Unterschied! Was wissen wir noch?

(1) Geld ist nicht dasselbe wie Glück: Die 100 reichsten Amerikaner sind kaum glücklicher als der Durchschnittsamerikaner, dessen Reichtum sich von 1957 bis 1996 verdoppelt hat, dessen Selbsteinschätzung als sehr glücklich jedoch im gleichen Zeitraum abnahm. In den meisten Ländern (mit Ausnahme mancher ganz armer Länder) findet man praktisch keinen Zusammenhang zwischen dem Einkommen und dem Glück der Leute. Immer mehr Geld und Wohlstand machen uns also nicht immer glücklicher.

## Sinn und Glück

(2) Bei der Beurteilung unseres eigenen Glücks liegen wir meist richtig daneben: eine Million Dollar machen uns kaum glücklicher. Aber 10 unverhofft gefundene Cent lassen uns unser gesamtes ver-

gangenes Leben glücklicher erscheinen.

(3) Man strebt nach vielem, aber nicht alles, wonach man strebt, macht einen glücklich. Unser gehirneigenes „Glücks-Zentrum“ lässt uns nach Suchtstoffen streben, aber kein vernünftiger Mensch hält Heroin- oder Kokain-Sucht für erstrebenswert.

(4) Die meisten Menschen glauben, dass sie zukünftig glücklicher seien als jetzt, sind es aber dann später nicht.

(5) Menschen neigen dazu, den Einfluss von Lebensereignissen auf ihr Glück zu überschätzen.

(6) Glückliche Menschen sind körperlich und geistig gesünder, erfolgreicher beim Lernen und bei der Arbeit, kreativer, populärer, geselliger, seltener kriminell oder süchtig und sie leben länger. Nach dem Glück zu streben ist also längst nicht so selbstsüchtig, wie es klingt. Glückliche Menschen sind die besseren Menschen, in jeder Hinsicht.

(6) Nachhaltiges Glück hat daher mit Sinn und Bedeutung sehr viel, mit Konsum und Genuss nur wenig zu tun.

(7) Das Zusammensein mit der Familie, mit Freunden, Sex, ja sogar die Qualität und Sicherheit unserer Arbeit sind für uns wichtig. Denn Glück rührt vor allem von unseren Erfahrungen mit anderen Menschen.

(8) Abraham Lincoln sagte: „Die meisten Leute sind etwa so glücklich wie sie sich zu sein entscheiden.“ Und Leo Tolstoi drückte es noch kürzer aus: „Wenn Du glücklich sein willst, sei!“



**Prof. Dr. med. Dr. phil. Manfred Spitzer**  
Professor für Psychiatrie, Leiter der psychiatrischen Universitätsklinik Ulm und des von ihm gegründeten Transferzentrums für Neurowissenschaften und Lernen.



Chlodwig / dreamstime.com

# Auch du freue dich,

## Mutter Kirche

### Das Motiv der Freude in der österlichen Dreitagefeier der römisch-katholischen Liturgie



(c) Tuja66 | Dreamstime.com

#### Erlösung

„Es ist immer das eine, zusammengehörige Erlösungsgeschehen Jesu Christi, das in den Feiern unter unterschiedlichen Aspekten im Bewusstsein der Gegenwart des auferstandenen Gekreuzigten begangen wird und auf die Osternacht als Höhepunkt zustrebt.“

**W**ie zu keinem anderen Zeitpunkt im Laufe des Kirchenjahres sind die römisch-katholischen Feiern des sogenannten „*Sacrum Triduum Paschale*“, also die Gottesdienste der drei österlichen Tage vom Leiden, vom Tod und von der Auferstehung des Herrn, durch eine große Fülle an eindrucksvollen Zeichenhandlungen geprägt. Auf den ersten Blick kann der Anschein entstehen, dass in sukzessiver Abfolge die Heilsergebnisse vom letzten Abendmahl Jesu über seinen Kreuzestod und seine Grabruhe bis hin zur Auferstehung je für sich erinnert und inszeniert werden. So könnte man geneigt sein, das Motiv der Freude erst und allein in der Osternacht zu vermuten, in der der Jubel über die Auferstehung durchbricht. Die Ästhetik und Texte der Feiern fördern in der Tat zunächst diese Wahrnehmung. So wird in der Abendmahlsmesse am

Gründonnerstag unter festlichem Geläut das Gloria gesungen, das in der gesamten Fastenzeit verstummt. Anschließend schweigen jedoch die Glocken und ggfs. die Orgel bis zum erneuten Singen des Glorias in der Osternacht. So entsteht auf musikalischer und akustischer Ebene ein unüberhörbarer Kontrast im Triduum. Nach dem Gottesdienst werden zudem das Altartuch, die Leuchter und weiterer Schmuck vom Altar genommen, die Kreuze werden entfernt oder verhüllt. Eine düstere Stimmung breitet sich durch den karg anmutenden Kirchenraum aus, die über den Karfreitag und Karsamstag bis zur Osternacht anhält. Die Karfreitagsliturgie beginnt zudem in aller Stille und mit einem schweigenden Gebet, zu dem sich der Priester und seine Assistenz vor dem leeren Altar niederwerfen – eine Demutsgeste, wie sie intensiver nicht sein

kann. Hart klingen jene Holz-Klappern, die zur Übertragung der Kommunion vom Aufbewahrungsort zum Altar<sup>1</sup> geschlagen werden – ein volkstümlicher Brauch, der als Ersatz zu den hellen Altarschellen und zum Geläut der Kirchenglocken mancherorts bis heute den Tod Jesu am Stamm des Kreuzes bewusst macht.

## Dunkelheit und Licht

„Erst in der Osternacht“, so heißt es im katholischen Messbuch, „in der die Kirche die Auferstehung des Herrn erwartet, bricht die österliche Freude durch, die sich durch fünfzig Tage in ihrer ganzen Fülle entfaltet.“<sup>2</sup> Glocken, Orgel und fröhliche Musik kehren zurück; der Kirchenraum, der Altar und das Kreuz sind festlich geschmückt. Nach der Weihe des Osterfeuers erklingt der große Lobgesang auf die Osterkerze, das so genannte *Exsultet*, benannt nach den Anfangsworten: „Frohlocket, ihr Chöre der Engel, frohlocket ihr himmlischen Scharen, lasset die Posaune erschallen, preiset den Sieger, den erhabenen König. (...) Auch du freue dich, Mutter Kirche, umkleidet von Licht und herrlichem Glanze.“<sup>3</sup> Nach den Lesungen aus dem Alten Testament ist es vor allem das Singen und Läuten zum Gloria, das vielfach als „Umschlagspunkt“ von der Dunkelheit zum Licht und somit auch vom Leid zur Freude erscheint – vor allem dann, wenn an dieser Stelle nicht nur, wie es das Messbuch vorsieht, die Altarkerzen entzündet, sondern auch unvermittelt alle elektrischen Lichter im Kirchenraum eingeschaltet werden.

Und doch wird dieser spürbare Kontrast von einer traurig-dunklen zu einer freudig-hellen Ästhetik immer wieder auch zurückgenommen. Bei

aller Dramatik, die im Ursprung der Osternacht als Ganznachtfeier – bestehend aus einer Phase der Trauer in der Nacht *und* der Freude am Morgen – wie der spätantiken Dreitagefeier als Darstellung des Übergangs Jesu durch den Tod in das Leben innewohnt, geht es bereits seit dem Gründonnerstag um das Ganze. Wie eine Ouvertüre ruft der traditionelle Eröffnungsgesang aus: „Wir rühmen uns des Kreuzes unseres Herrn Jesus Christus. In ihm ist uns Heil geworden und Auferstehung und Leben. Durch ihn sind wir erlöst und befreit.“<sup>4</sup>

## Das Ineinander von Leiden, Tod und Auferstehung

Das österliche Triduum muss als eine dynamische, spannungsvolle Einheit wahrgenommen und darf nicht in Einzelfeiern aufgespaltet werden. Es ist immer das eine, zusammengehörige Erlösungsgeschehen Jesu Christi, das in den Feiern unter unterschiedlichen Aspekten im Bewusstsein der Gegenwart des auferstandenen Gekreuzigten begangen wird und auf die Osternacht als Höhepunkt zustrebt. Liturgie ist kein Nachspiel historischer Ereignisse, kein Nacheinander, sondern das Ineinander von Leiden, Tod und Auferstehung. Selbst am Karfreitag ragt deshalb mit dem Preisgesang des *Dreimalheilig* in die Prozession zur Verehrung des aufgerichteten Kreuzes österliche Freude in die karge Stimmung der Feier hinein. Und umgekehrt vergisst das *Exsultet* nicht den Tod Jesu, verhöhnt der Brauch des Osterlachens den Ernst der Erlösung nicht, der das Leben eines Menschen gekostet hat. Österliche Liturgie harrt schließlich noch aus auf jenen Tag voller Freude, den wir bei Gott hoffnungsvoll erwarten dürfen.

*1 Nach katholischem Verständnis erfahren Brot und Wein im sog. Hochgebet des kath. Gottesdienstes eine Wandlung ihrer Substanz. Sie werden zu Leib und Blut Christi, und zwar dauerhaft. Das eucharistische Brot, das im Gründonnerstagsgottesdienst nicht an die Gläubigen verteilt wurde, bleibt zunächst auf dem Altar stehen. Nach dem Schlussgebet wird es in Prozession mit Kerzen und Weihrauch an einen speziellen Aufbewahrungsort gebracht. Von dort muss es am Karfreitag zum Altar zurückgeholt, also übertragen werden. Der sog. Tabernakel dagegen bleibt als Zeichen der Trauer leer.*

*2 Katholisches Messbuch 1988, [62]*

*3 Katholisches Messbuch 1988, [69]*

*4 Katholisches Messbuch 1988, [22]*



**Dr. Stephan Wahle**

Akademischer Oberrat am  
Lehrstuhl für Dogmatik und  
Liturgiewissenschaft an der  
Albert-Ludwigs-Universität  
Freiburg

# Nun singet und seid fro-o-oh

## Musik, Glaube und Gefühle

„Die Freude am Herrn ist meine Stärke“... Diesen alten Choral trällerte meine Großmutter häufig auffällig fröhlich vor sich hin. Zumeist gefolgt von einer biblischen Ermahnung: „Und abermals sage ich: Freuet euch...!“ Zugegebenermaßen empfand ich das als Teenager dann doch als sehr dick aufgetragen. Meine Oma war sicherlich eine Frau des Glaubens, aber musste man deshalb die ganze Zeit fröhliche Lieder singen? Und überhaupt: Sollte der Glaube nicht aus tiefen Erkenntnissen bestehen und weniger aus „Stimmungsmache“ durch fröhliche Lieder? Als Musiker hat mich dieses Thema in den verschiedensten Formen immer wieder beschäftigt. Wie ist das mit der beeinflussenden Wirkung der Musik, die ja auch in einigen christlichen Gemeinschaften exzessiv genutzt wird? Und was genau hat die Musik überhaupt im Glaubensleben zu suchen?

In fast allen Religionen der Welt spielt Musik eine wichtige Rolle. Seien es die Gesänge der Muezzin, die ekstatische Trommelmusik in den animistischen Kulturen Afrikas, der Gesang des Kantors in den Synagogen oder die Obertongesänge buddhistischer Mönche – sie alle verbinden ihren Glauben mit den Ausdrucksformen der Musik. Und das ist eigentlich kein Wunder! So ermöglicht gemeinsames Singen doch ein gemeinschaftliches Feiern unseres Glaubens. Die moderne Hirnforschung bestätigt uns, was die Menschheit intuitiv schon seit Jahrtausenden weiß: Musik spricht direkt unsere Emotionen an, muss nicht erst durch den Verstand erfasst werden. Auch in der Bibel finden sich schon früh Belege, dass die Musik zum Glauben dazugehört. So stellt Salomo für seinen Tempel eine große Anzahl Sänger ab, damit sie Gott durch ihre Lieder preisen. Daneben auch noch eine Gruppe Instru-

### Berühren lassen

„Die Möglichkeit, sich musikalisch auszudrücken oder sich von Musik berühren zu lassen, ist tief in uns verankert. Dieses Geschenk ist eine Einladung Gottes an uns, unseren Glauben auch außerhalb des Rationalen zu leben.“



mentalisten, die „geisterfüllt spielen“ sollten – das hier im Hebräischen verwendete Wort ist interessanterweise das gleiche, das für das „Prophezeien“ der Propheten gebraucht wird.

## Singen vor dem Thron Gottes

Bei den ersten jüdischen Christen wurden die musikalischen Traditionen des Judentums sicherlich fortgeführt. Paulus fordert dazu auf, sich gegenseitig durch geistliche Lieder zu ermutigen. In der Offenbarung des Johannes singen die Erlösten vor dem Thron Gottes.

Musik ist immer kulturgebunden. Und an unsere Hörgewohnheiten. Das hat immer wieder zu Auseinandersetzungen geführt. Schon Johann Sebastian Bach wurde von einem seiner Arbeitgeber, der Arnstädter Kirche, zur Last gelegt, „daß er bißher in dem Choral viele wunderliche variationes gemacht, viele frembde Thone mit eingemischet, daß die Gemeinde drüber confundiret [verwirrt] worden sey.“ Bis heute ist in vielen Gemeinden der richtige Musikstil im Gottesdienst fast genauso wichtig wie die richtige Predigt – und das betrifft die konservativen Gemeinden der Orgelliebhaber genauso wie moderne Freikirchen, in denen sich auch schon mal entschuldigt wird, wenn ein Lied älter als fünf Jahre ist... In den letzten 30 Jahren haben hauptsächlich zwei Strömungen unseren Gebrauch der Musik in den Gemeinden verändert: Auf der einen Seite die Lobpreis- und Anbetungsbewegung, auf der anderen die ruhigen Lieder und Gesänge aus Taizé. Beide nutzen bewusst auch die emotionale Seite der Musik. In der Praxis des Taizé-Gebets hilft die Musik, zur Ruhe und zu einer musikalischen Gemeinschaft zu finden. Die Anbetungsmusik

transportiert häufig die Freude über Gottes Größe und seine Macht.

Bei all dieser Vielfalt und den Auseinandersetzungen über Musikstile und Inhalte sind mir als Musiker in den letzten Jahren einige Dinge im Umgang mit der Musik in meinem Glaubensleben wichtig geworden:

1. *Musik ist ein Geschenk Gottes an uns*  
Gott hat uns Menschen mit der Musik geschaffen. Die Möglichkeit, sich musikalisch auszudrücken oder sich von Musik berühren zu lassen, ist tief in uns verankert. Dieses Geschenk dürfen und sollen wir nutzen, es ist eine Einladung Gottes an uns, unseren Glauben auch außerhalb des Rationalen zu leben.

2. *Musik soll dem Menschen dienen – gerade auch in Gottesdiensten*

Musik in Gottesdiensten und im gemeinsam gelebten Glauben ist kein Selbstzweck. Es geht nicht darum, einer bestimmten Tradition zu frönen oder eine tolle Band vorzuführen, sondern darum, dass die Musik den Gottesdienstbesuchern hilft, sich auf Gott einzulassen oder Glaubensinhalte zu vertiefen.

## Musik darf froh machen

3. *Auch christliche Musik darf unsere Gefühle ansprechen*

Musik spricht bewusst oder unbewusst immer auch unsere emotionalen Zentren an. Und das darf und soll sie meiner Meinung nach auch. In unserer reformatorischen Tradition, in der das geschriebene oder gesprochene „Wort“ im Mittelpunkt steht, hilft uns gerade die Musik, auch unsere Emotionalität in unseren Glauben zu integrieren. Sie kann und darf uns fröhlich machen, nachdenklich stimmen, unsere Sehnsüchte ansprechen...



(c) Siriuses | Dreamstime.com  
(c) Winterling | Dreamstime.com



**Sebastian Röhl**  
Gitarren-Solist und  
Liebegleiter



MKH | photocase.com

# Freude weitergeben

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin der Bahnmissionsmission erzählt

„Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu and'rer Glück.

Denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eigene Herz zurück.“ Dieses kleine Gedicht kennen vor allem die Älteren als verschnörkelten Wandschmuck oder aus dem Poesiealbum. Nur ein hübscher, leicht angestaubter Spruch – oder steckt mehr dahinter? Macht es uns selbst froh, wenn wir anderen Menschen helfen und ihnen Freude bereiten? Ist die tätige Nächstenliebe also eine „Win-Win-Situation“, wie es neudeutsch heißt, die beide Seiten glücklich macht? Wir haben nachgefragt – bei einer Frau, die sich freiwillig und unentgeltlich für Menschen in Not einsetzt. Unsere Redakteurin Ruth Franzen sprach mit Carmen Rohda, einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin der Bahnmissionsmission Freiburg.

Den Entschluss, sich nach ihrem Berufsleben ehrenamtlich zu engagieren, fasste Carmen Rohda schon vor langer Zeit. Zunächst war ihr aber nicht klar, an welcher Stelle sie sich einset-

zen könnte. Bis sie vor einigen Jahren einen Gottesdienst der Gemeinde dreisam<sup>3</sup> besuchte, in dem ein Film über die Bahnmissionsmission gezeigt wurde. Besonders berührte sie damals das Schicksal einer drogenabhängigen, tätowierten und gepiercten Frau, die im Film vorgestellt wurde: „Ein ganz besonderer Mensch, der Hilfe braucht“, beschreibt Carmen Rohda ihren Eindruck. Sie sah den Film und ihr war sofort klar: Da will ich später mitarbeiten! „Heute denke ich: Diesen Wunsch hat mir Gott ins Herz gelegt. Als ich dann in Altersteilzeit ging, habe ich mich gleich bei der Bahnmissionsmission vorgestellt.“

Inzwischen arbeitet die Krankenschwester seit knapp drei Jahren als ehrenamtliche Helferin bei der Bahnmissionsmission mit. Ein Mal pro Woche übernimmt sie die Spätschicht von 16.30 Uhr bis 20 Uhr, dazu ein Mal monatlich einen Dienst am Samstag. Hin und wieder, wenn es ihr Zeitplan zulässt und jemand kurzfristig ausfällt, springt sie dafür ein.

## Heimat

„Viele Gäste kommen regelmäßig zur Bahnmissionsmission und finden hier eine Art Oase, ein Stück Heimat. In diesem Sinne gelingt es uns täglich, jemandem eine Freude zu machen.“

## „Zuhören ist ganz wichtig“

Ihre Aufgaben sind so vielseitig wie die der Bahnhofsmision. Einige Beispiele: Carmen Rohda erklärt den Gästen, wo sie ein Gratis-Essen und günstige Kleidung erhalten, organisiert die Umsteigehilfe am Gleis für Reisende mit Behinderungen, alte Menschen oder kinderreiche Familien und hilft mit bei der Ausgabe von kostenlosen Marmeladen- oder Schmalzbrotten an die Gäste. Sie vermittelt Besucher mit Hilfsbedarf an die jeweils passende Einrichtung – sei es die Pflasterstub', das Übergangwohnheim, der Essenstreff oder das zuständige Amt. Und sie nimmt sich Zeit für die Menschen, die einfach nur mal mit jemandem reden wollen. „Zuhören ist ganz wichtig. Oft stellt sich erst im Gespräch heraus, wie man jemandem helfen kann“, weiß sie aus Erfahrung.

Für Menschen in Not da zu sein – macht ihr das Freude? „Ja, natürlich. Sonst wäre ich nicht hier, der Dienst ist ja freiwillig. Außerdem wird man dankbarer. Die eige-

### Ehrenamt in der Bahnhofsmision

In der Bahnhofsmision begegnen Menschen „wie du und ich“ anderen Menschen. Mal geht es darum, zuzuhören und Annahme zu vermitteln, mal geht es um praktische Hilfeleistungen. Weil immer wieder Teamer ausscheiden, suchen wir ständig engagierte MitarbeiterInnen, die einen Teil ihrer Zeit unterstützungsbedürftigen Menschen am Bahnhof schenken wollen.

Kontakt: Tel. 0761/22877

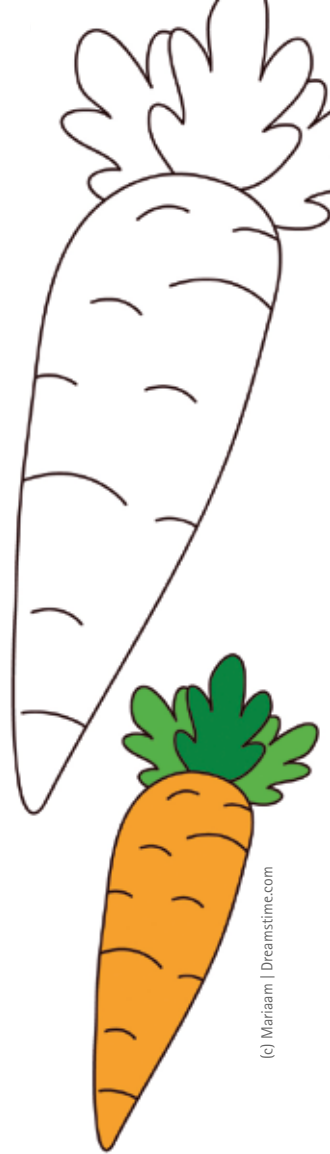
E-Mail: [bahnhofsmision@stadtmission-freiburg.de](mailto:bahnhofsmision@stadtmission-freiburg.de)

nen Wohlstands-Wehwehchen treten in den Hintergrund.“ Wichtig ist ihr, dass sie nicht nur selbst Freude empfindet, sondern diese auch weitergeben kann, „indem ich den Gästen freundlich entgegenetrete, ihnen zuhöre, sie ernst nehme, ihnen Zuspruch gebe.“ Die schönsten Momente erlebt sie, „wenn ich jemandem weiterhelfen konnte und er sich bei mir bedankt, wenn er froh ist – dann wird mir warm ums Herz.“ Manchmal genügt aber auch schon das einfache Vor-Ort-Sein: „Viele Gäste kommen regelmäßig zur Bahnhofsmision und finden hier eine Art Oase, ein Stück Heimat. In diesem Sinne gelingt es uns täglich, jemandem eine Freude zu machen.“ Solche kleinen „Erfolgslebnisse“ gibt es oft. Doch Carmen Rohda hat auch größere erlebt – zum Beispiel mit dem suchtkranken Gast, den sie nach Emmendingen zum Entzug begleitete. „Heute ist er clean, hat eine Wohnung gefunden und ist wieder im Leben angekommen.“

Welche Rolle spielt bei all diesen Erlebnissen der christliche Glaube? „Man kann diese Arbeit natürlich auch als Nichtgläubiger ausüben und den Menschen helfen“, meint Carmen Rohda. Im Kontakt mit den Gästen sei der Glaube ohnehin kaum ein Thema. „Die meisten können damit nichts anfangen. Sie sind schon zu sehr enttäuscht worden und fühlen sich von allen verlassen, auch von Gott.“ Deshalb spricht die Ehrenamtlerin nicht mit den Gästen über Religion.

### Der Glaube gibt Kraft

Für sie steht die praktische Nächstenliebe im Vordergrund. „Aber mir selbst gibt mein Glaube Kraft, besonders in schwierigen Situationen. Jesus ist ein großes Vorbild für mich. Deshalb weiß ich, dass ich an dieser Stelle richtig bin.“



(c) Mariam | Dreamstime.com



**Carmen Rohda**

Ehrenamtliche Mitarbeiterin der Evangelischen Bahnhofsmision Freiburg



# „Erzähl mir vom Himmel, das Paradies hier kenn ich schon!“

Die Kirche im Europa-Park



Europa-Park GmbH & Co. Mack KG



Von der Wasserachterbahn dringt begeistertes Kreischen herüber - aus 30 Metern Höhe rauschen die Boote mit Tempo 80 ins Wasser. Adrenalinkick und Spaß, so wie es sich für einen Freizeitpark gehört. Freude und Erfüllung finden die Menschen heute eher in ihrer Freizeitwelt. Nur die Kirchen gehören da kaum noch dazu.

Das Glück zu erleben, darauf hat sich die Freizeitindustrie eingestellt. Für den Zukunftsforscher Opaschowski sind deshalb Freizeitparks die neuen Kathedralen. Während die Kirchenleute das beklagen, erkennen die Event-Manager einen wichtigen Zusammenhang zwischen Zufriedenheit und Glück. Sie wissen, es hilft nicht weiter, wenn sie immer größere Achterbahnen bauen. Vielmehr braucht es neben der Spaßgesellschaft auch wieder eine Sinngesellschaft. Nur wenn beides zusammenkommt, lassen sich Freude und Glück nachhaltig erleben. Für die Fachleute im Tourismus geht der Trend zu sinnstiftenden Reisen. Die Macher der Freizeitindustrie sind erfolgsorientiert. Es wundert nicht, dass sie bei der Suche nach sinnstiftenden Elementen die Kirche entdecken. Während die traditionellen Christen dem „Kirchenflirt“ an der Achterbahn skeptisch begegnen, sind die Unternehmer der Freizeitindustrie überzeugt, dass die christliche Botschaft in den Freizeitpark gehört. Wir Seelsorger sind als Scharniere zwischen Kirche und Freizeitwelt sehr willkommen und werden auch gebraucht.

## Auf der Suche nach Glück

Realistisch gesehen: 5 Millionen Besucher im Jahr kommen nicht wegen der Kirche in den Europa-Park. Zunächst wollen sie Spaß und Nervenkitzel. Aber in dieser entspannten Situation werden doch Einzelne offen für die Fragen ihres Lebens. Auf der Suche nach Glück entdecken sie die Sinnfrage. Es ist faszinierend zu sehen, was passiert, wenn das Evangelium, die beste Botschaft der Welt, auf die beste Verpackung, den Europa-Park, trifft. Bei allem Erlebnishunger sind dann die Besucher bereit, auch einmal über den eigenen Tellerrand zu schauen. Besonders, wenn die Kirche das aufgreift, was diese Menschen wirklich bewegt, ihnen nichts aufzwingt und originell ist. Niederschwellige, humorvolle Programme, Gottesdienste, Puppentheater, Ausstellungen - das sind die Schlüssel zum Erfolg.

Diese positiven Erlebnisse bringen die „treuen Kirchenfernen“ dazu, einmal wieder mit der Kirche zu flirtieren. Die neuen Erfahrungen bauen dann Vorurteile ab. Unsere Kontaktarbeit führt zu Anfragen nach Hochzeiten, Taufen und Gesprächen. Dabei erleben wir witzige Situationen. Eine Familie möchte ihr Kind taufen lassen. Auf die Frage, evangelisch oder katholisch, folgt



(c) Lamica | Dreamstime.com



die Antwort: „Egal, wer Zeit hat!“ Gerade zu kirchlich besetzten Zeiten wie Weihnachten und Ostern interessieren sich Parkbesucher für Gottesdienste und kirchliche Programme. Das zeigen auch die Einträge im Fürbittenbuch. Sie belegen, dass es neben dem Erleben von Attraktionen auch die Sehnsucht gibt, einmal zur Ruhe zu kommen.

Jetzt ist es hilfreich, wenn die Kirchen bereit sind als „Präsenz am Wege“ ein Sinnfenster zu öffnen. Gerade für die weniger kirchlichen Besucher.

In diesen Begegnungen liegt für uns eine besondere missionarische Chance. Das nützen wir unaufdringlich, aber konsequent. So hat sich in den letzten Jahren eine kleine Freizeitgemeinde entwickelt. Dauerkartenbesitzer, Familien, die durch Kasualien in Kontakt bleiben, ehrenamtliche Mitarbeiter, Künstler und Angestellte. Oft Menschen, die noch irgendwie religiös verwurzelt sind, aber kaum noch eine Bindung zu einer Gemeinde haben. Um ihnen gerecht zu werden, müssen wir demütig lernen, was sie umtreibt. In welchen Freizeitmilieus sie leben. Wie da gesprochen wird und dass sie Spaß haben möchten. Das fällt dem Bodenpersonal Gottes nicht immer leicht. Denn für Trauer und Angst haben wir in unserer christlichen Tradition einen großen Schatz. Aber mit der Freude der Menschen tut sich die Kirche eher schwer.

## Zwischen Achterbahn und Pommestube

Theologie in der Freizeitwelt, das ist eine Gratwanderung. Wie werden wir dieser Herausforderung gerecht? Unsere Erfahrung lehrt uns: Wir müssen das sein, was wir sind: ganz Kirche. Dabei können wir auf puren Aktionismus und Effekthascherei verzichten. Wir brauchen nicht die hundertste Show anbieten, sondern wir können unsere ganz eigenen Qualitäten zum Tragen kommen lassen. Die Besucher möchten sich auf höchstem Niveau im Freizeitpark unterhalten lassen. Sie suchen aber auch nach einem kommunikativen Treffpunkt, wo sie mit jemandem reden können. Dabei sind sie offen für neue Begegnungen und spirituelle Erfahrungen. So einen Treffpunkt gut zu gestalten, das war schon immer die Stärke kirchlicher Arbeit.

Zwischen Achterbahnen und Pommestube, da steht die norwegische Stabkirche. Hier treffen wir auf Familien und kleine Gruppen. Nach aufregenden Fahrten möchten sie jetzt zur Ruhe kommen. Das sind wertvolle Minuten für die Menschen. Sandra schiebt ihre Sorgen ins Fürbittenbuch. Sie denkt dabei an einen kranken Angehörigen und möchte, dass man ihre Sorgen teilt. Viele Besucher schreiben solche Bitten auf. Und während die Erinnerung an Tempo hundert in der Achterbahn verblasst, haben solche Gedanken Bestand. Diese Eintragungen sprechen von der Sehnsucht nach Sinn. Wie auch dieser Satz: „Erzähl mir mal vom Himmel, das Paradies hier kenn ich schon!“ Ja, bei allem Spaß und Trubel, die Menschen im Freizeitpark brauchen auch einen Ort für ihre Seele.

(c) Ninocavalier | Dreamstime.com



**Martin Lampeitl**  
Seelsorger im „Europa-Park“ in Rust



Christoph Morgner

**Das Lachen ist des Glaubens liebstes Kind**  
**Gute Gründe für ein Leben mit Humor**

Viele unserer Zeitgenossen sind überzeugt: Christliches und Spaß, Glauben und Humor schließen sich aus. Aber das ist nicht so - und muss auch nicht so sein, schreibt Christoph Morgner. Wie's anders geht: Lockerer. Gelassener. - Für

Menschen, die ihren Glauben auch mit Humor leben und ein fröhliches Miteinander in der Gemeinde wünschen und fördern wollen.

€ 4,95



Axel Kühner

**Ein Lächeln macht die Runde**

**55 heitere Episoden für fröhliche Christen**

Können Christen über sich selbst lachen? In 55

witzigen Geschichten von lieben Mitmenschen und humorvollen Szenen aus dem kirchlichen Alltag stellt Axel Kühner genau dies unter Beweis. Jede Geschichte ergänzt er mit einer passenden Bibelstelle. So entstehen Denkanstöße besonderer Art. Eine gelungene Sammlung pointierter Texte, kurz und auf den Punkt gebracht, für heitere Christen und herzliches Lachen.

€ 9,99



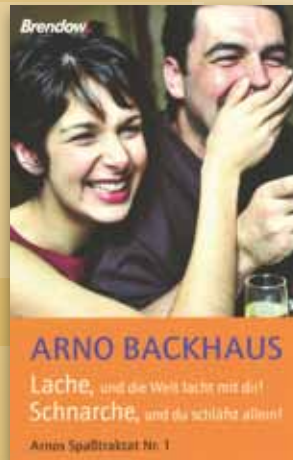
Kay Warren

**Freude, die mich trägt**

In ihrem inspirierenden Buch erklärt Warren, was Freude wirklich ist, wo wir sie finden und wie wir uns an guten wie an schweren Tagen dafür entscheiden können. Mit Einfühlungsvermögen und Weisheit

zeigt sie den Lesern, dass wahre Freude tiefer geht und reicher macht, als sie für möglich gehalten haben.

€ 15,99



Arno Backhaus

**Lache, und die Welt lacht mit dir!**  
**Schnarche, und du schläfst allein.**  
**Humorvolles, Hintergründiges und allerlei mehr Witzigkeiten.**

Lachen bis zum Abwinken, Texte zum Überleben und Totlachen. Sehr gut geeignet

zum Einstieg für Andachten und Predigten, für Gemeindebriefe und für alle, die einfach mal wieder aus vollem Herzen lachen wollen!

€ 9,-



Hans-Joachim Eckstein

**Du bist Gott eine Freude**  
**Glaubensleben - Lebenslust**

In der überwältigenden Erfahrung, dass sich jemand von Herzen an uns freuen kann, gründet unser Selbstbewusstsein und unser

eigener Lebensmut. Wenn wir Gott als dieses Gegenüber erkennen können, das sich uns zuwendet und unser Leben begründet, dann eröffnet uns das zugleich ein neues Glaubensleben und eine ungekannte Lebenslust.

€ 10,95

# Mehr Stadtmission für Freiburg



Experten-Hearing in der Pauluskirche brachte viele Impulse



„Mehr Stadtmission für Freiburg“ - das ist eines der Ziele, die sich die Evangelische Stadtmission vor drei Jahren für die Weiterentwicklung ihrer Arbeit gesetzt hat. Es steht für eine Weiterentwicklung und möglicherweise auch Ergänzung der bestehenden Hilfsangebote in Freiburg. Wertvolle Denkanstöße dafür ergab das erste „Hearing“ in der Geschichte der Stadtmission, das am 31. Januar in der Pauluskirche stattfand.

Sozialbürgermeister Ulrich von Kirchbach (SPD), Andreas Schwab (Mitglied des Europaparlaments, CDU), Oberkirchenrat Urs Keller (Vorstandsvorsitzen-

der des Diakonischen Werkes Baden), Dekan Markus Engelhardt und Stadtmissionsdirektor Hans-Georg Filker (Vorsitzender des Bundesverbandes Evangelischer Stadtmissionen in Deutschland) gaben als Experten in Kurzrefera-



ten und einer Podiumsdiskussion Impulse für die Weiterentwicklung unserer Arbeit.

Von Multi-Kulturalität und Migration, vom Verhältnis zwischen Kirche und Diakonie, von aktuellen Entwicklungen in der Alten- und Suchthilfe und dem christlichen Profil der Stadtmission war die Rede. Rund 70 Freunde, Mitarbeiter und Mitglieder der Stadtmission hörten den Experten aus Kirche, Diakonie und Politik zu.

Bei einer Folgeveranstaltung im April sollen die Impulse des Hearings für die Weiterentwicklung der Stadtmission verwertbar gemacht werden.



# Aktionstag Altenpflege am 12. Mai

Zentrale Kundgebung für Baden findet in Freiburg statt



Alexander Rath - Fotolia

**Diakonie** 

Wir fordern das

## Rettungspaket Altenpflege

Bundesweiter Aktionstag  
am 12. Mai 2014

**D**ie Evangelische Stadtmission Freiburg beteiligt sich mit ihren Einrichtungen der stationären und ambulanten Altenpflege am bundesweiten Aktionstag Altenpflege der Diakonie am 12. Mai 2014. Der Aktionstag dient dazu, die

Öffentlichkeit, die Medien und vor allem die Politik auf die Probleme in der Pflege aufmerksam zu machen.

„Von der neuen Bundesregierung erwartet die Diakonie, dass sie die Rahmenbedingungen für würdevolle Pflege, gerechte

Finanzierung, familiäre Entlastung und attraktive Ausbildung verbessert“, heißt es im Aufruf der Diakonie.

Die zentrale Kundgebung für ganz Baden soll auf dem Freiburger Kartoffelmarkt stattfinden. Dort wird um fünf vor

zwölf eine Mauer aus Kartons aufgestapelt, beklebt mit den Kernforderungen der Diakonie.

Vor dem und am Aktionstag können pflegebedürftige Menschen, Angehörige und Mitarbeitende Postkarten ausfüllen, auf denen ihre Forderungen und Wünsche an die Po-

litik stehen. Diese Postkarten werden gesammelt und in einem Paket an Bundesgesundheitsminister Gröhe geschickt.

Aktuelle Informationen finden Sie auf [www.stadtmission-freiburg.de](http://www.stadtmission-freiburg.de) und [www.diakonie.de/aktionstag-altenpflege](http://www.diakonie.de/aktionstag-altenpflege).



# Mitarbeiter-Steckbrief

**Ruth Kummetz**



**Geboren:** 7. März 1958 in Bad Urach

**Bei der Evangelischen Stadtmission tätig seit:** 18. April 2005

**In welchem Bereich/ welcher Einrichtung?**

Seelsorge /Soziale Betreuung, Seniorenpflegeheim Wichernhaus

**Derzeitige Aufgabe/Position:** Seelsorgerin

**Was schätzen Sie an der Evangelischen Stadtmission?** Den weiten Horizont, wie auf Not und Bedürftigkeit mit schlüssigen Konzepten zum Wohl der Menschen in und um Freiburg reagiert wird. Konkretes Beispiel: die Altenheimseelsorge im Wichernhaus. Hier gibt es tagtäglich geistliche und seelsorgerliche Begleitung, dank meiner Stelle.

**Welche Rolle spielt der Glaube in Ihrem Leben?** Er spielt für mich nicht nur eine Rolle, sondern ist persönliche Wesensäußerung beim Beten, Singen, Predigen, Trösten, Verabschieden, Abendmahlfeiern, Beerdigten, Hoffnung Zuspprechen. Ohne meinen Glauben könnte ich in dieser Intensität nicht arbeiten. Allerdings finde ich mich auch in der Not des sinkenden Petrus wieder, seinen Zweifeln und der Erfahrung in Herausforderungen gehalten zu werden. Die Unverfügbarkeit wird mir dabei bewusst.

**Gibt es einen Bibelvers, der Sie besonders berührt?** 1. Petrus 5,7 begleitet mich seit meiner Konfirmation: „All' eure Sorgen werfet auf ihn, denn er sorgt für euch.“

**Wie heißt Ihr Lieblings-Kirchenlied?** „Ach Herr, lass dein lieb' Engelein am letzten End' die Seele mein in Abrahams Schoß tragen“ - der Schlusschoral der Johannespassion von Bach, wunderbare Musik mit ausdrucksstarkem Text.

**Was gibt Ihnen Kraft?** Eine gute Portion Schlaf, herzerfrischende Begegnungen und die lange (30 Jahre), verlässliche Liebe meines Mannes..

**Wer ist Ihr größtes Vorbild?** Meine Mutter.

**Wo oder wie können Sie am besten entspannen?** Zuhause beim Schwimmen, Lesen und Musizieren. Beim Singen in der Kantorei der Christuskirche. Und beim „Chillen“ mit meinen Lieben.

**Wann bekommen Sie Schweißperlen auf der Stirn?** Wenn ich im Wichernhaus vom Büro im 5.Stock bis zur Kapelle im Erdgeschoss hin- und zurückrenne.

**Was ist Ihr größter Traum?** Eine Welt voll Frieden und Glück ohne Hunger und Krieg.

**Was würden Sie mit 1 Million Euro anfangen?** Eins ist sicher, ich würde es gut unter die Leute bringen, denn an allen Ecken und Enden, global gedacht, fehlt's.



# 125 Jahre und kein bisschen leise

Eindrücke vom Jubiläumsbazar 2013

# Bazar

Ein unverwechselbares Stück Freiburg feierte Jubiläum: Seit 125 Jahren gehört der Bazar der Evangelischen Stadtmission zu den herausragenden gesellschaftlichen Ereignissen in der Breisgauemetropole. Im vergangenen November lockte das „Plunder-Wunder“ wieder zahlreiche Menschen in den Paulussaal. Besonderes Highlight: Im Jubiläumsjahr unterstützte Christian Streich, Cheftrainer des SC Freiburg, als Schirmherr den Bazar.



## Arbeit und Ausbildung in der Pflege

Stadtmission präsentierte sich bei Job-Messen als attraktiver Arbeitgeber

Großen Zulauf von interessierten Jugendlichen, aber auch von Fachkräften erhielt der Infostand der Stadtmission bei der Messe „Marktplatz Arbeit Südbaden“ im November, der „Job-Start-Börse“ im Januar sowie der Jobbörse „Gesundheit & Pflege“ im April in Freiburg. Die sechs Seniorenpflegeheime der Stadtmission und die Diakoniestation Bad Krozingen warben gemeinsam mit der Evangelischen Fachschule für Altenpflege für eine Ausbildung in der Altenpflege. Auch qualifizierte Pflegefachkräfte, die sich beruflich neu orientieren wollen,



wurden angesprochen. Neben fundierten Informationen zur Ausbildung und Mitarbeit bot die Stadtmission die Möglichkeit zum vertiefenden Gespräch und

zu einer Blitzbewerbung vor Ort. Die Stadtmission wird ihre Werbung um Auszubildende und Fachkräfte bei künftigen Jobmessen fortsetzen.

# Kalender-Benefizaktion für dreisam3

Firma Citydruck spendet Erlös



Eine besondere Benefizaktion zugunsten der Gemeinde dreisam3 startete die Firma Citydruck Ende 2013: 45 Panorama-Kalender des bekannten Freiburger Fotografen Karl-

Heinz Raach, die in der Druckerei produziert worden waren, wurden zum Sonderpreis von 15 Euro an die Gottesdienstbesu-

cher verkauft. Insgesamt kamen so 675 Euro zusammen, die unter anderem für den Kauf neuer Sitzkissen verwendet werden.

## Schnelle Hilfe für Flüchtlinge

dreisam3-Kollekte ergibt 1.650 Euro

Ein lateinisches Sprichwort sagt: Doppelt gibt, wer schnell gibt. Die Gemeinde dreisam3 hat sich dieses Motto zu eigen gemacht und schnelle Hilfe für Menschen auf der Flucht geleistet.

Am 21. Januar stimmte der Stadt-

kirchenrat der Einrichtung eines spendenfinanzierten Flüchtlingsfonds durch das Diakonische Werk Freiburg zu. Bereits fünf Tage danach sammelte die Gemeinde dreisam3 bei ihrer Sonntagskollekte rund 1.650 Euro für den

neuen Fonds ein. Die Mittel werden Flüchtlingen zugutekommen, die ein Wohnangebot in Freiburg erhalten, denen aber die Mittel für die Anmietung fehlen, z. B. das Geld für die Kautions- oder eine angemessene Ausstattung.



# Volle Spendensäule an der Krippe

## Bahnofsmission dankt den Spendern

Ostern steht vor der Tür, aber ein kurzer Rückblick auf die Weihnachtszeit sei dennoch gestattet. Auch in diesem Jahr hatte die Bahnofsmission Freiburg eine Krippe aus handgeschnitzten, lebensgroßen Holzfiguren im Untergeschoss des Hauptbahnhofs aufgestellt. Die Vorübergehenden waren eingeladen zu verweilen, den Tagesimpuls mitzunehmen und eine Spende für die Bahnofsmission zu leisten. Dieser Aufforderung kamen erfreulich viele Menschen nach: In der Spendensäule neben der



Krippe kamen rund 900 Euro zusammen. Auf dem Konto der Bahnofsmission gingen weitere

700 Euro an Spenden ein, Die Bahnofsmission bedankt sich bei allen SpenderInnen!

# „Keine weiteren Reisemöglichkeiten“

## Radiospot wirbt für Bahnofsmissionen



„In wenigen Minuten erreichen Sie Ihren Zielbahnhof. Es wartet leider niemand auf Sie. Sie haben auch keine anderen Reisemöglichkeiten. Viel Glück!“

Mit dieser ungewöhnlichen Lautsprecherdurchsage beginnt ein Werbespot der Bahnofsmissionen in Baden, den ein ehrenamtlicher Mitarbeiter der

Bahnofsmission Offenburg entwickelt hat.

Seit Januar dieses Jahres wurde der Spot von mehreren Radiosendern im Land gratis gesendet. Im Raum Freiburg lief er vier Wochen lang zur besten Sendezeit bei baden.fm. Dafür herzlichen Dank an die Werbe-Verantwortlichen des Senders!

Wer den Spot verpasst hat, kann ihn auf der Homepage der Stadtmission nachhören:

[stadtmission-freiburg.de/lebenshilfe/bahnofsmission/](http://stadtmission-freiburg.de/lebenshilfe/bahnofsmission/)

# Plastikstöpsel gegen K.O.-Tropfen

BZ und baden.fm berichteten über Downtown-Street-Team

Das Downtown-Street-Team, das nachts im „Bermuda-Dreieck“ Sucht- und Gewaltprävention unter Jugendlichen betreibt, informiert dabei auch über die Gefahren von K.O.-Tropfen. Die Badische Zeitung berichtete im Januar darüber und der Radiosender baden.fm interviewte einen der Teamleiter – nachzulesen und zu hören unter [stadtmission-freiburg.de/stadtmission/aktuelles/meldungen/](http://stadtmission-freiburg.de/stadtmission/aktuelles/meldungen/). Gerson Kern und Johann Sening, Leiter des Teams: „Die Tropfen kann man im Getränk weder schmecken noch riechen. Besonders tückisch ist: Man merkt den Opfern zunächst nicht an, dass sie K.O.-Tropfen bekommen haben. Sie sind zwar schon willenlos, aber die Bewusstlosigkeit tritt erst zeitlich verzögert auf. Dem Täter bleibt also genug Zeit, sein Opfer an einen unbeobachteten Ort zu bringen. Wenn die Frau dann wieder zu sich kommt, ist der Täter längst weg und das Opfer kann sich an das, was passiert ist, nicht oder nur bruchstückhaft erinnern. Da die Tropfen zudem

nur kurze Zeit im Blut nachweisbar sind, werden die Täter nur selten gefasst.“  
 Was können Frauen tun, um sich vor K.O.-Tropfen zu schützen?  
 „Es gibt ein paar einfache Tipps: Pass auf deine Getränke auf und lass sie nicht unbeobachtet offen stehen. Nimm keine Drinks von Leuten an, die du nicht kennst oder denen du nicht traust. Pass auf deine Freundinnen auf und lass sie nicht allein mit Fremden das Lokal verlassen.“

Doch das Team hat nicht nur hilfreiche Ratschläge parat, sondern verteilt auch so genannte „Spikeys“ aus Plastik. Diese werden in den Flaschenhals gesteckt und verengen die Öffnung so weit, dass niemand unbemerkt Tropfen in die Flasche geben kann. „Damit leisten wir ganz praktische Hilfe und die Frauen nehmen die Spikeys gerne mit.“



# Blick zurück voll Freude

## Das Jahr 2013 im Josefshaus

**B**lick zurück voll Freude: So könnte man in Anlehnung an John Osborne („Blick zurück im Zorn“, 1956) das Jahr 2013 im Josefshaus beschreiben. Unser zehnjähriges Jubiläum durften wir im vergangenen Jahr feiern. Das haben wir mit vielen Bewohnerinnen und Bewohnern, Mitarbeitenden sowie Gästen getan. Wo es notwendig war, haben wir das Josefshaus renoviert und auch inhaltlich die eine oder andere Veränderung und Korrektur an unserer Konzeption vorgenommen.

Eine Sache ist uns aber jetzt gerade erst bewusst geworden, als

wir die Zahlen des vergangenen Jahres aufgearbeitet und analysiert haben: Wir hatten bei gleichbleibend hoher Belegung mit den verschiedensten Menschen und ihren zum Teil sehr schweren Biografien nie das Ziel aus den Augen verloren, unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein abstinentes, vor Alkohol geschütztes Umfeld zu bieten. Genau dieses Ziel haben wir richtig gut erreicht: Im vergangenen Jahr hatten wir im Josefshaus so wenig Rückfälle wie noch nie vorher. Von den insgesamt 44 Frauen und Männern, die im Laufe des Jahres im Josefshaus

lebten, hatten lediglich 10 überhaupt einen Rückfall. Insgesamt kam es nur zu 13 Rückfällen, was für eine Einrichtung in der chronifizierte, alkoholabhängige Menschen leben, eine riesige Leistung ist.

Ein Kompliment deshalb an dieser Stelle an alle unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Ein herzliches Dankeschön aber auch an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Josefshauses und der Verwaltung der Stadtmission sowie an alle anderen Unterstützer, ohne die unsere Arbeit nicht möglich wäre.

*P. Wertz*



# Mehr Beratungen wegen Glücksspiel

Aus dem Jahresbericht der Regio-PSB



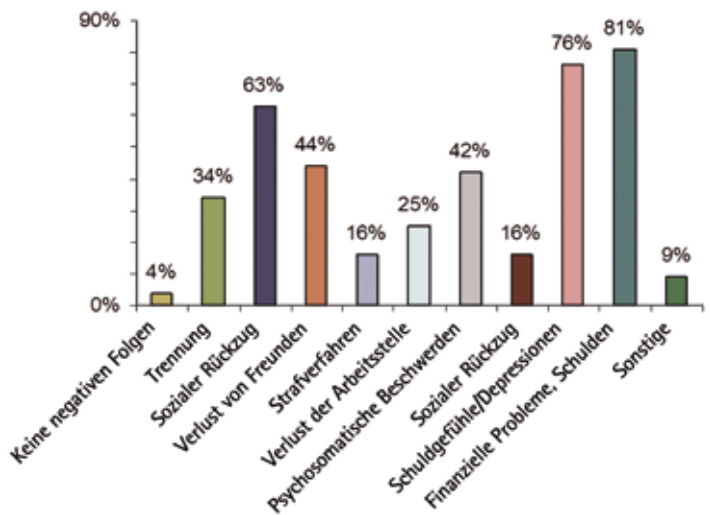
**H**inter den Zahlen aus der Suchtberatungsstelle stehen Menschen mit ihren Schicksalen und Begegnungen, die bewegen. Mit unverändert drei Mitarbeitenden, verteilt auf 1,75 Stellen, wurden im vergangenen Jahr genau 222 Menschen in Einzel- und Gruppengesprächen erreicht. Dazu kommen noch an die 50 reine Telefonkontakte und die Menschen, die eine Blau-Kreuz-Selbsthilfegruppe besuchen. Die Zahl der Rat suchenden Männer (167) und Frauen (55) ist dabei gestiegen, wohingegen die Anzahl der geführten Gespräche mit 1005 konstant blieb. Besonders hervorzuheben ist die deutliche Steigerung der Hilfe Suchenden mit Glücksspielproblemen. Die Zahl ist massiv um vierzig Prozent auf über 70 Personen angestiegen. Vier von zehn Menschen suchen bei uns Hilfe wegen pathologischen Glücksspiels. Dabei beraten wir seit Jahren einen ho-

hen Anteil an Glücksspielern. Dass jetzt noch einmal ein deutlicher Anstieg zu verzeichnen ist, hat auch uns überrascht. Glücksspielsucht ist nicht mehr ein Problem von Wenigen, sondern ist zu den Kernaufgaben der Suchtberatung mit einem zentralen Versorgungsauftrag für die Kostenträger zu rechnen. Glücksspielsucht hat schwere psychosoziale Folgen. Acht von zehn Betroffenen in Beratung und Therapie haben Schulden, 75 % leiden an Schuldgefühlen oder Depression, 40 % haben psychosomatische Beschwerden, leiden an Trennung und Scheidung (30 %) oder an dem Verlust des Arbeitsplatzes (25 %). 15 % der süchtigen Glücksspieler haben ein Strafverfahren erlebt und ebenfalls 15 %

haben gar einen Selbstmordversuch hinter sich. (Zahlen: DHS und Baden-Württemberg-Studie ZI Mannheim.)

Diese Folgen spornen uns an, hier weiter möglichst frühzeitig zu helfen und für die Verbesserung des Hilfesystems zu werben. Als Grund für die verstärkte Inanspruchnahme unserer Angebote durch süchtige Spieler ist vermutlich auch die Umsetzung des Landesglücksspielgesetzes zu werten. Allein durch unsere Beratungsstelle wurden im letzten Jahr an 20 Schultagungen über 100 Mitarbeitende von Spielhallen in Präventionsmaßnahmen geschult. Wiederholt kam es daraus zu direkten Vermittlungen in unsere Beratung und Therapie.

W. Vötter





# Besuch aus Berlin

## CDU-Bundestagsabgeordneter zu Gast im Seniorenpflegeheim Breisach

Als Bundestagskandidat hatte Matern von Marshall (CDU) das Seniorenpflegeheim Breisach im vergangenen Jahr bereits kennen gelernt. Nun kam er als gewählter Abgeordneter für den Wahlkreis Freiburg wieder ins Haus, um sich über die aktuellen Sorgen und Anliegen im Bereich Altenhilfe zu informieren. Mit dabei war der Breisacher Bürgermeister Oliver Rein.

Ewald Dengler, Vorstand der Stadtmission, und Heimleiter Roland Stadler informierten die beiden Politiker bei einem Rundgang unter anderem über das Angebot der



Tagespflege. Im anschließenden Gespräch ging es um Themen wie den Personalschlüssel in der stati-

onären Altenhilfe, die Attraktivität des Pflegeberufs und die Anwerbung osteuropäischer Pflegekräfte.

# vonWegen im Internet

## Alle Ausgaben zum Nachlesen auf der Homepage



Sie möchten gerne einen Artikel aus einer älteren vonWegen-Ausgabe nachlesen, finden aber das Heft nicht mehr? Kein Problem! Auf der Homepage der

Evangelischen Stadtmission stehen alle vonWegen-Ausgaben ab Nummer 1/2007 im pdf-Format zum Nachlesen und Herunterladen bereit. Sie finden die aktu-

ellen Ausgaben und unser Archiv unter der Adresse: [stadtmission-freiburg.de/glaube/vonwegen](http://stadtmission-freiburg.de/glaube/vonwegen)  
*Viel Freude beim Lesen!*

# Menschenwürde und Scham

Vortragsabende mit Dr. Stephan Marks im Seniorenpflegeheim Breisach



© Dr. Stephan Marks

„**M**enschenwürde & Scham: Mein Thema für in Pflege und Betreuung tätige Menschen“. Unter diesem Titel fand im Seniorenpflegeheim Breisach am 3. und 11. Februar jeweils ein zweistündiger Vortrag des Sozialwissenschaftlers und Supervisors Dr. Stephan Marks aus Freiburg statt.

Marks, der seit vielen Jahren Fortbildungen für in sozialen Berufen Tätige anbietet, vermittelte an diesen Abenden die grundlegenden Informationen über Scham: Wie sie funktioniert, wie sie zu erkennen ist, wodurch sie ausgelöst wird, welches ihre Entwicklungs-Impulse sind und wie sie für den Schutz der Würde des Einzelnen sorgt. Mitarbeitende und Ehrenamtliche sowie Angehörige, die zur Veranstaltung kamen, erlebten die Inhalte als sehr

lebensnah und bedeutend, da jeder schon schambesetzte Situationen in seinem Leben erfahren hat, die spürbare Auswirkungen auf Selbstwert und Verhalten hatten. Eindrücklich war die Erkenntnis, dass Scham trennend auf Beziehungen wirkt und, weil sie extrem wehtun kann, oft ein

Abwehrverhalten bewirkt, das Grundlage für viele Fehlverhaltensweisen bis hin zu Depression und Sucht ist.

Wie stark dieses menschliche Gefühl wirkt, machte Stephan Marks an einem Beispiel aus der Hirnforschung deutlich, wonach bei hohem Schamgefühl gleiche Hirnareale aktiv sind wie beim Ertrinken. Scham kann also lebensbedrohlich auf den Menschen wirken. Auch Beispiele von Abschreckung durch Scham waren für die Zuhörenden bekannt, z. B. das frühere „an den Pranger stellen“ oder manche selbst erlebte Erziehungsmethoden, bei denen eine Person in einer Gruppe gezielt beschämt wurde. Wer kennt nicht Spottsätze aus der Kindheit oder den Satz „Schäm dich!“

Wesentlich zum Verarbeiten von Scham ist das Wissen um die

Grundbedürfnisse, die bei Beschämung nicht beachtet bzw. verletzt werden: Schutz, Sicherheit, Anerkennung, Zugehörigkeit und Integrität. Auf diese Grundbedürfnisse hin kann man sich fragen:

Wie schütze ich mich/den zu Betreuenden? Beispielsweise, indem ich nicht in seiner Anwesenheit über ihn/sie spreche, auch bei dementiell betroffenen Menschen.

Wie kann ich Anerkennung bekommen/geben, wie mit wenigen Worten und Gesten dies meinem Gegenüber vermitteln? Bin ich irgendwo zugehörig bzw. haben zu Pflegenden ein Zugehörigkeitsgefühl in der Gruppe, in der sie leben?

Wie kann ich nach meinen Werten leben/was hindert daran?

Den Umgang mit schambesetzten Situationen im Alltag und bei der Arbeit verdeutlichte Marks mit dem Bild des „vollen Scham-Glases“, in das noch mehr eingegossen wird, wenn Scham erzeugt wird. Wir tun gut daran, Schamerzeugung zu vermeiden, d. h. das Glas nicht noch mehr zu befüllen; eher zu fragen, wie kann der Pegel sinken?

*Weitere Informationen:*

[www.menschenwuerde-scham.de](http://www.menschenwuerde-scham.de)  
A. Heintz / Red.

# Gottes Werk und Teufels Beitrag

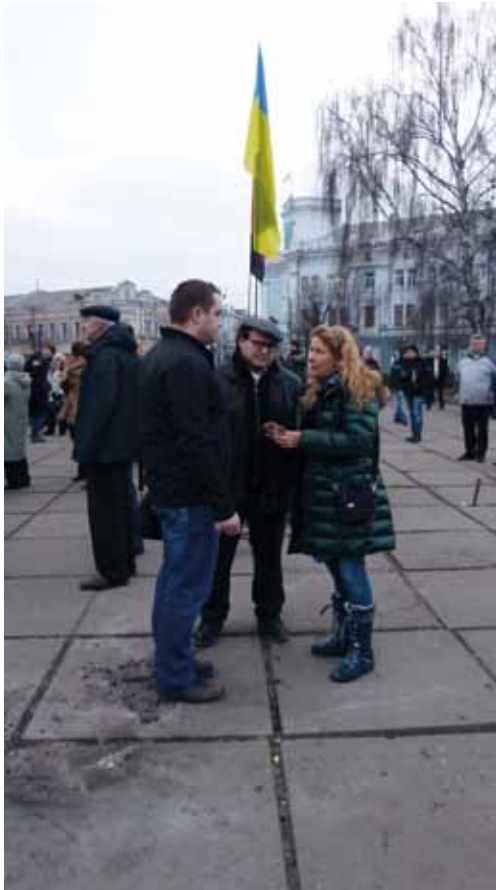
## Eindrücke von der S'Einlädele-Reise in die Ukraine

**E**gal, wo wir während dieser Reise hinkamen - die Bedrohung und die Angst waren überall mit den Händen zu greifen. Besonders beeindruckt hat uns aber der Mut der Christen, sich leidenschaftlich für ihr Land einzusetzen. In allen Begegnungen haben wir gemerkt, wie wichtig es ist, da zu sein, um an der Seite unserer Freunde in der Ukraine zu stehen.

An dem Weg zu einem staatlichen Kinderheim in Shitomir nehmen wir einen Soldaten mit. Ihn schreckt die Vorstellung, vielleicht bald auf seine russischen Brüder schießen zu müssen. Jetzt wird das politische Geschehen für uns sehr greifbar. Nach kurzer Fahrt wünschen wir ihm Gottes Segen und seinen Schutz.

Tief bewegt erreichen wir das staatliche Kinderheim. Für die 3-5-Jährigen haben wir ein Programm mitgebracht: „Gott sorgt für uns“. Die Kinder lachen uns an und wollen auf dem Schoß sitzen. Sie suchen nach menschlicher Zuwendung. Hier ist der Kern unserer Arbeit, das politische Außen ist nur ein störendes Zwischenspiel.

Wir fahren an diesem Tag nach Vatutino. Beim Rundgang



Begegnung auf dem Shitomirer Stadtplatz

durchs Seniorenzentrum „Haus der Barmherzigkeit“ treffen wir Galina. Sie erkennt uns und freut sich riesig. Wir machen ein gemeinsames Bild mit der Kamera, das sie sofort sehen will. Sie grinst mich beim Betrachten an und sagt schelmisch: „Ich wusste gar nicht, dass ich so schön bin!“ Wie oft hatte sie schon Angst, dass sie hier nicht bleiben kann. Es ist schön, sie gelassen und fröhlich

anzutreffen. Die Renten der Leute hier sind durch die Umbruchsituation ungewisser denn je und einige bekommen gar keine. Wir suchen händeringend nach weiteren Menschen in Deutschland, die bereit sind, eine Seniorenpatenschaft zu übernehmen. Unsere Reise führt uns weiter ins Vaterhaus Kiew zur Stiftungsratssitzung. Ein Mitglied stammt von der Krim. Er kommt am Morgen noch aus der Ukraine und reist am Abend quasi nach Russland zurück. Es wird schnell klar, dass das Vaterhaus durch eine seiner schwierigsten Zeiten geht, denn der lokale Bürgermeister informierte darüber, dass die staatliche Unterstützung wohl eingestellt wird, da die Staatskassen leer sind.

Mit der „Ukraine-Not-Hilfe“ wollen wir dieser Notsituation in den einzelnen Projekten begegnen.

*V. Höhle*

*S'Einlädele*  
Begegnung • Verkauf • Ukraine-Hilfe • Lebensberatung

Weitere Infos zur Ukrainehilfe des S'Einlädele: [www.seinlaedele.de](http://www.seinlaedele.de)

## Arbeit für Menschen

Die Holzwerkstatt bietet Langzeitarbeitslosen neue Perspektiven

Seit mehr als 15 Jahren beschäftigt die Holzwerkstatt der Evangelischen Stadtmission langzeitarbeitslose Menschen, für die der Wiedereinstieg in den allgemeinen Arbeitsmarkt durch persönliche und soziale Probleme in weite Ferne gerückt ist. Ihnen bietet das Beschäftigungsprojekt eine Kombination aus sinnvoller Arbeit, beruflicher Qualifizierung und sozialpädagogischer Begleitung zur Überwindung ihrer Schwierigkeiten. Hauptanliegen der Holzwerkstatt ist es, Menschen den Weg in den allgemeinen Arbeitsmarkt zu ebnet. Oft sind die Vermittlungshemmnisse aber so groß, dass auch unabhängig von den begleitenden Maßnahmen kaum eine Chance auf eine Teilhabe am allgemeinen Arbeitsmarkt besteht. Daher geben wir einzelnen Beschäftigten längerfristige Perspektiven in der Holzwerkstatt selbst.

Einer von ihnen ist Bernd G. Ohne Berufsausbildung arbeitet er bis zum Jahr 2003 in verschiedenen Berufen, unter anderem als Zimmermann und Dachdecker. Aufgrund einer Hüftarthrose und der damit verbundenen Behinderung wird Bernd G. jedoch arbeitslos. Seit 2007 ist er in der Holzwerkstatt tätig; zunächst als Teilnehmer verschiedener Maßnahmen, dann in geringfügiger Beschäftigung. Hier werden seine Kenntnisse, seine Einsatzbereitschaft - auch außerhalb der offiziellen Arbeitszeit - und seine Loyalität zur Einrichtung hoch geschätzt. Seitdem kurz nach Weihnachten 2012 seine Frau verstarb, ist die Arbeit für Bernd G. noch wichtiger geworden. Sie gibt ihm eine Tagesstruktur, ermöglicht ihm Abstand von zu Hause und macht ganz einfach Freude. In der Holzwerkstatt wird er gebraucht und kann etwas leisten.

Helfen Sie uns, Menschen wie Bernd G. eine neue Beschäftigungs- und Lebensperspektive zu geben - mit Ihrer Spende, mit einem Einkauf in unserem Ladengeschäft „hand2hand“ oder mit Aufträgen an unsere Holzwerkstatt. Weitere Infos: [www.holzwerkstatt-freiburg.de](http://www.holzwerkstatt-freiburg.de)



Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

BIC

Für Überweisungen in Deutschland und in andere EU-/EWR-Staaten in Euro.

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei masschneller Beschriftung max. 35 Stellen)  
**EVANGELISCHE STADTMISSION FREIBURG**

IBAN **DE14520604100100506109**

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)  
**GENODEF1EK1**

Bitte geben Sie für die Spendenbestätigung Ihre Spenden-/ Mitgliedsnummer oder Ihren Namen und Ihre Anschrift an.

Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)

PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)

Angabe zum Kontoinhaber/Zähler: Name, Vorname, Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen oder Postfachangaben)

IBAN **D E**

Datum

Unterschriften)



EVANGELISCHE KREDITGENOSSENSCHAFT eG  
 Partner von Kirche und Diakonie

Betrag: Euro, Cent

ggf. Stichwort

**H W 1 / 1 4**

**06**

**SPENDE**

Der abgestempelte Beleg oder die Banküberweisung gelten bei Spenden bis 200,- € als steuerabzugsfähige Spendenbescheinigung. Darüber hinaus erhalten Sie von uns eine Spendenbescheinigung. Bitte geben Sie auf der Überweisung Ihre Adresse an.

Beleg/Quittung für den Kontoinhaber

Zahlungsempfänger	<b>EV. STADTMISSION FREIBURG</b>
IBAN	<b>DE14520604100100506109</b>
BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters	<b>GENODEF1EK1</b>
Euro, Cent	
Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders	
Kontoinhaber/Zähler: Name	
IBAN	

(Quittung des Kreditinstitutes bei Bareinzahlung)

■ Wir sagen Gottes Wort weiter.

■ Wir beraten und betreuen Suchtkranke.

■ Wir qualifizieren und betreuen Langzeitarbeitslose.

■ Wir bieten Senioren Begegnungsmöglichkeiten.

■ Wir helfen Reisenden am Bahnhof.

■ Wir bieten alten Menschen eine Heimat.

■ Wir begleiten Sterbende.



Evangelische Stadtmission Freiburg e.V.

Adelhauser Straße 27  
 79098 Freiburg  
 Tel.: 0761/31917-0  
 Fax: 0761/31917-24

## **Bestätigung zur Vorlage beim Finanzamt**

Diese Spende wird nur für die satzungsgemäßen Zwecke der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V. verwendet.

Die Evangelische Stadtmission Freiburg e.V. ist laut Schreiben des Finanzamtes Freiburg vom 01. 07. 2011 als gemeinnützig anerkannt.

## **Evangelische Stadtmission Freiburg e.V.**

## **Impressum**

Die Zeitschrift „vonWegen“ der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V. erscheint viermal jährlich kostenfrei.

■ **Auflage:**  
4800 Exemplare

■ **Herausgeber:**  
Ev. Stadtmission Freiburg e.V.  
Adelhauser Straße 27  
79098 Freiburg  
Tel: 07 61/3 19 17-0  
vonwegen@stadtmission-  
freiburg.de

■ **Redaktionsleitung:**  
Norbert Aufrecht  
Ruth Franzen

■ **Redaktionsteam:**  
Ralf Berger, Esther Binder,  
Ewald Dengler, Patricia Frey,  
Ceres Hülter-Hassler, Christine  
Kleß, Siegbert Thoma, Willi Vötter

■ **Grafik und Layout:**  
www.kyrio.de

■ **Bilder:**  
Titelbild:  
Nailiaschwarz | Dreamstime.com

■ **Druckerei:**  
Hofmann-Druck - Emmendinger  
Buch- & Offsetdruckerei

■ **Bankverbindung:**  
Ev. Kreditgenossenschaft Kassel  
IBAN: DE14520604100100506109  
BIC: GENODEF1EK1

von leben. glauben. handeln.

# Wegen die helfen



Evangelische  
Stadtmission  
Freiburg e.V.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, die Arbeitsbereiche der Evangelischen Stadtmission Freiburg und der Gemeinde dreisam3 zu unterstützen.



## Ehrenamtliches Engagement

Schenken Sie Zeit! Ob Begleit- oder Besuchsdienst in einem unserer sechs Seniorenpflegeheime, ob Mithilfe bei Festen oder die Mitarbeit in der Bahnhofsmision oder in der Gemeinde dreisam3, Ihre Hilfe ist wichtig und wir freuen uns auf Sie. Aus einer umfangreichen Liste können Sie unter [www.stadtmission-freiburg.de](http://www.stadtmission-freiburg.de) (Mitarbeit und Mithilfe > Ehrenamtliche Hilfe) aussuchen, wo sie mithelfen möchten.



## Einmalige Spende

Wir sind auch auf Ihre finanzielle Unterstützung angewiesen und freuen uns über jede Spende. Ob im Seniorenbereich, in der Suchtberatung, in der Unterstützung Langzeitarbeitsloser, der Bahnhofsmision oder unserer Gemeinde dreisam3, Ihre Hilfe kommt an.



## Dauerspende

Eine Dauerspende hilft dauerhaft. So können wir besser planen und den Fortbestand eines Projektes besser sicherstellen. Mit einer regelmäßigen Spende helfen Sie uns auch, neue Projekte anzugehen. Einen Dauerauftrag einzurichten ist ganz einfach, Ihre Bank hilft Ihnen gerne dabei.



## Sachspende

Auch mit einer Sachspende können Sie helfen. Bei unserem großen BAZAR oder im Secondhand-Laden verkaufen wir gut erhaltene Gegenstände, um unsere sozialen Projekte zu unterstützen. Auch unsere Einrichtungen freuen sich über Sachzuwendungen. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!



## Erbschaft/Vermächtnis

Mit einer Zuwendung in den Vermögensstock unserer Carl Isler Stiftung unterstützen Sie Jahr für Jahr Arbeitsbereiche der Stadtmission und tragen dazu bei, dass neue Projekte in Angriff genommen werden können. Ihre Zuwendung trägt jedes Jahr neue Früchte. Über das Lebensende hinaus wirkt es helfend und bringt im übertragenen Sinne neues Leben hervor. Wir beraten Sie gerne.

Evang. Stadtmission Freiburg e.V.  
Tel: 07 61/3 19 17-22  
[info@stadtmission-freiburg.de](mailto:info@stadtmission-freiburg.de)

Evang. Gemeinde dreisam3  
Tel: 07 61/3 19 17-85  
[dreisam3@stadtmission-freiburg.de](mailto:dreisam3@stadtmission-freiburg.de)

Carl Isler Stiftung - Förderstiftung der  
Evang. Stadtmission Freiburg e.V.  
Tel: 07 61/3 19 17-22 • [info@carl-isler-stiftung.de](mailto:info@carl-isler-stiftung.de)

Spendenkonto: 100 506 109  
BLZ 520 604 10  
Ev. Kreditgenossenschaft Kassel

Spendenkonto: 2200 506 109  
BLZ 520 604 10  
Ev. Kreditgenossenschaft Kassel

Spendenkonto: 32 033 032  
BLZ 360 602 95 Bank im Bistum Essen  
Spendenkonto: 12 631 625  
BLZ 680 501 01 Sparkasse Freiburg

1  
„Lasst euch niemals so mit Sorgen erfüllen, dass ihr die Freude  
des auferstandenen Christus vergesst.“

*Mutter Teresa*



2  
„Christen sind ein seliges Volk. Die können sich freuen  
im Herzen, können tanzen und springen und jubeln.“

*Martin Luther*



3  
„Wir müssen das Evangelium nicht lesen wie ein Notar ein Testa-  
ment liest, sondern so, wie der rechtmäßige Erbe. Er sagt sich bei  
jedem Satz voller Freude und Jubel: Das ist für mich, das ist alles  
für mich.“

*Isaac Newton (englischer Philosoph, 1643-1727)*



# worte auf den Weg



## Hin und weg

Vorschau  
2|2014