



## 500 Gut-Tu-Nachrichten

### Tag 201 bis Tag 300

---

In der Corona-Zeit haben wir tägliche Impulse auf unserer Homepage veröffentlicht. Es sollten Botschaften und Gedanken sein, die „gut tun“. Herausgekommen ist ein bunter Strauß an „Gut-Tu-Nachrichten“: Witzige, nachdenkliche, klagende, aufbauende, wegweisende, kritische, tröstende Artikel. Manchmal vielleicht auch ablenkend von der deprimierenden und angespannten Stimmung in der Gesellschaft.

„Gute Nachrichten“ in krisenhaften Zeiten bergen das Risiko, falsch verstanden zu werden. Aber unsere Intension war richtig, bei allen trüben und dunklen Wolken die Sonne nicht zu vergessen, bei aller Angst und Sorge Mut zu machen, bei allem Ernst des Lebens auch ein Lächeln zu wagen, bei aller Anspannung auch mal auf andere Gedanken zu kommen.

Die Beiträge stammen von:

Martin Anefeld, Pfarrer, Nußdorf  
Annette Bernhard, Gemeindediakonin, Hofstätten  
Jasmin Coenen, Pfarrerin, Albersweiler  
Thomas Himjak-Lang, Böchingen  
Lothar Schwarz, Pfarrer, Rhodt  
Eva Weißmann, Pfarrerin, Godramstein  
Almendra Garcia de Reuter, Vikarin, Godramstein  
Stefan Mendling, Pfarrer, Queichhambach



## Alles zu seiner Zeit

---

Am letzten Wochenende war es soweit: Da hab' ich ihn erblickt, den ersten Nikolaus der Saison. In einen Mantel aus bunter Folie gehüllt stand er da im Regal eines Supermarktes in Begleitung von Mandel-Spekulatius und Lebkuchenherzen. Während ein paar Reihen weiter grelle Schilder darauf hingewiesen haben, dass die Bademoden nochmal reduziert worden sind, lachten wir uns an, der Nikolaus und ich. „Trotz Corona schon so früh aus dem Urlaub zurück?“, flüsterte ich, und beschloss meinerseits mit dem Advent auf jeden Fall noch zu warten. Denn es geht doch nichts darüber, in der Woche vorm 1. Advent einen Kranz zu binden, in der Nacht auf diesen Sonntag alles zu schmücken und dann erst Plätzchen zu naschen. Wer trinkt schon neuen Wein im Juni?

„Alles hat seine Zeit“ – so heißt eine Initiative der EKD. Darin wird dazu aufgerufen, der Vermarktung von Weihnachten vor der Zeit ein Schnippchen zu schlagen. Schließlich können September, Oktober und November auch so schöne und wichtige Monate sein, ohne dass wir sie vorweihnachtlich begehen müssten. Gerade bei uns sind sie ja besonders durch die Ernte und den Herbst geprägt. Und der November mit seinen stillen Tagen ist eine Zeit, in der auch die schweren Seiten des Lebens zur Sprache kommen dürfen. Innenstädte voller Weihnachtsdekoration schon vor dem Toten- und Ewigkeitssonntag, daran will ich mich einfach nicht gewöhnen. Typisch Kirche? Vielleicht. Für ein gutes Stück Stollen (insbesondere den meiner Mutter) und das Weihnachtsoratorium kann ich mich jedenfalls durchaus begeistern lassen. Aber Zwiwwelkuche, Dickie Supp oder Das Deutsche Requiem sind auch nicht zu verachten. Alles eben zu seiner Zeit! Darum mein Tipp: Lassen wir den Nikolaus noch ein bisschen in seiner alljährlichen Quarantäne!

*Eva Weißmann*



## Murren oder Danken

---

Langsam ist es wieder so weit. Die Klagen über das Wetter werden lauter. Letzte Woche der Kälteeinbruch, diese Woche der Nebel, der Regen usw. Fast schon wie eine eingespielte Choreografie hört es sich an. Jedes Jahr das gleiche. Und doch ist es so sinnvoll, wie sich über den Berufsverkehr Werktags zu beschweren oder die lange Schlange beim Supermarkt, die natürlich allein bei mir so langsam vorwärts-kriecht.

Grundsätzlich lässt sich natürlich streiten wie sinnvoll Gespräche übers Wetter, Stau oder das Warten sind. Manchmal so scheint es mir, muss der eigene Dampfkessel etwas Luft ablassen. Und doch, auf Dauer und mit zunehmender Übung scheint mir das Motzen, das Murren, diese Unzufriedenheit wenig Positives zum Leben beizutragen. Der Mediziner und Kabarettist Dr. Eckard von Hirschhausen hat das Motzen mit einem faulen Apfel verglichen:

„Das Böse hat eine große Kraft. Legt man einen faulen Apfel in eine Kiste guter Äpfel, passiert folgendes: Alle guten Äpfel werden faul. Legt man hingegen in diese Kiste verdorbener Äpfel einen guten, werden mitnichten die faulen wieder gut, sondern der einzig gute auch noch faul.“ (Dr.med. Eckhart von Hirschhausen, Glück kommt selten allein ..., Hamburg 2011, S.89)

Dagegen steht die Dankbarkeit. Dankbarkeit gegenüber all den kleinen und großen Dingen, die uns in unserem Alltag begegnen. Wie so oft, der Blickwinkel, die Einstellung ist entscheidend.

*Thomas Himjak-Lang*





## Mensch

---

Hier bin ich Mensch, hier darf ich` s sein. (Johann Wolfgang von Goethe)

Darf ich ich sein! Hab keinen Grund mich zu verstecken, auch nicht hinter irgendwelchen Hecken. Ich bin eingeladen rauszuschauen und mal darauf zu vertrauen, dass es so wie es ist, gut ist – weil` s echt ist!

Einfach Mensch sein ...

Meistens liebevoll, manchmal voller Launen. Mal am Tag verträumt und in der Nacht hellwach. Für manche unerträglich, für andere unentbehrlich. Ab und an, am Morgen schon glücklich gescheitert. Wunderbar, aber auch verwundet. Irgendwo zwischen hart und zart. Mit so mancher Eigenart – Gottes Unikat.

*Jasmin Coenen*



## Vorräte sammeln

---

In den letzten Wochen waren sie oft zu hören. Die Kreissägen meiner fleißigen Nachbarn.

Nicht nur sie arbeiteten an der Vorratssicherung. Auch die Frauen haben Marmelade gekocht, Obst eingedünstet und Äpfel eingelagert. Vorräte sind gut, um sicher durch den Winter und karge Zeiten zu kommen.

Josef aus dem Alten Testament ist ein berühmter Fürsprecher von Vorräten. Er rät dem Pharao in den sieben fetten Jahren Getreidedepots anzulegen.

Diesen Rat befolgt der Herrscher. So konnten die Ägypter sieben magere Jahre überstehen.

In jedem Leben gibt es fette und magere Jahre - nicht immer sind es sieben; sie kommen auch immer wieder. Ein finanzielles Polster und eine gut gefüllte Speisekammer machen Sinn. Aber auch unsere Seele braucht eine Vorratskammer für dunkle Zeiten. Den Seelenproviant - ohne Verfallsdatum - können wir sammeln:

- Gedanken und Sprüche, die uns guttun
- Erinnerungen an beglückende Beziehungen, an Reisen und Feste
- Lieder und Gebete, die wir auswendig können
- Gegenstände, die eine symbolische Bedeutung haben

All das können wir abrufen in unserer Vorratskammer für die Seele.

*Annette Bernhard*



## Von Katzen lernen

---

Faszinierend, wie eine Katze sich konzentrieren kann!

Die Ohren hören das leiseste Rascheln. Den Augen entgeht keine Bewegung. Die Schnurrhaare spüren den geringsten Windhauch. Dermaßen ausgestattet kann sich die Katze auch im Dunkeln sicher und grazil bewegen.

Faszinierend, wie eine Katze sich verändern kann!

Sie döst entspannt auf dem Rücken. Sie ist angespannt und zum Sprung bereit. Sie schnurrt mit Samtpfoten um die Füße und sie fährt die Krallen aus. Übrigens: An den Schnurrhaaren kann man erkennen, wie eine Katze gelaunt ist.

Von der Katze möchte ich lernen, aufmerksam zu leben. Mich auch dann sicher bewegen zu können, wenn dunkle Zeiten kommen. Tief entspannen zu können. Mich von Kopf bis Fuß einstellen zu können auf das, was kommt. Bereit sein zum Sprung, aber auch in der Lage, weiter zu schleichen, wenn kein Sprung ansteht.

Und noch eines möchte ich von einer Katze lernen: Sie landet beim Fallen immer auf ihren vier Pfoten. Ich möchte wenigstens wieder aufstehen können.

*Lothar Schwarz*





## Kinderperspektive

Das soll ich sein? Es gibt Bilder von mir, da kann ich nicht glauben, dass ich das bin. Zum Beispiel die Bilder, die meine Kinder malen – und mir dann unter die Nase halten und sagen: Kuck mal Papa. Das bist Du!

Da gibt's zum Beispiel viele Bilder, wo ich nur aus einem großen Kopf bestehe. Und an dem Kopf sind Arme und Beine dran – ein richtiger Kopfmensch. Ohne Bauch. Und ich gebe zu: Das trifft's manchmal ganz gut, weil ich oft wirklich ein Kopfmensch bin.

Seit neuestem malt meine Tochter Bilder, auf denen sie sich sehr viel Mühe gibt, eindeutige Erkennungsmerkmale hervorzuheben: Meine Frau erkennt man gut an den langen Haaren. Meine Tochter erkenne ich daran, dass sie meist eine Krone aufhat – wie eine Prinzessin. Und ich habe als Erkennungszeichen einen dicken Bauch. Eigentlich bin ich ein großer runder Bauch mit einem kleinen Kopf und Striche als Arme und Beine.

Naja, aus der Perspektive meiner Tochter, so auf Bauch-Höhe, kann ich mir schon vorstellen, dass mein Bauch etwas prominenter wirkt. Wie dem auch sei: Bilder von Kindern haben etwas erfrischend Ehrliches, oder? Denn sie malen, wie die Welt auf sie wirkt.

In der Bibel steht: Wer die Welt nicht mit den Augen eines Kindes wahrnimmt, der wird auch den Himmel nicht sehen.

Darum glaube ich, die Bilder von meinen Kindern helfen mir, die Welt besser zu sehen. Und mich auch. Den Himmel sowieso. Ein himmlisches Sehtraining!

*Stefan Mendling*

## Stopper

Neulich habe ich diesen „Maschenstopper“ für mein nächstes Strickprojekt gekauft. Das „hübsche Helferlein in Herzform“ verspricht die Maschen vor dem Abrutschen von den Nadeln zurückzuhalten.

Wäre es nicht praktisch, wenn es auch einen Stopper zum Zurückhalten von Worten gäbe? Nicht nur beim Streit zuhause, sondern auch beim Telefonat mit dem Hotline-Mitarbeiter oder bei der Arbeit rutschen mir manchmal Worte heraus, die ich ziemlich bald bereue.

Geht es Ihnen auch so? Mit so einem Stopper würden manche Worte da bleiben, wo sie in diesem Moment besser sein sollten – unausgesprochen in unserem Kopf. Dieser Stopper könnte uns helfen, unsere Worte „zwischenzuparken“ und zu überdenken, bevor sie uns über die Lippen kommen.

Ich hatte mir Anfang dieser Woche fest vorgenommen, mich mehr zurückzuhalten. Die Zwischenbilanz fällt allerdings bescheiden aus. Aber dennoch spüre ich Hoffnung und möchte nicht aufgeben, wenn ich die Form meines „Helferleins“ sehe: ein Herz!

Aus Liebe sollten wir manche Worte zurückhalten. Nicht alles muss sofort oder überhaupt kommentiert werden, anderes nicht in der Schärfe, nicht in dem Ton, den wir gerade anschlagen wollten. Vielleicht hilft es uns in diesem Augenblick, erst einmal Luft zu holen und auf die Liebe Gottes in uns selbst zu hoffen. Denn allein sie ist „fähig zu schweigen und zu vertrauen, sie hofft mit Ausdauer und Widerstandskraft. Die Liebe gibt niemals auf.“ (1. Kor 13,7-8 / BigS)

*Almendra García de Reuter*



**Beim viel Schwätzen bleiben Entgleisungen nicht aus;  
Zurückhaltung der Lippen ist klug. (Sprüche. 10, 19)**

**DIE LIEBE IST FÄHIG ZU SCHWEIGEN**  
1.Kor 13, 7





## Neue Gemeinde

---

Ob die Kirchen jemals wieder voll werden? Ob die Gemeinde jemals wieder unbefangen zusammen kommen kann? Ich komme gerade vom Planungstreffen für Weihnachten. Wie kann das in diesem Jahr gefeiert werden?

Kirche wird weniger, sagen viele. Das mag an Zahlen gemessen sogar stimmen. Ich sage jedoch viel lieber: Kirche wird anders. In dem Moment, in dem Sie diese Zeilen lesen, gehören Sie zu einer Gemeinde von rund 500 Mitgliedern. So viele Menschen lesen im Schnitt unsere „Gut-Tu-Nachrichten“. Fünfhundert! Tagtäglich! Nicht nur an Weihnachten.

Gemeinde entsteht im digitalen Raum. Das ist neu, das ist anders. Das ist auch eine Folge von Corona - und keine schlechte.

*Martin Anefeld*



## AHA-Effekt

---

„Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da“, so heißt es in einem Lied, das unsere Kinder gern singen. Doch er bringt uns in diesem Jahr nicht nur „Wind, hei hussa-sa“ und „schüttelt ab die Blätter“, sondern sorgt auch für den befürchteten Anstieg der Corona-Fallzahlen. Viele Länder sind wieder betroffen. Oft wesentlich drastischer als bei uns. Selbst ein Präsident wird nicht verschont und der wiederum verschont uns nicht mit seiner laxen Haltung.

Wir beherrschen das Virus aber eben noch nicht. Doch wir können Haltung zeigen und durchaus etwas tun: nämlich Verantwortung übernehmen. Für uns selbst und für andere. Mit der AHA-Regel zum Beispiel: Abstand halten. Hygienemaßnahmen beachten. Alltagsmaske tragen. Nicht mehr, aber eben auch nicht weniger.

„Und wir geben in nichts irgendeinen Anstoß, damit unser Amt nicht verlästert werde; sondern in allem erweisen wir uns als Diener Gottes: in großer Geduld, in Trübsalen, in Nöten, in Ängsten ... in der Kraft Gottes mit den Waffen der Gerechtigkeit.“ (aus 2. Kor 6)

Ein Wochenende mit AHA-Effekt und in der Kraft Gottes wünsche ich Ihnen! Bleiben Sie behütet!

*Eva Weißmann*



•

---

Der Duft von frischem Kaffee zieht durch die Wohnung. Draußen regnet es, drinnen ist es warm und der Kaffee ist schon fertig. Heiß und stark. Ein neuer Tag beginnt und es wird. Ob gut oder schlecht, es wird.

Beim Pizzaessen mit den Konfirmand\*innen gehe ich rum und schneide die Pizen. Eine Konfirmandin möchte das Messer haben. Ich halte ihr den Griff hin, ziehe ihn wieder weg. Ich halte ihr den Griff hin, ziehe ihn wieder weg. Wir albern ein bisschen herum und plötzlich greift sie in die Schneide. Schockstarre bei uns beiden! Dann öffnet sie Ihre Hand. Es ist nichts passiert.

Vor einigen Tagen, abends auf dem Weg ins Kino, bin ich hindurchgefahren. Durch strömenden Regen, durch Sonnenschein und dann mitten durch das Tor des Regenbogens.

Haben Sie Ihn gesehen? Die Kleinigkeit ganz zu Beginn der Gut-Tu-Nachricht? Die Überschrift als Punkt. Heute sind es ein paar Kleinigkeiten, schöne Momente und unverdientes Glück. Die vielen Kleinigkeiten, für mich Geschenke Gottes, die das Leben schöner machen.

*Thomas Himjak-Lang*





## Kastanien

---

Ich liebe Kastanien – am liebsten als Keschdegemies – also Kastaniengemüse.

... das schmeckt nach zu Hause, Heimat, Familie. Wenn`s Keschde gibt, dann habe ich meist Menschen um mich herum, die ich liebe. Vielleicht mag ich deswegen die Keschdezeit so gerne.

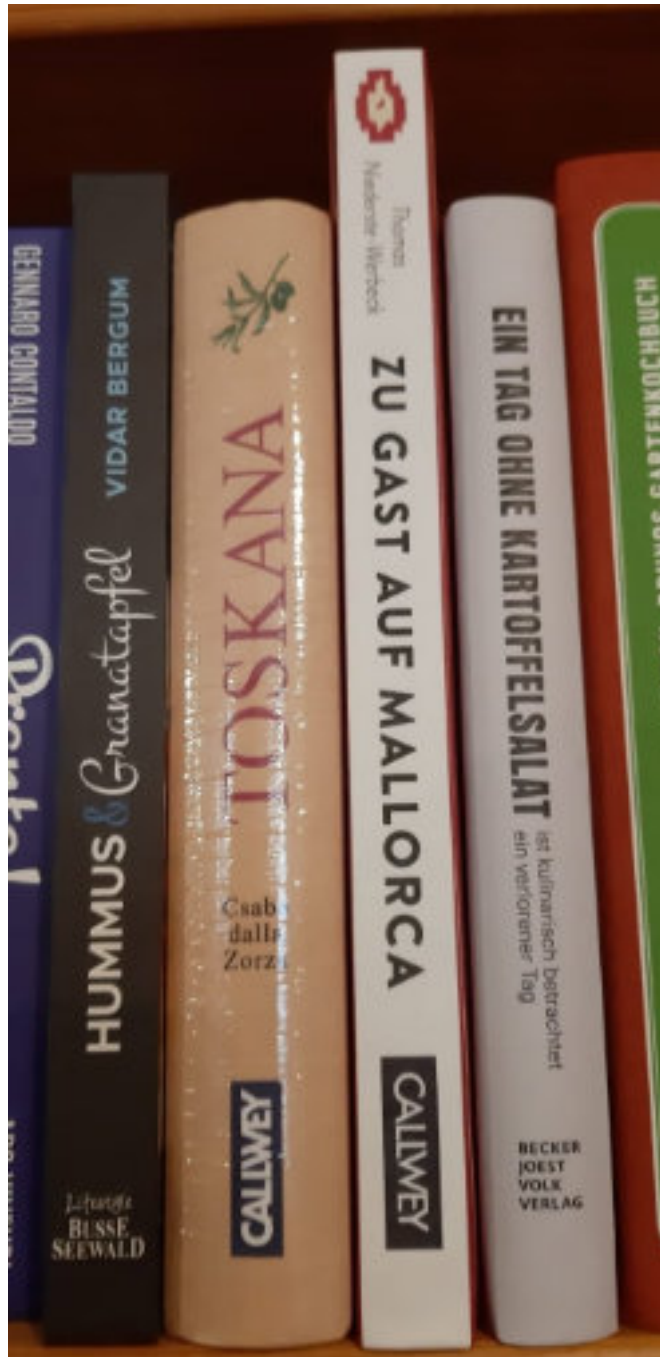
Aber bevor ich die Kastanien essen kann, muss die Schale ab – zweimal sogar. Zuerst die grüne Schale mit den Stacheln. Das ist der Schutzmantel der Kastanie, der dafür sorgt, dass die Kastanie am Baum nicht von Tieren gefressen wird. Die Schale geht noch ganz gut ab. Aber dann kommt die zweite Schale. Für die brauche ich schon etwas Geduld – aber: Es lohnt sich. Denn das Beste verbirgt sich unter der Schale.

Steht sogar schon in der Bibel: Nehmt euch Zeit dahinter zu schauen. Hinter das, was ihr auf den ersten Blick seht. Schaut genau hin, was sich unter der Schale verbirgt. Lasst euch nicht von den Stacheln abschrecken oder davon, dass ihr manchmal etwas Geduld braucht.

Übrigens: Bei Menschen ist das manchmal genau so.

Manche haben Stacheln – aus Schutz –, manche haben harte Schalen ... Bei manchen Menschen braucht es viel Geduld, denn manche Menschen verstecken sehr gut, was eigentlich in ihnen steckt. Aber was so gut geschützt ist, was sich so gut verbirgt, das ist auch wertvoll. Jede Wette! Garantiert!

*Jasmin Coenen*



## Kochbücher

Wunderbar bunte und exotische Kochbücher gibt es heute.  
Ich lasse mich gerne von ihnen inspirieren.

Indische, mediterrane oder orientalische Küche.  
Es werden Gewürze und Zutaten verwendet, die  
man vor 50 Jahren kaum kannte:  
Grüne Papayas, Okraschoten, Kurkuma.

Neben diesen Kochbüchern, die mich in ferne Welten entführen,  
habe ich noch ein altes Kochbuch von meiner Oma.  
Das Kiehnle -Kochbuch aus dem Jahr 1934 für die bürgerliche und feine Küche, das  
einmal 3 Reichsmark gekostet hat.

Da findet man nichts von Papayas und Co,  
aber dafür Hinweise wie Essensreste klug verwertet werden können.  
„Mit ein wenig Überlegung und Phantasie“, heißt es da, „wird man aus dem un-  
scheinbarsten Rest ein appetitliches Essen zaubern können.“

Ich habe dieses Kochbuch besonders gern.  
Es erinnert mich an meine schwäbischen Wurzeln,  
an die Menschen, die Hunger kannten  
und daran wie bescheiden und sparsam man damals gelebt hat.

Und es lehrt mich, dass ich mit Lebensmitteln sorgsam  
umgehe, selbst wenn sie aus Ländern kommen,  
die die schönsten Kochbücher beschreiben.

*Annette Bernhard*



## Himmelstreppe

Eine Treppe, die bis in den Himmel zu ragen scheint. Stabile Stufen. Vertrauens-erweckende Geländer. Hier kann ich den Aufstieg wagen. Ab 1,20 m Höhe geht bei mir normalerweise nichts mehr. Aber diese Treppe (es handelt sich um den Hohenbergturm) habe ich geschafft. Wenn man festen Grund hat und wenn man sich halten kann, dann kommt man hoch hinaus.

Oben wartet eine tolle Aussicht. Ein Rundumblick, ein Überblick, auch ein Einblick in das Wunder der Natur. Großartig. Hochinteressant. Der Höhepunkt einer Wanderung.

Aber ich musste auch wieder absteigen. Rückwärts bin ich die Stufen zurück. Kein souveräner Anblick mehr. Mehr noch als beim Aufstieg war ich dankbar um das Geländer. Mein Blick blieb strikt an den Stufen kleben.

Ich hätte es wissen müssen: „Betreten auf eigene Gefahr“ – Trotz der sicheren Stufen und des stabilen Geländers. Aber der Ausblick war es wert. Ich würde noch einmal hochsteigen.

Nun aufwärts froh den Blick gewandt und vorwärts fest den Schritt! Wir gehn an unsers Meisters Hand, und unser Herr geht mit. (August Hermann Franke, 1889. EG Nr.394)

*Lothar Schwarz*





## Hornochse!

---

„Du Hornochse!“ Das ist eine Beleidigung – für sture Menschen. Hornochse deshalb, weil er angeblich unsensibel ist, grob, unflexibel und einfach dickköpfig. „Wie wenn ich einem Ochsen ins Horn petze!“, kommt oft nach als Erklärung hinterher. Das stimmt: Der Ochse spürt seine Hörner nicht. Und das ist gut so. Denn die Hörner sind natürlich auch dazu da, andere nicht so nah an sich ran zu lassen.

Aber warum muss „Hornochse“ eine Beleidigung sein? Er war doch Jahrhunderte lang der wichtigste Mitarbeiter des Menschen. Er hat das Feld gepflügt, das Korn gedroschen - und er war unersetzlich mit seiner Kraft und seiner Geduld. Wer keinen Ochsen hatte, war arm dran.

Sogar Gott macht dem Hornochsen ein Kompliment! In der Bibel steht: „Ein Ochse kennt seinen Herrn.“ (Jesaja 1,3) Das heißt: ein Ochse ist treu und ein sehr hilfsbereites Tier. Darum ist er auch in unserer Weihnachtskrippe dabei – als Heizung und Bodyguard. Außerdem: Ein Ochse vergisst nicht. Er wird zwar oft als eigensinnig und dickhäutig wahrgenommen. Aber er kann eine Menge tragen und ertragen. Und seine Hörner hat er genau deswegen – damit niemand seine Geduld und Hilfsbereitschaft ausnutzt.

Bei manchen Menschen ist das übrigens genauso: Auch wenn jemand auf den ersten Blick dickhäutig und unsensibel wirkt, verbirgt sich dahinter oft ein treues und hilfsbereites Wesen, das viel ertragen kann. Vielleicht habt ihr Glück und trefft bald mal wieder einen. Dann macht ihm doch mal ein Kompliment!

*Stefan Mendling*



**JESUS SPRICHT:**  
**DENN WO EUER SCHATZ IST,**  
**DA IST AUCH EUER HERZ.**  
**(MATTHÄUS 6, 21)**

## Die letzten Fragen

---

Einmal die Woche darf ich beim Seelsorger in der Palliativstation hospitieren. Ein multiprofessionelles Team von Ärzt\*innen, Pflegekräften, Psychologin, Physiotherapeutin, Sozialarbeiterin und Ehrenamtlichen bespricht den Verlauf der Krankheit der Patient\*innen auf der Station: Wer ist bei uns? Was liegt vor? Was wird gebraucht? Ich bewundere, dass dabei nicht nur der Körper eine Rolle spielt, sondern auch die Gefühle der Patient\*innen, die Stimmungen, die Interessen, auch das soziale Umfeld. Vor allem die vorhandene oder oft leider nicht vorhandene Zuwendung der Familie nimmt einen großen Platz in der Teamsitzung ein. Ist jemand für die Patient\*innen in den letzten Tagen da oder nicht? Ist die Beziehung vertrauensvoll und innig? Wie wirkt sich das auf den Patienten aus? Kann er oder sie in Frieden von der Familie Abschied nehmen? Oder sind noch zu viele Konflikte zu lösen?

Diesen letzten Fragen, die zum Ende unseres Lebens eine solch große Rolle spielen, widmen wir im Verlauf der Jahre so wenig Zeit, geben ihnen so wenig Gewicht, denke ich mir. Oft scheint die Familie für einige von uns so selbstverständlich zu sein. Und die nötige Zeit für Kinder und Partner oder Partnerin, um mehr zu lachen, mehr gemeinsam zu erleben oder einfach rumzuhängen, ist nicht selten knapp. Sie kommt uns manchmal sogar wie ein Hindernis vor, in der Fülle von Aufgaben, die wir bei der Arbeit oder im Haushalt bewältigen müssen.

Die Palliativstation stellt mich jede Woche neu vor die Frage: Was ist eigentlich mein Schatz? Wo steckt gerade mein Herz? Die Antwort lautet allzu oft: Mein Schatz ist meine Familie und mein Herz steckt leider gerade wieder allein bei der Arbeit. Das möchte ich ändern. Als Erinnerung werde ich mir dieses Herz ausdrücken und an den Kühlschrank kleben.

Und wie würde Ihre Antwort lauten? Brauchen Sie, wie ich, auch eine Erinnerung?

*Almendra Garcia de Reuter*



## Standpunkte und Perspektiven

---

Ist das ein besonders dicker Baumstamm oder ein besonders kleiner Hund? Ich verrate es Ihnen: Keines von beiden. Es handelt sich um einen recht ansehnlichen, aber normalen Baumstamm und einen recht ansehnlichen, aber normalen Hund. Unser Gehirn kriegt die Perspektive nicht zusammen. Das Auge täuscht uns, weil es keine objektiven Anhaltspunkte findet.

So ist das mit vielen Dingen, die wir nicht ganz durchschauen. Was vor Augen liegt, ist vielleicht gar nicht so, wie wir meinen, dass es vor Augen liegt. Ein Schritt zur Seite, den Standpunkt verlassen, eine andere Perspektive einnehmen, das würde Klarheit verschaffen. Mein Eindruck ist gegenwärtig, dass viel zu viele auf ihren Standpunkten beharren und Theorien spinnen und nicht bereit sind, sich an den objektiven Anhaltspunkten zu orientieren, die die Wissenschaftler bieten. In der Corona-Pandemie ist das fatal. Das gefährdet Menschenleben.

Das sollten Sie im Auge behalten.

*Martin Anefeld*





## Utopie Frieden

Da muss ich mich verhöhrt haben. Verstört flitze ich vom Radio an den PC. Leider nein: In der Pressemeldung ist es schwarz auf weiß zu lesen: 400 Polizisten haben bei einem Großeinsatz in Süddeutschland 17 Wohnungen und ein Waldstück durchsucht. Der Einsatz richtete sich gegen eine Gruppe Menschen, die bewaffnet und in Wehrmachtsuniform im Wald Krieg gespielt haben sollen.

Ja geht´s noch? Gibt es nicht sowieso schon viel zu viele schlimme Nachrichten aus aller Welt? Ich kann es nicht fassen und stelle fest: Nicht selten brauche ich einfach ein bisschen Utopie. Eine Vision von einer menschenfreundlichen Welt. Wie heißt es bei Jesaja? Und sie werden hinfort nicht mehr lernen, Krieg zu führen. Oder wie es diese Geschichte erzählt: Als der Krieg zwischen zwei benachbarten Völkern unvermeidlich schien, schickten die Feldherren beider Seiten Späher aus, um zu erkunden, wo man am leichtesten beim Gegner einfallen könnte. Wieder zurück berichteten die Kundschafter jeweils dasselbe: Eine einzige Stelle an der Grenze sei geeignet. „Dort aber“, so sagten sie, „wohnt ein braver Bauer in einem kleinen Haus mit seiner anmutigen Frau. Sie haben einander lieb, ein Kind, und es heißt, sie seien die glücklichsten Menschen der Welt. Wenn wir nun über dieses Grundstück marschieren, dann zerstören wir das Glück. Also kann es keinen Krieg geben.“ Das sahen die Feldherren ein und der Krieg unterblieb, wie jeder Mensch begreifen wird.

*Eva Weißmann*



## Jeden Morgen neu

---

„Jeder neue Morgen ist ein neuer Anfang unsers Lebens. Jeder Tag ist ein abgeschlossenes Ganzes.“ Dietrich Bonhoeffer

An jedem neuen Tag liegt es an jeden einzelnen von uns, was wir daraus machen. Egal was gestern gewesen sein mag, heute ist ein neuer Tag und heute kann ich es besser, kann ich es anders machen. Meine Gemeinde und viele evangelische Gemeinden hören heute als Predigttext Worte aus dem Epheserbrief, Kapitel 4: zieht den neuen Menschen an.

Als neue Menschen sollen wir durchs Leben gehen. Als Menschen, die von Gott geliebt sind, als Menschen, die Scheitern dürfen, die Fehler machen können und dennoch von Gott geliebt sind. Wir sind diese neuen Menschen und jeden Morgen können wir diese Rolle ein bisschen anders einnehmen.

*Thomas Himjak-Lang*



## Strand

---

Zwischen Meer und Land genau dazwischen liegt der Strand. Weder ganz im Meer noch ganz an Land. Strand eben.

Daneben das Meer – ständig in Bewegung. Durch das Meer verändert sich auch der Strand. Sieht nie gleich aus. Das Land hingegen ist beständig, steht fest, fast starr.

Am Strand spüre ich den Boden unter den Füßen – fest und doch gibt er nach. Ich kann einen Abdruck hinterlassen, der bleibt – und doch nicht. Schon bei der nächsten Welle verschwindet er – vielleicht, kommt auf die Welle an. Wenn ich am Strand spazieren gehe, dann bin ich ganz im Jetzt.

Im Jetzt sein. Das will ich auch heute. Aktuell kann sich alles ständig verändern. Jeder Weg, den ich einschlage, jede Fußspur, die ich setze, kann im nächsten Moment von einer Welle erwischt werden. Deshalb will ich bewusst weitergehen. Nicht im Meer, in dem alles davontreibt. Nicht an Land, auf dem alles Bestand hat. Sondern am Strand. Will Fußabdrücke hinterlassen, nicht für morgen oder die nächsten Monate – einfach für heute.

*Jasmin Coenen*





## Ehrfurcht

Ehrfurcht - verstehen wir dieses Wort heute überhaupt noch? Die Ethik von der „Ehrfurcht vor dem Leben“ hat uns der Urwalddoktor Albert Schweitzer hinterlassen. In der letzten Woche habe ich ein paar Mal Zweifel bekommen, wie es mit der Ehrfurcht vor dem Leben bei uns aussieht. Da stand ich bei einer Trauerfeier mit einem Mann und dem Bestatter auf dem Ruheforst. Ich fragte mich: Ist nicht jedes Leben es Wert, dass man es mit Würde verabschiedet. Da sagt der Mann, den ich gegen 11 Uhr am Telefon erreiche, um zum Geburtstag zu gratulieren: „Ich habe noch geschlafen, dann muss ich das Elend nicht so lang ertragen.“

Ehrfurcht vor dem Leben ?

Ich möchte staunen, wie wunderbar das Leben sein kann.

Voll Schönheit, die einen überwältigen kann:

Das Blatt im Herbstwald auf dem Wassertropfen malerisch funkeln.

Der unendliche, funkelnnde Sternenhimmel.

Der Mensch, der denken und fühlen kann,

das Herz, das unermüdlich schlägt.

Klar, nicht immer ist das Leben wunderbar:

Menschen verletzen andere, Menschen zerstören Leben.

Es gibt Katastrophen, auch die, die nicht von Menschen gemacht sind.

Zum Leben gehören auch Leiden und Tod.

In diesem Spannungsfeld gestalten wir das Leben mit.

Der mich atmen lässt, bist du, lebendiger Gott,

der mich leben lässt bist du, lebendiger Gott,

der mich schweigen lässt, bist du lebendiger Gott,

der mich atmen lässt, bist du lebendiger Gott.

(Neue Lieder plus, Nummer 119)

*Annette Bernhard*



## Treppauf

---

Die Treppe hat schon bessere Tage gesehen. Die Stufen sind verschlissen und verwittert. Das Podest ist abgebaut. Niemand soll und darf die Treppe benutzen. Sie hat ausgedient.

Und doch ist sie nicht nutzlos. Die Treppe erzählt von der Vergangenheit. Sie führt zurück in eine Zeit, als noch reges Treiben auf der Burg herrschte. Da diente sie zum Schutz und zur Flucht, da verkürzte sie lange Wege.

Die Treppe erzählt auch von meiner Vergangenheit. Von meinen vergeblichen Versuchen, etwas zu erreichen. Sie erzählt von meinen unsicheren Wegen und von meinen Fluchtversuchen. Die Treppe erinnert mich an meine Lebenswege, auf denen ich einmal unterwegs war und die schon lange nicht mehr meine Wege sind. Die Treppe hat schon bessere Tage gesehen. Aber gut, dass es sie noch gibt. Man vergisst sonst so schnell.

*Lothar Schwarz*





## Geschmacksache

---

Wie schmeckt eure Kindheit? Ich kann mich noch ganz genau dran erinnern, wie das geschmeckt hat, als ich Kind war: Zum Beispiel die Kartoffelsuppe von meiner Oma; die habe ich zwar schon ewig nicht mehr gegessen – aber trotzdem habe ich noch genau diesen Geschmack auf der Zunge.

Oder der Geschmack von diesen Leckmuscheln, die es im Tante-Emma-Laden gab – oder der Geschmack von Eis-Konfekt in der Glanz-Knitterfolie. Erinnert ihr euch? Vor allem der Geschmack von Schokolade versetzt mich immer wieder in meine Kindheit zurück. Schokolade ist für mich eine kleine Geschmacks-Zeitreise.

Und: Schokolade ist ein ganz besonderes Lebensmittel - nicht nur für Kinder. Schokolade wurde früher in Apotheken als Medizin verkauft als Kräftigungsmittel und sogar als Aphrodisiakum. Das liegt daran, dass in Schokolade Theobromin enthalten ist. Das wirkt ähnlich wie Koffein und macht gute Laune. Manche sagen darum: Schokolade macht glücklich. Oder: Schokolade ist Gottes Entschuldigung für Brokkoli. Weil Schokolade das Leben versüßt – und schöne Erinnerungen an die Kindheit weckt. Schokolade ist zwar schlecht für die Zähne, aber gut für die Seele! In der Bibel steht: „Schmecket wie freundlich Gott ist!“ Also: Geschmackvoll glauben – genussvoll glauben – das ist nach Gottes Geschmack!

*Stefan Mendling*





## Singen – und Spielen!

Gehören Sie auch zu diesen Personen, die total unmusikalisch sind, aber am lautesten vor dem Herrn singen? Wenn ja, dann sind Sie mit mir in bester Gesellschaft. Ich singe sehr gern – aber sehr schief. Mein Grundsatz lautet: „Wer schön laut singt, darf auch schief singen.“ Vom Schulchor wurde ich als Kind abgelehnt. Mit dem Kirchenchor am frühen Abend zu üben wäre ein Versuch wert – geht derzeit aber leider nicht. Denn am frühen Abend ist bei mir in der Familie „rush-hour“. So bleibt mir erstmal nur, schief und freudig meinen Schöpfer zu besingen. Dazu habe ich mir letztes Jahr eine Ukulele als Begleiter geholt. Ich bringe mir das Ukulele Spielen selbst bei über Videos im Internet. Meine Familie schüttelt jedes Mal den Kopf und bringt sich in Sicherheit, wenn ich das Instrument auspacke. Doch davon lasse ich mich nicht abhalten. Ich möchte auch Sie dazu anregen, so ein Spielen von Lobesliedern für sich zu entdecken. Denn das Spielen – wenn auch mittelmäßig bis echt schlecht – macht riesigen Spaß! Ich stelle mir immer wieder vor, wie Gott lacht, wenn ich mit dem Schrammeln und Trillern aufhöre; aus Freude über so viel Lob und vielleicht auch ein wenig vor Erleichterung... Probieren Sie es unbedingt aus!

Ich nutze das Heft „Feiert Jesus: Easy Guitar“ und die Videos im Youtube-Kanal „Bernardette teaches music“.

*Almendra García de Reuter*



## Die Welt ist bunt

---

Die Welt ist nicht schwarz-weiß. Sie ist auch nicht grau. Sie ist bunt.

Das sagt mir jedes Jahr der Herbst. Und das sollten sich alle sagen und zeigen lassen, die schwarzmalen. Ich will die Zuversicht und Hoffnung behalten und mir in buntesten Farben ausmalen, was die Zukunft bringt.

Bunt ist die Welt. Das sollen auch die hören, für die es nur schwarz-weiß gibt, die nur die „Guten“ oder die „Schlechten“ kennen, für die es nur ein Entweder-Oder gibt, wo keine Annäherung, keine Nachdenklichkeit, kein Kompromiss mehr möglich ist.

Bunt ist die Welt. Auch für die, die alles „gräulich“ finden, für die alles im Zwielicht verschwindet, die kein „Highlight“ mehr erwarten für ihr Leben.

Macht einfach die Augen auf und seht!

*Martin Anefeld*



## All unsere Zeit und alle Zeiten

Egal, wie man zur Zeitumstellung stehen mag: Sie beschert uns heute einen Sonntag mit ganzen 25 Stunden. Eine gute Gelegenheit, unsere Zeit ins Gebet zu nehmen.

Gott. Hier sind wir. Seltsam-schwere Monate liegen hinter uns. Wir haben viel vermisst und hatten nicht selten große Sorgen. Mit Veränderungen und steigenden Infektionszahlen müssen wir auch im Moment wieder leben und fragen uns: Wie wird das werden, jetzt, im Herbst, im Winter, mit diesem Virus?

Und wir stellen einmal mehr fest:  
Wir brauchen dich, Gott! Deinen Segen. Dein Wort. Deinen Zuspruch.  
All unsere Zeit und alle Zeiten stehen in deinen Händen.

So danken wir dir für jeden Schlag der Uhr,  
für jeden Morgen, den wir sehen, und jeden Abend, den wir beschließen,  
und bitten dich um Gelassenheit, jede Stunde zu füllen.

Wir bitten dich um Vorsicht, dass wir unsere Zeit nicht verlieren.  
Wir bitten dich um Sorgfalt, dass wir unsere Zeit nicht vertreiben.  
Und wir bitten dich um Weisheit, dass wir unsere Zeit nicht totschiessen.

Jede Stunde ist ein Streifen Land. Wir möchten sie aufreißen mit dem Pflug,  
wir möchten Liebe hineinwerfen, Gedanken und Gespräche, damit Frucht wächst  
für Leib und Seele.

So segne du, Gott, Jahr und Tag, zu allen Zeiten. Amen.

*Eva Weißmann*





## Das Ziel ist das Ziel

---

Ich kann schlecht langsam durch eine Fußgängerzone schlendern. Den Schaufensterbummel habe ich noch nie gemocht. Wenn ich unterwegs bin, dann will ich ankommen. Das Ziel ist das Ziel. Der Weg nur ein Hindernis, nur eine Hürde, die es zu meistern gilt.

Auf dem Weg hoch, hoch hinauf auf den Trifels, da merke ich es wieder. Schnell und zügig muss es gehen. Hoch! Zack-zack! Aber ... warum eigentlich? Weder habe ich Durst noch Hunger noch Zeitnot. Warum denn so stressen, so hetzen? Es geht doch auch langsamer, entspannter und viel gemütlicher.

Heute am Montag, heute in dieser neuen Woche, möchte ich das auch probieren. Es muss nicht alles jetzt, sofort und ganz plötzlich sein. Wenn da nicht dieser ganze Stress wäre, die Fülle von Aufgaben, Verantwortung, blablabla ... Andere bekommen es auch hin. Bestimmt kennen Sie auch Menschen in Ihrem Umfeld, die es einfach geschafft haben. Tiefenentspannte Mitmenschen, die als Kolleg\*innen vielleicht nicht den besten Ruf haben (Ja eben!! Aber nur weil sie alles etwas langsamer angehen), die aber garantiert gesünder und stressarmer durch Leben kommen. Verstehen Sie mich nicht falsch, ich resigniere nicht, ich gebe nicht auf. Nur wenn es um das Hamsterrad geht, da bin ich der einzige der es für mich bremsen kann.

*Thomas Himjak-Lang*



## Ich lebe!

---

Freude am Leben! Auch, wenn es nicht immer leicht ist. Wenn es im Moment vielleicht mehr als genug Gründe gibt, die meine Freude am Leben trüben. Sorgen und Ängste – offene Fragen. Trotzdem: Ich freue mich, dass ich bin!

„Ich nehme Abschied – find zurück,  
bin traurig – und genieß das Glück,  
ersehne, träume, schwebe – und lebe.

Ich stürme vor – und halte ein,  
kann mutig – kann auch feige sein,  
entscheide, handle, strebe – und lebe!

Was auch geschieht, ich geb' nicht auf:  
ich renn hinab und keuch hinauf,  
ich nehme und ich gebe.

Verdammt noch mal -  
ich lebe!“

(Gudrun Pausewang)

Ich lebe – Grund genug zur Freude!  
Gott, ich danke dir für mein Leben. Jeden Tag. Amen.

*Jasmin Coenen*



## Garten der Hoffnung

---

Letzte Woche war gutes Wetter für Gartenarbeit: Noch einmal den Rasen mähen, die Astern zurückschneiden und Unkraut, das sich in den letzten Wochen breit gemacht hatte, entfernen. Und dann der schöne Teil der Arbeit: Blumenzwiebeln setzen.

Ich mag Gartenarbeit: Ich rieche und spüre die Erde, fühle mich als Teil der Schöpfung, gestalte und sehe oft direkt ein Ergebnis.

Natürlich können Tulpen, Hyazinthen und Osterglocken auch erst im Frühjahr gesetzt werden. Doch wer vorausschauend im Herbst pflanzt, hat dann früher die ersten so ersehnten Blüten im Garten.

Ich finde das hat was: Mit den Blumenzwiebeln verbinde ich die Hoffnung, mich nächstes Jahr wieder an meinem Garten freuen zu dürfen. Wenn dann die ersten Krokusse ans Licht kommen, ist die dunkle Jahreszeit endlich vorbei.

Und dabei entdecke ich Parallelen zum Glauben:

Im Kindergottesdienst, in den Kitas und Schulen, auf Kinderfreizeiten und im Umgang mit Kindern und Enkeln, legen wir auch etwas an. Wir erzählen die alten Glaubensgeschichten aus der Bibel, wir beten und singen Lieder in der Hoffnung, dass auch hier unser Bemühen auf guten Boden trifft. Schön, wenn man auch hier – wie im Gartenbeet – entdeckt: Hier blüht auf, was einst gesät wurde.

*Annette Bernhard*





## Herbst

---

Seit vielen Jahren begleitet mich Rainer Maria Rilke durch den Herbst. Schöner als er es in seinem Gedicht getan hat, kann man Melancholie, Vergänglichkeit und Geborgenheit dieser Jahreszeit nicht in Worte fassen.

### Herbst

Die Blätter fallen, fallen wie von weit,  
als welkten in den Himmeln ferne Gärten;  
sie fallen mit verneinender Gebärde.  
Und in den Nächten fällt die schwere Erde  
aus allen Sternen in die Einsamkeit.  
Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.  
Und sieh dir andre an: es ist in allen.  
Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen  
unendlich sanft in seinen Händen hält.

(Rainer Maria Rilke)

*Lothar Schwarz*



## Du hast einen Vogel

Wusstet ihr schon, dass ihr einen Vogel habt? Und zwar ... eine Taube. So steht's in der Bibel, denn da kommt ja an Pfingsten der Heilige Geist – und der sieht aus wie eine Taube. Tauben stehen ja für Unschuld – und für Treue, denn Tauben finden immer wieder nach Hause zurück. Weiße Tauben symbolisieren Frieden, und Turteltauben stehen für die Liebe. Und Tauben gibt es überall.

Noah hat auch schon einen Vogel. Denn als Noah auf seiner Arche kurz davor war, die Nerven zu verlieren, da schickt er eine Taube los. Und die bringt ihm einen Olivenzweig. Da weiß er: bald ist wieder Land in Sicht. Die Taube ist also eine Botschafterin der Hoffnung.

Vielleicht zeigt sich deswegen der Heilige Geist als Taube. Denn Gottes Geist, also die Kraft Gottes, ist auch Botschafterin der Hoffnung - und damit Gottes Visitenkarte, die er zur Erde schickt!

Wohlgemerkt kein stolzer Pfau oder mächtiger Adler, kein majestätischer Schwan, sondern eine einfache Taube! Gott will damit sagen: Eigentlich ist es ganz einfach, Botschafter des Friedens zu sein, und der Hoffnung, und der Liebe. Es braucht gar nicht immer die großartigen Taten – Gottes Kraft wirkt gerade im Kleinen und Gewöhnlichen, im Alltäglichen, überall – wie die Tauben. Denn da ist Heilige Geist zuhause: wo Menschen aufeinander Rücksicht nehmen – im Alltag, Abstand halten, Geduld miteinander haben, zusammenhalten. Wie wär's? Gebt die Visitenkarte Gottes an andere weiter ...

Und wenn mir dann jemand den Vogel zeigt – oder sagt: „bei dir piept's wohl!“, dann sag ich: Ich weiß. Gott sei Dank!

*Stefan Mendling*



## Kirche zu reformieren

Jetzt schreibe ich schon seit dem Sommer immer wieder Texte für die Gut-Tu-Nachricht, und meine Tochter Emilia (9 Jahre) schaute mir schon das ein oder andere Mal interessiert über die Schulter. Sie schreibt gerne Aufsätze in der Schule, daher habe ich Sie gefragt, ob sie auch mal einen Text für die Gut-Tu-Nachricht übernehmen möchte. Das war eigentlich nicht ganz ernst gemeint, aber ihre Antwort lautete ganz ernst „ja“. Das Thema fanden wir schnell: „Was sie an Kirche mag und was sie ändern würde“. Könnte es ein passenderes Thema zum Reformationstag geben?

Zum heutigen Reformationstag eine Idee: Fragen Sie heute zumindest drei Menschen, warum sie in die Kirche gehen – oder auch nicht – und was sie gerne ändern würden. Wie sollen wir Kirche gestalten, was können wir tun, dass sie sich angenommen fühlen und Gott erfahren können? Vielleicht inspirieren die Antworten Sie, selbst eine dieser Idee umzusetzen? Emilia hat mich auf jeden Fall inspiriert.

*Almendra García de Reuter*







## Demut und Geduld

---

Gestern habe ich drei Stunden lang Laub zusammengerecht. Ich hätte es vielleicht in 2 Stunden geschafft, wenn mir mein Vierbeiner nicht "geholfen" hätte. Das war schon recht mühsam. Oft genug schaute ich über die Rasenfläche und dachte: "Ich werde nie fertig." Dann heute morgen: wieder alles voll Blätter. Alles für die Katz! Ich kann wieder von vorne anfangen. Da fängt man an, dem Prediger im Alten Testament recht zu geben: "Alles ist vergänglich und vergeblich, nichts hat Bestand, ja, alles ist vergebliche Mühe!"

Aber das stimmt eigentlich nicht. Jeder Rechenstrich, jeder Atemzug, jeder Schritt, jede Sekunde bringt mich vorwärts. Das ist ganz sicher so. Um ein Ziel zu erreichen, darf ich nicht stur aufs Ziel starren, sondern muss einfach das tun, was notwendig ist, um dort hin zu kommen. Und das sind oft ganz kleine Schritte. Geduld braucht es und ein gewisses Maß an Demut.

Wir werden noch viel Geduld und Demut brauchen in diesen Wochen und Monaten. Doch denken Sie daran: Es sind die kleinen Schritte, die uns voranbringen. Ganz sicher. Ich bin am Ende auch fertig geworden mit dem Laub Rechen.

*Martin Anefeld*



## Seht die Vögel unter dem Himmel

---

Es ist ein bisschen ein mulmiges Gefühl, das sich heute breitmacht, am Tag 1 des bundesweiten „Lockdown light“: Wie turbulent wird der November wohl werden, bei uns und anderswo, wo allein schon die Präsidentschaftswahlen für Wirbel sorgen?

Turbulent ging es die Tage auch in den Weinbergen zu: Hunderte von Zugvögeln tun das, was sie immer tun um diese Jahreszeit. Sie sammeln sich, um dann gemeinsam in ihr Winterquartier aufzubrechen. Weltweit sind geschätzt 50 Milliarden Tiere unterwegs.

Ein Jesuswort aus der Bergpredigt kommt mir in den Sinn: „Seht die Vögel unter dem Himmel: sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln nicht in Scheunen, und euer himmlischer Vater ernährt sie doch. Seid ihr denn nicht viel kostbarer als sie? Darum sorget nicht.“

Es ist nicht leicht, sich in diesen Tagen keine Sorgen zu machen. Light hin oder her. Gerade deshalb finde ich es so wichtig, sich immer wieder zu besinnen. Auf Dinge, die allen Turbulenzen trotzen. Auf Worte, die schon unzähligen Menschen vor mir Mut gemacht haben. Vielleicht auf ein Gebet, das ich dankbar mitsprechen kann. Um dann Erleichterung zu spüren und getrost das zu tun, was ich tun kann in dieser Jahreszeit. Ja. So will ich in den heutigen Tag und die kommende Zeit gehen.

*Eva Weißmann*







## Ich glaube ...

---

Ich glaube an die Sonne, auch wenn sie nicht scheint.  
Ich glaube an die Liebe, auch wenn ich sie nicht fühle.  
Ich glaube an Gott, auch wenn er schweigt.

(Inschrift im Warschauer Ghetto)

Ja, ich glaube an Gott, auch wenn ich ihn nicht immer sehen, nicht immer verstehen kann.

Ich glaube an das Vertrauen, auch wenn ich manchmal zweifle.

Ich glaube an die Freude, auch wenn ich manchmal traurig bin.

Ich glaube an das, was Menschen schaffen können, wenn sie sich gemeinsam für etwas einsetzen, so wie jetzt, auch wenn die Ergebnisse sich erst langsam zeigen.

Ich glaube daran, dass ich nie allein bin, auch wenn es sich gerade jetzt manchmal so anfühlt.

Ich glaube an die Hoffnung, auch wenn sie mir Angst macht, Angst enttäuscht zu werden.

Ich glaube an das Licht, auch in der dunkelsten Nacht.

Ich glaube an das Leben, auch wenn ich weiß, dass in dieser Welt der Tod ziemlich mächtig ist.

Ich glaube an den Glanz jedes Moments – jeder Etappe, jeder Morgenröte, jeden Sonnenuntergangs, jeden kleinen Wunders.

Ja, ich glaube!

*Jasmin Coenen*



## Gebet im Herbst

---

Hilf mir, mein Gott, durch die dunklen Tage in diesem November zu kommen.

Letzte Blätter fallen.

Die ernstesten Gedenktage stehen an.

Die Unsicherheit der Krise macht mir zu schaffen.

An manchen Tagen ist die Versuchung da, düsteren Gedanken nachzuhängen.

Gib mir deshalb Momente,

in denen ich mich geborgen fühle,

als sei ich gehalten von einer unsichtbaren Hand.

Schenke mir Stunden, in denen mich andere

bei Gesprächen und Begegnungen stärken.

Lass mich sanfte Worte hören, die von der Hoffnung erzählen.

Der Ahnung von dem, was über unsere Zeit hinausreicht.

Amen.

*Annette Bernhard*



## Rituale

---

Rituale sind wichtig. Gerade für Kinder, wenn sie ins Bett gebracht werden. Ein kurzes Gespräch, eine kleine Geschichte, ein Kinderlied und ein Schlussgebet: „Lieber Gott, mach mich fromm, dass ich in den Himmel komm.“ So war das bei uns, als wir Kinder waren und so haben wir es bei unseren Kindern praktiziert.

Viel habe ich als Papa dabei gelernt: Ein Gespräch zu führen, das ein Ende hat. Die Entscheidung zu treffen, aus dem Kinderzimmer zu gehen. Staunen zu können über die Gedankenwelt der Kinder. In einen wahren Kosmos bin ich da eingetaucht.

Vor allem lernte ich von den Kindern beten: „Lieber Gott, bleibe fromm, dass ich in den Himmel komm“, betete der Älteste. Selbstbewusst war er und hatte schon eine Ahnung, dass zur Glückseligkeit des Menschen der liebe Gott das Seine dazutun muss. „Lieber Gott, mach mich fromm, dass wir in den Himmel kommen“, betete der jüngste Sohn. Er verzichtete auf den Reim, weil er nicht allein in den Himmel kommen wollte. Und er zählte detailliert auf, wer alles mitkommen durfte: Opa, Oma, Kuscheltier, ... selbst ich war dabei. Von Kindern lernte ich: Denk‘ über deine Gebete nach. Vor und nach den Worten.

*Lothar Schwarz*





## Namen

---

„Papa, wie heißt eigentlich unser Mond?“ Gute Frage! Es gibt in unserem Sonnensystem rund 170 Monde. Die heißen zum Beispiel Europa, Titan, Calypso oder Ferdinand. Aber warum hat unser Erdenmond keinen Namen? Der könnte doch „Mondfred“, oder „Mondika“, oder „Helmond“ heißen. Anscheinend ist noch nie jemand auf die Idee gekommen, unserem Mond einen Namen zu geben. Und die Sonne hat auch keinen Namen – nur „Sonne“. Sie könnte ja auch „Sonndrin“ oder „Sonnette“ heißen. Wäre doch ganz nett.

Ist euch schon mal aufgefallen: Alles im Himmel hat einen Namen – außer das, was uns am nächsten ist – und das, was für uns am wichtigsten ist: Sonne und Mond. Die sind für uns anscheinend so selbstverständlich, so vertraut, dass wir keinen Namen dafür brauchen. Kinder reden ihre Eltern ja auch nicht mit Namen an, sondern mit „Mama“ und „Papa“. Wie Sonne und Mond.

Ist das vielleicht mit Gott genauso? Weil er ganz selbstverständlich da ist? Wie redet ihr von Gott? Wie redet ihr Gott an? Habt ihr einen Namen für Gott? Oder ist es für euch ganz selbstverständlich nur „Gott“? Weil er euch nah ist – und einen festen Platz hat – in eurem Universum, in eurem Leben? So wichtig, so nah, dass er keinen Namen braucht. Und wenn doch, dann heißt er einfach: „Ich bin da!“ So selbstverständlich ...

*Stefan Mendling*



## Verloren im Pfälzerwald

Zwei Wochen Ausbildung im Predigerseminar liegen hinter mir – mit Programm rund um die Uhr. Erschöpft begann ich das Wochenende. Eigentlich stünde der Haushalt an: putzen, Wäsche zusammenlegen, aufräumen und kochen. Allein der Gedanke daran machte mich trübselig. Daher bin ich aus der Hektik ausgebrochen und habe mich doch für eine Wanderung im Wald entschieden. Ein paar Stunden ohne Haushalt, Verpflichtungen und Menschen um mich herum. Das Ziel war klar: der „Ungeheuersee“, eine ehemalige Viehtränke, gespeist aus Quellen des Pfälzer Waldes. Die Natur war wundervoll: Raschelnde Blätter auf dem Weg, Fliegenpilze unter den Bäumen und der Waldgeruch ließen mich allmählich zur Ruhe kommen. Und doch ging ich nach zwei Stunden Wanderung verloren. Es gab keine Beschilderungen mehr, nur Wegbiegungen, die nicht auf meiner Karte eingezeichnet waren. Der Hunger kam und so entschied ich mich einfach bis zur nächsten Lichtung zu wandern, um in der Wärme der herbstlichen Sonnenstrahlen mein Brötchen zu essen. Doch dazu kam es nicht. Genau neben der Lichtung sah ich das nächste Wegzeichen. So fand ich endlich den „Ungeheuersee“ und aß dort genüsslich. Ich musste dabei an diesen Psalmvers denken: „Denn bei dir ist die Quelle des Lebens und in deinem Licht sehen wir das Licht.“ (Ps 36, 10). Es kommt mir wie eine Wanderanweisung vor: Weiter in Richtung Quelle wandern und sich dabei nach dem Licht orientieren. Für den Fall, dass ich mich wieder im Wald verirre, in trüben Gedanken versinke oder in der Alltagshektik verloren gehe: Gott ist meine Quelle und mein Licht. Wie ist das bei Ihnen?

*Almendra García de Reuter*



## Hinterm Horizont geht's weiter...

---

Wir müssen auf Sicht fahren, wird uns gesagt. Das stimmt wahrscheinlich auch. Wir können nicht sehen, was in einem halben Jahr sein wird, Oder in 3 Monaten. Oder selbst an Weihnachten. Unser Horizont sind 10 bis 14 Tage. Dann erst sehen wir, ob Maßnahmen, welche die Corona-Pandemie eindämmen sollen, greifen.

Für viele Menschen ist das so, als ob die Zukunft versperrt ist, als ob es da nicht weitergeht. Nichts ist wirklich planbar, und alle Pläne stehen unter Vorbehalt.

Aber ist das nicht immer so? Dass unser menschliches Planen unter Vorbehalt steht? Es kann alles auch ganz anders kommen, als wir es uns ausdenken. Im Positiven wie im Negativen. Oder anders ausgedrückt: Die Zukunft ist nie versperrt, sondern immer offen.

Hinter jedem Horizont tut sich der nächste auf - „so Gott will und wir leben“ (Jakobus 4,15)

*Martin Anefeld*





## Kinder des Lichts

Michael geht mit seiner Mutter in die Stadt. Unterwegs kommen sie an einer großen, stattlichen Kirche vorbei. Der Junge schaut an ihr hoch und meint: „Mama, die Fenster sind aber ziemlich dreckig. Die sehen überhaupt nicht schön aus.“ Wortlos nimmt die Mutter ihren Sprössling bei der Hand und geht mit ihm in die Kirche hinein. Hier leuchten die Fenster, die von außen grau und schmutzig waren, plötzlich strahlend bunt in allen Farben. Michael ist total begeistert! Zusammen mit seiner Mutter erkennt er in einem der Fenster, durch das die Sonne hindurchscheint, den Heiligen Martin, wie er gerade seinen Mantel teilt. Am nächsten Tag hat Michaels Klasse Reli-Unterricht. „Kann mir jemand sagen, was ein Christ ist?“, will der Lehrer wissen. Allgemeines Schweigen. Nur Michael reckt den Finger in die Höhe: „Ein Christ, das ist ein Mensch, durch den die Sonne scheint.“ Schöner kann man es wohl nicht ausdrücken. Auch wenn wir nicht der Heilige Martin sind, so soll doch gelegentlich auch durch uns die Sonne scheinen und es heller werden auf der Welt! Wie heißt es im Epheserbrief? „Lebt als Kinder des Lichts; die Frucht des Lichts ist lauter Güte und Gerechtigkeit und Wahrheit“ – vielleicht gerade jetzt im November!

*Eva Weißmann*



## Angstbewältigung

Urlaub während der Corona-Zeit. In der Sommerzeit fühlte es sich noch einigermaßen vertraut an. Urlaub in einem Ferienhaus, da war das Kochen so oder so vorprogrammiert. Das Frühstück machte sich nicht von allein. Und selbst der Kaffee musste in Eigenregie gekocht werden. Soweit so normal. Aber wenn noch Urlaub übrig ist und abgebaut werden möchte, dann werden eben im November ein paar Tage genommen. So die Planung.

Aber was tun, wenn dann eben doch wieder verschärfte Bedingungen herrschen. Klar der Klassiker, der schon immer geholfen hat und auch stets eine gute Einstellung sein wird: Positiv denken; das Beste daraus machen usw. ... Schöne Ratschläge, aber nicht immer ganz einfach zu erreichen. Darum jetzt ganz praktisch:

Ich habe Höhenangst. Und heute wollte aber eine Sehenswürdigkeit erkundet und begangen werden. Also los. Wandern und dann hoch auf den Hügel und zur Geierlay-Brücke. Zur ehemals längsten Hängeseilbrücke Deutschlands, die mittlerweile als die Schönste beworben wird. Und schön ist es allemal! Das Wetter war toll, wenig Menschen und die Aussicht sowie so genial. Ok, rauf auf die schwankende Brücke. Bloß nicht nach unten schauen ... das sagt sich so leicht, aber wenn der Untergrund leicht schwankt (und später zur Mitte der Brücke hin, schwankte es um so mehr) ist das eine ziemliche Herausforderung.

Aber naja, es blieb mir ja nicht viel anderes übrig, es galt nämlich das Einbahnstraßen-Prinzip (coronabedingt). Also langsam weiter. Bewältigung der Angst und Erlebnisse im Corona-Urlaub. Getreu nach dem 1. Petrusbrief 5,7:

Alle eure Sorge werft auf ihn; denn er sorgt für euch.

Und Sie? Wie beschäftigen Sie sich in dieser Zeit? Oder haben Sie gar das Gefühl von regulärem Alltag?

*Thomas Himjak-Lang*





## Hühnersuppe

---

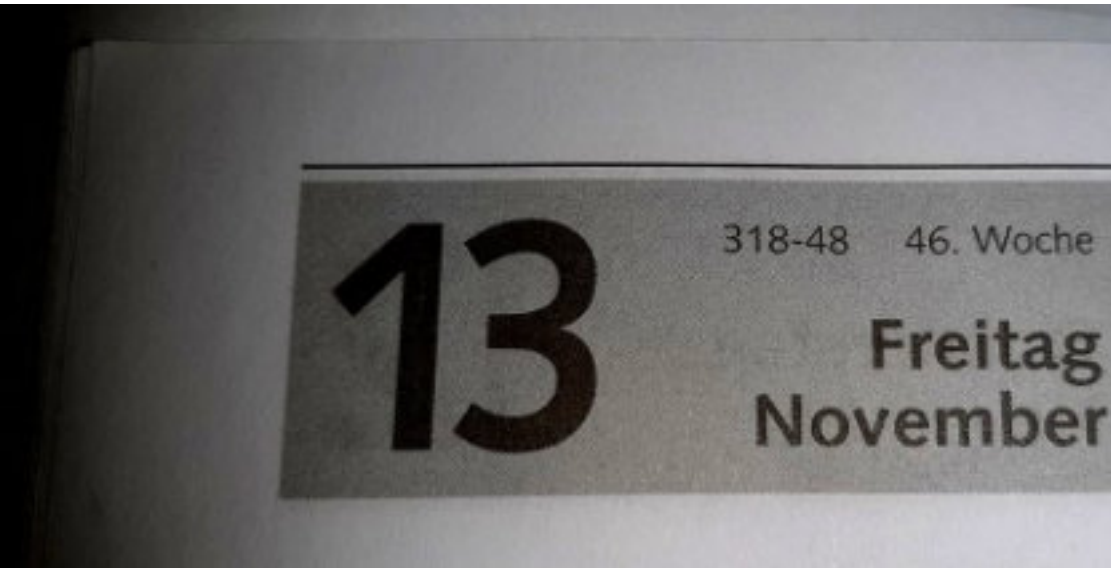
Wenn ich meine Augen schließe, dann kann ich sie riechen – die Hühnersuppe meiner Mutter. Ich kann ihre Wärme spüren, ihren Dampf in meinem Gesicht.

Wenn ich als Kind krank gewesen bin, dann gab es meist Hühnersuppe. Zugegeben: Ganz klassisch war sie nicht. Neben klarer Brühe, Huhnstückchen und Gemüse wollte ich vor allem eines in meiner Suppe: Nudeln. Genauer: Buchstabennudeln. Danach ging es mir irgendwie schon besser. Vielleicht lag es an der Suppe, den Nudeln oder der Liebe, die ich in jedem Löffel schmecken konnte. Oder ich habe einfach einen Sprung in der Schüssel. Geholfen hat mir die Suppe auf jeden Fall.

Jetzt bin ich – Gott sei Dank – im Moment gesund und trotzdem ist heute Suppenzeit. Und zwar wie damals: Nicht auf die klassische Art. Denn heute ist ganz offiziell der Hühnersuppe-für-die-Seele-Tag. Also: Kochen Sie heute mal ihr eigenes Süppchen. Nehmen Sie sich Zeit für etwas, das ihrer Seele Kraft gibt. Und dann: Schmecken lassen. Langsam, Löffel für Löffel ein Seelenwärmer.

*Jasmin Coenen*





## Freitag, der Dreizehnte

---

„Oh nein, jetzt ist aber Vorsicht angesagt!“

Viele Zeitgenossen erwarten heute nichts Gutes.

Sie vermeiden Arzttermine oder Flüge. Wenn dann schon morgens Nachbars schwarzer Kater durch den Garten spaziert, läuten die Alarmglocken. Wahrscheinlich würde man einem Glas, das am Donnerstag, den 12. umfällt, keine Bedeutung zumessen. Passiert das allerdings am Freitag, dem 13. ....

Wie wäre es denn, wenn wir heute am Freitag, den 13. November unser Augenmerk bewusst auf die vielen kleinen Wunder richten, die wir entdecken können: Das tiefe Verständnis bei einem Gespräch, die Schönheit des Novemberwalds, oder den vorzüglichen Geschmack einer Mahlzeit.

Willst du einen guten Tag?

Bete für den guten Tag.

Nimm Gott mit dir für einen guten Tag

Mach dich an die Arbeit und mache den Tag zu einen guten Tag.

(nach Norman Peale)

*Annette Bernhard*



## Novemberblues

---

In diesem Jahr trifft es uns besonders hart. Die trüben Novembertage im Nebel, morgens wird es nicht hell und nachmittags schon wieder dunkel. Bäume werden kahl. Kübelpflanzen wandern aus in die Winterquartiere. Melancholie prägt die Sonn- und Feiertage: Allerheiligen, Volkstrauertag, Buß- und Bettag, Totensonntag.

Novemberblues. Uns fehlt die Sonne, die das schlaffördernde Hormon Melatonin abbaut. Wir sind müde und erschöpft. Es mangelt auch an Serotonin, einem Botenstoff, der für Glücksgefühle sorgt. Mit Heißhunger auf Schokolade versuchen wir, auszugleichen. Keine ideale Lösung.

Und jetzt noch der Lockdown. Freunde und Feste fallen als Stimmungsaufheller aus. Die Sorglosigkeit fehlt, die uns schneller durch den November lotsen könnte. So viel ist nicht normal.

Aber gerade in diesem Jahr fallen sie mir besonders auf: Die spätblühenden Rosen. Wunderschöne Farben. Unverdrossenes Aufblühen. Unbeirrter Duft. Schönheit pur. Weil man sie nur entdeckt, wenn man ins Freie geht (das darf man ja), gesellt sich auch eine Prise Serotonin dazu. Na also. Es geht doch. Und in die Tageslosung für den heutigen Samstag einstimmen darf am auch noch. Die sorgt ebenfalls für Glücksgefühle:

Herr, wie sind deine Werke so groß! Deine Gedanken sind sehr tief!  
(Psalm 92,6)

*Lothar Schwarz*



## Gebets-App im Test

### Innere Ruhe dank Internet?

Von Natur aus bin ich eher wuselig. Zur Ruhe zu kommen fällt mir schwer. Bei Meditationen zähle ich innerlich die Minuten, bis die Stille endlich vorbei sein darf. Komme ich dabei doch einmal zur Ruhe, dann meist zu gründlich: Ich vergesse völlig die Zeit und verpasse meinen nächsten Termin. Ich war daher auf der Suche nach etwas, was meinem täglichen Gebet Struktur geben kann – etwas, das mich einerseits zur Ruhe kommen und mich andererseits nicht zu tief versinken lässt. Im Internet bin ich auf die App „Centering Prayer“ gestoßen, die ich Ihnen heute vorstellen möchte.

„Centering Prayer“ wird vom Netzwerk „Contemplative Outreach“ herausgegeben. Dies ist eine Bewegung von Mönchen und Laien verschiedener Konfessionen. Sie fördern eine christliche Meditationsform, die zu innerer Ruhe führen soll. Zentral dabei ist eine Art „Gebet der Sammlung“ oder „zentrierendes Gebet“ (engl. centering prayer). Die App ist kostenlos und für alle mobilen Endgeräte verfügbar. Die App startet mit einer Anleitung zur Gebetsform in vier Schritten. Dies ist sehr hilfreich, wenn Sie die App zum ersten Mal nutzen – oder nach längerer Zeit einmal wieder nutzen wollen und eine kleine Erinnerung brauchen. Die App ist bisher leider nur auf Englisch erhältlich. Dies soll aber kein Hindernis sein, denn die wichtigsten Funktionen erschließen sich auch ohne Sprache.

Tolle Funktion sind zum Beispiel: Störendes Piepsen eingehender Nachrichten sowie Anrufe oder Alarme werden unterdrückt während Sie beten. Sie können kurze Gebete oder Bibelworte voreinstellen, die vor und nach Ihrem meditativen Gebet automatisch erscheinen. Falls Sie manche Worte oder Sätze auf Englisch nicht verstehen sollten, können Sie einfach die eigene Bibel zur Hand nehmen. Sie können die Zeit der Stille frei einstellen, je nachdem, wie viel Zeit Sie zur Verfügung haben und bereit sind, in der Stille zu bleiben. Außerdem können Sie Hintergrundmusik (z.B. Klavier, Choräle) oder Naturgeräusche aussuchen, die ihr Gebet eröffnen und abschließen. So müssen Sie nicht ständig auf die Uhr gucken und angenehme Klänge signalisieren den Anfang und das Ende.

Mein Fazit: Wenn Sie Ruhe für ein stilles Gebet mit kleinen Lese- und Hör-Impulsen suchen und trotzdem die Zeit nicht außer Acht lassen möchten, ist diese App eine wundervolle Möglichkeit. Probieren Sie es aus und schreiben Sie mir eine E-Mail mit Ihren Erfahrungen mit dieser oder einer anderen Gebets-Apps an: [al-mendra.garcia@evkirchepfalz.de](mailto:al-mendra.garcia@evkirchepfalz.de)

*Almendra García de Reuter*





## Betet ihr?

---

Wenn ja, wann betet ihr – und wann nicht?

Viele sagen ja, es sei nicht gut, wenn man nur betet, wenn's einem schlecht geht. So nach dem Motto: Ich melde mich nur bei Gott, wenn ich ihn brauche.

Aber warum denn nicht? Gott sagt doch selber: Ihr könnt immer, jederzeit zu mir beten – und nichts soll euch aufhalten, es soll nichts geben, dass euch daran hindert – zu beten. „Betet ohne Unterlass“. Heißt: Lasst euch durch nichts davon abbringen!

Manchmal fehlen mir die Worte zum Beten – oder ich bin zu müde oder kraftlos – und ich sag dann einfach zu Gott, nimm du die Gedanken aus meinem Herzen und reime dir selbst mein Gebet zusammen. Du weißt doch schon, was mit mir los ist.

Kleiner Tipp: Zur Not einfach alle Buchstaben des Alphabets runterbeten – und sagen: Gott setze daraus das Gebet zusammen, für das mir jetzt noch die Kraft fehlt.

Und ich merke: Beten tut gut.

Wenn ich einmal angefangen habe zu beten, dann komme ich trotzdem immer wieder an den Punkt, dass mein Herz leichter wird und mir immer mehr Dinge einfallen, für die ich unendlich dankbar bin.

Beten fühlt sich an wie eine Metamorphose – wie wenn einer Raupe, die zuerst in ihrem Kokon gefangen ist, langsam Flügel wachsen – und dann als Schmetterling davonschwebt. Jedes Gebet ist so eine Verwandlung, eine Metamorphose – bei der das Herz leichter wird und der Seele flügeln wachsen. Guten Flug!

*Stefan Mendling*



## Kleine Pläne

---

Ich habe es aufgegeben, große Pläne zu machen. Alles steht unter Corona-Vorbehalt. Ich kann nur so tun, als ob alles so kommen könnte, wie ich es plane: Weihnachten, Urlaub, Familienfeste ... Das zehrt an den Kräften und nagt an der Moral. Aber ich habe ein Gegenmittel gefunden:

Ich mache jetzt kleine Pläne. Die gelten nur für einen Tag. Und am Abend setze ich mich hin und freue mich, wenn mein Plan aufgegangen ist. Wichtig dabei ist: Er darf nichts mit der Arbeit zu tun haben. Also nichts „abarbeiten“, sondern etwas tun, was gut tut zu tun.

Was das sein kann? Ach, da gibt es so vieles:

- ein neues Kochrezept ausprobieren,
- das persönliche Telefonverzeichnis durchgehen und jemanden anrufen, von dem man lange nichts gehört hat,
- eine halbe Stunde raus an die Luft, egal ob es regnet oder stürmt,
- eine teure Schokolade kaufen und jedes Stück langsam auf der Zunge zergehen lassen, ...

Für jeden Tag, den Gott werden lässt, sorgt er aufs Neue. (Mt 6,35)

*Martin Anefeld*

[www.busstag.de](http://www.busstag.de)

Buß- und Betttag  
18. NOVEMBER 2020

Eine Initiative der  
EVANGELISCHEN KIRCHE

## Innehalten

Seit 1995 ist der Buß- und Betttag als gesetzlicher Feiertag Geschichte. Schade, gibt es doch eine schöne Geschichte, die davon erzählt, wie gut uns dieser Tag im zu Ende gehenden Kirchenjahr tun kann:

In ihr wird von einem Streit zwischen Sturm und Sonne erzählt, und zwar darüber, wer von beiden wohl der Stärkere ist. Sie machen Folgendes aus: Wer einen Wanderer dazu bringt, seinen Mantel auszuziehen, der ist der Stärkere. Zunächst war der Sturm dran. Er blies und tobte heftig. Aber je energischer er all seine Kraft sammelte, desto mehr hüllte und wickelte sich der Mann in seinen Mantel. Dann zeigte die Sonne ihre Kunst und Sie ahnen es schon: Sie strahlte still und heiter, so dass es dem Wanderer warm und wohl ums Herz wurde, und er zog gern und wie von selbst seinen Mantel aus, der ihm überflüssig geworden war.

„Weißt du nicht, dass dich Gottes Güte zur Buße leitet“, schreibt Paulus, weil Buße tun für ihn eben nichts mit Zwang und Angst oder dem vermeintlich griesgrämigen Charme des November zu tun hat, sondern weil es bedeutet, dass wir etwas ablegen dürfen und es uns wieder warm und wohl ums Herz werden kann. Heute ist Buß- und Betttag. Ein Tag, um innezuhalten. Ein Tag, ja, um mich Gott hinzuhalten, dass er mich ansieht, das Gute, aber eben auch das weniger Gute, auf dass ich ablegen kann, was mich belastet.

*Eva Weißmann*





## Ganz O.K.

---

Ich liebe Bücher, doch seit einigen Jahren tendiere ich eher zum Hören, also zu Hörbüchern. Ob beim Kochen, Autofahren oder zum Einschlafen, unzählig sind die Gelegenheiten sich in Geschichten oder auch Diskussionen (bei Podcasts) zu stürzen. Auf der Fahrt zur Geierlay Hängeseilbrücke lief das neue Buch eines Kleinkünstlers (der mit dem Kängurumitbewohner), über die Zukunft der Gesellschaft in einem völlig digital vernetzten und überwachten Land. Eine Passage geht mir dabei nicht mehr aus dem Kopf. Es geht um ein automatisiertes Tagebuch. Für die Protagonistin wird der Tag folgendermaßen zusammengefasst: „Heute war ein ganz O.K.er Tag.“ Als Sonderfunktion kann dieses Tagebuch sogar das gesamte Leben in einem Satz darstellen: „XYZ hat ein ganz normales, durchschnittliches Leben geführt.“ In der Geschichte wird davon berichtet, dass dieser Satz zu einer Fülle von Selbsttötungen geführt habe und daraufhin entfernt worden sei.

Wenn ich an die vielen Traugespräche denke, dann sehe ich die Tendenz etwas ganz besonders für diesen Tag zu veranstalten. Wenn ich an Trauergespräche denke, dann höre ich die Besonderheit der einzelnen Personen für die Hinterbliebenen heraus. Vermutlich wird es bei vielen von uns darauf hinauslaufen, dass wir ein „ganz O.K.es Leben“ geführt haben werden. Viele Tage werden nur „ganz O.K.“ sein. Aber es sind unsere eigenen Tage, es sind unsere eigenen Erlebnisse und Gedanken, die unsere Tage für uns dann doch besonders machen können.

Befiehl dem Herrn deine Werke, so wird dein Vorhaben gelingen. (Sprüche 16,3)

*Thomas Himjak-Lang*



## Flügel

Neulich habe ich in einer Kirche mal wieder einen gesehen – einen Flügel. Und zwar: Keinen Konzertflügel, sondern einen Flügel. Meinen ersten Kirchen-Flügel habe ich während meiner Ausbildung in der JVA gesehen. Dort stand der Flügel für Freiheit ...

Und dafür steht er auch für mich: Freiheit, selbst in einer scheinbar unfreien Situation. Und für ein Getragen-Sein, selbst dort, wo meine eigenen Füße mich kaum noch tragen. Ein Flügel verleiht mir Flügel ...

... manche Worte können das auch – mir Flügel verleihen. So wie diese Zeilen:

Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir ...

Führe ich gen Himmel, so bist du da; bettete ich mich bei den Toten, siehe, so bist du auch da.

Nähme ich Flügel der Morgenröte und bliebe am äußersten Meer, so würde auch dort deine Hand mich führen und deine Rechte mich halten.

Spräche ich: Finsternis möge mich decken und Nacht statt Licht um mich sein –, so wäre auch Finsternis nicht finster bei dir, und die Nacht leuchtete wie der Tag. (Psalm 139)

Wie auf Flügeln getragen kommen diese Worte zu mir – wenn ich sie höre, wenn ich sie spreche. Worte, die meiner Hoffnung Flügel verleihen.

*Jasmin Coenen*

(Foto: Simultankirche St. Georg, Wachenheim)



## Unterwegs in der Gemeinde

Anfang dieser Woche habe ich noch liegengebliebene Wahlbriefe für die Kirchenwahl am 1. Advent ausgetragen. Eigentlich eine ganz spannende Sache, stelle ich fest.

Ich entdecke Häuser, die ich im Vorbeifahren mit dem Auto nie wahrgenommen habe. Ich sehe wie und wo Leute wohnen, die ich kenne. Und betrachte die Stadt aus neuen Perspektiven. Ehemalige Konfirmandinnen und Konfirmanden, Persönlichkeiten aus dem öffentlichen Leben, Teilnehmer von Gruppen und Presbyter aus früheren Jahren bekommen Post. Aber ich bin auch überrascht, wie viele Menschen, deren Namen ich noch nie gehört habe, zu unserer Kirchengemeinde gehören.

Gut, dass nicht nur die Wahlunterlagen zu den Menschen kommen, sondern wir auch durch Heft „gemeinsam unterwegs“ mit unseren Mitgliedern in Verbindung treten. Mir wird auch klar, wie wichtig der Gemeindebrief ist, der viermal im Jahr die Haushalte erreicht. Dennoch frage ich mich: Sollten wir nicht umdenken und auch Angebote für neue Zielgruppen machen? Beispielsweise für Männer oder für junge Menschen zwischen 20 und 35 Jahren.

Hier kommt wieder die Kirchenwahl ins Spiel. Ich bin dankbar für alle Kandidatinnen und Kandidaten, die mitdenken und auch erneuern wollen. Ich hoffe, dass mit den Frauen und Männern, die sich in den Presbyterien engagieren wollen, unkonventionelle und pfiffige Ideen ins Spiel gebracht werden. Damit (noch) mehr Menschen in unseren Gemeinden Heimat finden.

Gut, dass wir einander haben, gut, dass wir einander sehn,  
Sorgen, Freuden, Kräfte teilen und auf einem Wege gehn.  
Gut, dass wir nicht uns nur haben,  
dass der Kreis sich niemals schließt und dass Gott,  
von dem wir reden, hier in unserer Mitte ist.

(Manfred Siebald)

Annette Bernhard





## Totensonntag – Ewigkeitssonntag

---

„Vor meinem eignen Tod ist mir nicht bang, nur vor dem Tod derer, die mir nah sind. Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind?

Allein im Nebel tast ich todentlang und lass mich willig in das Dunkel treiben. Das Gehen schmerzt nicht halb so wie das Bleiben.

Der weiß es wohl, dem gleiches widerfuhr; und, die es trugen, mögen mir vergeben. Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der andern muss man leben.“

(Mascha Kaléko, Memento)

Heute, am Totensonntag, trauern viele Menschen. Sie denken in den Gottesdiensten an die Verstorbenen des zu Ende gehenden Kirchenjahres. Sie denken an jene, mit denen sie ihr Leben teilten. Die sie nun schmerzlich vermissen. Man muss, aber wie kann man leben mit dem Tod der anderen?

Trauer ist der Anfang einer Antwort. Trauer ist Ausdruck der Liebe. Liebe, die da war und die da ist. Die Liebe bleibt. Was bleibt noch?

Erinnerung? Mir wäre die zu wenig.

In den heutigen Gottesdiensten steht eine großartige Vision im Mittelpunkt: Ein neuer Himmel und eine neue Erde. Das Zelt Gottes bei den Menschen. Gott wird bei den Menschen wohnen und er wird abwischen alle Tränen und der Tod wird nicht mehr sein. Alles wird neu.

Wenn da ein Gott ist, gibt es eine Hoffnung über den Tod hinaus.

Eine Vision am Ende der Bibel. Utopie, sagen die einen. Wir brauchen diese Perspektive, die weiterreicht, glauben die anderen. Sie glauben nicht an den Tod. Ich möchte ihre Lebenseinstellung, die kein Ende kennt, teilen.

Für mich ist der Totensonntag auch Ewigkeitssonntag.

*Lothar Schwarz*



## Einfach

---

Einfach ist im Moment wohl so gar nichts. Im Gegenteil. Doch gerade wenn die Welt um mich herum nicht einfach ist, kann ein bisschen Einfachheit in meiner Woche nicht schaden – oder? Was ich mir deshalb vornehme:

Einfach  
essen wenn hungrig  
weinen wenn traurig  
küssen wenn Liebe  
schlafen wenn müde  
Fantasie wenn langweilig  
lachen wenn lustig  
gehen wenn unruhig  
fragen wenn ratlos  
vertrauen wenn neblig  
sein wenn Leben.

(Susanne Niemeyer)

*Jasmin Coenen*



## Captain Future

Das war meine Lieblingsserie als Kind: Captain Future. Alle Planeten des Sonnensystems sind bewohnt. Es gibt so eine Art Weltraumpolizei und das Team von Captain Future, das gegen das Böse kämpft. Dieser Captain Future hat sich für andere aufgeopfert, hat immer wieder alles gegeben, um andere zu retten – und darum hat er seinen Namen voll und ganz verdient: Er hat anderen Zukunft geschenkt! Egal, ob sie auf dem Jupiter leben oder auf der Erde.

Er war mein Held - und ich habe mich in diese Welt hineingespielt: Mein Bett war das Raumschiff, mein Kinderzimmer war das Weltall – solange bis eine Stimme aus den Tiefen des Alls gerufen hat: „Essen ist fertig!“

Es ist nicht alles wahr geworden, was mir da von der Zukunft gezeigt worden ist. Es gibt immer noch keine Menschen auf dem Jupiter. Und so Helden wie Captain Future, die es mit Jedem und Allem aufnehmen können, gibt es auch nicht. Aber es gibt viele kleine „Captain Future“ – also Menschen, die sich immer wieder im Alltag für andere einsetzen und anderen helfen. Menschen, die anderen eine Zukunft schenken und eine Heimat geben – in den Tiefen des Alls.

In der Bibel steht: „Dient einander – ein jeder mit der Gabe, die er von Gott bekommen hat.“ So wie Captain Future. Da wo ihr mit euren Begabungen für andere da seid – da beginnt die Zukunft, Captain!

*Stefan Mendling*





## Heilerde

Neulich war ich im Drogeriemarkt und habe mir diese Packung Heilerde (s. Foto) mitgenommen. Beim Lesen des Beipackzettels fiel mir auf, dass die versprochene Wirkung von Heilerde sehr dem ähnelt, was beim Beten mit mir geschehen kann:

### 1. Reinigen:

Heilerde bindet ungelöste Stoffe auf der Hautoberfläche, die somit neutralisiert werden. Und hat zudem eine Tiefenwirkung im Stoffwechsel.

So scheint es mir zu sein, wenn wir mit Gott sprechen, wenn wir beten. Gott möchte, dass wir ungelöste Konflikte von uns abwerfen. Indem wir wahrhaftig auf unsere Schwächen schauen, reinigen wir uns selbst. Wie ein Peeling mit Heilerde. Die Tiefenwirkung Gottes in unserem Leben verwandelt uns, so dass wir Konflikte in und um uns lösen können und frei von Schuld und Angst sind.

### 2. Versorgen:

Heilerde versorgt das Hautgewebe mit Sauerstoff und Nährstoffen.

Wie die Heilerde die Haut mit guten Mineralien und Stoffen versorgt, so können wir uns Gott im Gebet zuwenden. Wir dürfen vertrauen, dass Gott uns täglich mit seinem Segen und seiner Liebe versorgt. Gott kann uns im Gebet Weisheit, Mut und Stärke zusprechen, damit wir unser Leben bewältigen können.

Je mehr ich über Heilerde lese, desto mehr entdecke ich noch weitere Ähnlichkeiten mit unserem Gebet zu Gott. In der Packung steht auch: „Eine längere Anwendung führt nicht zu einer nachlassenden Wirkung.“ So, wie Gott in unserem Leben auch nicht nachlässt.

*Almendra García de Reuter*



## So ein Mist!

---

Mist! Jetzt ist es raus. Weihnachten wird anders dieses Jahr. Manche sagen sogar, es werde das härteste Weihnachten nach dem Krieg. Das ist natürlich Mist. Weihnachten war schon immer anders:

Nix mit Tannenharz und Kerzenduft, Zimtstern, Zuckerbrot und Mandelkern. Viel mehr Mist! Und Exkreme, ein fliegenumschwirrter Trog, Futterreste, eine volle Windel...

Ja, das ist anders. Aber das ist genau der Sinn von Weihnachten: Gott kommt zur Welt, genau dort hinein, wo so viele die Nase hoch tragen, wo so viele stänkern, wo so viele die Nase rümpfen und einander nicht riechen können, wo so viele sich verduften, wenn sie gebraucht werden.

Weihnachten wird anders. So ein Mist - und so ein Glück! Weihnachten ist immer anders. Weihnachten verändert. Gott kommt zur Welt und macht alles anders.

*Martin Anefeld*



## Dieses Mal wird Advent anders

---

Geht es Ihnen auch so? Alle Jahre wieder nehme ich mir vor: Dieses Mal wird die Adventszeit ruhiger und besinnlicher. Dieses Mal lasse ich mich von nichts und niemand unter Druck setzen; auch von mir selbst nicht. Dieses Mal wird alles anders – um dann doch festzustellen: Man kann bereits vor dem 1. Januar über seine eigenen, guten Vorsätze stolpern ...

Sozusagen präventiv finden Sie im Folgenden einen meiner Lieblingstexte zum Advent von Dorothe Sölle:

Du sollst dich selbst unterbrechen

Zwischen Arbeiten und Konsumieren soll Stille sein und Freude,  
dem Gruße des Engels zu lauschen: Fürchte dich nicht!

Zwischen Aufräumen und Vorbereiten sollst du es in dir singen hören, das alte Lied der Geborgenheit und Sehnsucht.

Komm, Gott, ach komm! Zwischen Wegschaffen und Vorplanen sollst du dich erinnern

an den ersten Schöpfungsmorgen, deinen und aller Anfang,  
als die Sonne aufging ohne Zweck in der Zeit,  
die niemandem gehört außer dem Ewigen.

*Eva Weißmann*





## Advent war immer anders

---

Erstes Adventswochenende 2020. Für Kirchengemeinden ein Wahlwochenende. Das neue Presbyterium wird gewählt (Haben Sie schon gewählt? Bis Sonntag 18 Uhr ist noch Zeit den Brief abzugeben). Für Familien dagegen vielleicht ein Plätzchenwochenende. Mit Liedern aus der Weihnachtsbäckerei: „Morgen Kinder wird's nichts geben ...“ Nein, die andere Version, nicht die von Erich Kästner, sondern die schöne, die von Geschenken und einer frohen Zeit spricht.

Morgen ist der 1. Advent, der Beginn eines neuen Kirchenjahres und der Beginn des Wartens auf Weihnachten. In diesem Jahr ist vieles anders. Dieser Satz ist aber gar nicht mal so neu, gerade im letzten Jahrhundert gab es immer wieder die Gelegenheit ihn zu sprechen. Auch in den 2000er Jahren, nach den Anschlägen vom 11. September: „Die Welt wird nie wieder so sein wie zuvor“. Genau genommen ändert sich die Welt zwar ständig und ist nie wie zuvor, aber diese Spitzfindigkeit lassen wir mal beiseite.

Jede Zeit hat ihre eigenen Herausforderungen. Während der Nachkriegszeit ging es darum, sich selbst einzuschränken und das Land aufzubauen. Die Not des Mangels, wurde umso mehr zur Tugend. Die Not heute ist eine Einschränkung unserer persönlichen und physischen Begegnungen. Die Tugend dagegen könnte mehr innere Einkehr, ein mehr an wirklicher Bildung sein.

Die Belohnung für Geduld ist Geduld.  
Aurelius Augustinus, Bischof von Hippo

*Thomas Himjak-Lang*



## ... dann steht wer vor der Tür?

---

Advent, Advent, ein Lichtlein brennt. Erst eins, dann zwei, dann drei, dann vier, dann steht ...

Ja, wer steht denn eigentlich dieses Jahr an Weihnachten vor der Tür? Mitten im Dezember-Lockdown mit Lockerungen für Weihnachten? Allzu viele werden es jedenfalls nicht sein.

Einer steht jedoch auch in diesem Jahr vor der Tür. Wie immer, alle Jahre wieder. Und der zählt nicht mit bei Personengrenzen oder Quadratmeterabmessungen. Hände desinfizieren muss ich auch nicht, weil so richtig anfassen kann ich ihn sowieso nicht. Aber spüren kann ich ihn. Umsetzen kann ich ihn. Weitergeben kann ich ihn. Den Frieden, von dem Weihnachten uns erzählt – alle Jahre wieder.

Dafür steht für mich in diesem Jahr die Adventszeit. Frieden zu suchen und zu finden. Mit mir selbst. Mit meiner Zukunft. Meinen Entscheidungen. Mit dem, was ich nicht ändern kann – gerade in diesem Jahr. Frieden mit meinen Fehlern und meinen Ängsten – auch sie gehören zu mir. Mit meinen Wünschen – auch denen, die sich wohl erst 2021 erfüllen werden. Und dann kann Weihnachten kommen – wie auch immer es dann sein wird ...

Macht hoch die Tür, die Tor macht weit! (Georg Weissel)

*Jasmin Coenen*



## Bleib behütet

---

Fehlt Ihnen das auch ? Wir begrüßen und verabschieden uns schon seit Monaten anders.

Keine Händedruck und schon gar keine Umarmung.  
Man berührt sich mit der Faust, dem Ellenbogen oder seitlich  
am Fuß und lächelt ein wenig verlegen.  
Oder sagt: „Fühl dich herzlich umarmt“.

Einmal konnte oder wollte ich den Handschlag nicht abwehren. Der Sohn einer Verstorbenen steuerte auf mich zu, um sich nach der Feier zu bedanken. Ich ließ den Händedruck zu. Nein - ich genoss direkt diese Berührung, die ohne viele Worte viel ausdrückte.

Diese Situation hat sich mir eingeprägt.

Vor ein paar Wochen habe ich eine Freundin umarmt. Sofort schossen mir Bedenken in den Kopf. Verhalte ich mich falsch? Doch die Wertschätzung und die Verbundenheit findet in diesen Zeiten neue Wege, und das gibt mir Hoffnung.

Auch wenn ich die Herzlichkeit und Nähe bei vielen Begegnungen sehr vermisse. „Bleib behütet“ - mit diesem Wunsch vertrauen wir einander Gott und seiner Begleitung an. Wir sagen damit: Wir sind angewiesen auf Gottes Segen. Auf seinen Schutz zählen wir, bis wir einander wiedersehen.

Sei behütet auf deinen Wegen, sei behütet auch mitten in der Nacht. Durch Sonnentage, Stürme und durch Regen, hält der Schöpfer über dir die Wacht.

(Clemens Bittlinger)

*Annette Bernhard*





## Rückblicke und Ausblicke

---

Der letzte Monat eines denkwürdigen Jahres ist angebrochen. Im Dezember kommen die geballten Jahresrückblicke. Jeder Fernsehsender, jede Tageszeitung, jedes Wochenblatt, jeder Verein zieht Bilanz. Blickt zurück, kommentiert, ordnet ein, hakt ab.

Dreimal dürfen Sie raten, worum es gehen wird...

Stimmt.

Aber das Wort des Jahres wird in diesem Impuls nicht vorkommen. Wahlnoranten sind hier keine Zeile wert und die angeblichen „Querdenker“ (oder besser: Denkleugner) auch nicht.

Wohl aber möchte ich einen Vorschlag machen: Suchen Sie doch einmal nach dem, was gelungen ist. Alles, was Spaß gemacht hat, was Freude bereitet hat, kommt in Jahren wie diesem einfach zu kurz. Dabei gibt es Vieles zu entdecken. Von A (wie Auszeit) bis Z (wie Zusammengehörigkeit) reicht die Palette schöner Erfahrungen.

Und denken Sie daran: Der letzte Monat eines Jahres ist auch seine Zielgerade. Da gibt man noch einmal alles und schaut strikt nach vorne. Auf die Zukunft!

*Lothar Schwarz*



## Haben wir Worte?

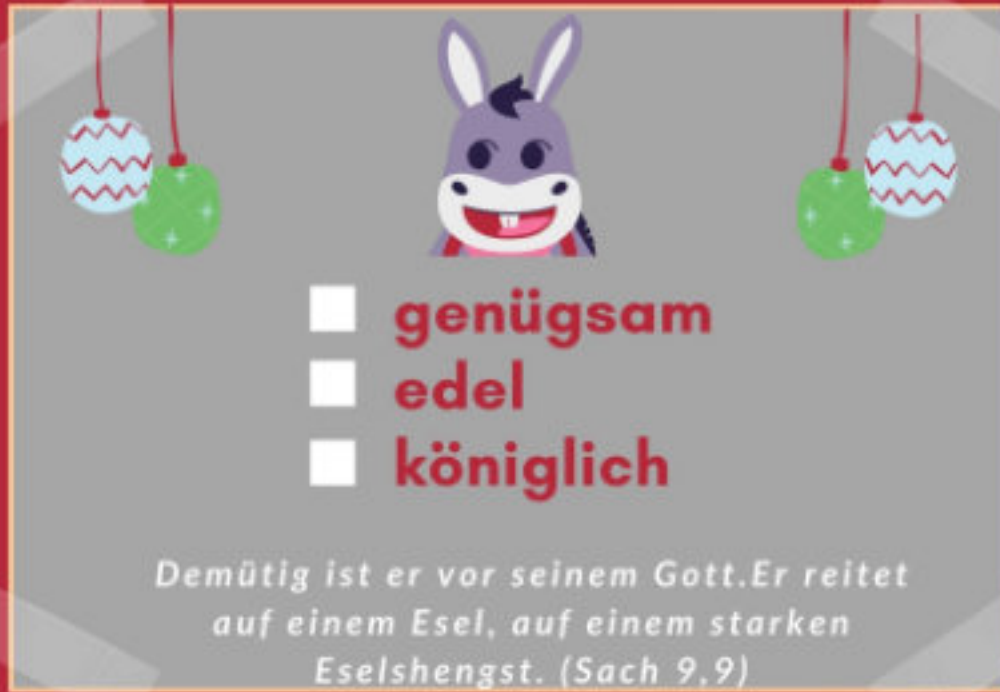
„Papa, es hat geschneit!“ Meine Kinder freuen sich. Der Schnee ist für sie wie ein Geschenk des Himmels – der Tag ist allein deswegen etwas Besonderes. Es heißt, die Eskimos, die Inuit, haben mindestens 40 Wörter für Schnee. Wir im Deutschen dagegen nur eins. Klingt logisch, denn die Inuit sind die meiste Zeit von Schnee umgeben – das prägt anscheinend auch ihre Sprache.

Wobei: Die Inuit haben genau genommen nur zwei echte Wörter für Schnee: „aput“ für liegenden Schnee – und „qanik“ für fallenden Schnee. (Es gibt wissenschaftlich betrachtet nur diese zwei Wortstämme). Darüber hinaus ist aber die Sprache der Inuit voll von Schnee. Wenn sie zum Beispiel von „Hausbaumaterial“ sprechen, dann meinen sie damit Schnee – nämlich die Art von Schnee, die sich dafür eignet, Iglus zu bauen. Schnee wird bei allem mitgedacht, weil er immer präsent ist – und darum verbirgt er sich in vielen Wörtern. So gesehen haben die Inuit nicht nur zwei, nicht 40, sondern unendlich viele Wörter für Schnee.

Wir im Deutschen haben für Schnee nur ein Wort. Aber für meine Kinder ist natürlich Schnee nicht gleich Schnee. Der erste Schnee im Jahr ist der „Papa-es-hat-geschneit!“-Schnee. Dann gibt es noch den Schneemannbaumaterial-Schnee und den Schlittenfahr-Schnee. Und unendlich viele mehr.

So wie bei „Gott“: Wir im Deutschen haben genau ein Wort für Gott. Die Bibel kennt noch viel mehr, mindestens 40. Aber auch im „Papa-es-hat-geschneit!“-Schnee verbirgt sich Gott. Und im Schneemannbaumaterial-Schnee und im Schlittenfahr-Schnee. Denn Schnee ist ja ein Geschenk des Himmels, oder? Und welche Worte fallen euch heute ein ... für Gott?

*Stefan Mendling*



## Eseleien

Zu Unrecht wurde lange behauptet, ein Esel wäre ein schlichtes Tier und nur für die einfachsten Menschen da. Ein Esel ist sicher genügsam aber nicht nur das! Es gibt ein paar Stellen in der Bibel, die zeigen, dass der Esel als ein edles und königliches Reittier angesehen wurde. Von einem starken Eselshengst ist bei Sacharja 9,9 (GNB) sogar die Rede. Auf diesem Tier reitet kein Geringerer als der Friedensfürst...

Auch ohne die vielen Weihnachtsfeiern, die dieses Jahr – leider oder Gott sei Dank – entfallen, können wir einerseits genügsam wie ein Esel sein und dürfen uns andererseits auch erlauben, unsere edle und königliche Seite zu zeigen: vielleicht für ein besonders Essen mit unserer Partnerin oder mit den Kindern, eine Videokonferenz mit Schulfreunden... Einfach aus Freude und Lebenslust.

Wenn Sie sich gerade nicht stark wie ein Hengst fühlen, macht doch nichts. Auch eine kleine Veränderung könnte reichen. Wie wäre es mit diesem farbenfrohen Pulli, denn Sie lange nicht mehr genutzt haben? Oder die guten Rückenübungen, die der Arzt Ihnen gegen Ihre Schmerzen empfohlen hat? Fangen Sie klein an, aber machen Sie es wie der Esel: Seien Sie vielseitig!

*Almendra García de Reuter*



## Bitte warten...



## Vom Warten

---

Warten aufs Christkind. Warten auf den Impfstoff. Warten, dass das alles endlich vorbei ist.

Durchschnittlich 374 Tage seines Lebens verbringt der Mensch mit Warten: an der Ampel, am Automaten, im Stau, beim Arzt, an der Kasse. Sogar der Computer, der alles schneller machen soll, verlangt pro Jahr 156 Stunden an Warterei. Da tut sich nichts, man erlebt nichts. Noch nicht einmal als Erholungspause taugt dieses Warten. Zeitvergeudung. Erfüllte Zeit sieht anders aus.

Warten muss man können. Warten ist eine Kunst.

Kann sein, dass uns diese Auskunft nicht reicht. Wir wollen wissen, wie lange wir warten müssen. Wir wollen wissen, wann es endlich so weit ist. Bei Weihnachten steht das fest: noch 20 Tage. Aber bei all dem anderen? Wie lange noch, bis wir wieder normal leben können?

Der Sinn des Wartens liegt im Ziel. Und das muss irgendwie am Horizont sichtbar sein. Irgendwie müssen wir das Gefühl haben, das Ziel erreichen zu können. Ich habe dieses Gefühl. Hoffnung nennen es andere. Und dann ist das Warten nicht leer, sondern wird zur Er-Wartung, erfüllte Zeit.

*Martin Anefeld*



## Plötzlich und unerwartet

Ich weiß nicht, wie es Ihnen geht, aber Advent und Weihnachten kommen alle Jahre wieder so plötzlich und unerwartet und meist dann, wenn man wahlweise keinen Kopf dafür hat oder nicht wirklich Zeit. Wie hat es jemand geschrieben?

„Wenn ich in mich hineinhörche, dann ist da erst mal keine Stimme zu hören, die sagt: Hurra, hinunter in den kalten Keller und flugs die Kartons mit den Weihnachtssachen geholt! Im Gegenteil: Der Staub auf dem Fensterbrett passt aus den verschiedensten Gründen oft grad besser zum Seelenleben als geschnitzte Figürchen und strohgebastelte Sterne ...“

So steckt uns in diesen Tagen vielleicht nicht nur der November noch ziemlich in den Knochen, sondern letztlich das komplette Corona-Jahr. Da ist es gut, dass es unsere Gut-Nachrichten immer noch gibt: Jeden Tag öffnet sich quasi ein Türchen, sozusagen als Staubwedel und Lichtblick. Heute mag uns ein Adventslied aus dem neuen, blauen Liederbuch an die Hand nehmen (Nr. 107), wo es in der 1. Strophe heißt „An dunklen, kalten Tagen beschleicht uns banges Fragen: Was wird wohl morgen sein? Gott kommt und schafft die Wende, macht Angst und Furcht ein Ende und lässt uns Menschen nicht allein.“ Wenn das keinen Staub aufwirbelt!

*Eva Weißmann*



## Licht in der Dunkelheit

---

Advent, Advent ein Lichtlein brennt, erst eins, dann zwei ...

Nein, ich habe nicht vergessen, dass wir schon letztes Wochenende mit diesem Satz angefangen haben. Aber es ist der zweite Advent und ich verbinde mit diesen Worten einfach die Adventssonntage. Ja, es mag die dunkle Zeit sein, aber wenn es dunkel ist, dann können die Lichter nur um so schöner und um so deutlicher strahlen. Ein solches Licht habe ich in den vergangenen Tagen gesehen.

Vielleicht kennen Sie den Spruch: Die Mühlen der Kirche mahlen langsam ... aber stetig. Für Innovation und Aufbruch sind weder meine Kirche, noch die katholischen Geschwister bekannt. Doch diese Woche haben wir es als Gremium der Bezirkssynode geschafft, beschlussfähig und online zu tagen. (bei YouTube ist der Beweis)

Die Digitalisierung solcher Gremien ist per se nicht immer zwangsläufig eine Verbesserung. Ein Treffen vor Ort hat viele Vorteile, gerade für das Gemeinschaftsgefühl. Doch zumindest die Möglichkeit zu haben, die Digitalisierung fruchtbar zu nutzen, gibt mir Hoffnung. Auch unsere Kirche ändert sich. Natürlich sind damit immer neue Probleme und Hindernisse verbunden, aber von Technik ist unsere Gesellschaft schon lange abhängig.

Advent, Advent ein Lichtlein brennt ... es sind dunkle Tage, doch dafür wirken die Lichter um so heller, um so strahlender. Die Lichter der Hoffnung. Welche Lichter der Hoffnung habe Sie in den letzten Tagen gesehen? (Nichts als Antwort zählt nicht 😊 )

*Thomas Himjak-Lang*





## Adventsaufgabe

---

Heute gibt's mal keine Gut-Tu-Nachricht, sondern eine Gut-Tu-Advent-Aufgabe ...

Vorab: Betrachten Sie diese Aufgabe schonmal als kleine Vorbereitung für Weihnachten – denn, dafür ist sie ja schließlich da, die Adventszeit.

Also: Los geht's. Nehmen Sie sich heute irgendwo ein paar Minuten Zeit. Vielleicht auf der Arbeit, oder beim Einkaufen, im Wohnzimmer, Garten oder an einem ganz anderen Ort. Sehen Sie sich gut um. Betrachten Sie alles um sich herum, alles was Sie entdecken können. Sehen Sie ganz genau hin. Und dabei stellen Sie sich vor: In allem, was Sie an diesem Ort entdecken ist Gott – egal, ob Sie das eigentlich glauben oder nicht.

Stellen Sie sich vor: Gott ist hier. Genau heute. Genau jetzt. Genau dort, wo Sie sind. Weihnachten in Sicht ...

*Jasmin Coenen*



## Die Christrose

---

Vor ein paar Jahren bekam ich zum ersten Mal eine geschenkt. Ein Weihnachtsgeschenk von einer netten Nachbarin. Seither gehört sie zur meiner Adventszeit dazu - die Christrose. So wie „Macht hoch die Tür“, der Adventskranz, der Herrnhuter Stern, Glühwein und Plätzchen.

Ihre Blüte ist besonders: weiß, rein, festlich und all das im Dezember. Die Christrose blüht im Winter, wenn es scheinbar kein Leben mehr gibt.

Ich wünsche Ihnen die Lebenskraft der Christrose, die sich von Kälte und Dunkelheit nicht unterkriegen lässt.

Ich wünsche Ihnen, dass die Hoffnung sich ausbreitet auf den, der auf die Welt kommt und Menschen verwandelt.

*Annette Bernhard*



## Krippenvielfalt

---

Weihnachtskrippen sind toll! Sie bieten mehr als eine bildliche Darstellung der Geburt Jesu. Vor dem Christbaum waren sie schon da. So finden sich im Frühchristentum Darstellungen des Jesuskindes in einer Krippe. Teilweise wurde ihre Aufstellung in der Öffentlichkeit verboten. Die Krippen zogen sich in den privaten Bereich zurück, wo sie auch hingehören.

Krippen spiegeln die Frömmigkeit der Region, in der sie entstanden sind. Sie bringen die Weihnachtserzählung in die Häuser. Sie regen zum Nachdenken an: Wie nahe stehen Maria und Josef beieinander? Wer darf in welcher Entfernung zur Krippe seinen Platz in der Landschaft einnehmen? Wer gehört dazu?

Lebensgroße Krippen, möglichst naturtreu; winzige Krippen, nicht größer als ein Fingerhut; Krippen die Jahrhunderte alt sind und modernste Darstellungen; Höhlenkrippen, Landschaftskrippen, Papierkrippen,... So vielfältig Krippen sind, so vielfältig sind die Gedanken, die sie entfachen.

Die abgebildete Krippe in diesem Impuls reduziert alle Figuren auf die elementare Kugelform. Und doch kann man die Figuren zuordnen. Verkündigung ohne Worte und ohne ausladende Bilder. Beeindruckend.

*Lothar Schwarz*





## Erwartungshaltung

---

Ach ja, so ein Hundl hat es gut! Kriegt jeden Tag Futter, macht sich keine Sorgen und lebt ganz im Jetzt. Und das einzige, worauf es sehnlich wartet, ist das Bällchen, das hoffentlich gleich geschmissen wird.

Das beneide ich zuweilen, und das imponiert mir auch: diese "Erwartungshaltung", gespannt wie ein Flitzebogen, buchstäblich mit jeder Faser des Körpers. Und ausdauernd und hartnäckig ist das Tier dabei. So leicht verliert es weder die Geduld noch den Glauben, dass das Bällchen geflogen kommt.

Ob wir das auch schaffen? Gespannt warten? Ein gesunde Erwartungshaltung einnehmen? Die Geduld und den Glauben nicht verlieren?

Der nächste Tag kommt bestimmt. Weihnachten kommt bestimmt. Das Ende der Corona-Krise kommt bestimmt. So sicher, wie der Hund sein Bällchen kriegt.

*Martin Anefeld*



## Advents-Puzzle

---

Der Advent ist wie ein Puzzle. Es gibt Dinge, die einfach dazugehören: der Adventskalender, der Adventskranz, eine Adventsgeschichte, die wir im Advent Stück für Stück unseren Kindern vorlesen. Dazu gibt es Plätzchen. Manchmal basteln wir auch. Es ist jeden Tag eine gute halbe Stunde, die wir uns dafür reserviert haben (komme, was wolle). Zeit, die wir sonst im Nicht-Advent anders füllen. Besser gesagt: Sie ist normalerweise schon anders gefüllt. Irgendwas ist immer. Etwas fällt darum bewusst weg, wenn wir Advent feiern: eine E-Mail, die erst morgen beantwortet wird. Eine Videokonferenz, die abgekürzt wird, Hausarbeit, die warten kann... Alle weiteren Aufgaben verschieben sich. Prioritäten verschieben sich.

Aber es passiert noch mehr: Die gute halbe Stunde, die ich mir bewusst nehme, verändert meinen Blick auf den ganzen Tag. Diese Zeit am Tag erinnert mich an ein Puzzleteil, das mir so oft fehlt: Manche nennen es „Muße“. Ich tue auf einmal etwas – einfach so; nicht, weil ich es muss, nicht weil es jemand von mir erwartet, nicht weil ich damit etwas erledige. Es ist eine gute halbe Stunde, die einfach guttut. Mehr will dieses Puzzleteil gar nicht – wirklich guttun. Und ich weiß jetzt schon – es wird mir wieder fehlen, wenn der Nicht-Advent wieder da ist. Dann werden die Prioritäten wieder anders gesetzt. Aber: Wieso eigentlich? Wieso verzichte ich bald wieder auf diese gute halbe Stunde, wenn sie doch so guttut? Was fällt euch ein – damit Advent und Nicht-Advent guttun? Wo habt ihr wieder Zeit für Muße?

*Stefan Mendling*



## Hauptsache Krippe

Als ich Kind war, wurde eine riesige Krippenlandschaft im Haus meines Opas aufgestellt. Zu der Heiligen Familie gesellten sich alle anderen möglichen Figuren, z.B. die Päpstliche Schweizergarde, Käse- und Milchbäuerinnen, Schwäne aus Kristall, Teddybären aus Porzellan und jede Menge Hühner aus Plastik.

Unser Jesuskind war alles andere als bescheiden. Seine Garderobe wurde Jahr für Jahr von Nonnen passgenau geschneidert. Samtkleider in allen liturgischen Farben sowie Silber- und Goldaccessoires gehörten dazu. Es war wundervoll für mich als Kind diese Krippe zu sehen – sie zu riechen war aber fast noch schöner. Der Geruch der bunten Figuren aus allen Materialien mischte sich mit Moosgeruch und breitete sich im ganzen Haus aus. „Moos gehört zu einer rustikalen Krippe einfach dazu“, pflegte meine Großtante uns Kindern zu sagen.

Ob man die Krippe im Haus meines Opas als rustikal bezeichnen kann, wage ich aus heutiger Sicht zu bezweifeln. Eher als Kitschkunst. Aber eines steht für mich fest: Moos darf echt nicht fehlen. Neulich las ich, dass diese uralte Pflanze gut in eine Krippe passt, weil sie von Anfang an das Leben auf der Erde begleitete. Diesen Gedanken finde ich schön.

Als einzige Hüterin der Krippentradition ist heute meine Großcousine geblieben. Aus gesundheitlichen Gründen hat sie die ehemals überbordende Krippenlandschaft auf ein paar wenige Figuren reduziert. Was aber wird mit der Tradition passieren, wenn meine Großcousine nicht mehr da ist? Vielleicht geht es Ihnen ähnlich wie mir. Vielleicht werden auch Sie melancholisch, wenn Sie an die eigenen Familientraditionen zurückdenken – an Traditionen, die in Gefahr geraten, da unsere Liebsten immer älter werden oder erkranken.

Da könnte uns der Blick auf das Moos helfen. Moos schaltet zwar auf „Sparflamme“, wenn es zu trocken ist. Sobald aber Wasser vom Himmel fällt, erwacht es wieder – vielleicht in anderer Form – zu neuem Leben. Das wünsche ich mir für meine und Ihre guten Familientraditionen. Und wir dürfen dabei auf das Wasser hoffen, dass uns und unsere Lieben wieder zu neuem Leben erwachen lässt.

*Almendra García de Reuter*







## Geschenk zum 3. Advent

---

Zum 3. Adventssonntag möchte ich Ihnen Begegnungen schenken, für die man keine Alltagsmaske braucht. Ich tue dies mit Worten von Christine Busta, die mir in diesen Tagen begegnet sind:

Was ich Ihnen zum 3. Advent  
schenken möchte:

Einen Orgelton wider den  
finsternen Morgen,  
einen langen Atem gegen den  
Eiswind des Tages,  
Schneeflocken als  
Sternverheißung am Abend  
und ein Weglicht für den  
verloren geglaubten Engel,  
der uns inmitten der Nacht  
die Geburt  
der Liebe verkündet.

So soll es sein!

*Eva Weißmann*



## Was siehst du?

---

Ahh, ein Kelch!

Nein, das sind doch zwei Menschen!

Sie kennen das Bild bestimmt schon. Oder auch das mit der älteren Frau, die auch eine junge sein könnte. Ich empfinde es als spannend, was unser Gehirn so alles deutet und umdeuten kann. Spannend und gleichzeitig schwierig kann es werden bei Diskussionen von unterschiedlichen Standpunkten. Wenn, wie bei dem Bild, beide vom persönlichen Standpunkt aus gesehen recht haben können. Bei diesem Bild geht es um nichts, aber in vielen anderen Situationen um so viel mehr: offene Gesellschaft gegen Abschottung, Kapitalismus gegen Sozialismus, Ordnungspolitik gegen Freiheit, Shutdown gegen Modell-Schweden.

Für unsere Gesellschaft ist es wichtig sich auszutauschen, andere Meinungen zuzulassen, genauso wie andere Religionen und Konfessionen zu tolerieren. Ich glaube unsere Gesellschaft lebt davon unterschiedlich zu sein, es ist sogar eine Bereicherung. Es mag Zeiten gegeben haben, in denen das Christentum in seinen Ausprägungen das Gegenteil von Pluralität gelebt hat, aber hier und heute gehört sie dazu. Wir haben die Wahrheit nicht gepachtet. Auch wenn ich glaube, was ich predige oder schreibe, so muss dies nicht einer objektiven Wahrheit entsprechen. Es reicht, wenn es für mich wahr ist. Gleichzeitig ist es meine Pflicht auch andere Meinungen zuzulassen, es ist die Pflicht unserer Gesellschaft. Ich glaube auch das ist Teil unserer Botschaft:

Keiner von euch ist ein Gläubiger, solange er nicht seinem Bruder wünscht, was er sich selber wünscht.

Goldene Regel des Islams

*Thomas Himjak-Lang*



## (M)Ein Weihnachts-Elfchen

---

Golden

Ein Licht

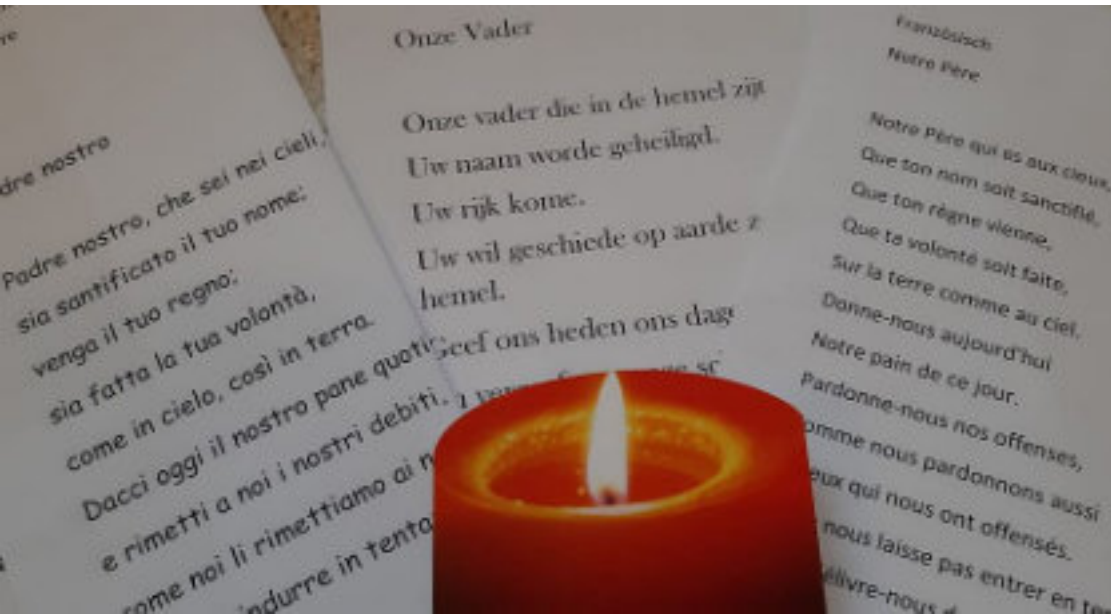
Am Fenster gegenüber

Scheint herüber zu mir

Hoffnung

*Pfarrerin Jasmin Coenen, Albersweiler*





## Gebet im Advent

Mein Gott, ich sehe wie die Menschen unter der Krise leiden.

Auch ich spüre die Freude des Advents kaum.

Menschen bangen um ihre Existenz.

Menschen sind einsam: in Heimen, in Krankenhäusern, in Wohnungen und Häusern.

Den Verantwortlichen in Politik und Gesellschaft sieht man ihre Anstrengung an.

In unseren Kirchengemeinden kosten uns die Abwägungen viel Kraft.

Was ist richtig und was falsch?

Welche Signale setzen wir mit unseren Entscheidungen?

Deshalb bitte ich dich:

Gott, umhülle uns mit deinem Trost.

Er soll uns immun machen gegen Resignation und trübe Gedanken.

Sag zu unseren ängstlichen Herzen: Beruhige dich.

Sag unserer Seele: Ja, die Gefahr ist da, aber ich bin bei dir.

Erhalte uns Freude am Leben,

an der Natur, an Menschen, die uns wichtig sind.

Stärke uns, du Gott des Lebens.

Amen.

*Annette Bernhard*



## Andere Engel

---

Der international renommierte Künstler Guntram Prochaska hat sie vor wenigen Wochen gestaltet. Kettengesägte Holzfiguren. Wesen, die gefasst in der Landschaft stehen. Wer die Theresienstraße in Rhodt zur Streuobstwiese hochläuft, kann sie bewundern.

Mit einer schweren Motorsäge geformt, sind filigrane Gesichtszüge und ausdrucksstarke Gestalten entstanden. Die großen Hände sind eng an die Körper gelegt, als könnten sie zurzeit nichts ausrichten. Die Augen scheinen geschlossen zu sein, als wollten sie zurzeit nichts sehen. Die Körper stehen zusammengerückt beieinander, als wären sie zurzeit besonders auf Wärme angewiesen.

Es sind die Details, die beeindruckend: Die Maserung des Holzes, das traurige Lächeln der Lippen, die tief liegenden Augenhöhlen. Sinnliche Wesen, deren Hände wichtiger sind als Flügel.

Sie bleiben vor Ort. Sie fliegen nicht davon. In triste Tage bringen sie Anmut und Ruhe. Dafür bin ich den drei Grazien dankbar. Dem, der sie geschaffen hat und denen, die das Werk in Auftrag gegeben haben, danke ich auch. Für das geglückte Vorhaben, Kunst und Kultur mitten in der Pandemie ein Denkmal zu setzen. Das ist Zuversicht.

*Lothar Schwarz*



## Wie immer: ein Stall voller Probleme

Alle reden immer davon, was alles anders ist wegen Corona. Dabei ist das meiste wie immer! Wir haben wieder einen Adventskranz; wir dürfen die Kerzen sogar anstecken. An den Türrchen vom Adventskalender sind keine Masken-Hinweisschilder. Hier gilt nur: Es ist Schokolade drin. Wie immer.

Und wir haben eine Weihnachtskrippe – die ist aber noch leer, Maria und Josef sind noch auf dem Weg, aber wenn sie in Bethlehem ankommen, dann ist alles dicht: harter Lockdown. Darum sind sie im Stall. Und sie feiern Weihnachten im kleinsten Kreis zu zweit, im Laufe der Nacht dann zu dritt – alle aus einem Hausstand, besser gesagt: Stall-Stand. Und der Stall ist natürlich gut gelüftet, allein schon wegen der Tiere. Und die Engel, die in der Nacht dazukommen, schweben über dem Stall – mit Abstand. Alles so, als hätte es Corona schon gegeben. Und kurz nach Weihnachten müssen Maria und Josef nach Ägypten quasi in Quarantäne. Die Heilige Familie erlebt das alles als persönliche Krise! Maria und Josef haben sich das bestimmt auch anders vorgestellt. Wie peinlich, dass sie ihrem Baby nichts Besseres bieten können als eine Futterkrippe. Gut möglich, dass Josef gedacht hat: Hoffentlich kriegt das keiner mit!

Und dann kommt auch noch ausgerechnet Gott zur Welt! Unter diesen Umständen, Zustände sind das! Eben da, wo Menschen sich das eigentlich ganz anders vorgestellt haben – genau da kommt Gott ins Spiel. Wenn ich Gott nichts Besseres bieten kann als einen Stall voller Probleme ... dann ist er schon da. Wie immer.

*Stefan Mendling*





## Glück

---

Glück ist die Erinnerung  
an all die Abenteuer,  
all dies verrückten  
gefährlichen Dinge,  
all die durchgemachten Nächte,  
die uns zu besten Freunden machten.

Tom Sawyer & Huck Finn

Glück kann noch viel mehr sein. Eine todsicherere Methode um Glück kaputt zu machen ist: Vergleichen mit anderen zu suchen und zu machen.

*Thomas Himjak-Lang*



## Wurzelgrund - Hoffnungsgrund

*Es ist ein Ros entsprungen aus einer Wurzel zart,  
wie uns die Alten sungen, von Jesse kam die Art.“*

Die Alten sangen es,  
wir singen es Jahr für Jahr  
und kehren zurück bis zu jenem Mann  
in einem kleinen Landstädtchen Israels  
zu unvordenklichen Zeiten,  
der sonst längst vergessen wäre:  
Isai - Jesse, der Vater Davids.

Der Wurzelgrund der Hoffnung ist oft unscheinbar.  
Wie sollte Jesse ahnen,  
dass sein Sohn mehr sein würde als ein Provinzherrscher,  
nämlich Ahnherr des Herren aller Herren, Jesus Christus?

Wie soll ich ahnen, dass ein Wort, das ich einem Verzweifelten sage,  
sich doch tief verwurzelt in seinem Herzen  
und irgendwann gute, heilende Früchte trägt?

Wie soll ich ahnen,  
dass meine Zuwendung zu einem weinenden Kind  
dieses Kind nicht bloß einen Augenblick lang tröstet,  
sondern dass tief in seinem Herzen ein Urvertrauen keimt,  
das ein Leben lang trägt.

Wie soll ich ahnen,  
dass eine ausgestreckte Hand, eine Lächeln zur rechten Zeit,  
ein kleines Geschenk  
Wurzelgrund werden können für etwas, was größer ist als der Augenblick.

Alles hat seinen Grund.  
Auch wenn ihn nicht ahne, nicht kenne, oder längst vergessen habe.  
Aber das, was ich tue, wirkt fort,  
kann etwas Gutes und Kostbares auslösen,  
kann Hoffnung wecken,  
Hoffnung zum Keimen und Grünen bringen.



## Kleine Bastelei

Nicht erschrecken: Heute will ich mit Ihnen basteln! Das gehört im Dezember ja schließlich mit dazu. Aber: keine Bange! Es wird nicht schwer. Versprochen. Und das, was Sie brauchen, haben Sie trotz Lockdown sicher auch schnell beisammen: Ein Stückchen Schnur nämlich und zehn Streichhölzer. Doch Achtung beim Richten! Nicht, dass eins knackt. Wie schnell hat man da Kleinholz zwischen den Fingern ...

Ach. Manchmal fühle ich mich schon auch wie so ein kleines Stäbchen Holz: wehrlos und schwach angesichts der Belastungen, gerade des Corona-Alltags. Dann hab' ich Angst zu zerbrechen. Zerbrochen zu werden. Wir basteln also mal lieber vorsichtig weiter: Zehn Streichhölzer. Plus Schnur. Schon fertig. Faszinierend, was das ausmacht! Denn jeglicher Versuch, jetzt ein Hölzchen zu knicken, scheitert. Gebündelte Kraft. Unzerbrechlich, wenn alle zusammenhalten.

Paulus kommt mir in den Sinn: „Ein Leib, viele Glieder.“ Und an einen kurzen Dialog eines Cartoons auf meiner Dienstpост in diesen Tagen erinnere ich mich, wo es hieß: „Was ist wichtiger? Der Weg oder das Ziel?“ Und die Antwort: „Die Weggefährten.“ Genau die wünsche ich uns auf unserem Weg durch die Weihnachtszeit!

*Eva Weißmann*



## Systemrelevante Krippen-Figuren

### Aufstellungsordnung der Krippe im Jahr 2020



- Es dürfen sich nur noch maximal 6 Hirten im Stall aufhalten. Für alle gilt die Maskenpflicht und den 1,5 m Mindestabstand.
- Joseph, Maria und das Jesuskind können zusammen bleiben, da sie aus einem Haushalt kommen.
- Die Heiligen Drei Könige sollen sich vor dem Besuch in Quarantäne begeben, da sie aus dem Ausland kommen.
- Dem Engel Gabriel wird nicht erlaubt mit den Flügeln zu flattern, da somit die Aerosole weiter verbreitet werden.
- Der himmlische Engelschor wird auf einen einzigen Sänger reduziert, um die Ansteckungsgefahr während des Gesangs zu reduzieren.
- Ochs und Esel brauchen einen Spritzschutz und eine Bescheinigung vom zuständigen Veterinäramt.
- Alle weiteren nicht-systemrelevanten Figuren werden dieses Jahr nicht aufgestellt.

Viele Heiligabendgottesdienste wurden abgesagt und unsere Liebsten können wir nicht mehr besuchen, wie wir es gern tun würde... Was bleibt? Natürlich die Hoffnung, dass es im nächsten Jahr besser wird. Um die Hoffnung „bei der Arbeit“ zu unterstützen ist uns der Humor gegeben. Diese für mich lustige „Krippen-Aufstellungsordnung“ schickte mir meine Schwester aus Peru. Ich musste schmunzeln. Ich hoffe Ihnen geht es auch so.

Für Gott ist jeder einzelner von uns systemrelevant. Gott erwartet uns nicht als Figuren sondern als wichtigste Gäste aus Fleisch und Blut, ob wir den Geburtstag allein Zuhause feiern müssen oder in die Kirche gehen können. Der wichtigste Grund zum Feiern hat jeder und jede von uns, egal wo die Feier dieses Jahr stattfindet: Gott kommt zu uns!

*Almendra García de Reuter*



## Wunschzettel

---

Nur noch 1 Tag ... Nur noch 1 Tag bis Heilig Abend. Heilig Abend in diesem so ganz anderen Jahr. Heilig Abend mitten im Lockdown. Ganz anders und vielleicht gerade deshalb besonders.

Haben Sie schon alles, was Sie brauchen oder suchen Sie noch?

Was heute nicht geht, sind Last-Minute-Geschenkkäufe. Was aber unbedingt noch geht, ist einen Wunschzettel schreiben. Einen Wunschzettel schreiben und ganz fest darauf vertrauen, dass jemand ihn liest ...

Für die Trostlosen ein Herz  
Für die Heimatlosen ein Federbett  
Für die Sprachlosen ein Lied  
Für die Lustlosen einen Apfelbaum  
Für die Schlaflosen einen Traum  
Für die Freudlosen ein Trampolin  
Für die Herzlosen ein Eisbärkind  
Für alle einen Engel mit Feueratem  
und Samthandschuhen.

(Susanne Niemeyer)

Beliebig ergänzbar mit eigenen Wünschen!

*Jasmin Coenen*



## Wie komme ich gut durch die Weihnachtsfeiertage?

---

Diese Frage bewegt viele Menschen in diesen Tagen.

Manche befürchten, dass man sich auf die Nerven geht. Vier Tage am Stück mit der Familie könnten anstrengend werden!

Wie komme ich gut durch die Feiertage? Das fragen auch Alleinstehende.

Deshalb ein paar Tipps :

1. Legen Sie für jeden Tag ein Programm fest.
2. Telefonieren Sie mit lieben Menschen .
3. Gehen Sie an die frische Luft- jeden Tag mindestens 30 Minuten.
4. Genießen Sie gutes Essen dankbar.
5. Beten Sie für alle, die es nötig haben ( dazu kann man selbst auch gehören ) und legen Sie dazu eine Liste an.

Frohe Weihnachten!

*Annette Bernhard*





## Leonardo - Brücke

Leonardo da Vinci hat sie zum erstmals dokumentiert: Eine Brücke, die ganz ohne Befestigungsmittel auskommt. Leim, Dübel, Seile oder Schrauben braucht dieser Bogen nicht. Die Holzteile werden ineinander verflochten und geben so der Konstruktion die nötige Stabilität. Entsprechend große Brücken halten auch schwere Lasten.

Jesus Christus, dessen Geburt wir in diesen Tagen feiern, ist Gottes große Brücke zu den Menschen.

Wenn wir eine wirklich christliche Gemeinschaft bilden, also uns einander tragen und ertragen, uns gegenseitig stützen, uns miteinander verzahnen, aufeinander achten, dann gewinnt diese Brücke Stabilität. Dann wird sie zum Halt für andere, zur Möglichkeit, Gräben zu überschreiten und zu neuen Ufern zu gelangen.

Ja, Christus- die Brücke. Wir – die Hölzer!

Der Anfang in Bethlehem wird zum Auftrag für uns. In diesem Sinn: Frohe Weihnachten, weit über die nächsten Tage hinaus!

*Lothar Schwarz*



## Eine Superkraft für Familien

„Papa, Corona hat alles verändert!“, sagt Theo. Das Corona-Jahr war sein erstes Schuljahr. Er denkt an die Schule, das Homeschooling, die Masken, den Abstand. Nur die Playmobil-Krippe, die ist noch dieselbe wie letztes Jahr. Theo betrachtet sich die Figuren genau. „Papa, was bringt es denn, dass Gott als Baby auf die Welt kommt?“ Gute Frage! Was sich Theo vielleicht wünscht, ist ein Gott, der auf den Tisch haut und die Welt verändert: Gott als eine Mischung aus Superman und Weihnachtsmann, der Corona besiegt und diesem Virus endlich mal zeigt, wo's langgeht!

Wahrscheinlich ging es Maria und Josef so ähnlich: Nach der Geburt im Stall stehen sie da mit einem Neugeborenen, haben immer noch keine Unterkunft – und erfahren, dass sie auch im Stall nicht bleiben können, weil der König den Kindern an den Kragen will. Sie können ihrem Kind kein Zuhause bieten – nur ein Leben auf der Flucht. Maria und Josef spüren nicht die Macht Gottes, aber sie spüren sein großes Vertrauen. Gott traut Maria und Josef das zu – mit dem Kind. Gott glaubt an sie. In dieser Nacht hat sich darum etwas für sie verändert: Gott gehört ab sofort zur Familie.

Theo nimmt die kleine Familie aus dem Stall, betrachtet sie genau und sagt: „Ich glaube, die brauchen gar keinen Weihnachts-Superman. Vertrauen, das ist auch eine Superkraft!“ Dann stellt er die heilige Familie behutsam wieder zurück zur Krippe. „Weißt du, was ich glaube? Nächstes Jahr feiern wir Weihnachten ohne Corona.“ Und bis dahin wünsche ich uns diese Superkraft: Vertrauen, Hoffnung, Zuversicht. Weihnachten ist immer noch das Fest der Familie, bei dem Gott uns sagt: „Ich glaube an euch!“ Maria und Josef würden sagen: Weihnachten hat alles verändert.

*Stefan Mendling*

## Kreativität hilft!

Man wird freundlich begrüßt, bevor man den Kirchgarten der Martin-Bucer-Kirche in Gleisweiler betritt. Hier wird man eingeladen, einen coronagerechten „Stationengottesdienst“ zu feiern. Liebevoll gestaltete Haltepunkte. Wer sein Smartphone dabei hat und einen QR-Code einscannen kann, hört Weihnachtslieder, sieht kindgerechte Filme, kann Weihnachtsgeschichten lesen und vieles mehr. Man kann sich vor ausgesägte Flügel stellen und mit einem Foto dokumentieren, dass man selbst zu einem Engel werden kann.

Es gibt viel zu entdecken, in diesem kleinen Kirchgarten. Auch für mich, der ich glaubte, alles zu kennen. Ich habe entdeckt, dass Kreativität hilft und guttut, dass Engagement dankbar werden lässt, dass gute Ideen Corona in den Hintergrund drängen. Ich habe gestaunt über die Sensibilität, mit der die Gestalterinnen mögliche kleine und große Besucher in den Blick genommen haben. Ich habe mich gefreut an der liebevollen Dekoration. Und beim Heimweg dachte ich: Alle unsere Gottesdienste sind Stationengottesdienste. Wir gehen mit Gott und Gott mit uns. Und schon waren sie da, die weihnachtlichen Gefühle.

*Lothar Schwarz*







## Leerlauf

---

Zwischen den Jahren - einen Gang runterschalten, besser: den Gang ganz rausnehmen. Leerlauf.

Vielleicht rollt es noch ein bisschen weiter. So ganz abschalten geht nicht so schnell. Aber dann stehen die Räder still. Da rattert nichts mehr im Kopf, was alles noch zu erledigen wäre. Und die Rädchen greifen noch nicht wieder ineinander, um wieder durchzustarten. Nur der Motor läuft stand by – mit jedem Tag zwischen den Jahren ruhiger.

Das tut gut. Vor Weihnachten hat es sich so angefühlt, als halte man am Berg mit schleifender Kupplung und gibt dann Gas mit angezogener Handbremse. So viel hin und her, so viel Hüh und Hott, so viele Pläne, wie Weihnachten gefeiert werden könnte, und dann immer wieder so viele Vollbremsungen bis hin zum Abwürgen des Motors.

Jetzt ist Leerlauf. Aber ich bin parat. Es gibt verheißungsvolle Signale. Die Impfungen haben begonnen. Bereit, den Gang einzulegen und behutsam Gas zu geben. Nur ja nicht durchdrehen. Und auch nicht hohldrehen. Vorsichtig und vernünftig bleiben. Damit fährt man jetzt am besten.

*Martin Anefeld*



## Zwölf Rauhnächte

---

Einst wurde die Zeit zwischen Weihnachten und dem 6. Januar als besonders intensiv erlebt und mit ganz unterschiedlichem Brauchtum begangen. Aber auch wer nicht räuchert, trotzdem die Waschmaschine anschmeißt und am Ende dann doch lieber von einer Verkleidung als zottelig-mystische Sagengestalt absieht, mag die geniale Gelegenheit „zwischen den Jahren“ nutzen, um zurück-, aber vor allem eben auch nach vorne zu schauen. Letzteres will ich tun mit Worten von Klaus-Peter Hertzsch:

„Die neuen Tage öffnen ihre Türen.  
Sie können, was die alten nicht gekonnt.  
Vor uns die Wege, die ins Weite führen:  
Den ersten Schritt. Ins Land. Zum Horizont.

Wir wissen nicht, ob wir ans Ziel gelangen.  
Doch gehn wir los. Doch reiht sich Schritt an Schritt.  
Und wir verstehn zuletzt: Das Ziel ist mitgegangen.  
Denn der den Weg beschließt und der ihn angefangen,  
der Herr der Zeit, geht alle Tage mit.“

*Eva Weißmann*



## Weihnachtsmann

---

Im vorletzten Jahrhundert wurde an die Zeitung New York Sun folgender kurzer Brief geschickt:

Lieber Redakteur: Ich bin 8 Jahre alt. Einige meiner kleinen Freunde sagen, dass es keinen Weihnachtsmann gibt. Papa sagt: ‚Wenn du es in der Sun siehst, ist es so.‘ Bitte sagen Sie mir die Wahrheit: Gibt es einen Weihnachtsmann?

Virginia O'Hanlon.

Darauf hin Antwortete der Chefredakteur mit einem Artikel der in den folge Jahren es regelmäßig zu Weihnachten auf Seite 1 schaffte:

Ja, Virginia, es gibt einen Weihnachtsmann. Es gibt ihn so gewiss wie die Liebe und Großherzigkeit und Treue. Weil es all das gibt, kann unser Leben schön und heiter sein. Wie dunkel wäre die Welt, wenn es keinen Weihnachtsmann gäbe! Es gäbe dann auch keine Virginia, keinen Glauben, keine Poesie – gar nichts, was das Leben erst erträglich machte. Ein Flackerrest an sichtbarem Schönen bliebe übrig. Aber das Licht der Kindheit, das die Welt ausstrahlt, müsste verlöschen. Es gibt einen Weihnachtsmann, sonst könntest Du auch den Märchen nicht glauben.

Gewiss, Du könntest deinen Papa bitten, er solle am Heiligen Abend Leute ausschicken, den Weihnachtsmann zu fangen. Und keiner von ihnen bekäme den Weihnachtsmann zu Gesicht – was würde das beweisen? Kein Mensch sieht ihn einfach so. Das beweist gar nichts. Die wichtigsten Dinge bleiben meistens unsichtbar.

*Thomas Himjak-Lang*





## Ein Jahr in Zahlen

Haben Sie mitgezählt? Oder kannten Sie die Zahlen schon längst? Wenn Sie nach weiteren Zahlen eines Jahres suchen, können Sie sogar auf die geschätzten Atemzüge stoßen: 6 307 200.

Ein ganzes Jahr in Zahlen und doch sagen uns die blanken Zahlen so wenig über dieses Jahr.

Nehmen Sie sich heute am letzten Tag des Jahres ein paar der 525 600 Minuten Zeit, um die Zahlen mit Leben zu füllen, Ihrem eigenen Leben.

6 307 200 Atemzüge: Wann wären es fast mehr geworden, was hat Ihnen den Atem geraubt?

Gab es Minuten oder Sekunden, die für Sie zur Ewigkeit wurden? Erinnern Sie sich an die Freude, die in ihnen lag oder den Schmerz?

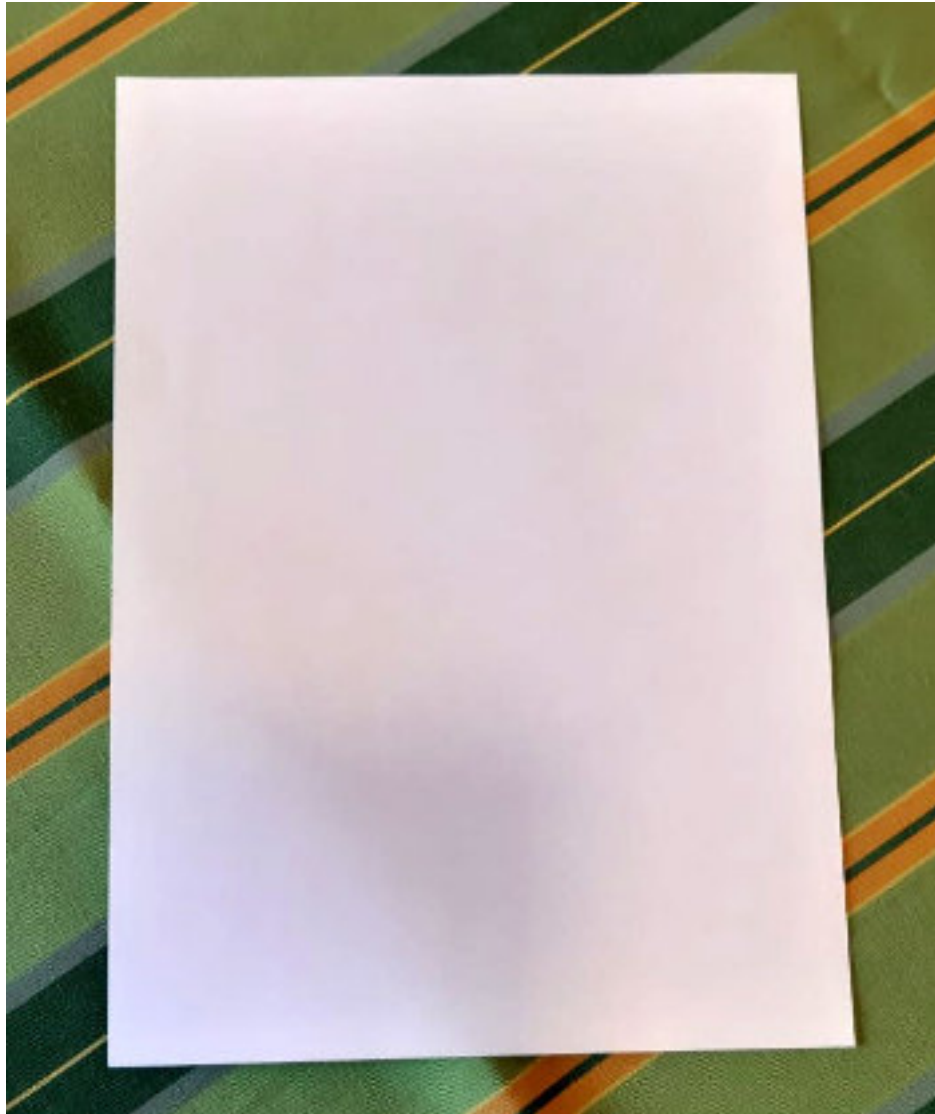
Wie haben Sie die 8 760 Stunden gefüllt? Abgesehen von den 2 000 bis 3 500, in denen Sie geschlafen haben.

Welcher Rhythmus hat Ihre 52 Wochen positiv gestaltet – oder sind Sie noch auf der Suche nach Ihrem Rhythmus, der sich durch nichts durcheinander bringen lässt?

12 Monate, genug Zeit um ein Kind oder Enkelkind zu bekommen. Oder zumindest den eigenen Geburtstag einmal zu feiern.

1 Jahr – unzählige einzigartige Augenblicke. Einer hat sie alle mit Ihnen geteilt ...

*Jasmin Coenen*



## Startklar

---

Ich schau mich um  
Noch etwas scheu  
Denn alles ist  
so herrlich neu

Die Chancen liegen  
hier vor mir  
wie dieses weiße  
Blatt Papier

Ich seh nach vorn  
nicht mehr zurück  
Ein neuer Anfang  
welch ein Glück !

Gottes Segen behüte dich nun,  
Gottes Segen in all deinem Tun.  
Geh gesegnet, getröstet, gestärkt und geliebt  
in der Freude, die Gott dir heut gib.

( Neue Lieder plus 146 )

*Annette Bernhard*



## Wege eines neuen Jahres

---

Breitgetretene Trassen und ich werde laufen, wo alle laufen. Schmale Pfade und ich werde achten müssen, wohin mein Fuß tritt. Steile Anstiege und ich werde ins Schwitzen kommen. Ebenso steile Abstiege und meine Knie werden schmerzen. Verwinkelte Wege und ich bekomme ständig neue Aussichten und Ansichten. Panoramawege und mein Herz wird weit werden. Wege, die im Kreis verlaufen und ich werde mich ärgern. Wege, die kurz sind und die ich dennoch links liegen lasse. Wege, die mir einen langen Atem abverlangen.

Steinige Wege. Matschige Wege. Staubige Wege. Idyllische Wege. Wege, die mir bekannt vorkommen und Wege, die überraschen.

Werde ich die Schönheiten entdecken, die am Wegrand zu finden sind? Werde ich mir Tempo und Kraft gut einteilen? Komme ich voran? Kenne ich mein Ziel? Wen treffe ich unterwegs? Von wem werde ich mich verabschieden?

Auf keine Frage gibt es eine Antwort. Klar, das Jahr hat ja erst angefangen. Aber zwei Wünsche habe ich: Ich möchte unterschiedliche Wege gehen. Ich möchte Psalm 37, 5 beherzigen:

Befiehl dem Herrn deine Wege und hoffe auf ihn, er wird`s wohl machen.

*Lothar Schwarz*





## 2021 er-fahren

---

„Guck mal, da fliegen Leute im Ballon!“ Der Opa antwortet seinem Enkel: „Die fliegen nicht, die fahren.“ „Aber der hat doch gar keine Räder!“, sagt das Kind skeptisch. Der Opa grübelt. Er weiß: Heißluftballons werden nicht geflogen, denn der Ballon ist leichter als die Luft – und wird von der Luft getragen. Deswegen fährt er wie ein Schiff auf dem Wasser: getragen.

„Wie lenken die den Ballon?“, will das Kind wissen. „Der Wind bestimmt, wo's langgeht“, sagt der Großvater. Ballons haben kein Lenkrad. Allein die Höhe kann der Ballonfahrer bestimmen, indem er Ballast abwirft oder mit dem Brenner einheizt.

Das neue Jahr fühlt sich so ähnlich an wie Ballonfahren. Was 2021 bringen mag, wohin es uns bringt, wann der Lockdown vorbei sein wird, wann wieder etwas Normalität zurückkehrt – das weiß keiner so genau. Aber das Schöne am Ballonfahren ist die Aussicht von da oben! Die Aussicht, dass wir in Allem von Gott getragen sind. Das heißt: Wir „fahren“! Wer glaubt, der „fährt“ und „er-fährt“, dass er getragen ist.

„Das Geheimnis beim Ballonfahren ist: Du weißt nicht, wohin dich der Wind trägt“, sagt der Opa nach einer Weile. Da sagt das Kind: „Aber Gott weiß, wohin!“

*Stefan Mendling*



## Schnee

---

Es schneit. Ein selten gewordenes Ereignis in unserer Region. Die einen freuen sich und pilgern mit Schlitten und Kindern in die Berge zum Rodeln. Die anderen stöhnen, weil sie Schnee schippen müssen und den Match des Tauwetters sehen, bevor beides da ist.

Mir gefällt es, wie der Schnee die Landschaft verändert und wie er meinen Blick wendet. Francisca Stoecklin, die von Rilke geförderte Schriftstellerin aus der Schweiz, hat sensible Worte gefunden für das, was ich meine:

Schnee, zärtliches Grüßen der Engel,  
schwebe, sinke –  
breit alles in Schweigen und Vergessenheit!  
Gibt es noch Böses, wo Schnee liegt?  
Verhüllt, verfernt er nicht  
Alles zu Nahe und Harte  
mit seiner beschwichtigenden Weichheit,  
und dämpft selbst die Schritte des Lautesten  
in Leise?

....

*Lothar Schwarz*





## Nähe

---

Sie fehlt.

Hundertfaches Händeschütteln an Heiligabend.  
Küsschen rechts, Küsschen links zum Jahreswechsel.  
Arm in Arm schunkeln an Fasching.  
Eine Nacht durchtanzen im Club.  
Zu zehnt an einer Garnitur sitzen auf dem Weinfest.

Das alles je nach Typ sicher mehr oder weniger.  
Aber sie fehlt, die Nähe.

Das wussten wir vor Corona nicht,  
wie wichtig Nähe ist.  
Und wie weh es tut, wenn sie dort nicht da ist,  
wo sie so nötig wäre.

Ich lese und höre jetzt ganz anders, wie Jesus mit Menschen umging: Er rührte sie an, er legte die Hände auf sie, er herzte sie.

Nähe. Wir brauchen sie.

*Martin Anefeld*





## Sternenhimmel

Am Dreikönigstag gesellen sich die Weisen aus dem Morgenland zur weihnachtlichen Krippenszene mit dazu. Bestimmt haben Sie von der „weiblichen Variante“ schon mal irgendwo gehört, sprich, kennen die Antwort auf die Frage: Was wäre, wenn die Heiligen Drei Könige Frauen gewesen wären? Falls Sie sie nicht kennen: Nun. Sie hätten einfach nach dem Weg gefragt und wären pünktlich angekommen. Sie hätten bei der Geburt geholfen und auf jeden Fall etwas zu essen vorbereitet. Und sie hätten praktische, nützliche Geschenke mitgebracht. In diesem Jahr vielleicht Toilettenpapier, Mehl und Desinfektionsspray. Wer weiß.

Aber ob nun König oder Königin:  
 Manchmal ist dein weg in den himmel geschrieben  
 und von milliarden sternern leuchtet dir einer  
 Manchmal sind es umwege die dich ans ziel bringen  
 und wunderbar entkommst du dem ränkespiel des tyrannen  
 Manchmal verweht der sand die spuren denen du folgtest  
 aber ein traum weist dir den weg zurück in dein land (Klaus Nagorni)

Als die drei Weisen den Stern am Himmel sahen, kam eine große Freude über sie, heißt es in der Guten Nachricht bei Matthäus. Ich wünsche Ihnen einen ebensolchen Tag mit einem Stern, der Ihnen leuchtet!

*Eva Weißmann*



## Glück

---

GLÜCK IST ein  
langer Winterspaziergang,  
vorbei an leeren Bänken  
und tief verschneiten Bäumen  
durch die weiße Stille,  
in der ich mich selbst  
wiederfinde.

(Rosalie Tavernier)

Heute war es so. Verschneit und weiß. Still und einsam draußen. Aber auch kalt und eben einsam. Glück ist in Vielem zu finden. Wir selbst sind dazu aufgefordert danach zu suchen. Besonders im Alltag, besonders im vermeintlich Kleinen und Gewöhnlichem. Besonders in diesen Tagen, da wir wenig andere Menschen sehen. Glück kommt auch von innen heraus. Kann förmlich aus uns heraus strahlen. Kann unsere Mitmenschen anstecken, selbst mit Abstand und von weitem.

*Thomas Himjak-Lang*





## Pasta-Liebe

---

Was gibt's bei Ihnen heute zum Essen?

Bei mir – Nudeln! Pasta! Ich liebe Pasta, weil: Pasta ist nicht gleich Pasta. Am Anfang steht immer die Nudelfrage: Welche Sorte soll es sein? Rigatoni, Fusilli oder Tortellini? Oder Lasagne? Es gibt Nudeln aus Hartweizengrieß, Vollkorn, Dinkel oder sogar aus Kichererbsen. Nudeln sind eine Welt für sich. Und das ist es, was ich an Nudeln liebe!

Vor Kurzem habe ich erst eine Nudelsorte ganz neu entdeckt: Von außen sehen sie aus wie Fusilli, aber innen sind sie hohl wie Maccaroni. Also: Auch, wenn Sie denken, Sie haben die Pasta durchschaut – genau hinsehen lohnt sich, oder hinschmecken ... Jede Nudel ist ein Original.

Es heißt ja: Man ist, was man isst. Ich glaube, das stimmt – zumindest, wenn's um Nudeln geht. Und Menschen sind ja auch verschieden ... Jeder hat seinen Geschmack, seine Form, das, was ihn prägt. Jeder Mensch ist ein Kunstwerk, ein Meisterwerk – ein Original. Und es gibt wie bei Nudeln, Menschen, die sind Spezialitäten.

Dabei hat sich bestimmt einer was gedacht! In der Bibel steht jedenfalls: Gott hat alles wunderbar gemacht – die Menschen und die Nudeln. Pasta. Äh. Basta.

Also: Wie wär's heute mit Nudeln?

*Jasmin Coenen*