

„Der Begriff Heilung bezeichnet den Prozess der Herstellung oder Wiederherstellung der körperlichen und seelischen Integrität aus einem Leiden oder einer Krankheit, oder die Überwindung einer Ver-
sehrtheit oder Verletzung durch Genesung.“ Wikipedia (Stand 5/2018)

HEIL UND

HEILUNG

Welcher Aspekt könnte SIE heilen?

Gemeindebrief Sommer 2018



Inhalt

- 1..... Angedacht
- 2..... Heilung durch Musik
- 4..... Heilung und Sterben
- 5..... Konzertankündigung – Benefizkonzert von Erik Thoma
- 6..... Heilung durch Handauflegen
- 8..... Heilung durch Strafe
- 10..... Heilung durch Psychotherapie
- 12..... Vor hundert Jahren
- 13..... Heilung durch das Wort
- 14..... In eigener Sache
- 15..... Heilung durch Krankheit
- 17..... Heiles Leben
- 19..... „Heile, heile, Segen“ – Heilung im Kindergarten
- 20..... Der Gesprächskreis „Glauben & Wissen“
- 21..... Heilung durch Heilpflanzen

Aus der Gemeinde:

- 26..... Spendenaktionen
- 27..... Konzertankündigung – BACH & ECHOes
- 27..... Jungschar
- 28..... Kontaktstudium Pfarrer Christian Link
- 28..... Jahresstatistik 2017
- 28..... Erntedank auf dem Dürrenhof
- 28..... Wie geht es Pfrin. Brigitte Haug?
- 29..... Konfirmation
- 30..... Freud und Leid

„So was habe ich noch nie erlebt. Ich lag eine Woche im Bett und konnte

gar nichts tun.“ So erzählt ein 40-jähriger Mann, der ganz erstaunt über seine Grippeerkrankung spricht. In diesem Winter hat es viele „erwischt“. Sie lagen mit schwerer Grippe im Bett. Eine große Überraschung für viele war dabei: die Welt dreht sich weiter. Auch wenn sie eine Woche krank sind. Es geht also auch in unserer schnellen Zeit und unserer Leistungsgesellschaft, für eine Woche einfach auszusteigen und alles abzusagen.

Ist das nicht ein erstes Symptom für „krank sein“? Wenn wir meinen, immer alles machen, erfüllen zu müssen, leisten zu können?

Andererseits: Wer will schon krank sein? Wenn schon eine Aus-Zeit, dann in Ruhe mit der Familie oder allein auf dem Jakobsweg unterwegs sein. Oder etwas tun, wofür sonst keine Zeit oder Kraft ist. Denn es ist einfach nicht schön, krank zu sein.

Bei einer Erkältung wissen wir: Selbst ein Männerschnupfen geht vorüber. Wenn wir aber wissen: wir werden nicht mehr gesund, nicht mehr so wie früher, dann beeinträchtigt das das ganze Leben: Beruf, Familie, Glauben, Körperwahrnehmung. Alles verändert sich, wird verändert. Wir erhoffen uns dann Hilfe vom Arzt. Er soll uns wieder gesund machen. Wir erhoffen uns dann auch Hilfe von Gott. Er soll uns auch wieder gesund machen.

Aber wann sind wir gesund? Wann sind wir krank? Wenn wir das so empfinden, spüren, wenn wir leiden? Oder wenn andere das definieren? Wann leben wir gesund? Wann brauchen wir Heilung? Wann ist unsere Seele krank und unsere Welt? Sind wir es, die die Welt krank machen oder macht uns die Welt krank? Wann brauchen wir Heilung in unserem Glauben, für unseren Glauben?

Wann falten wir die Hände und sagen: „Heile du mich, Herr, so werde ich heil. Hilf mir, so ist mir geholfen.“ Jer 17,14

Wir haben versucht das Thema „Heil und Heilung“ von verschiedenen Seiten zu beleuchten und ein Heft dazu gestaltet. An dieser Stelle sei allen gedankt, die bereit waren, wieder etwas zu schreiben.

Macht Singen glücklich?

Von der Heilkraft der Musik berichtet schon die Bibel: Immer wenn die dunklen Wolken kamen und ihn depressive Stimmungen übermannten, hat König Saul David gebeten, für ihn Harfe zu spielen.

Dass Musik therapeutisch wirkt, ist heute vielfach erforscht und erwiesen.

„Musik aktiviert das gesamte Nervensystem. Es gibt im Gehirn kein „Musikzentrum“. Die Hirnforschung hat vielmehr erwiesen, dass der Kasten an den unterschiedlichsten Stellen zu leuchten und zu funkeln anfängt.“
(aus „Die Zeit“ vom 28. März 2018)

„Musik aktiviert das limbische System, die Regionen, in denen „tiefe soziale, urzeitliche, abstrakte Gefühle sitzen“, sagt der Neurowissenschaftler und Musikforscher Daniel Levitin.

Einer besonderen Rolle kommt hierbei das Singen zu. Viele Chorsänger kennen das:

Es sind Momente größter Freude, begeisterter Euphorie oder die ganz leisen Stellen. Zwerchfell gespannt, volle Konzentration. Nach Phasen konzentrierten, manchmal anstrengenden Übens: Gänsehaut. Wenn die eigene Stimme plötzlich mit denen der anderen verschmilzt und aus vielen Sängern ein Klang wird. Wenn die Harmonie so perfekt stimmt, dass die Obertöne fast physisch greifbar sind. Die Luft flirrt, die Atmung ist tief.

Warum macht Chorsingen eigentlich so glücklich? Zum einen ist es die Musik selbst, die für eine Extraportion Endorphine sorgt, zum anderen erlebt man diese Momente auch noch gemeinsam mit anderen. Und in dieser Gemeinschaft bekommt die eigene Stimme noch eine ganz eigene Tragweite.

Einen interessanten Beitrag zur Thematik liefert ein Filmprojekt für die ARD: Die Moderatorin und Schauspielerinnen Anke Engelke hat ein Jahr lang dem Glück nachgespürt. Sie hat viele Menschen getroffen und sie nach ihren Glücksmomenten und -erkenntnissen befragt. Sie hat im Rahmen der Dreharbeiten auch ein eigenes Glücks-Experiment gestartet: da sie selbst viel und sehr gerne singt, wollte sie der Frage nachgehen, ob Singen glücklich macht und ob man das messen kann. Bei der Antwortsuche stieß sie auf Gunter Kreutz, Musikwissenschaftler an der Universität Oldenburg. Er hatte bereits in einer Studie mit erfahrenen Chorsängern herausgefunden, dass

sich Singen positiv auf Körper und Psyche auswirkt. Nun wollte er herausfinden, ob dies auch auf unerfahrene Sänger zutrifft, die in ihrem bisherigen Leben selten oder gar nicht gesungen haben.

Anke Engelke und Gunter Kreutz gründeten zu diesem Zweck den „Chor der Muffligen“.

Dafür werden richtig unglückliche Menschen gesucht. Per Annonce werden sie zum Casting eingeladen. Was die Bewerber zu erzählen haben, ist sehr bewegend. Das sind nicht nur Menschen mit ein bisschen schlechter Laune, da finden sich Menschen ein, denen es richtig schlecht geht, die aber doch noch den Wunsch haben, irgendwas zusammen zu machen.

Insgesamt finden 12 Chorproben statt. Vor und nach jeder Probe werden von den Chorsängern psychologische Fragebögen ausgefüllt. Außerdem werden von jedem Sänger Speichelproben genommen. In einem Fachlabor werden die Speichelproben untersucht. Gibt es einen messbaren Unterschied nach nur einer halben Stunde Chorprobe? Interessant ist dabei vor allem ein bestimmtes Hormon:

Das Oxytocin, ein Molekül, das ganz viele verschiedene Wirkungen in unserem Gehirn hat: Es löst Stress, reduziert Ängste und schafft Wohlbefinden. Es tritt in Interaktion mit dem Botenstoff Serotonin, das für unser Wohlbefinden verantwortlich ist.

Für ein wissenschaftlich verlässliches Ergebnis werden auch Speichelproben von einer Vergleichsgruppe genommen, die anstelle einer Chorprobe nur ein angenehmes Gespräch hatte.

Die Auswertung des Experiments ist eindeutig:

In jeder einzelnen Speichelprobe jedes Sängers war die Konzentration des Oxytocins signifikant angestiegen, während das Stresshormon Cortisol deutlich reduziert war.

Man kann also sagen: Chorsingen macht definitiv glücklich!

Und noch dazu ist es gesund für Körper und Geist:

Neurobiologe Gerald Hüther bringt es auf den Punkt: Singen macht stark. „Versuchen Sie mal mit einem vollgefüllten Brustkorb und mit erhobenem Haupt - was Sie ja alles machen müssen zum Singen - versuchen Sie da mal Angst zu haben. Das geht gar nicht!“

**Wenn Sie jetzt auch herausfinden wollen, ob Singen glücklich macht:
Die Kantorei probt jeden Dienstag von 19:30 bis 21:30 Uhr.
Der Jazzchor probt jeden Mittwoch von 20:00 bis 21:30 Uhr.**

Quellenangaben

www.daserste.de/information/wissen-kultur/w-wie-wissen/sendung/singen-100.html (Stand: April 2018)

www.ndr.de/kultur/musik/Chorsingen-als-Weg-zum-Gluecklichsein (Stand: April 2018)

„Die Zeit“ vom 28. 03. 2018

MUSIK

Die Begriffe *Heil und Heilung* verbindet man mit einem Hospizverein eher

nicht, sondern Sterben, Tod und Trauer. Aber gerade das sind in unserer Gesellschaft immer noch vielfach Tabu-Themen. Die Folge davon ist, dass Menschen sich dann, wenn es ernst wird, ihren schwerstkranken und sterbenden Angehörigen gegenüber hilflos und überfordert vorkommen, den Kontakt zu ihnen sogar meiden und die Sterbenden im schlimmsten Fall auf dem letzten Stück ihres Lebensweges alleine lassen. Nach dem Tod eines nahestehenden Menschen geht es den Angehörigen oft ähnlich. Sie fühlen sich in ihrer Trauer nicht verstanden oder erlauben es sich selber nicht zu trauern.

Dem wollen die Hospizvereine entgegenwirken, in unserer Stadt der Hospizverein Radolfzell, Höri, Stockach und Umgebung e.V. Seine Aufgabe ist es, mit gut ausgebildeten ehrenamtlichen Helfern Schwerstkranke und Sterbende und deren Angehörige, sowie Trauernde nach dem Tod eines nahestehenden Menschen, zu begleiten. Ein wichtiger Grundsatz dieser Arbeit ist die religiöse und weltanschauliche Neutralität: Die Hospiz- und Trauerbegleiter/innen respektieren einen eventuell vorhandenen religiösen Hintergrund der begleiteten Menschen, machen aber keinerlei Werbung für eine Religion oder Konfession, sprechen auch nur dann ein Gebet oder holen einen Seelsorger hinzu, wenn ersichtlich ist, dass der Patient dies will. Bei der Begleitung Sterbender gilt für die Mitarbeiter/innen des Hospizvereins das Motto:

DEM LEBEN NICHT MEHR TAGE SCHENKEN, SONDERN DEN TAGEN MEHR LEBEN.

In diesem Sinne sind sie eingebunden in die Maßnahmen der Palliativmedizin, die nicht die Lebensverlängerung um jeden Preis zum Ziel hat, sondern die Verbesserung der Lebensqualität im letzten noch verbleibenden Lebensabschnitt. Dazu gehört, dass Sterbende nicht unter starken körperlichen Beschwerden leiden müssen, aber auch, dass sie „unerledigte Geschäfte“ noch regeln können. In ihrer Arbeit erleben es die Hospizbegleiter/innen beispielsweise häufig, dass Sterbende noch eine große Last mit sich herumtragen, weil sie einen Streit, eine Kränkung oder begangene Fehler anderen oder sich selbst nicht verzeihen konnten, oder weil sie in großer Sorge sind, dass ein naher Angehöriger allein nicht zurechtkommt. Hier können die Hospizbegleiter/innen den Anstoß geben und helfen, dass eine gestörte Beziehung doch noch heil wird oder der Sterbende erkennt, dass der vermeintlich hilflose Angehörige so hilflos gar nicht ist und bei Bedarf auch Hilfe von anderen Menschen bekommt. Wenn die belastete Seele auf diese Weise Heilung erfahren hat, ist ein Abschied in Frieden möglich. In der Arbeit mit Hinterbliebenen geht es einerseits darum, dass die Trauernden anderen Menschen begegnen, die Verständnis für ihre Situation

haben, sie nicht mit leeren Phrasen abspeisen, sondern mit ihnen Tränen, Wut oder Sprachlosigkeit aushalten. Manchmal muss Menschen, die einen Angehörigen verloren haben, aber auch erst klar gemacht werden, dass sie nicht einfach nur stark sein und wie eine Maschine weiter funktionieren müssen, sondern Schwäche und Trauer zulassen können und sollen. Denn nur so kann eine Seele, die durch den Tod eines nahestehenden Menschen eine tiefe Verletzung erfahren hat, letztlich auch wieder Heilung erfahren. Dies sind die aktuellen Angebote des Hospizvereins:

- Begleitung Schwerstkranker und Sterbender; dazu muss der Patient selber oder ein Angehöriger sich an den Hospizverein wenden, da der Verein nicht von sich aus tätig werden darf.
- Trauerbegleitung im Einzelgespräch und in der Gruppe
- Einmal im Monat ein Trauercafé sowie ein gemeinsamer Spaziergang („Gehspräch“)

Samstag, den 21.07.2018 um 19:30 Uhr
Benefizkonzert mit Erik Thoma, Singersongwriter

„MUTTERSEELENDHEIM“

ist der Titel des neuen Programms sowie der jüngsten CD des jungen Musikers *Erik Thoma*.

Aufgewachsen in Radolfzell, war er über lange Jahre der Evangelischen Christusgemeinde sehr verbunden. Er war Mitglied der Band „Amsterdam Neon“, mit der er einen Preis der Landeskirche gewann und beim Abschlusskonzert des Evangelischen Kirchentages in München spielte.

Unter seinem Künstlernamen Gīt (übersetzt „Gesang“) schreibt und interpretiert er mit Stimme, Gitarre und Klavier Songs zu den Themen Selbstfindung und Spiritualität.

Seine anrührenden, tiefgründigen und humorvollen Texte können Menschen aller Altersgruppen ansprechen.

Seine erste CD „Auf meinem Weg“ veröffentlichte er 2017.

Neben einer Ausbildung zum Erzieher und dem Studium der Erziehungswissenschaften in Freiburg widmet er sich weiterhin intensiv der Musik und nimmt gerade sein zweites Album auf.

Der Eintritt zum Konzert ist frei.

Wir bitten um eine Spende für die Kirchenrenovierung.

KONZERT

Als Christus durch die Menschenmengen ging und von der blutflüssigen Frau berührt wurde, merkte er sofort, dass seine heilbringende Energie von ihm strömte. Wo Christus berührt oder berührt wird entsteht Ordnung, entsteht Heilung. Dies in einem gewaltigen Potential, denn es weicht sogar der Tod aus bereits stillen Zellen. Sie fangen an zu schwingen, und der Mensch lebt. Ungeachtet wie weit sie schon verfallen sind. Bei Lazarus wird das sehr eindrücklich geschildert. Der Leichnam roch schon. Nun, dieses Potential hatte vielleicht nur Christus ... aber wer weiß? Prägte er nicht auch Sätze „Wäre Euer Glaube nur so groß wie ein Senfkorn, ihr könntet Berge versetzen“. Im Kleinen können wir das Erleben: bei einer schmerzenden Wunde oder Gelenk. Es gibt auch hier Berichte, dass nachdem ein besorgter Mensch einfach nur seine Hand aufgelegt hat, Milderung des Schmerzes wahrgenommen wurde. Ganz unspektakulär im Alltag mit Kindern: das Knie tut sooo weh nach dem Sturz, aber wenn die Mama kommt und streichelt und liebkost, tut es nur noch halb so weh. Oder beim Besuch im Seniorenheim ... den Arm um den/die Besuchte/n gelegt, liebevoll über den Rücken gestreichelt während des Gespräches, wird das Gespräch anders als nur nebeneinander- bzw. gegenüberstehend. Vielleicht hat es auch mit unseren 60-80% Wasser zu tun, aus denen wir bestehen. Der Wasserforscher Dr. Masaru Emoto hat eindrucksvoll dargestellt, wie sich Wassermoleküle geometrisch ausgeglichen, nahezu ästhetisch anordnen, wenn eine positive „Information“ die Moleküle erreicht. Naturgegeben haben sie dann auch eine Form, die sie stoffwechselgängiger bzw. verfügbarer für unseren Körper macht. Das gesprochene, gehörte oder gelesene Wort, sowie eine Berührung, hat viel mehr Konsequenzen als wir bisher ahnten. **So gesehen können wir unsere Mitmenschen und auch uns selbst mit guten Gedanken durch Wort und Gebet, sowie mit Berührungen unserer Hände helfen.** Schlussendlich hat auch die Handauflegung im Rahmen einer Segnung hier ihre zusätzliche Kraft: Nicht nur im Symbol sondern auch im biophysikalischen Geschehen zwischen zwei Menschen. Den neusten Forschungen sind Schilderungen wie: „Und das Wort ward Fleisch“ der Weihnachtsgeschichte, oder „er sprach und es wurde“ der Schöpfungsgeschichte nicht abstrakt. Die Bibel gibt noch mehr Hinweise, auf so etwas wie ein Informationsfeld. Ich wünsche uns, dass wir das in seiner ganzen Konsequenz „erfassen“ und sensibel werden für die Folgen und Möglichkeiten, die sich hieraus ergeben. Auch unser Christ sein kann so in einer neuen Dimension begriffen und gelebt werden.

HANDAUFLIEGEN

Kann das Gefängnis Menschen ändern?

In der Schule habe ich mal gelernt: Eine Haftstrafe dient in erster Linie dazu, Täter zu resozialisieren. Strafe soll sie zu besseren Menschen machen. Zweitens soll sie der Prävention dienen, also den Straftäter von weiteren Verbrechen abhalten. Und drittens dient sie der Generalprävention. Sie soll also Dritte abschrecken und damit Verbrechen verhindern.

Aber solche archaischen Dinge wie Sühne oder gar Rache hätten im Strafvollzug heute nichts mehr zu suchen.

Leider kann ich heute an diese edlen Motive nur noch bedingt glauben.

Einem Menschen die Freiheit zu nehmen, und damit meist auch Job, Wohnung und soziales Umfeld, das resozialisiert ihn ja gerade nicht. Prävention ist wichtig; ein Pädophiler kann nicht über Kinder herfallen, solange er in Haft oder in Sicherungsverwahrung sitzt. Aber kann es gerecht sein, einen Menschen für eine Straftat wegzusperren, die er noch gar nicht begangen hat und die er vielleicht nie begehen wird? Noch problematischer ist der Gedanke der Generalprävention. Man kann doch nicht jemanden einsperren, um einen anderen von Straftaten abzuhalten.

Von dem britischen Philosophen C. S. Lewis habe ich gelernt, dass Strafe in erster Linie gerecht sein muss.

Ein möglicher Täter muss wissen: Wenn ich dieses Unrecht begehe, erwartet mich diese oder jene angemessene Strafe. Das schließt natürlich Prävention und Generalprävention ein. Aber auch den Gedanken der Sühne: Ein schwerer Gesetzesverstoß hat einen hohen Preis. Und den muss ich jetzt zahlen.

Ich persönlich habe den Eindruck, dass es bei der Verhängung von Haftstrafen bei uns vielfach nicht sehr gerecht zugeht. Bei vielen Eigentums- und sogar Gewaltdelikten wird versucht, den Tätern noch eine Chance zu geben. Sie bekommen beispielsweise Sozialstunden, oder ihre Haftstrafe wird, wenn sie unter zwei Jahren liegt, zur Bewährung ausgesetzt. Von so einer Chance können Leute, die arm sind, oft nur träumen. Notorische Schwarzfahrer oder Leute, die beispielsweise eine Geldstrafe oder sogar aufgelaufene Schulden bei den Fernsehgebühren nicht abzahlen können, kommen bei uns ziemlich schnell ins Gefängnis. Und wenn sie nicht zahlen können, sitzen sie ihre Ersatzfreiheitsstrafe bis zum letzten Tag ab. Die Chance auf Entlassung auf Bewährung nach Verbüßung von zwei Dritteln der Strafe bei guter Führung haben sie, im Gegensatz zu Straftätern, nicht. Die Konferenz für Gefängniseseelsorge setzt sich daher dafür ein, diese Ersatzfreiheitsstrafen abzuschaffen und z. B. durch gemeinnützige Arbeit zu ersetzen.

Kann das Gefängnis einen Menschen besser machen? Vollzugsbeamte,

Psychologen, Seelsorger und Sozialarbeiter bemühen sich darum. Manche lernen erst in Haft Ordnung, Pünktlichkeit, Fairness und Zuverlässigkeit. Aber unsere Gefängnisse sind zur Zeit überfüllt und leiden an chronischem Personalmangel. Von 2015 bis 2017 stieg die Zahl der Inhaftierten allein in Baden-Württemberg um 10 Prozent auf über 7200. So kann oft nur verwaltet werden und die Zuwendung für den Einzelnen bleibt auf der Strecke. Andererseits bringen sich die Inhaftierten gegenseitig vielfach noch üble Dinge bei. So ist die Stimmung hinter Gittern meist nicht sehr förderlich, um Menschen positiv zu verändern.

Ich bin aber überzeugt, dass Gott Menschen positiv verändern kann. Dazu gehören zwei Dinge. Das erste ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Schuld. Auch Kriminelle sind keine Outlaws, die jedes Gesetz ablehnen würden. Im Gegenteil, sie haben oft ein sehr ausgeprägtes Gerechtigkeitsgefühl. Das Problem ist nur: Bei der Wahrnehmung der eigenen Schuld haben sie oft einen blinden Fleck. Das eigene Tun wird entschuldigt oder gerechtfertigt. Oder man redet sich damit raus, dass Andere viel schlimmer sind. Ganz unten in der Hierarchie stehen Kinderschänder. Für sie fordert man gern Höchststrafen. Das eigene Delikt sieht man im Vergleich mit ihnen dann natürlich in einem milden Licht. Von diesem Selbstbetrug kann die Beschäftigung mit Gottes Gesetz, den Zehn Geboten und dem Liebesgebot, befreien.

Wer in diesem Licht seine Schuld erkannt hat, darf das Evangelium glauben: Christus hat mit seinem Leben für deine Schuld bezahlt. Dir ist vergeben. In diesem Glauben darfst du ein ganz neues Leben beginnen. Und wer diese Liebe Gottes erkannt und angenommen hat, wird dann auch selbst immer mehr von Liebe geprägt.

Natürlich gilt diese gute Nachricht für alle Menschen. Denn niemand ist ja vor Gott ganz gerecht. Aber gerade im Gefängnis kann man immer wieder erstaunt erleben, wie dieses Evangelium Menschen zum Guten verändern kann. Bei einem Mann mit einer langen Vorstrafenliste war diese Veränderung so offensichtlich, dass es sogar die Richter überzeugt hat: Der Mann, der der Sonnenschein unseres Bibelreises war, kam auf Bewährung frei. Und ich habe ihn nie wieder hinter Gittern gesehen.

STRAFF

„Psychologen sind vor Ort“, das hört man fast stereotyp in den Nachrichten,

wenn von einem Terroranschlag oder einem schweren Unglück berichtet wird. Mir kommt das oft vor wie eine Art Beschwörungsformel. Wenn Psychologen da sind, ist es nicht mehr ganz so schlimm. Können Psychologen, kann Psychotherapie heilen? Die Erwartungen sind jedenfalls sehr groß. Noch vor wenigen Jahrzehnten gab es in Radolfzell einen einzigen Nervenarzt. Seit 2000 bin ich eine von mittlerweile 7 Fachärzten/Fachärztinnen für Psychiatrie und Psychotherapie, dazu kommen 15 für die kassenärztliche Versorgung zugelassene ärztliche oder psychologische Psychotherapeuten. Ich weiß, für viele sind diese Berufsbezeichnungen verwirrend, deshalb zur Erläuterung: Alle haben nach einem Psychologie- oder Medizinstudium eine umfangreiche Ausbildung in einem oder mehreren Psychotherapieverfahren durchlaufen. Fachärzte für Psychiatrie sind nach einer mehrjährigen Weiterbildung in psychiatrischen Krankenhäusern außerdem geschult im Erkennen, Behandeln und Begleiten auch schwererer Ausprägungen seelischen Leidens und erfahren im Umgang mit Psychopharmaka. Auch die verschiedenen psychologischen Beratungsstellen bieten psychotherapeutische Hilfen an. Trotz dieses im internationalen Vergleich umfangreichen Angebotes bestehen lange Wartezeiten für einen Psychotherapieplatz und es ist schwer für uns, dem Bedarf nicht nachkommen zu können.

Hoher Bedarf

Was mögen Gründe für diese Entwicklung sein? Da sind zum einen gesellschaftlich-politische Veränderungen: Ich denke an den Anpassungsdruck in einer härter werdenden Arbeitswelt, in der Menschen entweder unter einer Verdichtung der Anforderungen leiden oder aussortiert werden. Ich denke an soziale Ausgrenzungsprozesse bei zunehmender Ungleichheit, aber auch an den medial vermittelten Druck zur Selbstoptimierung. Auch das Thema Vereinzelung und Vereinsamung nicht nur bei Älteren wird zur Zeit breit diskutiert. **Viele Menschen kommen zu dem Schluss: „Wenn ich nicht funktioniere, muss ich wohl gestört oder krank sein und brauche Hilfe.“** Ich sehe hier mit anderen die Gefahr der Medikalisierung bzw. Psychiatrisierung politisch-sozialer Probleme. Wenn Sie dazu mehr lesen möchten, empfehle ich das Buch „Normal“ von Allen Frances oder „Irre, wir behandeln die Falschen“ von Manfred Lütz.

Aber auch mit grundlegenden Fragen der menschlichen Existenz - Freiheit und Verantwortung, Lebenssinn angesichts von Leid, Schuld und Sterben - wenden sich die Menschen immer weniger an Seelsorge und Kirchen, sondern an Psychotherapeuten. Natürlich hat die Popularität von Psychotherapie auch eine sehr gute Seite. Menschen leiden nicht mehr still und

manchmal voller Scham, sondern suchen Hilfe für ihre seelische Not. Die Psychotherapie als Fachgebiet hat in den letzten 100 Jahren eine enorme Entwicklung erlebt. Psychodynamische Therapieverfahren und Verhaltenstherapie sind anerkannt für die kassenärztliche Versorgung und werden bereichert durch eine Vielzahl an innovativen Methoden. Die verschiedenen Verfahren unterscheiden sich in ihrer Theorie, in ihrem Menschenbild und im praktischen Vorgehen. Umso bemerkenswerter ist der aktuelle Trend, aus verschiedenen Methoden neue Verfahren, zum Teil spezifisch zugeschnitten für bestimmte Störungen und Problemstellungen, zu "basteln". Es ist spannend für mich als Psychotherapeutin, hier immer wieder dazu zu lernen, und mein Repertoire an „Handwerkszeug“ zu erweitern.

Möglichkeiten und Grenzen

Aber ist es das Handwerkszeug, sind es die Methoden, die heilen? Die Psychotherapieforschung hat gezeigt, dass unspezifische Wirkfaktoren, die also allen Verfahren mehr oder weniger gemein sind, mindestens 50% des Therapieerfolgs ausmachen. Ganz zentral ist hier die Qualität der therapeutischen Beziehung. Eine intensive und vertrauensvolle therapeutische Beziehung braucht den Schutz bestimmter Rahmenbedingungen, wie Verlässlichkeit, klar geregelte Terminabsprachen, Vertraulichkeit und Verzicht auf private Kontakte. Aber auch die „Chemie“ muss stimmen. Nicht jeder kann mit jedem und ist vielleicht woanders besser aufgehoben. Die Hilfesuchenden müssen ihrerseits bereit sein, sich zu öffnen, einen oft langwierigen Prozess durchzustehen, an Veränderungen mitzuarbeiten und sich aus der Therapie auch wieder zu verabschieden. „Bloßes Schlechtgehen ist keine Eintrittskarte für eine Psychotherapie“, wie eine Kollegin sagte. Oft ist es notwendig, sich schmerzhaften Erfahrungen von Ohnmacht und Verlassenheit, Verstrickung und Schuld zu stellen, damit Hoffnung und Mut für Veränderungen wachsen. Nach dem bekannten Therapeuten und Schriftsteller Irvin Yalom geht es in der Psychotherapie im Wesentlichen darum, Wachstumshindernisse aus dem Weg zu räumen: „Aus einer Eichel wird eine Eiche“ - wenn man sie nur lässt.

Für mich persönlich ist es oft schwer und belastend, all diese Geschichten zu hören und mitzufühlen. Es ist erschütternd, was Menschen erleiden müssen und was sie sich gegenseitig antun. Andererseits erlebe ich es als Privileg, dass Menschen mir ihr Vertrauen schenken, dass ich daran mitwirken kann, dass sie sich aus unguten Mustern befreien, Verantwortung für ihr Leben übernehmen und an Lebensfreude gewinnen.

**Heilung bleibt dabei trotz aller Theorie immer auch Geheimnis,
ja vielleicht sogar Gnade.**

Aus dem Gemeindebrief vom Juni 1917:

Ein Kriegsoffer sind nun auch unsere Glocken geworden. Ihre Beschlagnahme und Enteignung ist ein schwerer, tiefempfunderer Eingriff in das religiös-kirchliche Leben unseres Volkes. Bis zum 30. Juni müssen unsere beiden großen Glocken abgeliefert sein. Die kleinste dürfen wir als Läuteglocke behalten. Nach Ansicht der Sachverständigen können 2-3 Jahrzehnte verstreichen, bis ein vollwertiger Ersatz für die herrlichen Bronze-Glocken unserer Kirche beschafft sein wird. Will man schon früher an zu einem vollen Geläute kommen, so muss man sich mit den hartklingenden, teuren Gußstahlglocken behelfen. Am Abend vor dem Ablieferungstermin ist die Abhaltung einer schlichten, kirchlichen Abschiedsfeier verbunden mit dem letzten Geläute geplant. Wir rechnen mit einer zahlreichen Beteiligung aller Gemeindeglieder bei dieser Feier. Es wird vielleicht manchem erwünscht sein, über die Geschichte unserer Kirchenglocken das Wichtigste zu erfahren. Sie sind bei der Erbauung unserer Kirche im Jahre 1899 von Herrn Fabrikant Ferdinand Allweiler gestiftet worden. Ihre Herstellung erfolgte durch die bekannten Glockengießer B. Grüninger Söhne in Villingen nach den von der evangelischen Kirchenbauinspektion in Karlsruhe gefertigten Plänen. Nach längeren Beratungen, ob das Geläute aus 3 oder 4 Glocken bestehen solle, entschied man sich für 3 Glocken und zwar für den Molldreiklang Gis-h. Dis. Herr Fabrikant Ferdinand Allweiler erklärte sich in hochherziger Weise bereit, außer den Glocken auch sämtliche Kosten für die 3 Armaturen und den Glockenstuhl zu übernehmen, d.h. das ganze Geläute der Gemeinde als Geschenk zu übermachen. ... Im einzelnen trägt die 9-Zentnerglocke das Motto: „Ein feste Burg ist unser Gott“, ferner die Namen des derzeitigen Kirchenvorstandes Die 6-Zentnerglocke trägt das Motto: „Der Meister ist da und rufet dich“ und die 3-Zentnerglocke „Kommet, denn es ist alles bereit.“. Die Glocken trafen am 13. Juli 1899 in Radolfzell ein, mußten aber, da die wirklichen Maße dies Turminnern mit denen des Bauplanes, nach welchem die Glockenmaße genommen waren, nicht übereinstimmten, ungefähr 3 Wochen lang unten in der Kirche stehen bleiben, bis die nötigen Veränderungen am Turm vorgenommen waren. Alsdann gelangten sie an ihren Bestimmungsort und ein feierliches Probegeläute löste Freude und Dankbarkeit in der harrenden Gemeinde aus. Erst mit der Kircheneinweihung am 27. August 1899 wurden die Glocken ihrer Bestimmung übergeben und waren seitdem 18 Jahre lang in Freude und Leid die treuen Begleiter unseres kirchlichen Gemeindelebens. Nun ruft auch sie das Vaterland in den Krieg. Statt Trost zu spenden und Wunden zu heilen, müssen sie Wunden schlagen und Tod bringen. Wer hätte dies vor 18 Jahren prophezeien mögen? Es sei denn! Wir sehen sie ziehen in Wehmut und Trauer. Uns bleibt der tröstliche Gedanke: Auch in ihrer jetzigen Bestimmung arbeiten sie ja mit, dass das Wort bald wahr werde: Friede auf Erden.

Worte haben Kraft. Worte bewegen Geist, Seele und Körper. Sie bewirken

Freude und lösen Trauer aus, sie können Frieden stiften oder wütend machen, sie können vor Scham zum Erröten bringen oder Tränen des Glücks und der Erlösung hervorrufen.

Ersten Worten schenken wir besondere Beachtung. Letzte Worte bleiben uns im Gedächtnis. „Im Anfang war das Wort.“, sagt Johannes. „Und Gott sprach: Es werde Licht.“, ist am Anfang der Bibel zu lesen.

Wer als Teenager oder Erwachsener jemanden anderen ansprechen oder sogar anmachen will, der überlegt sich gut, mit welchem Wort das am besten gelingen kann. Denn der erste Eindruck ist entscheidend für die weitere Beziehung.

Worte bestimmen unser ganzes Leben. Wir verletzen mit Worten, wir versöhnen uns mit Worten. Wir motivieren uns mit Worten, wir blockieren uns mit Worten. Wir glauben mit Worten. Wir glauben Worten. Wir sagen Jesus Christus ist das lebendige Wort Gottes und meinen damit, dass seine Worte uns gut tun und helfen „dass er uns gut tut und uns hilft im Leben. So, wie Petrus zu Jesus sagt: „Du hast Worte des ewigen Lebens.“ (Joh 6,68).

Natürlich soll es nicht bei Worten bleiben. Es müssen Taten folgen. „Lasst uns nicht lieben mit Worten, sondern mit der Tat und der Wahrheit.“ (1. Joh 3,18). Schlimm ist auch, wenn Wort und Tat nicht übereinstimmen. „So jemand spricht: Ich liebe Gott! Und haßt doch seine Brüder. Der treibt mit Gottes Wahrheit Spott und reißt sie ganz darnieder.“ EG 412

Aber wie können Worte nun heilen? Wenn wir zueinander sagen: „Ok, dann lass es uns noch einmal versuchen.“, dann ist eine neue Basis für weiteres, gemeinsame Zusammenleben geschaffen.

Wenn der Arzt sagt: „Sie sind geheilt!“ Oder: „Das wird schon wieder“. Dann sind wir auch nicht gesünder, als noch vor ein paar Augenblicken, aber es geht uns schon besser. Weil wir dem Arzt/der Ärztin vertrauen.

Worte können unserer Seele gut tun und sie können uns stärken. Im Neuen Testament spielt Heilung durch das Wort eine große Rolle. Jesus wird zuge-
traut, dass er durch Worte heilen kann.

Der Hauptmann von Kapernaum kommt zu Jesus und bittet um Heilung für seinen Knecht. „Ich bin nicht würdig, dass du eingehst unter mein Dach, aber sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund.“
Und Jesus heilt den Knecht.

Dieses Vertrauen in die Heilung durch Worte haben wir auch im Gottesdienst. Wir beten für uns und für andere. An Buß- und Bettag bitten wir besonders um Vergebung. „So vergebe ich euch eure Sünden. Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.“ Wir erfahren dadurch Zuspruch, dass Gott uns mit seiner Kraft Gutes tun will. Unsere Seele bekommt neue Kraft. Wer mag, kann sich diesen Zuspruch auch im persönlichen Gespräch abholen, zusprechen lassen, hören. Seelsorge wird das genannt oder auch Beichte.

Es gibt viele Worte in der Bibel, die uns wichtig sind, gut tun, helfen. Manche zeigen uns Perspektiven auf, wenn es uns schlecht geht. „Und ob ich schon wanderte im finsternen Tal, fürchte ich kein Unglück.“ Psalm 23. Andere geben uns Kraft „Kommt her zu mir, die ihr mühselig und beladen seid. Ich will euch erquicken.“ (Mt 11,28). Andere lassen uns trotzig Kraft schöpfen in schwierigen Situationen. „Der Herr ist mein Licht und mein Heil. Vor wem sollte ich mich fürchten. Der Herr ist meines Lebens Kraft. Vor wem sollte mir grauen.“ (Psalm 27,1).

Heilung durch das Wort kann aber auch bedeuten: **Heilung durch Jesus Christus**. Er wird als Wort Gottes verstanden, weil Gott durch ihn zu uns spricht. Auch beansprucht er für sich: Leben und Auferstehung zu sein und zu geben. Er sagt: „Ich lebe und ihr sollt auch leben“ (Joh 14,19) oder „Ich bin die Auferstehung und das Leben.“ (Joh 11,25).

IN EIGENER SACHE

Wir suchen Gegenstände und Bilder aus der alten Kirche.

Der Taufstein ist wieder aufgetaucht, ein Teil des Fensters. Im Keller im Grundwasser haben wir eine Bierflasche gefunden, ebenso hat uns ein Gemeindeglied ein Stück der Kirchenbänke gebracht. Das hat er aus den Trümmern gefischt. Gibt es weitere Gegenstände, die bei Ihnen im Keller, auf dem Dachboden oder im Schrank aufbewahrt werden? Ebenso haben wir kaum Bildmaterial der alten Kirche. Wenn sie Bilder von Taufen, Hochzeiten oder Festen haben, dann schicken Sie uns diese bitte.

Heilung aus Sicht eines Hausarztes

Wir alle wissen, dass unser Körper jederzeit aus der Balance kommen kann, entweder mit kleinen Störungen, wie einem grippalen Infekt, oder im Rahmen schwerer Erkrankungen. Solange es uns gut geht, wird das Nachdenken über Krankheit und Tod häufig verdrängt. Erkrankungen treffen uns „plötzlich und unerwartet“. Trotz fleißigen Daraufhinarbeitens, zum Beispiel durch Rauchen, Bewegungsmangel oder Übergewicht. Leben lernen heißt für mich, insbesondere als Arzt, Verantwortung für sich zu übernehmen, damit auch: Für das eigene Wohlergehen, die eigene Gesundheit, das Annehmen von Krankheit und das Erlernen von Wegen der Genesung (des Überwindens) und Heilung (Ganz-Werdung).

Vieles bleibt aber schon von Anfang an vage. Wir kennen unsere „Persönlichkeit“ nicht wirklich gut. Wie kann ich mich definieren? Die vielen Rollen, die ich spiele, je nach Situation, in der ich stecke. Rasch kommen wir da ins Schwimmen. Noch kennen wir unseren Körper genau, selbst wenn viele biochemische Reaktionen bekannt sind, der Sitz der Organe kein Geheimnis mehr ist. Aber wie dies alles wirklich wundersam ineinandergreift im Wirken, bleibt dennoch mystisch. Körper- und Organfunktion und subjektiv Gefühltes müssen nicht übereinstimmen („Die Ärzte haben mir gesagt, dass ich wieder gesund bin – aber ich fühle mich krank, schwach und spüre, dass etwas mit mir nicht stimmt“).

In diesen Ungewissheiten versuchen wir uns Halt zu schaffen, indem wir uns mit inneren Glaubenssätzen versehen und ein Selbstbild schaffen. „So und genau so bin ich“, „so und genau so muss sich mein Körper anfühlen“, „so und genau so müssen Körper und Bewusstsein funktionieren“; wir fokussieren auf Dinge, die uns angenehm sind, schaffen uns Rituale, lenken uns von den Unwägbarkeiten ab, die das Leben eben ausmachen. Lenken uns aber auch von den Naturgesetzen ab, die uns bestimmen, ob wir wollen oder nicht: Altern, Krankheiten und Tod gehören zum Leben, und wir alle werden diesen Körper verlassen, eines Tages. All dies wird defizitorientiert wahrgenommen: Alter bedeutet weniger Leistungsfähigkeit, Krankheit mag Einschränkung von Möglichkeiten bedeuten, Schmerz auch, und der mit jedem Lebenstag näher kommende Tod lässt uns ängstlich werden. Zum Teil resignieren wir oder enden im Negieren. Oder wir kämpfen dagegen an im zwanghaften Aufrechterhalten des geschaffenen Selbstbildes. Viele Menschen kreisen um sich selbst, beschäftigen sich defizitorientiert mit ihren Krankheiten, Zwicken und Zwacken, dem, was heute nicht mehr geht, was gestern noch ging, Angst vor dem, was morgen kommen könnte. Für mich als Arzt ist das Älterwerden, sind sog. „Schicksale“ und sind Krankheiten Götterboten (Buddha), „wen Gott liebt, dem sendet er auch

Krankheiten“ (Überzeugung zahlloser christlicher Lehrer/innen). Beides sind Möglichkeiten des Innehaltens, der Bewusstwerdung, der Schärfung des Bewusstseins und die Möglichkeit des offenen Auges. Wir erhalten die Möglichkeit, uns bewusst zu werden über die Wahlmöglichkeiten in unserem Leben. Altern, Krankheit und Tod, möglicherweise auch Schmerz, sind gesetzt, hier können wir nicht wählen. Aber wir können wählen, wie wir damit und mit unserem Leben umgehen – wir können wählen, ob wir darunter leiden. Wir können wählen, aus der Identifikation mit den eigenen Vorstellungen. Wir können aus dem eigenen Selbstbild hinaustreten.

Häufig erlebe ich im Umgang mit Krebskranken die sog. Phasen der Krankheitsverarbeitung, die über Niedergeschlagenheit, eine depressive Stimmung, ein Negieren, Wut und Kämpfen nicht immer, aber häufig letztlich, zum Annehmen der Erkrankung führen. Nicht immer, aber häufig mit einem sehr bewussten Erleben der bleibenden Lebenszeit, einem wirklichen Einfühlen in das, was als „Ich“ neu erlebt wird. Dieser Begleitungsprozess ist ein sehr achtsamer und behutsamer, täglich neu auszuhandelnder: Das Ich wird jeden Tag neu erfunden.

Wenn wir es zulassen, so kann jede „banale“ Erkrankung, jede Wundheilung und jede kleine Operation, die zur vollständigen „Genesung“ und zum „Funktionserhalt“ z.B. eines Kniegelenks führt, Chance sein, sich zu hinterfragen und unser Selbstbild positiv auf den Prüfstand zu stellen, indem wir uns freimachen von Konzepten, vom Denken, dass wir eben „genau so“ und nicht anders sind und zu sein haben, ohne Veränderung, die Angst vor eben dieser Veränderung überwindend – und Neues zunächst wertfrei und nicht als „Verlust von Altem“ annehmend.

So, wie ich als Arzt nur „heilen“ kann, wenn ich mich wertungsfrei und annehmend einem Patienten zuneige, zuhöre, einfühle, so kann Heilung im Einzelnen, unabhängig von einem gut „eingestellten“ Bluthochdruck oder einer Blutzuckererkrankung nur stattfinden, wenn jeder Mensch selbst sich seinem Ich zuneigt. In sich hineinhört und einfühlt; das heißt zunächst erst einmal: Annehmen, was in der Introspektion mir begegnet, wertfrei, mit allen Aspekten, die mir offenbar werden. Täglich. Minuten der Stille und des Innehaltens in mein Leben einbauend, ohne Radio, Fernsehen, Ablenkung, Annehmen von Wertvorstellungen, die in vielerlei Couleur uns jeden Tag frei Haus und Seele geliefert werden. Sich fühlen. Sich in einem Prozess vielleicht vieler Jahre loslassen können aus gemachten Selbstbildern und Vorstellungen und Glaubenssätzen, die uns blockieren, verkrampfen, festfügen bis zur Knotenbildung, Verklebung, Verziehung. Sich Gefühlen stellen, ohne sich – langfristig – davon beherrschen zu lassen.

Damit wird Einklang möglich, Hingabe ans Ich, konzeptlos, Gegenwart – und Annehmen. Ganz-Werden.

„ ... mehrt euch und füllt die Erde und macht sie Euch untertan, und

herrscht über (...) alle Tiere, die auf der Erde sich regen! ...“, heißt es in einer der biblischen Schöpfungsgeschichten. Menschen folgten Jahrtausende lang dieser Einladung zum Beherrschen und Benutzen. Die vorhandenen Schätze an Boden, Luft, Wasser und der belebten Natur schienen ja grenzenlos zu sein. Jeder konnte sich nach Belieben an dem Gut „Natur“ bedienen, anfangs sogar gänzlich kostenlos und scheinbar folgenlos. Es ging lange gut, bis vor ca. 45 Jahren plötzlich bedrohliche „Grenzen des Wachstums“ in die öffentliche Wahrnehmung gerieten: „Wenn die gegenwärtige Zunahme der Weltbevölkerung, der Industrialisierung, der Umweltverschmutzung, der Nahrungsmittelproduktion und der Ausbeutung von natürlichen Rohstoffen unverändert anhält, werden die absoluten Wachstumsgrenzen auf der Erde im Laufe der nächsten hundert Jahre erreicht.“ Auch wenn sich mittlerweile die Voraussage hinsichtlich der 100 Jahre als zu pessimistisch herausgestellt hat, am Kern der Aussage hat sich bis heute nichts geändert. Umwelt-Politik wurde zu einem Thema, zumindest in den entwickelten Staaten des Westens und des Nordens.

Auch die christlichen Kirchen entdeckten das neue brisante Thema: Einen wichtigen Wendepunkt bildete dazu die Vollversammlung des Ökumenischen Rates der Kirchen 1983 in Vancouver. Sie reagierte auf die drohenden existentiellen Auswirkungen menschlichen Handelns mit dem Aufruf zu einem „Konziliaren Prozess für Frieden, Gerechtigkeit und Bewahrung der Schöpfung“. Das Wort Bewahrung erinnert an die Verantwortung des Menschen für seine Umwelt.

Menschen begannen, ihre eigene Rolle in der Umwelt neu zu beschreiben: Das großspurige Selbstbild von der „Krönung der Schöpfung“ schrumpfte zusammen zum bescheideneren „Mensch als Teil der Natur“. Wobei Teil hier eine Dreifachbedeutung inne hat: „Täter“, „Retter“ und „Opfer“ zugleich.

Unserer belebten und unbelebten Umwelt wird seitdem von einigen ein eigener (ethischer) Wert zugestanden, der mehr und anderes umfasst als nur ihre wirtschaftliche Verwertbarkeit. Ein Vordenker dieser Idee war Hans Jonas, der schon 1979 schrieb: „Es ist zumindest nicht mehr sinnlos zu fragen, ob der Zustand der außermenschlichen Natur, die Biosphäre als Ganzes und in ihren Teilen, die jetzt unserer Macht unterworfen ist, eben damit ein menschliches Treugut geworden ist und so etwas wie einen moralischen Anspruch an uns hat - nicht nur um unseretwillen, sondern auch um ihrer selbst willen und aus eigenem Recht.“ So betrachtet ist Umwelt kein herrenloses Gut. Vielmehr haben wir es nur „treuhänderisch“ von unseren Nachkommen geliehen. Wir stehen somit in der Verantwortung, es ihnen so zu hinterlassen, wie wir es vorgefunden haben.

Ehr-Furcht, der Begriff aus der Überschrift, beinhaltet ja zweierlei: die Ehrerbietung vor etwas Großem, Erhabenen einerseits und die Furcht vor etwas (Über-)Mächtigem andererseits. Der biblische Begriff der Schöpfung stellt durch seinen Bezug zu Gott, dem Schöpfer, einen unmittelbaren Wert für Gläubige dar. Mit den o.g. Überlegungen von H. Jonas weist der säkulare Begriff „Natur“ auch Nicht-Christen in eine vergleichbare Richtung: Auch sie sind aufgefordert, die natürliche Umwelt wertschätzend, ehrerbietig und verantwortungsvoll – eben wie ein geliehenes Gut - zu behandeln.

Wir wähten uns früher lange in der Sicherheit, durch Naturwissenschaft und Technik seien alle Naturgewalten so gut wie gezähmt. In der jüngsten Vergangenheit lernen wir, wie schwach und verletzlich wir Menschen miteinander sind – zumal durch selbst geschaffene Risiken wie die Atomkraft und Kohlendioxid-Emissionen: Wir lernen zunehmend, uns zu fürchten.

Ehrerbietung und Furcht zugleich: Das legt den Gedanken nahe, dass Heilung des Verdorbenen in der Natur bzw. an der Schöpfung mit einer ehrfurchtsvollen Haltung und Handlungsweise von uns Menschen zusammenhängt. Ob wir uns nun als Werkzeuge Gottes oder als verantwortungsbewusste Bürger und Verbraucher betrachten: Das Motiv mag verschieden sein, doch die Konsequenzen für das Handeln sind vergleichbar: „an ihren Früchten sollt ihr sie erkennen“.

Das Projekt des „Grünen Gockels“ stellt solch eine Frucht dar: Es „ist ein wirksames Instrument für Kirchen- und Pfarrgemeinden sowie kirchliche Einrichtungen, um dauerhaft die eigenen Umweltauswirkungen zu erfassen, zu bewerten und positiv zu verändern. Mit der Einführung des Systems leistet die Gemeinde/Einrichtung einen wertvollen Beitrag zum Klimaschutz und zur Bewahrung der Schöpfung und senkt ihre Betriebskosten. Der Grüne Gockel ist speziell an die Bedürfnisse von Kirchengemeinden angepasst. Grundgedanke ist es, Arbeitsabläufe so zu organisieren, dass eine kontinuierliche Verbesserung des Umweltschutzes erreicht wird.“

Das Umweltteam der Gemeinde ist offen für weitere Umwelt-bewusste Engagierte.

Zum Weiterlesen zwei Literaturhinweise:

- Papst Franziskus: Laudato si, Stuttgart, 2015
- Ernst Ulrich von Weizsäcker, Anders Wijkman u.a.: Club of Rome: Der große Bericht, Gütersloh, 3. Auflage, 2017

Heile, heile, Segen ...

Diese Zeilen sind wohl das erste, was uns im Zusammenhang des Themas „Heilung“ und kleinen Kindern einfällt. Auch heute noch kennen Kinder diesen Vers und auch heute noch hilft er.

Wir leben als Menschen auf drei verschiedenen Ebenen, die beachtet und entwickelt werden müssen: die materielle Ebene, die menschlich/soziale Ebene (einschließlich des Verstandes) und die spirituelle Ebene. Krankheiten können durch Ungleichgewicht, entweder auf einer Ebene oder zwischen ihnen entstehen. Dann braucht es Heilung.

Viele Aspekte des Heilens sind im Umgang mit Kindern im Kindergarten zu finden:

In ihren alltäglichen Rollenspielen, im „So-tun-als-ob“, spielen die Kinder Erlebtes und Beobachtetes nach. Sie verarbeiten dabei auch ihre Gefühle, ihre bisherigen Erfahrungen ihres noch kurzen Lebens. Die Kinder spielen Situationen des „Sich-kümmerns“, „Mutter und Kind“, „Arzt und Patient“ nach und entwickeln eigene Vorstellungen dazu. Dabei schlüpfen sie leicht entweder in die Rolle des Sorgenden und Gebenden oder in die des umsorgt Werdenden. Dieses Spiel hat auch eine heilende Wirkung auf die Kinder.

Als Erwachsener Zeit haben, wirklich Zuhören, Nähe und Beziehung aufbauen und echtes Interesse, wirkt heilend auf die Kinder. Und auch wir Erwachsene brauchen dies ein Leben lang.

Trost (auch schon ein Heilungsbeginn) zu empfangen ist für Kinder im Sinne des Wortes dringend not-wendig. An der Erfahrung auch selbst trösten und anderen helfen zu können, wachsen sie.

In unserer Einrichtung legen wir großen Wert darauf, dass jedes Kind bei uns Geborgenheit und Sicherheit erfährt. Wenn Kinder sich einer Gruppe zugehörig fühlen, übernehmen sie gerne und leicht Verantwortung für sich und die Gemeinschaft.

Bei uns erfahren die Kinder, dass es bereichernd ist, jemandem zu helfen und niemanden auszugrenzen.

„Denn Kinder brauchen Gemeinschaften, in denen sie sich aufgehoben fühlen, Vorbilder an denen sie sich orientieren können und Aufgaben, an denen sie wachsen können.“ (nach Gerald.Hüther)

Uns Erzieherinnen ist wichtig, dass die Kinder erleben: „Ich kann was, ich bin wer, ich werde so wie ich bin geliebt.“

Besondere Rituale, Regeln und Abläufe im Kindergarten und der Krippe geben den Kindern Sicherheit und Geborgenheit. Z.B der sogenannte „Morgenkreis“ mit eigenen Liedern und Gebeten.

Im Neuen Testament ist der Begriff Heilung mit dem Glauben verbunden, z.B.:

„Dein Glaube hat dir geholfen“ (z.B. Mt 9,22; Mk 10.52; Lk 17,19).

„Ich mach dich gesund“ sagt der Bär, eine der Hauptfiguren in einer Geschichte von Janosch. Diese Wirkung entfaltet sich dann auch bei den Kindern, denn ihnen ist anders, als uns Erwachsenen, dieser einfache Glaube noch nicht verloren gegangen.

„Und wenn ihr nicht werdet wie die Kinder...“



Der Gesprächskreis „GLAUBEN & WISSEN“

in der Form eines offenen, selbstorganisierten, gemeindeüberschreitenden, ökumenischen Gesprächskreises mit Referenten und Moderatoren aus dem Teilnehmerkreis wurde am 8. März 2018 beendet.

Themenangebote und Teilnehmerzahlen - unabhängig von Themen - waren immer mehr zurückgegangen.

Zwei Besonderheiten des am 20. Juni 2003 von Heinz-Jochen Baeuerle und Dr. Benno Ennker gestarteten Forums für mitbestimmende Teilnehmer, waren die wechselnden Themengebiete aus Theologie und Naturwissenschaften, Religionsgeschichte und Politik, Wirtschaftsabhängigkeit und Sozialzusammenhang, sowie die hohe Diskussionsbeteiligung. Ort und Zeit für vertiefenden Gedankenaustausch zu finden, war für viele der monatlich intern durch eMail und extern durch Gemeindebrief, Abkündigung, Plakate und häufige Pressehinweise Eingeladenen wichtig. Den eigenen Erfahrungsschatz weitergeben zu können, war immer auch Ziel der Planung. Diese bisherige, auch kostengünstige Organisationsform deckt aktuelle Bedürfnisse nicht mehr ab. Erfahrungen im Umfeld deuten darauf hin, dass heute Vorträge von Fachreferenten eher besucht werden. Das Anliegen der Gründer und Organisatoren von „Glauben & Wissen“ könnte in anderer Form lebendig weiter realisiert werden. Dr. Inge Bung und Harald Heine

Heilung im Alltag einer Apotheke

Wir als Apotheke haben jeden Tag mit den Begriffen „Heil, bzw. Heilung“ zu tun. Schließlich kommen die Menschen zu uns, die an einem Leid erkrankt sind, die eine Veränderung ihres Körpers oder Zustands verspüren und unsere Hilfe benötigen. Einige dieser Menschen sind auf der Suche nach schneller Genesung durch Bekämpfung ihrer Symptome. Viele aber wollen die Ursache ihrer Beschwerden angehen und verfolgen das Ziel, geheilt zu werden.

Heute gibt es viele Ansätze, eine Heilung anzugehen. Neben der konventionellen Schulmedizin gibt es auch einige alternative Methoden. Nur kurz aufgezählt, findet man darunter Naturheilverfahren, Körpertherapieverfahren, Behandlungsmethoden wie Homöopathie, Osteopathie und Akupunktur sowie Bereiche der anthroposophischen Medizin und der traditionellen chinesischen Medizin.

Da unsere Apotheke besonders in Naturheilverfahren und der Homöopathie stark aufgestellt ist, möchte ich folgend ein paar natürliche Arzneimittel, speziell ein paar wichtige Heilpflanzen und deren Zubereitungen, vorstellen. Schließlich werden in der Medizin Heilpflanzen täglich mit Erfolg in verschiedenen Formen eingesetzt: als Tee, Bäder, Umschläge, Salben, Cremes und Inhalationen. Auch in den Formen einer Tinktur oder eines Extrakts und als Arzneispezialität aus Einzelwirkstoffen.

Heilpflanzen können Krankheiten heilen, sie können vorbeugen und lindern - Wundermittel allerdings sind sie nicht. Ihr Einsatz ist nur dann sinnvoll, wenn die Möglichkeiten und die Grenzen ihrer Anwendung genau beachtet werden.

Folgende Heilpflanzen werden bei uns im Alltag häufig in Teemischungen oder als Einzelkomponente eingesetzt:

- **Anis (Anisfrüchte) = Anisi Fructus**

Blütezeit: Juli-September

Vorkommen: Orient, Indien, Europa (Mittelmeerraum)

Inhaltsstoffe: ätherisches Öl Trans-Anethol

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Die reife Frucht

Heilwirkung und Anwendung:

Vertreibt Blähungen und kräftigt den Magen. Auch bei Husten anzuwenden. Neben Anis existiert auch der Kümmel bzw. die Kümmelfrucht, die ebenso ein hervorragendes Karminativum (Mittel gegen Blähungen) ist.

Anwendung in der Homöopathie: Anisum

gegen Appetitlosigkeit, gegen Blähungen und als Beruhigungsmittel.

- **Arnika (Arnikablüten) = Arnicae Flos**

Blütezeit: Juni bis August

Vorkommen: Spanien, Schweiz, Italien, auf wenig gedüngten Bergwiesen, im Gebirge und auch im Flachland

Inhaltsstoffe: Ätherisches Öl, Flavonoide, Prozyanidine

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Die Blütenköpfchen

Heilwirkung und Anwendung: Wirkt äußerlich und innerlich desinfizierend, entzündungshemmend und wundheilungsfördernd.

Arnika als eine der bedeutendsten Heilpflanzen wird gerne als Umschlag mit Arnika-Tinktur bei Zerrungen von Muskeln und Sehnen und bei Faserissen, bei Quetschungen, Blutergüssen und bei Venenleiden angewendet. Ebenso bei Entzündungen im Mund und Rachen als Spülung und zum Gurgeln.

Anwendung in der Homöopathie: Arnika

Gilt als das wichtigste Wundheilungsmittel des homöopathischen Arzneischatzes. Bei Entzündungen, Blutergüssen, Zerrungen und Prellungen, bei Rheuma und Gicht und als Herz- und Kreislaufmittel bei insuffizientem Altersherz. Bei Arteriosklerose und Angina pectoris.

- **Bärentraube (Bärentraubenblätter) = Uvae Ursi Folium**

Blütezeit: April bis Juni

Vorkommen: Hauptsächlich im Norden Europas auf humusreichem Moorboden und Heidefeld

Inhaltsstoffe:

Arbutin Methylarbutin, Hydrochinon, Gerbstoffe und Flavonoide

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Die Blätter

Heilwirkung und Anwendung: Als Entgiftungsmittel der Niere, vor allem der Blase und der ableitenden Harnwege und bei Entzündungen der ableitenden Harnwege. Eines der am häufigsten eingesetzten Präparate pflanzlichen Ursprungs bei leichten Harnwegsinfekten.

- **Beinwell = Symphyti Radix**

Blütezeit: Mai bis September

Vorkommen: Bevorzugt an feuchten Stellen, an Gräben und Bachufern, auf Äckern und Wiesen, in ganz Europa

Inhaltsstoffe:

Allantoin, Gerbstoffe, Flavonoide, verschiedene Pflanzensäuren.

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Der Wurzelstock

Heilwirkung und Anwendung: Nur äußerlich in Form von Salben und Cremes zur Heilung von Knochenschäden, bei Zerrungen, Verstauchungen und Verrenkungen. Bei Wunden und Geschwüren und bei Zellge-

websentzündungen. Allantoin löst Wundsekrete auf, verflüssigt Eiter und regt zur Granulation an.

Anwendung in der Homöopathie: Symphytum

Bei Knochenbrüchen, stumpfen Verletzungen und schlecht heilenden Wunden.

- **Brennessel (Brennesselkraut) = Urticae Herba**

Blütezeit: Mai bis Juli

Vorkommen: Bevorzugt in der Nähe menschlicher Behausungen in Gärten, Zäunen, Grabenrändern

Inhaltsstoffe: Flavonoide, Chlorophylle, Mineralsalze, in den Brennesselhaaren: Amine (Histamin).

Arzneilich verwendete Pflanzenteile:

Das Kraut, die Samen und die Wurzeln.

Heilwirkung und Anwendung: Zur Anregung des gesamten Körperstoffwechsels, gegen Rheuma und Gicht, Galle- und Leberbeschwerden. Zur Erhöhung der Harnmenge und zur Unterstützung der Behandlung von Beschwerden beim Wasserlassen, bei Miktionsbeschwerden (Beschwerden beim Wasserlassen) sowie gutartige Prostata-Vergrößerung in Stadium I und II.

Anwendung in der Homöopathie: Urtica Urens

Gegen Nesselsucht und andere Hautausschläge mit Brennen und Jucken, bei leichten Verbrennungen und Sonnenbrand. Auch zur besseren Ausscheidung der Harnsäure.

- **Frauenmantel (Frauenmantelkraut) = Alchemillae Herba**

Blütezeit: Mai bis August

Vorkommen: In Gebüschen, lichten Wäldern, auf Wiesen, an trockenen Gräben und am Weg.

Inhaltsstoffe: Gerbstoffe, Bitterstoffe, Flavonoide.

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Das Kraut

Heilwirkung und Anwendung: Gegen Beschwerden der Wechseljahre der Frau, wie z.B. gegen zu starke Monatsblutungen, Hitzewallungen, Stoffwechselstörungen.

- **Kamille (Kamillenblüten) = Matricariae Flos**

Blütezeit: Mai bis Juni

Vorkommen: In fast ganz Europa auf Äckern, Schuttplätzen und Brachland, an Wegrändern, Böschungen und vor allem auf Getreidefeldern.

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Die Blüten und das daraus gewonnene Öl.

Inhaltsstoffe: Ätherische Öle wie Chamazulen, Alpha-Bisabolol, Flavonoide, Cumarine. Doch erst das Zusammenspiel aller Inhaltsstoffe ergibt die bekannte Kamillenwirkung.

Heilwirkung und Anwendung: Innerlich und äußerlich. Innerlich bei Magenbeschwerden, Entzündungen der Magenschleimhaut und bei Magengeschwüren in Form von Tee- und Teemischungen. Äußerlich bei schlecht heilenden Wunden und Entzündungen der Haut und Schleimhaut sowie bakteriellen Hauterkrankungen. Hier stehen neben dem Kamillen-Extrakt auch Salben und Cremes zur Verfügung. Ebenso eingesetzt wird die Kamille bei Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut und bei Reizerscheinungen im Intimbereich. Hier werden vorwiegend flüssige Zubereitungen in Form von Mund- und Rachensprays und Extrakten eingesetzt. Auch bei Entzündungen der Nase und des Rachenraums wie auch bei Entzündungen der Nebenhöhlen wird die Kamille mit Erfolg eingesetzt. Hier eignen sich besonders Kamille-Dampfbäder.

Anwendung in der Homöopathie: Chamomilla

In erster Linie ein Heilmittel für das Nervensystem. Sinnesorgane und sensible Nerven werden durch Chamomilla günstig beeinflusst.

Daher z. B. Bei Kopf- und Gesichtsneuralgien, stechenden Kopfschmerzen, entzündeten Augen und Ohren mit stechenden Schmerzen, Zahnschmerzen sowie bei krampfartigen Schmerzen der Verdauungsorgane.

- **Pfefferminze (Pfefferminzblätter) = Mentha X Piperitae**

Blütezeit:

Vorkommen: Die arzneilich verwendete Pfefferminze wird kultiviert und kommt wild bei uns nicht vor.

Inhaltsstoffe: Ätherisches Öl (als Hauptbestandteil Menthol), Flavonoide, Gerb- und Bitterstoffe

Arzneilich verwendete Pflanzenteile:

Die Blätter und das daraus gewonnene Öl.

Heilwirkung und Anwendung: Als Magenmittel wenn Übelkeit, Brechreiz oder akutes Erbrechen der Behandlung bedürfen. Außerdem fördert Pfefferminztee den Galleabfluss und die Galleproduktion in der Leber.

• **Thymian = Thymi Herba**

Blütezeit: Juni bis August

Vorkommen: Felsenheiden und die Buschwälder des Mittelmeerraumes.

Inhaltsstoffe: Ätherisches Öl mit Thymol, Gerbstoffe und Flavonoide.

Arzneilich verwendete Pflanzenteile: Das ganze blühende Kraut.

Heilwirkung und Anwendung: Krampflösend und desinfizierend z.B.

bei krampfartigem Husten, bei chronischer und akuter Bronchitis. Ein alt bewährter Hustenlöser. Auch werden asthmatische Anfälle gemildert.

Anwendung in der Homöopathie: Thymus vulgaris

Bei Magenbeschwerden und Husten

• **Lavendel (Lavendelblüten) = Lavandula Flos**

Blütezeit: Juli bis August

Vorkommen: Heimisch im westlichen Mittelmeer. Der arzneilich genutzte Lavendel stammt aus Kulturen.

Inhaltsstoffe: Ätherisches Öl als Hauptwirkstoff. Daneben auch Gerbstoffe, Flavonoide, Phytosterole und Cumarine.

Arzneilich verwendete Pflanzenteile:

Die Blüten und das daraus gewonnene ätherische Öl.

Heilwirkung und Anwendung: Lavendelblüten wirken beruhigend auf das ZNS und auch auf das Nervensystem der Luftröhre. So wird Lavendel als Bestandteil einer Teemischung bei Befindensstörungen wie Unruhezuständen und Einschlafstörungen eingesetzt. Ebenso eingesetzt werden die Lavendelblüten bei Appetitlosigkeit sowie bei funktionellen Oberbauchbeschwerden (nervöser Reizmagen, Meteorismus, nervöse Darmbeschwerden). Als Lavendel-Bad nutzt man ihn zur Behandlung von funktionellen Kreislaufstörungen.

Neben den oben genannten Heilpflanzen gibt es eine Reihe weiterer Pflanzendrogen (wie es in der Pharmazie heißt) in unserem Sortiment, die an medizinischer Bedeutung gewonnen haben und über die wir Sie gerne bei uns in der Apotheke beraten werden.

Quelle: Heilpflanzen, Apotheker M. Pahlow

Sie wollen shoppen und Gutes tun?

Als Kirchengemeinde in Radolfzell finden wir es gut, wenn Sie das, was Sie brauchen, möglichst bei den lokalen Händlern in unserer Stadt oder der näheren Umgebung kaufen. Wir wissen jedoch, dass viele Menschen aus unterschiedlichen Gründen heute gerne über das Internet einkaufen. Manche Dinge bekommt man in unserer Stadt gar nicht, Bahntickets lassen sich viel einfacher von daheim aus bestellen und gleich ausdrucken. Wenn Sie also zu denjenigen gehören, die gerne online einkaufen, gibt es nicht nur eine, sondern gleich zwei Möglichkeiten, dabei gleichzeitig etwas Gutes zu tun. Wenn Sie beispielsweise das nächste Mal ein Bahnticket oder Büroartikel online kaufen oder eine Urlaubsreise per Internet buchen wollen, dann gehen Sie bitte auf die Seite www.bildungsspender.de, suchen unter „Einrichtungen“ unsere Kirchengemeinde, klicken auf den dort angegebenen Link und wählen dann unter den vielen angegebenen Unternehmen das aus, bei dem sie einkaufen wollen. Ein Teil Ihre Einkaufssumme bekommt unsere Kirchengemeinde, ohne dass Ihr Einkauf dadurch teurer wird. Aktuell wollen wir mit diesen Spenden die Kosten decken, die das Abdichten des Foyer-Daches verursacht hat. Sie müssen sich dazu bei Bildungsspender nicht registrieren. Falls Sie gerne bei Amazon kaufen, können Sie mit Ihrem Einkauf unseren Diakonieverein unterstützen. Gehen Sie bitte nicht direkt zur Amazon-Seite, sondern auf www.smile.amazon.de. Dort melden Sie sich mit Ihren Amazon-Zugangsdaten an. Bevor Sie einkaufen, suchen Sie, am besten über den Suchbegriff „Radolfzell“, die Organisation, die Sie unterstützen wollen, und wählen den Ev. Diakonieverein Radolfzell e.V. aus. Danach können Sie wie gewohnt einkaufen, und 0,5 % Ihrer Einkaufssumme gehen an den Diakonieverein, ohne dass Ihr Einkauf dadurch teurer wird.

Machen Sie mit bei unserer Spendenaktion „Renovierung der Christuskirche“!

„Wichtig ist nicht, dass der Beton schön ist, sondern, dass wir in unseren Räumen Schönes erleben.“ Das sagt unser Vorsitzender Ulrich Schmidt immer wieder. Er sagt das, weil das so einfach stimmt. Wir feiern Gottesdienste, die unsere Seele berühren, fast jeden Abend macht eine andere Gruppe Musik, wir mit unseren Jugendlichen, wir sehen glückliche Paare, junge Eltern. Wir trauern um Menschen,



Vieles, was wir in unserer Kirche erleben, macht unser Leben freundlich, hell, warm. Vor allem, weil wir immer wieder Gottes Geist spüren dürfen. Und dennoch ist unsere Kirchen in die Jahre gekommen und muss renoviert werden. Daher bitten wir Sie um Unterstützung. Überlegen Sie sich einen Betrag für uns, den sie monatlich geben möchten. Ob nun 10, 50 oder 100 €. **12 mal X** haben wir die Aktion genannt.

die uns jahrelang begleitet haben. Sie mit unseren Jugendlichen, Paare, junge Eltern. Wir

Damit uns beim Beten die Decke nicht irgendwann auf den Kopf fällt.

**Samstag, den 9. Juni 2018, 19 Uhr, Christuskirche
BACH & ECHOes**

Werke von
Johann Sebastian Bach und Johann Christoph Fr. Bach,
Francois Couperin, Bohuslav Martinu und Nächklänge von ECHOes

Susanne Götz - Klavier, Dizzy Krisch - Vibraphon
Urs Lämpfle - Violoncello, Dieter Schumacher - Percussion

Wir haben wieder eine Jungschar

Herzlich willkommen sind alle Jungs und Mädels von 7 bis 10 Jahren zum gemeinsamen Singen, Spielen, Beten, Basteln, Bibel entdecken, Experimentieren und vielem mehr in der Jungschar!

Wir treffen uns alle 2 Wochen Donnerstags von 17:00 - 18:00 Uhr im Jugendraum der Christuskirche, außer in den Schulferien.

Nähere Infos bei: Simone Cirella, sici@gmx.de



Kontaktstudium Pfarrer Christian Link

Christian Link ist seit dem 11. April ins Kontaktstudium gegangen. Nach 10 Jahren im Pfarrdienst bietet die Evang. Landeskirche ihren Pfarrern und Pfarrerinnen an, dass diese für ein Sommersemester noch einmal an der Universität studieren dürfen. Pfarrer Link ist seit 2002 im Gemeindedienst und wird das Sommersemester bis zum 29. Juli in Heidelberg verbringen. Ab August ist er dann wieder in Radolfzell. Im Kontaktstudium wird nicht nur an der Universität studiert und neuere theologische Entwicklungen wahrgenommen. Es dient auch der Reflexion der beruflichen Praxis. Während des Kontaktstudiums übernahmen Kolleginnen und Kollegen, Prädikanten und Pensionäre Gottesdienste, ebenso die Kasualien. Allen, die bereit waren Aufgaben zu übernehmen, danken wir herzlich.

Jahresstatistik 2017

Die Evangelische Kirchengemeinde Radolfzell umfasst Radolfzell mit den Ortsteilen Stahringen, Güttingen, Liggeringen, Möggingen, Güttingen und Markelfingen. Böhringen ist eine eigene Kirchengemeinde. Zum Jahresende 2017 waren in der Kirchengemeinde Radolfzell 4.766 (4.932) Personen evangelisch. Wir hatten 40 (41) Taufen, 6 (4) Hochzeiten, 55 (63) Bestattungen, 26 (26) Konfirmanden, 5 (7) Kircheneintritte, 57 (53) Kirchengaustritte. Die Zahlen in Klammern geben das Jahr 2016 an.

Erntedank auf dem Dürrenhof

Am 30. September feiern wir Erntedank auf dem Dürrenhof. Oberhalb des Mindelsees gelegen mit Blick auf den Mindelsee und den Bodensee, inmitten von Stroh, Ställen und Pferden wollen wir gemeinsam Erntedank feiern. Genauere Informationen dann Anfang September auf der Homepage und im Gottesdienst.

Wie geht es Pfrin. Brigitte Haug?

Am 27. Dezember 2017 wurde Pfrin. Haug hinter dem Pfarrhaus ohne Bewusstsein aufgefunden. Sie kam zunächst nach Singen ins Krankenhaus. Dort wurde eine Hirnblutung diagnostiziert. Noch am gleichen Tag wurde sie nach Freiburg verlegt. Dort ging es ihr zunächst gut, dann kam es aber zu Nachblutungen und sie wurde operiert. Im Februar konnte sie dann nach Allensbach in die Schmieder-Klinik verlegt werden. Sie macht langsam Fortschritte, aber zur Zeit können wir noch nicht sagen, wann sie wieder nach Hause kommen darf. Wir danken allen, die uns in dieser schwierigen Situation unterstützen und die für unsere Pfarrerin beten.

Konfirmation am 28. April:

Vorne v. links: Katharina Vogel, Annika Klenner, Julia Matz, Charlotte Mader, Lisa Cierpinsky, Sharyn Sopper, Teresa Klinkenberg
Hinten v. links: Laura Matz, Felix Abmeyer, Marius Blum, Moritz Rick, Fabian Bolduan, Pfarrer Christian Link, Frau Diana Mauz



Konfirmation am 6. Mai:

Vorne v. links: Laeticia Forgo, Joelle Bohnet, Annika Christen, Lotta Theege, Emma Wolf, Lena Schuppe, Jakob Steiner
Mitte v. links: Rufus Plaga, Nils Weisheit, Simon Conrad, Frau Diana Mauz, Carla Rohmann, Lasse Liehner
Hinten v. links: Niklas Münnich, Angelo Christoforidis, Raphael Schnick, Jens Anders, Erik Mächler, Pfarrer Christian Link



**Die Anmeldung für die neuen Konfirmanden ist am 13. Juni um 18:00 Uhr.
Die Konfirmationen 2019 sind an den Wochenenden 11./12. Mai und 18./19. Mai.**

KONFIRMATION

Taufen

03.12.	Clemens Beck
03.12.	Emil Wagner
17.12.	Alexander Klein
25.02.	Luisa Mülling
18.03.	Leni Caré
01.04.	Leo Mundhaas
01.04.	Johanna Burkart
08.04.	Ali Makhmalbaf
08.04.	Kourosh Makhmalbaf
08.04.	Arezoo Seyed Shirazi
08.04.	Amir Mehdi Sadeghi
08.04.	Reyhaneh-sadat Ghoddosiyani Sadeghi
08.04.	Sadjad Adeli Kudehi
08.04.	Fatemeh Ilaghi Adeli Kudehi
08.04.	Asal Kahtibi-Taji
08.04.	Arman Salar
08.04.	Soleiman Azimi
08.04.	Samira Alimorodi
08.04.	Omid Mohammadi Dabanloo
08.04.	Liana Mohammadi Dabanloo
14.04.	Leonie Schepperle
14.04.	Pauline Schepperle

Trauungen

keine

Bestattungen

Lore Schüller	86 Jahre
Thea Herrenknecht	88 Jahre
Heinz Winterle	85 Jahre
Friedrich Stötzer	60 Jahre
Hans Pawaletz	88 Jahre
Gisela Zabel	77 Jahre
Roland Otto	75 Jahre
Eva Kuhlmann	82 Jahre
Hildegard Hagemann	94 Jahre
Heinz Westphal	95 Jahre
Gaby Harder	51 Jahre
Heinrich Schall	90 Jahre
Quirinius Joos	92 Jahre
Waldtraut Britall	95 Jahre
Wanda Hucker	98 Jahre
Lothar Große	94 Jahre
Werner Eberle	89 Jahre
Luise Gabele	83 Jahre
Luise Rebholz	85 Jahre
Gisela Pitzke	89 Jahre
Erika Langer	70 Jahre
Monika Karabegovic	57 Jahre
Alexandra Weber	39 Jahre
Johann Rembold	89 Jahre
Friedrich Becke	84 Jahre
Manfred Joppien	76 Jahre
Gerda Hinckeldein	102 Jahre
Annemarie Thiel	90 Jahre
Klaus Kuchenbecker	80 Jahre
Rose Bosch	91 Jahre
Gisela Vent-Schmidt	90 Jahre
Elfriede Seitz	85 Jahre
Gerhard Röbbke	84 Jahre

Adressen

Evang. Pfarramt: Brühlstraße 3, 78315 Radolfzell
Telefon 07732-2014, Fax 2461

Bürozeiten: Mo, Mi-Fr 9-12 Uhr, Di 17-19 Uhr

Pfarrsekretärinnen: Anke Henzler und Diana Mauz

E-Mail: christuskirche.radolfzell@kbz.ekiba.de

Homepage: www.christuskirche-radolfzell.de

Bankverbindung: Sparkasse Hegau-Bodensee,
Konto-Nr. IBAN DE30 6925 0035 0004 0027 70

Gemeindepfarrer: Pfarrerin Brigitte Haug, z. Zt. nicht im Dienst
Pfarrer Christian Link, Tel. 07732-988863
E-Mail: christian.link@kbz.ekiba.de

Kantorin: Pia Löb, Tel. 07731-3194333, E-Mail:pia.loeb@gmx.de

Evang. Kindergarten: Brühlstraße 5, 78315 Radolfzell
Leiterin: Susanne Rentel, Tel. 07732-2445
E-Mail: kindergarten@christuskirche-radolfzell.de

Homepage: www.evangelischer-kindergarten-radolfzell.de

Kiga-Förderverein: 07732-2445
Konto-Nr. IBAN DE81 6925 0035 1055 0132 45

Freundeskreis
der Kirchenmusik: Ansprechpartner: Matthias Lange, Tel. 07732-988487

Diakonieverein: Vorsitzender: Wolfgang Decker, Tel. 07732-14259

Sozialstation: Tel. 07732-9719711

Diakonisches Werk: Teggingerstraße 16, 78315 Radolfzell, Tel. 952760

Telefon-Seelsorge: Tel. 0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222

Hospizverein: E-Mail: hospiz.radolfzell@t-online.de, Tel. 52496

Impressum

Herausgeber: Evangelische Kirchengemeinde Radolfzell, Brühlstraße 3,
78315 Radolfzell (auch Anschrift der Redaktion)

Redaktion: Christian Link, Pia Löb, Jutta und Ulrich Schmidt, Kirsten Westermann,
Thomas Hilsberg, Hendrika Thoma, Dr. Achim Witzel, Timm H. Klotz, Susanne Rentel,
Dr. Inge Bung, Harald Heine, Cornelia Laible

Bildquellen: S. 19 fotolia, S. 20 Susanne Rentel, S. 25 Simone Cirella, S. 27. Anke Henzler,
U4 Architektenentwurf von Josef Prinz, Ravensburg

Layout: Annette Maucher, maucherdesign

Auflage: 4000; Druckerei: Leo-Druck, Stockach

Es wurde auf Circle White matt in 100% Recycling mit Blauem Engel Label gedruckt.

Redaktionsschluss ist voraussichtlich 19.10.2018.

Bankverbindung: Sparkasse Hegau-Bodensee,
Konto-Nr.: IBAN-DE3069 2500 3500 0400 2770

Freundlicher, heller, wärmer, ...

... unter diesem Motto stand schon am Anfang, vor ungefähr sieben Jahren, das Vorhaben, unseren Kirchraum umzugestalten. Anlass dafür war, dass viele Gemeindeglieder die Kirche vom Aussehen her als kalt und streng empfinden. Die ersten Planungen, daran etwas zu ändern, wurden jedoch bald wieder eingestellt, als uns deutlich wurde, dass für die Kirchengebäude ein großer Sanierungsbedarf besteht. Elektrische Installationen müssen erneuert werden, alle paar Monate geht eine Wasser- oder Abwasserleitung kaputt, Dächer werden undicht, nicht nur die Heizung muss erneuert werden, sondern eine energetische Sanierung ist überfällig. Darüber hinaus sollten auch räumliche Verbesserungen erreicht werden, wie zum Beispiel die Schaffung eines Abstellraumes für gerade nicht benutzte Stühle. Unter diesen Gesichtspunkten begannen wir im Jahr 2016 erneut mit Überlegungen zur Kirchenrenovierung. Das Motto ist immer noch „freundlicher, heller, wärmer“, kann jetzt aber in einem erweiterten Sinne verstanden werden: „Freundlicher“ soll jetzt nicht nur der empfundene Gesamteindruck des Kirchenraumes werden, sondern es soll mit einem Abstellraum auch die „Bedienfreundlichkeit“ erhöht werden. Und „wärmer“ ist nicht nur das Ziel für optische Verbesserungen, sondern durch energetische Maßnahmen kann bei sinkenden Heizkosten die Temperatur höher und die Zugluft geringer werden.

Inzwischen befinden wir uns mit dem Architekturbüro Prinz, das bei einem Wettbewerb 2017 ausgewählt wurde, und einer Reihe von Ingenieurbüros, die für die unterschiedlichen Gewerke zuständig sind, in der Planungsphase, die mit einer Kostenberechnung und den Plänen, die für den Bauantrag benötigt werden, enden wird. Aber wie es so üblich ist bei solchen Vorhaben: Je genauer man sich die Gebäude anschaut, umso mehr Mängel treten zutage. Zuletzt mussten wir als ganz großen Brocken, eine Komplett-Sanierung des Kirchendaches, mit in die Planungen aufnehmen. Bei größeren Regenfällen sind nämlich nicht nur gelegentlich feuchte Stellen an den Wänden zu sehen, sondern es ergossen sich schon Sturzbäche von der Decke herab mitten ins Kirchenschiff. Die geschätzten Kosten wachsen also, und wir müssen uns viele Gedanken darüber machen, wie wir den geforderten Eigenanteil von mehreren Hunderttausend Euro bei der Finanzierung zusammen bekommen. Vorrangige Aufgabe des Kirchenrenovierung-Ausschusses und des Kirchengemeinderats insgesamt wird also in den kommenden Monaten sein, zu bewerten und zu entscheiden, welche Maßnahmen unbedingt nötig sind und auf was wir vielleicht verzichten können oder müssen, weil es sonst zu teuer wird.

Wir möchten Sie gerne mitnehmen auf diesen Weg, der sehr arbeitsintensiv sein wird, an dessen Ende wir aber eine Kirche haben werden, die einladend wirkt, eine praktische Raumaufteilung hat und von der Bausubstanz her für die nächsten 50 Jahre gerüstet ist. Wir brauchen die Unterstützung von vielen Menschen, die für das Gelingen beten, gute Ideen für den Bau und für dessen Finanzierung haben, die, wo es nötig ist, auch tatkräftig mit anpacken und durch Spenden die Finanzierung ermöglichen.



Das Ziel:

So schön soll unsere Kirche werden.