

akzente

DAS LEBENSPrAKTISCHE MAGAZIN FÜR MENSCH UND FAMILIE

Glück

Ein Ratgeber zum Glück, Seite 4

„Hauptsache gesund!“, Seite 10

Das Glück der Männer, Seite 13

Wie Kinder glücklich werden, Seite 19



Glückwünsche

Die Kinderseite mit Benjamin, Seite 21





4



10



13



16

Inhalt

Editorial	
<i>Glücksritter auf Abwegen</i>	3
Titelthema	
<i>Ein Ratgeber zum Glück</i>	4
Umfrage	
<i>International: Was bedeutet Glück?</i>	8
Erfahrung	
<i>„Hauptsache gesund!“ oder vom Glücklichein trotz allem</i>	10
Familie praktisch	
<i>Das Glück der Männer</i>	13
Brennpunkt Leben	
<i>Von der Kunst alt zu werden</i>	16
nachgefragt	
<i>Die ersten Lebensjahre sind die wertvollsten und wichtigsten</i>	19
Kinderseite 	
<i>Glückswünsche</i>	21
nachgedacht	
<i>Das (verlorene) Glück des Hiob</i>	22
Aus den Einrichtungen	23
Unsere diakonischen Einrichtungen Impressum	31
Portrait	
<i>Zwei außergewöhnliche Glückstrainer</i>	32

Glücksritter auf Abwegen

*Liebe Leserinnen,
liebe Leser!*

Wir sind Jäger, Getriebene, Streber nach dem Glück – oder nach dem, was wir unter Glück verstehen.

Es beginnt spätestens am Montagmorgen. Die Woche liegt noch vor mir. Was erwartet mich? Unwägbarkeit macht mitunter unglücklich. Wann endlich kommt die nächste, sehnlichst erwartete Lücke im dichten Nebelgrau des Alltags, aus der – zumindest für ein kleines Weilchen – das warme, helle Licht meines ganz persönlichen Glücksmoments aufscheint?

Ja, wir sind Jäger, Getriebene, Streber nach dem Glück, wahre Glücksjunkies. Das beginnt schon beim kleinen Belohnungskauf und geht weiter beim Feierabendbier oder der Zigarette zwischendurch: kleine Inseln des Glücks, die wir uns da aufgeschüttet haben im Meer des Lebens, das um uns tobt. Das Streben nach Glück ist nur allzu menschlich. Wir sind aber Glücksritter auf Abwegen. Auch das ist nur allzu menschlich.

Auf Abwege kommen wir dann, wenn wir das Glück erzwingen wollen. Wenn wir denken, dass es ohne diesen einen Glücksmoment gar nicht mehr geht. Wenn die

Tristesse unbedingt erträglich gemacht werden soll. Gemachtes Glück hat Sucht- und Rauschpotential – Katerstimmung inklusive. Suchtmittel sind längst angekommen in der Mitte der Gesellschaft. Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen hat in ihrem Jahrbuch 2014 die verheerenden Folgen von Alkohol, legalen Drogen und Tabak beschrieben. Der erste Drogentote in Stuttgart war bereits im Januar dieses Jahres zu beklagen. Ein neuer Stoff, der jederzeit zugänglich ist, ohne Altersbeschränkung und ohne Kontrolle, ist Pornografie im Internet. Dem SPIEGEL ist dieses Thema im April sogar eine Titelgeschichte wert gewesen. „Was macht das mit unserer Jugend?“, fragte das Nachrichtenmagazin. Alle zunächst wohlklingenden Verheißungen auf das kleine Standby-Glück, das nur kurz aktiviert zu werden braucht, auf diesen einen Moment des Versöhnt-Seins mit sich selbst, entpuppt sich als Ticket in die Einbahnstraße. Mancher merkt häufig viel zu spät, dass er sich dem falschen Fluchthelfer aus der Realität angeschlossen hat.

Was ist dann Glück überhaupt? Wenn ich die Autorinnen und Autoren dieser

AKZENTE richtig verstehe, dann kann ich eines herauslesen aus ihren Beiträgen: Glück, wahres Glück, lässt sich nicht zwingen. Es will entdeckt werden. Es lässt sich nicht kaufen und nicht programmieren. Manchmal – oh Wunder – wartet es auf uns inmitten einer sehr unglücklichen Lebenssituation. Und: Es hat wohl sehr viel zu tun mit der Zeit, die wir uns geben müssen, das Glück – unser Glück – zu entdecken.

Die Jahreslosung, der Leitgedanke vieler Christen für 2014, lautet: „Gott nahe zu sein ist mein Glück.“ (Psalm 73,28) – und ich lerne: Glück hat anscheinend viel mit intakten Beziehungen zu tun. Manchmal beginnt es auch schon mit nur einer einzigen Beziehung, die ich wieder in Ordnung bringe...

Von Herzen wünsche ich Ihnen wahres Glück

Ihr

Manuel Liesenfeld

Ein Ratgeber zum Glück

Cornelia Mack hat sich auf die Suche nach dem biblischen Rezept für das Glück gemacht und dabei entdeckt, dass uns falsche Denkmuster oft dabei im Wege stehen, das Leben positiv zu sehen. Glück, so die Autorin, ist nicht zuletzt eine Frage der Haltung.

Jeder Mensch will glücklich sein. Auch wenn wir letztlich keinen Anspruch auf Glück haben und auch kein Recht darauf, gehört die Hoffnung auf Glück zum Leben und zur Freude am Leben dazu.

Wenn Jesus sagt: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben“ (Johannes 10,10), dann meint er damit das, was wir am ehesten unter Glück verstehen: ein erfülltes, zufriedenes Leben.

Doch um zu begreifen, was Glück ist und wie ein Leben glücklich wird, müssen wir zunächst einmal mit einem Missverständnis aufräumen. Dieses lautet: Glücklich ist ein Leben vor allem dann, wenn immer alles gelingt und jeder Tag nur aus Sonnenschein besteht. Doch weit gefehlt! Was Glück ist, können wir nur verstehen, wenn wir auch die Tiefen des Lebens kennen. Zum Glück gehören Gegensätze, Polarisierungen, Spannungen und Begrenzungen.

Menschen, die durch schwere Schicksalsschläge gegangen sind, können davon erzählen, wie sie gerade in diesen Situationen erst begriffen haben, was wirklich glücklich macht und was nicht, worauf sie bauen können und worauf nicht.

„Glücklich ist, wer sich auf die Kunst versteht, die Blumen in Reichweite zu einem Strauß zu binden.“

Dies ist ein sehr zutreffendes Zitat für die Beschreibung glücklicher Menschen. Gemeint ist: Wer sich mit den gegebenen Umständen seines Lebens arrangieren kann und lernt, daraus einen Nutzen zu ziehen, hat etwas Wesentliches davon begriffen, wie das Leben glücklich wird.

Biblische Grundbedingungen

Besonders spannend finde ich die Entdeckung, dass die Grundbedingungen für Glück, wie sie die heutige Glücksforschung festlegt, den Menschen schon von Anfang an in der Schöpfungsgeschichte mitgegeben sind.

Die Glücksforschung sagt: Zum Glück braucht der Mensch ein Netzwerk von guten Beziehungen, er braucht eine sinnvolle Aufgabe, eine Beschäftigung, die Möglichkeit, genießen zu können und Horizonte, die ihm helfen, manches zu relativieren.

Das sind genau die Startbedingungen, die der Mensch von Gott am Anfang bekam und bekommt.

- Die erste Grundaussage lautet: Der Mensch braucht Gott. Gott schuf den Menschen als sein Gegenüber (1. Mose 1,27). *Menschen sehnen sich danach, glauben zu können.* Es hilft uns, wenn wir unser Leben in der Gottesbeziehung verankern, wenn wir nicht auf uns selbst geworfen sind. Glauben können, eine Perspektive über sich selbst hinaus zu haben, macht im wahrsten Sinne glücklich. Dankbarkeit, Teilen- und Verge-



**Denn Glück kommt
selten allein**

www.blessings4you.de

ben-Können, Gelassenheit und Zuversicht ergeben sich aus der Beziehung zu Gott, dem Schöpfer.

- Als nächstes segnet Gott die Beziehung zwischen Mann und Frau: Er gibt dem Menschen ein Gegenüber (1. Mose 2,18). Menschen sind soziale Wesen. *Gute Beziehungen machen glücklich!*
- Gott gibt dem Menschen eine Aufgabe, einen Auftrag (1. Mose 1,28). Um den Sinn des Lebens zu wissen und Aufgaben gestalten zu können, macht glücklich. *Wer weiß, wozu er da ist, lebt gelassener und unverkrampfter – ja glücklicher!*
- Gott schenkt dem Menschen den Genuss. Er fordert geradezu dazu auf, sich an all dem Guten, das er geschaffen hat, zu freuen. (1. Mose 2,16). *Das Genießen können und dürfen gehört zu den Rahmenbedingungen des Lebens und damit zum Glück dazu.*

- Zuletzt setzt Gott einen Ruhetag ein. Der Mensch soll nicht immer nur arbeiten. *Der Wert eines Lebens definiert sich nicht allein über die Leistung.* Menschen brauchen einen Wechsel zwischen Arbeit und Ruhe. Selbst Gott ruhte am siebten Tag. Sinnvoll gestaltete Rhythmen tragen zum Glück des Lebens bei.

Diese Rahmenbedingungen dürfen wir entdecken, gestalten und umsetzen. Doch um glücklich zu sein, gehört noch ein weiterer wesentlicher Faktor dazu. Es ist die Grundeinstellung zum Leben. Wie gehen wir mit schwierigen Zeiten oder mit unerfüllten Wünschen um? Wie mit problematischen Menschen und komplizierten Situationen?

Glücksverhinderer

Ein typischer Glücksverhinderer ist das Denkmuster „Wenn-dann“: „Jetzt bin ich noch nicht glücklich. Erst wenn sich meine Lebensumstände verändern, werde ich glücklich sein können.“; „Wenn ich endlich reich bin...“; „Wenn ich endlich den Traumpartner fürs Leben gefunden habe...“; „Wenn ich erst mal in einer besseren Zeit leben werde...“.

Zu interessanten Ergebnissen kam ein amerikanisches Forschungsteam*, das sowohl Lottogewinner als auch Menschen nach einer Querschnittslähmung auf ihre Lebenszufriedenheit hin befragte. Würde man uns vor die Wahl zwischen Lottogewinn und Querschnittslähmung stellen, wäre unsere Antwort sicher sofort klar. Wohl jeder und jede würde sich für den Lottogewinn entscheiden. In unserer Vorstellung wäre der Lottogewinner deutlich glücklicher als der Querschnittsgelähmte. Interessanterweise stimmt aber das Ergebnis der Befragung nicht mit dieser Erwartung überein.

Nach einer gewissen Zeit sind die unerwartet Reichen nicht zufriedener, und die Rollstuhlfahrer hatten sich mit ihrer neuen Situation arrangiert. Weder die Veränderung des finanziellen Niveaus noch der Gesundheit oder Schönheit, der klimati-



**Gott nahe
zu sein ist
mein Glück**
Gebunden,
114 Seiten
Best.-Nr: 226.543
Preis: 5,95€



**Gott macht
glücklich
und andere
fromme Lügen**
Gebunden,
176 Seiten
Best.-Nr: 395.504
Preis: 14,95€



**Das Leben
kann so
glücklich sein**
Gebunden,
192 Seiten
Best.-Nr: 395.512
Preis: 14,95€

Diese Artikel und viele mehr zum Thema
GLÜCK finden Sie in unseren
Blessings 4 you Filialen.

**WIR FREUEN
UNS AUF SIE!**

Blessings 4 you GmbH | Mirander Straße 10-12 | 70825 Korntal
Tel 0711-838638 | Fax 0711-8380746 | korntal@blessings4you.de

blessings 4 You





schen Verhältnisse oder der Bildung wirkt sich wesentlich auf das Glückslevel aus, auf dem Menschen leben.

Erfüllte Wünsche sind keine Glücksgarantie! Denn jedes erfüllte Bedürfnis, also jedes erfüllte „Wenn“, zieht sofort neue Wünsche und Bedürfnisse nach sich.

Was Menschen wirklich befriedigt oder glücklich macht, ist häufig völlig unabhängig von den äußeren Bedingungen. Die Haltung „Wenn-dann“ hindert uns daran, wirklich in der Gegenwart zu leben, denn dann hängen wir in Gedanken entweder in der Zukunft, in der alles besser sein soll, oder in der Vergangenheit, in der alles schöner war, fest. Die Fixierung auf später oder früher, das Sehnen nach einem besseren Leben in ferner Zukunft oder in zurückliegenden Zeiten, verhindert unser Glück in der Gegenwart.

Glück stellt sich am ehesten ein, wenn ich aus einer tiefen Gelassenheit heraus leben kann, wenn ich vertrauen und mich Gott

überlassen kann. Dann kehrt Frieden ein, Zu-frieden-werden mit dem Leben, den Lebensumständen. Auch Frieden über dem, was jetzt gerade schwierig ist.

Das „Glücksverbot“

Ein weiterer Glücksverhinderer kommt aus der Haltung: Ich darf gar nicht glücklich sein.

Es gibt Menschen, die verbieten sich das Glück. Sie leben mit der inneren Haltung: Glück steht mir nicht zu. Sie deuten jedes Ereignis gegen sich, sehen sich immer als Opfer oder als Pechvogel.

Pechvögel richten sich gerne im Negativen ein. Durch innere Fixierungen darauf schaffen sie sich immer neue Probleme und sind am Ende davon überzeugt, dass sie eben Pechvögel oder Minderwertige sind. Tatsächlich passiert dann auch das Negative. Mit der Zeit gewinnt dann das Negative an Eigendynamik. In der Psychologie spricht man in diesem Zusammenhang

auch von einer „self-fulfilling prophecy“ (einer sich selbst erfüllende Prophezeiung):

„Es kann nur negativ kommen, alles andere ist nicht denkbar, das Gute ist nicht erlaubt.“ Das Negative oder das Schlimme ist dann das Vertraute, das Gewohnte. Oft stellen Pechvögel solche Situationen selbst wieder her, in denen ihnen Schlimmes passiert. Dann stimmt das Selbstbild wieder: „Es kann nur schlecht kommen. Gutes oder gar Glück passt eben nicht zu mir.“

Von solchen Denkmustern dürfen wir frei werden. Menschen können einen positiven Blick auf das Leben lernen. Auch im Unglück gibt es noch Glück. Und leidvolle Situationen können zur Chance werden, weil sie mich dazu führen, mein Leben aus neuen Perspektiven anzuschauen, manche Lebensprioritäten neu zu überdenken, manche Erfahrungen anders einzuschätzen.

Menschen, die sich selbst als „Glückspilze“ bezeichnen, erleben auch deshalb mehr

Glück, weil sie aus schlechtesten Erfahrungen oder Ereignissen noch eine positive Bilanz ziehen können. Glückspilze sagen auch in schweren Situationen: „Es ist auch zu etwas gut.“ Es ist ja nun wahrlich nicht so, dass die sogenannten Glückspilze nie Schlimmes erleben. Im Gegenteil: Lernt man sie näher kennen und erfährt Details aus deren Leben, dann schauen diese auf mindestens genauso viel schlimme Ereignisse oder Erlebnisse zurück wie die sogenannten Pechvögel. Nur haben sie eben gelernt, anders damit umzugehen und diese Erlebnisse anders zu deuten. Ernst Kirchgässer sagte einmal: „Ich freue mich immer, wenn schlechtes Wetter ist, denn wenn ich mich nicht freue, ist auch schlechtes Wetter.“

Dankbarkeit macht glücklich

Als Schlüssel zum Glück könnte man folgendes Motto ausgeben: „Danken statt Jammern.“

„Nicht die Glücklichen sind dankbar, es sind die Dankbaren, die glücklich sind.“

Sir Francis Bacon

Dankbarkeit verändert unser Leben zum Positiven, zur Zufriedenheit und Gelassenheit. Dankbarkeit verhilft zu neuen Einstellungen, neuen Denkmustern und

neuen Lebenshaltungen. Glück und Dankbarkeit hängen eng miteinander zusammen. Am glücklichsten sind nicht die, die am meisten haben, sondern die am meisten danken können.

„Dankbarkeit ist die Wachsamkeit der Seele gegen die Kräfte der Zerstörung.“

Gabriel Marcel

Wer Dankbarkeit einübt, ist weniger gefährdet, in negativen Gedankenspiralen und seelischen Abgründen festzuhängen. Die Dankbarkeit ist wie eine Schutzmauer um die Seele. Deswegen ermutigt der Beter in Psalm 103,2–5 dazu, das Danken nicht zu vergessen: „Lobe den Herrn, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat: der dir alle deine Sünde vergibt und heilet alle deine Gebrechen, der dein Leben vom Verderben erlöst, der dich krönt mit Gnade und Barmherzigkeit, der deinen Mund fröhlich macht...“. Manche meinen, sie könnten ja nicht danken, wenn sie sich nicht dankbar fühlen. Doch dies ist ein Missverständnis. Es gibt einen Unterschied zwischen dankbar sein und danken – anders ausgedrückt: zwischen Gefühlen der Dankbarkeit und dem Bekenntnis Gott gegenüber. Dankbar sein, danken können, hängt nicht zuerst mit unseren Gefühlen, sondern mit unse-

rem Denken zusammen. In meinem Denken fängt das Danken an, nicht in meinen Gefühlen.

Danken bedeutet also zuerst, die Blickrichtung zu ändern, sich Gott zuzuwenden, unserem Leben in allen Dingen einen Bezug zu ihm zu geben. Die alltäglichen Dinge unseres Lebens, die kleinen und großen, die schönen und schweren, auch die belastenden dürfen wir in Gottes Gegenwart bringen und uns ihm voll Vertrauen zuwenden. Das ist Glück! ◆

* Brickman, Coates und Janoff/Bulman 1978. Befragt wurden 11 Paraplegiker, 18 Quadriplegiker und 22 Lotteriegewinner. Zitiert aus Klein. Die Glücksformel, S. 294

DIE AUTORIN, CORNELIA MACK,



geboren 1955, verheiratet, vier erwachsene Kinder, vier Enkelkinder, hat Diplom-Sozialpädagogik mit dem Schwerpunkt Psychiatrie studiert und zahlreiche Bücher veröffentlicht. Sie ist außerdem tätig als Referentin bei Frauenfrühstückstreffen und in der Gemeindeförderung, bei Mitarbeiterschulungen, und leistet geistliche Begleitung und therapeutische Seelsorge.

KILPPER
Sitzmöbel | Tische | Objekteinrichtungen

*Flexibel einsetzbare,
stapelbare Stühle für
Ihr Gemeindehaus
aus deutscher Produktion*

Karl Kilpper GmbH
Bahnhofstr. 53-55 · D-71287 Weissach
Tel. 07044-3025 · Fax 07044-3026
www.kilpper.de · E-Mail info@kilpper.de

www.kilpper.de



Was ist „Glück“ in Eurem Land?

AKZENTE hat nachgefragt bei Menschen in Nord und Süd, Ost und West



Swasiland: Was bei uns selbstver- ständlich ist

„Xolani, wie war dein Wochenende?“
„Gut. Endlich mal ein Wochenende ohne eine Beerdigung.“ Aids fordert seine Opfer ein. Zum Glück am Leben!

Phumzile erzählt aus ihrer Kindheit. Sie kam als Waise bei ihrem Onkel unter, der wenigstens für Nahrung sorgen konnte. Sie musste als Kuhhirtin arbeiten, eine äußerst demütigende Gegenleistung für

ein Mädchen. Mit ihrer Cousine teilte sie sich einen Schulplatz, bestand trotzdem den Abschluss, der zur Weiterbildung nötig war. Sie arbeitet seit vielen Jahren mit in unserem Team als Buchhalterin. Zum Glück gebildet!

Wandile ist Halbweise. Neben seiner an Aids erkrankten Mutter sorgt er für den Unterhalt der Familie. Anfangs verhalfen wir ihm zu einem Job als Gartenjunge. Später hilft ihm ein Unternehmer, der sich Zeit für ihn nimmt und zur Selbstständigkeit anleitet. Zum Glück Beziehungen!

Mutter Pearl ist froh, endlich wieder Arbeit zu haben, allerdings nur für umgerechnet 3,50 Euro – wohlgemerkt: am Tag! Zum Glück ein Einkommen!

Nurse erzählt von Auseinandersetzungen in ihrer Verwandtschaft. Aus Neid vergiftete die Oma ihr eigenes Enkelkind, um sich an der allseits beliebten Schwieger-tochter zu rächen. Verstrickung in okkulte Praktiken ziehen sie tiefer in grausame

Rachepläne. Nurse und ihre Eltern flehen zu Gott und erleben sein Eingreifen in der Verwandtschaft. Zum Glück Gott nahe! Es sind sehr grundlegende und lebensnotwendige Dinge, wodurch sich unsere Freunde hier in Swasiland glücklich schätzen. Dinge, die wir aus unserer westlichen Erfahrung heraus so schnell als selbstverständlich und normal ansehen. Mein Elternhaus. Meine Bildung. Meine Gesundheit. Einfach nur zum Glück? Mein Glück? Oder sind das auch Dinge, die wir vielleicht für den Dienst an anderen einsetzen sollten? Uns ermutigt die Jahreslosung „Gott nahe zu sein ist mein Glück“ zum dankbaren Dienst für andere. Wir sind Teil der Radioarbeit von Trans World Radio (TWR) und betreuen die Sendeanlage in Swasiland. Hoffnung möchten wir in die Welt hinein sprechen und Menschen zum allergrößten Glück verhalfen: Gott nahe zu sein.

Britta und Tobias Pfeiffer



Brasilien: Ein Drachen aus einer alten Tüte

Eigentlich müsste man meinen, dass eine Weltmeisterschaft in einem so fußballbegeisterten Land wie Brasilien viele Menschen glücklich macht. Aber heute, ein paar Wochen vorher, ist nicht viel von Vorfreude zu spüren. Es wurden Gelder investiert, die dann da fehlen, wo sie viel nötiger gebraucht werden. Aber, wenn schon nicht Fußball, was macht die Brasilianer dann glücklich? Fragen wir sie selbst!

Michelle sagt: „Glück ist ein Gefühl eines erfüllten Lebens. Ich bin glücklich, wenn ich nach Gottes Willen leben kann und meine Beziehungen in Ordnung sind.“

Fabiola: „Glück bedeutet für mich, dass ich mir keine Sorgen wegen Morgen machen muss. Ich bin glücklich, wenn ich meinem Sohn das geben kann, was gut für ihn ist.



Ich träume von einem besseren Job, damit es finanziell einfacher wird.“

Jordan meint: „Glück ist für mich, zu sehen, dass es meiner Familie gut geht.“

Neinha: „Ich bin glücklich, dass Jesus Christus mich errettet hat. Ich freue mich über einfache Dinge: meine Familie, am Strand spazieren zu gehen. Ich träume davon, anderen zu helfen, die nicht die gleichen Chancen haben.“

Juliene: „Glück ist, gesund aufzuwachen und Alltagsdinge mit Liebe und Hingabe zu meistern; ein Lächeln, das dir zeigt, dass du jemanden glücklich gemacht hast.“

Reiche und Arme definieren Glück oft sehr unterschiedlich. Es geht nicht immer nur ums Geld, sondern vielmehr um die einfachen Dinge, wie ein erfolgreicher Arbeitstag, ein gemeinsames Essen mit Freunden oder Nachbarn oder gelingende Freundschaften. Wenn man Kinder in Brasilien sieht, die sich aus einer alten Tüte und ein paar Stecken einen Drachen bauen, den sie dann voller Glück steigen lassen, stellt sich die Frage, ob die vermeintlich „Erfolg-Reichen“ wirklich glücklicher sind, als die einfachen Menschen im Land der Fußball-WM.

Viele Brasilianer leben nach dem Motto: „Morgen wird es besser, also können wir heute schon glücklich sein.“

Joachim und Luciene Junginger leben mit ihren Kindern Emily und Nicolas in Brasilien und arbeiten als Missionare bei Jugend mit einer Mission im Bereich Schulung.



Deutschland: Auf der Spur des Glücks

Ich stehe mal wieder hinter der Theke hier im Lichthaus Halle (Sachsen-Anhalt), zusammen mit einem anderen Schwaben. Gegenüber sitzen ein Alt-Hallenser und eine junge Schulsozialarbeiterin aus Halle. Es entsteht eine spannende Unterhaltung über das Glück.

In Halle scheint es mehr unglückliche Menschen zu geben. Das könnte man schnell auf die weitaus höhere Arbeitslosigkeit und geringere Berufschancen als im Westen zurückführen. Oder auch auf die Tatsache, dass es hier weniger „intakte Familien“ gibt, wie mir die Schulsozialarbeiterin zu verstehen gibt.

Mein Freund, der mit mir hinter der Theke steht, gibt sein Glückszitat zum Besten: „Glück entsteht nicht durch das Streben

nach dem optimalen Umstand, sondern durch das Streben, das Optimale aus dem Umstand zu machen.“

Der Alt-Hallenser, der dabei sitzt, greift das Zitat gleich auf und erklärt damit die „unglückliche Ostkultur“: Früher hat man viele Umstände erst mal so hinnehmen müssen, aber man versuchte, das Beste daraus zu machen, was zum Glück vieler beitrug. Heute warten zu viele darauf, dass sich der glückliche Umstand von alleine einstellt – dass alles so wird wie im Westen – anstatt selbst etwas dazu zu tun.

Ich merke: Glück ist relativ! Ich selbst spüre diese Spannung auch immer wieder. Es kommt darauf an mit wem ich mich und meine Situation in Bezug setze. Wenn ich anfangs, manchen Umstand hier mit Freunden im Westen zu vergleichen, könnte ich manchmal auch unglücklich werden. Wenn ich dann aber manche Schicksale meiner Nachbarn oder mancher Gäste hier im Lichthaus Halle mitbe-



komme – die es übrigens im Westen genauso gibt, aber einen in der Öffentlichkeit nicht immer so „anspringen“ – merke ich, wie glücklich ich mich schätzen kann und wie gesegnet ich doch bin.

Jan-Micha Andersen aus Korntal wohnt seit 2012 mit seiner Frau Anja und Tochter Frida in Halle an der Saale und arbeitet dort im Lichthaus, einem Kultur- und Begegnungszentrum im Herzen der Stadt. Es bietet kulturelle Events im Café oder Ausstellungen und viele Möglichkeiten der Begegnung von Menschen.



Ukraine: Wir wollen Frieden

Die Ukraine ist ein herrliches Land mit Bergen, Wäldern, dem Meer und Flüssen. In der Ukraine leben fleißige Menschen. Unser Volk hat schwere Zeiten durchgemacht – Kriege, in denen Millionen umgekommen sind. Meines Erachtens sind die Menschen gerade wegen dieser durchlittenen Schwierigkeiten ausgesprochen mitfühlend und sensibel. Die Träume der Menschen vom Glück hängen gewöhnlich mit dem Wunsch nach einer Veränderung zusammen. Die Mehrheit der Ukrainer möchte zum jetzigen Zeitpunkt einen Umbruch.

Ob er an Gott glaubt oder nicht: Wovon träumt der „normale“ Ukrainer? Die Wenigsten wünschen sich ein neues Auto oder gar eine Yacht für das Meer. Schon mehr Menschen träumen davon, dass die eigenen Kinder nicht nur Milchbrei zum Mittagessen bekommen, sondern wenigstens einmal in der Woche ein Stück Fleisch oder Wurst.

Wenn ich einmal eine Rangfolge der Träume und Wünsche von Kindern, Erwachsenen und alten Menschen in der Ukraine auflisten sollte, die mir in meinem Dienst öfters zu Ohren kommen, dann würde sich in etwa folgendes Bild ergeben:

„Dass die Rente etwas höher ausfallen würde.“ „Dass Gott uns ehrliche Menschen in die Regierung schickt.“ „Dass man keine Schmiergelder von mir fordert und dass die Korruption aufhört.“ „Dass meine Familie eine eigene Wohnung bekommt.“ „Dass ich meinen Kindern normale Kleidung und einen Schulranzen kaufen

kann.“ „Dass ich Arbeit finde.“ „Dass sich unsere wirtschaftliche Situation einigermaßen stabilisiert und wir mit Zuversicht in die Zukunft blicken können.“ „Dass ich keine unheilbare Krankheit bekomme.“ „Dass mein Sohn aufhört, Drogen zu konsumieren.“ „Dass mein Papa nicht trinkt und nicht die Mama schlägt.“

Doch dann, vor nur wenigen Monaten, kam bei den meisten Ukrainern ein Traum vom Glück auf, der alles andere verdrängt hat, was sie bis dahin geträumt hatten:

„Wir wollen Frieden! Wir träumen davon, dass sich das russische Militär von unseren Grenzen zurückzieht, und dass unser Volk selbstständig entscheiden kann, wie sich das Land entwickelt.“ Millionen von Ukrainern beten, fasten und veranstalten Gebetsketten für dieses Anliegen.

Pavel Dawidjuk ist Leiter der Mission LICHT IM OSTEN Ukraine in Kiew

„Hauptsache gesund!“ oder vom Glücklichen sein trotz allem

Andrea Schneider leidet unter Multipler Sklerose. In AKZENTE gewährt sie einen tiefen Einblick in ihr Innerstes und beschreibt ihre ganz besonderen Glücksmomente.

„Wie geht es dir?“ Dieser kleine Satz ist die am häufigsten gestellte Alltagsfrage. Und der Deutschen liebste Antwort soll angeblich sein: „Ich kann nicht klagen.“ Das kann glücklich-entspannt klingen, aber auch unzufrieden-angespannt, typisch deutsch eben: „Ich kann nicht klagen... aber ich würd' schon ganz gern... Denn so richtig gut geht's auch mir nicht.“

„Wie geht's?“ Die denkbar knappste Antwort darauf – typisch für junge Leute: „Läuft!“ Drei-Wort-Kommunikation. Oft folgt auf diese Frage aber auch ein kleiner Schnack über die Tücken des Alltags und die Zipperlein des Älterwerdens. Man zwinkert sich zu, klopfert sich auf die Schulter – und das Gespräch endet so: „Hauptsache gesund!“

Wenn die „Hauptsache“ fehlt

„Hauptsache gesund!“ Ein verständlicher, weit verbreiteter Wunsch. Für viele die

Grundlage für Lebensglück. Aber was ist, wenn diese „Hauptsache“ fehlt? Wenn Krankheit das Leben prägt und einschränkt? Und: Was meint überhaupt „Gesundheit“? Wann ist ein Mensch gesund – vielleicht wenn er keine Krankheitsdiagnose hat?

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat 1946 eine Definition von Gesundheit aufgestellt, die bis heute prägend ist: *„Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.“* Vollständiges Wohlergehen, oder anders übersetzt: Wohlbefinden? Wer ist in diesem Sinne gesund? Die WHO-Definition ist ein hoher Anspruch und eine große – auch politisch zu verstehende – Aufgabe. Gerade auch für Menschen in der sogenannten Dritten Welt die Voraussetzungen zu schaffen, dass Leben in Gesundheit überhaupt möglich wird – das ist auch nach fast 70

Jahren immer noch ein weiter Weg für unsere so friedlose Weltgemeinschaft.

Ich bin „behindert“

Im Blick auf den Einzelnen gilt: Niemand ist nur krank und niemand nur gesund. Wir müssen die gesunden Anteile in jedem Menschen wahrnehmen und fördern. Es gilt, unsere oft engen Bilder – gesund = glücklich! Behindert = unglücklich! – aufzubrechen und zu begreifen: Anders sein ist normal. Inklusion, d.h. gleichberechtigte gesellschaftliche Teilhabe aller – auch an „Wohlergehen“ und Lebensglück – sollte unser Ziel sein.

„Hauptsache gesund!“ Mir kommt dieser Spruch nicht mehr über die Lippen. Seit 2002 lebe ich mit „Multipler Sklerose“ (MS), einer unheilbaren und fortschreitenden Erkrankung des zentralen Nervensystems. Durch eine Reihe von Schüben hat sich bei mir eine starke Gehbehinderung eingeschlichen. Ich bin – amtlich bestätigt – „behindert“. Nur wenige Meter kann ich noch frei gehen, für alle weiteren Strecken brauche ich meinen Rollstuhl.

Ich könnte viel erzählen, wie das so ist. Wie man nicht nur behindert „ist“, sondern behindert „wird“. Ich könnte erzählen von frech zugeworfenen Behindertenparkplätzen und Behindertentoiletten in der letzten Ecke. Von unzugänglichen Stufen vor Läden und – ja! – auch vor Kirchen. Vom schicken, auf „alt“ gemachten Kopfsteinpflaster in der Innenstadt, das mich in meinem Rollstuhl überfordert.

Ich könnte erzählen von ungebeter Fürsorge auf Flughäfen: „Wir verladen Sie in einen Laster!“ Und von nervigen Hindernissen auf Bahnhöfen: „Der Aufzug ist außer Betrieb!“



Leidenschaftliche Pastorin: Andrea Schneider hält beim Evangelischen Kirchentag 2011 in Dresden die Eröffnungspredigt.



Längere Strecken nur im Rollstuhl, hier auf Reisen in Israel

Aber ich könnte auch erzählen von kollegialer Achtsamkeit: „Wir schieben Sie im Rolli. Hauptsache, Sie sind dabei!“ Und von liebevoller Zuwendung: „Nur Mut, wir machen das Beste draus!“

Gut erinnere ich mich an den Schock der Diagnose und an dieses Urteil: „Lebenslänglich krank!“ Aber auch an die Mut machenden Worte des Arztes: „*Sie müssen mit MS leben, aber Sie können auch damit leben!*“ Eine Herausforderung! An jedem neuen Tag.

Das Gesicht in der Sonne

Ich kenne Tage, da bin ich zuversichtlich und fröhlich. Und ja, glücklich. Denn das sprichwörtliche „Wunschlos-glücklich-Sein“ gibt es vielleicht gar nicht. Zumindest ist es nicht von Dauer. Gerade Erfahrungen von Mangel, von unerfüllten Wünschen, von gescheiterter Erwartung an das Leben lassen Dankbarkeit wachsen für das Schöne, für das, was trotz allem möglich ist und geschenkt wird. Wasser schmeckt nirgendwo besser als in der Wüste...

Leider kann ich keine weiten Spaziergänge am Strand mehr machen. Aber die Füße im Sand und das Gesicht in der Sonne kann ich genießen.

Leider bin ich für meinen kleinen Enkel keine fitte, sportliche Oma. Aber er liebt es, vorgelesen zu bekommen und mit mir im Rollstuhl durch die Gegend zu fahren.

Leider bewege ich mich als Fernsehpastorin nicht mehr so elegant auf großer Bühne. Aber Menschen hören mir trotzdem gerne zu.

Mein Leben ist reich. Reich an Freundschaft. Reich an Erfahrungen von Sinn und Wert – für mich und für andere. Was für ein Glück!

Oft erlebe ich gute Wirkung von Medikamenten und Sich-gesund-Fühlen trotz Krankheit. Und ich möchte noch achtsamer werden für die kleinen Glücksmomente im Alltag. Habe Lust, den „Flow“ zu genießen im Entspannen oder im Anpacken einer Aufgabe und Bestehen einer Herausforderung – auch mit Hindernissen. Manchmal antworte ich auf die Frage, wie es mir geht, so: „Danke, es geht mir gut! Ich kann nur leider schlecht laufen.“

Humor hilft

Manchmal hilft Humor: Zum Beispiel sich selbst nicht so wichtig nehmen. Nicht meckerig, miesepetrig leben nach dem Mot-►

Stratmann Coaching

Raum zum
Weiterdenken.

- Business Coaching
- Privat Coaching
- Team- und Einzelsupervision
- Training

www.olaf-stratmann.de



Großes Glück mit einem kleinen Menschen: Andrea Schneider mit ihrem Enkelkind im Sandkasten

to: „Ich kann nicht klagen... aber eigentlich würde ich schon ganz gern.“ Lachen ist gesund. Oder biblisch gesagt: *„Fröhlichkeit ist gut für die Gesundheit, Mutlosigkeit raubt einem die letzte Kraft.“* (Sprüche 17, 22)

Aber ich kenne auch Tage – und vor allem Nächte, da bin ich wütend, traurig und mutlos. Wie wird sich die Erkrankung mit ihren Einschränkungen weiterentwickeln? Werde ich irgendwann ein Pflegefall? Bald? Krankheit ist auch mein Feind.

In Psalm 59 beschreibt David seine Feinde so: *„Jeden Abend kommen sie wieder und schleichen rings um die Stadt wie eine Meute heulender Hunde. Der Geifer fließt ihnen aus dem Maul, jedes Wort von ihren Lippen ist ein Dolch.“*

Ja, das heulende Elend kann einen überfallen wie eine bedrohliche Meute, trübe Gedanken das Bett umkreisen wie Raubtiere, Angst die Seele zerschneiden wie ein Dolch – und um den Schlaf bringen.

Dunkle Tage, unruhige Nächte

Solche dunklen Tage und unruhigen Nächte – die gibt es, die darf es geben. Auch für Leute, die an Gott glauben. Die Bibel spricht häufig davon, z.B. in den

Psalmen. Aber sie erzählt auch, wie Menschen trotz allem geborgen sind: *„Ich aber besinge deine Macht, frühmorgens rühme ich deine Güte; denn du bewahrst mich wie in einer Burg, bei dir finde ich Zuflucht in Zeiten der Not“*, so David weiter in seinem Psalm 59,17 (Gute Nachricht Bibel).

Ein schönes Bild: Gott – wie eine sichere Burg! Ein Glück – gerade in schweren Zeiten!

Gesundheit und Glück – das ist keine Gleichung, die einfach aufgeht. Da sind sich „Glücksforscher“ aus unterschiedlicher Richtung einig. Natürlich ist Gesundheit ein wichtiger Glücksfaktor und macht das Leben leichter.

Aber paradoxerweise muss das Un-Glück von Krisen und Krankheit das Lebens-

Glück als Lebens-Zufriedenheit nicht unbedingt verhindern, sondern kann es sogar steigern:

Sensibel werden für das Wichtige im Leben. Die persönlichen Grenzen achten. Die eigene Stärke und Widerstandskraft wahrnehmen. Beziehungen wertschätzen. Lebenssinn entdecken.

Viktor Frankl, der bekannte Logotherapeut, hat mal gesagt: *„Oft sind es erst die Ruinen, die den Blick auf den Himmel freigeben.“*

„Hauptsache gesund!“? Mir gefällt besser: „Eigentlich kerngesund!“ Nicht nach dem Motto: Strotzend-stark. Knackig-kraftig. Fulminant-fit.

Sondern so: Innerlich, im Kern meiner Person heil und gesund! Zum Beispiel: In Krankheit stark. Trotz Schwäche fröhlich. Mit Handicap beweglich. Trotz Verletzung schön.

Bei Hindernissen mutig. Trotz allem glücklich!

Für mich ist „kerngesund“ zu sein ein Gottesgeschenk: *„Ich bin ganz sicher, dass nichts uns von seiner Liebe trennen kann: weder Tod noch Leben, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder Himmel noch Hölle, nichts in der ganzen Welt...“* (Römer 8, 38)

Starke Worte: Ein Trost an dunklen Tagen – ein positiver Schub an hellen.

Sie machen Lust aufs Leben und locken das Glück! ♦

BUCH-TIPP



Andrea Schneider
Eigentlich kerngesund

ISBN: 978-3-7751-5461-1
Verlag: SCM Hänssler
Gebunden, 192 Seiten,
2. Auflage, Mai 2013

12,95 €

DIE AUTORIN, ANDREA SCHNEIDER,

geboren 1955, hat drei erwachsene Kinder und zwei Enkelkinder. Sie hat Theologie und Germanistik studiert und war viele Jahre Sprecherin beim „Wort zum Sonntag“ in der ARD. Sie arbeitet als evangelisch-freikirchliche Rundfunkpastorin und nebenberuflich als Autorin, Referentin und Moderatorin und lebt mit ihrem Mann in Oldenburg.

Das Glück der Männer

Was macht Mann glücklich? Haben Männer überhaupt Zeit, sich diese Frage zu stellen? AKZENTE-Autor Frank Krause rät Männern, sich auf ein großes Abenteuer einzulassen, und wünscht ihnen Mut für grundlegende Entscheidungen.

Was der Titel dieses Artikels bei mir – einem Mann – spontan auslöst? Zunächst einmal fallen mir alle möglichen Klischees ein, wie: Geld, Macht, Sex... und Männer, die notorisch Sport schauen oder Zeitung lesen – während die Familie in die Röhre guckt. Spontan fällt mir auch der Spruch ein: „Das Leben ist kein Ponyhof!“ Und ja, viele Männer haben das „Glück“ offenbar aufgegeben oder geopfert und sind zufrieden, wenn sie einigermaßen über die Runden kommen. Dem Glück hinterher zu sein – was immer das bedeuten mag – haben sie als jugendliche Flausen abgelegt, um nun geölt wie eine Maschine zu funktionieren.

Verwirrung

Auf der Gefühlsebene herrscht beim Begriff „Glück“ genauso viel Verwirrung wie weiter oben in meinem Kopf. Das Wort ist ja so allgemein und natürlich weiß jeder, was gemeint ist – bis Mann danach gefragt wird: „Alter, was macht dich eigentlich ehrlich glücklich?“ Klar, da wäre einiges zu nennen – vor allem, was Mann alles haben muss, um glücklich zu sein, wofür Mann dann wie verrückt arbeiten muss, um es sich kaufen zu können... Auf der anderen Seite weiß jeder, dass Glück nicht käuflich ist und die glücklichen Menschen auf Erden nicht die Wohlhabenden sind – trotz gegenteiliger Behauptung der uns endlos berieselnden Werbung. Erstaunlicherweise liegt Deutschland nach offiziellen Studien, was den Index im „Glücks-Ranking der Nationen“ (ja, so etwas gibt es wirklich) betrifft, weit abgeschlagen auf Platz 81. Unglaublich, dass Länder wie Indien und Panama und

selbst Bangladesch weit vor uns rangieren. Scheinen die das Glück ganz anders zu verstehen als wir?

Tja, das Glück ist ein seltsames Ding. Es heißt, es sei ein Schmetterling, der wegfliegt, wenn man ihn fangen will, und der zu einem kommt, wenn man still hält.

Glück – was ist das?

Heutzutage wird die Sache mit dem Glück natürlich wissenschaftlich aufgearbeitet. Wikipedia überschüttet uns unter dem Begriff „Glück“ gleich eimerweise mit Daten, Fakten, Philosophien und Forschungsergebnissen zum Thema. Von Glückshormonen bis zu Glückskekse, Glückslehrern bis zu Glücks-Weltkarten gibt es Erstaunliches zu entdecken. Wenn man all dies gelesen hat, dann ist man genauso verwirrt wie vorher. Wikis Fazit: „Als Erfüllung menschlichen Wünschens und Strebens ist Glück ein sehr vielschichtiger Begriff...“ Tja. Einen ganz wunderbaren Film zum Thema Glück hat Anke Engelke in der Reihe „Menschen hautnah“ im WDR gemacht. Es macht einfach Spaß, sie auf der Reise durch die „Vielschichtigkeit“ zu begleiten. Ich gebe der Doku fünf Sterne!

Wir müssen uns der irritierenden Tatsache stellen, dass sich das Glück – obgleich ihm

alle hinterher sind – weder definieren noch „managen“ lässt, genauso wenig, dass es sich kaufen oder verkaufen lässt. Die Sache verkomplizierend kommt dazu: In der heutigen Zeit von Extremen muss Mann eigentlich rund um die Uhr totalglücklich sein – sonst stimmt was nicht mit einem und man muss zum Arzt. Der Druck ist hoch und viele spielen einfach nur die „coole“ Nummer vom „Mann, der alles im Griff hat“ und immer lächelt. Bis zum Burnout...

Wenn ich jetzt ein paar Hinweise zum Männerglück zusammentrage, dann ist das also höchst subjektiv und erhebt keinen Anspruch darauf, die endgültigen Antworten gefunden zu haben. Ich möchte nicht sprechen über die allgemein bekannten Ratschläge zu gesunder Ernährung, „work-live-balance“, Sport treiben, usw., die sicher wichtig und richtig sind. Mir geht es um den Schlüssel zu einem immer wachsenden Glück, welches wir nur erfahren können, wenn auch wir selbst wachsen.

Mann, nimm dir Zeit!

Dies ist mein erster und vornehmster Punkt: Das Glück zu finden braucht Zeit! Alle anderen Punkte ergeben sich aus diesem einen. Ich weiß, Zeit ist ausgerechnet das, was Mann nicht hat. Aber ohne Zeit ►

„Das Glück ist ein Schmetterling“, sagte der Meister. „Jag ihm nach und er entwischt dir. Setz dich hin und er läßt sich auf deiner Schulter nieder.“

„Was soll ich also tun, um das Glück zu erlangen?“

„Hör auf, hinter ihm her zu sein.“

„Aber gibt es nichts, was ich tun kann?“

Du könntest versuchen, dich ruhig hinzusetzen, wenn du es wagst.“

A. de Mello

kommen wir nicht zur Besinnung, und merken nicht, wenn das Glück an unsere Tür klopft. Zahllos sind die Berichte von Männern, die in die Wildnis gingen, um fernab des geschäftigen Alltags das Hometrerrad einmal anzuhalten und sich selbst wiederzufinden. Die Bibel nennt das „Sabbat“: eine Zeit des Anhaltens, Aufhörens und Aufwachens (Bewusstwerdens). Und sie nennt es eine „heilige Zeit“. In solch heiligen Zeiten der Abgeschiedenheit stellt das Schicksal uns Fragen wie: „Wer bist Du?“ und „Was willst Du?“ Dann merken wir vielleicht, dass wir das nicht (mehr) wissen und uns selbst verloren haben. Dann spüren wir möglicherweise, wie unglücklich wir eigentlich sind – und wie müde. Diesen Zustand können wir Gott hinhalten – und er verwandelt unsere Tränen in Freude.

Sabbat braucht Mut! Anhalten, Aufhören, Aufwachen und sich Gott hinhalten – so was braucht definitiv Mut! Und das ist eine männliche Herausforderung! Denn diese Art von „kreativer Ruhe“ stellt sich nicht von alleine ein, sie braucht eine Entscheidung. Planen wir also eine Sabbatzeit und geben Gott in der Stille eine Chance, zu uns zu sprechen, dann wird er es tun, weil wir ihm auch den Raum dazu geben. Männer aller Zeiten sind „ausgezogen, das Glück zu suchen“. Sie haben sich der Einsamkeit gestellt und wurden mit einer Selbst-, Welt- und Gotteserkenntnis belohnt, die sie reifer und damit entschiedenen „glücksfähiger“ machte.

Mann, sag mir: Wer bist du?

Diese Schicksals- bzw. Identitätsfrage ist eng mit dem „Langzeit-Glück“ verbunden. Es gibt verschiedene Maße und Ebenen von Glück. Wollen wir den großen Wurf machen, dann müssen wir uns der großen Frage nach uns selbst stellen. Je mehr wir uns selbst kennen, mit uns übereinstimmen und uns mit uns selbst einig sind – und unser Leben entsprechend gestalten – desto glücklicher werden wir. Weil wir dann Frieden mit uns selbst haben, anstatt



„Warum ist hier jeder glücklich außer mir?“

„Weil sie gelernt haben, überall Güte und Schönheit zu sehen“, sagte der Meister.

„Warum sehe ich nicht überall Güte und Schönheit?“

„Weil du draußen nicht etwas sehen kannst, was du in deinem Inneren nicht siehst.“

A. de Mello

im Dauerkonflikt mit uns selbst zu stehen. Frieden und Glück machen stets gemeinsame Sache!

Es heißt, „wer den Hirsch jagen will, muss ein paar Hasen laufen lassen.“ Um die langfristige Glücksbilanz zu steigern, müssen wir schon einmal auf „Genuss sofort!“ verzichten und uns auf ein größeres Abenteuer einlassen.

Männer, die mit sich selbst uneins sind, Männer, die mit sich selbst keinen Frieden geschlossen haben, Männer, die sich selbst nicht respektieren, die haben keine glückliche Zukunft. Mann kann seine innere Zerrissenheit mit ein wenig Spaß hier und schneller Befriedigung dort überspielen – viele tun nichts anderes – aber das ist keine Lösung. Richtige Männer aber suchen echte Lösungen. Das ist mal ein göltiges Klischee!

Den „Hirsch zu jagen“ braucht mehr Disziplin und Anstrengung als die Hasen, ja, aber am Ende hat ein Mann wesentliche Erfahrungen gesammelt und eine ungleich größere „Beute“ heimgebracht als andersherum. Die Jäger werden ihn dafür respektieren... und Respekt ist ein megawichtiges Thema für Männer. Manche Männer wollen ihn gerne von anderen bekommen, ohne überhaupt sich selbst zu respektieren. Das geht nicht.

Erneut: Den Weg der Selbsterkenntnis zu gehen mit dem Ziel, Einheit und Frieden zu finden mit sich selbst – wir würden heute sagen: authentisch zu werden – braucht Mut.

„Glücklich sind die Friedenstifter...“

Matthäus 5,9



„Es gibt zwei großartige Tage im Leben eines Mannes: den Tag, an dem er geboren wurde und den Tag, an dem er entdeckt, wofür.“

W. Barclay

Fazit

Mein Fazit aus diesen wenigen Beobachtungen: Das Glück der Männer hängt ganz stark zusammen mit dem Mut der Männer: Mut dazu, den engen Rahmen des Routine-Alltags immer wieder zu durchbrechen. Mut, wesentliche Fragen zu stellen. Mut, in die Stille und in die Wildnis zu gehen, um sich der eigenen Wirklichkeit und den großen Fragen des Lebens zu stellen und Gott, der dieser Sabbatzeit große Verheißungen gegeben hat.

Das Glück gehört den Mutigen!

Mann, sag mir: Was willst du?

Auch bei dieser Frage können wir schnelle Antworten geben, die oberflächlich und naiv sind. Was wir ganz tief in uns wirklich wollen, dafür müssen wir in der heiligen Sabbatzeit möglicherweise lange graben. Wir haben uns zutexten lassen mit Meinungen und Forderungen von anderen, die gar nicht unsere eigenen sind. Wir meinen, das zu wollen, was die anderen auch alle wollen, aber das ist nicht wahr. Wenn ein Mann sich aufmacht und sich dem Endlos-Gequassel von Fernseher und Internet entzieht, wenn er aufhört, seine Familie dazu zu missbrauchen, ihm doch bitte zu bestätigen, dass er wer ist, dann kommt er Schicht für Schicht tiefer an den Kern der Antwort heran, was er im tiefsten Herzen wirklich will. Das kann und wird von dem, was alle anderen dazu meinen, möglicherweise abweichen. Es braucht eben wirklich Mut, diese Schritte zu gehen.

Erkennt ein Mann sein Herz, seinen tiefsten Willen, ja, den Sinn seiner Existenz, dann geht die Sonne auf! Das ist ein „großes Glück“, die Entdeckung des sagenhaften Schatzes, der tief im Acker vergraben liegt.

DER AUTOR, FRANK KRAUSE,



wurde 1965 in München geboren und lebt heute im Rhein-Sieg-Kreis. Er ist verheiratet mit Brigitte und arbeitet seit über 25 Jahren in der Krankenpflege. Er ver-

fügt über langjährige Erfahrungen im pastoralen Dienst und engagiert sich in der Männerarbeit. Seit einigen Jahren widmet er sich vorrangig dem Gebet und dem Schreiben. Sein Anliegen ist es, christlichen Gemeinden Mut zur Veränderung zu machen. Bisher sind zehn Titel von ihm erschienen, zwei davon sind Männerbücher: „Männerdämmerung“ und ganz aktuell: „Die Akte Lot“. Weitere Informationen finden sich im Internet auf der Seite www.hisman.de.

Das Buch zur WM Cacau erzählt aus seinem Leben

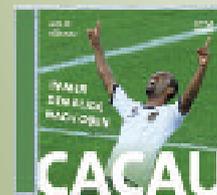
Cacau, Elisabeth Schlammerl
Cacau – Immer den Blick nach oben

Der Profifußballer Cacau erzählt die Geschichte seines steinigen Weges, auf dem er viele Rückschläge einstecken musste. Es ist die Geschichte eines Mannes mit dem Willen, nie aufzugeben. Nie die Bodenhaftung zu verlieren. Und nicht zuletzt: immer auf Gott zu vertrauen.



Cacau, Elisabeth Schlammerl
Cacau – Immer den Blick nach oben
Gebunden, 14 x 21,5 cm, 320 S.,
mit Schutzumschlag, inklusive 32-seitigem Bildteil
Nr. 395.525, €D 21,95/€A 22,60/CHF 32.50*

Auch erhältlich:



Cacau – Immer den Blick nach oben Hörbuch
MP3-CD
Nr. 395.547, €D 24,95*
€A 25,50*/CHF 40.50*



Daveman Feiert Jesus! Brasil
CD
Nr. 097.303, €D 12,95*
€A 13,30*/CHF 20.95*

* unverbindliche Preisempfehlung

Bestellen Sie bei Ihrem Buchhändler oder bei
www.scm-shop.de
Telefon: 07031 7414-177
CH: bestellen@scm-shop.ch | A: bestellen@scm-shop.at

SCM

Von der Kunst alt zu werden

Alt werden wollen alle. Die Schattenseiten des Altseins dagegen möchte niemand erdulden müssen. Wie man sich bewusst vorbereiten kann, alt zu sein, beschreibt Martin Steinbach.



In einer Zeitschrift fand ich folgendes Gedicht:

Ob ein Mensch im Ruhestand jemals wirklich Ruhe fand?

*Da ist Zweifel angebracht – und es regt sich der Verdacht,
dass er sich nun voll entfaltet und sein Leben neu gestaltet.
Vieles, was er lang verschoben, steht auf einmal jetzt ganz oben
auf der Liste, was zu tun... – nichts da mit gemütlich ruhn.
Viele Dinge mussten warten, ob zu Hause, ob im Garten
und auch auf geplante Reisen wäre da noch zu verweisen,
große Pläne und auch kleine, sehr spezielle, allgemeine,
werden bald realisiert und manch Neues ausprobiert...*

nach Horst Winkler

Hier wird uns ein Bild von den sogenannten „jungen Alten“ gezeichnet: Sie sind gerade in das Rentenalter eingetreten, fühlen sich noch fit und leistungsfähig und wollen vieles nachholen, was ihnen bisher nicht möglich war. Diese Vitalität ist eine große Chance. Klar ist aber auch: Es können Jahre kommen, in denen wir schmerzliche Einschränkungen erleben und ggf. auch Hilfe von anderen in Anspruch nehmen müssen.

Realistisch sein

Fast alle Menschen wollen alt werden, aber nicht alt sein. Niemand möchte jung sterben, sondern lieber gesund und fit bleiben bis ins hohe Alter, möglichst ohne Schmerzen und ohne Krankheit. Jedoch ist das in den meisten Fällen eine Illusion – das müssen wir uns wohl oder übel eingestehen.

Die „jungen Alten“

Heute spricht man von zwei „Altersklassen“. Die eine sind die „jungen Alten“, etwa vom 60. bis 85. Lebensjahr. Sie sind meist noch gesund und leistungsfähig, haben aber keine beruflichen Verpflichtungen mehr. Als Großeltern bekommen sie neue Aufgaben in der Familie, bei den Enkelkindern oder sogar den Urenkeln. Manche gehen im Rentenalter auch noch mit ihrer enormen Erfahrung im Berufsleben einer Arbeit nach, was ihnen Freude, Erfüllung und Selbstbestätigung geben kann, besonders, wenn sie diese Tätigkeit aus eigener Entscheidung wählen und nicht unter finanziellem Druck stehen. Andere haben sich stets einen weiten Horizont erhalten und unternehmen Reisen und lernen ferne Länder kennen, was

sie bisher nicht tun konnten. Wiederum andere bringen sich mit ihrer gewonnenen Zeit nun aktiv in der christlichen Gemeinde ein oder sind in vielfältigen Vereinen ehrenamtlich tätig.

Die „alten Alten“

Die „alten Alten“ (85. bis 110. Lebensjahr) hingegen haben oft mit Einschränkungen zu kämpfen. Die körperlichen und seelischen Beschwerden entwickeln sich meist schleichend: Die Sehkraft lässt nach, viele werden zunehmend schwerhörig, die psychische Belastbarkeit nimmt ab, der Schlaf ist kürzer und oft nicht erholsam, es zeigen sich Konzentrationsstörungen, das Gedächtnis lässt nach, die Leistungsfähigkeit der Organe wird geringer, dazu kommen meist chronische Erkrankungen, wie Diabetes, hoher Blutdruck, rheumatische Beschwerden, Abnutzung von Gelenken und der Wirbelsäule. Aber auch akute Erkrankungen können den Aktionsradius des alten Menschen erheblich einengen. Viele alte Menschen in dieser Lebensphase sind pflegebedürftig und leben die letzte Strecke ihres Lebens in einem Heim. Die größte Angst beim Gedanken an dieses Alter besteht sicher für die meisten Menschen in der Vorstellung, den Verstand verlieren zu können und an einer Demenz (z. B. Alzheimer) zu erkranken. Einige Menschen jedoch sind sogar bis ins hohe Alter körperlich und geistig gesund – das ist eine besondere Gnade! Ein Beispiel ist mein Großvater, der noch mit 97 Jahren selbstständig verreiste. Für ihn war es auch mit 99 Jahren noch eine Freude, jeden Sonntag zum Gottesdienst zu gehen und Gott loben und ihm danken zu können. Dann ist er plötzlich gestorben.

Auf was kommt es an?

Es kommt jedoch nicht darauf an, wie viele Jahre wir möglichst gesund auf dieser Erde leben, sondern wie diese Jahre gefüllt werden. Als Christ glaube ich: Das Wichtigste ist, was Gott aus meinem Le-

ben macht. Das Alter ist die Zeit, wo diese Lebensfrucht ausgereift ist. Auch wenn dies von uns selbst oft nicht immer bemerkt wird: Unsere Mitmenschen werden dadurch gestärkt. Ich habe immer wieder alte Menschen schätzen gelernt, von denen ich den tiefen Eindruck hatte: Das hier ist ein reifer Mensch. Ich spüre im Gespräch mit ihm Lebensweisheit, von der ich profitieren kann. Solche alt gewordenen, gereiften Menschen besuchen meine Frau und ich gerne. Wir hören ihnen zu, lernen von ihnen und erleben diese Begegnungen als ganz kostbare Stunden. Das waren Menschen, die – trotz mancherlei Einschränkungen – nicht klagten, oft einen erfrischenden Humor hatten und – wenn sie Christen waren – eine starke Hoffnung auf die Ewigkeit bei Gott ausstrahlten. Auf diese Weise können alte Menschen wertvolle Lebenserfahrungen weitergeben, ein Vorbild sein für Jüngere. Sie zeigen, wie wohltuend es ist, gelassen und dankbar zu sein, auch wenn es Schwierigkeiten gibt. Mein Rat: Bauen Sie vor! Bleiben Sie auch im Alter interessiert an der Gemeinschaft mit anderen, gerade mit jungen Leuten, seien Sie kreativ, bewahren Sie Ihre Freude an der Musik und an Literatur!

Das Leben rechtzeitig ordnen

Wie kann man aber im Alter dahin kommen, wie sich auf das Altsein vorbereiten? Ganz wichtig erscheint mir, das Leben zu ordnen. Dazu gehört nicht nur, dass man alle Schränke und Regale durchsieht und nur noch das behält, was wirklich notwendig ist. Dazu gehört auch, dass Beziehungen geordnet werden und rechtzeitig Vergebung und Versöhnung gesucht und gewährt wird. Versöhnung macht ja gerade frei von Gedanken, die unglücklich machen und Lebensqualität hemmen. Nutzen Sie die nächste Gelegenheit zu einem klärenden Gespräch. Auch die Beziehung zu Gott gehört dazu: Nehmen Sie die Wegführungen Gottes in Ihrem Leben an, versöhnen Sie sich mit ▶



Farben.Pracht.



Produkt.Vielfalt.



Glanz.Leistungen.

Henkel ist Ihre Druckerei in Stuttgarts Norden. Mit innovativen Technologien rund um den Bogenoffset. Und persönlichem Service drumherum.



Henkel GmbH
Druckerei
Tel. 0711.9876700

www.henkeldruck.de

**henkel
druckt.**



Ihrer Biografie! Hierzu gehört auch die Vorbereitung auf das Sterben – das endgültige Abschied nehmen von allem, was uns hier wichtig und wertvoll ist. Für Christen sollte dabei die Freude auf den Himmel eine große Rolle spielen. Jesus kündigt seinen Jüngern in Johannes 14,2 an, dass er ihnen vorausgehen werde, um ihnen eine Stätte, ein Haus im Himmel vorzubereiten. Auf diese himmlische Heimat freuen sich Menschen, die bereit sind.

Danken

Gelassenheit trotz des Alters gelingt besonders dann, wenn wir lernen, auch für vermeintlich kleine Dinge zu danken: danken für das, was war, was gelingen durfte. Danken für das, was jetzt ist. Und in weiser Vorausschau: Danken dafür, was Gott denen bereitet hat, die ihn lieben (vergl. 1. Korinther 2).

Selma Lagerlöf hat treffend formuliert: „Wir sollen nicht ängstlich fragen: Was wird und was kann noch kommen? Son-

dern sagen: Ich bin gespannt, was Gott jetzt noch mit mir vorhat!“

Loslassen

Und zum Glücklichsein im Alter gehört auch das Loslassen: Wir können nichts mitnehmen. Alles, was wir haben, ist uns von Gott geliehen für eine begrenzte Zeit. Unsere Hände können entweder verkrampt festhalten – oder sich öffnen, um weiterzugeben und auch noch im Alter Neues zu empfangen. Denn alles, was wir festhalten, hält auch uns fest – alles, was wir loslassen, lässt auch uns los! Die Kunst eines erfüllten Lebens ist die Kunst des Lassens: zulassen, weglassen, loslassen. Es geht aber nicht nur darum, loszulassen, sondern auch festzuhalten und Neues zu gewinnen: Wir brauchen das Erleben von Gottes Führung und das Gewinnen von innerer Freiheit sowie Aufgaben, die uns Freude bereiten. Der bleibende Sinn für unser Leben, auch wenn wir ganz schwach sind, liegt in der Liebe Gottes zu uns, sei-

nen Kindern. Gott sagt: „Halte fest, was du hast, damit niemand deine Krone nehme!“ (Off. 3,11). Unser Leben ist und bleibt in Gottes Hand.

Dankbar und versöhnt zurückschauen, das Heute nutzen, kleine Freuden genießen und das Morgen mit Zuversicht erwarten – das ist Glück. ◆

DER AUTOR, DR. MARTIN STEINBACH,



Jahrgang 1943, Facharzt für Innere Medizin, Psychosomatik und Psychotherapie, war bis 2009 ärztlicher Direktor des Diakonie-Krankenhauses Elbingerode/Harz.

Heute arbeitet er in einer Praxis für Psychosomatik und Psychotherapie in Elbingerode. Er ist verheiratet und hat vier Kinder und 12 Enkelkinder.

Die ersten Lebensjahre sind die wertvollsten und wichtigsten

Im AKZENTE-Interview verrät Iris Reutter von der Jugendhilfe Korntal die Grundlagen einer gelingenden Erziehung und beschreibt, wie wichtig es ist, Kinder ernst zu nehmen und Zeit für sie zu haben.

AKZENTE: Frau Reutter, herzlichen Glückwunsch! Sie erwarten ein Kind.

Iris Reutter: Vielen Dank!

AKZENTE: Es ist wohl der größte Wunsch von Eltern, dass ihr Kind glücklich wird. Haben Sie schon einen Glücks-Masterplan für Ihr Kind?

Iris Reutter: Ja, ich denke auch, das ist der größte Wunsch von Eltern, dass aus ihrem Nachwuchs glückliche Kinder und dann irgendwann einmal glückliche Erwachsene werden. Aber dafür einen passenden Plan zu entwickeln fällt sehr schwer. Es gibt natürlich Dinge, die meinem Mann und mir wichtig sind und worauf wir großen Wert legen. Diese – unsere – Grundlagen werden einen wichtigen Stellenwert in der Erziehung einnehmen. Wenn dies als ein übergeordneter Plan bzw. Masterplan bezeichnet werden kann, dann haben wir wohl einen.

AKZENTE: Wie sieht er aus?

Iris Reutter: Je jünger ein Kind ist, desto wichtiger ist eine verlässliche Bezugsperson, die für das Kind da ist, die das Kind pflegt, es ernährt, beschützt, mit ihm kuschelt. Daraus entsteht eine Bindung, die für das „Urvertrauen“ wichtig ist. Denn aus dem Urvertrauen entsteht Vertrauen und aus Vertrauen das Wissen um das eigene Können. Glücklich werden Kinder, wenn ihre Eltern ihre Interessen und Talente erspüren, fördern und ernst nehmen – auch wenn sie nicht ihren eigenen Erwartungen entsprechen. Zudem sollen die Kinder die Erfahrung machen, dass sie Anerkennung, Respekt und Liebe von ihren Eltern erhalten. Wichtig sind Eltern, die ihre Kinder in den Alltag und das Le-

ben mit einbeziehen, viel Zeit mit ihnen verbringen, im Austausch sind und sie ernst nehmen und die wissen, was ihre Kinder können, was ihnen schwerfällt und wie es ihnen geht. Und auch, wenn Eltern ihren Kindern gewisse Grenzen setzen, geben sie ihnen einen Schutzraum, nach dem Kinder unbewusst suchen, der ihnen Sicherheit und Halt gibt. Viele Kinder erleben Strukturen und Regeln als sehr hilfreich, um sich im Alltag zurechtzufinden. Man könnte die Elternrolle als Leiter, aber auch als Beschützer sehen. Die Kinder sollten eine Sicherheitsbasis bei ihren Eltern erleben und das Gefühl bekommen, geliebt und wertvoll zu sein.

AKZENTE: Wie entscheidend sind denn die ersten Lebensjahre für eine spätere positive Lebenseinstellung?

Iris Reutter: Eltern haben aus meiner Sicht zeitlich nur begrenzte Möglichkeiten, den Kindern Positives „einzupflanzen“, damit dies später „aufsprießen“ und „wachsen“ kann – in der Hoffnung, dass große „Früchte“ daran und daraus wachsen. Die ersten Lebensjahre sind dafür aus meiner Sicht die wertvollsten und wichtigsten Jahre für eine spätere positive Lebenseinstellung, die auch nicht mehr nachgeholt werden können. Dies bestätigt uns auch die heutige Forschung.

AKZENTE: In wieweit kann es Eltern aber auch überfordern, sich ständig für das Glücksgefühl ihrer Kinder verantwortlich zu fühlen?

Iris Reutter: Eltern sollten sich auf jeden Fall der Verantwortung stellen, den Kindern das mitzugeben, was sie später als Heranwachsende und dann als Erwachse-

ne benötigen, um glücklich zu sein. Denn dann entscheiden sie für sich selbst und Eltern haben nur noch wenig Einfluss auf sie. Die Frage ist nur, was man unter „ständigem Glücksgefühl“ versteht. Ich denke, dafür sind Eltern nicht verantwortlich. Das würde sie tatsächlich überfordern. Wie sollten es Eltern denn schaffen, ein Kind so zu erziehen, dass es ständig Glücksgefühle erlebt? Ich bin davon überzeugt, dass dies nicht möglich ist.

AKZENTE: Es gibt also kein Standardrezept für die Erziehung eines Kindes zu einem glücklichen Menschen?

Iris Reutter: Nein, das gibt es nicht. Sonst würde das Rezept – vermute ich – für teures Geld gehandelt werden und wir könnten es uns nicht leisten. Aber es gibt ein paar grundlegende Eckpunkte, um Kinder wirklich und nachhaltig glücklich zu machen.

AKZENTE: Wie abhängig sind Kinder eigentlich von Glücksmomenten? Oder anders gefragt: Ist es schlimm, wenn sie auch mal Trübsal blasen müssen?

Iris Reutter: Das Leben besteht nicht nur aus Glücksmomenten – das wissen wir Erwachsenen wohl am besten. Kinder lernen nach und nach, dass Glücksmomente nicht ausschließlich die Meilensteine im Leben sind, sondern dass Beziehungen und Erfahrungen mit Menschen einen prägen und weiterentwickeln. Kinder dürfen auch mal traurig sein. Nur das ist authentisch. Alle Gefühle der Kinder sollten ernst genommen und gezeigt werden dürfen.

AKZENTE: Manche Eltern und auch Großeltern denken, das größte Glück für Kinder seien materielle Dinge. ▶



Iris Reutter: Ja, wenn man die Reaktion der Kinder sieht, dann könnte man tatsächlich meinen, Geschenke seien das einzige, was Kinder wirklich glücklich macht. Zumindest sieht man solch strahlende Gesichter wie an Weihnachten oder an Geburtstagen meistens ja nicht unbedingt im Alltag. Doch wie ich schon erwähnt habe, ist das größte und nachhaltigste Glück für Kinder, wenn man mit ihnen den Alltag bewusst lebt, für sie da ist, im Gespräch mit ihnen ist, sie „sieht“ und ernst nimmt. Ein Kind leidet nicht unter dem Verzicht auf Materielles, wohl aber, wenn es permanent die Zeit mit seinen Eltern entbehren muss.

AKZENTE: Dient ein „Nein“ also manchmal sogar einem nachhaltigeren Glücksgefühl?

Iris Reutter: Es ist nicht richtig, Kindern alles zu geben und nichts von ihnen zu erwarten. Das macht sie auf Dauer unglücklich. Sie erleben Zufriedenheit, wenn sie spüren, dass sie gelenkt, geführt und geleitet werden, dass sie jemand beschützt,

sie fordert und fördert. Kinder würden uns niemals bestätigen, dass ein „Nein“ positiv ist bzw. positive Auswirkungen hat. Aber sie können Jahre später die Fürsorge der Eltern begreifen und fühlen sich geliebt und somit glücklich. Das ist nachhaltige Zufriedenheit!

AKZENTE: Sie arbeiten in der Jugendhilfe. Wie unglücklich können ganz junge Menschen sein?

Iris Reutter: Ich habe erlebt und gesehen, wie unglücklich manche Kinder und Jugendliche sein können. Aber gerade nicht, weil ihnen das neueste Smartphone in ihrer Sammlung fehlte, sondern weil ihnen die „zwischenmenschlichen Geschenke“ gefehlt haben. Die wahren Bedürfnisse der Kinder werden leider oft von den Eltern übersehen, da sie selbst sehr belastet sind. Das Wichtigste ist dann, sich Hilfe zu holen. So haben es viele Eltern gemacht und nehmen die Hilfe der Jugendhilfe Korntal in Anspruch. Das ist ein guter und wichtiger erster Schritt, damit Eltern entlastet werden, selbst Hilfe erhalten und gemein-

sam mit uns Perspektiven entwickelt werden können. So entsteht die Chance, dass Eltern und Kinder wieder ihre Rollen und Aufgaben finden und eine Erziehung der Kinder zu glücklichen Menschen gelingen kann.

AKZENTE: Können Kinder denn überhaupt glücklich sein, wenn ihre Eltern unglücklich sind?

Iris Reutter: Das ist eine sehr schwierige Frage. Ich würde sie so beantworten: Die Verantwortung der Eltern ist es, sich darum zu kümmern, selbst glückliche Menschen zu werden. Das ist keine leichte Aufgabe, aber wichtig für die Erziehung der Kinder zu positiven Menschen. Ich möchte diese Eltern einladen, sich auf die Spurensuche zu machen und ihrer Geschichte, ihren Erlebnissen nachzugehen, die hinter ihrem Unglück oder ihrer Unzufriedenheit stecken. Erst wenn wir unsere alten Verletzungen sehen und die Zusammenhänge mit unserer gegenwärtigen Lebenssituation erkennen, können wir uns von diesen alten Geschichten verabschieden und nach angemessenen Formen des Umgangs mit Situationen im Hier und Jetzt suchen und eine positive Lebenseinstellung finden. ◆

IRIS REUTTER,



32, arbeitet seit 2009 bei der Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal. Seit Oktober 2013 hat sie die „Fachleitung stationär“ der Jugendhilfe Korntal übernommen. In dieser Aufgabe ist sie fachliche Ansprechpartnerin für insgesamt vier Innenwohngruppen und einer Außenwohngruppe am Standort Korntal. Mehr zur Jugendhilfe Korntal gibt es unter www.jugendhilfe-korntal.de.

Glückwünsche

Deine Bibel-
geschichte

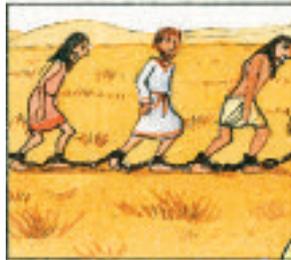
Der Traum vom Glück

Josef hat ein schönes Leben. Sein Vater ist reich, er muss nicht viel arbeiten. Einmal träumt Josef, dass sich Sonne, Mond und Sterne vor ihm verbeugen. Seine Brüder ärgern sich über solche Träume: „Hält sich Josef für etwas Besseres?!“ Aus Neid verkaufen sie Josef



an einen Sklavenhändler. Doch Josef hat Glück im Unglück. Der Händler verkauft ihn an Potiphar, einen hohen ägyptischen Beamten. Josef macht seine Arbeit so gut, dass Potiphar ihm sogar seine Geschäfte anvertraut. Aber auch seiner Frau gefällt Josef und sie will ihn zur Liebe zwingen.

Als Josef sie zurückweist, nimmt sie Rache und bringt ihn ins Gefängnis. Nun scheint alles zu Ende. Doch Josef vertraut Gott.



Er kümmert sich um seine Mitgefangenen und deutet ihnen ihre Träume. Und Josef hat wieder Glück: Eines Tages wird Josef vom Pharao gerufen.

Der hatte einen unerklärlichen Traum. „Dein Traum sagt, es wird eine Dürre kommen“, sagt Josef. Mit Josefs Hilfe kann der Pharao sein Volk vor einer Hungersnot retten. Josef wird schließlich Vizekönig. In all dem Auf und Ab hat Gott gut für ihn gesorgt.

Lies nach im Alten Testament: 1. Mose, 37; 39-41



Gott nahe zu sein ist mein Glück.

Psalm 73,28

Das ist die Jahreslosung 2014: Es ist ein Satz, über den du nachdenken kannst und der dich anregen kann.

Woran denkst du, wenn du den Bibelspruch liest?

Was bedeutet er für dich?

Findest du
das vierblättrige
Kleeblatt?

Glücksbrötchen für deine Freunde

Du brauchst: 1 Würfel frische Hefe, 1 Prise Zucker, 400g Mehl, 250 ml lauwarmes Wasser, 1 TL Kräutersalz, Backpapier, Zettel und Stift.

So geht's: Bröckle die Hefe in eine Schale und verrühre sie mit dem Zucker, 2 Teelöffeln Mehl und 2 Esslöffeln Wasser. Lass die Mischung 15 Minuten zugedeckt ruhen. Dann verrühre das restliche Mehl und Wasser, das Salz und die Hefemischung in einer Schüssel und knete den Teig, bis er glatt ist. Er muss jetzt 30 Minuten ruhen.

In der Zwischenzeit schreibe deine Glücks-Wünsche an deine Freunde auf die Zettel und falte sie klein. Forme dann aus dem Teig Brötchen und stecke jeweils einen Zettel in ihre Mitte. Backe die Brötchen auf einem Blech im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 15 Minuten.



Dir gefällt die Kinderseite? In der evangelischen Kinderzeitschrift **Benjamin** findest du noch mehr Geschichten, Bastel- und Kochtipps und Spannendes über Gott und die Welt. **Benjamin** - die evangelische Kinderzeitschrift, die den Glauben lebendig macht. Jeden Monat 24 Seiten zum Lernen, Entdecken und Mitmachen und 4 Seiten Elternbeilage.

Infos unter:
Hotline 0711- 60 100 30
abo@hallo-benjamin.de
www.hallo-benjamin.de

Das (verlorene) Glück des Hiob

Menschen fragen nach dem „Warum“, wenn sie das Unglück trifft. Was aber hat Gott damit zu tun?
Norbert Rose wagt eine Einordnung des Unerklärlichen.

Man muss die Bibel nicht kennen, um zu wissen, was eine „Hiobs-Botschaft“ ist (siehe das Buch Hiob im Alten Testament). Viele Menschen haben mindestens einmal in ihrem Leben solch eine erschütternde Nachricht erhalten, dass ihnen in einem einzigen Augenblick das Schönste und Liebste genommen wurde. Da ist der Bräutigam, der am Tag vor seiner Hochzeit tödlich verunglückt. Ein Elternpaar, das ihr Kind durch ein tragisches Ereignis verliert. Eine junge Mutter, die mit einer erschütternden Diagnose ihres Arztes zurecht kommen muss. Ein Erdbeben, das unzählige Menschenleben fordert. Und immer ist es dieselbe Frage, die sich uns unvermeidbar aufdrängt: „Warum lässt Gott das zu?“

Wie gut, wenn wir Menschen haben, die uns nicht allein lassen in solcher Not! Hiob hatte gute Freunde. Nach dem Buch Hiob im Alten Testament saßen sie mit ihm in der Asche, nachdem er zuerst seinen Besitz und dann seine Kinder verloren hatte. Sie schwiegen über sieben Tage und Nächte mit ihm und teilten seine Verzweiflung. Sieben Tage können extrem lang sein. Wer hielte es auch nur einen Tag lang aus, all die drängenden Fragen für sich zu behalten? Und irgendwann bricht es aus diesen Männern heraus: Es muss doch einen Grund geben für dieses Unglück! Irgendeine halbwegs einleuchtende Erklärung, die uns hilft, das Unbegreifliche zu begreifen. Gott lässt doch so etwas nicht zu, wenn sein Knecht Hiob wirklich so rechtschaffen wäre, wie man von ihm sagt! Was hast du – was haben deine Kinder – verbrochen, dass Gott so straft!? Wer ist verantwortlich!?

Allerdings – reden so echte Freunde? Wie wurden sie schon gescholten und ver-

dammt für ihre vorwurfsvollen, selbstgerechten Fragen. Aber einmal ganz ehrlich: Hätten wir nicht genauso gefragt – wahrscheinlich sogar viel früher als sie? Es sind ja genau die Fragen, die sich nicht vermeiden und verdrängen lassen. Wir können es gar nicht verhindern, mit solchen Fragen auch unsere Verzweiflung laut hinauszu-schreien. Selbst dann nicht, wenn wir irgendwie ahnen, dass es keine Antwort darauf gibt. Was für eine Antwort sollte das sein, die uns zufriedenstellen könnte?

Vermutlich sind es nicht einmal die Freunde, die sich nach und nach von uns abwenden mit ihren unerträglichen Fragen. Es sind nicht die Gefährten, die Anklage erheben, sondern es ist das eigene Herz, das uns unbarmherzig seine Anklageschrift vorhält. Es sind die eigenen Gedanken, das Gewissen, die „Mitwisser“ in uns, die sich nicht zum Schweigen bringen lassen. Und – dummerweise – sie haben oft nicht Unrecht! Irgendwas findet sich immer: irgendeine Schuld, irgendein Versagen, irgendein Grund, warum das Unglück oder das Schicksal oder Gott selbst uns so getroffen hat.

Dann hätten wir die Geschichte Hiobs allerdings gründlich missverstanden! Wir haben keinen Gott, der uns kalt und unbarmherzig vom Himmel herab auf die Probe stellt und testet, wann unser Glaube einknickt. Wir haben keinen Gott, der uns verurteilt und fallen lässt, wenn unser Glaube schwach wird. Wir haben keinen Gott, der zusieht, wie wir in der Asche sitzen und vor lauter Verzweiflung nicht mehr denken und nicht mehr beten können. Wir haben keinen Gott, der ungerührt von seinem himmlischen Thron herab unser Elend kommentiert.

Sondern wir haben einen Gott, der es nicht mehr aushalten konnte, uns in unserer Not und Verlorenheit nur zuzusehen. Und darum ist er selbst hinabgestiegen „in das Reich des Todes“ und in die Dunkelheit unserer Welt. Er hat sich selbst zu uns in die Asche gesetzt und ist am Kreuz unse- ren Tod gestorben. Und wo immer Menschen am Ende sind, wo jemand nicht mehr kann, wo die Not zu groß wird, ist ER schon längst da und umgibt uns von allen Seiten. „Er entäußerte sich selbst und nahm Knechtsgestalt an“ (Phil 2,7) – um mit uns auszuhalten, wo wir sind – und sei es in den Tiefen der Verzweiflung.

Und er fragt nicht, er klagt nicht an, er verurteilt nicht, sondern ER „trug unsere Krankheit und lud auf sich unsre Schmerzen. Die Strafe liegt auf ihm, auf dass wir Frieden hätten, und durch seine Wunden sind wir geheilt“ (Jes 53, 4–5). Welch ein Glück! ◆

DER AUTOR, PASTOR NORBERT ROSE,



ist 54 Jahre alt, verheiratet und hat sechs Kinder im Alter zwischen 10 und 24 Jahren. Er lebt in Karlsbad und arbeitet seit 2013 als Pastor und Seelsorgeleiter im Bibelkonferenzzentrum Langensteinbacherhöhe. Vorher war er 25 Jahre lang Pastor in Gemeinden der Evangelisch-methodistischen Kirche in Norddeutschland und Seelsorger im Diakoniewerk Bethesda in Wuppertal.

Aus unserer Diakonie

Das Bauernhofbuch hat viele Fans – auch prominente...



Linkes Foto: Der Bürgermeister von Korntal-Münchingen, Dr. Joachim Wolf (re.) und der Bundestagsabgeordnete Steffen Bilger aus Ludwigsburg haben sichtlich Spaß am Bauernhofbuch.

Foto: Harald Barth

Auch Margot Käsmann hatte sofort den Nutzen des Kinderbuchs erkannt: Sie schenkte das Buch ihrer Enkelin.



Das Bauernhofbuch für Kinder, das auf dem Schulbauernhof Zukunftsfelder unserer Diakonie spielt, hat mittlerweile viele Fans und Leser gefunden – bei Groß und Klein! Der Bürgermeister von Korntal-Münchingen Dr. Joachim Wolf sowie der Bundestagsabgeordnete aus Ludwigsburg Steffen

Bilger freuten sich genauso über das neue Kinderbuch wie Margot Käsmann, ehemalige EKD-Ratsvorsitzende und Luther-Jahr-Botschafterin. Sie ist Mitherausgeberin der evangelischen Kinderzeitschrift „Benjamin“, deren Chefredakteurin Kathrin Kommerell das Kinderbuch geschrieben hat. Die Maus Benjamin ist wichtiger

Bestandteil des Buchs (Edition Evangelischen Gemeindeblatt), denn sie erzählt den Kindern biblische Geschichten aus der Landwirtschaft.

Das Buch gibt es im Buchhandel und im Israelladen der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal am Saalplatz 1. ◆

Aus unserer Diakonie

Freunde und Förderer genießen und informieren sich



Die diakonischen Einrichtungen unter dem Siegel der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal sind in vielen Bereichen ihrer Arbeit auf Spenden angewiesen. Ob Kindern, die in Jugendhilfeeinrichtungen leben, der Traum vom ersten eigenen Fahrrad erfüllt wird, Kindergärten die Anschaffung von neuem Spielzeug ermöglicht oder sich tatkräftig beim Ausbau des Schulbauernhofs Zukunftsfelder betätigt wird – in allen Teilen des breiten sozialdiakonischen Wirkens der Brüdergemeinde, von der Kinder-, Jugend- bis hin zur Altenarbeit sowie bei helpline und dem Orientierungsjahr, wäre dies ohne Freunde und Förderer, die sich mit der Arbeit iden-

tifizieren, nicht möglich. Für diese Unterstützer veranstaltet die Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde einmal im Jahr einen besonderen Dankabend im Landschloss Korntal. Er bietet die Plattform, sich kennenzulernen und ein Konzert eines Künstlers zu erleben. Im November letzten Jahres unterhielt Jürgen Werth, christlicher Liedermacher und Vorstandsvorsitzender von „ERF Medien“ in Wetzlar, seine Zuhörer mit dem Programm „Ein kleiner Urlaub für die Seele“. Auf dem „Markt der Diakonie“ stellten sich außerdem zehn Einrichtungen vor und informierten die Gäste über ihre Arbeit. Aktuelle Spendenprojekte gibt es im Internet unter www.diakonie-korntal.de. ◆



Jürgen Werth sorgte für Unterhaltung mit Tiefgang bei seinem Programm „Ein kleiner Urlaub für die Seele“

Foto: Bernhard Weichel

Schulbauernhof Zukunftsfelder

Auf dem Schulbauernhof füttert auch der Bischof die Hühner



Der Landesbischof der Evangelischen Kirche in Württemberg, Frank

Otfried July, hat im März die diakonischen Einrichtungen der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal besucht. Der Termin war Bestandteil seines mehrtägigen Besuchs der Werks der Brüdergemeinde, bei der sich July über ihre vielfältigen Arbeitszweige informierte.

Ein ganzer Tag war den diakonischen Aktivitäten der Brüdergemeinde gewidmet. Auf dem dichten Programm standen Informationen zur Jugendhilfe Korntal und Gespräche mit Mitarbeiterinnen unterschiedlicher pädagogischer Hilfeformen, der therapeutische Reitbereich im Hoffmannhaus, die Besichtigung des neuen Kinderhauses Saalstraße, in dem die Diakonie einen Kindergarten, eine Kinderkrippe und eine Mutter-Kind-Gruppe betreibt, der Besuch einer Unterrichtsstunde

Lernfeld Schulbauernhof Zukunftsfelder Korntal: Landesbischof Frank Otfried July (ganz rechts) füttert die Hühner. Assistentiert wird er dabei von einer Schülerin aus Mundelsheim sowie von den Diakonie-Geschäftsführern Thomas Woschnitzok (Mitte) und Veit-Michael Glatzle.



in der Johannes-Kullen-Schule, die Vorstellung des Altenzentrums Korntal sowie des Schulbauernhofs Zukunftsfelder. Hier ließ sich July von Kindern der vierten Klasse der Georg-Hager-Schule Mundelsheim zeigen, wie Milch zu Butter verarbeitet wird, und lernte von ihnen etwas über die Ernährungsgewohnheiten in Deutsch-

land. Und weil es auf dem Schulbauernhof immer sehr praktisch zugeht, durfte der Landesbischof gleich selbst einmal ausprobieren, wie es ist, Hühner zu füttern. Auch hier halfen ihm die Kinder, die nach wenigen Tagen auf dem Schulbauernhof schon sehr geübt im Umgang mit den Tieren waren. ◆

Jugendhilfe Korntal

Langosch und Glühwein bescheren Kindern ein neues Trampolin



Joachim Friz, Leiter der Jugendhilfe Korntal (rechts) freut sich. Mit der Spende kann er ein neues Trampolin für die Kinder des Flattichhauses anschaffen.



Es gibt Traditionen, die haben es besonders leicht, sich von Generation zu Generation zu vererben. Der Grund: Sie machen einfach Spaß! Fragt man die Jugend der Neuapostolischen Kirche der Gemeinden Leonberg/Höfingen, welche Tradition sie immer wieder gerne belebt, so kommt die Sprache ziemlich schnell auf ihren Stand beim Nikolausmarkt in Leonberg. Schon zum fünfzehnten Mal boten die jungen Erwachsenen im Jahr 2013 hier Leckeres. Langosch heißt ein ungarisches Nationalgericht, das wahlweise mit deftiger oder süßer Auflage gereicht wird. Bei den Besuchern des Nikolausmarkts kommt das kulinarische Angebot im Advent offen-

sichtlich gut an. Wohl auch deshalb, weil sie wissen, dass dieses Engagement der Jugend der Neuapostolischen Kirche stets dem guten Zweck dient. Bei Punch und Glühwein können sich die Besucher am Stand über das jeweilige Spendenprojekt informieren. Im Herbst, so erzählt der Leiter der Jugendgruppe Steffen Lörcher, setzen sich die Mitarbeiter zusammen und jeder darf ein Spendenprojekt vorschlagen.

Die Jugendhilfe Korntal unserer Diakonie war bereits 2012 bei der Endausscheidung ganz vorne dabei. Diesmal erhielt sie bei der Abstimmung die meisten Stimmen. 2.100 Euro brachte die Aktion – für ein neues Trampolin. ◆

Kindergarten Korntal

Die Volksbank Stuttgart sorgt für neuen Lese-Spaß im Kindergarten Gartenstraße



50 Kinder besuchen täglich den Kindergarten Gartenstraße in Korntal. Die Einrichtung möchte ihre Schützlinge ganzheitlich fördern und setzt dabei neben einer christlichen Erziehung und einem umfangreichen Bewegungsangebot besonders auf die Sprachförderung der Kleinen. Und da der Appetit auf die Beschäftigung mit Schrift, Sprache und Büchern in einer einladenden Umgebung zunimmt, war man schon lange auf der Suche nach Spendern, die dabei helfen, die Lesecke des Kindergartens mit neuen Möbeln auszustatten. Die Volksbank Stuttgart, die zu den Freunden und Förderern der diakonischen Einrichtungen der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal gehört, spendete nun 1000 Euro für diesen guten Zweck. Der Leiter der Volksbank-Filiale in Korntal Clemens Nesper überreichte den Scheck symbolisch an Gudrun Woschnitzok, Leiterin der



*Freude auf beiden Seiten:
Gudrun Woschnitzok mit Clemens Nesper
von der Volksbank Stuttgart.*

Kindergärten der Diakonie. „Eine kindgerechte Lesecke ist wichtig für unseren Kindergarten, weil Kinder Ruhezeiten brauchen, um sich zurückziehen zu können. Durch die neuen Möbel bekommen sie noch größere Motivation, sich mit Büchern zu beschäftigen. Und auch das Vorlesen wird künftig in einer viel angenehmeren Atmosphäre als bisher möglich sein“, freut sich Gudrun Woschnitzok. ◆

Aus unserer Diakonie

Kinderhaus Saalstraße eingeweiht



Nach rund eineinhalb Jahren Bauzeit ist im Januar 2014 das Kinderhaus Saalstraße in Korntal offiziell eingeweiht worden. Neben einer Kinderkrippe und einem Kindergarten in den ersten beiden Stockwerken befindet sich eine neu geschaffene Mutter-Kind-Gruppe der Jugendhilfe Korntal im

Haus. Hier wohnen Mütter, die unter Anleitung den Umgang mit ihrem Säugling oder Kleinkind lernen, um selbstständig zu werden. Die Trägerschaft dieser Einrichtungen hat die Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde übernommen. Das Kinderhaus wurde von der Stadt Korntal-Münchingen für rund 2,5 Millionen Euro gebaut. Dicht gedrängt verfolgten die Gäste der Einweihung die Vorführung der Kinder des Wilhelm-Götz-Kindergartens und des Kindergartens Gartenstraße, der direkt an das Kinderhaus grenzt und dessen Garten mit dem des Kinderhauses durch einen Laubengang verbunden ist. So können ihn die Kindergartenkinder des Kinderhauses mitbenutzen. ◆



Innovation
that excites

EINS MIT 5 STERNCHEN.



**DER NEUE NISSAN QASHQAI –
ÜBERZEUGT MIT 5 STERNEN
BEIM EURO NCAP CRASHTEST.**

NISSAN QASHQAI VISIA

1.2 I DIG-T, 85 kW (115 PS)

UNSER PREIS: AB € 18.490,-

- Chassis Control Technologie (CCT)
- Elektronische Parkbremse (e-PKB) mit automatischer Deaktivierung beim Anfahren
- LED Tagfahrlicht
- Lenkradfernbedienung
- Radio-CD-Kombination (2-DIN) mit Bluetooth®, AUX-Eingang und 4 Lautsprechern
- Stopp-/Start-System

**Gesamtverbrauch l/100 km: innerorts 6,9,
außerorts 4,9, kombiniert 5,6; CO₂-Emissionen: kombiniert 129,0 g/km (Messverfahren gem. EU-Norm); Effizienzklasse B.**

Abb. zeigt Sonderausstattung.



**Autohaus Jutz GmbH
Schillerstraße 62**

70839 Gerlingen

Tel.: 0 71 56/92 52-0

www.jutz.de

Jugendhilfe Korntal

„Doppelt so stark für Kinder und Familien!“

Ein Interview mit Joachim Friz, Gesamtleiter der neuen Jugendhilfe Korntal



AKZENTE: Herr Friz, im Oktober des letzten Jahres gab es den Start zur Zusammenlegung der beiden Jugendhilfeeinrichtungen Hoffmannhaus und Flattichhaus in Korntal. Warum dieser Schritt?

Joachim Friz: Es macht weder fachlich noch finanziell Sinn, zwei gleiche Jugendhilfeeinrichtungen, noch dazu am selben Ort mit komplett eigenen Verwaltungsstrukturen und Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die sich nicht kennen und dadurch auch nicht voneinander profitieren können, aufrecht zu erhalten. Außerdem sind die öffentlichen Kassen, die die Hilfen zur Erziehung finanzieren, klamm. Mittel für die Hilfen an Kindern, Jugendlichen und Familien werden zunehmend weniger, was wir deutlich zu spüren bekommen. Wir konnten es uns da einfach nicht mehr leisten, zwei getrennte Jugendhilfeeinrichtungen nebeneinander und voneinander nahezu gelöst zu betreiben. Um aber auch in Zukunft Hilfen für bedürftige Kinder und Familien anbieten zu können, mussten wir unsere Kräfte bündeln und unsere Verwaltungsstrukturen optimieren. Ich würde sagen: Durch die neue Jugendhilfe Korntal sind wir doppelt so stark für

die Kinder und Familien! Wir können für die Jugendämter flexibler auf Hilfeanfragen reagieren und diese häuserübergreifend und fließender gestalten. Und auch in einer Zeit des zunehmenden Fachkräftemangels sind wir durch die zusammengelegte Vielfalt und Einsatzmöglichkeiten ein noch attraktiverer Arbeitgeber.

AKZENTE: Haben die beiden traditionsreichen Einrichtungen damit aufgehört zu existieren?

Joachim Friz: Nein, natürlich nicht. Es gibt weiterhin das Hoffmannhaus, das Flattichhaus und die Jugendhilfestationen in Vaihingen/Enz, Markgröningen, Ludwigsburg, Bietigheim-Bissingen, Ditzingen und Gerlingen. Wir wollen den Jugendhilfe-Markt modern gestalten. Aber nicht losgelöst von unserer Geschichte, Tradition, Werten und unserem Glauben – dem Kern unserer Diakonie. Als Jugendhilfe Korntal wollen wir weiterhin den Kinder und Familien helfen, selbstständig in dieser Welt klar zu kommen, und ihnen dabei von der zukünftigen Welt, von der frohen Botschaft von Jesus Christus berichten. Denn jedes Haus hat seine Besonderheiten, die wir nicht verlieren möchten. Das Hoff-

mannhaus ist durch eine besondere Nähe zu unserer Johannes-Kullen-Schule eng mit ihr verbunden. Kinder und Jugendliche, deren Not sich auch im Verhalten in der Schule zeigt, werden dort optimal gefördert. Auch das Heilpädagogische Reiten und die Offenheit für die Bürger Korntals, die sich am Spielplatz auf dem großen Gelände widerspiegelt, sorgen für das ganz eigene Flair des Hoffmannhauses.

Das Flattichhaus ist hingegen durch seine beschützte, offene Geschlossenheit, wie ich es einmal bezeichnen möchte, mehr Heimat für Kinder, die dauerhaft bei uns leben. Die familiäre Atmosphäre in der Tradition der Diakonissen, die 100 Jahre lang das Flattichhaus prägten, ist auch heute noch spürbar und sollte, angepasst an die neue Zeit, erhalten bleiben.

AKZENTE: Gut sieben Monate nach dem Startschuss: Wie weit ist die Zusammenlegung vorangekommen?

Joachim Friz: Wir sind erstaunlich weit. Die Organisationsstruktur haben wir umgesetzt. Jeder kennt seine Aufgaben und Verantwortungsbereiche. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kennen die Abläufe und ihre Ansprechpartner. Die Fachwelt hat die Zusammenlegung positiv kommentiert. An der Zusammenführung der pädagogischen Prozesse, die in der Festschreibung im Qualitätshandbuch münden, arbeiten wir gerade.

AKZENTE: Was sagen Ihre Mitarbeiter?

Joachim Friz: Wir müssen das Tempo so fahren, dass wir handlungsfähig sind und dabei auch keinen verlieren. Wir haben erlebt, wie die Zusammenlegung für die Mitarbeiterschaft auch Ängste mit sich bringt. Ängste, die institutionelle Identität zu verlieren, in Frage gestellt zu werden oder auch nicht entsprechend für Vergangenes gewürdigt zu werden. An dieser Stelle möchte ich dabei betonen, dass wir in allen unseren Häusern sehr gute Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben, die ihren zurückliegenden und auch ihren gegenwärtigen

tigen Dienst sehr engagiert tun. Ein neues Wir-Gefühl zu entwickelt, braucht seine Zeit. Insgesamt können wir sagen, dass wir bei dem Berg der Aufgaben und Herausforderungen immer dann, wenn wir den Gipfel nicht mehr sehen konnten, kleine Wunder erlebten und merken durften, dass wir Jesus Christus als Gestalter vor uns haben, dem diese Kinder am Herzen liegen.

AKZENTE: *Auch Sie mussten sich persönlich umstellen. Aus dem Leiter des Flattichhauses ist der Gesamtleiter der Jugendhilfe geworden. Immerhin sind Sie jetzt für rund 400 Kinder an allen Stand-*

orten der Jugendhilfe und für rund 260 Mitarbeiter verantwortlich. Wird es Ihnen da nicht manchmal bange zumute bei so viel Verantwortung?

Joachim Friz: Nein, bange ist es mir nicht. Ich bin von der Sache, die wir tun, von Diakonie, überzeugt.

Wir müssen diesen Kindern, Jugendlichen und Familien in einer derart wirren Zeit Orientierung anbieten. Unsere Aufgabe ist wichtig und richtig. Ich meine, dass wir Diakonie gemeinsam besser hinkommen als alleine.

Und außerdem übernehme ich ja nicht alleine die Verantwortung. Ich erlebe, wie

jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter an dem Platz, an der sie oder er steht, Verantwortung trägt. Die Leiter bilden ein sehr motiviertes, verantwortungsvolles und verlässliches Team, das ich mir besser nicht wünschen könnte.

Was ich persönlich in dieser veränderten Aufgabe jedoch vermisse, ist der Kontakt zu den Kindern, wie ich ihn seither hatte. Im Flattichhaus kamen jeden Nachmittag Kinder in mein Büro, um sich Zuspruch und Schokolade (lacht) abzuholen. Dafür sind nun andere verantwortlich. Verantwortung abzugeben ist auch ein Lernprozess. ◆

Johannes-Kullen-Schule Korntal Monet-Vernissage in Vaihingen/Enz



„Kunst trifft Natur“ in Vaihingen: 14 Schüler der Außenstelle der Johannes-Kullen-Schule Korntal (JKS) beschäftigten sich mit Leben und Werk des französischen Malers Claude Monet (1840 bis 1926). Angeleitet wurden sie von ihren Lehrerinnen sowie von der Vaihinger Künstlerin Ulla Haug-Rössler, die die JKS bereits bei mehreren Kunstprojekten unterstützt hat. Zum Abschluss fand eine Vernissage statt.

Unter den zahlreichen Gästen befanden sich die Vaihinger Stadträte Dagmar Holzberg und Eberhard Zucker als Vertreter der Bürgerstiftung Vaihingen sowie Gabriele Balzer von der „Alison und Peter Klein Stiftung“, Nussdorf. Beide Institutionen hatten die Projektreihe „Kunst trifft Natur – Natur trifft Kunst“ an der JKS großzügig unterstützt.

Während der Projektwoche setzten sich die Kinder an verschiedenen Stationen mit dem Leben und Malstil des Künstlers auseinan-



Diakonie-Geschäftsführer Veit-Michael Glatzle bedankt sich bei den Schülern der JKS Vaihingen für die sehr gelungene Monet-Vernissage.

der, bauten seinen berühmten Garten samt Seerosenteich mit japanischer Brücke aus unterschiedlichen Materialien nach und gestalteten gemeinsam raumhohe Kunstwerke. Der Feuereifer und die große Begeisterung der Schüler spiegelten sich zudem in einer Präsentation über die Entstehung ihrer Kunstwerke, die ein weiterer Höhepunkt der gelungenen Vernissage war.

„Für die Kinder war es ein tolles Erlebnis, den Besuchern ihre Kunstwerke zu präsen-

tieren und große Wertschätzung zu erfahren“, meinte Schulleiter Georg Gutjahr. „Das motiviert sie und sie bringen sich gerne und engagiert mit ihren unterschiedlichen Fähigkeiten ins Projekt ein.“

Nach dem großen Erfolg der Projektreihe „Kunst trifft Natur“, die nun mit dieser dritten Einheit „Claude Monet“ nach den vorangegangenen Elementen „Hundertwasser“ und „Weidenskulpturen“ endet, ist bereits eine neue Projektreihe geplant. ◆

Produktionsschule Wilhelmsdorf

Eine ganz besondere Maschine macht die Produktionsschule noch leistungsfähiger



Produktions-schule

Seit Mitte April dieses Jahres verfügt die Schreinerei des Hoffmannhauses in Wilhelmsdorf über eine neue Kreissäge der besonderen Art. Die Herstellerfirma hatte die Maschine auf einer Holz-Messe ausgestellt und sie für diesen Zweck im Sonderton „Magenta“ (helles Purpur) lackiert. Jetzt ist sie der Hingucker unserer Schreinerwerkstatt. Mit der neuen Maschine können wir Jugendliche an die Standards der aktuellen Technologie heranführen. So werden die Einstellungen über ein Touch-Screen-Panel elektronisch vorgenommen. Selbsterklärende Piktogramme erleichtern die Bedienung und geben Hilfestellung. Rechenwege

an Schrägen und Winkeln können den Jugendlichen nachvollziehbar erklärt werden. Die Jugendlichen, die die Produktionsschule Oberschwaben besuchen, sollen an möglichst realen Bedingungen die Berufswelt kennenlernen. Dabei werden sie pädagogisch betreut. Die Produktionsschule Oberschwaben besuchen junge Erwachsene, die auf dem Weg ins eigenständige (Berufs-)Leben besondere Begleitung brauchen.

Besonderes Glück hatten wir:

- beim Maschinenhändler Markus Grupp (Nattheim), der zur Vision der Produktionsschule und zu unseren Jugendlichen steht,
- dass wir die deutschlandweit von allen Schreinerinnen begehrte Messemaschine ergattern konnten,

- dass wir Freunde und Förderer zur Finanzierung der Maschine gefunden haben. Die Schreinerei des Hoffmannhauses Wilhelmsdorf mausert sich auf diese Weise immer mehr zur Lieferantin hochwertiger Möbel für das Gesamtwerk der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal: So hat sie bereits Qualitätsmöbel an die Johannes-Kullen-Schule Korntal und deren Außenstelle in Vaihingen/Enz sowie ins Landschloß Korntal geliefert. Ihr derzeitiger Tätigkeitsschwerpunkt ist die Ausgestaltung der viergruppigen Kindertagesstätte in Ravensburg. Der Leiter der Schreinerei, Hans-Jürgen Bauer stolz: „Mit der Herstellung von hochwertigen Möbeln für den anspruchsvollen Kunden und der 25-jährigen Erfahrung bei der Herstellung von kreativen, brauchbaren Möbeln für die Jugendhilfe ist die Schreinerei mittlerweile eine leistungsfähige Werkstätte geworden.“

Die Schreinerei des Hoffmannhauses in Wilhelmsdorf arbeitet derzeit mit drei ausgebildeten Schreinerinnen, einem Schreiner aus der Suchtkrankenhilfe im Rahmen der Adaption (drei Monate), täglich mit zwei bis drei Jugendlichen aus der Hoffmannschule Wilhelmsdorf unter Anwendung des Produktionsschulkonzepts im Übergang Schule-Beruf sowie zwei Asylbewerberinnen aus Ghana und Nigeria. ◆

Aus unserer Diakonie

Als Freiwillige(r) in der Diakonie... oder mehr...



Die Neuauflage unserer Broschüre „Ich will was bewegen!“ zeigt, welche vielfältigen Möglichkeiten es in der Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal gibt: von den Freiwilligendiensten bis hin

zur Ausbildung oder einem berufsbegleitenden Studium.

Die Broschüre kann bestellt werden unter info@diakonie-bgk.de.

Als Download wird sie angeboten unter www.diakonie-korntal.de. ◆





Zu wenig Zeit, zu wenig Geld, zu wenig Personal – so ließe sich die Misere der Altenpflege in Deutschland kurz und knapp zusammenfassen. Weil die Lage derart prekär ist, haben sich die Korntaler Altenpflegeeinrichtungen, das Altenzentrum Korntal der Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde, das Pflegeheim auf dem Roßbühl sowie die KM-Sozialstation zu einem Aktionsbündnis zusammengeschlossen. Anlässlich eines bundesweiten Aktionstags am 12. Mai forderten sie als diakonische Einrichtungen ein „Rettungspaket Altenpflege“. Viele Korntalerinnen und Korntaler ließen sich am Stand vor dem EDEKA ansprechen und gaben eine Postkarte ab, auf der sie ihre Forderungen an den Bundesgesundheitsminister Gröhe geschrieben hatten. Die bundesweit gesammelten Karten sollen dem Minister in Rettungspaketen zugestellt werden.

Die Finanzierung der Altenpflege durch öffentliche Kassen hält schon seit Jahrzehnten nicht mehr Schritt mit der Kostenentwicklung. Das hat viele Heime in eine wirtschaftliche Schieflage gebracht, weil Personal- oder Energiekosten im gleichen Zeitraum um ein vielfaches gegenüber den Leistungen der Pflegekassen gestiegen sind. Dazu kommen immer weitergehende und zeitfressende Dokumentati-



Für eine menschenwürdige Pflege gemeinsam auf der Straße: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der drei Korntaler Pflegeeinrichtungen sammelten Postkarten für das „Rettungspaket Altenpflege“.

onspflichten, die Pflegerinnen und Pfleger zusätzlich erledigen müssen. Das wiederum führt zu einer Pflege im Minutentakt. Viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gehen mit einem schlechten Gewissen in den Feierabend, weil sie den zu pflegenden Menschen gerne mehr Zeit gewidmet hätten. Andere werden krank vom Druck. Ihr Fehlen kann kaum ausgeglichen werden; Mehrarbeit der Kolleginnen und Kollegen ist oft die einzige Lösung. Die Verweildauer des Fachpersonals ist entsprechend gering: Im Schnitt halten es die Beschäftigten in der stationären Pflege nur achteinhalb Jahre aus, in der Krankenhauspflege sind es immerhin noch 12,5 Jahre.

Gleichzeitig steigt der Anspruch an eine hochwertige Pflege von Seiten der Politik, von Angehörigen sowie der Kostenträger

immens. Zur Finanzierung werden immer häufiger Angehörige herangezogen, weil sich viele alte Menschen den Platz im Heim nicht mehr leisten können. „Das verlagert das Risiko der Altersarmut auch nur auf die nächste Generation“, sagt Thomas Woschnitzok, Geschäftsführer des Altenzentrums der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal.

Ein Teufelskreis, der laut Meinung des Korntaler Aktionsbündnisses nur durch drastische Reformen durchbrochen werden kann. So sollten die Tarifsteigerungen eins zu eins von den Pflegekassen ausgeglichen werden. Auch der Personalschlüssel, seit 18 Jahren unverändert, sollte deutlich um etwa 20 Prozent angehoben werden, um den pflegebedürftigen Menschen endlich die angemessene Zuwendung schenken zu können. ◆

NEUFELD VERLAG

*Stellen Sie sich eine Welt vor,
in der jeder willkommen ist!*

www.neufeld-verlag.de

PATENFAMILIEN GESUCHT!

Manche unserer Kinder und Jugendlichen haben nur sehr eingeschränkten Kontakt zu ihrer Herkunftsfamilie und verbringen daher viele Wochenenden und die Ferien im Flattichhaus oder im Hoffmannhaus. Könnten Sie es sich vorstellen, dass diese Kinder und Jugendlichen ein paar Stunden oder vielleicht einen ganzen Tag bei Ihnen verbringen? Dann melden Sie sich einfach bei uns. Auch Ehepaare ohne Kinder können solche Patenfamilien sein.

Auskünfte erteilt der Leiter der Jugendhilfe Korntal, Joachim Friz:
Telefon 0711/83 99 32-0, j.friz@jugendhilfe-korntal.de

WEITERE STELLENANZEIGEN FINDEN SIE UNTER WWW.DIAKONIE-KORNTAL.DE

STELLENANZEIGE ALTENZENTRUM

Wir bieten und suchen:

- Ausbildungsplätze in der Altenpflege
(Ausbildungsbeginn: 1. April/1. Oktober)
- Pflegehelfer/in in Teilzeit
- Pflegefachkräfte in Teilzeit
- Plätze für FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) und den Bundesfreiwilligendienst in den Bereichen: Haustechnik, Tagespflege/Hauswirtschaft, Pflege

Richten Sie Ihre Bewerbung an:

Altenzentrum Korntal, Friederichstraße 2, 70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711/8 36 30-0, info@azkt.de, www.altenzentrum-korntal.de

STELLENANZEIGE FAMILIENÄHNLICHE WOHNGRUPPE

**Haben Sie ein Herz für benachteiligte Kinder?
Wünschen Sie sich eine herausfordernde, sinnerfüllende Aufgabe?
Dann sollten Sie unbedingt weiterlesen!**

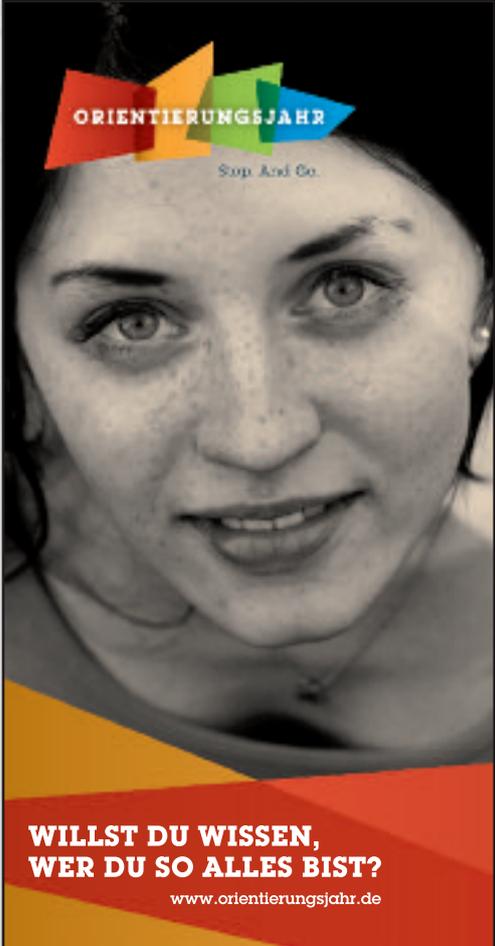
Wir suchen zum Aufbau unserer familienähnlichen Wohngruppe ein Hauselternpaar mit oder ohne eigene Kinder. Wir wünschen uns ein fachlich kompetentes, flexibles und geistlich motiviertes Ehepaar. In der familienähnlichen Wohngruppe lebt das Hauselternpaar mit vier Kindern und Jugendlichen im Alter ab drei Jahren gemeinsam mit bis zu zwei eigenen Kindern. Ein Elternteil hat eine sozialpädagogische Ausbildung. Außerdem wird noch eine sozialpädagogische Fachkraft in der Wohngruppe eingesetzt, so dass auch freie Wochenenden und Urlaube möglich sind.

Zu den Aufgaben in der Wohngruppe gehört:

- Aufbau einer familienähnlichen Wohngruppe und Gestaltung eines familiären Alltags
- Verantwortliche Durchführung der Hilfe- und Erziehungsplanung
- Fördern und Begleiten der Kinder und Jugendlichen in der Entwicklung
- Leitung des Teams und Zusammenarbeit mit der Einrichtung
- Kontaktgestaltung zu den Eltern/Familien der Kinder sowie zu Kooperationspartnern

Interessiert? Fragen? Dann wenden Sie sich bitte an:

Joachim Friz, Jugendhilfe Korntal, Zuffenhauser Str. 24, 70825 Korntal
J.Friz@jugendhilfe-korntal.de



ORIENTIERUNGSGEJAHR
Sop. And Co.

**WILLST DU WISSEN,
WER DU SO ALLES BIST?**
www.orientierungsjahr.de



helpline

**Das Netzwerk von
Ehrenamtlichen,
das schnell und
unbürokratisch
Mitmenschen in Not
und Krisen hilft.**

**www.helpline-korntal.de
Telefon 07 11/88 77 68 00**

JUGENDHILFE KORNTAL

Wir suchen:

Sozialpädagogische Fachkräfte

Als innovative Jugendhilfeeinrichtungen freuen wir uns über Bewerbungen von Fachkräften (ErzieherInnen, HeilpädagogInnen und Diplom-SozialpädagoInnen) im stationären, teilstationären und ambulanten Bereich. Interessante und verantwortungsvolle Aufgaben in einer engagierten Mitarbeitergemeinschaft warten auf Sie!

Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)

Bei uns gibt es die Möglichkeit, ein Freiwilliges Soziales Jahr in den Bereichen Technik, Hauswirtschaft und Betreuung (Wohngruppen, Tagesgruppen) zu absolvieren.

Haben Sie Interesse, bei uns mitzuarbeiten? Nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

Jugendhilfe Korntal
Münchinger Straße 1
70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711/83 99 32-0
Telefax 0711/83 99 32-39
info@jugendhilfe-korntal.de
www.jugendhilfe-korntal.de

AUS UNSEREM LEITBILD

Wir wollen das Evangelium von Jesus Christus nicht nur in Worten, sondern auch in Taten weitergeben. Wir orientieren unser Handeln am christlich-biblischen Menschenbild. Die diakonischen Einrichtungen sind tätiger Ausdruck dieses Gedankens und daher organisatorisch eng mit der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal verbunden.

Verwaltung Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal

www.diakonie-korntal.de

- Geschäftsführer: Veit-Michael Glatzle, Thomas Woschnitzok

Jugendhilfe Korntal

www.jugendhilfe-korntal.de

- Leitung: Joachim Friz, Diakon, Sozialarbeiter

Jugendhilfe Wilhelmsdorf (Kreis Ravensburg)

www.hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de

- Gesamtleitung: Gerhard Haag, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)

Hoffmannschule Wilhelmsdorf (Kreis Ravensburg)

www.hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de

- Leitung: Markus Bichler, Sonderschullehrer

Johannes-Kullen-Schule Korntal

www.johannes-kullen-schule.de

- Leitung (kom.): Karl-Georg Gutjahr

Schulbauernhof Zukunftsfelder

www.schulbauernhof-zukunftsfelder.de

- Leitung: Jochen Rittberger, Realschullehrer

Kindergärten

www.kindergarten-korntal.de

- Leitung: Gudrun Woschnitzok

Altenzentrum Korntal

www.altenzentrum-korntal.de

- Leitung: Esther Zimmermann, Dipl. Pflegewirtin (FH)

KM Sozialstation

- Geschäftsführer: Jörg Henschke

- Pflegedienstleitung: Schwester Silvia Berthele

IMPRESSUM

AKZENTE, das lebenspraktische Magazin für Mensch und Familie
Herausgeber: Diakonie der Ev. Brüdergemeinde Korntal gemeinnützige GmbH
Erscheinungsort: Korntal-Münchingen
Erscheinungsweise: halbjährlich
Redaktionsleitung: Manuel Liesenfeld

Anschrift der Redaktion:
Diakonie der Ev. Brüdergemeinde Korntal
gemeinnützige GmbH
Saalplatz 1
70825 Korntal-Münchingen
Telefon 0711/83 98 77-0, Fax -90
mliesenfeld@diakonie-bgk.de
www.diakonie-korntal.de

Gestaltung: CB Werbeproduktion, Fellbach
Druck: Henkel GmbH, 70499 Stuttgart-Weilimdorf
Fotos: Bernhard Weichel, Manuel Liesenfeld, Manuela Seeber, Chris Riekert, Harald Barth (Titel und Titelthema) und Fotolia.com
Diakonierat: Klaus Andersen, Jochen Hägele, Veit-Michael Glatzle, Thomas Woschnitzok, Peter Engenhardt, Paul-Ulrich Link, Matthias Rebel

Zwei außergewöhnliche Glückstrainer

Inzwischen ist es schon fast eine Binsenweisheit: Wenn wir angestrengt auf das warten, was uns angeblich glücklich macht, dann werden wir eher verkrampt als wirklich glücklich. Andersherum erleben wir viele glückliche Augenblicke, wenn wir überhaupt nicht damit rechnen.

Das Leben hält immer neue Überraschungen bereit. Und als Ehepaar haben wir gemerkt, dass es sich lohnt, offen dafür zu sein.

Weil wir selbst keine leiblichen Kinder bekommen können, konnten wir uns vorstellen, unser Leben mit Pflege- oder Adoptivkindern zu teilen. Bei Onur, unserem Pflegesohn mit türkisch-tunesischen Wurzeln, ging das ziemlich plötzlich. Nach einer etwa dreistündigen „Schwangerschaft“, vom Anruf des Jugendamts bis er bei uns war, kam er mit 16 Monaten zu uns.

Ein gutes halbes Jahr später wurde Alexander geboren. Er kam mit Trisomie 21 (Down-Syndrom) auf die Welt, er hat also ein Chromosom mehr als die meisten Menschen. Dass dieses gewisse Extra auch für unser Leben ein echtes Mehr bedeutet, sollten wir bald erfahren... Seine leiblichen Eltern waren schockiert, konnten sich wohl nicht darauf einlassen, dass damit vieles anders würde als vielleicht geplant. Tatsächlich werden in Deutschland heute weit über 90 Prozent der Kinder mit Down-Syndrom abgetrieben, sofern die Diagnose bereits während der Schwangerschaft gestellt wird. Ich fürchte, die meisten dieser Entscheidungen werden ohne wirkliche Grundlage getroffen – und die Menschen ahnen gar nicht, was ihnen entgeht und was sie sich da antun.

Dass meine Frau Carolin als Erzieherin zuvor bereits mit Kindern mit Behinderung gearbeitet hatte, hat sicher dazu beigetragen, dass wir uns vorstellen konnten, Alexander zu adoptieren. Mehrmals wurden wir in den folgenden Jahren vom Jugendamt um Unterstützung gebeten, wenn es darum ging, eine Adoptiv- oder Pflegefamilie für Kinder mit Down-Syndrom zu finden. Eins davon war Samuel, fünf Jahre später. Da dachten wir: Der würde doch ganz gut zu uns in die Familie passen!

Wir haben unsere Entscheidung nicht einen Tag in Frage gestellt – auch wenn der Alltag mit besonderen Kindern eben oft etwas anders ist. Wir sind gefordert, ihre Grenzen wahrzunehmen und zu achten, und damit ist unsererseits oft ein höheres Maß an Flexibilität gefordert.

Wenn Alexander gefühlte vierzig Runden Karussell fahren will, beim Singen im Gottesdienst begeistert tanzt und mit seiner Leidenschaft andere ansteckt, wenn er die Musik zu Hause so laut aufdreht, dass möglichst auch unsere Nachbarn mithören, wenn



„Wickie und die starken Männer“ ein ganzes Jahr lang nahezu ununterbrochen als Film geschaut, als Hörspiel gehört und vor allem in allen Varianten und natürlich mit lautem Geschrei nachgespielt wird...nervt uns das schon manchmal. Und zugleich merken wir, was es für ein Geschenk ist, das Leben mit ihm zu teilen. Ich kenne keinen Menschen, der lebendiger ist, der ansteckender und gewinnender lachen kann als Alexander.

Und wenn Samuel abends noch wartet, bis auch „der Baba“ an sein Bett kommt, wenn er sich mir an den Hals wirft, wenn ich ihn Huckepack durchs Haus trage und wenn er sich strahlend die Schuhe anzieht, bevor wir samstagmorgens gemeinsam zum Bäcker gehen – dann bin ich es, der einfach nur den Moment aufsaugt und dankbar genießt.

Unsere Kinder sind für uns echte Joker: Wir müssen keine Seminare besuchen und brauchen kein Coaching, wie man im Heute leben kann und sich weniger unnötige Sorgen macht, Beziehungen dankbar lebt und sich überhaupt wenig den Kopf darüber zerbricht, was andere wohl denken – wir haben ja unsere zwei außergewöhnlichen Trainer, die Glück verströmen und ihr Umfeld inspirieren.

Carolin und David Neufeld leben in Schwarzenfeld in der Oberpfalz (Ostbayern). David Neufeld gründete 2004 den Neufeld Verlag (www.neufeld-verlag.de), der sich auch dem Thema „außergewöhnliche Menschen“ widmet und unter dem Motto arbeitet: „Stellen Sie sich eine Welt vor, in der jeder willkommen ist!“