

# 500 Gut-Tu- Nachrichten

Tag 401 bis Tag 500

500 Gut-Tu-Nachrichten

Tag 401 bis Tag 500

---

Seit dem 15. März 2020 haben wir tägliche Impulse auf der Homepage unserer Regionalgruppe veröffentlicht. Es sollten Botschaften und Gedanken sein, die „gut tun“. Herausgekommen ist ein bunter Strauß an „Gut-Tu-Nachrichten“: Witzige, nachdenkliche, klagende, aufbauende, wegweisende, kritische, tröstende Artikel. Manchmal vielleicht auch ablenkend von der deprimierenden und angespannten Stimmung in der Gesellschaft.

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

Die Beiträge stammen von:

Martin Anefeld, Pfarrer, Nußdorf  
Annette Bernhard, Gemeindediakonin, Hofstätten  
Jasmin Coenen, Pfarrerin, Albersweiler  
Almendra Garcia de Reuter, Vikarin, Godramstein  
Thomas Himjak-Lang, Böchingen  
Ursula Kaulartz, Godramstein  
Patrick Keipert, Vikar, Landau  
Jürgen Leonhard, Pfarrer, Landau  
Cara-Mia Lichtner, Praktikantin und Präparandin in Böchingen  
Lovisa Matros, FSJ-Kraft, Godramstein  
Luise Mendling, 9 Jahre, Queichhambach  
Stefan Mendling, Pfarrer, Queichhambach  
Lothar Schwarz, Pfarrer, Rhodt  
Eva Weißmann, Pfarrerin, Godramstein  
Monika Wiegand, Lektorin, Mörzheim



## Die Tulpe

---

(Josef Guggenmos)

Dunkel  
war alles und Nacht.  
In der Erde tief  
die Zwiebel schließt,  
die braune.

Was für ein Gemunkel,  
was für ein Geraune,  
dachte die Zwiebel,  
plötzlich erwacht.  
Was singen die Vögel da droben  
und jauchzen und toben?

Von Neugier gepackt,  
hat die Zwiebel einen langen Hals gemacht  
und sich geblickt  
mit einem hübschen Tulpengesicht.

Da hat ihr der Frühling entgegen gelacht.

*In Text und Bild gefunden von Martin Anefeld*



## Nachlese

---

Einmal im Jahr erhält jede/r von uns quasi ganz automatisch Gut-Tu-Nachrichten: Handgeschrieben, via Email, whatsapp oder Signal, am Telefon und persönlich, live und in Farbe treffen sie ein. Ein bunter Strauß guter Wünsche kommt da zusammen. Schön! Gern teile ich sie heute mit Ihnen, quasi als Nachlese zu gestern. Es sind letztlich Mehr als drei Wünsche von Jörg Zink:

Ich wünsche dir nicht ein Leben ohne Entbehrung, ohne Schmerz, ohne Störung. Was solltest du tun mit einem solchen Leben? Ich wünsche dir aber, dass du bewahrt sein mögest an Leib und Seele. Dass dich einer trägt und schützt durch alles, was geschieht.

Dass du unberührt bleiben mögest von Trauer, unberührt vom Schicksal anderer Menschen, das wünsche ich dir nicht. So unbedacht soll man nicht wünschen. Ich wünsche dir aber, dass dich immer wieder Gottes Gnade berührt.

Was ich dir wünsche? Nicht, dass du so groß wirst wie ein Baum, so stark oder so reglos. Aber dass du hin und wieder nach oben schaust, wo die Kronen sind und der Himmel.

Dass du Freunde findest, wünsche ich dir. Nicht nur hilfreiche, auch störende. Solche, die du brauchst, und solche, die dich brauchen.

Ich wünsche dir nicht ein Leben ohne Herausforderung. Aber ich wünsche dir, dass deine Arbeit nicht ins Leere geht. Ich wünsche dir die Kraft der Hände und des Herzens. Und ich wünsche dir, mir einem alten Wort wünsche ich es, dem Wort Segen: Dass hinter deinem Pflug Frucht wächst, Brot für Leib und Seele, und dass zwischen den Halmen die Blumen nicht fehlen.

Eva Weißmann



## Schätze

---

Als Kind habe ich manchmal davon geträumt, ihn zu finden. Den versteckten Schatz im Wald, im Garten oder selbst auf dem Dachboden. In Annweiler wird gerade das Pfarrhaus renoviert. Einige Schätze der letzten Jahrzehnte habe ich entdeckt im Keller, im Schuppen, diesen hier auf dem Dachboden:

*Liebe Freunde der pfälzischen Kirchenmusik,*

*das Jahr 1975 liegt vor uns wie eine weiße, unberührte Schneelandschaft. Wir wissen nicht, wer oder was zuerst seine Spuren in den Schnee drücken wird. Wir wissen nicht, was kommt. Überall wird von Krisen geredet oder gemunkelt. Auch in der Kirche soll es kriseln.*

*Krisen gab es immer wieder. Der Autor der letzten Zeilen hatte die Kirchenmusik im Blick. Aus heutiger Sicht mag die Krise der Kirchenmusik marginal erscheinen, damals jedoch:*

*Muß gute Kirchenmusik teuer sein? Ich meine, nein. Immer wieder hat die Geschichte der Kirchenmusik gezeigt, daß in schwierigen Zeiten besonders intensiv musiziert wurde. Die „Kleinen Geistlichen Konzerte“ von Schütz zum Beispiel sind ein Produkt der Not; vollendete Meisterwerke für nur eine einzige Stimme und ein Begleitinstrument, sind sie aus der Welt der heutigen evangelischen Kirchenmusik nicht mehr wegzudenken ... Lassen wir uns nicht irre machen! ... Wir wissen, daß „jeder Tag mit allem was er bringen mag“ ... aus Gottes Händen kommt“.*

*Spannend für mich zu lesen, wie er versucht hat, den Organist\*innen der Landeskirche Mut zu machen. Besonders spannend im Vergleich zu heute, zum letzten Jahr. Spannend und auch hoffnungsvoll.*

*In diesem Sinne möchte ich Ihnen [...] viel Freude wünschen und vor allem Gottes Segen für jeden Ton!*

*Heinz Markus Götsche, Landeskirchenmusikdirektor*

*Thomas Himjak-Lang*



## Gregorius

---

Heute vor 200 Jahren wurde er Ökumenische Patriarch Gregorius V auf Befehl des Sultans des Osmanischen Reiches am Eingang zum Patriarchenpalast erhängt. Bis heute ist die Tür zu diesem deshalb versiegelt. Erstmal gar keine Gute Nachricht. Was war passiert? Die Griechen, seit der Einnahme Konstantinopels im 15 Jahrhundert Teil des Osmanischen Reiches, hatten einen Unabhängigkeitskrieg gegen die Osmanischen Besatzer begonnen. Auch wenn dieser aussichtlos erschien. Am Anfang mussten die Griechen viele herbe Niederlagen hinnehmen. Gregorius, sich der Gefahr bewusst und heimlich mit den Verschwörern in Kontakt stehend, blieb in Konstantinopel. Obwohl selbst seine engsten Freunde ihm davon abrieten. Er feierte gemeinsam mit seinen Glaubensgeschwistern das Osterfest. Im Anschluss wurde er noch beim Verlassen der Kirche festgesetzt. Kurz darauf musste er sterben. Aber der Aufstand der Griechen gewann dadurch erst richtig an Fahrt und 9 Jahre später gelingt der kaum noch für möglich gehaltene Erfolg. Griechenland wird unabhängig. Heute verehrt die östliche Kirche Γεώργιος Αγγελόπουλος als Märtyrer und Heiligen. Er gilt als Vorbild im Glauben. Das kann dann doch eine gute Nachricht sein: Wenn man zu seinen Überzeugungen steht, dann kann selbst das unmögliche wahr werden. Man muss ja deswegen nicht immer den Weg des Märtyrers gehen.

Patrick Keipert



## Heimat

---

Vor ein paar Tagen habe ich mir eine Reportage über Berlin-Wilmersdorf im Fernsehen angeschaut (Bilderbuch Berlin - Wilmersdorf). Ich saß total gebannt vorm Bildschirm. Nicht, weil mir das so gut gefiel, sondern weil ich spürte, wie fremd mir das hippe Großstadtleben und die Anonymität sind.

Dass man es toll findet, in Europas größtem Wohnhaus zu wohnen, einem 700 Meter langen Betonklotz unter dem täglich auf der Autobahn 30 000 Autos durchfahren, kann ich nicht nachvollziehen.

Der Film hat mich bewegt. Er hat mir gezeigt, wie gerne ich auf dem Land lebe. Er hat Dankbarkeit wach gerufen über meine Wahlheimat Pfalz. Er hat mir bewusst gemacht, wie wichtig mir der Pfälzerwald, die viele Natur um mich herum und die freundlichen Menschen hier sind.

Es ist schön, sich beheimatet zu fühlen. Heimat ist kaum in Worte zu fassen. Heimat hat mit Gefühlen zu tun. Mit dem Gefühl, dazugehören. Zuhause zu sein. Angekommen zu sein. Verwurzelt zu sein.

Gott, ich bin so dankbar, dass ich in dieser schönen Umgebung leben darf.  
Danke für das, was Heimat ausmacht:  
Menschen, mit denen ich mich verbunden fühle,  
die großartige Natur, die in der ich auftanken kann,  
Gemeinschaft, die mich stärkt,  
und mein Glaube, der mich trägt. Amen.

Annette Bernhard



## Schilderwald

Mein beschauliches Dörfchen Rhodt unter Rietburg wird zur Großstadt. Das könnte man vermuten, wenn man von der Edesheimer Straße (im Volksmund „Bitz“ genannt) zur Weinstraße gelangt. Sage und schreibe 15 Verkehrsschilder zieren die Kreuzung. Mehr können es in Berlin auch nicht sein.

Solche „Hauptverkehrspunkte“ brauchen Zeit, bis sie gelesen, verstanden und bedacht sind. Besteht das Leben nur aus Umleitungen? Gibt es diese Reizüberflutung schon immer oder wird immer alles komplizierter, differenzierter und unübersichtlicher? Handelt es sich hier um ein zu Blech gewordenes Sinnbild für die Widersprüchlichkeit des Daseins? Die einen sagen: „Hier geht's lang“ und die anderen behaupten: „Nein, dort ist der richtige Weg zu finden“. Welcher der Wegweiser ist wirklich wichtig in meinem Leben? Zerstört nicht die Quantität der Zeichen die Qualität der Botschaft? Sind wirklich diejenigen Schilder die wichtigsten, die man am besten sieht?

Schmunzeln und Grübeln gedeihen an dieser Kreuzung.

Es ist erstaunlich, wie viele Hinweise, Botschaften, Ratschläge, Appelle und Aufforderungen uns Tag für Tag erreichen. Wir kommen damit klar. Manche Botschaft beachten wir nicht. Manche Botschaft gibt unserem Leben eine andere Richtung. Und dann wären da noch die Botschaften, die wichtig sind, ob wir das so sehen oder nicht.

Wegekreuzungen brauchen einfach Zeit. Die wird allerdings selten gewährt.

Für heute wünsche ich mir an der „Bitz“ schnelle Auffassungsgabe, Entscheidungsfreude und Tatendrang. In meinem Fall: „Nuff nach Weyher“, basta. Auch, wenn der Weg von Rhodt nach Weyher früher ein nicht ungefährlicher Weg gewesen sein soll. Wegen der Konfessionsgrenzen. Aber dafür gibt es kein Schild mehr. Gott sei Dank!

Lothar Schwarz



## Grumbeer-Vertrauen

---

Die Kartoffel könnte ich eigentlich gleich essen. Ich mag Pommes. Ich mag Kartoffelsuppe. Und am liebsten Pellkartoffeln mit Quark, Apfelmus und Leberwurst. Es fühlt sich für mich komisch an, die Kartoffel in die Erde zu legen.

In unserem Garten in Queichhambach habe ich gestern Kartoffeln „gesetzt“. Das heißt: zur Kartoffel Tschüss sagen, Abschied nehmen, die Kartoffeln in der Erde verstecken. Und dann Warten.

Ich sehe nicht, was in der Erde passiert. Ich hoffe, dass aus meiner Kartoffel viele werden. Und dass sie gut schmecken. Sie ernähren mich, meine Kartoffeln und meine Hoffnung. Das ist mein Grumbeer-Vertrauen: dass sich die Arbeit gestern gelohnt hat, und dass sich das Warten lohnt. Ich freue mich schon darauf, die Kartoffeln zu ernten. Probiert's mal aus! Was mit Vertrauen alles wächst...

*Luise Mendling, 9 Jahre*



## So nah beieinander!

Auf der Suche nach „Baum-Chili“ für meinen Balkon – eine Chili-Art aus meiner Heimat Perú, die ich sehr vermisste, – bin ich auf eine Baumschule für Kräuter- und Duftpflanzen\* gestoßen. Ihr Katalog hatte jede Menge Rezepte und Informationen über die unterschiedlichsten Pflanzen. Ein wahrer Schatz der Kräuterkunde! Doch ich blieb vor allem an dieser Geschichte vom Gärtner Stephan Osiewacz hängen:

„Das Leben geht weiter:

Während eines Spaziergangs durch die Gärtnerei fiel mir eine Lücke auf, die im mich umgebenden Blütenmeer klaffte. Ich beugte mich hinunter und fand eine umgestürzte Thymianpflanze, die übersehen und vergessen, dort einsam liegend verstorben war. Doch zahlreiche Samen jener Pflanze waren gekeimt, und im Schutz der sie umgebenden Blütenwälder reckten sich nun kleine Sprösslinge still, heimlich und doch bestimmt dem Licht entgegen. Behutsam nahm ich die Kiste mit, um dieses Ereignis mit meinen Kollegen zu teilen – nahezu jeden erfreute dieses kleine Wunder. Vielleicht, weil uns aufkeimendes Leben beglückt? Sich als Teil des geschehenen Lebens zu begreifen, jenseits menschlicher Kontrolle?“ (Auszug)

Diese Geschichte passt für mich so gut in diese österliche Freudenzeit, weil in ihr eine Botschaft zum Ausdruck kommt, die nicht nur für Pflanzen, sondern auch für uns Menschen gilt: Sollten wir einmal umstürzen und uns übersehen, vergessen und einsam fühlen, wird Gott uns nicht übersehen und vergessen. Er kann neues Leben in uns hervorrufen. Still, heimlich - und doch bestimmt - geschehen bei uns immer wieder diese kleinen Wunder, wie sie der Gärtner Stepan Osiewacz beschreibt!

\*[www.kraeuter-duftplanzen.de](http://www.kraeuter-duftplanzen.de)

Almendra García de Reuter



## Projekt Hoffnung (Fortsetzung)

---

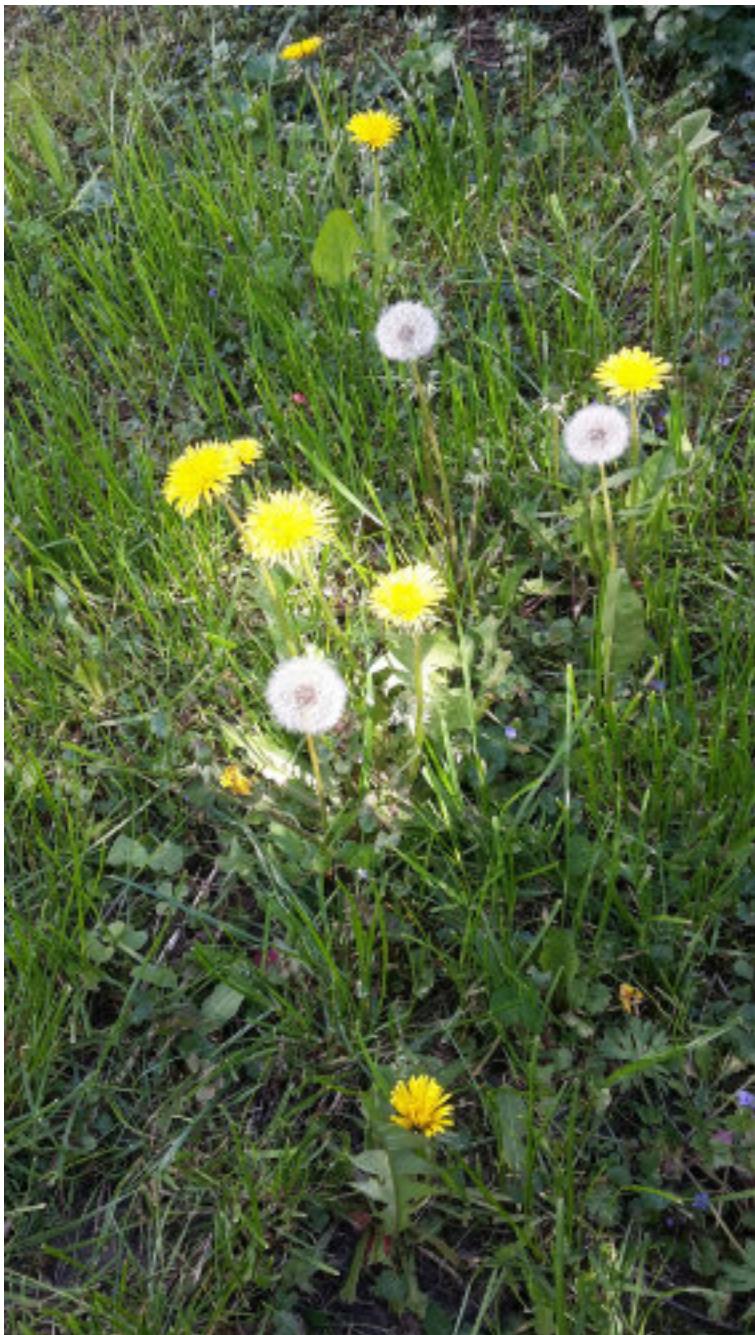
Mein Projekt Hoffnung geht weiter. Der Vorgarten ist umgestochen und penibel von Wurzeln befreit. Die Erdschollen sind zerbröselt zu Erdkrumen. Ein ortsansässiger Biowinzer gab mir Beratung, welche blühenden Pflanzen für diesen (zugegeben miserablen) Boden geeignet sind. Der Samen ist ausgebracht und fein säuberlich untergereicht. Jetzt muss es nur noch wärmer werden. Und feucht muss ich das Ganze halten.

Deshalb kämpfe ich jeden Morgen und jeden Abend mit einem äußerst störrischen Gartenschlauch und sprühe einen Wassernebel um mich. Und weil jeden Morgen und jeden Abend die Sonne tief steht - einmal von Osten und einmal von Westen - sehe ich bei jeder Bewässerungsaktion einen Regenbogen.

Wenn das kein Zeichen der Hoffnung ist!

*„Solange die Erde steht soll nicht aufhören Saat und Ernte, Frost und Hitze, Sommer und Winter, Tag und Nacht.“*

Martin Anefeld



## So gesehen

---

Dass es mit Macht Frühling wird, ist in diesen Tagen an unseren Gut-Tu-Nachrichten zu sehen: Nach „Grumbeer-Vertrauen“, „So nah beieinander“ und dem „Projekt Hoffnung“ setze ich das Thema „Gärtner“ kurzerhand mit einer kleinen Begebenheit aus dem Büchelchen „Typisch! Kleine Geschichte für andere Zeiten“ fort:

Eine Frau beschloss, einen Garten anzulegen. Sie bereitete den Boden vor und streute die Samen wunderschöner Blumen aus. Als die Saat aufging, wuchs auch der Löwenzahn. Die Frau versuchte mit allen möglichen Methoden, den Löwenzahn auszurotten, aber nichts half. Am Ende machte sie sich auf, um in der fernen Hauptstadt den Hofgärtner des Königs zu befragen. Der weise, alte Gärtner, der schon so manchen Park angelegt hatte, gab ihr viele Ratschläge, wie der Löwenzahn loszuwerden sei. Aber was er auch vorschlug, die Frau hatte alles schon probiert. So saßen die beiden ratlos da, bis am Ende der Gärtner die Frau anschaute und sagte: „Wenn denn alles, was ich dir vorgeschlagen habe, nichts genützt hat, dann gibt es nur einen Ausweg: Lerne, den Löwenzahn zu lieben.“

Eva Weißmann



## Spießer

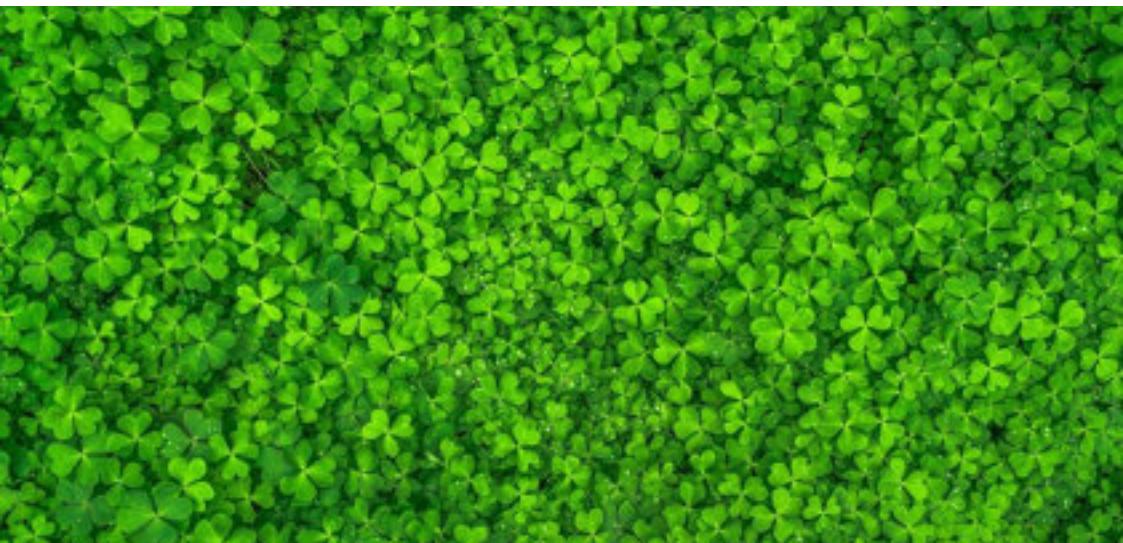
---

Seit ein paar Tagen ist er da, mein Symbol des Spießertums auf der Terrasse. Tatsächlich ein altes Modell, aber noch gut in Schuss. In den letzten Tagen hat er im Homeoffice gute Dienste geleistet. Auch der Nachbarschaft ist er schon aufgefallen. Irgendwie kamen wir dann auf die Frage für heute: War Jesus eigentlich Spießer?

Natürlich nicht - mögen manche sagen. Jesus war doch vielmehr ein Rebell, der Umkehr, Buße und vor allem Liebe gefordert hat. So wahr das auch sein mag, ich glaube Jesus war zu Teilen auch Spießer. Ein paar Punkte dazu habe ich gefunden (diese Liste ist garantiert nicht vollständig!): Jesus hat ganz brav den Beruf seines Vaters erlernt, er war Zimmermann. Jesus hatte, wie wir auch, ein soziales Umfeld, hatte Freunde und Familie und hat diese sozialen Kontakte auch gepflegt. (Man mag hier mit Mt 12,46ff. Einwände, dass Jesus seine Mutter und Brüder nicht anerkennt, aber dennoch haben Sie bis zu seinem Tod und darüber hinaus Kontakt). Zwar hat er die Händler und Geldwechsler aus dem Tempel vertrieben, jedoch eben nicht gegen den Staat aufbegehrt. Zu guter Letzt: auch Spießbürger haben Emotionen, so hat Jesus einen Strauch verflucht, weil dieser zur falschen Jahreszeit eben keine Früchte für Ihn trug.

Jesus war auch Spießer und ich glaube in manchen Bereichen meines Lebens bin ich das auch. Einfach nur normal, ein bisschen angepasst, schaffe mir ein bisschen Struktur. Die Zeitung unter dem bunten Schirm zu lesen, ist einfach schön.

*Thomas Himjak-Lang*



## Glück

---

Willst du immer weiter schweifen,  
sieh das Gute liegt so nah.  
Lerne nur das Glück ergreifen,  
denn das Glück ist immer da.

Mein liebstes Gedicht von Johann Wolfgang von Goethe. Kurz, aber mit so schönen Botschaften. Sie müssen gar nicht immer weiter suchen, nicht ins Unbekannte verreisen, nicht die nächste Sprosse auf der Karriereleiter nehmen. Glücklich sein, das geht am besten im Augenblick, in dem was man hat. Glück ist in der Familie, bei guten Freunden, bei seiner großen Liebe. Glück kann ein schöner Ausblick sein, ein gutes Essen. Glück, das ist nie weit weg. Glück ist immer da.

*Patrick Keipert*



## Die Sache mit dem Gleichgewicht

---

Diese Erfahrung machen schon Kinder: Es ist gar nicht so leicht, die Balance zu halten. Wer nicht aufpasst, verliert das Gleichgewicht und stürzt.

Auch in unserem Alltag ist es nicht leicht, das Gleichgewicht zu halten. Da sind verschiedene Lebensbereiche, die unsere Zeit und Kraft beanspruchen: Arbeit, Familie, Partnerschaft, Ehrenamt und Hobbies.

Wenn ein Bereich längere Zeit zu wenig Aufmerksamkeit bekommt, spürt man bald die Folgen. Man hört Vorwürfe. Oder ist mit anderen Folgen konfrontiert: Zu wenig Einsatz im Haushalt führt zu Unordnung, zu wenig Zeit zum Sport in der Freizeit schadet dem Rücken, ..

Deshalb ist es gut, ab und zu innezuhalten und auszuloten und zu fragen: Bin ich mit mir und meinen Werten im Einklang? Vielleicht entdeckt man, dass etwas nicht zu tun, ein Gefühl von Freiheit verbreiten kann. Das Gespräch mit Gott ist dabei eine gute Gelegenheit, die Überlegungen zu vertiefen:

Mein Gott, ein neuer Tag liegt vor mir. Ich freue mich auf die Aufgaben, die heute anstehen. Hilf mir zu unterscheiden, wer oder was heute meine besondere Aufmerksamkeit braucht. Gib mir Gelassenheit, Dinge auch liegen zu lassen. Segne mein Tun und Lassen. Amen.

Annette Bernhard

## So siehst du aus:



Dein Name: Lothar

Dein Alter: 38

Deine Größe: 1 m

Dein Gewicht: 120 kg

Deine Haarfarbe: schwarz

Deine Schuhgröße: 79

Deine Arbeit: Pfarrer

Das spiele ich mit Dir am liebsten:

Federball

Du ärgert Dich manchmal über mich, weil ...

ich auf die Blumen und die  
Bäume schieße, sodass die  
Blätter runters fallen

## Wie ich Dich sehe

Einer meiner Söhne schenkte mir diese Karte. Sein kreatives Werk aus der Kita. Erstaunlich, wie genau er beobachtet hat. Viele Angaben stimmen. Und bevor Sie nun falsche Vermutungen anstellen: Der Vorname stimmt, das Alter stimmt, die Haarfarbe stimmt teilweise, der Beruf ganz. Auch eine unserer Lieblingsbeschäftigungen stimmt. Und wenn ich mein Portrait anschau: Der große Mund, die ausgebreiteten Arme im modisch schwarzen Talar.... So stellt man sich doch einen Pfarrer vor: sprachmächtig und die Welt umarmend.

Bin ich das wirklich? Oder gehöre ich zu denen, die gerne in zu große Schuhe schlüpfen? Oder die gar in rote Schuhe schlüpfen und sich unfehlbar wähnen? Bin ich einer, der sich manchmal kleiner macht, als er ist? Einer, der zurechtgestutzt wird? Stehe ich auf wackligen Beinen? Habe ich traurige Augen und verziehe ich zu oft den Mund?

Wie bin ich? Ich kann keine Antwort geben. Ich will mich auch nicht festlegen. Ich weiß aber, dass andere mich sehen, mich beurteilen, ein Bild von mir haben.

Und ich hoffe, dass dieses Bild ähnlich liebevoll gemalt ist, wie das von einem meiner Söhne.

Lothar Schwarz



## Zuckerstückchen

---

Als Kind habe ich Zuckerstückchen aufs Fensterbrett gelegt – für den Klapperstorch. Und es hat geklappt! Denn als Gegenleistung hat er mir damals eine kleine Schwester gebracht. Gesehen habe ich ihn damals aber nicht. Ich weiß nur noch, dass ich mich gefragt habe: Woher hat der Storch die Babys? Wo kommen die nur her? Und ich habe mir das etwa so zusammengereimt: Die Babys kommen aus dem Himmel. Und der Storch muss sie dort irgendwie von Gott bekommen – als kleines Paket mit liebem Gruß von Gott - mit Bestimmungsort: Erde. Genauer: Familie.

Ich glaube heute nicht mehr an den Klapperstorch – zumindest nicht daran, dass er die Kinder bringt. Aber wenn ein Kind geboren wird, habe ich heute immer noch das Gefühl, dass uns Gott ein kleines Paket direkt aus dem Himmel schickt – mit Bestimmungsort: Erde, Familie, unsere Familie.

Wir sind alle einmal als kleines Paket gelandet – mit liebem Gruß und Bestimmungsort... Und dass wir einmal im Jahr Geburtstag haben, soll und wahrscheinlich genau daran erinnern: dass wir Himmelskinder sind – und ein Stück Himmel in der Seele tragen – von Gott mit den besten Grüßen!

Stefan Mendling



## Singen macht glücklich!

Es ist bewiesen: Singen hat eine wunderbare Wirkung auf unseren Körper! Singen hält den Körper fit wie Dehnübungen oder leichter Sport. Der Blutdruck sinkt und die Muskulatur entspannt sich. Singen stärkt unser Immunsystem und schützt vor Erkältung und anderen Krankheiten. Menschen, die zum Beispiel im Chor singen, leben länger. Und zum Schluss – aber nicht weniger wichtig: Beim Singen werden Glückshormone ausgeschüttet. Das mussten Menschen vor mehreren tausend Jahren schon geahnt haben. Der Psalmist schreibt im Wochenspruch jedenfalls: Singet dem Herrn ein neues Lied, denn er tut Wunder.

Hier lasse ich Ihnen meine Lieblingsversion vom Amazing Grace – in einer Reggae-Version. Auf wundersame Weise bekomme ich immer gute Laune nach diesem Lied. Ich hoffe, Sie auch!

Amazing Grace - YouTube

Almendra García de Reuter



## Projekt Hoffnung 3.0

---

Umgegraben, Wurzeln entfernt, glatt gerecht, eingesät, gewässert – und da! Das erste Blumengrün! Aber dann die Ernüchterung: eine Distel, eine hundsgemeine Kratzdistel schiebt sich da aus dem Erdreich. Was war ich enttäuscht. Darauf hatte ich nicht gehofft. So ein Unkraut in meinem schönen Blumenbeet!

Ich bin über die Enttäuschung hinweg. Ich habe andere Pläne. Ich lasse die Distel kontrolliert wachsen. Denn auch sie hat das Potential zu einer wahren Schönheit. Und Hummel, Schmetterling und Distelfink freuen sich überdies.

Vielleicht ist das mit unseren Hoffnungen ähnlich. Erstens kommt's ganz anders, zweitens als man denkt. Aber dann Geduld haben, wachsen lassen, geschehen lassen, darin liegt eine große Verheißung.

*„Des Menschen Herz erdenkt sich seinen Weg; aber der HERR allein lenkt seinen Schritt.“  
(Sprüche 16,9)*

Martin Anefeld



## Scherben

---

Fang den Tag von heute nicht mit den Scherben von gestern an! Der Tag gestern, alle Tage und alle Jahre von früher sind vorbei, begraben in der Zeit. An ihnen kannst du nichts mehr ändern. Hat es Scherben gegeben? Schlepp sie nicht mit dir herum! Denn sie verletzen dich Tag für Tag.

Es gibt Scherben, die wirst du los, wenn du sie Gott in die Hände legst. Es gibt Scherben, die kannst du heilen, wenn du ehrlich vergibst. Und es gibt Scherben, die du mit aller Liebe nicht heilen kannst. Die musst du liegen lassen. (Phil Bosmans)

Ich wünsche Ihnen einen gesegneten Tag ohne viel Bruch: Bleiben Sie weiterhin behütet und bewahrt an Leib und Seele!

Eva Weißmann

Wir wissen nicht, was kommt.  
Wir wissen nur, daß jeder Tag  
mit allem, was er bringen mag,  
aus Gottes Händen kommt.

Kurt Rommel 1965

## Morgen

---

Der Autor hat diese Worte inmitten des Wirtschaftswunders geschrieben. Die Zukunft war auch damals schon ungewiss. Sowohl in den Zeiten des Aufbruchs, wie auch in der Zeit der Ungewissheit gilt: alles was kommt, kommt aus Gottes Hand.

Vielleicht sind Sie auch über den Namen des Autors gestolpert: Kurt Rommel. Erst mit Hilfe kam ich auf sein bekanntestes Lied aus dem Evangelischen Gesangbuch: Du hast uns, Herr, gerufen, und darum sind wir hier ...

Alles kommt von Gott und zu Gott gehen wir irgendwann auch wieder.

Thomas Himjak-Lang



## Befreiung

---

8. Mai 1945, der zweite Weltkrieg endet. Wohl die beste Nachricht des 20. Jahrhunderts. Eine Zeit großen Leidens, großen Unheils endete. Und heute gedenken Menschen weltweit an diesen Tag. In Deutschland nennt er sich „Jahrestag der Befreiung vom Nationalsozialismus“. Und eine Befreiung war es wirklich. Eine Befreiung von schrecklichen Ideen. Eine Befreiung aus der Diktatur. Wenn wir heute aus bestimmten Ecken hören, wir lebten in einer Coronadiktatur, dann brauchen wir nur auf diesen Tag zurückzuschauen, um zu wissen: Nein, wir sind befreit. Befreit von der Diktatur. Eine schönere Nachricht kann man sich doch gar nicht wünschen: Diesem Tag vor 76 Jahren verdanken wir, dass wir frei leben dürfen, sagen was wir möchten, leben wo und wie wir wollen. Ein Feiertag nicht nur in Berlin, Brandenburg, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern und Thüringen. Sondern ein Feiertag für jeden von uns.

*Patrick Keipert*



## Beten tut gut!

---

421 gebetLetzte Woche erreichte mich eine Email, die mich beeindruckt und gefreut hat. Eine Bekannte bedankte sich für Genesungswünsche und mein Versprechen, für sie zu beten.

"Erfahren durfte ich in den vergangenen Wochen, dass Gott Gebete erhört ... Man hat sich einfach geborgen gefühlt, man kann sich manchmal einfach in seine Hände legen. Eine solche Erfahrung kann man leider sehr schlecht mit Worten beschreiben."

Wie ist das mit dem Beten? Hilft beten wirklich ? Gebete können ganz unterschiedlich sein: Man kann nicht nur mit Worten beten, wie es viele aus der Kirche kennen. Man kann auch singen und sogar laufen. Pilger begreifen ihren langen Marsch als Gebet mit den Füßen. Andere riechen oder sehen ihr Gebet. In diesen Maitagen beim Spaziergang: Das wunderbare frische Grün der Buchen, das meine Augen sehen, meine Seele berührt und mich dankbar werden lässt.

Naturwissenschaftler haben erforscht: Beim Beten werden bestimmte Bereiche des Hirns besonders stimuliert. Das wirkt sich auf die meine Gefühle aus, auf meine Energie und mein Denken. Beten bewirkt also etwas zumindest bei dem, der betet.

Es gibt auch einen psychologische Aspekt: Im Gebet mache ich mir meine Wünsche, Sehnsüchte und Hoffnungen bewusst. Danach kann ich versuchen, sie gezielter umzusetzen. Wer Kontakt mit Gott aufnimmt, legt sich und die Welt in Gottes Hand. Mehr ist es nicht. Aber vielleicht liegt darin die größte Wirkung eines Gebets: Sich und die Welt in seiner Obhut zu wissen. Das entlastet. Das macht Hoffnung.

Meine Freude, meinen Dank, alles sag ich dir.  
Du hältst zu mir, guter Gott, spür ich tief in mir.  
Halte zu mir, guter Gott, heut den ganzen Tag.  
Halt die Hände über mich, was auch kommen mag.  
( NL plus 49 )

Annette Bernhard



## Mein Jubiläum

---

422 Lothar Heute vor 34 Jahren, wurde ich in Altdorf ordiniert. Die Ordination ist die Beauftragung zur Wortverkündigung und zur Sakramentsverwaltung. Diese Beauftragung gilt lebenslang. Der 10. Mai ist für mich in all den Jahren ein besonderes Datum geblieben.

Meine Kirche hat Vertrauen in mich gesetzt. Viele Menschen haben mir ihre Türen und ihre Herzen geöffnet. Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters durfte ich begleiten. Wir haben gemeinsam geredet, gebetet, gesungen, gefeiert und geschwiegen. Wir haben aufgebaut und zu Grabe getragen.

Der Pfarrberuf ist ein abwechslungsreicher und vielfältiger Dienst. Trotz des schmerhaften Bedeutungsverlustes von Kirche bleibt „Pfarrer sein“ mein Traumberuf. Das liegt an den vielen Menschen, die mich zu dem gemacht haben, was ich bin.

Und das liegt an Gott, dem ich auf der Spur bin. Dessen Kraft ich zu spüren glaube. Der mir 34 Jahre zur Seite stand. Und der, bei aller Arbeit, die er manchmal mit mir hatte, keine Spur müde wird.

Der 10. Mai. Mein Tag, an dem ich „Danke“ sage. Nach allen Seiten hin. Durch alle Zeiten hindurch!

*Lothar Schwarz*



## Es gibt kein schlechtes Wetter ...

---

Doch! Wenn das leckere Eis am Nachmittag ausfällt, weil es regnet – das ist schlechtes Wetter! Die Kinder hatten sich schon darauf gefreut... dann regnet es plötzlich wie aus Kübeln – kein Eiswetter. Wir haben an diesem Regentag spontan Schirme gekauft: jeder einen persönlichen Schirm. Ein Schirm macht einen riesigen Unterschied: Wer einen Schirm hat, der kann sich frei bewegen – auch wenn es regnet. Der Schirm ist wie ein kleiner „Himmel“, darunter bleibt es trocken – und ehrlich gesagt: Das Eis im Regen unter dem Schirm schmeckt sogar besser als bei Sonnenschein. Probier's mal aus! Ein Schirm wirkt wirklich Wunder!

In Psalm 32 steht: „Du bist mein Schirm.“ Gemeint ist hier Gott. Gott ist mein Schirm. Das heißt: Gott verhindert nicht, dass es regnet – so wie der Schirm ja auch nichts am Wetter ändert. Aber ich weiß, er ist über mir wie ein Schirm, und das Eis ist gerettet. Und wenn Gott der Schirm ist, dann gibt es wirklich kein schlechtes Wetter... oder?

*Stefan Mendling*



## Naschpause mit Gott

Der Wochenspruch dieser Woche lautet: „Gelobt sei Gott, der mein Gebet nicht verwirft noch seine Güte von mir wendet.“ (Psalm 66,20) Dieser Wochenspruch ermutigt dazu, dass wir uns bittend und betend an Gott wenden. Aber wie können wir das auch praktisch in unserem Alltag umsetzen? Was haben Sie schon alles ausprobiert, um mit Gott zu sprechen, auf ihn zu hören? Oft fällt uns ein Gespräch mit Gott in der Hektik des Tages schwer. Oft sind wir lustlos, unkonzentriert und würden lieber aufs Handy gucken, als mit Gott zu sprechen. Mir geht es mindestens so. Hier habe ich uns eine Idee mitgebracht, von der ich glaube, dass Gott sie nicht verwerfen wird: Mit Schoko-Erdnüssen Dank, Lob und Fürbitte halten. Ich hoffe es regt uns Alle an, eine Naschpause mit Gott zu einzulegen. Probieren Sie es aus!

PS: Es können die „klassischen“ M&M sein. Eine leckere und faire Nasch-Alternative finden Sie im Weltladen: [www.weltladen-landau-pfalz.de](http://www.weltladen-landau-pfalz.de)

Almendra García de Reuter



## Projekt Hoffnung 3.1

---

Jetzt ist es so weit. Jetzt sprießen nicht nur Disteln in meinem Vorgartenblumenbeetprojekt. Viele kleine Pflänzchen brechen durch. Bei diesem erbärmlichen, lehmigen, steinigen Boden! Dass es so viele werden, hätte ich kaum zu hoffen gewagt (eine Lehre aus den letzten beiden Jahren). Und ich habe keine Ahnung, was daraus wohl werden wird. Dem Anschein nach muss es sich um verschiedene Arten handeln.

Dass Schöne an meinem Projekt Hoffnung ist, dass die Hoffnung nie ausgeht, sondern sich ständig erneuert und weitergeht. Es gibt jeden Tag etwas zu entdecken, was Neugier weckt und eine Verheißung in sich trägt. Jetzt lerne ich beispielsweise, dass es keinen Sinn hat, sich ein einziges Ziel zu "er-hoffen". Das wäre einfältig. Das Pflänzchen Hoffnung ist vielfältig. Es findet viele Wege, ans Licht zu brechen.

Weg hast du allerwegen,  
an Mitteln fehlt dir's nicht;  
dein Tun ist lauter Segen,  
dein Gang ist lauter Licht;  
dein Werk kann niemand hindern,  
dein Arbeit darf nicht ruhn,  
wenn du, was deinen Kindern  
ersprießlich ist, willst tun.  
(Paul Gerhardt, EG 361,4)

*Martin Anefeld*



## Brücke

---

Lange stand ich vor der schmalen Holzbrücke,  
die sich mit ihrem sanften Bogen spiegelte.  
Es war eine Brücke zum Hin- und Hergehen,  
hinüber und herüber. Einfach so,  
des Gehens wegen und der Spiegelungen.

Die Trauer ist ein Gang hinüber und herüber.  
Hinüber, dorthin, wohin der andere ging.  
Und zurück, dorthin wo man mit ihm war,  
all die Jahre des gemeinsamen Lebens.  
Und dieses Hin- und Hergehen ist wichtig.  
Denn da ist etwas abgerissen.  
Die Erinnerung fügt es zusammen, immer wieder.  
Da ist etwas verloren gegangen.  
Die Erinnerung sucht es auf und findet es.

Da ist etwas von einem selbst weggegangen.  
Man braucht es. Man geht ihm nach.  
Man muss es wiedergewinnen, wenn man leben will.  
Man muss das Land der Vergangenheit erwandern, hin und her,  
bis der Gang über die Brücke auf einen neuen Weg führt.

*Brücken-Text von Jörg Zink und Bild gefunden von Eva Weißmann*



## Vatertag oder Himmelfahrt?

---

Vor ein paar Tagen waren wir unterwegs, zu Christi Himmelfahrt oder Vatertag? Wir haben eine längere Regenpause genutzt und sind bei strahlendem Sonnenschein in alter Tradition mit Bollerwagen los. Zu zweit, mit Abstand, motiviert, gut verpflegt und immerhin einer von uns beiden ist Vater.

Vielleicht kennen Sie die Diskussion um die richtige Bezeichnung. Während manche meinen, ganz analog zum Muttertag, müsse es auch einen Vatertag geben, sagen andere: Nein! Dieser Tag ist Christi Himmelfahrt und gerade nicht Vatertag. Eine katholische Kollegin erzählte mir vor ein paar Wochen Ihre pragmatische Lösung. Ihre Gemeinde und Sie begehen ganz bewusst den Vatertag. Weil Jesus selbst an diesem Tag zum Vater aufgefahren ist.

Wie auch immer man es auflösen möchte. Wir haben die Tradition hochgehalten, Himmelfahrt und Vatertag können zusammen gehören. Viele Menschen haben wir nicht getroffen. Vereinzelt gab es immer wieder kurze Begegnungen und doch: es hat gut getan, es hat Spaß gemacht und nächstes Jahr werden wir uns wieder auf den Weg machen, mit Ihnen zusammen.

*Thomas Himjak-Lang*

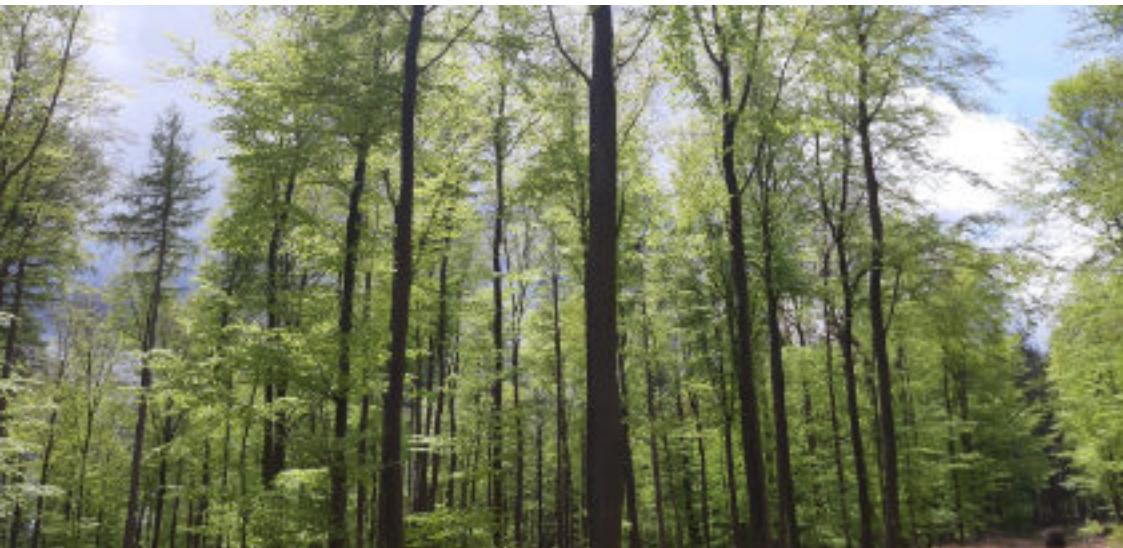


## Gottesdienstabhör

---

Heute ist meine Gottesdienstabhör. Da ist man im Vorhinein aufgeregt. Es ist dann gar nicht immer so einfach sich auf etwas schönes zu fokussieren. Wird alles klappen? Habe ich an alles gedacht? Was wenn ich scheitere? Auch Sie kennen solche Prüfungssituationen sicherlich. Jetzt könnte ich Ihnen einen Motivationsspruch sagen, mit dem dann alles wieder gut wird. Aber so einfach ist das gar nicht. Man darf seine Ängste da auch mal zulassen, dann konzentriert man sich wieder, schaut noch mal über sein Skript und siehe da, es ist doch alles gut. Es ist ja nicht das erste Mal, dass ich einen Gottesdienst halte. Ich werde nicht ins kalte Wasser geworfen. Also ruhig Blut. Und die gute Nachricht, wenn Sie diesen Text lesen, ist vermutlich schon alles vorbei und zu einem guten Ende gekommen. Und wenn nicht, dann darf ich eben noch einige Gottesdienste feiern. Da gibt es schlimeres.

Patrick Keipert



## Grün ist die Farbe des Schöpfers

---

Gestern habe ich einen sonnigen Moment genutzt und bin in den Wald gegangen. Wer bei Sonnenschein im Mai in der Natur unterwegs ist, kann sich von der Energie des knalligen Grüns der Buchen anstecken lassen. Die Bäume haben ausgeschlagen und die Blätter haben sich entfaltet. Der Wald wird zu einer grünen Oase. Viele erfreuen sich in diesen Tagen am frischen Grün. Grün ist die Farbe der Hoffnung. Das Leben bricht sich Bahn. Neues entsteht. Die dunkle Zeit ist endgültig vorbei.

Mit den Sonntagen nach Trinitatis beginnt bald liturgisch die grüne Zeit. Fast ein halbes Jahr dauert sie an. Für mich die schönste Zeit im Jahr. Ich freue mich auf die kommenden Wochen und Monate, die Sommermonate, wo die Lebensfreude wieder greifbar sein wird.

Und ich bin gespannt auf Gottes Geist, wenn er wieder mehr wehen darf in unseren Gemeinden: bei Gottesdiensten, in Gruppen, bei Begegnungen, in der Musik, ..

Wie lieblich ist der Maien  
aus lauter Gottesgüt`,  
des sich die Menschen freuen,  
weil alles grünt und blüht!  
Die Tier sieht man jetzt springen  
mit Lust auf grüner Weid,  
die Vöglein hört man singen,  
die loben Gott mit Freud.

Annette Bernhard



## Gräben überbrücken

---

Gräben gibt es überall. Natürlich entstandene Gräben und menschengemachte Gräben. Manchen Graben habe ich selbst ausgehoben. Leider.

Gräben können schützen. Entwässerungsgräben, zum Beispiel. Oder der Graben an einem Raubtiergehege. Gut, dass es ihn gibt.

Gräben müssen weg. Schützengräben, zum Beispiel. Der tiefe Graben zwischen Israel und Palästina. Gräben zwischen reich und arm. Sie dürfen nicht sein.

Gräben kann man überwinden. Vorsichtig herantasten. Die Fühler ausstrecken. Den eigenen Möglichkeiten trauen. Anfangen. Geduld haben. Das Ziel im Auge be halten

Mancher Graben wird im Schneekentempo überwunden. Aber besser so, als gar nicht.

Herr, gib mir Mut zum Brückenbauen,  
gib mir den Mut zum ersten Schritt,  
lass mich auf deine Brücken trauen,  
und wenn ich gehe, gehst du mit.

Ich möchte gerne Brücken bauen,  
wo alle tiefe Gräben sehn.  
Ich möchte über Zäune schauen  
und über hohe Mauern gehen.

(Kurt Rommel 1963)

*Lothar Schwarz*



## E-Ente gut...

---

Manchmal sieht man noch eine. Selten, aber es gibt sie noch! Immer wenn meine Kinder eine entdecken, rufen sie: „Da! Eine Ente!“ Ein Auto aus längst vergangenen Zeiten, ein fahrendes Museumsstück, ein Auto für Liebhaber. Ich bin auch immer wieder überrascht, wenn ich eine sehe – und freue mich.

Offiziell heißt sie „Citroën 2CV“. 2CV ist die Abkürzung für „Deux chevaux“, zu Deutsch: „zwei Pferde“, also zwei Pferdestärken. Aber auch wenn nur 2 PS draufsteht, die meisten haben sogar 29 PS unter der Haube. Oder bergen noch andere Geheimnisse... So wie diese rote Ente, die ab und zu durch Landau fährt. Sie fällt nicht großartig auf. Außer, wenn sie tankt. Denn sie steht auf dem Parkplatz zwischen den Benzinern und tankt Naturstrom. Es steckt mehr in ihr, als ich auf den ersten Blick sehen kann. Und erst wenn sie tankt, zeigt sie, was in ihr steckt! Und was sie im Verborgenen antreibt. Und dass sie im Inneren sogar sehr jung ist, innerlich erneuert! Sie fährt ohne Sprit – aber mit Spirit!

Für mich ist diese E-Ente ein herrliches Bild für den Heiligen Geist. Denn auch er erneuert mich innerlich. Und auch, wenn auf den ersten Blick nur „eine Menschenstärke“ draufsteht, mit dem Heiligen Geist ist mindestens „eine Gottesstärke“ drin!

Wie wär's? Macht's wie die E-Ente: Tankt auf! Also verbindet euch immer mal mit der Quelle, aus der eure Kraft kommt. Und fühlt euch dabei wie diese Ente: als Liebhaberstück, das viel mehr unter der Haube hat, als man auf den ersten Blick sieht. Denn Gott sagt: „Meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.“ Also: E-Ente gut, alles gut ... oder?

Stefan Mendling



## Body-Positivity by Hiob

---

Die "Body Positivity"-Bewegung plädiert seit Jahren für mehr Akzeptanz unterschiedlicher Körper. Wir sollen unseren Körper so annehmen, wie er ist. Nicht das Aussehen zählt. Sondern: Wer wir sind, was wir tun und für welche Werte wir einstehen. Ich musste daher schmunzeln, als ich diese eher unbekannten Zeilen im Hiob-Buch fand.

Gott spricht über das Nilpferd:  
Schau dir das Nilpferd an!  
Gott hat es wie dich geschaffen.  
Gras frisst es nicht anders als ein Rind.  
Doch welche Kraft steckt da in seinen Hüften?  
Wie viele Muskeln hat es an seinem Bauch?  
Sein Schwanz gleicht dem Stamm einer Zeder,  
die Sehnen seiner Schenkel sind stark wie Seile.  
Seine Beine gleichen Röhren aus Bronze,  
seine Knochen sind so hart wie Eisenstangen.  
Es ist das erste von Gottes Meisterwerken.“ (Hiob 40,15-19a)

Wer will nach diesen Zeilen Hiobs noch schlank wie eine Gazelle sein oder eine Wespentaille haben? Ich nicht. Für meine Bauchmuskeln sollte ich laut Hiob aber dennoch etwas machen!

Almendra García de Reuter



## Jetzt ist Pause

---

Aus der Musik weiß ich es ganz genau: Pausen sind dazu da, dass man sie macht. Anders bricht das Chaos aus.

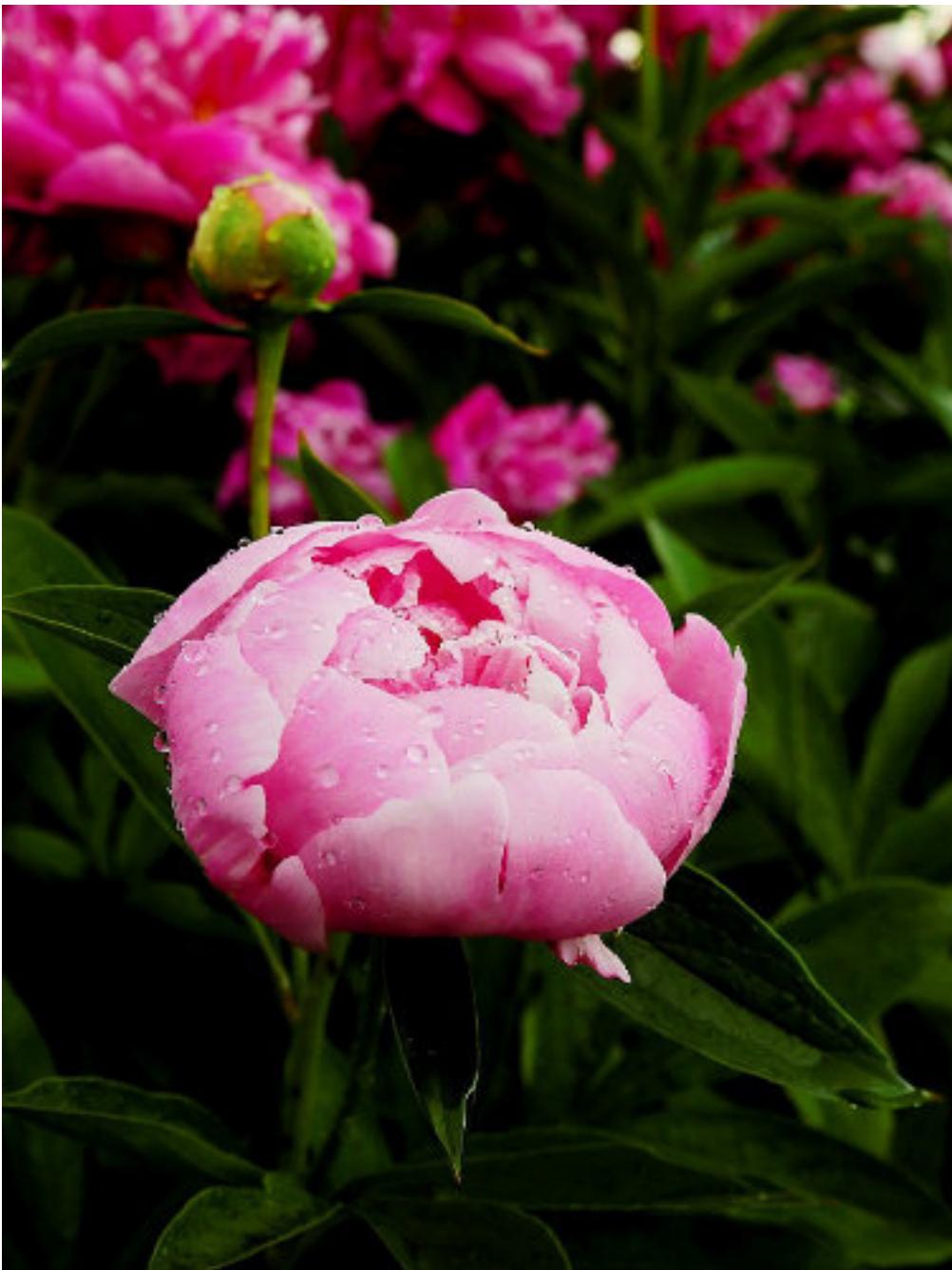
Im richtigen Leben ist das genau so. Man kann nicht immer nur rennen, planen, werkeln, schuften. Es muss eine Zeit geben, die zu nichts anderem da ist, als Zeit zu haben. Sonst geht es schief.

Das geht überhaupt nicht, meinen Sie? Nun ja, der liebe Gott selbst macht es uns vor: Sechs Tage hat er geschuftet und geschaffen. "Und am siebten Tage ruhte er von allen seinen Werken, die er gemacht hatte." Von ALLEN seinen Werken. Erst dann war seine Schöpfung vollendet und das Chaos besiegt.

Probieren Sie es auch! Abschalten. Alles abschalten. Also keine Pause machen, nur um dann um so härter arbeiten zu können. Sondern Pause machen, weil Pause ist - als ob Sie zuvor alles geschafft hätten. Sie werden staunen, wie sich die Dinge da ordnen können.

Also: Nehmen Sie Platz zur Pause! Einen Tässchen Kaffee vielleicht? Oder ein kühles Bier? Oder einen Schoppen Schorle?

Martin Anefeld



## Seid, was ihr feiert

---

„Und als der Pfingsttag gekommen war, waren sie alle an einem Ort beieinander“, so heißt es an diesem Wochenende wieder in unseren Gottesdiensten. Wie aber hören wir die Pfingstgeschichte im 2. Corona-Jahr, immer noch auf Abstand und mit Mundschutz und Gesangverbot? Das Pfingstwochenende ist gekommen und versammelt an einem Ort, ja, das sind wir schon auch. Aber: Wir sind längst nicht alle beieinander in unseren Kirchen. Die Pfingstgeschichte damals, sie hatte ja einiges an Menschenmenge, Lautstärke und Bewegung mit sich gebracht. Da war richtig was los, 50 Tage nach Ostern, als der Pfingsttag gekommen war: Die Jünger beginnen, von den großen Taten Gottes zu reden, und bringen sie damit gleichsam zur Welt. Und ich frage mich: Wie können wir in diesen Tagen ans erste Pfingstfest anknüpfen und beseelt sein von Gottes Geist und seinem Wort? Vielleicht, wenn wir uns auf das Ureigenste besinnen:

Seid, was ihr feiert (Albert Altenähr)

Feuer des Geistes  
Flammende Liebe  
Sturmraus' Kraft  
Lebendiger Hauch  
Bunter Farbenwirbel  
Vielgestaltig eins  
Mutige Kante  
Christinnen und Christen

Eva Weißmann



## Missverständnisse

---

Vor ein paar Jahren erzählte mir Altdekan Molitor eine Geschichte: Er hat Gottesdienst in seiner Gemeinde gefeiert. In der Predigt ging es um die Schöpfungs geschichte und die Gleichberechtigung von Mann und Frau. Gerade auf diesen Punkt hat er besonderen Wert gelegt, hat explizit betont: Frauen und Männer sind gleichberechtigt. Nur, manchmal kommen Botschaften nicht immer so an, wie sie gedacht sind. Am Ende seines Gottesdienstes kam einer älterer Herr auf ihn zu, freudestrahlend und bedankte sich bei ihm: Danke Herr Pfarrer, endlich sagt es mal einer. Männer und Frauen sind eben nicht gleichberechtigt.

Heute feiern wir Pfingsten, das Fest der Kirche. Das Fest des Heiligen Geistes, der auf die Welt kommt und die Menschen sprachfähig macht. Ich glaube daran, Gottes Geist ist mitten unter uns. Doch trotz allem, kommt es auch heute immer wieder zu Missverständnissen. Fast scheint es sogar so zu sein, als ob man nur das hört, was man eben hören will. Dabei wäre es so einfach. Wenn man einfach nur besser zuhören würde. Aber so einfach ist es eben nicht, obwohl wir den Geist der Liebe schon in uns haben. Da hilft nur eine klare Sprache, aufmerksames Zuhören, mitdenken, viel Rückfragen stellen und eben das Vertrauen auf Gottes Geist der Liebe.

Thomas Himjak-Lang



## Angesteckt

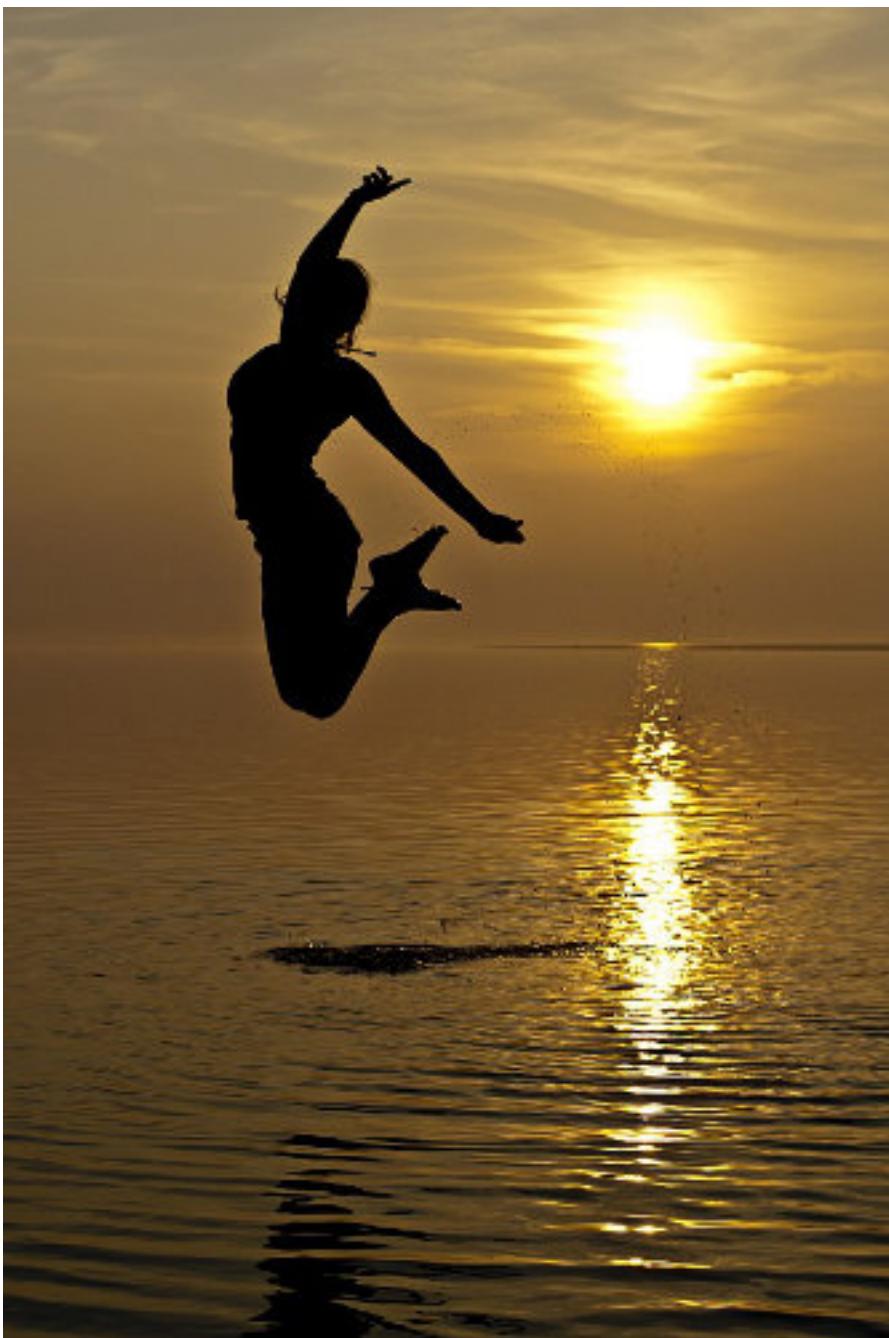
---

Pfingsten. Mit Feuerflammen auf den Köpfen der Jünger begann es, und wie ein Lauffeuer breitete es sich aus, dieses „Feuer“ des Evangeliums. Es lässt sich nicht mehr ersticken, es bleibt kein Schwelbrand, sondern wird ein loderndes Feuer, ein Flächenbrand, der alle Kontinente erfasst. Mit Feuereifer machen sich die Apostel daran, die Gute Nachricht weiterzusagen und weiter zu tragen. Es brennt, das Pfingstfeuer, bis heute – weltweit.

Ja, da haben die Alten ein schönes Bild für die Wirkung des Heiligen Geistes gefunden. Er wirkt wie Feuer:

Da ist Wärme.  
Da glimmt Hoffnung.  
Da glüht die Liebe.  
Da knistert es vor Spannung.  
Da sprühen Ideen wie Funken.  
Da sind zündende Gedanken.  
Da wird man angesteckt mit Freude.  
Da entflammt und entbrennt man,  
wird angefeuert zu neuen Gedanken,  
da wird man angesteckt in Be-Geisterung.

*Martin Anefeld*



## Begeisterung

---

Über Pfingsten hatten wir Besuch. Mein Vorschlag, eine Wanderung zu machen, ist auf wenig Resonanz gestoßen. Wenn ich Kindern dagegen vorschlage, ins Schwimmbad zu gehen, ist Freude meist groß.

Wir Menschen lassen uns immer wieder begeistern: von anderen Menschen, von einem Lied, einem Hobby, einem Ehrenamt. Wenn wir von einer Sache begeistert sind, setzen wir uns für sie ein mit unserer Kraft, unserer Zeit und unseren Möglichkeiten. Und wir merken: Wir freuen uns darüber und sind mit uns im Einklang. Begeisterung tut gut. Man fühlt sich lebendig.

Wir haben Pfingsten gefeiert. Gott möchte zur treibenden Kraft unseres Lebens werden. Seine Nähe und die Gemeinschaft in seinem Namen soll uns stärken. Ab und zu kann ich sie spüren, die Begeisterung für unseren Glauben, die bewegt und verändert:

Menschen gehen mit frohen, veränderten Gesichtsausdruck aus dem Gottesdienst nach Hause. Ehrenamtliche üben ihre Tätigkeit mit Leidenschaft aus. Und beleben so die Gemeinde.

*Annette Bernhard*



## Leben unterm Regenbogen

---

Jeder Regenbogen fasziniert mich. Die wunderschönen Farben und sein majestäisches Aufragen in den Himmel, lassen mich ehrfürchtig werden. So nah und doch unerreichbar ist ein Regenbogen. Sichtbar, wenn man die Sonne im Rücken und die Regenwand vor sich hat. Sichtbar, aber nicht greifbar.

Seit Noahs Zeiten ist der Regenbogen Sinnbild für den Frieden Gottes mit den Menschen. Ein Symbol der Geborgenheit und des Schutzes (1. Mosebuch, Kapitel 9)

Selten sieht man einen durchgehenden Regenbogen, der sich ganz über die Landschaft legt. Sehr selten sieht man den darüber liegenden Nebenregenbogen und die dunkle Fläche zwischen den Bögen. Diese Fläche nennt sich „Alexanders dunkles Band“. Wie sie zu erklären ist, kann man bei Wikipedia nachlesen, ich hab's nicht verstanden.

Ich weiß aber, dass die Fotografin des Bildes die Sonne im Rücken und den Regen vor sich hat. Wie alle Menschen.

Leben mit Rückendeckung. Auch, wenn dunkle Wolken auftauchen, bleibt das Leben schön und faszinierend, bunt und beschützt. Auch, wenn wir Gott nicht greifen können zeigt er sich. Hinter uns, vor uns, über uns. Und oft auch – in doppelter Bedeutung- unter uns.

*Lothar Schwarz*

## Im richtigen Moment

---

Es sind Millisekunden, die hier zählen. Genau im gleichen Moment abgedrückt – meine Tochter und ich haben bei einer Fotosafari den perfekten Moment erwischt, um uns gegenseitig beim Fotografieren zu fotografieren. Es gibt jetzt zwei Bilder, die jeweils den anderen zeigen – hinter einem Blitz, der aussieht wie eine Sonne, die alles überstrahlt – ein Gänsehautmoment, denn wir sind für eine Millisekunde synchron und absolut gleichzeitig. Danach haben wir versucht, das zu wiederholen – ohne Erfolg. So was klappt offenbar nur einmal.

Besondere Momente, die eine ungeheure Leuchtkraft haben, als wäre die Sonne zum Greifen nah, gibt es auch in der Bibel. In Psalm 84,12 erlebt jemand Gott auch als Sonne, die zum Greifen nah ist: „Gott der Herr ist Sonne und Schild.“ Es sind diese Momente, wo Gott und ich uns gleichzeitig ansehen, wenn sich unsere Blicke treffen und lauter Licht zwischen uns ist. Eine Millisekunde Gänsehaut, der perfekte Moment! Es gibt ihn. Und ich glaube, auch Gott hat dann Gänsehaut. Das Schöne ist: Solche Momente kommen einfach – sie lassen sich nicht provozieren, nur Genießen. Oder?

*Stefan Mendling*



## Pfingsten

---



Gott kommuniziert wieder mit dem Menschen. Von sich aus, weil er ihn liebt! Er sendet seinen Heiligen Geist zu den Menschen, die es nicht verdient haben. Er schickt den Geist, der uns dazu bringt mit Gott reden zu können, an ihn zu glauben; der uns zu Christus führt, der uns unsere Schwachheit erkennen lässt. Er beweist uns, dass wir im Leben nicht zu kurz kommen. Bei Gott stehen wir an erster Stelle. Der Heilige Geist ist es, der es möglich macht, dass Menschen Gottes Führung und Leitung in ihrem Leben erkennen können, auch wenn sie durch schwere Krisen, Katastrophen und Kommunikationsstörungen mit anderen hindurchgehen. Der Heilige Geist ist es, der Menschen zum Glauben führen kann. Der Heilige Geist ist es auch, der Streitigkeiten untereinander beheben kann. Doch wir haben IHN. Gott schenkt uns den Geist. Es ist sein Geist. Nicht unser Geist. Aber: Gott möchte mit Ihnen kommunizieren. Dazu sendet er den Heiligen Geist. Gott schickt Ihnen seinen Geist. Gerade an Pfingsten und darüber hinaus.

*Patrick Keipert*



## Augen auf am Wegesrand!

---

Da blüht uns was! Augenblümchen, Himmelsblume, Maiblume, Marienblümchen, Maßliebchen, Mondscheinblume, Morgenblume, Osterblume, Regenblume, Sommerröschen, Sonnenblümchen, Tausendschön ... alles Bezeichnungen für das Gänseblümchen, die gewöhnlichste aller Blumen.

Dabei ist sie bei näherem Hinschauen alles andere als gewöhnlich. Ein wahres Wunderwerk der Schöpfung, an dem sich Kinder- und Omaherzen, Romantiker und Mathematiker, leidenschaftlich Verliebte und nüchterne Naturbeobachter gleichermaßen erfreuen können.

Übrigens: der wissenschaftliche Name des Gänseblümchens lautet "bellis perennis", was frei übersetzt so viel heißt: Schönheit überdauert Jahre.

Martin Anefeld



## 1+1+1=1

---

In Mathe grottenfalsch, in Reli, v.a. heute, genau richtig: Wir feiern die Dreieinigkeit Gottes! Dazu heißt es im Wochenspruch: „Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus und die Liebe Gottes und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes sei mit euch allen!“ Das ist der letzte Vers im letzten Kapitel des 2. Korintherbriefs. Letzte Worte. Sie haben immer besonderes Gewicht: Sollen aufrütteln, fassen zusammen, bringen auf den Punkt, worauf es ankommt. Worauf kommt es an? Da ist zunächst die Gnade: Neu anfangen dürfen, wenn man Fehler gemacht hat. Alle Bruchstücke im Leben Gott anbefehlen können. Sich in Gesundheit und Krankheit bei ihm geborgen wissen. Leben als Geschenk empfinden, das nicht selbstverständlich ist. Dann die Liebe: Sie steht sicher nicht zufällig in der Mitte: Der Mensch braucht Liebe und das Wissen darum, dass Gott einem auf wunderbare Weise ins Dasein gerufen hat und annimmt, wie man ist und geworden ist. Und schließlich die Gemeinschaft des Heiligen Geistes, der unserer Seele Flügel verleiht, und uns begeistert, gemeinsam miteinander im Glauben unterwegs zu sein. Als Gut-Tu-Nachricht kann es heute nun keinen schöneren Wunsch geben als eben diesen: „Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus und die Liebe Gottes und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes sei mit euch allen!“ So soll es sein!

Eva Weißmann



GRÜSSE AUS PIESPORT AN DER MOSEL

## Sind wir noch zu erziehen?

---

Ich habe ein paar Tage frei und bin zu Freunden gefahren, die ein Weingut an der Mosel haben. Bei einer Wanderung zeigten sie mir stolz ihren Weinberg und ihre Anbaumethode: die „Herzerziehung“. Die Rebzweige werden zu einem Herz am Pfahl gebunden. Sie erklärten mir: „Durch diese Art von Erziehung verhindern wir, dass die Rebstöcke zu buschig werden. Sie haben dann weniger Blätter, dafür mehr Trauben. Das bedeutet mehr Winzerarbeit, aber die Früchte entwickeln dann ihr sehr ursprüngliches Aroma.“

Nun sitze ich im Urlaub an diesem Text und sollte doch vor Inspiration nur so sprudeln – nach so einer Auskunft über herzförmige Reben! Aber ich habe mehr Fragen als Ideen. Zu was sollten unsere „Zweige“ erzogen werden? Vielleicht zu mehr Geduld und Hoffnung? Sind wir noch zu erziehen? Was sollte in jedem einzelnen von uns zusammenwachsen? Vielleicht Körper und Seele, Arbeit und Familie, wir und die Menschen in unserem Umfeld? Und was ist unser ursprüngliches Aroma? Oder wie können wir dem mehr ähneln, wie Gott uns gemeint hat?

Fragen über Fragen! Nur einer Sache bin ich mir heute sicher: Unser Gott scheut keine Winzerarbeit. Bei jedem einzelnen seiner Kinder, solange, bis unsere Rebzweige irgendwann ein Herz bilden und Früchte der Liebe tragen. Wir dürfen darauf vertrauen. Denn so spricht unser Winzer: „Ich, der Herr, bewache den Weinberg und bewässere ihn regelmäßig. Er wird blühen und gedeihen, so dass die ganze Erde voller Früchte ist.“ (Jes 27,3a.6b BB)

Almendra García de Reuter



## Vermisster Genuss

---

Ich liebe gutes Essen. Das habe ich in diesem Rahmen schon das ein oder andere Mal erwähnt. Ich behaupte sogar von mir leidlich gut kochen zu können. Zumindest in den letzten Wochen und Monaten habe ich selten Beschwerden darüber gehört. Kurzum: rein kulinarisch war ich völlig zufrieden. Dabei habe ich gar nicht bemerkt, das was mir was fehlt.

Das hat sich am Wochenende geändert. Frisch getestet, mit der Sonne im Rücken und bei offenem Verdeck ging es nach Rhodt unter Rietburg. Die Außengastro hat wieder offen und das wurde genutzt. Das erste mal diese Jahr. Und ich muss sagen: es war toll! Erst als wir da draußen zwischen den Reben saßen, wurde mir klar, wie sehr ich es vermisst habe. Einfach gemütlich da zu sitzen, einen tollen Service zu bekommen, den Wein dazu zu genießen und gerade kein Schlachtfeld in der Küche aufräumen zu müssen (an der Fähigkeit sauber und ordentlich zu kochen, arbeite ich noch). Es geht doch weiter. Es gibt doch Hoffnung. Der Sommer kann kommen, das wird gut!

*Thomas Himjak-Lang*



## Heimat

---

In fast jedem Dorf in der Pfalz gibt es eine Kirche. Sie wurden gebaut, damit sich die Gemeinde zum Gottesdienst oder Gebet versammeln kann. Menschen vor unserer Zeit haben sich mit ihrer Arbeitskraft und Geldspenden stark gemacht, dass sie gebaut wurden. Sie sind ein oft wenig beachteter Schatz.

Menschen fühlen sich mit ihrer Kirche im Dorf oder Stadt besonders verbunden. Im Familienalbum gibt es Bilder von Taufen. Oder Konfirmationsbilder, über die man heute schmunzelt. Auch Erinnerungen an traurige Stunden des Abschieds von lieben Menschen kommen uns in den Sinn.

Es ist gut, dass es die Orte in unserem Leben gibt, an denen uns Gott besonders nahe ist. Dort spüren wir seine Zuwendung und Geborgenheit in besonderer Weise. In diesen Räumen können wir aufatmen. Sie sind Orte der Stille. Hier können wir zur Ruhe kommen und Kraft tanken, damit wir unseren Alltag mit deinen Höhen und Tiefen meistern.

*Annette Bernhard*



## Es geht doch!

---

Vorab: Für die nächsten Zeilen erhalte ich keine Provision!

Vor kurzem hat in Hainfeld ein Dorfladen eröffnet. „Weck un Ebbes“ gibt es hier zu kaufen. Der Name ist Programm. Regionale und saisonale Lebensmittel werden angeboten: Backwaren, Getränke, frisches Gemüse, ... alles, was man so braucht.

Um die Grundversorgung im ländlichen Raum zu sichern, wurde ein Dorfladenverein gegründet. Er hat den Aufbau und den Betrieb übernommen. Aus den 12 Vereinsmitgliedern sind mittlerweile über 70 geworden. Der geschmackvoll eingerichtete Laden kommt an! Ältere Menschen nehmen die Lebensmittel im Rollator mit, Kinder üben den Einkauf, Gäste freuen sich über Kaffee und Kuchen.

Was mich fasziniert: Da haben Menschen nicht nur geklagt über die fehlende Infrastruktur. Da haben sie nicht nur erwartet und gefordert, dass sich etwas verbessert. Sie wurden selbst aktiv und machten die Erfahrung: Gemeinsam können wir Sinnvolles auf die Beine stellen. Gemeinsam können viel aufbauen, bewegen, verändern. Das tut anderen und uns selbst gut.

Herzlichen Glückwunsch nach Hainfeld!

Und noch ebbes: Schräg gegenüber zum Dorfladen steht die Dorfkirche. Da könnte man doch auch....

*Lothar Schwarz*



## Grenzerfahrung

---

„Ist das ein Grabstein?“ Auf unserer Wanderung zur Burg Trifels fragen meine Kinder, was das für ein Stein sei mitten im Wald – ein Grabstein? „Das ist ein Grenzstein“, sage ich. Er steht schon lange hier. Er soll eigentlich zeigen, wo das Hoheitsgebiet des einen endet und das Hoheitsgebiet des anderen anfängt. Meine Kinder wissen in diesem Moment mit den Begriffen „Grenze“ und „Hoheitsgebiet“ nicht viel anzufangen. „Gut“, denke ich. Es gibt gerade so viele Grenzen, die das Leben einschränken. Gut, dass uns wenigstens diese alten Grenzsteine nichts mehr zu sagen haben.

Dennoch gibt es immer wieder Grenzerfahrungen: Ich merke, dass andere meine Grenzen überschreiten; ich bin nicht immer gut darin, anderen meine persönlichen Grenzen deutlich zu machen. Über meine Grenzen will ich nochmal in Ruhe nachdenken.

Heute jedenfalls gehen wir an diesen alten Grenzsteinen im Wald vorbei – und wissen: diese Grenzen gelten nicht für uns. Egal welche Grenzsteine und Grenzerfahrungen uns auf dem Weg begegnen, wir sind immer im Hoheitsbereich Gottes. Gottes Liebe ist wahrscheinlich das Einzige in der Welt, das wirklich grenzenlos ist. Und jeder Grenzstein ist ein Denkmal dafür, dass es für Gottes Liebe keine Grenzen gibt. Er ist auf dieser Seite des Waldes und auf der anderen. Und selbst wenn es ein Grabstein wäre: für die Liebe gibt es keine wirkliche Grenze, oder?

Stefan Mendling



## Ich will die Welt verändern!

Ich will sie auf den Kopf  
stellen und schütteln,  
sodass all das Schlechte  
auf einmal hinausfällt.  
Ich will die Welt beim  
Schopf packen und  
rütteln,  
sodass all das Böse auf  
dem Boden zerschellt.  
Ich will nach den  
Sternen greifen und sie  
vom Himmel pflücken,  
dafür will ich das  
Himmelszelt mit  
Blumen schmücken...

L. Matros

## Ich will die Welt verändern!

Ich will die Meere besegeln und auf Berge steigen.  
Ich will Musik in alle Flüsse malen,  
mit Celli, Gitarren, Flöten und Geigen  
male ich einen Regenbogen an den fahlen  
Himmel, über den Fluss.  
Der erste Regentropfen ist wie ein Kuss.  
Der Himmel küsst mich.  
Und er küsst dich.  
Ich will die Welt verändern!  
Und ich weiß:  
Das alles ist nur ein naiv kindlicher Traum.  
Und bald schon welken die Blätter,  
segeln langsam, aber stetig hinab  
von meinem blühenden Phantasiebaum.  
Aber eine kleine Knospe bleibt.  
Sie bleibt bestehen – sie wird blüh`n  
und das Feuer in meinem Herzen wird bis in alle Zeit glüh`n...  
Ich will die Welt verändern!

(Auszug)

Lovisa Matros, Godramstein

Lovisa Matros wird ihren freiwilligen Friedensdienst in der „Arche“ leisten. Eirene e.V. entsendet sie dafür nach Sant-Antoine l'Abbaye/Frankreich. Schreiben Sie ihr eine E-Mail an: [lovisa.matros@gmx.de](mailto:lovisa.matros@gmx.de), wenn Sie mehr über Ihren Einsatz erfahren möchten!

## Starkes Leben

---

Für die einen, vermute ich, ist er schauderhaft, für die anderen zauberhaft: unser Garten. Das liegt wohl an seiner Anlage. Eine wohldosierte (wenn auch zugegeben nicht geplante und gewollte) Mischung aus Ordnung und Unordnung, Pflege und Wildnis.

Aber jetzt haben alle etwas davon. In erster Linie wir selbst. Und dazu jede Menge Getiers: Igel, Eichhörnchen, Hummeln, Bienen, Schmetterlinge, Rotschwänzchen, Mönchsgrasmücke, Waldohreulen, ...

Und jede Menge Grünes und Blühendes: Fingerhut, Borretsch, Margerite, Glockenblume (in weiß und zartblau), Holunder, Akelei (von zartrosa bis tiefviolett), Hundsrose, Viole, Mohn, ...

Und der Clou: Das wächst da alles einfach so! Von selbst, ohne dass es gesät oder gepflanzt wurde. So stark ist das Leben!

Martin Anefeld





## Da hast du Töne

---

Sie wurde renoviert, die Siebeldinger Orgel, und für ein paar Wochen hatten wir eben keine Töne. Nun. Eine hat's gefreut:

Treffen sich zwei Spinnen in der Kirche. Sagt die eine: „Ich wohne in der Orgel. Furchtbar! Immer das Getöse und Geklapper und der Wind. Ich sag's dir!“ Darauf die andere: „Also ich weiß nicht, was du hast: Mir geht's hier blendend: Ich wohne im Opferstock. Da herrscht Ruhe!“

Gern dürfen Sie etwaige Spinnen in Ihren Kirchen eines Besseren belehren. Es kommt unseren Gemeinden zu Gute. Ach, und wo wir grad dabei sind: In unseren Kirchen können Sie Gut-Tu-Nachrichten immer auch hören, in Wort und (Orgel-)Ton: Die Musik ist nämlich nie nur Untermalung. Ihr kommt eine eigene Stimme zu. Sie geht in Dialog mit all unserem Reden. Kommentiert. Akzentuiert. Attakkiert bisweilen auch und predigt auf ihre Art. Hören wir dankbar auf ihren Klang. Und wenn ich Psalm150 richtig verstanden hab, dann kann jede\*r von uns mindestens ein Instrument zu Gottes Lob virtuos und unverwechselbar dazu spielen: sich selbst.

Eva Weißmann



## Wandertag

---

Mit dieser Jugend ist doch nichts mehr anzufangen.  
Wenn die mal meine Renten zahlen müssen, ohje ...

Immer wieder und zu allen Zeiten sind solche bzw. äquivalente Sätze zu hören. Selbst zu Zeiten der alten Babylonier. Gerade in unserer Zeit jedoch haben wir eine Jugend, die sich aufruft und auf den Weg macht. Nicht nur zu Fridays for future, um für die eigene Zukunft zu demonstrieren, sondern auch, um im Gemeinschaft wieder unterwegs zu sein.

Zusammen mit der Jugendzentrale Landau waren wir in den gerade zu Ende gegangenen Ferien aktiv. Ganz klassisch wandern im Pfälzer Wald. Über Stock und Stein, hoch hinauf zu den Burgen, hin zu den Aussichtspunkten und mitten durch die Walachei. Es tat gut, das wieder zu erleben. Es ist schön zu sehen, dass wir als soziale Wesen, wir als Gemeinschaft wieder aktiv sein können. Danke für eure gemeinsame Zeit und danke für den Muskelkater. Ich freue mich aufs nächste Mal.

*Thomas Himjak-Lang*



## Sind Sie geduldig?

---

Geduld ist nicht meine Stärke. Puzzles sind mir ein Graus und eine Lichterkette zu entwirren ist eine echte Herausforderung.

Zu welchem Typ gehören Sie? In den letzten Monaten habe ich bei vielen Begegnungen gehört: "Wir müssen durchhalten und geduldig sein". Irgendwann habe auch ich kapiert, dass uns nichts anderes übrigblieb. Und wir haben gesehen, dass konsequentes und besonnenes Handeln geholfen hat.

Insgesamt leben wir in einer ungeduldigen Zeit. Wir gehen in „Fast-Food“-Restaurants, schreiben WhatsApp-Nachrichten mit Abkürzungen und Emojis, bestellen Dinge im Internet und erwarten, dass sie den nächsten Tag ankommen.

Geduldiger sein mit mir selbst, meiner Familie, einem Projekt, mit den Schwächen der anderen, das möchte ich lernen. Als Christen sind wir nicht auf uns alleine gestellt. Gott schenkt uns seine Kraft. In der Bibel heißt es: Eine „Frucht des Geistes ist... Geduld.“ (Gal 5,22)

Gottes Geist möchte in uns kleine Pflänzchen der Geduld wachsen lassen. So wie im Garten kleine Tomaten- und Zucchinipflanzen langsam wachsen. Erst sind sie klein, aber mit der Zeit wachsen Früchte daran. So kann der Geist Gottes in uns wirken und wir können neue Erfahrungen machen. Mit mehr Geduld, Liebe, Freundlichkeit und anderen guten Eigenschaften.

Annette Bernhard



## Immer wieder neu, immer wieder anders

---

Ich möchte Ihnen heute einen Bibelvers vorstellen, der mich seit dem ersten Lesen gepackt hat. Er begleitet mich nun schon eine Weile. Jedes Mal, wenn ich ihn lese, entdecke ich eine neue Facette an ihm. Er steht im Römerbrief Kapitel 1, Vers 16:

„Denn ich schäme mich des Evangeliums nicht; denn es ist eine Kraft Gottes, die selig macht alle, die glauben, die Juden zuerst und ebenso die Griechen.“

Beim ersten Lesen, da war mir das Evangelium wichtig. Die frohe/gute Botschaft ist es, die uns erlöst. Sie gibt Kraft. Da ist erstmal nichts Negatives. Ein anders mal wird mir die Universalität der Botschaft wichtig. Jesus spricht jeden Menschen an, nicht nur einige wenige Privilegierte. Ein anderes Mal wird mir die Kraft wichtig. Wenn es mir schlecht geht, dann gibt mir die frohe Botschaft Kraft. Kraft, um wieder weiterzumachen. Dann sticht mir der Glaube ins Auge. Der Glaube ist das entscheidende, nicht was ich tue. Dann ist es selig machen. Was ist das selig? Pures Glück? Dann fällt mein Blick auf Gott. Vater, Sohn und Heiliger Geist. Aber wer ist dieser Gott für mich?

Sie sehen, dieser eine Vers bewegt mich immer wieder neu und immer wieder anders. Was sagt er Ihnen? Wo liegt gerade jetzt Ihr Fokus?

Patrick Keipert



## Dumme Kuh?

---

Sie wirken behäbig, können aber springen, schwimmen und bis zu 40 km/h schnell galoppieren. Sie grasen friedlich auf der Weide, können aber richtig gefährlich werden.

Kühe hören besser als Menschen, sie riechen weiter. Sie kommunizieren miteinander, sie drücken Gefühle aus. Sie haben Freunde innerhalb einer Herde und sie weinen um verstorbene Familienmitglieder. Sie kümmern sich rührend um den Nachwuchs. Sie sind verschmust, erfreut, neugierig und verspielt. Manchmal sind sie auch erschöpft. Bei 4 Stunden Schlaf und den vielen Kilos am Körper sei es ihnen verziehen. Kühe können richtig menschlich sein.

Kühe versorgen uns mit wichtigen Lebensmitteln. Als Opfer der Intensivtierhaltung mahnen sie zur Besinnung. Als „blöde Kuh“, „Wilder Stier“, „Rindvieh“ oder „Heilige Kuh“ grasen sie in unserer Sprachlandschaft.

Eine Welt ohne Kühe will ich mir nicht ausmalen. Manch „dumme Kuh“ ist ein wahres Juwel. Wie die auf dem Bild.

Lothar Schwarz



## Der Riesenrad-Effekt

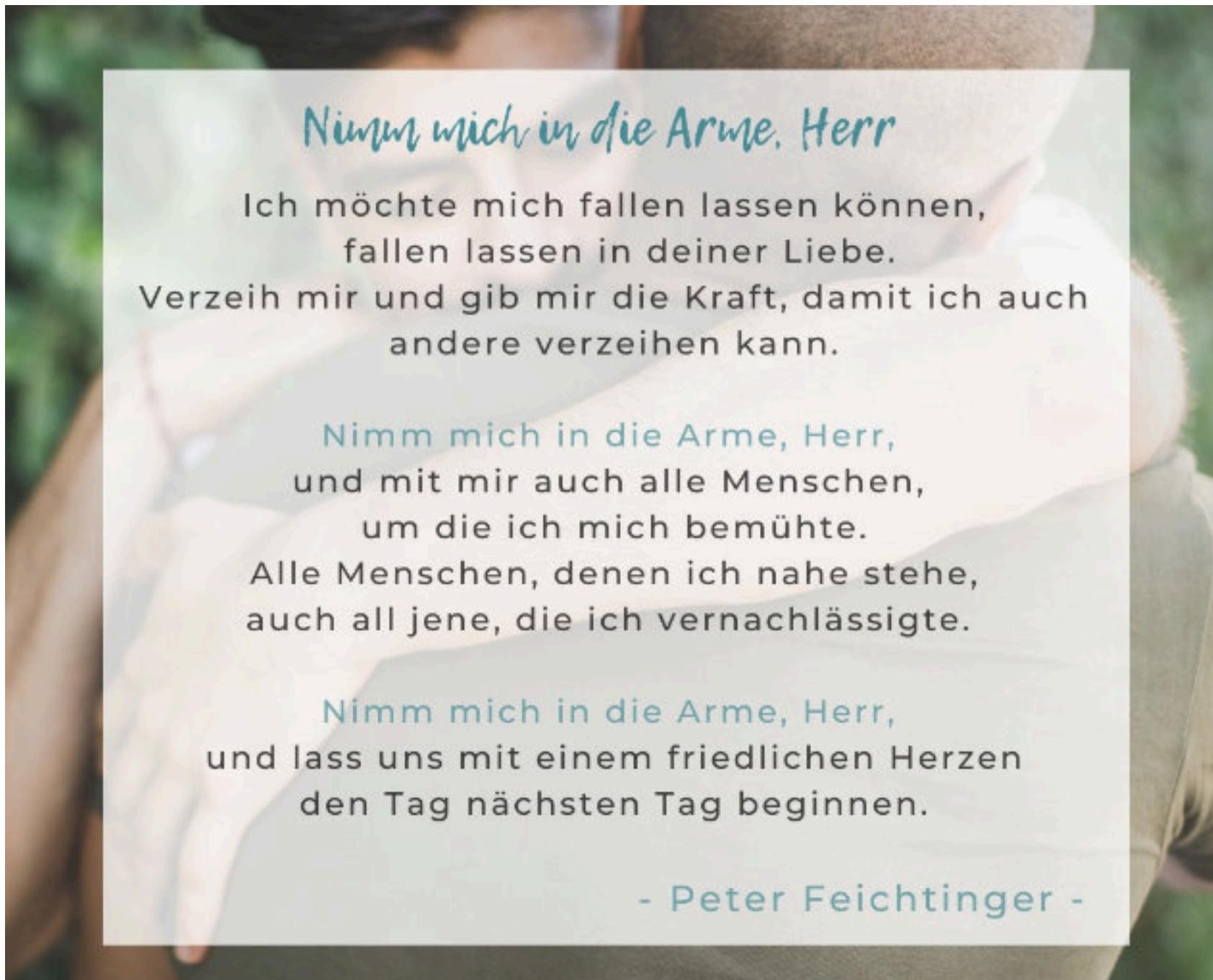
---

Es geht wieder rund! Wenn ich mit meinen Kindern Riesenrad fahre, dann sehen wir, wie die Welt unter uns immer kleiner wird. Und je höher wir kommen, desto mehr spüre ich meine Höhenangst. Meine Kinder sind genau das Gegenteil: nicht höhenängstlich, sondern höhensüchtig. Sie genießen es, wenn die Welt unter ihnen kleiner und kleiner wird. Normalerweise sind sie ja die Kleinen in einer großen Welt. Im Riesenrad sieht die Welt für sie anders aus: Die Erwachsenen, die in der Stadt herumlaufen, sehen für sie aus wie Ameisen. Überhaupt: Die ganze Welt sieht aus wie ein großes Wimmelbuch. Meine Kinder können sich von da oben gar nicht satt sehen.

Und obwohl ich Höhenangst habe, genieße auch ich die Fahrt im Riesenrad. Mein Trick: ich sehe nicht nach unten, sondern lasse meinen Blick am Horizont schweifen. Und was mir sonst groß und wichtig erscheint, wirkt auf einmal klein und unbedeutend. Die Fahrt im Riesenrad verändert meinen Blick auf die Welt. Das ist der Riesenrad-Effekt!

Dasselbe macht übrigens Jesus mit seinen Jüngern: Er zeigt ihnen die Aussicht auf Gottes Welt – und ihnen wird wahrscheinlich schwindelig bei dem Gedanken, dass zum Beispiel die Kleinsten für Gott das Größte sind, und den Kindern das Himmelreich gehört. Jesus fährt quasi mit seinen Jüngern Riesenrad: Er zeigt ihnen, wie die Welt von oben aussieht, aus der Perspektive Gottes. Die Jünger haben vielleicht auch Höhenangst, weil sie nach unten sehen, festhalten wollen an ihrem alten Weltbild, darin nach Anhaltspunkten suchen, nach Argumenten, nach Standpunkten, die ihnen vertraut sind. Ich kenne diese Höhenangst. Doch ich weiß: sobald meine Augen den Horizont berühren, verändert das mein Weltbild - und aus Höhenangst wird kindliche Höhensehnsucht – das ist der Riesenrad-Effekt. Und ich kann mich gar nicht daran satt sehen!

*Stefan Mendling,*



## Nimm mich in die Arme, Herr

Ich möchte mich fallen lassen können,  
fallen lassen in deiner Liebe.

Verzeih mir und gib mir die Kraft, damit ich auch  
andere verzeihen kann.

Nimm mich in die Arme, Herr,  
und mit mir auch alle Menschen,  
um die ich mich bemühte.

Alle Menschen, denen ich nahe stehe,  
auch all jene, die ich vernachlässigte.

Nimm mich in die Arme, Herr,  
und lass uns mit einem friedlichen Herzen  
den Tag nächsten Tag beginnen.

- Peter Feichtinger -



## Ich singe mit, wenn alles singt

---

Gestern war es so weit. Nach über einem Jahr Schweigen. Wir haben gesungen! Im Gottesdienst unter freiem Himmel. O, wie gut tat das:

Geh aus, mein Herz, und Suche Freud  
In dieser lieben Sommerzeit!

...  
Narzissus und die Tulipan,  
die ziehen sich viel schöner an  
als Salomonis Seide.

...  
ich singe mit, wenn alles singt;  
und lassen, was dem Höchsten klingt,  
aus meinem Herzen rinnen.

Nie habe ich deutlicher gespürt, wie befreiend das Singen wirkt. Und wie viel Hoffnung und Zuversicht darin steckt.

*Martin Anefeld*



## Morgenstund hat Gold im Mund

---

Lieber Gott,  
bis jetzt geht's mir gut: Ich habe noch nicht gelästert,  
keine Beherrschung verloren, war noch nicht schlecht gelaunt,  
egoistisch oder zügellos. Ich habe noch nicht gejammert, geklagt,  
geflucht oder Schokolade gegessen,  
und meine Bankkarte hab' ich auch noch nicht belastet.  
Aber: In etwa einer Minute werd' ich aus dem Bett klettern,  
und dann, dann brauche ich wirklich deine Hilfe, lieber Gott.

Wenn passend zu diesem Gebetsfundstück für heute die Tageslosung lautet:  
„Gelobt sei Gott, der mein Gebet nicht verwirft, noch seine Güte von mir wendet“,  
dann kann es eigentlich nur ein guter Tag werden, ganz gleich,  
wie das eine oder andere EM-Spiel auch ausgehen mag ...

Eva Weißmann



## Wie ein blinder Gaul

---

Ich bin doch schon groß! Ich bin doch schon selbstbestimmt. Ich kuche und esse, was ich möchte. Oder zumindest was ich mir selbst erlaube. Vieles in meinem Leben habe ich selbst in der Hand, kann ich selbst bestimmen. Sogar in meinem Beruf.

Nur manchmal gibt es andere Tage. Nur manchmal gibt es dieses Gefühl, dass es zu viel wird, dass mir die Dinge entgleiten und ich als Getriebener reagiere. Wenn man Luther glauben kann, dann hatte er auch diese Momente seines Lebens ganz in Gottes Hand gelegt. Oder zumindest zu legen versucht. Der Selbstzweifel ist Luther nicht unbekannt.

Mir und vermutlich auch vielen von Ihnen wird es ähnlich gehen. Gottes Pläne mit uns sind selten glasklar. Überraschungen begegnen uns immer wieder. Gerade deswegen kann ich oft für mich sagen: es ist gut, wie es gekommen ist. Und bei Ihnen?

Thomas Himjak-Lang



## Gemeinschaft

---

In den letzten Monaten hat mir etwas gefehlt. Der Kontakt mit anderen Menschen. Das hat sich auf meine Stimmung ausgewirkt. In diesen Tagen beobachte ich, dass Begegnungen eine echte Quelle der Freude sind. Sei es im Supermarkt, bei Sitzungen oder im Gottesdienst. Mit anderen gemeinsam etwas bewegen, gemeinsam musizieren, Sport treiben oder Gottesdienst feiern - das habe ich vermisst.

Mit den aktuellen Lockerungen normalisiert sich für viele Menschen die Lage. Andere leiden auch in normalen Zeiten unter Einsamkeit. Betroffene leben auch in unserem Umfeld. Kontaktarmut ist schädlich. In England gibt es sogar ein Ministerium, das Strategien gegen die Vereinsamung entwickelt. Die Gemeinde ist ein wichtiger Ort der Begegnung. Und das ist gut so !

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

*Annette Bernhard*



## Sachen gibt's...

---

Es ist schon viele Jahre her. Ich war noch stolzer Besitzer einer unbändigen Haarmähne und eines ansehnlichen Bartes; ein studierender Waldschrat. Mit meinem Schwiegervater wollte ich den Saunabereich eines neuen Badezentrums besuchen. Rechtzeitig um 10 Uhr standen wir am Eröffnungstag in der Menschentraube, die sich im Einlassbereich gebildet hatte. Als wir endlich an der Reihe waren, klärte uns die Dame an der Kasse auf: „Die Sauna öffnet erst um 14 Uhr“. Wir überlegten kurz, dann entschlossen wir uns, wieder nach Hause zu fahren und nach dem Mittagessen einen zweiten Versuch zu wagen. Gesagt, getan. Wir fuhren die 25 Kilometer zurück und wieder her und standen Punkt 14 Uhr wieder an der Kasse. Dort saß dieselbe Frau, die uns am Vormittag bedient hatte. Ich lächelte sie an und sagte: „Zweimal Sauna, bitte“. Worauf sie antwortete: „Tut mir leid, heute ist nur Damen-sauna!“

Damals war ich sprachlos. Heute bin ich der Dame dankbar. Wie oft habe ich diese Anekdoten zum Besten gegeben. Der missglückte Saunabesuch sorgte jahrelang für Gesprächsstoff und Lachen. Er hat mehr gebracht, als wenn wir vormittags durch die Kasse gewinkt worden wären.

Kennen Sie auch Anekdoten, die das Leben schreibt? Witzige Erlebnisse, die man sich besser nicht ausdenken können? Ich liebe diese kleinen Begegnungen und die kurzen Gespräche, die den Alltag erheitern, die ihn leicht und unterhaltsam machen. Schön, wenn es kein Humor auf Kosten anderer ist.

Übrigens, was die Kosten betrifft: Das Spritgeld hat damals der Schwiegervater übernommen. Zusätzlich könnte ich mir heute vorstellen, der Dame an der Kasse einen Blumenstrauß zu überreichen.

Lothar Schwarz



## Weg

---

Manchmal wünsche ich mir mein Weg durchs Leben, mein Weg mit und zu Gott wäre so gerade wie in diesem Bild. Das wäre schon ein Traum. Immer geradeaus, keine Hindernisse, alles ist perfekt. Aber wenn ich meinen Weg durchs Leben und meinen Weg mit Gott zeichnen müsste, wäre das wohl eher der Weg, denn ich gehe, wenn ich nach etwas Wein zu viel zu mir nach Hause laufe. In Schlangenlinien, mit Umwegen und Sackgassen. Mein Weg ist leider nicht so gerade. Aber auf der anderen Seite, wie langweilig wäre mein Weg, wenn er immer nur gerade wäre? Natürlich ist es nicht schön, wenn man an Stellen in seinem Leben gerät, auf die man lieber verzichtet hätte. Wenn Gott gerade ganz weit weg scheint. Aber nur deswegen weiß ich zu schätzen, was ich an meinem Leben und an Gott habe. Ohne diese Umwege hätte ich viele Menschen, die mich bis heute begleiten nie kennengelernt. Also nehmen wir das positive an unserem Weg in Schlangenlinien, in Umwegen und Sackgassen. Wenn wir gerade in eine geraten, wenn wir uns von Gott entfernen, wenn wir einen Umweg gehen. Dann ist das frustrierend. Aber wenn wir wieder aus der Sackgasse herausfinden, den Schlenker zurück zu Gott machen, den Umweg absolviert haben, dann haben wir ganz viele Souvenirs auf unserem Weg gesammelt, die uns begleiten. Also bei Ihrem nächsten Schlenker, schauen Sie doch mal am Wegesrand, was sich für die Zukunft einsammeln lässt.

Patrick Keipert



## Ein Regenwurm rettet Leben

---

Besser gesagt: mehrere, von Hand ausgegrabene Regenwürmer. Unser Amselchen sperrt den Schnabel auf und piept aufgeregt. Es ist aus dem Nest gefallen und mutterseelenallein. Wir finden das Amselchen auf dem Nachhauseweg. Das einzige, was es kann, ist Piepen und den Schnabel aufsperrn. Das tut es, um mit dem versorgt zu werden, was es fürs Überleben braucht. Und wenn es den Schnabel aufsperrt, ist es von oben gesehen nur noch Schnabel! Sehr beeindruckend: Ich wusste gar nicht, wie weit Vögel den Schnabel aufreißen können! Und das macht es mit einer Energie und einem Eifer, dass wir nicht anders können als ihm bei uns zuhause ein neues Nest zu geben. Und wir graben unseren Garten nach Regenwürmern um – vor allem die Kinder!

Übrigens: Hinter dem hebräischen Wort für Seele, „Näfäsch“, steckt genau dieses Bild des Vogels, der den Schnabel aufsperrt – wie unser Amselchen. „Näfäsch“ ist gleichzeitig auch der Lebensatem, den uns Gott in seinem Garten einhaucht - so wie wir der Amsel die Regenwürmer aus unserem Garten von oben in den Schnabel füttern. Offenbar meint die Bibel, dass es uns Menschen auch guttut, den Schnabel aufzusperren, also die Seele - so weit, wie es das Amselchen kann! Um mit dem versorgt zu werden, was wir zum Leben brauchen: Lebendigkeit, die von Gott kommt. Und der Sonntag ist so etwas wie der „Schnabel-Auf-Tag“ für die Seele... Vielleicht auch, um mit Gott zu reden wie uns der Schnabel gewachsen ist. Versucht's mal!

PS: Der Amsel geht es gut, wir haben mittlerweile eine Pflegemutter für sie in Queichhambach gefunden – und die Kinder werden sie bestimmt immer mal besuchen – und einen fetten Regenwurm aus unserem Garten mitbringen!

Stefan Mending



## PAUSE

---

Heute ist Pause. Tut auch mal gut.



## Ein winziger Ruf

In Ranschbach konnte ich mich diesem Rinder-Kälbchen nähern. So unglaublich nah, dass ich sein flauschiges Fell fast anfassen konnte. Ich wunderte mich sehr darüber, wieso weder Mama-Kuh noch Papa-Bulle angetrapt kamen, um mich zu verscheuchen. Hatten sie das Kälbchen aus den Augen verloren? Der Hirte meinte prompt: „Die Eltern haben ihr Kalb zwar gerade nicht im Blick, aber ein winziger Ruf des Kalbes reicht und die Eltern suchen, finden und retten ihren Zögling sofort.“ Und ich würde dann womöglich in ernsten Schwierigkeiten stecken. Da musste ich schlucken und bin dann doch lieber fröhlich meines Weges gegangen.

Lieber Gott, Danke, dass du wie eine Kuh oder ein Bulle auf meinen winzigen Ruf reagierst. Gerade stecke ich in keinen so großen Schwierigkeiten. Aber für den Fall: Es tut mir so gut zu wissen, dass du mich dann suchen und retten möchtest. Amen.

Almendra García de Reuter



## Hoffnung - finale Version

---

Der Hund schaut ein wenig verdattert. Kann man aber auch verstehen. Das Reittier reitet auf dem Hund. Das Lasttier wird selbst getragen, die Natur auf den Kopf gestellt. Ein kleiner Kinderspaß. Und doch: diese kleine Begebenheit erinnert mich an einen der großartigsten Hoffnungstexte aus der Bibel. Da geht es um die ganz große Perspektive: Hoffnung nicht nur für dich und mich, sondern für alles, was lebt.

Da wird der Wolf beim Lamm wohnen  
und der Panther beim Böcklein lagern.  
Kalb und Löwe werden miteinander grasen,  
und ein kleiner Knabe wird sie leiten.  
Kuh und Bärin werden zusammen weiden,  
ihre Jungen beieinanderliegen,  
und der Löwe wird Stroh fressen wie das Rind.  
Und ein Säugling wird spielen am Loch der Otter,  
und ein kleines Kind wird seine Hand ausstrecken zur Höhle der Natter.  
Man wird weder Bosheit noch Schaden tun  
auf meinem ganzen heiligen Berge.

(Jesaja 11,6-9)

Martin Anefeld



## Schlüssel

---

Wie geht es Ihnen, wenn Sie mal wieder Ihren Schlüssel verlegt haben und die Frage Sie umtreibt: »Wo sind bloß wieder meine Schlüssel?«

Ein vergessener Schlüssel kann aussperren. Ein verlegter Schlüssel kann daran hindern, mit dem Auto von A nach B zu fahren.

Mit Schlüssel öffnen oder schließen wir zu.

Es gibt unzählige Wörter, in denen das Wort »Schlüssel« vorkommt. Sie begleiten uns durchs Leben: Schlüsselbein - Notenschlüssel - Schlüsselblume - Schlüsselkinder - Kreuzschlüssel - Schlüsselfiguren ...

Wer waren denn Schlüsselfiguren in unserem Leben, die uns etwas erschlossen haben? Die uns eine lange Wegstrecke in unserem Leben begleitet haben?

Unsere Eltern, die uns das Leben geschenkt haben? Freundinnen und Freunde, die mit uns Freud und Leid teilten? Die uns mit Rat und Tat zur Seite standen? Lehrerinnen und Ausbilder? Seelsorgerinnen und Kümmerer?

Menschen jedenfalls, die hoffentlich das Gute in uns geweckt haben. Die uns aufgeschlossen und etwas in uns vermittelt haben.

Auch gibt es unzählige Schlüsselmomente. Manche können uns Zutritt zu einem ehemals versperrten Zugang verschaffen. Andere mit dem Schlüssel der Liebe und der Empathie das Herz eines verbitterten Zeitgenossen wieder aufschließen.

Im Märchen bedeutet ein Schlüssel das Symbol für das Leben. Märchen erzählen von verlorenen oder von gefundenen Schlüsseln.

Christenmenschen denken, dass unser gelebter Glaube ein Schlüssel sein kann, der uns den tiefen Sinn des Lebens aufschließt.

Welches ist denn nun der wahre Schlüssel zum Glück? Haben Sie ihn für sich schon entdeckt und gefunden?

Jedenfalls - viel Glück beim Suchen!  
Und - notfalls gibt es ja noch einen Schlüsseldienst!

Monika Wiegand



## Ein kurzer Gruß vom See

---

Lass uns nach Italien fahren. So fing es an und wir sind jetzt da. Da es ein Kurzurlaub ist, sind wir mit leichtem Gepäck unterwegs. Dafür im Cabrio.

Mit idyllischen Vorstellungen im Gepäck fuhren wir los. Auf dem Weg durch die Schweiz dann die Entscheidung: wir fahren über den Gotthardpass! Mit offenem Verdeck, mit Sonnenbrille auf der Nase. In der Realität hatten wir die Heizung an, das Verdeck geschlossen und die Scheibenwischer im Dauerbetrieb.

Ich halte mich meistens für einen Optimisten. Jetzt gerade fällt es mir sehr einfach positiv zu sein. Die Sonne scheint, ein lauer Wind kühlst die Mittagshitze und im Hintergrund plätschert das Wasser. Es gibt aber natürlich auch die anderen Momente. Aber hier und heute kann ich für diese Zeiten Kraft, Ruhe und Erholung tanken.

Erwartungsmanagement ist Enttäuschungsmanagement. Hohe Erwartungen habe ich meist von meinem Leben. Hohe Ansprüche habe ich nicht nur an mich selbst. Da fällt es mir nicht immer einfach die Dinge so anzunehmen, wie sie dann passieren. Doch ich arbeite daran und zumindest bezüglich der Geschichte mit dem Pass, dem offenen Verdeck und dem Sonnenschein kann ich jetzt nur herzlich schmunzeln und lachen.

*Thomas Himjak-Lang*



## Vorfreude

---

Inzwischen ist ganz offiziell Sommer. Die Urlaubszeit kommt immer näher. Vielleicht sind Sie ja auch schon voller Vorfreude. Vorfreude. Bestimmt kennen Sie den Satz: Vorfreude ist die schönste Freude. Und tatsächlich inzwischen bestätigt es auch die Wissenschaft. Mit der Vorfreude beginnt bereits die Erholung. Bis zu 8 Wochen kann dieses Gefühl anhalten. Die Sommerferien sind ja nur noch 3 Wochen entfernt. Die Schülerinnen und Schüler sind bereits voller Vorfreude. Bald haben sie 6 Wochen für sich. Wenn wir uns auf etwas freuen, dann ist das ein viel schöneres Gefühl, wie wenn wir auf tolle Dinge zurückschauen. Vorfreude kann uns sogar helfen durch anstrengende und aufreibende Tätigkeiten im Alltag zu bringen. Also gönnen sie sich die Vorfreude, auf den anstehenden Urlaub, den kommenden Sommer. Suchen sie sich etwas auf das sie sich Freuen können. Und freuen sie sich darauf. Denn jetzt wissen Sie auch ganz offiziell: Vorfreude ist die schönste Freude.

Patrick Keipert

## Kalender 2021

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September
1 Fr Heute	1 Mo	4 1 Mo	8 1 Do	1 Sa <small>Tag der Arbeit</small>	1 Di	1 Do	1 Sa	1 Mi
2 Sa	2 Di	3 Mi	2 Fr Karfreitag	2 So	2 Mi	2 Fr	2 Mo	2 Do
3 So		3 Mi	3 Sa	3 Mo	3 Do <small>Fronleichnam</small>	3 Sa	3 Di	3 Fr
4 Mo	4 Do	4 Do	4 So Osterm.	4 Di	4 Fr	4 So	4 Mi	4 Sa
5 Di	5 Fr	5 Fr	5 Mo <small>Ostersonntag</small>	5 Mi	5 Sa	5 Mo	5 Do	5 Th
6 Mi <small>Hochfest Christi Himmelfahrt</small>	6 Sa	6 Sa	6 Di	6 Do	6 Sa	6 Di	6 Fr	6 Mi
7 Do	7 So	7 So	7 Mi	7 Fr	7 Mo	7 Sa	7 Di	
8 Fr	8 Mo	8 Mo	8 Do	8 Sa	8 Di	8 Do	8 So	8 M
9 Sa	9 Di	9 Di	9 Fr	9 So <small>Werktag</small>	9 Mi	9 Fr	9 Mo	9 Do
10 So	10 Mi	10 Mi	10 Sa	10 Mo	10 Do	10 Sa	10 Di	10 Fr
11 Mo	11 Do	11 Do	11 So	11 Di	11 Fr	11 So	11 Mi	11 Th
12 Di	12 Fr	12 Fr	12 Mo	12 Mi	12 Sa	12 Mo	12 Do	12 Th
13 Mi	13 Sa	13 Sa	13 Di	13 Do <small>Christi Himmelfahrt</small>	13 So	13 Di	13 Fr	13 N
14 Do	14 So	14 So	14 Mi	14 Fr	14 Mo	14 Sa	14 Mi	14 I
15 Fr	15 Mo <small>Rebellenfest</small>	15 Mo	15 Do	15 Sa	15 Di	15 Do	15 So	15 I
16 Sa	16 Di	16 Di	16 Fr	16 So	16 Mi	16 Fr	16 Mo	16 Do
17 So	17 Mi	17 Mi	17 Sa	17 Mo	17 Do	17 Sa	17 Di	17
18 Mi	18 Do	18 Do	18 So	18 Di	18 Fr	18 So	18 Mi	18
19 Di	19 Fr	19 Fr	19 Mo	19 Mi	19 Sa	19 Mo	19 Do	19
20 Mi	20 Sa	20 Sa	20 Di	20 Do	20 So	20 Di	20 Fr	20
21 Do	21 So	21 So	21 Mi	21 Fr	21 Mo	21 Mi	21 Sa	21
22 Fr	22 Mo	22 Mo	22 Do	22 Sa	22 Di	22 Do	22 So	22
23 Sa	23 Di	23 Di	23 Fr	23 So <small>Protest</small>	23 Mi	23 Fr	23 Mo	23
24 So	24 Mi	24 Mi	24 Sa	24 Mo <small>Wingedienstag</small>	24 Do	24 Sa	24 Di	24
25 Mo	25 Do	25 Do	25 So	25 Di	25 Fr	25 So	25 Mi	25
26 Di	26 Fr	26 Fr	26 Mo	26 Mi	26 Sa	26 Mo	26 Do	26
27 Mi	27 Sa	27 Sa	27 Di	27 Do	27 Sa	27 Di	27 Fr	
28 Do	28 So	28 So	28 Mi	28 Fr	28 Mo	28 Mi	28 Sa	
29 Fr		29 Mo	29 Do	29 Sa	29 Di	29 Do	29 So	
30 Sa		30 Di	30 Fr	30 So	30 Mi	30 Fr	30 Mo	
31 So		31 Mi		31 Mo		31 Sa	31 Di	

## Halbzeit

Wir haben Ende Juni. Schon fast das halbe Jahr ist um. Und mal wieder der Gedanke, dass die Zeit rast.

Halbzeit also. Bei der Fußballeuropameisterschaft ist die Halbzeitpause die Gelegenheit für die Spieler, um zu ruhen und neue Kraft zu tanken. Zeit, um auf die erste Halbzeit zurückzuschauen und zu überlegen, wie sie gelaufen ist. Oft gibt es nach der Pause Veränderungen in der Taktik und das Spiel dreht sich.

Halbzeit auch für das Jahr 2021. Wie war Ihr erstes Halbjahr? Ist es dahingepachtet oder gab es wichtige Erlebnisse? Was bleibt in Erinnerung aus dem Winter und Frühjahr dieses Jahres? An welche schönen Momente will ich mich erinnern? Was war anstrengend? Und was lerne ich aus den letzten Monaten? Was möchte ich anders machen im 2. Halbjahr?

Innehalten, reflektieren und Veränderungen angehen. Nehmen Sie sich doch heute die Zeit, darüber nachzudenken!

Der du allein der Ewige heißt  
und Anfang, Ziel und Mitte weißt  
im Fluge unsrer Zeiten:  
bleib du uns gnädig zugewandt  
und führe uns an deiner Hand, damit wir sicher schreiten.

(Jochen Klepper)

Annette Bernhard



## Graffiti

---

Unser Sohn liebt Graffiti. Er hat sich selbst schon als Sprayer betätigt. Auf genehmigten Flächen in Freiburg. „Legal“ ist zwar in der Branche verpönt, aber bei den Eltern war nichts Anderes drin.

Gut dreißig Kilometer westlich von Freiburg liegt das elsässische Neuf-Brisach. In den Festungsanlagen von Vauban (UNESCO-Weltkulturerbe seit 2008) ist das Musée Arts Urbains et du Street Art (kurz: Mausa) untergebracht. Beim Besuch der unterirdischen Gänge erübrigt sich die Frage, ob Graffiti Vandalismus oder Kunst sind. Die Räume sind ein Erlebnis.

Wie sehr Graffiti Zeitkritik und leidenschaftliches Plädoyer für Farben und Formen sind, wurde sichtbar, als wir die kleine Garage in der Nähe des Museums entdeckten. Inmitten der nüchternen Bauten blühen hier Bekenntnisse und Ideale.

Liebe, die graue Festungstürme in himmelblaue Farbe taucht. Liebe, die – im Blick auf die Menschen – keine Farben kennt. Liebe, die sich zeigt. Liebe, die anders ist.

Ein Kleinod in einer Straßenecke Neuf-Brisachs. Hier kamen mir Jesu Worte aus der Bergpredigt in den Sinn:

Ihr seid das Licht der Welt (Matth. 5,14).

Jesus hofft auf Menschen, die einer grauen Welt Farbe verleihen. Die Eintönigkeit mit Himmelsblau tränken. Er wünscht sich Geschwister, die Liebe versprühen.

Christen sind Sprayer, ganz legal.

*Lothar Schwarz*



## Auf den dritten Blick

---

Wenn meine Kinder nicht gesagt hätten, „Guck mal, Papa! Eine Schnecke!“, ich hätte die Tür einfach geöffnet, ohne zu merken, dass auf der Klinke eine Schnecke sitzt. Auf den zweiten Blick sehe ich, dass die Schnecke mich anschaut, als ob sie mich fragen wollte: „Nimmst du dir auch wirklich genug Zeit, um wahrzunehmen, was es hier zu erleben gibt?“

Türen sind im Alltag dazu da, geöffnet oder geschlossen zu werden. Diese Tür an der Abteikirche in Otterberg will aber betrachtet werden und mit mir ins Gespräch kommen. Sobald ich das tue, fällt mir (auf den dritten Blick) noch etwas auf: Wenn ich die Tür öffne, umfasst meine Handfläche eine Botschaft, die in die Klinke eingraviert ist: „Mors Porta Vitae“. Übersetzt: Der Tod ist die Tür zum Leben. Daran halte ich mich buchstäblich fest, sobald ich die Tür öffne... Es geht hier wirklich um die Tür! Und die Botschaft der Tür, die ich bei näherer Betrachtung so verstehe: Nimm dir Zeit, die Türen in deinem Leben in Ruhe zu betrachten. Türen sind mehr als nur Alltagsgegenstände. Verschlossene Türen sind Schutz, offene Türen sind Einladungen. Türen, die sich öffnen lassen, sind Chancen. Türen, die sich langsam schließen, sind die Vergänglichkeit. Und diese Tür mit der Schnecke?

Die Schnecke schaut mir zu, wie ich sie langsam öffne. Ich nehme sie wahr, die Tür und die Schnecke, wie sie mich einladen, in die Abteikirche zu gehen. Und ich bin mir sicher, Gott zeigt euch auch die ein oder andere Tür. Und dahinter ist immer Leben – auf den dritten Blick. Wetten?

*Stefan Mendling*



## Sew Pray Love: Knistertücher für Babys

Wir hatten wunderbare Stunden beim Nähetreffen! Bunt wie unsere Stoffe war unsere Runde im Gemeindehaus Godramstein am vergangenen 19. Juni. Zwischen dem Rattern der Nähmaschinen und dem Schneiden haben wir die Geschichte der Näherin Tabita und ihrer Frauengemeinschaft (Apo. 9, 36-43) gehört und über die Wendeöffnungen im Leben und Gott nachgedacht. „Vor allem der Schoko-Kuchen war lecker!“, meinten die jüngeren Teilnehmerinnen.

Aus dieser Aktion sind nun u.a. Knistertücher für Babys und Neugeborenen entstanden. Damit möchten wir sie in diesem Sommer 2021 zusammen mit Segenswünschen begrüßen. Falls eine Familie im Kopf haben, die sich darauf freuen würde, senden Sie uns einfach eine kurze Nachricht an: [almendra.garcia@evkirche-pfalz.de](mailto:almendra.garcia@evkirche-pfalz.de).

Almendra García de Reuter



## Juli-Psalm

---

Herr  
Es gibt Leute die behaupten  
Der Sommer käme nicht von dir  
Und begründen mit allerlei und vielerlei Tamtam  
Und Wissenschaft und Hokuspokus  
Dass keine Jahreszeit von dir geschaffen  
Und dass ein Kindskopf jeder  
Der es glaubt  
Und dass noch keiner dich bewiesen hätte  
Und dass du nur ein Hirngespinst  
Ich aber hör nicht drauf  
Und hülle mich in deine Wärme  
Und saug mich voll mit Sonne  
Und lass die klugen Rechner um die Wette laufen  
Ich trink den Sommer wie den Wein  
Die Tage kommen groß daher  
Und abends kann man unter deinem Himmel sitzen  
Und sich freuen  
Dass wir sind  
Und unter deinen Augen  
Leben

(Hanns Dieter Hüsch)

*gefunden von Martin Anefeld*



## »Sei wohl behütet!«

Wie oft haben wir uns dieses Segenswort im Coronajahr schon zugesprochen? Oder umgekehrt - wie oft wurde uns dieser Segenswunsch schon entgegengebracht? Was bewirken diese Worte in einem? Welche Gefühle lösen sie aus?

Sie tun der Seele gut. Machen Mut. Geben Hoffnung und Zuversicht. Vermitteln Freude. Geben Geborgenheit. Legen Glücksgefühle frei.

Ein Segen ist wie eine Umarmung. Ist wie eine weiche Wolke. Ist wie ein wärmender Mantel. Ist Gottes Beistand. Ist Quelle und Brot in Wüstennot.

Wir haben während der Pandemie wahrlich kein leichtes Jahr erlebt! Quarantäne, Ausgangsbeschränkungen, Kontaktverbote, Existenzsorgen, Angst um die Gesundheit - dies alles und noch andere Beschwerthes begleiteten uns.

Aber war nicht auch in dieser schwierigen Zeit Gottes Zuwendung zu spüren? War sein Beistand etwa nicht in ganz einfachen Momenten dingfest zu machen?

Es gab so viele Menschen, die sich um andere kümmerten. Das waren Ärzte und Medizinerinnen. Pflegepersonal. Krankenschwestern. Menschen, die vor Altersheimen musizierten oder kleine Botengänge verrichteten. Das waren unsere Kinder und kleine Freundinnen und Freunde, die Regenbogenbilder malten oder ein Gedicht aufsagten.

»Sei wohl behütet!« - das waren und das werden weiterhin tröstende und aufbauende Segensworte sein, die für Wärme und Licht und Sonnenstrahlen sorgen.

Und für alle, die ihr Herz öffnen, ist Gottes Geist spürbar. Er ist gegenwärtig, wenn wir eine tiefe Verbundenheit mit und zu einem Menschen wahrnehmen. Und immer auch, wenn wir gedanklich mit ihm unterwegs sind.

Wenn Gottes Geist um uns herum Einkehr hält, gehen wir unseren Weg als Gesegnete und können von diesem Segen auch etwas weiter geben.

Darum: »Seid alle weiterhin wohl behütet!«

Monika Wiegand



## Freundlichkeit

---

Mein Vater und ich sitzen im Auto. Viele Autos sind vor und hinter uns, wir stehen schon ewig im Stau. Die Autos hinter uns drängeln und Hupen und die vor uns bleiben die ganze Zeit stehen oder bremsen. Wenn wir die Spur wechseln bemerke ich, wie uns Autos ständig vorlassen uns aus dem Fenster anlächeln, doch noch mehr bemerke ich die anderen Menschen, die die uns den Weg abschneiden, Hupen und grimmig anschauen wenn wir an ihnen vorbeifahren. Als wir dann endlich zuhause ankommen, fällt mir auf, dass ich mich immer mehr aufrege als freue. So geht es mir in der Schule, im Bus so gut wie überall nehme ich die Freundlichkeit mancher Menschen zwar wahr aber noch mehr die Gemeinheiten anderer. Wir sollten uns alle mehr auf das nette, fürsorgliche in unserem Leben konzentrieren als auf das gemeine und nervige. Denn wenn wir das Gute in den Menschen sehen, gehen wir auch unbeschwerter durchs Leben. Probieren Sie doch auch mal, sich mehr aufs positive als aufs negative zu konzentrieren, ich kann Ihnen aus Erfahrung sagen, auch wenn die meisten Leser\*innen vermutlich älter sind als ich, Dass alles gleich viel einfacher wird wenn wir das freundliche in den Menschen sehen.

Cara-Mia Lichtner,



## Ja und Amen

---

Es ist nicht immer leicht, ein gutes letztes Wort zu finden. Wir kennen das von Streitereien, bei denen jeder das letzte Wort haben will. Manchmal geht es nur deshalb endlos weiter, weil genau an diesem Punkt keiner nachgeben will. Auch bei wichtigen Reden bekommt der Schluss ein besonderes Augenmerk: Oft werden da die wichtigsten Punkte noch einmal wiederholt und so zugespitzt, dass jeder sie sich merken kann. Das Vaterunser endet wie alle Gebete mit einem einfachen "Amen". Amen ist Hebräisch und heißt so viel wie "Das werde wahr".

Das Amen am Schluss macht klar: Es geht darum, mich selbst in Einklang zu bringen mit Gottes Willen, mit Gottes Fürsorge. Ihm traue ich es zu, dass er wahr machen wird, was er versprochen hat. Bei ihm, so glaube ich, sind meine Sorgen und Nöte gut aufgehoben.

*Annette Bernhard*



## Gott im Kirschbaum

---

Gott sitzt in einem Kirschbaum  
Und ruft die Jahreszeiten aus  
Er träumt mit uns den alten Traum  
Vom großen Menschenhaus  
Wir sind die Kinder die er liebt  
Mit denen er von Ewigkeit zu Ewigkeit  
Das Leben und das Sterben übt  
Er setzt auf uns  
Er hofft auf uns  
Dass wir uns einmischen  
Dass wir seine Revolution der Liebe verkünden  
Von Haus zu Haus an die Türen nageln  
Heiß in die Köpfe reden  
In die Herzen versenken  
Bis die Seele wieder  
Ein Instrument der Zärtlichkeit wird  
Und die Zärtlichkeit musiziert und triumphiert  
Und die Zukunft leuchtet.

(Hanns Dieter Hüsch)

*gefunden von Martin Anefeld*



## Vertrauensbeweis

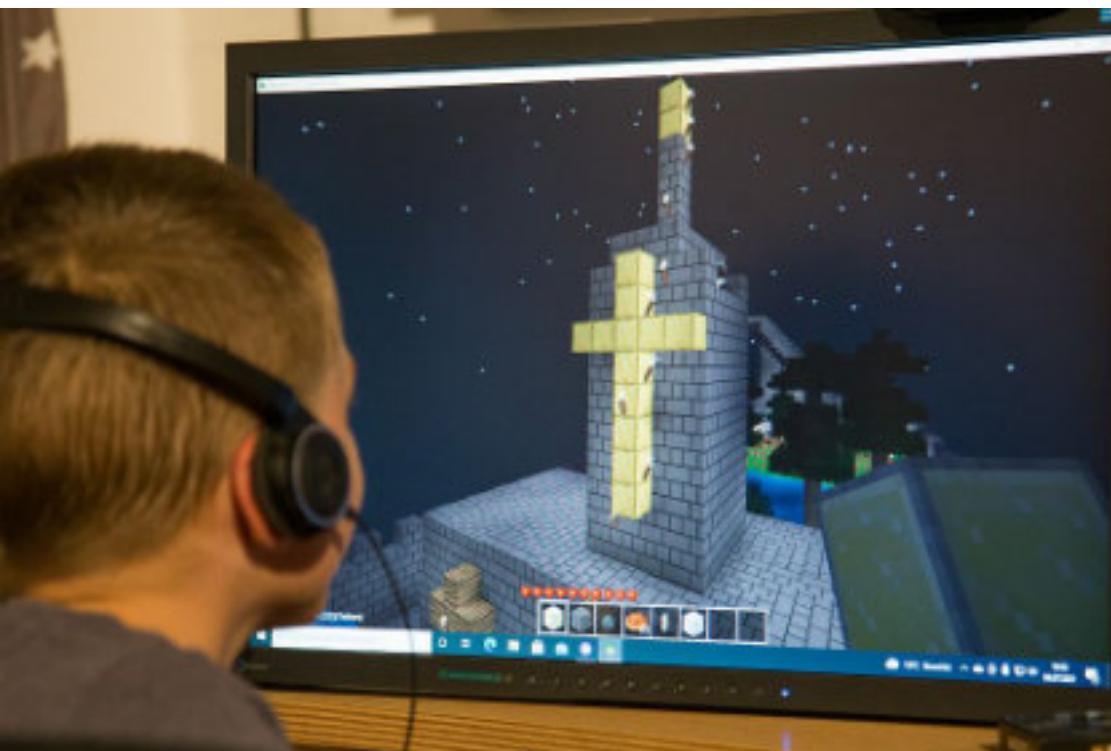
---

Ein bisschen ‚Nachlese‘ zum letzten Urlaub. Ein Vergleich zweier Situationen. Restaurant eins in Verona. Das Essen war ganz ok, zur Pasta wurde Parmesan gereicht. Es wurde ein bisschen drübergestreut und direkt wurde uns wieder das Parmesanschälchen vom Tisch genommen.

Restaurant zwei. Sie sehen es schon auf dem Bild. Der Tisch ist fast schon voll, voller Vertrauensbeweise. Es gab Öl, Balsamicoessig, Crissinis, Grappa und zwei Liköre. Während der Alkohol nur am Ende auf dem Tisch stand, so standen doch die Flaschen auf dem Tisch, ganz im Vertrauen darauf, dass niemand mit großen Schlucken alles leer trinkt.

Ich weiß manches in unserer Welt in unserem Leben läuft nicht gut. Regeln müssen kontrolliert werden, damit sie auch eingehalten werden. Doch es hat mich beeindruckt. Diese Selbstverständlichkeit mit der uns der Tisch bestückt wurde. Ganz im Vertrauen darauf, es wird schon gut gehen. Mit diesem Vertrauen in uns als Gesellschaft wünsche ich Ihnen einen schönen, gesegneten Tag.

Thomas Himjak-Lang



## Profis in der Quadratwelt

Er kommt auf die Welt mit leeren Händen. Er schaut sich um. Es ist eine bunte Welt mit vielen Bäumen und Hügeln, Seen und Bergen. Hühner und Schafe laufen umher. Er kann sich frei in der Welt bewegen, kann sich ein Haus bauen, findet Nahrung und viele verschiedene Lebewesen. Klingt wie die Schöpfungsgeschichte aus der Bibel, ist aber ein Computerspiel namens „Minecraft“. Meine Kinder sind Profis in diesem Spiel, in dem die Welt aus Blöcken und Quadern besteht. In dieser Welt treffen sie sich online mit ihren Freunden – und spielen gemeinsam.

Wobei es in meinen Augen mehr ist als nur ein Computerspiel. Ein normales Spiel hat Spielregeln und folgt einem Spielverlauf, der auf ein Spielziel hinausläuft. In Minecraft gibt es kein Ziel, keine Spielregeln, keinen Spielverlauf. Es gibt nur die Welt, die Naturgesetze und die eigene Kreativität. Jeder kann das aus der Welt machen, was er will. Die Ressourcen in dieser Welt sind zwar begrenzt, aber mit dem, was da ist, bauen meine Kinder die tollsten Sachen: Ein unterirdisches Schwimmbad haben sie schon gebaut, eine Achterbahn, die in eine U-Bahn übergeht, Geheimgänge, Hühnerstall-Hochhäuser und eine Unter-Wasser-Farm ... und eine Kirche! Das gehört für sie offenbar auch dazu – in ihre Welt.

Ich finde es faszinierend, wie viel schöpferisches Potential in meinen Kindern steckt. Aus dieser Welt, die eigentlich nur aus quadratischen Blöcken besteht, bauen sie die komplexesten Dinge. Die Welt trägt ihre Handschrift. In dem, was sie tun, bringen sie sich zum Ausdruck. Dabei teilen sie sich die Welt auch mit anderen und tauschen sich ständig darüber aus, wie ihre gemeinsame Welt aussehen soll. Eigentlich ein gutes Vorbild für die echte Welt, oder? Vielleicht hat Gott genau das gemeint, als er gesagt hat: „Ihr sollt die Erde bebauen und bewahren!“ Ich glaube, Gott hat jedem Menschen diesen schöpferischen Geist gegeben, damit jede und jeder in der Welt seine guten Spuren hinterlässt – im ständigen Austausch mit anderen. Vielleicht werden wir ja auch irgendwann Profis wie meine Kinder - nicht nur im Spiel, sondern Profis in der Welt, in der wir leben. Oder, was meint ihr?

Stefan Mendling



## Warum so wenig?

---

Vor kurzem fragte mich eine Freundin, wieso wir in der Kirche so wenig über Körperlichkeit sprechen oder gar dafür beten, wenn unsere Religion doch so sinnlich ist. Überall in den Evangelien heißt es: Essen, Trinken, Umarmen, Lieben...

Ich habe darüber nachgedacht: Und sie hat Recht. Körperlichkeit ist ein Gottesgeschenk und so menschlich zugleich, dass es Gott sicher interessieren muss, wie es uns dabei geht. Aber ich persönlich finde es sehr riskant darüber in der Kirche zu sprechen. Es ist mir und den Menschen vielleicht zu intim, zu privat? Meinen Hörer\*innen habe ich bisher nur die Worte: „Sexualität“ und „weinseliger Abend“ zugemutet. Mehr traue ich mich (noch) nicht. Die wundervolle Christina Brudereck schafft es mit Lyrik.

Hier für Sie ein Gebet aus Ihrem Buch „Worte meines Herzen: Gebete für Frauen“:

### Sex

Wenn es gut ist für mich,  
dann ist es so,  
als würde ich eine Verbindungstür zwischen zwei Räumen öffnen.  
Die dann zum großen Einen werden.  
Gott, zärtlicher Gott.  
Weil es heute vielleicht geschieht,  
wenn es heute geschieht,  
dann möchte ich mich nicht verschließen.  
Ich möchte genießen.  
Nackt sein, außen und innen.  
Meine Tür öffnen.  
Und mich freuen im Raum des Glücks.“

Almendra García de Reuter



## Ich bin vergnügt

---

Von Hanns Dieter Hüsch, den ich bewundere, weil er das Schwere so wunderbar leicht sagen kann:

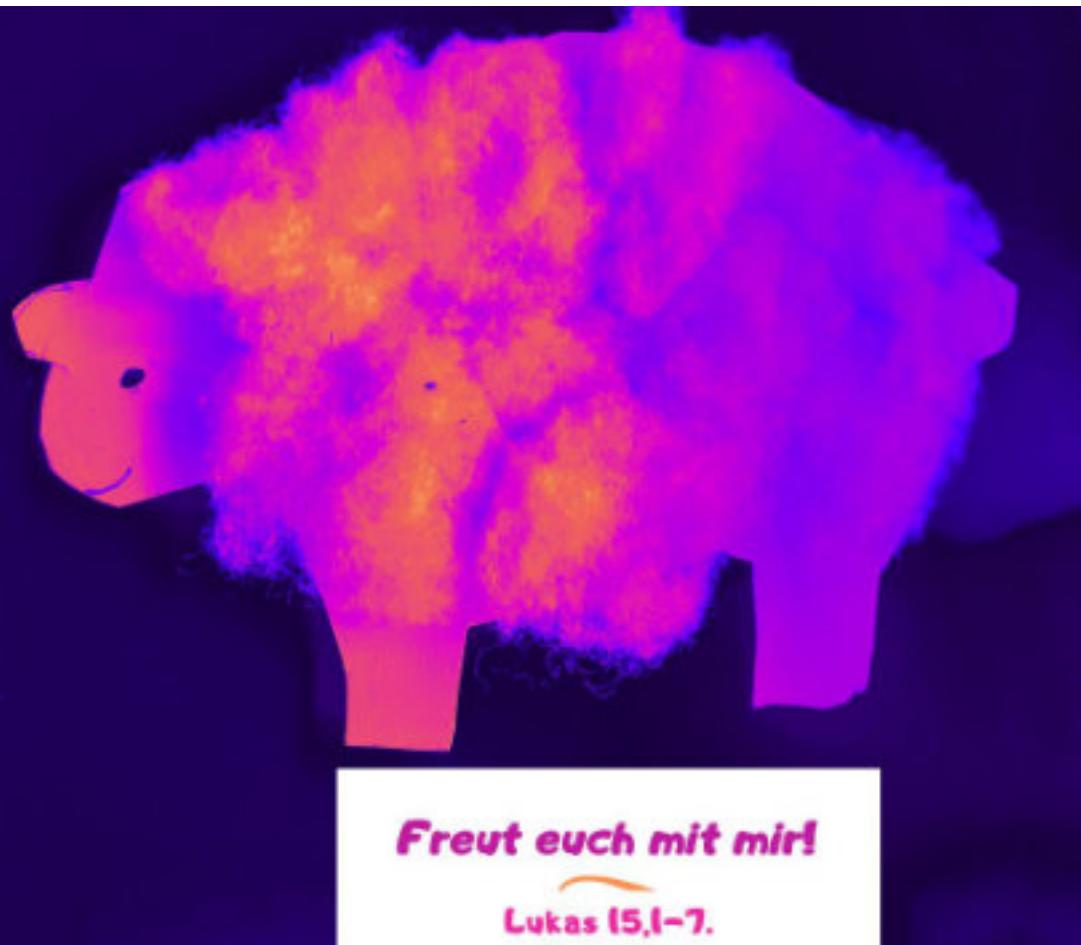
Ich bin vergnügt  
Erlöst  
Befreit  
Gott nahm in seine Hände  
Mein Zeit  
Mein Fühlen Denken  
Hören Sagen  
Mein Triumphieren  
Und Verzagen  
Das Elend  
Und die Zärtlichkeit

Was macht dass ich so fröhlich bin  
In meinem kleinem Reich  
Ich sing und tanze her und hin  
Vom Kindbett bis zur Leich

Was macht dass ich so furchtlos bin  
An vielen dunklen Tagen  
Es kommt ein Geist in meinen Sinn  
Will mich durchs Leben tragen

Was macht dass ich so unbeschwert  
Und mich kein Trübsinn hält  
Weil mich mein Gott das Lachen lehrt  
Wohl über alle Welt

*gefunden von Martin Anefeld*



## Tolle Wolle

---

In der 1. Klasse bastelte ich Schafe, um das Gleichnis vom verlorenen Schaf (Lukas 15) zu vertiefen. Die Kinder beklebten Pappe, die sie in Schafform ausschnitten, mit echter Schafwolle. Sie waren begeistert, weil diese so kuschelig war. Ich gab ihnen den Tipp, die Wolle etwas auseinander zu zupfen, damit es nicht zu dick wurde und besser kleben sollte. Ein Mädchen konnte trotz dieses Hinweises gar nicht genug bekommen. Es musste dann hinterher jedoch feststellen, dass es zu viel des Guten war. Sie sagte dann: Frau Kaulartz, ich glaube, mein Schaf ist etwas ÜBERFELLT.... Ja, ja, Kindermund ist manchmal belustigend und zu schön!

*Ursula Kaulartz*



## Überbietungswettbewerb

---

Bestimmt kennen Sie auch Menschen in Ihrem Umfeld die über volle Terminkalender ächzen. Ich kann das auch schon ganz gut. Manchmal scheint es mir zum guten Ton des Arbeitslebens zu gehören möglichst viel darüber zu sprechen, zu jammern wie viel man eigentlich zu tun hat. Oder mit anderen Worten: wie wichtig man selbst für das eigene Unternehmen, das eigene Umfeld usw. ist.

Hier an dieser Stelle möchte ich eine Lanze brechen für das Gegenteil. Ich freue mich darauf wieder sagen zu können: Ach gerade ist es entspannt. Und zwar mit reinem Gewissen. Ich glaube es tut uns gut, diese Zeiträume des Leerlaufes zu haben, zu nutzen zum entspannen, zur Erholung oder für Abenteuer:

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

Tom Sawyer und Huck Finn

*Thomas Himjak-Lang*



## Überraschungen

---

Letzte Woche saß ich abends mit Leggins und Wollsocken und einem Glas Wein auf der Couch und ließ den Tag ausklingen. Es war kurz nach 21.30 Uhr. Da klingelte es an der Tür. "Wer ist das jetzt um die Uhrzeit?", fragte ich mich. Draußen standen eine Mutter, die Konfirmandin vom Samstag und der kleine Bruder. Eine Tafel leckere Schokolade und ein paar Blümchen übergaben sie mir. Ich war sprachlos. Dass sie sich auf den weiten Weg zu mir (min 20 Minuten Autofahrt) gemacht haben, um mir danke zu sagen, das fand ich wunderbar. Es hat mich wirklich total gefreut. Es hat mir gezeigt, dass ein wertschaetzender Umgang gut tut und einem normalen Tag unerwartet Glanz verleiht.

*Annette Bernhard*



## Zwei

---

Zwei, die sich verstehen. Sie gehören einer Generation an. Sie leben in einer Welt. Sie blicken in die gleiche Richtung.

Zwei, die sich äußerlich und innerlich unterscheiden. Sie haben die je eigene Art, zu denken und zu handeln und zu hoffen. Sie müssen sich auch mal in Ruhe lassen.

Zwei, die gemeinsam stark sind. Sie ergänzen einander. Sie spielen und lernen miteinander. Sie brauchen Zeit für sich.

Zwei, die zum Wunschnbild werden für mein Verhältnis zu Gott.

„Fürchte dich nicht, ich bin mit dir; weiche nicht, denn ich bin dein Gott. Ich stärke dich, ich helfe dir auch, ich halte dich durch die rechte Hand meiner Gerechtigkeit“. (Jesaja 41,10)

*Lothar Schwarz*



## Mit dem richtigen Dreh ...

---

... dreht sich ein Kreisel hunderte Male um die eigene Achse. Doch während er sich dreht, bleibt er stehen: Solange er sich dreht, bleibt er auf seiner Spitze stehen, ohne umzufallen. Manche Kreisel tanzen oder machen Walzerbewegungen: vorwärts, Drehung, seitwärts, Drehung, rückwärts, Drehung... Je besser die Balance, desto schneller, desto ruhiger, desto länger dreht sich der Kreisel. Es gibt sogar Kreisel-Weltmeisterschaften!

Übrigens: der Kreisel ist eines der ältesten Spielzeuge der Welt! Menschen sind schon immer fasziniert davon. Vielleicht, weil er etwas über uns Menschen erzählt: Jeder Mensch hat eine Mitte, etwas worum sich sein Leben dreht. Manche tanzen in Walzerschritten durchs Leben. Manche lassen sich leicht aus dem Gleichgewicht bringen. Manche suchen noch den richtigen Dreh.

Einen besonderen Dreh gibt es in der Bibel: „Liebe Gott, liebe deinen Nächsten bzw. deine Nächste, und liebe dich selbst!“, sagt Jesus (zusammengefasst), als er gefragt wird, was das wichtigste Gebot ist. Darum dreht sich alles. Nehme ich etwas davon weg, bekommt der Kreisel eine Unwucht und fällt um. Wer aber den Dreh raushat, der lebt mit dem Drehmoment der Liebe. Und die hört niemals auf. Wetten?

*Stefan Mendling*



## Sommer 2021

Das ist doch nun wirklich überhaupt nix! Diese Temperaturen, dieser Regen! Das also ist der Sommer 2021. Das habe ich mir anders vorgestellt.

Obwohl - meinem Auge tut es gut, all das üppige Grün zu sehen. Meiner Lunge tut es gut, die kühle Luft tief einzuatmen. Meiner Nase tut es gut, den Geruch von feuchter Erde wahrzunehmen.

Natürlich kommt mancherorts zu viel Nass vom Himmel. Aber insgesamt hat die Natur den Regen doch so nötig. Die Wälder haben sich noch längst nicht vom Trocken- und Hitzestress der vergangenen Jahre erholt. Für sie ist der Blick auf die Wetterdaten wahrlich eine Gut-Tu-Nachricht.

„Du feuchtest die Berge von oben her, du machst das Land voll Früchte, die du schaffest.“ (Psalm 104,13)

Martin Anefeld

Anmerkung: Dieser Beitrag entstand vor den verheerenden Überschwemmungen im Ahrtal.

## Feuerwehr

---



Eigentlich ein ganz normaler Termin. Ähnliches hatte ich vor zwei Jahren auch, damals war es ein ganzes Gebäude, diese Woche dagegen waren es zwei Fahrzeuge. Für die Feuerwehr, gerade im Hinblick auf die letzten Tagen, ein besonderes Ereignis. Gute Ausrüstung ist wichtig.

Eigentlich ein normaler Termin und doch hat es sich seltsam angefühlt. Zum ersten Mal seit über einem Jahr wieder eine „größere“ Veranstaltung. Ein guter Anlass um zusammen zu kommen zu feiern, gemeinsam zu essen und zu trinken. Dennoch, irgendwie fühlte es sich noch ein bisschen seltsam an. Aber es gibt mir Hoffnung darauf, dass es weitergeht, dass wir gute Wege finden in dieser besonderen Zeit, in der wir leben.

Thomas Himjak-Lang



## Die Kunst, aufzuhören

---

Wir biegen auf die Zielgerade ein. 490 Gut-Tu-Nachrichten finden sich inzwischen auf unserer Homepage. Gestartet sind wir am 15. März 2020. Was für eine Spanne! Bald haben wir die 500 erreicht. Der Countdown läuft also. Noch 10 Stück.

Nun ist die Zahl 10 für uns Menschen schon allein deshalb bedeutsam, weil wir ja u. a. 10 Finger haben. Sie hat aber gerade auch in der Bibel eine Botschaft: Es gibt 10 Plagen, an denen Gott die Ägypter leiden lässt, und dadurch zugleich das Volk Israel aus der Sklaverei führt. Es gibt 10 Aussätzige, die von Jesus geheilt werden wollen. Es gibt 10 Frauen, die mit mehr bzw. weniger Erfolg um Mitternacht auf den Bräutigam warten. Es gibt die 10 Gebote, die Gott seinem Volk als Angebote zum Leben gibt. Es gibt die 10 Knechte und die 10 Talente sowie das Gebiet der 10 Städte und nicht zuletzt den Zehnten, der abzugeben ist. Mit der Zahl 10 schwingt also immer etwas ganz Bestimmtes mit: 10 meint etwas, das alles umfasst, das alles repräsentiert.

Am Ende werden es 50 mal 10 Gut-Tu-Nachrichten gewesen sein. Quer durch besondere Zeiten. Mit völlig verschiedenen Themen. Durchaus repräsentativ. Die „Stufen“ von Hermann Hesse kommen mir in den Sinn – oder anders: Ja, ich finde schon: Es ist schon auch eine Kunst, aufzuhören.

Eva Weißmann



## Mad world – verrückte Welt

Das haben wir noch nicht gesehen. Aber wir hätten es kommen sehen können, denn Experten haben es vorhergesagt.

Über hundert Tote aufgrund der Flutkatastrophe in Rheinland-Pfalz und NRW. Jetzt wissen wir, dass die Experten, die keiner hören wollte, Recht haben. Und jetzt dürfte auch der Letzte begriffen haben, dass wir so nicht weiter machen dürfen und unseren ökologischen Fußabdruck dringend minimieren müssen.

Zweifelsohne verlangt dies viel von uns ab, es wird schwer und auch teuer. Hoffen wir, dass es noch nicht zu spät ist und vertrauen wir auf Gott, dass er uns den Verstand, den Mut und die Kraft dazu gibt.

Gebet für die Opfer der Flutkatastrophe (Ev. Kirche der Pfalz)

Wasser ist Leben.

Aber Wasser kann auch Leben zerstören.

Bedrückende Bilder legen derzeit Zeugnis davon ab.

Menschen verlieren ihre Häuser.

Menschen verlieren den Boden unter den Füßen.

Menschen verlieren ihr Leben.

Wir fühlen mit den Menschen in den Hochwassergebieten.

Wir beten für alle, die Angst haben und nicht wissen, wie es weitergeht.

Wir trauern mit allen, die jemanden verloren haben, den sie lieben.

Gott stehe denen bei, denen das Wasser gerade bis zum Hals steht. Seine Kraft sei mit denen, die retten und helfen und begleiten. Sein Geist stiftet Gemeinschaft, die trägt und hält, wo alles zusammenbricht.

Die Not ist groß.

Lasst uns zusammenstehen und füreinander da sein.

So gut wir das vermögen. Amen.

Jürgen Leonhard

P.S.: Hören Sie die Klima-Version von Mad World, gesungen vom Virtuellen Chor der Stiftskirchenmusik Landau: <https://www.youtube.com/watch?v=zhqIXmonVuo>.

Den von Bendix Vogel umgedichteten Text finden Sie unter <https://triumum.de/dateien/Datei/p/9jdmpp91o/datei1.pdf>.



## Hand in Hand

---

Paare gehen Hand in Hand. Kinder brauchen eine Hand, wenn sie auf dem Holzstamm balancieren. Alte Menschen gehen an der Hand der Pflegerin über den Flur. Es ist zu spüren: Wir halten und unterstützen uns gegenseitig.

Es tut gut bei der Hand genommen zu werden. Auch im übertragenen Sinn. Wenn man eine neue Arbeitsstelle antritt, ist es gut, wenn es Kollegen gibt, die einen bei der Hand nehmen. Sie zeigen uns wie alles so läuft. So kommt man im unbekannten Terrain schneller zurecht.

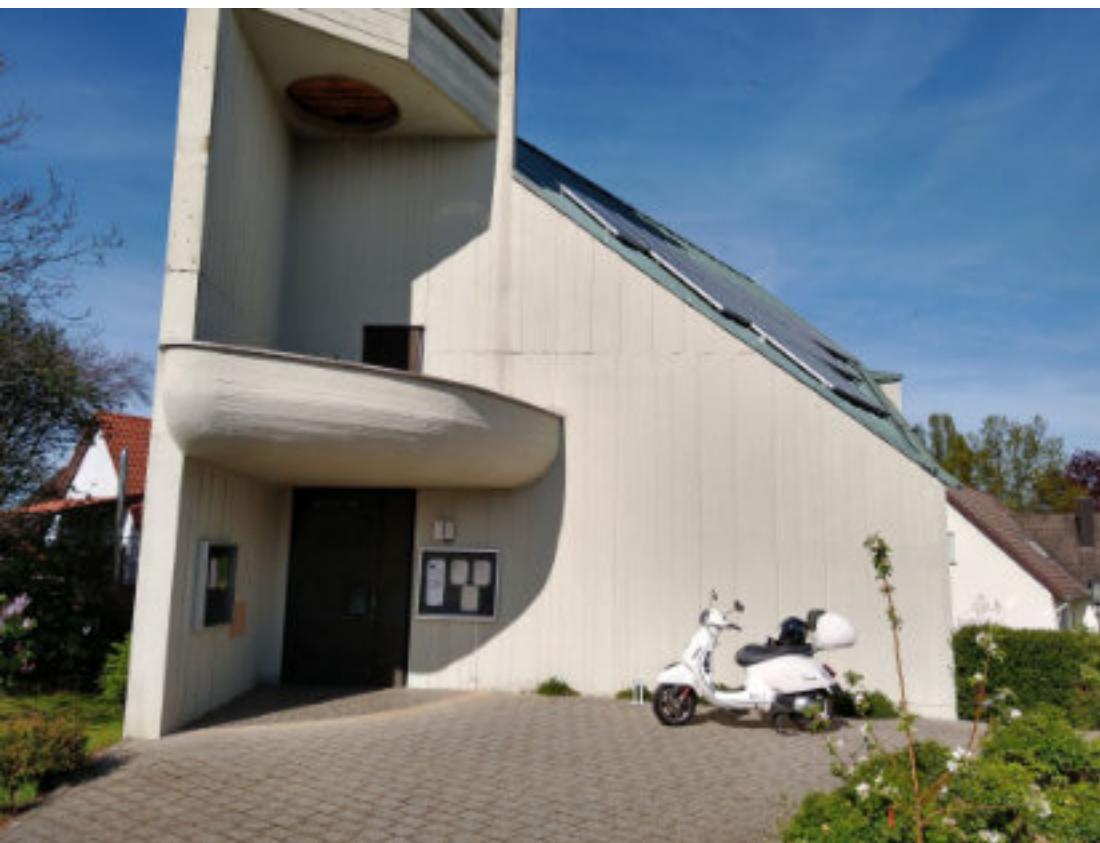
Wenn ich meinen Enkel an der Hand nehme, ist das nicht immer Idylle. Wenn wir eine stark befahrene Straße überqueren, dann packe ich die Hand fest und lasse sie auch dann nicht los, wenn er das gerne hätte. Jemand an der Hand nehmen sagt dem Gegenüber manchmal, wo es lang geht und wo nicht.

„Ich bin der Herr, dein Gott, der deine rechte Hand fasst und spricht: Fürchte dich nicht!“

Jesaja sagt das zu einem Volk, das vom Zweifel zerfressen war. Kommt, Leute, wir packen das, ich nehme euch bei der Hand, ihr braucht keine Angst vor der Zukunft haben.

Ich bin ja dabei. Worte, die auch uns gelten und uns Hoffnung machen.

Annette Bernhard



## Überraschend sinnvoll

---

Sie heißt Charlotte und es war Liebe auf den ersten Blick. Wir begegneten uns in Speyer. Sie stand im Laden und schien auf mich zu warten. Sie sah toll aus, fast na-gelneu, keine 500 km gefahren.

Meine Vespa war ein Spontankauf. Der Erwerb eines Lebensgefühls. Italienische Leichtigkeit, gepaart mit der für mich notwendigen Stabilität. Im Koffer findet alles Platz. Reisegepäck, Talar, Weinkarton, je nachdem, was benötigt wird. Auf dem Koffer hat schon mancher Espresso gestanden, in Thekenhöhe.

Ziemlich schnell habe ich gemerkt, dass mein Spontankauf aber auch sinnvoll und nützlich war. Für die Entfernung zwischen meinen Gemeinden ist die Vespa genau richtig. Ich bin genauso schnell wie mit dem Auto, brauche weniger Benzin und habe keine Parkplatzprobleme.

Und zwischen den Einsätzen umweht mich der Fahrtwind. Ich kann abschalten und mich wie im Urlaub fühlen. Zumindest für kurze Zeit. Da gibt es einen Korridor der Entspannung, da sorgt die Landschaft für Glücksmomente, da geht es mit Schwung voran.

Mitten im Alltag einige Minuten Auszeit. Mit Charlotte kann ich mir noch einige Jahre vorstellen.

*Lothar Schwarz*



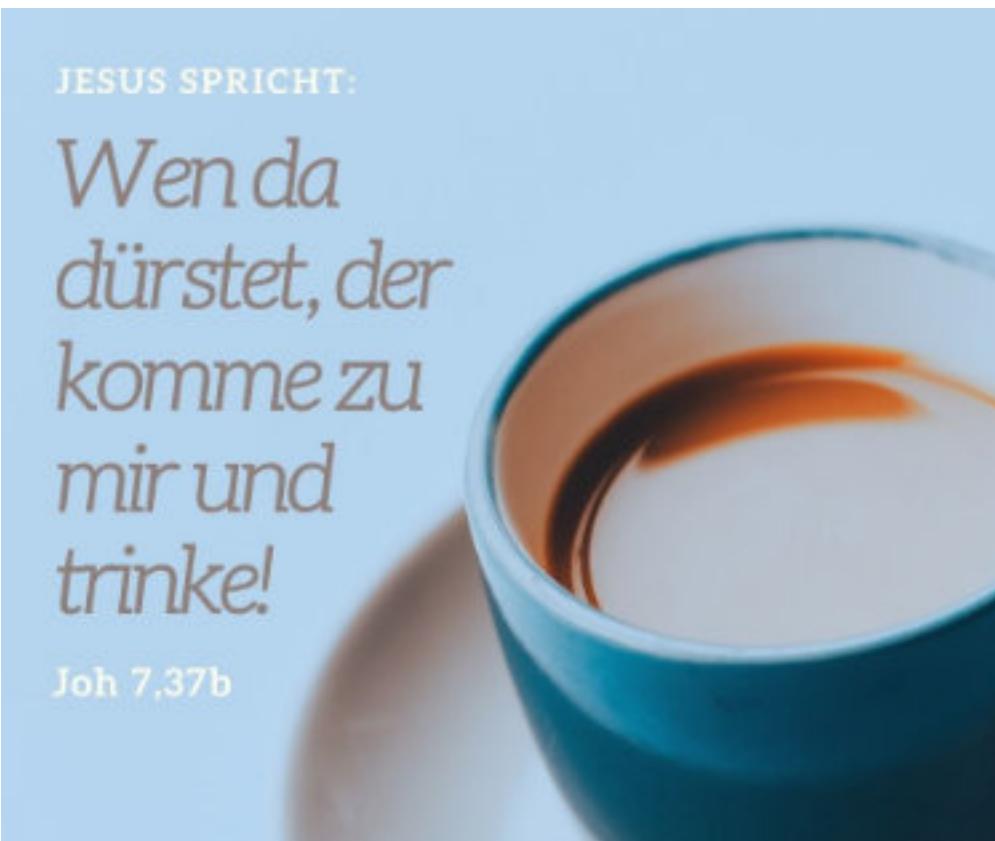
## Lieber den Spatz in der Hand ...

---

Manchmal kommt uns eine Spätzin besuchen. Sie hüpf't durch den Spalt in der Terrassentür, und steht dann bei uns im Wohnzimmer. Mit voller Absicht. Denn die Spätzin haben wir letztes Jahr gefunden und aufgepäppelt. Ihr „Nest“ hatte sie in meinem Arbeitszimmer. Die Kinder haben ihr das Fliegen beigebracht: mit Flugübungen von der Hand (mit hektischem Flattern) in ihren Lieblingsbaum, den kleinen Apfelbaum mitten in unserem Garten. Dort hat sie dann darauf gewartet, dass sie wieder auf unsere Hand hüpfen kann – für die nächste Runde. Meine Kinder haben sie „Ajona“ getauft. Es war Abschiedsschmerz und Freude zugleich, als sie eines Tages vom Apfelbäumchen einfach weiterflog – und sich den anderen Spatzen anschloss. Die Kinder waren zwar traurig, aber auch stolz auf ihre Ajona! Denn sie haben ihr ja das Fliegen beigebracht.

In ihrem Lieblingsbaum hängt seitdem ein Futterspender – täglich frühstückt hier unzählige Spatzen. Jetzt, ein Jahr später, fliegt manchmal eine Spätzin von diesem Baum herunter, setzt sich vor unsere Terrassentür – und, wenn die Terrassentür einen Spalt weit geöffnet ist, hüpf't sie zu uns hinein. Ajona sucht den Kontakt zu uns, wartet, bis wir sie bemerken, schaut uns an und hüpf't dann zufrieden wieder hinaus. Die Kinder sagen: Vielleicht will sie danke sagen. Vielleicht einfach auch nur: „Wollte mich mal wieder bei euch melden.“ Vielleicht will sie schauen, ob es uns gut geht. Ich weiß nicht, was in unserer Spätzin vorgeht. „Seht die Vögel unter dem Himmel“, sagt Jesus in seiner Bergpredigt. Ich dachte immer, er will sagen: Vögel sind frei – und machen sich keine Sorgen! Denn Gott versorgt sie mit allem, was sie zum Leben brauchen. Sehe ich mir unsere Spätzin an, dann weiß ich: Es steckt mehr dahinter! Vögel wissen offenbar, wer sie versorgt und wer es gut mit ihnen meint. Bringst du einem Spatzen das Fliegen bei, wird er dich nie vergessen! „Seht die Vögel unter dem Himmel“, heißt vielleicht auch: Willst du jemandem beibringen, zu lieben, bring ihm erst das Fliegen bei. Die Liebe kommt dann ganz von allein. Oder, was meint ihr?

Stefan Mendling



JESUS SPRICHT:

*Wen da  
dürstet, der  
komme zu  
mir und  
trinke!*

Joh 7,37b

## Startgetränk

Meine Kaffeemaschine erinnert mich jeden Morgen daran, dass ich den Wasserbehälter auffüllen muss, wenn ich einen frischen Kaffee haben möchte. Das tue ich dann gerne: Denn es fällt mir schwer, auf meine Tasse Kaffee beim Frühstück zu verzichten. Ganz nach dem Motto: Ein Kaffee am Morgen vertreibt Kummer und Sorgen.

Nun habe ich aber gelesen, dass die beste Zeit Kaffee zu trinken, um gut in den Tag zu starten, erst zwischen 9.30 und 11.30 Uhr sein soll. Kaffee so früh am Morgen zu trinken, würde unseren Körper eher stressen als stärken. Denn der Kaffeekonsum fördert die Produktion des Hormons Cortisol. Und unser Körper tut das sowieso am frühen Morgen, um uns wach zu kriegen. Zu viel Cortisol auf einmal würde uns eventuell ängstlicher machen, also noch mehr Kummer und Sorgen durch einen zu frühen Kaffee. Eine schlechte Nachricht für mein Morgenritual, dachte ich. Oder eine Einladung mein Morgenritual zu ergänzen...

Vor meinem Gang zur Kaffeemaschine nehme ich mir neuerdings erst mal die Zeit zum Innehalten – im Gebet oder Gespräch mit Gott. In der Bibel spricht Jesus: Wen da dürstet, der komme zu mir und trinke! (Joh 7,37)

Da bietet Jesus sich selber an. Nehmen wir also erst bei ihm das Startgetränk, bevor wir unseren Tag beginnen. Dass wir dadurch wacher werden, kann ich nicht garantieren. Ich habe bisher die Erfahrung gemacht, dass Kummer und Sorgen aber kleiner werden. Und dann steht dem Kaffeegenuss nichts mehr im Wege.

Almendra García de Reuter



## Hoffnungsmund

---

„Güldenmund“. So nannte die Alte Kirche einen ihrer größten Prediger, Johannes Chrysostomos, Erzbischof von Konstantinopel. Es war den Menschen, als ob Gold aus seinem Munde flösse.

Aus dieser etruskischen Tonplastik kommt kein Gold, da wächst Grün. Eine Laune der Natur, aber voller Symbolkraft. Grün wie die Hoffnung. Das brauchen die Menschen heute. Jemanden, aus dessen Mund Worte der Hoffnung fließen: in den Trümmern ihrer Häuser und ihrer Existzenzen, in den Irrungen und Verwirrungen von Inzidenzen und Corona-Kurven, in Ratlosigkeit und Resignation, in Zorn und Ängsten angesichts der Klimakatastrophe.

Hoffnungsworte kann man sich nicht selbst sagen. Man muss sie sich sagen lassen. Und jeder kann zum „Hoffnungsmund“ für andere werden.

Hoffnungsworte können Gebete sein oder Spenden oder tatkräftige Unterstützung.

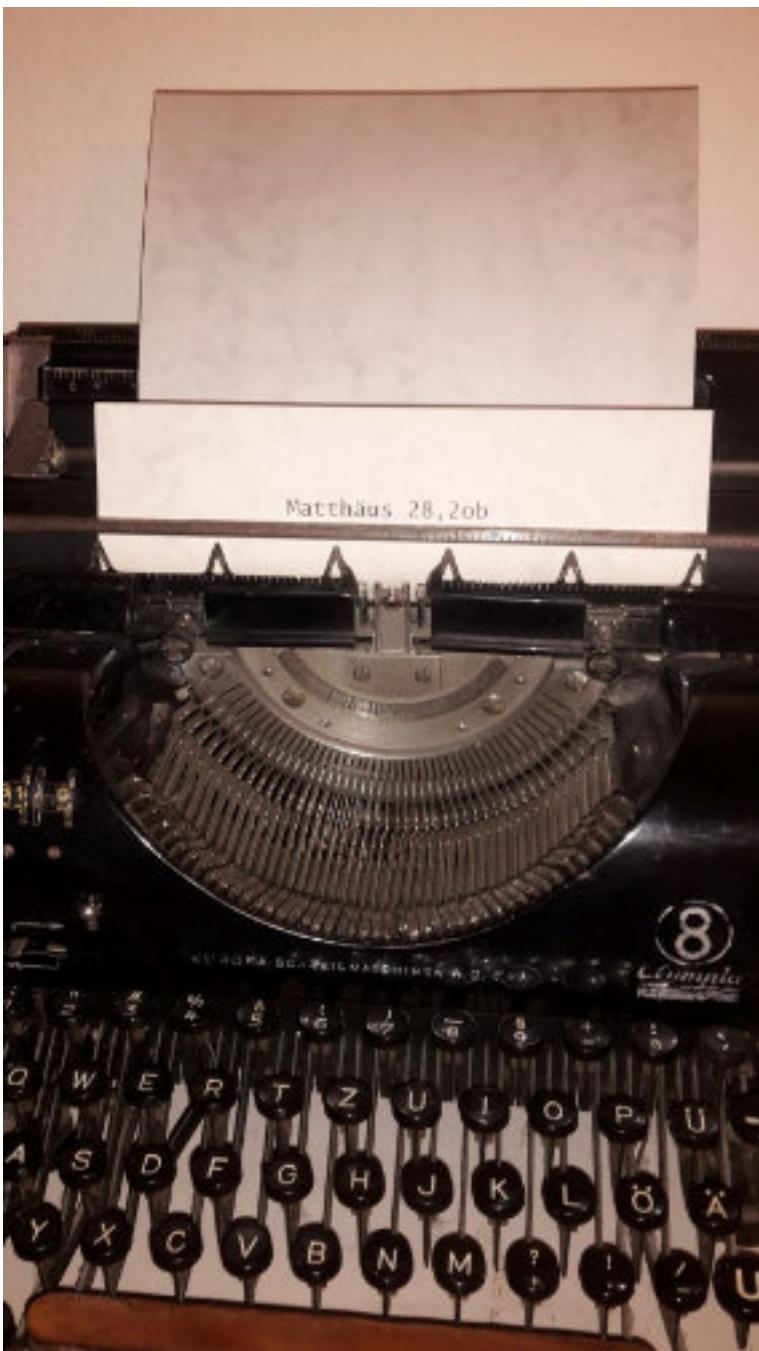
Hoffnungsworte können stumm sein im stillen Zuhören, im Wahrnehmen, im nur dabei Sein.

Hoffnungsworte können laut werden im Protest, im richtigen Kreuz auf dem Wahlzettel, im Aufstehen für die richtige Sache.

Ob die letzten 496 Gut-Tu-Nachrichten auch ein „Hoffnungsmund“ waren? Ich hoffe es. Am Ende jedoch halte ich mich fest an dem, was Gott selbst mir zuspricht:

„Ich weiß wohl, was ich für Gedanken über euch habe, spricht der HERR: Gedanken des Friedens und nicht des Leides, dass ich euch gebe Zukunft und Hoffnung.“

Martin Anefeld



## Matthäi am Letzten

Als Jugendliche hab' ich Sinsprüche gesammelt. Ein ganzes Sammelsurium ist da zusammengekommen. Das meiste davon wäre sicher schon in Vergessenheit geraten, wenn ich es nicht seitenweise in einem kleinen Büchlein verewigt hätte. Neulich, beim Schmöckern, hab' ich darin Folgendes entdeckt: „Man weiß, dass es ein gutes Buch war, wenn einem beim Umblättern der letzten Seite so zu Mute ist, als hätte man einen guten Freund verloren.“

500 Gut-Tu-Nachrichten neigen sich dem Ende. 500 Mal waren sie für viele fester Bestandteil am Morgen und Begleitung durch den Tag. Bald blättern wir die letzte Seite um. Was passt zum Schluss: Rückblick? Ausblick? Ich stöbere in der Bibel. Spannend, wie die einzelnen Bücher im Alten und Neuen Testament enden. Ein Buchschluss ist sogar sprichwörtlich geworden: Matthäi am Letzten. Wie war das: Kommt nicht oft das Wichtigste zum Schluss? Jesus sagt diesen letzten Satz im Matthäusevangelium und macht an dieser Stelle letztlich beides: Zurück und nach vorne schauen: „Siehe, ich bin bei euch alle Tage bis an der Welt Ende.“ So soll es sein.

PS: Praktisch an einem Buch wie an unseren Gut-Tu-Nachrichten: Man kann immer wieder darin blättern. Bei Tag 132 kommen Sie beispielsweise zum 24. Juli 2020 – und weiter geht's!

Eva Weißmann



## Guter Trunk

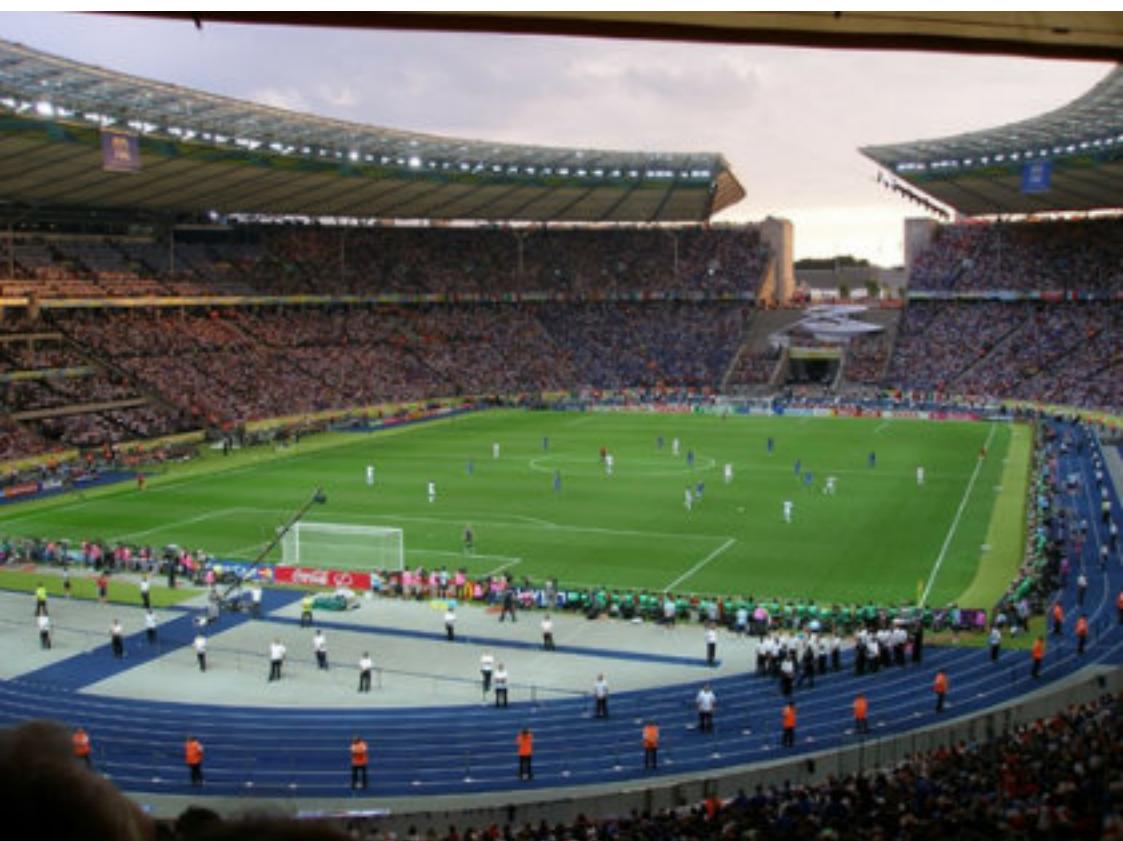
---

Vor etwa über einem Jahr habe ich zu obigem Bild eine meiner ersten Gut-Tu-Nachrichten geschrieben: voller Vorfreude und Hoffnung auf ein Wiedersehen. Seit einiger Zeit kommen wir im Freundeskreis auch wieder zusammen. Neu dabei ist die Frage: „Darf ich dich drücken?“, doch im Großen und Ganzen fühlt es sich fast wieder an wie früher.

Den guten Trunk genießen geht in Gesellschaft einfach besser. Gemeinsam schmeckt es auch besser. Nur an einer Sache muss ich noch arbeiten: die Vorbereitungszeit. Bestimmt machen Sie das schon besser, nur schaffe ich es noch nicht. Oft verbringe ich mehr Zeit in der Küche, als dann später beim gemeinsamen Beisammensitzen. Die Balance habe ich da noch nicht gefunden. Aber ich habe ja noch ein bisschen Zeit zum Üben.

Bald haben wir bei unseren Gut-Tu-Nachrichten die 500 erreichen und wir machen dann erstmal Pause. Vielen Dank an Sie für Ihre Unterstützung und Rückmeldung.

Thomas Himjak-Lang



## Halbfinale.

---

Die vorerst vorletzte Gut-Tu-Nachricht. Am Anfang war ich auch nur fleißiger Leser. Wer hätte gedacht, dass dieses Projekt 500 Tage dauert und ich auch mal noch mitmachen darf?

Erinnern Sie sich noch an die erste Nachricht? Da ging es um Lebensregeln von Papst Johannes XIII. Im Laufe dieser fast 2 Jahre waren ein bunter Strauß an Guten Nachrichten dabei. Denken sie doch mal zurück an die letzten 498 Nachrichten. Was war ihr Höhepunkt? Was haben Sie noch im Kopf?

Als wir damals begonnen haben wäre so ein Bild wie oben gar nicht denkbar gewesen. Inzwischen gibt es sie wieder, wenn auch unter neuen Bedingungen, die Großveranstaltungen. Ein Stück weit haben wir hineingefunden, in den neuen Alltag mit Corona. Für uns ein Grund Ihnen morgen Auf Wiedersehen zu sagen. Die Gute Nachricht heute: Heute ist nicht aller Tage, wir kommen wieder keine Frage. Zwar wird dieses Format morgen sein Finale finden, aber wir sind nicht aus der Welt. Wir sind bei ihnen vor Ort in den Gemeinden. In den Gottesdiensten. Im Gebet. Im Gespräch. Wir sind für Sie da. Für die kleine Gute Nachricht im Alltag, kommen Sie doch mal bei uns vorbei. Und wer weiß, vielleicht lebt ja auch dieses Format noch mal auf. Bis dahin wünsche ich Ihnen Gottes Segen und ganz viel Vorfreude auf die Finale Gut-Tu-Nachricht morgen.

Patrick Keipert



## Adieu !

---

Meine ehrenvolle Aufgabe ist es den Sack zuzubinden. Denn mit der heutigen "Gut - Tu -Nachricht" Nummer 500 enden die täglichen Gedanken. Sie werden mir fehlen, denn sie gehörten in den letzten fast 1,5 Jahren zu meinem Morgen dazu. Aufstehen, Kaffeemaschine an, duschen, Zeitung reinholen, GTN lesen, Zeitung lesen,...

Es hat mir gefallen, jeden Tag einen Impuls zu bekommen, es hat mich verbunden mit den anderen Autoren und mit den vielen Lesern. "Ach, die Bettina und die Jasmin lesen das heute auch."

Nun ist Schluss. Ich werde mir einen Ersatz suchen. Was genau weiß ich noch nicht . Wenn etwas zu Ende geht, ist es gut, wenn man Rituale hat, die helfen, die Schwelle mutig zu überschreiten. Und eines davon ist, sich den Segen zusprechen. Ich mache das nun mit meinem aktuellen Lieblingslied:

Gottes Segen behüte dich nun.  
Gottes Friede in all deinem Tun.  
Geh gesegnet, getröstet, gestärkt und geliebt,  
in der Liebe, die Gott dir heut gibt!

(Neue Lieder plus 146)

Annette Bernhard