

# — HEILSAM —

## GESUNDHEIT FÖRDERN IN KIRCHENGEMEINDEN



## BEGLEITEN, BESUCHEN, STÄRKEN

LIEBER LESER, LIEBE LESERIN,

könnte es sein, dass Sie als engagiertes Mitglied einer christlichen Gemeinde Gesundheit fördern? Nicht, weil Sie eine Pflege- oder Therapieausbildung gemacht haben oder Medizin studiert hätten, sondern weil Sie Menschen in Ihrer Gemeinde und im Umfeld Ihrer Gemeinde begleiten, besuchen, stärken. Dies geschieht in unseren Kirchengemeinden in so vielfältiger und oft wunderbarer Weise! Und genau dies möchten wir mit den Impulsen von „Heilsam – Gesundheit fördern in Kirchengemeinden: begleiten, besuchen, stärken“ unterstützen.

Ob Sie sich in einem Besuchsdienst engagieren oder im Kirchenchor, ob in einem Hauskreis oder in seelsorgerlicher Zuwendung zu anderen, ob in Kinder- und Jugendarbeit oder bei Seniorenentretten, in Gestaltung des wöchentlichen Gemeindelebens oder besonderen Gemeindeprojekten... Die Vielfalt in unseren Gemeinden hilft ungezählten Menschen, einander im Blick zu haben und im Geist Jesu Christi zu begleiten und zu unterstützen. Angesichts von Vereinsamung vieler Menschen und verbreitetem Sinnverlust wird das heilsame Potential unserer Gemeinden und christlichen Gemeinschaften gebraucht. Denn Fürsorge-Gemeinschaft (Caring Community) und stützende Spiritualität (Spiritual Care) sind auch aus Sicht vieler Gesundheitsfachleute eine notwendige Ergänzung zu den oftmals hochspezialisierten Behandlungen im Gesundheitswesen.

An Pfingsten hat der Heilige Geist die junge Kirche vor rund 2000 Jahren mit besonderer Gottesgegenwart beschenkt. Er wird auch Tröster genannt, Beistand, Helfer in der Not. Wie inspiriert dieser Geist Jesu Christi heute Kirchengemeinden und christliche Gemeinschaften Gesundheit zu fördern, einander zu begleiten, zu besuchen und zu stärken? Dazu wollen wir Impulse weitergeben, Praxiserfahrungen und Ideen. Und wir nehmen gern auch Ihre Erfahrungen auf!

Sie werden diese Handreichung zukünftig innerhalb von „ChrisCare“ finden. Sie können diese kopieren und in Ihrer Gemeinde weitergeben. Anhand des QR-Codes lässt sich auch ein digitaler Ausdruck dieser vier Seiten erstellen und weiterleiten.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Mitmenschen in Gemeinde und kirchlichem Umfeld manche interessante Anregungen für Ihren Einsatz im Begleiten, Besuchen und Stärken! ■

*Dr. med. Georg Schiffner*  
Projektleitung Fachstelle für Gesundheits-  
fragen in Kirchengemeinden





# SCHWARZ- & WEIßKITTEL



Wer die Friedenskirche im Braunschweig besucht, der findet nicht nur mehrere Gottesdienste mit unterschiedlicher Musik und eine lebensnahe Predigt. Er kann am Mittagessen teilnehmen und in einem besonderen Raum für sich beten lassen. Mehr als 1000 Personen nutzen jede Woche die unterschiedlichen Angebote in der Kirche und dem dazugehörigen Sozialwerk Netzwerk Nächstenliebe. Die Gemeinde hat den ganzen Menschen im Blick, besonders wenn er in schwierigen Lagen ist, wie sie zum Beispiel eine Krankheit darstellt. ChrisCare traf einen der Pastoren der Gemeinde, Dr. Michael Bendorf, zum Gespräch.

Der Theologe, der mit einer Ärztin verheiratet ist, ist begeistert von seiner Gemeinde. „Es hat mich von Anfang an berührt, wie die Gemeinde dazu beitragen will, dass Menschen ganzheitlich heil werden und zur Nachfolge Jesu ermutigt werden.“ Dazu tragen unterschiedliche Angebote bei, wie das „Heilende Gebet“. „Das bieten wir wöchentlich an, nach Terminvergabe. Wer also ein Gebetsanliegen hat, körperliche oder seelische Heilung benötigt, der kann bei uns einen Termin verabreden und dann werden da zwei oder drei Beter da sein, die für ihn beten.“

Neben diesem individuellen Angebot gibt es vier mal im Jahr spezielle Heilungsgottesdienste, wir bieten das klassische Ältestengebet an, bei dem wir uns am Vorbild des Jakobusbriefes der Bibel orientieren. Schließlich gibt es ein umfassendes Seelsorgeangebot, an dem 20 bis 30 Frauen und Männer, gut geschult, Menschen in Seelsorgefragen begleiten.

Um der Einsamkeit von Menschen zu begegnen, hat die Gemeinde das Angebot der Besucher-Freunde entwickelt. „Sie sind da, um sehr niedrigschwellig Menschen einfach regelmäßig zu besuchen. Sie besuchen sie in ihrem Einsamsein und in Krankheiten unterschiedlichster Art. Dass sie diesen guten Sozialkontakt haben, ist uns im Hinblick auf soziale Heilung sehr wichtig.“

In der Friedenskirche wird von einem Dreiklang von Begleiten, Trösten und Heilen gesprochen. Während Begleiten und Trösten klassischerweise von einer Kirchengemeinde erwartet werden, scheint heilendes Handeln ja eigentlich eher Ärzten vorbehalten zu sein. Der Pastor meint dazu: „Heilen ist einerseits ein ärztliches Angebot – ganz klar – ich sage das aus Überzeugung, weil meine Frau Allgemeinmedizinerin ist,“ aber gleichzeitig, so betont Michael Bendorf, sei es auch Auftrag der Kirche um Heilung zu beten. „Menschen können so innerlich gesunden, können gestärkt werden.“

Wichtig sei auch, dass es neben der körperlichen und seelischen Heilung auch eine spirituelle Heilung und die soziale Heilung gibt: „Spirituelle Heilung gehört zur Kernkompetenz von Kirche schlechthin, dass Menschen in einer heilvollen und heilsamen Beziehung zu Jesus, zu Gott selbst kommen.“ Und der Pastor ist überzeugt: „Weißkittel und Schwarzkittel können sich wunderbar ergänzen.“

Wenn vom Heilungsdienst die Rede ist, dann darf – so Michael Bendorf – die prozesshafte Heilung nicht gegen eine Spontanheilung ausgespielt werden. Spontane Heilung wird oft mit der Erfahrung von Übernatürlichem verbunden, obwohl Gott auf viele Weisen heilt.

Mitarbeitende in den verschiedenen Bereichen werden auch spezifisch geschult. Wer in der Seelsorge engagiert ist, durchläuft ein umfangreiches Schulungsprogramm, wer als Besucher-Freund unterwegs ist, hat als einzige Voraussetzung, dass er einfach Liebe für Menschen hat. „Und wir gucken natürlich auch darauf, dass die persönlichen charakterlichen Fähigkeiten vorhanden sind und die Menschen eine ausreichende soziale Kompetenz mitbringen.“

„Wir wollen eine Gemeinde sein, in der Menschen, wenn sie schon das Gemeindezentrum betreten, etwas heilsames erleben, eine Atmosphäre des Willkommenseins, und dass sie die unbedingte Erfahrung machen, wenn sie die Friedenskirche verlassen, zu merken: Das hat mir heute gut getan.“ ■

**Das Interview führte Frank Fornaçon**

Der Wortlaut des vollständigen Interviews kann hier nachgehört werden:



# PRAXISTIPPS

## 1. Besuchen

### DER SEGEN DES „IHR HABT MICH BESUCHT“

Für umfassende Gesundheit sind nach wissenschaftlichen Erkenntnissen körperliches, psychisches, soziales und spirituelles Wohlbefinden bedeutsam (WHO Executive Board 1997). Demnach ist es gesundheitsfördernd, wenn wir in Gottesdienst und Gemeindeleben darauf achten, wie die besonderen Stärken christlicher Gemeinschaft im Bereich von sozialem und spirituellem Wohlbefinden erfahrbar werden. Und wie dies auch alte und kranke Menschen erleben können.

Wir können Mitarbeitende in Besuchsdiensten ermutigen und uns bei ihnen bedanken. Wir können auch selber einen alten oder erkrankten Menschen besuchen und ermutigen. Wie wäre es, wenn ich dies konkret plane für die nächsten vier Wochen? Es wird sicherlich auch für mich eine Segenserfahrung! Jesus hat dies ausdrücklich benannt: „Ich bin krank gewesen und ihr habt mich besucht“ (Mt. 25, 36) und mit der Zusage verbunden: „Ihr Gesegneten meines Vaters“ (Mt. 25,34).

Und wenn die Gemeindemitglieder bereits stärkere körperliche oder mentale Einschränkungen haben, wie z.B. bei einer fortgeschrittenen Demenz? Aus altersmedizinischer Erfahrung wissen wir, dass eine emotionale Sensibilität und eine Spiritualität der Dankbarkeit oft außerordentlich lange präsent sind. Auch hier sind erfüllende Begegnungen möglich. Wichtig ist, dass wir selber auf unsere Kräfte achten und weise die Zeitdauer unserer Besuche einteilen. Meistens gilt: lieber kürzer, dafür häufiger und zuverlässig. Im Umfeld vieler kirchlicher Gemeinden gibt es spezifische Angebote und Beratung für Menschen, die an Demenz Erkrankte begleiten. Fragen Sie einmal nach!

**Dr. med. Georg Schiffner**, Facharzt für Innere Medizin, Naturheilverfahren, Geriatrie und Palliativmedizin, Aumühle

## 2. Stärken

### GESUNDHEITSFÖRDERUNG – EVANGELIUM UND WALDBADEN KREATIV ZUSAMMENGEFÜHRT

In Aumühle ist der Sachsenwald vor der Tür. Nach einem gesundheitlichen Schlag hat mir der Wald geholfen, wieder in meine Kraft zu kommen. Wobei, sicher nicht nur der Wald. Ich begegne Gott auch im Wald. Das ist wohl das Wichtigste für diesen Praxistipp: Du brauchst einen eigenen Bezug. Und dann lass dich einfach ein, auf den Wald und das, was er dir sagen will: Dass die Bäume vor dir waren. Dass du dich hier zurückverwurzeln kannst. Dass du dich selbst neu als Teil der Schöpfung entdeckst. Dass du hier gesund werden kannst.

So ist aus meinem persönlichen Bezug der „Spirituelle Waldspaziergang“ erwachsen. Gemeinsam mit einer Wald-versierten Physiotherapeutin biete ich ihn nun an. Mit Informationen, z.B. über die Bedeutung des Waldes, in Religionen und in der Bibel. Mit praktischen Übungen, wie z.B. bewusstem Atmen, Schmecken (je nach Jahreszeit), Fühlen uvm. Zum Schluss gibt es Wald-Tee mit Honig. Und einen Segenskreis.

Ich setze jedes Mal einen neuen Akzent. „Zurück“, das war das erste Thema. Biblisch gesehen ist es die Buße, wörtlich „Sinnesänderung“, aktuell „Achtsamkeit“. Mit dem Waldfriedhof vor der Tür, lag es nahe, auch das Thema von „Sein, Werden und Vergehen“ anzusprechen.

Schau selbst, was du machen willst, wie du es machst, was zu dir passt. Welchen Namen du dem Ganzen gibst. Und dann fang einfach an.

**Pastor Christoffer Sach**,  
Evangelisch-lutherische Kirche, Aumühle



Zugang zur Heilsam - PDF-Datei  
zum Ausdrucken oder weitergeben:

## 3. Begleiten

### VERTRAULICHKEIT

Vertraulichkeit ist für Mitarbeitende im Besuchsdienst ein hohes Gut. Nur wer Vertrauliches auch für sich behalten kann, gewinnt und behält das Vertrauen des Besuchten. Das gilt insbesondere für Diagnosen, Therapien, weitere Lebensplanung, wie sie in Folge von Krankheit notwendig werden kann. Wird das Vertrauen missbraucht, dann schadet der Kontakt dem Patienten. Ein Dilemma entsteht, wenn es sinnvoll sein könnte, andere zu informieren, um zum Beispiel ein Helfernetzwerk zu aktivieren. In freikirchlichen Gemeinden ist es oft üblich, von Kranken zu grüßen und über ihre Befindlichkeit öffentlich im Gottesdienst zu berichten. Die Gemeinde kann dann in der gottesdienstlichen und persönlichen Fürbitte an die Kranken denken. Voraussetzung ist aber das Einverständnis des Besuchten. So gehört die Frage immer zum Besuch dazu: „Mit wem darf ich darüber sprechen?“ oder „Soll ich das in der Gemeinde weitergeben?“ – und wenn Ja: „Soll ich es öffentlich sagen oder nur der Pastorin?“ Entscheidend ist der Wunsch des Kranken, der ein Recht darauf hat, sein Befinden für sich zu behalten. Die Gemeinde als Gemeinschaft der Christinnen und Christen, die füreinander da sind und füreinander beten, braucht keine Detailkenntnis. Gott weiß, wie es einem Menschen geht und die Neugierde der anderen hat in der Kirche kein Recht.

*Frank Fornaçon,  
Pastor i.R., Ahnatal*

Die Fachstelle ermutigt zu Themenabenden „Heilsames Potential in Kirchengemeinden“ zum Beispiel zu folgenden Themen:

- **Wie würde ich das heilsame Potential meiner Gemeinde beschreiben? Was gehört alles dazu? Und was würde es brauchen, damit dieses sich weiter entfalten kann?**
- **Wie erkennen wir als Gemeinde gesundheitliche Notlagen bei Gemeindemitgliedern? Wie reagieren wir darauf?**
- **Gibt es Ansprechpartner bei Gesundheitsfragen in unserer Gemeinde – informell oder formell? Wie werden sie einbezogen?**
- **Wie sieht die Vernetzung mit Gesundheits- und Sozialstrukturen im Umfeld aus?**
- **Menschen mit Krankheiten in der Gemeinde – wie erfahren sie Segnung und Segen? Welchen Raum haben sie, für andere ein Segen zu sein, wie erhalten sie hierfür Ermutigung?**

Das Erstaunen ist oft groß, wieviel heilsames Potential in der eigenen Gemeinde lebt und wie dieses mit einfachen Schritten gefördert werden kann. Bei Interesse nehmen Sie gern Kontakt auf unter: [g-schiffner@cig-online.de](mailto:g-schiffner@cig-online.de).

Eine Handreichung für die Gestaltung eines Themenabends kann als PDF heruntergeladen werden unter <https://cig-online.de/arbeitszweige> oder [cig-online.de/projekte](https://cig-online.de/projekte). Die Fachstelle ist auf Ihre Spenden angewiesen. ■

## Die Fachstelle FÜR SIE:

Die Fachstelle für Gesundheitsfragen in Kirchengemeinden (FaGeK) befindet sich seit 2023 im Aufbau in Kooperation mit dem ökumenischen Netzwerk Christen im Gesundheitswesen e.V. (CiG). Sie wird ehrenamtlich gestaltet von Gesundheitsfachleuten und Theologen aus verschiedenen Kirchen und Gemeindeformen. Die Projektleitung liegt bei Dr. med. Georg Schiffner, Aumühle.

### IMPRESSUM:

*Heilsam ist eine Beilage zu ChrisCare. Sie erscheint im Verlag Frank Fornaçon und wird inhaltlich verantwortet von der Fachstelle für Gesundheitsfragen in Kirchengemeinden (FaGeK). Redaktion Dr. Georg Schiffner und Frank Fornaçon (ViSdP). Copyright: Christen im Gesundheitswesen e.V., Reinbek, Gestaltung: Hallo!Rot, Singen, Druck: Druck- und Verlagshaus Thiele & Schwarz Kassel, Redaktion: Verlag FF, Am Gewende 11, 34292 Ahnatal, Spenden: Spendenkonto Christen im Gesundheitswesen, Evangelische Bank, IBAN DE64 5206 0410 0006 4161 79, Stichwort FaGeK.*