

ChrisCare

MAGAZIN FÜR SPIRITUALITÄT UND GESUNDHEIT

3/2024



Rituale HELFEN HELFEN

KOMPETENT

*Ein Ritual sagt
mehr als 1000 Worte*
S. 28

INSPIRIEREND

*Sinnzeichen nicht
nur in Krisen*
S. 8

PRAXISNAH

*Ich bin nicht
der Berufsheilige*
S. 24

INHALT

 – Diese markierten Beiträge können Sie auch hören.

EINLEITUNG

3 Editorial & Gedanken zum Titelbild

ERFAHRUNG

4 Bei mir ist es so

In der Stille liegt die Kraft. Die Ärztin Bettina Gundlach nutzt den Weg zur Arbeit für eine spirituelle Besinnung

5 Mit persönlichem Stress umgehen.

Für Maren von Castell ist manchmal eine bewusste Stille im Gespräch eine Hilfe

5 Glaube und Gewohnheiten helfen.

Wer studiert muss besonders darauf achten eine gute Struktur zu pflegen. Dazu der Theologiestudent Michael Schiffner.

6 Abschied vorbereiten.

Im Hospiz gestaltet Stephanie Murzin den Abschied für die Angehörigen.

 **24 Ich bin nicht der Berufsheilige:** Im Interview berichtet der leitende Notfallseelsorger André Carouge über die Bedeutung von Ritualen

TITELTHEMA

7 Spürbare Hoffnungszeichen

In der Bibel begegnen wir Ritualen, die Hoffnung schenken. Frank Fornaçon trägt einige Beobachtungen zusammen.

 **8 Rituale – Sinnzeichen nicht nur in Krisen**

Der Caritaswissenschaftler Bruno Schrage entwickelt neue Formen für den Umgang miteinander. Ein Beitrag zum reflektierten Umgang mit Ritualen.

12 Geborgenheit finden. Rituale feiern

Anselm Grün ermutigt dazu, mit Ritualen neue Freiräume zu entdecken.

14 Therapeuten im Gespräch

In einem Online-Treffen haben Therapeuten eigene Erfahrungen mit Ritualen zusammengetragen.

28 Ein Ritual zeigt mehr als 1000 Worte

Die Militärdekanin und Professorin für praktische Theologie, Kerstin Lammer, hat wichtige Erfahrungen als Klinikseelsorgerin gemacht.

TITELTHEMA



33 Trost und Trust: Wie wird das Trösten zur Herzensangelegenheit? Hans-Arved Willberg zeigt Wege, wie Care tröstlich werden kann.

REPORTAGE

16 Ziel erreicht: Wenn ein Hilfswerk überflüssig wird.

Der Vorstandsvorsitzende Peter Braun berichtet vom Ende eines Weges. Georg Schiffner kommentiert die mutige Entscheidung.

HEILSAM – GESUNDHEIT FÖRDERN IN KIRCHENGEMEINDEN

18 Editorial: Georg Schiffner sieht ein großes Potential in Kirchengemeinden Fürsorge-Gemeinschaften aufzubauen

19 Katholische Kirchengemeinde wird aktiv:

Der Hausarzt Johannes Imdahl trägt dazu bei, dass seine Gemeinde für ältere Menschen nach der Krankenhausentlassung da ist.

20 Gemeindemitglieder mit psychischen Erkrankungen begleiten. Wie das gelingen kann, schildert die Ärztin Eva Sperber.

21 Seelisch Gesundende und Gemeinde

Heinz-Günther Kaye berichtet über eine Selbsthilfegemeinschaft in seiner Gemeinde.

22 Gemeinde als heilender Raum: Wenn zum Hauskreis Personen mit Krankheitsbildern aus dem Bereich der Psychiatrie gehören, ist besondere Sensibilität gefragt. Dazu nimmt der Physiotherapeut und Hauskreisleiter Bengt Grünhagen Stellung.

23 Krankensalbung: Eine praktische Anleitung, die von Volker Brandes und Reinhard Steffen entwickelt wurde.

FÜR SIE GELESEN

35 Ethik der Verletzlichkeit. Das neue Buch des bekannten Medizinhistorikers Giovanni Maio hat Hans-Arved Willberg beeindruckt, weil es als Sachbuch „das Herz bewegt“.

36 Ein Lied für Nagasaki. Die Ärztin Eva Sperber hat sich auf die Spur des japanischen Arztes Paul Takashi Nagai gemacht, der den Atombombenabwurf über Nagasaki überlebt hat.

36 Authentisch und erfrischend findet Vera Peiß das Buch von Steve Henkel, das die Rezensentin besonders durch die Gebete ermutigt hat.

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

wenn wir nach Lesern suchen, die aus ihrem eigenen Erleben berichten (Rubrik: „Bei mir ist es so“), dann müssen wir oft mehrere Personen fragen, weil nicht jeder meint, etwas zu sagen zu haben. Bei dem Thema Rituale in dieser Ausgabe war das ganz anders. Alle sagten zu, weil sie selbst Erfahrungen mit Ritualen machen und das auch gerne mit Ihnen, unseren Lesern, teilen wollen.

Rituale helfen uns, unseren Alltag zu strukturieren. Sie stärken unsere innere Kraft und helfen, uns nicht zu überfordern. Folgen wir einem bestimmten Ritual, erinnern wir uns an wohlthuende Erfahrungen ohne große Worte und langes Überlegen. Auch im beruflichen Bereich helfen Rituale in der Beziehung zwischen Helfern und Patienten oder Patientinnen. Sie schaffen Rollensicherheit. Es hilft, bewusst Rituale einzusetzen, um Ängste zu reduzieren oder Zuversicht zu wecken.

Rituale haben nicht nur im medizinisch/therapeutischen und pflegerischen Kontext Bedeutung, sondern auch im religiösen. Das Handeln der Priester im Alten Testament war durch festgelegte Riten geprägt. Das ist bis heute besonders im römisch-katholischen oder orthodoxen Gottesdienst zu spüren.

Im Segen, im Kreuzzeichen, in der Feier des Abendmahls haben auch unter evangelischen Christen spirituelle Rituale ihren Platz. Bei ihnen spielt oft auch – vor allem zu Beginn von Sitzungen – die Losung der Herrnhuter Brüdergemeine eine besondere Rolle. Zwei ausgeloste Bibelworte, die in einem kleinen Heft zusammengefasst, von Millionen Christen in aller Welt gelesen werden.

Mit dieser Ausgabe von ChrisCare laden wir Sie ein, über eigene Rituale oder die Rituale Ihres beruflichen oder kirchlichen Umfelds neu nachzudenken, ihre Kraft zu entdecken und sie (neu) wert zu schätzen. Schreiben Sie uns gerne, was Ihnen in diesem Zusammenhang wichtig ist. Wir freuen uns über Ihre Rückmeldungen. Und wenn Sie die Gelegenheit haben, dann geben Sie gerne Probeexemplare von ChrisCare weiter. Wir schicken Ihnen gerne die gewünschte Anzahl. ■

Ihre Sara Voss und Andreas Rieck



Dr. phil. Sara Voss,
Psychologische Psychotherapeutin, Zeven



Andreas Rieck,
Referent im Bereich Weiterbildung und Spiritual Care, Stuttgart



Diese Ausgabe können Sie auch online lesen. Sie finden diese und auch frühere Ausgaben unter www.chriscare.info im Internet.

GEDANKEN ZUM TITELBILD

ORIENTIERUNG – HALT - HOFFNUNG

Die Skepsis gegenüber Ritualen im kirchlichen Bereich ist groß. Sie scheinen für einen überkommenen Frömmigkeitsstil, für verkrustete Strukturen zu stehen. Die Selbstverständlichkeit, mit der früher Tischgebet, Säuglingstaufe oder auch der Besuch des Gottesdienstes geübt wurden, ist dahin. Wer sich eines Rituals bedient, muss das begründen können. Aber ist ein Ritual nicht gerade dadurch wirksam, dass es nicht hinterfragt werden muss? Rituale sind verbunden mit der Sehnsucht nach Halt, Orientierung, Gemeinschaft, Verbindung mit einer höheren Macht. Darum werden sie auch von Lebenshelfern aller Art eingesetzt. Da kündet eine freie Hochzeitsrednerin an, einem alten keltischen Brauch folgend, dem Brautpaar eine Stola über die ineinander geschlagenen Hände zu legen. Als Segenszeichen. Dabei handelt sich eigentlich nur um eine Kopie eines katholischen Rituals. Von keltischen Ursprüngen „den Knoten binden - handfasting“ kann gar keine Rede sein. Christen haben also allen Grund, ihre Rituale zu pflegen und weiterzuentwickeln. Unser Titelbild deutet an, dass Rituale verschiedene Funktionen haben – besonders, wenn es nebelig wird und der Weg nicht zu sehen ist. ■



BEI MIR IST ES SO

Wir haben einige Leserinnen und Leser gefragt, welche Rituale ihnen in ihrem persönlichen oder beruflichen Alltag helfen. Wie gestalten Sie ihren Tagesablauf? Was hilft Ihnen im Umgang mit Patientinnen und Patienten? Danke für die offenen Antworten.



IN DER STILLE LIEGT DIE KRAFT

Ich arbeite als Amtsärztin im Sozialpsychiatrischen Dienst und kenne Situationen, in denen ich herausfordernden und somit stressreichen und manchmal auch gefährlichen Situationen ausgesetzt bin. Was mir dabei sehr hilft, dass ich weiß, dass Jesus Christus mitten in der Krise selbst dabei ist, den Überblick behält und Einblick in Alles hat: Er kennt den Menschen und seine Not und Er will ihm helfen, kennt eine „Lösung“ und den Weg heraus.

Einige meiner Rituale gebe ich hier gerne als Anstoß oder Idee an Sie weiter:

Ich bitte Jesus jeden Morgen im Auto auf meinem Weg zur Arbeit (immer an derselben Stelle) um Weisheit, Klarheit, Schutz und Bewahrung vor Fehlentscheidungen. Ich bekreuzige mich, weil Jesus mich berufen und beauftragt hat: Er lebt in mir und ich bin in seinem Namen unterwegs, nicht nur in meinem eigenen.

Im Tagesverlauf achte ich bewusst auch auf mich selbst: Wie atme ich, wie sitze ich (vllt. ganz verspannt vorm PC mit hochgezogenen Schultern), wie geht es mir gerade? Dann helfen mir kleine eingeübte Rituale: Ich atme ein bis drei mal tief ein und aus, schaue aus dem Fenster oder auf ein schönes Bild, trinke etwas, strecke und recke mich, stehe kurz einmal auf, gehe vllt. auf die Toilette zu einer kurzen Pause – auch wenn ich gar nicht muss...

In einer Krisen-Situation (gutachterliche Einschätzung mit Unterbringung gemäß PsychHG, „Zwangseinweisung“) bitte ich Gott um seinen Blick und seine Liebe für den jeweiligen Menschen, der mir begegnet. Das hilft mir „runterzufahren“ und ruhig zu werden, damit ich klar denken und entscheiden kann.

Wenn ich wahrnehme, dass Menschen aufgeregt, voller Angst und in großem Stress zu mir zur Begutachtung kommen - sie sind psychisch krank und oft abhängig von meinem „Urteil“, -, spreche ich meine Wahrnehmung an und unterbreche manchmal ganz bewusst unser Untersuchungsgespräch: Ich biete ihnen ein Glas Wasser an, im Zimmer umherzugehen, kurz draußen eine Zigarette zu rauchen o.ä..

Nach der Arbeit bitte ich Gott, sich der Menschen weiter anzunehmen und sich um sie zu kümmern, im Krankenhaus, zuhause oder wo auch immer sie sind. Er liebt jeden und alle Menschen und will nicht, dass sie verloren gehen, sondern, dass sie zur Erkenntnis seiner Wahrheit kommen und seine Liebe, seinen Trost, Hoffnung, Heil und Heilung erfahren. Jesus Christus hat gesagt: „In der Welt habt ihr Angst, aber fürchtet euch nicht, denn ich habe die Welt überwunden.“

Bettina Gundlach, Amtsärztin im Sozialpsychiatrischen Dienst, Aumühle

MIT PERSÖNLICHEM STRESS UMGEHEN

Vor der Arbeit: Das Gebet in der Früh bei einem Pott Milchkaffee – im Sommerhalbjahr auf dem Balkon! Ich schreibe Tagebuch, lese eine wenig in der Bibel und bete. Es ist mir wichtig, Stille zu haben, auf Gott zu hören, bevor ich anderen zuhöre. Aus der Stille bekomme ich viel Kraft. Es tut dabei gut, wenn das Wetter es zulässt, in die Natur zu schauen – das Grün zu sehen, Wahrnehmen von Wachstum, Vogelzwitschern hören, Wärme der Sonne oder Kühle des Regens zu spüren... eine achtsame Haltung erdet mich im „Hier und Jetzt“. Die Natur zu betrachten, mich daran zu freuen, manchmal auch eine Skizze davon zu zeichnen, ist eine Art Lobpreis für mich.



Nach der Arbeit: Spaziergang mit dem Hund – beim Gehen baue ich Stress ab.

Ein bis zwei Mal die Woche die stille Anbetung in der Kirche – das Sitzen in der Stille hilft, zur Ruhe zu kommen. Es dauert tatsächlich oft fast eine Stunde, bis meine Gedanken zur Ruhe kommen und ich nur noch auf Jesus schaue (und er auf mich, aber er braucht nicht so lang wie ich ;)). Ohne das Gebet und die Stille könnte ich nicht arbeiten.

In der stillen Anbetung zu sein, das ist für mich im Evangelium die Maria, die zu den Füßen Jesu sitzt. In einem Lied der Gemeinschaft Emmanuel heißt es: „Jesu, du lädst mich ein, Jesus, bei dir zu sein. Mein Blick trifft deinen Blick, etwas verändert sich. Jesus, dir nahe sein“ – für mich geht es nur darum – Ihn anschauen, seinen Blick erwidern und spüren, in mir verändert sich etwas. Etwas zum Guten.

Rituale, die ich meinen Patientinnen und Patienten empfehle: Ein Dankbarkeitstagebuch auch für Menschen, die nicht gläubig sind. Meditation oder Achtsamkeitsübungen oder Gebet, wenn es Christen sind. Letztere lade ich auch ein, zum Patientengottesdienst zu kommen und das Segnen in Anspruch zu nehmen.

Ich setze manchmal an den Anfang des Gespräches eine Minute Stille als Ritual ein. In der Zeit kann sich der Patient/die Patientin sammeln – und ich auch. Das Gespräch beginnt dann geordneter.

Maren zu Castell, Dipl.-Psychologin & Psych. Psycho- und Musiktherapeutin (M.S.), Chemnitz



GLAUBE UND GEWOHNHEITEN HELFEN

Als Student sieht mein Alltag je nach Studienphase – Semester oder vorlesungsfreie Zeit, Prüfungsvorbereitung oder Hausarbeit schreiben – und auch einfach je nach Wochentag z. T. sehr verschieden aus. Das hat schöne Seiten, kann mich aber manchmal auch stressen. Gleichbleibende, strukturierende Rituale helfen mir da, mich zu orientieren und mit Stress umzugehen, der je nach Phase unterschiedlich daherkommt: Unsicherheit, Überforderung, Angst...

Auf dem rund 20 Minuten langen Fahrradweg zwischen Uni und Wohnung gibt es einen Abschnitt, während dem ich bete und Gott die vor oder hinter mir liegenden Ereignisse, Veranstaltungen und Begegnungen hinhalte, um seine Hilfe und seinen Segen bitte. Das hilft mir, ein wenig Distanz zu schaffen, die Dinge nochmal anders zu verarbeiten, ein Stück weit loszulassen – und auch, so dankbar wie ich vermag, zu nehmen, wie sie kommen, bzw. wieder zurückzulegen in Gottes Hand.

Überhaupt haben (gemeinsames) Gebet, Andachten und Gottesdienste für mich einen im tiefsten helfenden, mir dienenden Charakter. Gott dient mir. In seinem Wort, in der Schwester, dem Bruder, in der Musik, in der Gemeinschaft, in Brot und Wein. Diese Weisen und Vollzüge sind natürlich in unterschiedlichem Maß ‚ritualisiert‘, aber gerade wenn ich durcheinander oder schwach bin, hilft es mir, mich in die vertrauten Worte, Gesänge und Handlungen beispielweise einer Abendmahlsliturgie fallen zu lassen: Hier geht es nicht darum, was ich tue, Hier geht es darum, was Gott tut. Er beschenkt mich, ich darf empfangen. Und schließlich, mal nicht so geistlich aufgeladen: die Kaffeepause am Nachmittag! Die Zubereitung, ein schöner Platz am Fenster, ein paar stärkende Schlucke, vielleicht ein kurzer Klönschnack mit einem Kommilitonen oder einfach eine wohltuende Ruhe mit meinem Kaffee und mir: ein Ritual, bei dem mein Herz aufgeht!

Michael Schiffner, Theologiestudent, Leipzig



ABSCHIED VORBEREITEN

Endlich Feierabend! Es war ein langer Tag, mit Todesfall. Dennoch bin ich sehr zufrieden, nicht belastet. Ob das mit unseren Ritualen zusammenhängt? Gerade noch haben wir uns von einer Dame verabschiedet, die heute im Hospiz verstarb. Sie war überdurchschnittlich lange da und uns allen ans Herz gewachsen. Mit einer Aussegnung haben wir vier Mitarbeitende im Hospiz der Schwester, Freunden – und uns selber – geholfen, den Abschied zu gestalten, zu begreifen, was passiert ist und Frau S. Leben zu würdigen. Ich denke, es ist unser stärkstes Ritual. Wir haben eine erprobte Version ausgearbeitet, die es, auch ohne Seelsorger, allen Pflegenden ermöglicht, mit den Angehörigen Abschied zu feiern, so die Zeit es zulässt. Wie fast immer, wenn das Sterben absehbar ist, haben wir die Angehörigen schon zeitig gebeten, sich Gedanken über einen Bestatter und die „letzte Kleidung“ zu machen. Auch das Angebot einer Aussegnung ist lange vorgestellt. Es hilft den Zurückbleibenden sehr, so etwas wie einen Fahrplan zu haben, nicht erst in der Situation darüber nachdenken zu müssen, was zu tun ist. Bei passender Gelegenheit mit den Gästen oder Angehörigen darüber ins Gespräch zu kommen, gibt auch den Pflegenden Sicherheit, ist eine Art Ritual.

Außerdem gibt es weitere Rituale: Im Zimmer, vor der Tür und im Eingang werden Kerzen angezündet. Frau S. wird gewaschen, alle medizinischen Geräte entfernt, ihr Zimmer etwas aufgeräumt und das Bett, ihre direkte Umgebung, individuell mit Blütenblättern oder persönlichen Dingen geschmückt.

In der morgigen Mittagsübergabe werden wir eine Gedenkminute für Frau S. halten. Ihr Name steht im Gedenkbuch. Vielleicht schreiben die Angehörigen noch einen kleinen Text hinein. Das tut uns gut. In der kommenden Teamsitzung und der nächsten Andacht werden wir an sie denken. Und nächstes Frühjahr werden wir die Schwester zu einem Gedenkgottesdienst einladen, noch einmal den Namen nennen und beim Kaffeetrinken gemeinsame Erinnerungen auffrischen. Zum Beispiel, dass Frau S. ihren 75. Geburtstag mit dem ganzen Team feierte. So viele Gäste hatte sie noch nie!

Stephanie Murzin, Pflegefachkraft Palliative Care, Pflegedienstleitung Hospiz, Lübeck

Anzeige



Gestalten Sie Zukunft in Albanien

Ihr Engagement lohnt sich

Unterstützen Sie das Rehabilitationszentrum „Qendra Drita e Shpresës“. Schenken Sie dem Zentrum, bisher in Trägerschaft der Medizinischen Nothilfe Albanien (MNA), nun zugehörig zu ora Kinderhilfe, weiter Licht und Hoffnung. Damit die motorische, sprachliche und psychologische Entwicklung der behinderten Kinder und Erwachsenen weiter gewährleistet ist.

So können Sie viel Gutes tun:

- **Teilen Sie Ihre Gaben und spenden Sie finanziell.**
- **Teilen Sie Ihre Talente und engagieren Sie sich freiwillig vor Ort.**
- **Beten Sie für die Verantwortlichen und die Arbeit.**

Mehr Infos erhalten Sie online. Für jede Spende erhalten Sie eine Spendenquittung.

**WIR VERÄNDERN
KINDERLEBEN**

PERSÖNLICH. NAH. AUTHENTISCH.



Folgen Sie uns!



@orakinderhilfe



WWW.ORA-KINDERHILFE.DE

SPÜRBBARE HOFFNUNGSZEICHEN

Auf der Suche nach Ritualen in der Bibel findet man im Alten Testament viele feststehende Formulierungen und Handlungen, die mit den Festen Israels verbunden sind. Das Fest der Befreiung aus der Sklaverei wird in immer gleichen Worten und mit den vorgeschriebenen Speisen gefeiert. Das Erntedankfest folgt festen Regeln. Es genügt nicht, an den Schöpfer zu denken und sich gedanklich mit der Freiheit zu beschäftigen. Zum Gedenken kommt das mündliche Bekennen, die gestische Handlung und das gemeinsame Essen dazu.

Jesus feierte – so berichtet das Neue Testament – die jüdischen Feste und sprach die vorgeschriebenen Gebete. Aber er blieb nicht bei der Tradition stehen, sondern ging darüber hinaus. So betet er auch mit eigenen Worten, wie es ihm ums Herz ist. Er feiert mit seinen Jüngern das Passahfest und verknüpft die rituellen Formeln mit seinem eigenen Geschick. Am Passah feiert das Volk Gottes seine Freiheit. Jede Generation von neuem, als sei man gerade erst selbst den mordenden Soldaten des Pharao entkommen.

Die ersten Christen waren noch stark mit dem Judentum verbunden. So feierten sie zum Beispiel das Passahfest und erweitereten sie um eine neue, auf Jesus Christus bezogene Deutung. In den drei ersten Evangelien wird vom letzten Passahmahl berichtet. Die Botschaft dieses rituellen Festes ist das Zentrum des christlichen Glaubens: Gott befreit aus Todesgefahr und schenkt das Leben. Sonntag für Sonntag trafen sich die ersten Christen vor Sonnenaufgang, um das kommende Licht zu feiern, das sie an Jesu Tod und Auferstehung erinnerte. Am Abend des gleichen Tages trafen sich die Gemeindeglieder erneut, um miteinander das Mahl zu feiern. Der liturgische Kern war schon bald überall gebräuchlich: „Der Herr Jesus, in der Nacht da er verraten ward, nahm er das Brot, dankte und brach's und sprach: Das ist mein Leib für euch; das tut zu meinem Gedächtnis. Desgleichen nahm er auch den Kelch nach dem Mahl und sprach: Dieser Kelch ist der neue Bund in meinem Blut; das tut, sooft ihr daraus trinkt, zu meinem Gedächtnis.“ (1. Korintherbrief 11, 23b-25) So hatte es Paulus der

von ihm gegründeten Gemeinde in Korinth vermittelt und er beruft sich auf das Gebot Jesu.

Durch die immer gleiche Formulierung wird die Bedeutung des Rituals vor Verwässerung und Verfälschung geschützt. Doch die besondere Gestaltung des Mahls führt rasch zu einer Überhöhung: In seinem Brief an die Christen um das Jahr 110 n.Chr. in Ephesus nennt der Kirchenvater Ignatius das Brot des Abendmahls „Arznei der Unsterblichkeit“. Auch wenn Ignatius wohl kein magisches Verständnis dieses „Arzneimittels“ hatte, verstetigt sich in der Christenheit der Gedanke, dass das rituell gebrochene Brot und der gesegnete Kelch besondere Kräfte haben. Um diese nicht zu gefährden, achtet man auf den genauen Wortlaut und Ablauf sowie die Leitung des Mahls durch den Bischof oder seinen Beauftragten.

In der Reformationszeit kritisieren die Protestanten die Riten der damaligen Kirche und verschlanken die rituellen Gebräuche. Aus heutiger katholischer Sicht scheinen die evangelischen Christen um einiges ärmer zu sein. Martin Luther betont, dass zu den sichtbaren Zeichen immer auch das Wort gehört, das bezeichnet, was die Elemente meinen.

Der ökumenische Austausch zwischen Christen unterschiedlicher Traditionen mit verschiedenen Riten eröffnet einen weiten Raum, Rituale als das zu sehen, was sie im Kern stets waren: spürbare, mit allen Sinnen erlebbare Zeichen, die an die großen Taten Gottes erinnern und Hoffnung wecken auf eine gute Zukunft. ■



Frank Fornaçon,
Pastor i. R., Ahnatal/Stendal



Rituale –

SINNZEICHEN NICHT NUR IN KRISEN

RITUALE – SINNZEICHEN NICHT NUR IN KRISEN

Jede und jeder kennt Rituale. Sie gehören sozusagen zum menschlichen Leben und begleiten uns von der Geburt bis zum Tod. Ein Ritual (von lateinisch *ritualis*, den Ritus betreffend, rituell) ist eine nach vorgegebenen Regeln ablaufende, meist formelle und oft feierlich-festliche Handlung mit hohem Symbolgehalt. Sie wird häufig von bestimmten Wortformeln und festgelegten Gesten begleitet und kann religiöser oder weltlicher Art sein (z. B. Gottesdienst, Begrüßung, Hochzeit, Begräbnis, Aufnahmefeier usw.). Ein festgelegtes Zeremoniell (Ordnung der rituellen Handlungen) bezeichnet man als Ritus. Im religiösen Kontext sind Rituale Zeichen der Verbundenheit mit dem Heiligen, schaffen Solidaritätsräume von Betroffenen, markieren und deuten die kleinen und großen Hoch- und Tiefpunkte im Leben, vergegenwärtigen Lebensübergänge (*passagere*) und schaffen im besten Fall Orientierung in Zeiten der Verunsicherung. Gerade im Erleben von existenziellen Krisen wie Krankheit, Angst, nahendem Tod, Trauer, aber auch in Lebensfesten wie Geburt, Hochzeit, Jubiläen erfahren Menschen die Kraft der Rituale. Sie wirken nicht wie eine Arznei, sondern durch die Eröffnung eines Sinnkontextes (E. Frick), der über die Menschen hinausweist. Das Erlebte, die Erfahrung wird kommunizierbar, deutbar, vergemeinschaftet, gewürdigt, eingeordnet in Zeichen, Handlungen, Worten, Gesten, Symbolen, Musik, etc. – darin liegt ein Zuspruch für die Zukunft!

RITUALE – GRUNDELEMENT DER SEELSORGE

Wenn die aufgescheuchte Seele, die Identität, die Persönlichkeit nach Halt suchen, greifen wir auf Rituale zurück. Sie stellen die jeweilige Situation in einen größeren (göttlichen) Horizont, in den hinein gefragt, gehofft, gezweifelt, geglaubt, vertraut, sich verdankt werden kann. In dieser Weise werden sie zu einem wichtigen Bestandteil der religiösen und seelsorglichen Begleitung.

In herausfordernden wie glückenden Lebenssituationen ermöglichen sie ein Innehalten und bieten Halt, Orientierung, Deutung und so die Möglichkeit, das Erlebte einzuordnen. Sie

können Gemeinschaft zwischen den Anwesenden und dem Heiligen vermitteln. Zugehörigkeit, Geborgenheit und Solidarität werden für diesen Moment erfahrbar. Im geschützten Rahmen des Rituals wird das Unglaubliche aussprechbar und kann der Mensch mit sich selbst, den anderen und Gott selbst vertrauensvoll in Kontakt treten. Vergangenes wie Zukünftiges werden reflektiert. Die sich zeigenden Gefühle haben einen Raum und finden sich in der Überzeugung gehalten, dass der Mensch angesichts des Unabänderlichen im Leben nicht zu Hilflosigkeit und Ohnmacht verurteilt ist. So wird es möglich, das Schwere und Bedrängende anzusehen und sogar zu tragen, anstatt es zu umgehen, zu verdrängen oder auszublenden. Rituale beinhalten einen Zuspruch, sie stärken für die Zukunft, öffnen für das, was noch kommt und geben Vertrauen, im Leben weiterzugehen.

RITUALE IN ZEITEN DER VOLKSKIRCHE

Rituale wurden lange Zeit nur Priestern bzw. Pfarrerinnen und Pfarrern zugetraut, da sie im Verständnis der Kirche mit einer besonderen Vollmacht Kraft Berufung und Amt ausgestattet sind. Das entsprechende Ritual wurde in Form des kirchlichen Ritus den Angehörigen der jeweiligen Religion bzw. Konfession gespendet und war diesen vorbehalten. So gewährte man gerade im Anblick des Sterbens Schutz vor ewigem Unheil, gab die Zusage von Heil und Vergebung aller Schuld sowie bei schwerer Krankheit die fast ans Magische grenzende Hoffnung auf eine göttliche Kraft zur Gesundung. Darin liegt und lag der Hinweis auf eine andere Wirklichkeit, eine Vergewisserung der Wirkmächtigkeit Gottes, die gerade jetzt das Leben umfängt und hält. Diese tiefe Bedeutung bleibt. Sie wird von Menschen nach wie vor in einer stark rational-funktionalen Gesellschaft wie einem rational-wissenschaftlich angelegten Sozial- und Gesundheitswesen gebraucht und erfragt.

EINFACH EIN RITUAL – WAR FRÜHER!

Der Bedarf und die Gestalt von Ritualen verändern sich. So sind die Kenntnis bzw. Vertrautheit mit rituellen Formen heute kaum vorhanden. Wir erleben das Ende der vorgegebenen volksskirchlichen und christentümlichen Rituale und Feierformen (Säkularisierung). Die religiösen Vorstellungen werden individueller und privatisieren sich. Die und der Einzelne hat zugleich die Autonomie in religiösen Fragen. D.h., sie/er bestimmt, woran geglaubt wird, was ihr oder ihm Halt im Leben gibt. So vielfältig die heutigen Lebensentwürfe und spirituellen Zugänge sind, so vielfältig sind die heutigen Mög-

lichkeiten ein Ritual anzubieten. Zugleich zeigen sich neue Rituale im sozialen Erleben, z.B. im Fußballstadion, bei Konzerten, in gesellschaftlichen Bewegungen, bei staatlichen Gedenktagen... Diese sich entwickelnden Gesten, Melodien, Texte und Symbolgestalten stehen für Halt und Verbundenheit.

Wer heute ein Ritual angemessen anbieten möchte, braucht eine Achtsamkeit in der Wahrnehmung für die beteiligten Personen, ihre Situation, ihre Gefühle, ihre spirituellen Ressourcen, ihre Fragen, Zweifel und Hoffnungen, Konflikte, Ängste wie auch Dankbarkeiten. Was bewegt diesen oder diese Menschen gerade? Welche spirituellen Ressourcen kennen sie und haben ihnen im Leben Halt gegeben? Welche (neuen) Rituale, welche kräftigenden, ermutigenden, deutenden Worte, Zeichenhandlungen oder Gesten kennen die Beteiligten – sind vertraut? Braucht es jetzt ein Ritual und welche Gestalt des Rituals in Wort und Besinnung, in Geste und Symbol wäre jetzt für diese Person(en) heilsam, ermutigend bzw. wirken orientierend?

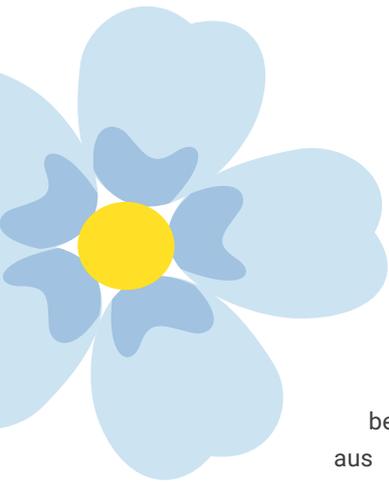
DER ANLASS FÜR EIN RITUAL IST DER MENSCH!

Die Gestaltung des Rituals hängt somit von dem Anlass bzw. der Situation, den anwesenden Personen und deren spirituellen Vorprägungen ab.

Wer also gebeten ist ein Ritual anzubieten, der sollte dies in enger Rückbindung und – wo es möglich ist – unter Einbeziehung der Anwesenden gestalten.

Je nach Anlass ist der Bedarf eher ein Feiern, ein Gedenken und Erinnern, eine Würdigung von Geleistetem, eine Ermutigung im Sinne von Perspektiven, Hoffnung oder ein Trost im Sinne von Halt und Orientierung sowie Solidaritätserfahrung. Entsprechend zeigt sich, worauf das Ritual antworten und was angesprochen werden soll. Texte, Symbole, Gesten, Lieder, Materialien sind danach auszuwählen. Es ist zu überlegen, wer etwas sagen oder beitragen kann und möchte. Wer ein Ritual leitet, der führt durch den Ablauf und ist zugleich Moderator, Sinncoach, spiritual giver und ermöglicht so eine der Situation angemessene Gestaltung. Je nach Vorinformationen und Kenntnis der um ein Ritual bittenden Personen, zeigt sich ein Muster von fünf Schritten (s. Kasten):





WER DARF UND KANN EIN RITUAL LEITEN?

Ein Ritual zu leiten bedarf natürlich verschiedener Kompetenzen und einer grundsätzlichen Vorbereitung, um dann meist situativ aus einem Köcher an Optionen ein angemessenes Ritual zu gestalten. Entsprechende Fort- und Weiterbildungen werden gerade für Mitarbeitende in Sozial- und Gesundheitsberufen angeboten. Sie bringen einen breiten Schatz an Erfahrungen mit. Wer Menschen pflegt, sozial betreut, ärztlich behandelt, therapeutisch begleitet, hat oft eine gute Kenntnis der jeweiligen Situation von Patienten, Gästen, Bewohnerinnen und Bewohnern. Er oder sie kennt deren Gefühle, Sorgen, Ängste, Dankbarkeiten oder Verunsicherungen. Auch die jeweilige Religiosität ist mitunter vertraut und sie entwickeln oft im täglichen Umgang religiöse Deutungen bzw. nehmen diese bei den Klienten wahr.

EIN EINDRÜCKLICHES BEISPIEL

Hier kann nur kurz angedeutet werden, wie sehr sich bereits die christliche Ritualpraxis in Einrichtungen von Diakonie und Caritas durch entsprechende Fort- und Weiterbildungen erweitert hat.

Der Abschied und das Sterben gehören heute zum Alltag einer Senioreneinrichtung. Der Platz der/des Verstorbenen bleibt leer und das Zimmer wird schnell wieder belegt. Die Teilnahme an der Beerdigung ist den meisten nicht mehr möglich, so dass es kein gemeinsames Verabschieden, Erinnern und Erzählen gibt. Diese Beobachtung hat eine Kollegin im Sozialen Dienst, die Begleiterin in der Seelsorge ist, motiviert, ein kleines Ritual mit dem Namen „VERGISS-MEIN-NICHT“ zu entwickeln. Bewohnerinnen und Bewohner, Mitarbeitende und ggf. An- und Zugehörige werden zu einer „VERGISS-MEIN-NICHT“ Runde einzuladen. Z.B. wird im Gemeinschaftsraum, auf dem Wohnbereich oder in der Kapelle der/des Verstorbenen erinnert und sein Leben erhält Bedeutung.

ELEMENTE EINES MÖGLICHEN ABLAUFES

- Musik zum Ankommen und Einstimmen
- Anzünden der Kerze und Eröffnung mit dem Kreuzzeichen
- Bild des Verstorbenen oder andere persönliche Gegenstände zeigen
- Einladen zum Gespräch über Erinnerungen, Anekdoten, Eigenheiten, Vorlieben etc.
- Das Erzählte würdigen und zusammenfassen
- Ggf. „Bericht“ über die Beerdigung als Form der Teilhabe; unterstützt durch Fotos
- Ggf. Zeit lassen, über das eigene Sterben zu sprechen (Ängste, Wünsche, Hoffnungen oder das Ungeklärte)
- Lied (das der Gruppe und dem/r Verstorbenen entspricht)
- Fürbitte
- Vater unser
- Segensgebet
- Evtl. Lied
- Ggf. im Anschluss: Kaffee/Kuchen

Ein Bild, eine Blume, eine Kerze, eine Einladung zum kurzen Austausch der Erinnerungen, die Möglichkeit über das eigene Sterben zu sprechen und dies alles in den liebenden Horizont Gottes zu stellen, ist heute geübte Praxis. Es ist Teil der christlichen Kultur der Einrichtung. Als ein junger Praktikant unerwartet starb, kamen die Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitende spontan zusammen und gedachten seiner in einem „VERGISS-MEIN-NICHT“.

Ein eindrückliches Beispiel für eine christliche Ritualpraxis, die auf die spirituellen Bedürfnisse der Menschen eingeht.

„Rituale sind für uns Christen lebendige Zeichen, dass Gott jeden Schritt unseres Lebens liebevoll ansieht und begleitet – den ersten ins Leben wie den letzten in die Ewigkeit.“

EINE VIELFÄLTIGE CHRISTLICHE RITUALPRAXIS

Es gibt heute auch Rituale zum Einzug von Hospizgästen oder Bewohnern im Altenpflegeheim (individueller Segen des Zimmers und Überreichung eines Bronzeengels), zur Begrüßung der neuen Mitarbeitenden (Überreichen eines Festhaltekreuzes mit Willkommensgottesdienst) oder bei der Übergabe von Fahrzeugen in der ambulanten Pflege (Christophorus-Plakette und Fahrzeugsegnung). Die einen entwickeln jahreszeitliche Rituale wie das „Frauentragen“ im Advent, wo eine Marienstatue jeweils für eine Nacht zu Gast bei Bewohnerinnen und Bewohnern ist und dort Herberge erfährt. Andere laden ein, sich von Gott in einer Salbung berühren und stärken zu lassen. Ein Rollator und Rollstuhl Wasch- und Inspektionstag endet in einer Einrichtung mit anschließendem kurzem Ritual, bei dem jede Bewohnerinnen und Bewohner einen Christophusaufkleber samt Segen für allzeit sichere Fahrt erhält. Eine Nachtwache entwickelt das Gebet auf der Bettkante. Sie fragt regelmäßig alle Patienten, ob sie ein Gebetsanliegen oder Lieblingsgebet haben. Zur Nacht geht sie zu diesen Personen, setzt sich auf die Bettkante und betet mit ihnen. Es braucht manchmal nicht viel, um die Zusage Jesu aufscheinen zu lassen: „Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt. Ich werde euch Ruhe verschaffen.“ (Mt 11,28)



Bruno Schrage

Diplom Theologe, Diplom Caritaswissenschaftler, Referent für Caritaspastoral, Köln



DIESEN BEITRAG KÖNNEN SIE AUCH HÖREN!

5 SCHRITTE DES RITUALS

1.

ANKOMMEN/WAHRNEHMEN

- Ggf. sich vorstellen mit Namen und die Anwesenden sich vorstellen lassen
- Wahrnehmen der Situation, der Menschen und ihrer Gefühle

2.

HINFÜHRUNG

- Ansprechen der Personen und des Anlasses,
- Die Anwesenden und die Situation werden in angemessener Weise angesprochen
- Einladung Gedanken, Gefühle, Geschehenes aussprechen

3.

DURCHFÜHRUNG

- Öffnung des weiteren Horizonts
- Schilderung des Wahrgenommen in eigenen Worten und Benennung des sich zeigenden Anliegen (Dank, Bitte um Kraft, Mut, Trost, Beistand, Begleitung, Solidarität, Heilung...)
- Benennung der gehörten spirituellen Ressourcen, Halt gebender Beziehungen, des Heiligen (evtl. durch Gebetseröffnungsformel)
- Z.B. spirituelles Deutungsangebot (ein Gedanke, ein biblischer Text, eine kurze Erzählung, ein eingespieltes Lied, besinnliche Melodie, Bild- oder Kunstkarte, Symbol, ein Gesprächsimpuls, Meditationsanlass...)
- Gestus der Zusage / Zuspruch:
Eintreten in die transzendente / göttliche Dimension, die es gut mit mir/uns meint – die eine Zukunft denkbar macht.
- Möglich ist das Entzünden einer Kerze, ein Symbolgegenstand (z.B. Engel), Segen, Salbung, Zeichenhandlung, evtl. Fürbitte, Bitt- und Dankgebet – Vater Unser

4.

AUSLEITUNG (HINAUSFÜHREN)

- Das Hinübergehen in den Alltag vorbereiten.
- Kurzes Zusammenfassen des gemeinsam Erlebten und Dank
- Evtl. religiöse Ausleitungsformel, Lied, Allg. Segensformel

5.

VERABSCHIEDUNG

- Ggf. ein Wunsch, ein Wort der Ermutigung
- Das Angebot des weiteren Kontakts oder der Begleitung

Dorothee Polaczek, Bruno Schrage





GEBORGENHEIT FINDEN. RITUALE FEIERN. WEGE ZU MEHR LEBENSFREUDE

Der Benediktinerpater Anselm Grün schätzt die Kraft der Rituale. Nicht nur im Tagesablauf eines Klosters, sondern auch im Alltag verschiedener Berufsgruppen. Wir dokumentieren einen Auszug aus seinem Buch „Geborgenheit finden“:

BEISPIELE VON EINMALIGEN RITUALEN UND WIEDERKEHRENDEN RITUALEN

Rituale sind ein konkretes Vorgehen zu einem sinnstiftenden Alltag und bringen Ordnung in mein inneres Durcheinander, helfen mir achtsam und bewusst zu leben.

Rituale öffnen unser Leben mit Gott und lassen Gottes heilenden, befreienden Geist in unseren Alltag eindringen.

Arbeit kann zur Banalität werden, zur bloßen Pflichterfüllung und an manchen Tagen sind wir nur am Herumhetzen, Arbeit kann erschöpfen, kann uns langweilen, kann uns krankmachen. Im häufig gleichförmigen Ablauf unseres Arbeitsalltags kann sich Langeweile entwickeln, Müdigkeit breitmachen, auch negative und selbstzerstörende Gedanken freien Raum bekommen...

Rituale können dann wie eine geistige, innere Hygiene dagegen wirken, sie können negative Gedanken in die richtigen Kanäle lenken.

Rituale können dazu etwas spielerisches in sich haben. Sie schaffen in unserer verzweckten Welt einen Raum zum Innehalten, zum Atmen. Mit Ritualen kann ein Mensch von sich und seinen Umständen wegschauen, auf Gott schauen, der größer ist als er selbst.

In den Ritualen unseres Alltags geht es nicht darum, dass wir uns irgendwelche Rituale überstülpen, sondern dass wir für uns persönliche Rituale entwickeln, die zum Leben führen.

Immer wenn es nur darum geht, in den Ritualen eine Leistung zu vollbringen, sind wir in der Gefahr, uns Zwangsrituale aufzuerlegen. Es geht nicht um Leistung, die wir vorweisen könnten, sondern um Spuren, auf denen wir zu unserer eigenen Lebendigkeit finden und die uns helfen, unser eigenes Leben bewusst zu leben.

Rituale dürfen von innen heraus kommen, wenn wir sensibel werden für die Regungen unserer Seele und unseres Körpers.

Rituale von anderen brauchen wir nicht zu kopieren, sondern auf dem Hintergrund der Erfahrung anderer sensibel werden für das, was einem selbst gut tut. Wenn wir zu viel Energie darauf verwenden, uns Rituale auszudenken und zu praktizieren, dann halten sie uns mehr vom Leben ab, als dass sie uns zu unserer eigenen Lebendigkeit führen.

WIE KÖNNEN WIR RITUALE LEBEN BEI UNSERER ARBEIT

- Der Weg zur Arbeit ist oft ein guter Ort und eine gute Möglichkeit, sich bewusst auf den Tag einzulassen und ihn Gott hinzuhalten.

- Bei der Arbeit gibt es verschiedene Rituale: oft beginnt man, zuerst die Fenster aufzumachen, frische Luft rein zu lassen.

- Man macht als erstes die Kaffeemaschine an, lässt sich einen Kaffee raus und verschafft sich einen Überblick über das, was heute alles ansteht.

- Am Abschluß der Arbeit kann es Rituale geben, um sich innerlich von der Arbeit zu distanzieren und zu lösen, im Ritual alles dort lassen, was mich beschäftigt und die vielen Patientenkontakte für diesen Tag bei Gott abgeben.

ANREGUNGEN FÜR PERSÖNLICHE RITUALE

Ein Ritual soll etwas sein, auf das ich mich täglich freuen kann! Gehe deinen Alltag einmal bewusst durch und beobachte dich dabei, welche Rituale du unbewusst befolgst;

- wie du deinen Tag beginnst...
- wie du zur Arbeit gehst...
- und wie du deinen Tag beschließt...

Dann überlege dir, ob diese Rituale dir gut tun oder nicht, ob du sie bewußt vollziehst oder ob sie sich einfach so eingeschlichen haben.

FRAGE DICH:

„Welche Rituale täten mir gut?“

„Worauf habe ich Lust?“

„Worauf würde ich mich täglich freuen?“

Natürlich brauchen Rituale auch Disziplin. Wenn ich im tiefsten meines Herzens weiß, dass mir das Morgenritual der Stillen Zeit gut tut, dann darf es nicht von meiner Lust und Laune abhängen, ob ich diese Stille Zeit einhalte oder nicht. Wenn ich mich für Rituale entscheide, muss ich sie auch üben und einüben.

RITUALE SIND SPIELERISCH

Im Spiel werden wir die Fesseln ab, die uns sonst gefangen halten und wir erahnen etwas von der Freiheit der Kinder Gottes. Wir sind nicht nur eingespannt in unsere Pflichten, sondern unser Leben ist ein Geschenk Gottes, das wir spielend erst in seinem ganzen Reichtum entdecken. In den Ritualen darf zum Ausdruck kommen, dass wir uns in das Leben, das Gott uns Tag für Tag gewährt, hinein begeben und in Dankbarkeit und Freude an unserem erlösten und befreiten Dasein leben.

RITUALE SETZEN KREATIVITÄT FREI

Rituale zeichnen sich durch Phantasie und Kreativität aus. Sie fördern sie ebenso. Sie verleihen unserer Arbeit Kreativität und Fruchtbarkeit. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.



„Rituale öffnen unser Leben mit Gott und lassen Gottes heilenden, befreienden Geist in unseren Alltag eindringen.“

RITUALE SCHAFFEN FREIHEIT

In den Ritualen drücken wir aus, dass nicht die Termine und nicht die Erwartungen anderer Menschen uns bestimmen, sondern dass wir unser Leben selbst gestalten. Wir leben selber, anstatt von außen gelebt zu werden. Wir sind frei, unser Leben so zu formen, wie wir es gerne möchten. Trotz allem Eingebundensein in die Abläufe und Strukturen unseres Berufes, unserer Firma, unserer Gemeinde, unserer Familie.... haben wir den Freiraum, unserem Leben unsere ganz persönliche Note zu geben. Wer sein Leben in gesunden Ritualen ausdrückt, der erfährt die Freiheit vom äußeren Druck, dem er ausgesetzt ist. Er hat das Gefühl, dass es etwas in seinem Leben gibt, über das andere nicht verfügen können, etwas, das ihm allein gehört.

RITUALE BEWIRKEN IDENTITÄT UND LUST AM LEBEN

In den Ritualen drückt sich meine Persönlichkeit aus, mein eigener Gestaltungswille. Wer in den Ritualen seine eigene Identität vor Gott entdeckt, der lebt gerne, der hat Lust am Leben. Christliche Lebenskultur.... Ich habe Lust, meinen Tag in meiner ganz persönlichen Weise zu beginnen. Es macht mir Spaß, ihn so abzuschließen, dass es mein eigener Tag war, gelebt von mir und nicht in der Haltung, nur die Erwartungen anderer zu erfüllen.

RITUALE SCHAFFEN EINEN RAUM DER STILLE

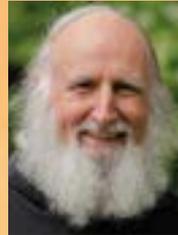
Rituale sind Unterbrechungen in der Alltagsroutine. Da wird die Arbeit unterbrochen, das wird das eigene Denken und Planen unterbrochen, um Gott eine Chance zu geben in mein Leben einzutreten. Gerade die Morgen- und Abendrituale bestehen ja häufig darin, einen Raum der Stille und des Schweigens zu schaffen, in dem ich mit dem inneren Raum der Stille in Berührung kommen kann, in dem Gott selbst in mir wohnt. Zu diesem inneren Raum haben die Menschen mit ihren Erwartungen und Wünschen keinen Zutritt, da bin ich wirklich frei, da bin ich ganz selbst. Da spüre ich, dass es etwas in mir gibt, das unberührt bleibt vom Lärm der Welt, von der Arbeit, von der Verantwortung, die ich für andere habe.

RITUALE BRINGEN ORDNUNG

Rituale ordnen mein Leben. Sie geben dem Tag Struktur. Sie ordnen die Tageszeit und schenken mir genügend Raum für die Arbeit, für das Gebet, für das Alleinsein und für die Gemeinschaft, für das Verzichten und für das Genießen. Die äußere Ordnung der Rituale bringt mich innerlich in Ordnung.

RITUALE SCHAFFEN VERBINDUNG

Rituale verbinden Menschen miteinander. Eine innere Verbindung wird erfahrbar. Sie stiften Klarheit in Beziehungen. Der andere weiß, wie er an mir dran ist. ■



Dr. theol. Anselm Grün,
Mönch der Benediktinerabtei Münsterschwarzach, geistlicher Begleiter und Kursleiter in Meditation, Fasten, Kontemplation und tiefenpsychologischer Auslegung von Träumen.

THERAPEUTEN IM GESPRÄCH

Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Logopäden tauschten sich im Januar 2024 beim digitalen Therapeuten Café von CHRISTEN IM GESUNDHEITSWESEN anhand von Kerngedanken des Buches von Anselm Grün, „Geborgenheit finden. Rituale feiern. Wege zu mehr Lebensfreude“, aus. Weitere Infos unter <https://cig-online.de/projekte/>

Hier geben wir Gedanken aus dem Treffen weiter als Anregung, auch in anderen Gesundheitsberufen zum Thema auszutauschen.

WELCHE RITUALE KÖNNTEST DU KONKRET AUS DEM TEXT MIT IN DEINEN BERUFSALLTAG NEHMEN UND AUSPROBIEREN?

Praktische Antworten und Erfahrungen dazu aus der Gruppe:

- Ein Kreuzzeichen verbindet mich mit Gott
- Das Bei-mir-tragen und Lesen der kleinen CiG-Gebetskärtchen (Beispiel siehe nächste Seite)
- Begrüßungs- oder Verabschiedungsrituale mit meinen Patienten in Form von einer bestimmten Frage oder immer demselben Satz....

- Bewusstes Händewaschen auch in Verbindung mit dem Summen eines Taizes-Liedes z. B. „Meine Hoffnung und meine Freude...“
- Ordnen und Dokumentieren von Patientendaten
- Das Anziehen der Berufskleidung vergleichbar mit dem Anziehen einer Ausrüstung, die mich für den heutigen Berufstag ausstattet mit dem, was ich benötige
- Bewusstes Ausatmen, bevor ich in einen (schwierigen) Patientenkontakt trete
- Beim Einatmen die Hände hochheben und Gottes Segen und Kraft aufnehmen, beim Ausatmen die Hände vom Körper weg bewegen und loslassen
- Bevor ich zu einem Hausbesuch gehe, mir ins Gedächtnis rufen: „Da wo ich hingehere, kommt nun auch der Herr!“



GEISTESGEGENWART IM BERUF – AM ANFANG DER TÄGLICHEN ARBEITSZEIT

Zuerst denken wir über Jesus nach – und dann gehen wir hinaus um zu entdecken, wie er sich verkleidet hat.
(Mutter Theresa)

Mein Gott, ich gebe diese Arbeitszeit in Deine Hände – mit dem, was ich mitbringe und dem, was vor mir liegt. Du siehst mich und begleitest mich. Öffne mir Augen, Ohren und Herz, damit ich Dich, Jesus, entdecken kann in den Menschen und Situationen meiner Arbeitszeit.

Schenk mir Deinen Heiligen Geist, damit ich in Deinem Geist zuhören und schweigen, reden und handeln kann. Schenk mir Weisheit und fachliches Gelingen, dass ich Ausdruck Deiner Liebe und Fürsorge, Deines Trostes und Deiner Heilung bin.

Von Dir erfahre ich Wertschätzung für meinen Einsatz, auch für das, was wenig sichtbar ist. Danke.

„Ich will Dich segnen und Du sollst ein Segen sein“. Diese Verheißung nehme ich mit in die vor mir liegende Arbeitszeit.
Amen.

GEISTESGEGENWART IM BERUF – AM ENDE DER TÄGLICHEN ARBEITSZEIT

Wer Gott am Kreuz Jesu Christi gefunden hat, weiß, wie wunderbarlich sich Gott in dieser Welt verbirgt und wie er gerade dort am nächsten ist, wo wir ihn am fernsten glauben.
(Dietrich Bonhoeffer)

Mein Gott, ich gebe diese Arbeitszeit in Deine Hände – mit dem, was mir gelungen scheint und dem, was nicht. Du hast mich gesehen und begleitet. In welchem Menschen bist Du mir besonders begegnet, in welcher Situation?

Was war in Deinen Augen kostbar?
Was willst Du vergeben, was heilen?

Von Dir erfahre ich Wertschätzung für meinen Einsatz, auch für das, was wenig sichtbar war. Danke.

Die Menschen und Themen vertraue ich Deiner Fürsorge an. „Siehe, Ich bin bei Euch alle Tage“, ist Deine Verheißung.
Amen.



Anzeige



**Klinik
Hohe Mark**

Die DGD Klinik Hohe Mark (Oberursel / Frankfurt am Main) ist eine gemeinnützige Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Suchtmedizin. Für Patientinnen und Patienten ist die Klinik ein Ort der Hoffnung und Heilung, für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein „Great Place to Work“.



FACHLICH KOMPETENT | CHRISTLICH ENGAGIERT | HERZLICH ZUGEWANDT

Weitere Informationen:
→ [hohemark.de](https://www.hohemark.de)

Stellenangebote unter
→ [bewerben-bei-hohemark.de](https://www.bewerben-bei-hohemark.de)
(oder QR Code unten rechts)

DGD Klinik Hohe Mark
Friedländerstraße 2
61440 Oberursel
Tel. 06171 204-0
info@hohemark.de



Ziel erreicht: Wenn ein Hilfswerk überflüssig wird

Viele mildtätige Werke verfolgen in ihrem Engagement den Ansatz „Hilfe zur Selbsthilfe“. Das Ziel, sich selbst überflüssig zu machen, wird nur selten erreicht. Die Sachverhalte sind oft zu komplex und die Umstände zu schwierig, als dass sich die Verantwortlichen aus der lokalen Arbeit zurückziehen könnten. Umso schöner, wenn das gelingt!

Die Medizinische Nothilfe Albanien e.V. (MNA) hat erreicht, wovon viele gemeinnützige Organisationen träumen: Ihr lokales Projekt hat die fachliche Selbstständigkeit erlangt. Nach 30 Jahren, in denen die MNA zahlreiche Projekte umgesetzt hat, laufen deren Fäden seit 2015 im neuen interdisziplinären Reha-Zentrum Qendra Drita e Shpresës (QDeS) in Pogradec zusammen. Die MNA darf sich aus der Verantwortung zurückziehen und löst sich nach einem Mitgliederbeschluss zum 30.9.2024 auf.

Albanien ist eines der ärmsten Länder in Europa. Es gibt dort kein Krankenkassensystem. Die Patienten müssen im Regelfall medizinische Maßnahmen selbst finanzieren. Mit-

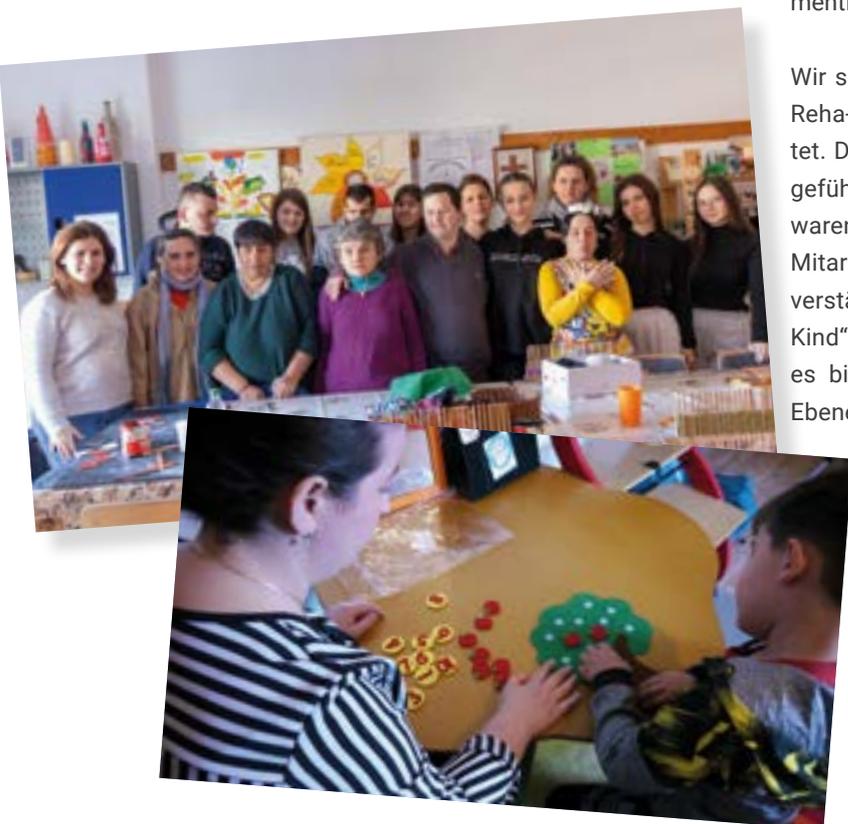
tellose, Arme, Kranke und Behinderte sind aus diesem Grund oft unterversorgt. Im Qendra Drita e Shpresës werden mittellose Patienten kostenfrei behandelt. Alle anderen Patienten müssen, ganz nach ihren finanziellen Möglichkeiten, die Maßnahmen anteilig oder vollständig finanzieren. Das entstehende Defizit wird durch Spenden getragen.

Peter Braun ist seit 20 Jahren ehrenamtlich für die MNA aktiv und war selbst sehr viele Male in Albanien. Vor 14 Jahren wurde er in den Vorstand gewählt und ist seit 8 Jahren Vorstandsvorsitzender. Er erzählt:

„Von Beginn an hatten wir die Vision, dass eines Tages die Arbeit selbst gesteuert und weiterentwickelt werden kann. Um die Voraussetzungen dafür zu schaffen, lag von Anbeginn ein Schwerpunkt in der Ausbildung und Schulung von medizinischen, therapeutischen und heilpädagogischen Fachkräften. Stück für Stück wurde die Erlangung der Selbstständigkeit vorangetrieben. Wichtige Zwischenziele waren die Gründung eines autonomen albanischen Trägervereins und die Implementierung einer albanischen Geschäftsführung.

Wir sind sehr dankbar und stolz, dass es gelungen ist, das Reha-Zentrum so zu entwickeln, dass es eigenständig arbeitet. Die MNA hat sich in der Rolle der „fürsorglichen Eltern“ gefühlt. Wenn unser ‚albanisches Kind‘ in Not war, dann waren wir mit Rat, Tat, Geld und Gebet für die albanischen Mitarbeiter und die kleinen und großen Patienten da. Selbstverständlich fällt es uns nicht leicht, „unser albanisches Kind“ in die Eigenständigkeit zu entlassen. Besonders, weil es bisher zwar auf fachlicher, nicht aber auf finanzieller Ebene selbstständig ist.

Seit bald 2 Jahren sind wir mit der christlichen Hilfsorganisation ora Kinderhilfe international e.V. mit Sitz in Berlin im Kontakt. Wir sind sehr dankbar, dass wir in ora einen neuen Partner für unsere Albanienarbeit gewinnen durften. Ora war nie, so wie die MNA, für das Reha-Zentrum in der Elternrolle. Das Verhältnis zwischen dem „Qendra Drita e





„WIR GLAUBEN, DASS HEUTE DER RICHTIGE ZEITPUNKT GEKOMMEN IST, UM DIE VERANTWORTUNG IN NEUE HÄNDE ZU ÜBERGEBEN.“

Shpresës“ und ora war von Anfang an auf partnerschaftlicher Augenhöhe. Aus unserer Sicht ist dies die beste Voraussetzung, dass sich die Albanienarbeit eigenständig und selbstbewusst weiterentwickeln kann.

Wir glauben, dass trotz aller Zweifel und mancher sorgenvoller Gedanken heute der richtige Zeitpunkt gekommen ist, um die Verantwortung in neue Hände zu übergeben.“

Ab sofort steht ora Kinderhilfe international e.V. dem Reha-Zentrum zur Seite. Das christliche Hilfswerk, das 1981 gegründet wurde und insgesamt an 40 Projektstandorten in 12 Ländern in Osteuropa und Afrika tätig ist, hat die Herausforderung angenommen, das Zentrum weiter in die finanzielle Eigenständigkeit zu führen. Alle Spenden leitet ora, das seit 2006 ununterbrochen das DZI-Spendensiegel trägt, direkt an das Reha-Zentrum Qendra Drita e Shpresës weiter. Informationen: www.ora-kinderhilfe.de

Peter Braun,

Psychotherapeut und Sozialpädagoge,
Vorstandsvorsitzender der MNA,
Kaufering



Die besondere Verbundenheit bleibt

In den Anfängen von MNA stand eine Arbeitsgruppe innerhalb des gemeinnützigen Vereines Christen im Gesundheitswesen (CiG), bevor sich in den 90er Jahren daraus der eigenständige Verein MNA entwickelte. Viele Mitarbeitende von CiG unterstützten durch Einsätze in Albanien, durch Gebet und Finanzen diese kostbare Arbeit.

Als Vorsitzender von CiG sage ich von Herzen Dank für die segensreiche MNA-Arbeit, die Treue im Dienst für die kranken, behinderten und notleidenden Albaner, den Mut, das Reha-Zentrum aufzubauen und die Weitsicht, eine albanische Selbständigkeit anzustreben. Mein Dank gilt besonders denen, die konkret Verantwortung übernommen haben – sei es in den medizinischen Einsätzen, den Transporten von Hilfsgütern, der fachlichen Arbeit im Zentrum, aber auch den vielen, die in Deutschland sich eingesetzt haben. Besonders danken möchte ich denen, die im Vorstand von MNA so viel Verantwortung getragen haben und Johannes Goldammer, der mit großem Einsatz die Geschäftsstelle von MNA geleitet hat.

Die besondere Verbundenheit mit dem Zentrum in Pogradec möge für viele der langjährigen CiG-Freunde bestehen bleiben, auch wenn jetzt der Staffelstab an ora Kinderhilfe international e.V. weiter gereicht wird. ■

Dr. med. Georg Schiffner, Vorsitzender
Christen im Gesundheitswesen e.V.

HEILSAM

GESUNDHEIT FÖRDERN IN KIRCHENGEMEINDEN



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



BESUCHEN, BEGLEITEN, STÄRKEN

LIEBER LESER, LIEBE LESERIN,

in der Projektleitung der Fachstelle für Gesundheitsfragen in Kirchengemeinden darf ich in verschiedenste christliche Gemeinden und Gemeinschaften hineinschauen. Ich bin berührt von der Vielfalt an Formen und Ideen, Menschen in Krankheit und Not tröstend und heilend zu begleiten. In vielen Gemeinden sind Besuchsdienste und Seelsorgende engagiert, gibt es besondere Gebetsangebote und Fürbittendienste, werden Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen wertgeschätzt und einbezogen. Hiervon weiterzusagen und bewährte oder neue Gestaltungsideen auszutauschen, ist eine schöne Aufgabe in der Fachstelle – z.B. über die ChrisCare-Rubrik „Heilsam – Gesundheit fördern in Kirchengemeinden“. Auch durch Fortbildungsimpulse die christliche Gesundheitskompetenz in Gemeinden zu fördern, ist ein lohnenswertes Ziel.

Denn die Suche nach Fürsorge-Gemeinschaften (caring communities) in unserer Gesellschaft ist groß. Mit der Stärke stützender Spiritualität sind auch aus sozial-medizinischer Sicht christliche Gemeinden gefragt, ihr heilsames Potential in die Gesellschaft einzubringen. Vielerorts engagieren sich hier Gemeindemitglieder, im Geist Jesu Menschen in Krankheit und Not zu besuchen, begleiten und zu stärken.

Der Beitrag „Katholische Gemeinde wird aktiv: Hilfe nach Krankenhausentlassung für ältere Menschen“ ermutigt, konkrete Bedarfe in der gemeindlichen Gesundheitsfürsorge zu erkennen und sich auf den Weg nach Antworten zu machen. Dabei geht es oft um Vernetzung zwischen Gemeindemitgliedern und dem Umfeld des Gesundheitswesens – wie hier z.B. dem

nahe gelegenen Krankenhaus. Der Allgemeinmediziner Dr. Johannes Imdahl gibt Einblick in den Entwicklungsprozess. Eine oftmals herausfordernde Aufgabe von Kirchengemeinden ist die Begleitung und Einbeziehung von Menschen mit psychischen Erkrankungen. Dr. Eva Sperber schreibt aus ihrer Erfahrung als Psychiaterin und Psychotherapeutin über ihre Wünsche an Gemeinden. Wie kann hier in geschütztem Rahmen eine wertschätzende und hilfreiche Begleitung aussehen? Heinz-Günther Kaye und Bengt Grünhagen beschreiben Praxisbeispiele aus ihrem Gemeindekontext. Sie machen Mut, freundschaftliche Begleitung und heilsame Erfahrungen zu ermöglichen.

Passend zum Thema der Gesamtausgabe dieser ChrisCare beschreiben Dr. Volker Brandes und Dr. Reinhard Steffen im „Praxistipp“, wie in Gottesdiensten für kranke Menschen eine Einladung zur Krankensalbung formuliert werden kann. Eine allgemein verständliche Einladung ist hilfreich, damit dieses heilsame Ritual in ökumenischer Breite wiederentdeckt und erfahrbar wird. Dieser Praxistipp stammt aus langjährigen Erfahrungen in den ökumenischen Patientengottesdiensten.

Dr. med. Georg Schiffner
Projektleitung Fachstelle für Gesundheitsfragen in Kirchengemeinden



KATHOLISCHE GEMEINDE WIRD AKTIV:

HILFE NACH KRANKENHAUSENTLASSUNG FÜR ÄLTERE MENSCHEN

Wie in vielen christlichen Gemeinden nimmt auch in unserer kleinen katholischen Kirchengemeinde am Stadtrand von Hamburg der Anteil an alten Menschen zu. Viele dieser alten Menschen leben alleine und einige haben keine Angehörigen mehr. Wenn diese Menschen krank werden und ins Krankenhaus müssen, wird es bei der Entlassung aus der stationären Behandlung oft schwer, die Rückkehr in den Alltag zu bewerkstelligen - sei es, dass sie noch nicht wieder so mobil sind, sei es, dass sie noch pflegerische Hilfe brauchen. Ohne Angehörige oder auch mit einem überforderten Partner oder Angehörigen wird es dann schwierig. Pflegerische Dinge können über die Verordnung einer häuslichen Pflege durch den Hausarzt gelöst werden. Die häusliche Versorgung oder auch der seelische Beistand bei der Wiedereingewöhnung in den Alltag kann jedoch keine Verordnung übernehmen.

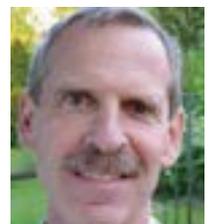
Genau da setzt unsere Idee eines Besuchsdienstes der Gemeinde an. Wenn wir in der Kirchengemeinde Menschen finden, die bereit sind, ihren Nächsten in solchen Situationen beizustehen, könnten wir vielleicht hilfreich sein und die eine oder andere Einweisung in ein Pflegeheim - nur aus Mangel an alltäglicher Versorgung - vermeiden helfen. Ein Problem schien uns zu sein, dass wir oft gar nicht erfahren, dass ein Mitglied unserer Gemeinde im Krankenhaus ist und eventuell Hilfe brauchen könnte. Daher sprachen wir den katholischen Krankenhausseelsorger des Krankenhauses an, in das die meisten Menschen aus unserem Ort eingewiesen werden. Dieser Seelsorger war sehr angetan von unserer Idee und sagte uns jede Unterstützung zu. Er erfährt, wenn ein katholischer Mitmensch ins Krankenhaus eingeliefert wird und sucht die, die dies wünschen auch auf. Wenn er dann im Gespräch erfährt, dass bei dem Patienten ein Versorgungsproblem entstehen könnte, kann er den Patienten über das Angebot unserer Kirchengemeinde, z. B. mit einem Flyer, informieren und der Patient selbst kann dann Kontakt mit Mitarbeitern des Besuchsdienstes aufnehmen. Sollte der Patient dazu nicht in der Lage sein, kann der Seelsorger anbieten, dass der Besuchsdienst den Patienten im Krankenhaus aufsucht und dann ggf. auch bei Gesprächen mit den

Krankenhausmitarbeitern übersetzen oder vermitteln. So könnte der Besuchsdienst auch beauftragt werden, Kontakt mit dem Hausarzt aufzunehmen, um die poststationäre Versorgung mit zu organisieren. In diesem Fall wäre auch die sonst sehr umständliche Schweigepflichtsentbindung durch den Patienten entbehrlich, wenn der Patient selbst die Anwesenheit des Besuchsdienstmitarbeiters beim Gespräch mit den Krankenhausmitarbeitern wünscht.

Ein Problem sehen wir darin, dass potentielle Mitarbeiter für den Besuchsdienst sich durch die Fülle der möglichen Einsatzgebiete und Themen überfordert fühlen könnten. Darum sollte auf die Neigungen und Fähigkeiten der Mitarbeitenden unbedingt Rücksicht genommen werden. Beginnen wollen wir mit niedrigschwelligen Dingen wie Besuchen der Patienten zuhause nach der Entlassung und Erfragen des Hilfebedarfs, um dann nach Lösungen zu suchen. Später könnte dann, vielleicht durch gemeinsame Schulungen mit den Krankenhausseelsorgern und evtl. auch dem Pflegeteam des Krankenhauses, zunehmend Kompetenz im Umgang mit hilfsbedürftigen Menschen vermittelt werden.

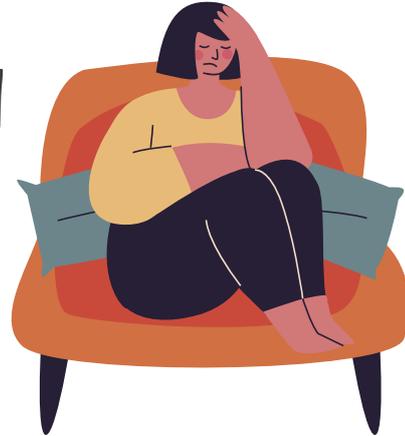
Noch stehen wir am Anfang unserer Idee und suchen nach einer guten und ansprechenden Form der Werbung in der Kirchengemeinde, um möglichst viele ehrenamtliche Mitarbeiter zu finden. Wir haben einen Flyer entworfen, den wir in der Kirche auslegen und auf den wir in den Vermeldungen nach dem Gottesdienst hinweisen wollen, um dann Interessierten unsere Idee zu erläutern. Als nächster Schritt schwebt uns der Entwurf eines Flyers mit Kontaktmöglichkeiten für die Patienten im Krankenhaus vor. Diesen Flyer wollen wir dann über die Verwaltung des Krankenhauses und die Krankenhausseelsorger verteilen lassen. ■

Dr. med. Johannes Imdahl,
 Facharzt für Allgemeinmedizin, ehemals
 Hausarzt und Gemeindevorstand der
 Katholischen Kirchengemeinde „Zu den
 Heiligen Engeln“, Glindede bei Hamburg





Gemeindemitglieder MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN begleiten



In Krankheitszeiten brauchen wir Trost, Begleitung oder auch praktische Hilfe. Während sich gesunde Gemeindemitglieder in körperliche Erkrankungen noch einigermaßen einfühlend fühlen können, ist dies bei psychischen Erkrankungen bedeutend schwieriger. Insbesondere Krankenbesuche in der Psychiatrie lösen Ängste aus. Auf diesem fremden Terrain ist wenig einschätzbar, was einem dort begegnet.

Worum geht es? Psychische Erkrankungen sind – wie körperliche – im Diagnosekatalog in ihrer spezifischen Symptomatik beschrieben. Es geht um definierbare Symptome, die bei Gesunden häufig Unverständnis, Angst oder Ärger auslösen. Man kann damit nicht umgehen und distanziert sich.

Am häufigsten ist mit folgenden Erkrankungen zu rechnen: Ängste, Depressionen, Essstörungen (Anorexie oder Bulimie), Persönlichkeitsstörungen (Borderline oder Narzissmus), Suchtentwicklungen (Cannabis, Alkohol, Internet- oder Spielsucht), gelegentlich auch schizophrene Erkrankungen.

Was ich mir für psychisch kranke Gemeindemitglieder wünsche: Eine psychische Krankheit sollte ernst genommen werden – wie eine körperliche Krankheit auch. Es macht keinen Sinn, Kranken ihre Symptomatik vorzuwerfen. Einen Menschen mit einem gebrochenen Bein würde man nicht tadeln, weil er nicht laufen kann. So kann man auch einen Angstpatienten nicht tadeln, wenn er Angst hat. Man kann aber erwarten, dass er daran arbeitet und andere nicht mit Stimmungen belastet, die er selbst bewältigen kann.

Genau hier liegt eine große Schwierigkeit. Es gilt zu differenzieren, wo Unterstützung benötigt wird und wo nicht. Hierzu braucht es gute und sachgerechte Information. Im Internet wird man mit dem ICD- Code (<https://www.icd-code.de/icd/code/ICD-10-GM.html>) oder dem korrekten medizinischen Begriff fündig. Gut gemeinte Ratschläge sind in der Regel fehl am Platz.

Die meisten psychischen Erkrankungen brauchen einen geschützten Rahmen. Deshalb kann es sinnvoll sein, einem psychisch kranken Gemeindemitglied einen oder mehrere Ansprechpartner zuzuordnen – Menschen, die bereit sind, sich zu informieren und sich vorurteilsfrei auf Augenhöhe einzufühlen. Für Wünsche und Bedürfnisse sind dann diese Personen zuständig und die anderen nicht. Das entlastet die anderen Gemeindeglieder.

Aber Vorsicht: Nur wer sich im Bedarfsfall abgrenzen kann – und darf! –, kann sich auch mit ganzem Herzen engagieren. Deshalb sollte sehr klar abgesprochen werden, was der Patient braucht und was die anderen bereit sind zu leisten. Bei mehreren Fällen dieser Art innerhalb einer Gemeinde kann auch ein eigener Hauskreis sinnvoll sein. Diese Vertrauenspersonen sind wichtige Unterstützer im therapeutischen Netzwerk, ersetzen aber keine fachliche Behandlung. Im Idealfall unterstützen sie diese und wirken darauf hin, dass sie genutzt wird, insbesondere in Krisen.

Und nicht zuletzt: Niemand will nur geben oder nur empfangen. Alle kranken Menschen haben auch gesunde Kompetenzen. Deshalb sollten psychisch Erkrankte auch immer in den normalen Gemeindeablauf eingebunden werden und Aufgaben übernehmen. ■

Dr. med. Eva Sperber,
Fachärztin für Psychiatrie
und Psychotherapie,
Ludwigshafen

Seelisch Gesundende UND GEMEINDE

Über meinem persönlichen Kleingruppen-Dienst, der Emmaus-Gemeinschaft (die bereits in ChrisCare 4/23 vorgestellt wurde) steht das Schlüsselwort „Freundschaft“. Dieses Wort ist es, was mich im Kern antreibt. Durch das wachsende Vertrauen und die innige Freundschaft zu Jesus führe ich heute ein erfülltes, erwartungsvolles Leben, auch wenn einmal ein Tal kommt. Das möchte ich gerne an meine Gruppe weiter vermitteln.

Ich bin überzeugt, dass, wenn ich vor meinen drei Jahren der „Finsternis“ (Depression/Psychose) kurz nach der Jahrtausendwende schon echte Freunde gehabt hätte, wäre ich möglicherweise nie so schwer erkrankt. Mit meinen existenziellen Problemen war ich damals aber vollkommen allein. Auch meinen heute besten Freund aus Nazareth (Jesus Christus) kannte ich leider noch nicht. In ihm habe ich heute jeden Morgen die Möglichkeit, ihm vollkommen offenherzig und hemmungslos mein Herz auszuschütten. Dann ist der „Schornstein meiner Seele“ immer wieder sauber.

Wenn, wie zumindest in einer großen Kirchengemeinde, viele Menschen zusammenkommen, entwickeln sich Beziehungen meist nur oberflächlich. Wer introvertiert ist, findet meist keine enge Bindung. Menschen mit seelischen Schwierigkeiten bleiben da leicht außen vor.

Es sind Kleingruppen, in denen sich Menschen leichter näherkommen können. Ähnliche Lebensläufe und Schwierigkeiten schaffen ein Klima, in dem leichter eine freundschaftliche Annäherung stattfinden kann. Es entsteht ein freundschaftlicher Schutzraum, in dem sich Menschen tiefer begegnen können. Natürlich mit der ungeschriebenen Regel, dass keine Internas den Raum verlassen dürfen. Ganz simpel findet auf diese Art und Weise schon eine Basis-Seelsorge in der Gruppe statt.

„DANN IST DER "SCHORN-STEIN MEINER SEELE" IMMER WIEDER SAUBER.“

Nach unserem Leitspruch: „Einer trage des Anderen Last, so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen“ (Gal. 6,2), können wir uns in unserer christlichen Selbsthilfegruppe unsere Sorgen von der Seele reden. In einer Gebetsrunde geben wir alles an unseren Freund Jesus weiter. Als Gruppenleiter bin ich mental nie jemand gewesen, der ein Ehrenamt sozusagen ausübte. In meiner Intention war ich schon immer ein Freund meiner Gäste, der in freundschaftlicher Art Freundschaften untereinander und zu Jesus vermittelte.

Der Selbsthilfecharakter unserer Gemeinschaft hat sich auch dadurch gezeigt, dass wir Strategien der Selbstfürsorge austauschen, wenn jemand eine schwierige Lebensphase durchlaufen muss. Zum Beispiel stehen ganz praktisch eine gute Schlafkultur, viel Bewegung und eine gute Tagesstruktur an erster Stelle. Ich selber schaue und höre dann keine Nachrichten, singe viel und schreibe Andachten, Aufsätze und Kurzgeschichten, in denen ich meine Probleme verarbeite. Die Idee, dass Menschen mit „Lebenserschütterungen“ gemeinsam auf dem „Weg nach Emmaus“ sind und auf ihrem Weg einen ihnen erst unbekanntem Jesus immer mehr kennen lernen, motiviert mich auch weiterhin. ■

Heinz-Günther Kaye,
Leiter der Emmaus-Gemeinschaft,
Hannover





Gemeinde ALS HEILENDER RAUM

In den Treffen der zwei Gemeinde-Hauskreise, die ich betreue, begegne ich regelmäßig Personen, die unter Symptomen leiden, die chronischen Krankheitsbildern aus dem Bereich der Psychiatrie zuzuordnen sind. Zwei Teilnehmende aus dieser Personengruppe möchte ich vorstellen.

Da ist Michael (so nenne ich ihn in diesem Beitrag), 63 Jahre alt mit sehr bewegter Biografie. Trotz bereits im Kindesalter festgestellter Auffälligkeiten gelang ihm ein Sonderschulabschluss. Michael erlebte Phasen der Drogenabhängigkeit und Obdachlosigkeit. Nach einem Suizidversuch fand er zum christlichen Glauben und ließ sich taufen. Gern berichtet er immer wieder davon, „wie der Herr mich vor dem Schlimmsten bewahrt hat und ihn jetzt bei jedem Schritt begleitet“. Michael fand eine Tätigkeit beim Grünflächenamt und lernte mit einer eigenen Wohnung zurecht zu kommen. Inzwischen ist er wegen Erwerbsunfähigkeit frühberentet.

Michael ist einer der treuesten Hauskreisteilnehmer. Er erscheint in der Regel eine halbe Stunde früher. Dann bin ich darauf gefasst, dass Michael mir auf spannende Weise erzählt, wie es ihm gelungen ist, trotz langer Reise, entweder mit dem ICE oder dem Flugzeug, manchmal auch mit dem Flixbus von einer der Großstädte Europas dennoch pünktlich angekommen zu sein. Ja, seine sehr intelligenten, aber dennoch pathologischen Phantasien, sind eines seiner Probleme. Es liegt dann an mir, sein Interesse auf andere Themen zu lenken, die er dankbar aufgreift. Wenn dann in der Gebetsgemeinschaft eine Teilnehmerin davon berichtet, dass der Schwager ihrer Bekannten am Telefon von einem Auslandsaufenthalt erzählt, obwohl er in Wirklichkeit im Krankenhaus war, zeigt Michael dafür volles Verständnis – und eines seiner wertvollen Eigenschaften – sehr viel Empathie.

Er hat ein gutes Gedächtnis für die persönlichen Anliegen der Teilnehmenden und fragt dann auch gezielt nach deren aktuellem Ergehen. Das Bibelgespräch verfolgt Michael hochkonzentriert und bereichert es an passender Stelle durch gute Fragen und Beiträge. Er spricht immer wieder davon, wie wichtig ihm, wie er es sagt „die Zeit mit dem Herrn und seinem Wort“ ist. Michael genießt es, die reale Welt des

Glaubens mit anderen zu teilen. Da ist er frei von dem Druck kranker Phantasien.

Und da ist Ingrid (so heißt sie nur in diesem Beitrag). Auch sie ist regelmäßige Teilnehmerin des anderen Hauskreises, den ich betreue. Ingrid ist ca. 40 Jahre alt und leidet unter anderem unter Angst- und Panikzuständen und gelegentlichem oder auch länger auftretendem Hören von Stimmen, worunter sie sehr leidet. Eine ärztliche Begleitung nimmt sie sorgfältig wahr. Dennoch treten die genannten Symptome immer wieder auf. Als Teilnehmende unseres Hauskreises nehmen wir diese von ihr mitgeteilte Tatsache regelmäßig als Gebetsanliegen in die gemeinsame Fürbitte mit auf. In den Hauskreistreffen, die einen Austausch zu einem Bibeltext mit anschließender Gebetsgemeinschaft zu persönlichen Anliegen zum Inhalt haben, ist sie mit hoher Konzentration anwesend und zeigt bei gelegentlichen Beiträgen ein erstaunliches Bibelwissen, was auf persönlichen Umgang mit der Bibel schließen lässt. Obwohl in den Treffen unseres Hauskreises nichts „Spektakuläres“ geschieht, bringt Ingrid ihre Dankbarkeit für das Erlebte im persönlichen Gebet mit solchen Formulierungen wie „Danke, Herr, für die Heilung“ oder „Danke, dass die Angst weg ist“ zum Ausdruck.

Solche Erfahrungen, wie ich sie bei den vorgestellten Personen miterleben darf, sind für mich ein ermutigender Hinweis dafür, dass dort, wo sich Gemeinde unseres Herrn trifft, ein heilender Raum vorhanden ist. ■

Bengt Grünhagen,
Physiotherapeut, wohnhaft in Berlin,
Hauskreisleiter in zwei evangelisch-freikirchlichen Gemeinden



KRANKENSALBUNG

EIN HEILSAMES RITUAL WIEDERENTDECKT

Der Hamburger Arzt Dr. med. Volker Brandes und Pastor i. R. Dr. theol. Reinhard Steffen haben eine Einladung zur Krankensalbung formuliert, wie sie sich in ökumenischen Patientengottesdiensten bewährt hat:

LIEBE BESUCHER UNSERES PATIENTENGOTTESDIENSTES,

wir möchten Sie herzlich zu einer persönlichen Segnung mit dem Angebot einer Krankensalbung einladen.

Segnung und Krankensalbung sind von Beginn der christlichen Kirche an sichtbare Zeichen dafür, dass Gott unser Leben mit seiner Liebe berühren möchte.

Alle unsere Probleme dürfen wir hierbei vor Gott ausbreiten und uns segnen lassen.

Krankheit, Schmerz, Trauer und Ängste bringen wir vor ihn. Vielleicht steht jemand vor einer Chemotherapie oder einer Operation, vielleicht hat jemand gerade eine belastende Diagnose bekommen. Wenn Sie gerade einen lieben Menschen verloren haben, können Sie mit all dem Schmerz und Ihrer Trauer kommen.

Vielleicht haben Sie das erste Mal in Ihrem Leben das Bedürfnis, Gott Ihr Leben anzuvertrauen, dann sind Sie herzlich eingeladen, zur Segnung zu kommen.

Bei der Segnung werden wir Ihr Anliegen, wenn Sie es nennen möchten, als Fürbitte vor Gott tragen. Das kann auch eine Fürbitte für einen anderen Menschen sein, der Ihnen am Herzen liegt.

Bei der Segnung und Salbung wird Ihnen mit Salböl ein Kreuz auf Ihre Stirn und Ihre Handinnenflächen gezeichnet. Hierbei sprechen wir Ihnen zu: Nimm hin das Zeichen deines Erlösers, Jesus Christus! Dabei schließen Sie Ihre Hände und wir segnen Sie im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes! ■

IMPRESSUM:

Heilsam ist Teil des Magazins ChrisCare. Er erscheint im Verlag Frank Fornaçon und wird inhaltlich verantwortet von der Fachstelle für Gesundheitsfragen in Kirchengemeinden (FaGeK). Redaktion Frank Fornaçon (ViSDP). Copyright: Christen im Gesundheitswesen e.V., Reinbek, Gestaltung: Hallo!Rot, Singen, Druck: Druck- und Verlagshaus Thiele & Schwarz Kassel, Redaktionsanschrift: Verlag FF, Am Gewende 11, 34292 Ahnatal

Fachrat (FaGeK): Dr. Volker Brandes, FA für Urologie (Hamburg); Dr. Elisabeth Dissmann, FÄ für Allgemeinmedizin (Bielefeld); Frank Fornaçon, Pastor i.R. (Kassel); Bengt Grünhagen, Physiotherapeut (Berlin); Dr. Johannes Imdahl, FA für Allgemeinmedizin (Glinde); PD Dr. Bernd Metzner, FA für Innere Medizin / Hämato-Onkologie (Oldenburg); Dr. Georg Schiffner, FA für Innere Medizin / Geriatrie u. Palliativmedizin (Aumühle); Dr. Eva Sperber, FÄ für Psychiatrie / Psychotherapie (Ludwigshafen)

ICH BIN NICHT *der Berufsheilige*

André Carouge, Pastor, Feuerwehrmann, Notfallseelsorger. Der 54-jährige lebt in Remscheid und ist einer der wenigen hauptamtlichen Notfallseelsorger in Deutschland. Gemeinsam mit einem landeskirchlichen Kollegen koordiniert er seit 2022 die Notfallseelsorge im Kreis Mettmann. Er ist verantwortlich für die Einsatzplanung der 70 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, trifft Absprachen mit der Leitstelle, mit dem Kreisbrandmeister und einzelnen Feuerwehren. Er bietet mit seinem Kollegen rund um die Uhr einen Hintergrunddienst für die diensthabenden Kolleginnen und Kollegen und die Leitstelle. Zum Alltag gehören auch die Einsatzleitung bei personalintensiven Einsätzen (Großeinsatzlagen) und die Begleitung der ehrenamtlichen Mitarbeiter einschließlich der Einsatznachbereitung. Gleichzeitig ist Carouge Seelsorger für Einsatzkräfte von Feuerwehr und Rettungsdienst, unterstützt sie vor, während und nach den Einsätzen.

GESPANNT, WAS DER TAG BRINGT

André Carouge: „Man weiß nie, was am Tag passiert, wenn man morgens aufsteht. Es kann ruhig sein, es kann gar nicht ruhig sein und von daher bin ich da immer ganz gespannt drauf, wie die Tage so verlaufen. Ich bin mittlerweile Hauptbrandmeister, darf also im Einsatz auch als Fahrzeugführer fungieren und habe da auch einen Stallgeruch und bin nicht der Berufsheilige, der auf irgendwelchen Wachen rumturnt.“ Zum praktischen Ablauf eines Einsatzes meint der Pastor, der vor 25 Jahren über die Notfallseelsorge zur Feuerwehr kam: „Notärzte oder Polizei fragen vor Ort, ob Angehörige oder Zeugen die Notfallseelsorge als Ansprechpartner wünschen. Dann werden wir alarmiert, fahren immer zu zweit und stellen uns als Teil vom Team vor, dass uns angefordert hat. Wir tasten uns ganz langsam in Situationen rein. Wir begegnen ja Menschen ganz unterschiedlicher Herkunft und Religion. Dann fragen wir uns, was dieser Person jetzt gut täte.“ Dazu gehört, dass er still für die Menschen betet und dann schaut, welche Rituale für die jeweiligen Betroffenen passen oder ob man einfach nur da ist.

Der langjährige Gemeindepastor kennt auch die Unterschiede zwischen der Gemeindegeseelsorge und seiner jetzigen Tätigkeit: „Es gibt Unterschiede, ganz klar. Ich genieße manche Dinge, die ich heute nicht mehr tun muss, die ich frü-



her tun musste, häufige Sitzungen zum Beispiel. Manches ist aber auch gleich. Das Motto unseres Notfallseelsorgeteams 'Nah sein – Da sein' gilt ja auch in der Gemeindegeseelsorge. Der größte Unterschied: Es gibt Einsatzsituationen, in denen wir Menschen direktiv ansprechen müssen, nämlich dann, wenn sie das Gefahrenpotenzial, in dem sie sich gerade befinden, selbst nicht einschätzen können. Ich denke da an eine ältere Dame, die unbedingt zum brennenden Haus laufen wollte, wo ihre Familie noch vermisst wurde. Da braucht es dann eine klare Ansage. Das kenne ich natürlich aus dem Gemeindealltag nicht, wo man sehr

viel nondirektiv unterwegs war und nicht Menschen gesagt hat, was sie zu tun und zu lassen haben. Da muss man sich erstmal dran gewöhnen, aber in so einer Situation ist das manchmal lebenswichtig, das zu tun.“

Wichtig ist dem Notfallseelsorger, dass er an der Einsatzstelle erkennbar ist. Notfallseelsorger tragen lila Jacken, Feuerwehrleute tragen sandfarbene oder blau, der Rettungsdienst ist in rot-gelb gekleidet.

ZUNÄCHST BRAUCHT MAN EMPATHIE

André Carouge weiß auch, welche Qualifikation seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mitbringen müssen: „Zunächst braucht man Empathie. Man muss zuhören können. Und was sicherlich noch schwieriger ist als zuhören können, ist auch schweigen zu können. Situationen mit auszuhalten, einfach nah sein, da sein, dabei sein, nicht werten, nicht meine Schubladen aufmachen, bestimmte Situationen direkt einordnen und Schubladen zu. Es kommt darauf an, die Situation schnell erfassen zu können. Und auch mit offenen Situationen, die offen bleiben, umgehen zu können. Ich weiß von manchen Menschen, die ich begleitet habe, nicht, wie ihre Geschichte ausgegangen ist. Hat der Patient zum Beispiel überlebt oder nicht? Man muss mit offenen Situationen umgehen können und man braucht auch Bereitschaft zu intensiver Fortbildung und eigener Psychohygiene, damit man das auf Dauer auch machen kann.“

UND WER ENGAGIERT SICH IN DER NOTFALLSEELSORGE?

Früher gehörte es in der Regel zum Aufgabengebiet jeder Pastorin oder jedes Pastors. Aber der Wegfall vieler hauptamtlichen Stellen macht das unmöglich. „Wir arbeiten seit vielen Jahren mit Ehrenamtlichen, die wir dazu ausbilden, die eine seelsorgerliche Ausbildung bekommen mit dem Schwerpunkt und Fokus auf notfallseelsorgerliche Besonderheiten und verschiedene Einsatzindikationen. Von daher ist es so, dass wir heutzutage wesentlich mehr ehrenamtlich als hauptamtlich - also die hauptamtlich in der Gemeinde arbeiten - Mitarbeitende in unserem System haben und sind da ganz glücklich mit, weil unsere Mitarbeiter ganz, ganz viel Expertise aus ihrem beruflichen Umfeld mitbringen. Da sind Lehrerinnen dabei und Lehrer, die uns beispielsweise beim Schulnotfall im System Schule gut begleiten können. Da sind Menschen dabei, die in Hospizarbeit hauptberuflich arbeiten und mit Sterbenden und Sterbebegleitung und Angehörigen und Trauernden sehr gut umgehen können. Wir haben auch einen Professor für Industrial Design bei uns, dazu auch Menschen, die Mediziner sind. Ärzte haben wir dabei, aber auch Leute, die im pflegerischen Bereich unterwegs sind, Altenpfleger, Krankenpfleger.“

NICHT NUR DIE LOVE-PARADE GEHT IHM NACH

2010 war André Carouge als Notfallseelsorger beim Love-Parade-Unglück in Duisburg dabei, damals noch als Gemeindepastor am Niederrhein. Seitdem hat er viele Einsätze erlebt. Manche kann er nicht vergessen: „Oft sind es für mich so die alltäglichen Einsätze, die mir nachgehen. Also da stirbt der Partner nach über 60 Ehejahren dramatisch, so dass plötzlich ein bisher wahrscheinlich schon fragiles Lebenskonzept ein jähes Ende findet oder der Verlust des einzigen Kindes nach einem Verkehrsunfall. Der Suizid, bei dem so viele Fragen für die Familie offenbleiben. Warum jetzt und gerade so? Also es sind eher so die kleinen, von der Gesellschaft unbemerkten Einsätze und Tragödien, die die wenigsten mitbekommen und die auch in keiner Presse zu lesen sind. Die gehen mir schon öfters nach als die großen.“

OB IN SEINER TÄTIGKEIT UND FÜR IHN PERSÖNLICH RITUALE EINE BESONDERE ROLLE SPIELEN?

André Carouge: „Wir gestalten Abschiede. An Einsatzstellen und im häuslichen Bereich. Nicht immer ist alles möglich und dann gilt es eben, kreativ zu sein und zu schauen, was ist möglich, was lässt auch die Kriminalpolizei, die bei ungeklärter Todesursache ja immer mit im Boot ist, zu. Was können die Kolleginnen und Kollegen selber einbringen, was wollen sie einbringen, was ist für das Gegenüber adäquat? Oft zünden wir Kerzen an, oft segnen wir Tote aus. Wir begleiten die Familie bis zum Leichenwagen, bis er vor der Haustür dann abfährt. Ein Kollege hat sehr eindrücklich erzählt, dass keiner den Verstorbenen mehr sehen wollte, aber die Angehörigen wollten auf alle Fälle mit zum Leichenwagen gehen und bevor er abgefahren ist, haben alle nochmal die Hand auf den Wagen gelegt. Eine ganz kurze Minute des Innehaltens, ein gutes Wort und so hat man den Angehörigen dann aus der Mitte verabschiedet. Das ist spannend, dafür ein Gespür zu haben und in der Situation etwas anzubieten, Menschen den Raum zu öffnen, sagen zu können: „Das möchte ich gerne oder lieber jetzt nicht.“



WIR WAREN DA

Carouge ist überzeugt, dass das zugewandte Tun manchmal sogar wichtiger als das gesprochene Wort ist. „Menschen wissen später nicht mehr, was wir gesagt haben, aber sehr wohl, dass wir bei ihnen waren und den Abschied zusammen mit ihnen gestaltet haben. Dass wir Zeit für sie hatten und geblieben sind, als alle anderen weg waren. Natürlich gibt es Rituale, die wir selber kennen. Um unsere Einsätze gut abzuschließen, hat jeder sicherlich seine eigenen. Ich bin jemand, der sehr bewusst Einsatzkleidung anzieht, Einsatzkleidung wieder auszieht. Bei uns im Kreis sind wir immer zu zweit unterwegs plus dem Fahrdienst. Wir nutzen die Zeiten auf dem Rückweg und manchmal auch darüber hinaus, um uns auszutauschen. Was haben wir eigentlich erlebt, was haben wir wahrgenommen? Was geht uns gerade noch nach, vielleicht auch noch mal einen Tag später.“

Die Art, wie man mit traumatischen Erlebnissen umgeht, haben sich gewandelt. Es wird daran gearbeitet, dass es in den Wachen eine Kultur gibt, zunächst über das Erlebte zu sprechen. „In meiner Stadt, in der ich lebe, gab es vor vielen Jahren einen Flugzeugabsturz. Meine ganz alten Feuerwehrkameraden in Remscheid, sie waren damals dabei und die erzählen, da wurde dann eine Flasche Hochprozentiges auf den Tisch gestellt, und das war dann die Verarbeitungsstrategie, da wurde getrunken und nach Hause gegangen. Das gibt es heute so nicht mehr, wir wollen die Kultur des Miteinander Redens.“ Bereits auf dem Rückweg vom Einsatzort zur Wache tauscht sich das Team nicht nur über Fachliches aus, sondern auch über die eigenen Gefühle und das, was eigene frühere Erfahrungen wieder lebendig werden lässt.

„NAH SEIN UND DA SEIN.“

”



„Es gibt einen sehr guten Satz, der kommt aus einer 37 Grad Sendung vom ZDF – irre lange her –, da sagt ein alter Feuerwehrmann: „Der Einsatz ist nicht beendet, wenn unsere Fahrzeuge wieder aufgefüllt, einsatzbereit auf der Wache stehen, sondern wenn der Helfer versorgt ist.“ Damit das geschieht, sind inzwischen flächendeckend psychologische Unterstützer im Einsatz, um bei dramatischen Fällen den Teams zur Seite zu stehen.“

EIN GLÜCKSFALL IM KIRCHENKREIS

Wenn Pastor Carouge über seine Wünsche für die Arbeit in Kirchengemeinden spricht, dann kommt er noch einmal auf seine Begeisterung für den Dienst der Notfallseelsorge zu sprechen: „In unserer Gesellschaft gibt es einen großen Bedeutungsverlust von Kirche. Davon bekomme ich in meinem Bereich gar nichts mit, im Gegenteil. Kirche wird als wesentlicher Player in diesem Bereich gesehen und geschätzt, gefordert und auch gefragt. Ich hab nur einmal in über 25 Jahren erlebt, dass sich einer über die Kirche Luft bei mir gemacht hat, über seinen Ärger mit Kirche, das konnte ich auch gut aushalten, das finde ich auch in Ordnung, dann war auch gut. Aber was ich vielmehr höre: `Ich war in Not und Kirche war da bei mir und für mich.` Und da erlebe ich es tatsächlich als einen Glücksfall, dass mein Kirchenkreis, in dem ich arbeiten darf, die Entscheidung getroffen hat, Notfallseelsorge und Kindergartenarbeit zu den beiden Flaggschiffen ihrer Arbeit zu machen. Und ich finde, dass diese Entscheidung weise war und auch in der Öffentlichkeit sehr wohlwollend wahrgenommen wird und denke natürlich immer auch an das Wort von Bonhoeffer. Kirche ist nur Kirche, wenn sie für andere da ist. Diesen Satz teile ich uneingeschränkt, wenn nicht in der Not, wann dann? Deshalb mag ich auch unser Motto: Nah sein und Da sein. ■

Das Gespräch führte Frank Fornaçon

AUSFÜHRLICHE FASSUNG
ZUM NACHHÖREN



SAVE THE DATE

CHRISTLICHER GESUNDHEITSKONGRESS

09. - 11. MAI 2025

ICH KÜMMERE MICH UM DICH

HEILEN, TRÖSTEN, BEGLEITEN IN GESUNDHEITSWESEN UND GEMEINDE

📍 KLOSTER VOLKENRODA, KÖRNER, THÜRINGEN

Sich umfassend zu kümmern, ist gar nicht so einfach. Kann ein hochtechnisiertes und eng getaktetes Gesundheitssystem den großen Bedarf an Fürsorge für kranke Menschen bewältigen? Diese Frage ruft nach innovativen Antworten. Wie können wir eine nachhaltige Care-Ethik etablieren, selbst wenn Fachkräfte knapp sind? Wie können wir Caring Communities in einer Gesellschaft fördern, die immer älter wird? Und wie können wir Spiritual Care inmitten kultureller und religiöser Vielfalt praktizieren und diskutieren? Mitten in diesem Spannungsfeld öffnet die Dynamik des christlichen Glaubens Türen zu neuen Horizonten: Wie kann eine Vision von Christian Care aussehen? Wir glauben, christliche Gemeinden und Gemeinschaften spielen hierbei eine wichtige Rolle: Wie können die hier meist ehrenamtlichen Dienste sich entwickeln?

Wir wollen zusammen erkunden, entdecken, gestalten. Und wo könnte das besser geschehen als in der inspirierenden Atmosphäre eines Klosters? Der Kongress bietet interaktive Begegnungen, zahlreiche Gesprächsmöglichkeiten und persönlichen Erfahrungsaustausch im Konferenzformat.

Egal, ob rustikal im Zelt oder im Bauwagen übernachten, in den komfortablen Zimmern des Klostergebäudes oder in den nahegelegenen Hotels – alle Generationen heißen wir willkommen.

Dass christlicher Glaube auch in Zeiten großer Umbrüche Orientierung und Kraftquelle sein kann, lässt sich gerade an diesem Kongressort erleben: Aus Trümmern wieder aufgebaut ist das Kloster Volkenroda zu einem Ort lebendiger christlicher Gemeinschaft mit ökumenischer Ausstrahlung geworden.

Wir begegnen der Klostersgemeinschaft und Jugendkommunität, diskutieren Impulse namhafter Referenten, gestalten Workshops und Seminare, feiern mit kreativer Kunst, Musik und gemeinsamen Aktionen das Miteinander im Geist Jesu. Wir entdecken neu den helfenden Auftrag und die persönliche Zusage: ICH KÜMMERE MICH UM DICH.

ALS HAUPTREFERENTEN MIT DABEI:

Prof. Ulrike Schleinschok, Stuttgart; Prof. Peter Zimmerling, Leipzig; Lena Levin, Jerusalem; Dr. René Hefti, Basel; Prof. Holger Böckel, Heidelberg; Dr. Nana Bimpong-Buta, Wuppertal; Dr. Michael Bendorf, Braunschweig

Weitere Informationen:

<https://christlicher-gesundheitskongress.de/>



EIN RITUAL ZEIGT MEHR ALS 1000 WORTE



ÜBER DIE GRENZEN VON GESPRÄCHEN UND DEN WERT VON RITUALEN

Die Trauerfeier meiner Großmutter: Ich habe sie sehr geliebt. Ich möchte mich zu ihr hindenken, ein letztes Mal Zwiesprache halten mit ihr. Aber der Sarg steht quer vor unseren Bänken. Auf welcher Seite ist ihr Kopf, ihr Gesicht? Wohin soll ich meine Gedanken richten? Die ganze Trauerfeier über bin ich nur mit dieser Frage beschäftigt, ich nehme nichts anderes wahr. Später draußen auf dem Friedhof die Grablegung. Am offenen Grab nimmt der Pfarrer meine kleine Schwester an die Hand, hält sie und steht an ihrer Seite. Ich erinnere mich damals wie heute an kein einziges Wort, das bei der Beerdigung gesprochen wurde, ich sehe nur diese beiden Szenen: als quälend den quer stehenden Sarg und das Nichtwissen, wie herum die Großmutter darin liegt – die verpatzte Ritualordnung schadet! Und als tröstlich den Pfarrer, der vor dem offenen Grab die Kleinste bei der Hand hält – man sieht: Da ist einer, der hält die, die es am meisten braucht. Ein Bild, eine Inszenierung wirkt mehr als 1000 Worte.

Im Krankenhaus in Chicago um zwei Uhr nachts: Eine 34-jährige Frau liegt im Koma und wird in den nächsten Stunden sterben. Ihr Ehemann und ihr Bruder sind da. Ich werde gerufen, um ihnen beizustehen. Aber sie sind aus Mexiko und können kein Englisch, ich kann kein Spanisch. Hilflos sitzen wir beieinander. Nach einiger Zeit zieht der Ehemann einen Rosenkranz aus der Tasche, beginnt mit rhythmischer Intonation zu beten und lässt die Perlen der Gebetschnur, an der er sich festhält, durch seine Finger gleiten. Ich bin vor Jahren aus der katholischen Kirche ausgetreten; das allmorgendliche Rosenkranzgebet im katholischen Nonnengymnasium habe ich in schlechter Erinnerung. Aber jetzt ist es tröstlich, gemeinsam etwas sagen und tun zu können. Die beiden Männer murmeln die Formeln auf Spanisch, ich synchron auf Deutsch, wir alle auf fremdem Boden in den USA, alle sprachlos und doch verbunden in dieser geliehenen Form und Sprache – und nicht nur miteinander verbunden, sondern (so schießt es mir durch den Kopf)

auch mit vielen anderen Menschen, die in diesem Moment in ihrer Not in vielen anderen Ländern und Sprachen dasselbe tun, um so wie wir Halt und Trost in dieser Handlung zu finden. Auch wenn ich es früher als tot und sinnentleert empfunden habe – jetzt spüre ich mit Erleichterung die Kraft dieses weltumspannenden Rituals.

ZEREMONIE ODER GESPRÄCH?

Wie habe ich mich als Krankenhausseelsorgerin am Beginn meiner Arbeit geärgert, wenn ich sterbenskranke Menschen und deren Angehörige tage- und nächtelang nach allen Regeln der Gesprächskunst begleitet hatte, und dann wurde am Schluss der katholische Priester gerufen, legte sich eine kleine Stola um, verschwand mit schwarzem Buch und Salbtopf im Sterbezimmer, war nach nicht einmal drei Minuten wieder draußen – und das war dann für die Betroffenen das Eigentliche. Jetzt, nach vollzogenen Ritualen, konnten und durften die Kranken in Frieden sterben. Ich war gekränkt: Drei Minuten Zeremonie – was war das gegenüber meinem durch den ganzen Krankenhausaufenthalt hindurch andauernden Beistand, das nächtliche Wachen und Ausharren, die vielen Gespräche? Es brauchte einige Erfahrung, bis ich verstand, dass das Ritual ganz andere Funktionen und Wirkweisen hat als das Gespräch und dass beide einander gut ergänzen:

- Das helfende, klientenzentrierte Gespräch dient der Steigerung der Bewusstheit über sich selbst. Der Klient kann im Dialog mit der helfenden Person

- sein Befinden und seine Gefühle unmittelbar zum Ausdruck bringen,
- seine Deutung und Bewertung seiner Lage reflektieren,
- seinen Beziehungs- und Selbstbildern nachgehen,
- sein Selbstverständnis und seine Erwartungen an das Leben klären und eventuell revidieren.

Das helfende Gespräch gleicht einer Expedition, bei der die helfende Person den Klienten dabei unterstützt, sich selbst zu erkunden. Es bedient sich diskursiver sprachlicher Mittel, um den unmittelbaren Selbstaussdruck des leidenden Menschen in ein strukturiertes, Halt gebendes Selbst- und Wirklichkeitsverständnis zu überführen.

Das Ritual dagegen befreit von der Zudringlichkeit der Unmittelbarkeit. Man muss nicht selbst die eigene Befindlichkeit ausdrücken, sich nicht selbst verstehen und reflektieren. Das Ritual bringt die eigene Situation quasi auf eine äußere Bühne, es bringt sie performativ zur Darstellung und in einen überindividuellen Zusammenhang. Es löst und hält zugleich. Emotionen können in einer geschützten Weise angesprochen beziehungsweise verflüssigt werden, gerade weil der feste Rahmen der geprägten Form sie kanalisiert und begrenzt. Man kann das im Sport beobachten, zum Beispiel bei Olympischen Spielen: Am Ende eines Wettkampfs taumelt der Sieger fassungslos umher wie trunken, er wirft sich in die Arme eines Kameraden, wirft sich zu Boden, springt wieder auf und hüpf hierhin und dorthin, er weiß gar nicht, wohin mit sich und seinen Emotionen. Da reicht ihm jemand die Fahne seines Landes, er nimmt sie und läuft mit erhobenen Armen eine Ehrenrunde – das geprägte Ritual gibt seinen unmittelbaren Impulsen eine Richtung, kanalisiert sie in eine würdevolle Ausdrucksform. Es stellt den Sportler zugleich in einen sozialen Rahmen, der seinem Tun und Erleben

einen höheren Sinn verleiht, denn die Fahne symbolisiert die Zugehörigkeit zu einer Nation, für die er gekämpft hat. Dann folgt für den Sportler wieder eine schutzlose Phase: Noch vor der Siegerehrung soll er der Presse Interviews geben. Wie hat er den Wettkampf erlebt, wie fühlt er sich jetzt als Sieger (vgl. das klientenzentrierte Gespräch!)? Der arme Mann kämpft mit seiner Rührung, er stammelt, er weiß nicht, was er sagen soll. Aber das Ritual der Siegerehrung öffnet wieder: Jetzt hat er die ganze Nationalhymne lang Zeit, seine Tränen fließen zu lassen und zugleich aufrecht zu stehen. Die haltende Form des Rituals erlaubt den kontrollierten Durchbruch der Gefühle.

EIN GESPRÄCH KANN AUCH ÜBERFORDERN

Ähnliches habe ich bei vielen Besuchen an Kranken- und Sterbebetten erlebt. Das Interview, also das Gespräch über das eigene Befinden, kann überfordern. Manche Patienten erzählen am Vorabend einer schweren Operation nicht von ihrer Angst, sondern davon, was sie vor dem Krankenhausaufenthalt noch erledigt haben, was nach ihrer Rückkehr ansteht, wie sie inzwischen an ihrem Platz im Leben fehlen werden. Oder von den technischen Details und den Erfolgsstatistiken der bevorstehenden Operationen. Sie möchten oder können sich selbst nicht wirklich ausdrücken, sie möchten auch mit dem Gespräch, das ihnen nicht angenehm ist, zu Ende kommen – es könnte peinlich werden. Aber wenn zum Gesprächsabschluss ein Ritual angeboten wird, wie im Kontext der Krankenseelsorge zum Beispiel ein Gebet oder Segen, dann fließen die Tränen, denn dann erlaubt die äußere Inszenierung die innere Beteiligung, dann kommt der Mensch bei sich selber an – und merkt zugleich, dass er nicht allein ist mit seinem Schicksal. Das Ritual lädt dazu ein, sich der äußeren Inszenierung einer geliehenen Symbolsprache zu überlassen und sich

in der geliehenen Form gemeinsam mit vielen anderen zu bergen, die vor, neben und nach einem selbst ein ähnliches Schicksal erlitten haben, ihm auf ähnliche Weise Ausdruck verliehen und darin Gemeinschaft, Trost und Stärkung fanden. Das Ritual bindet in eine Schicksalsgemeinschaft ein, es vergewissert den Einzelnen seiner Sozialität. „You'll never walk alone“, heißt in Bundesligastadien die inzwischen rituell eingespielte Fußballhymne. Sieg oder Niederlage – viele andere haben das auch erlebt und überlebt, du bist nicht allein. Das ist im Wesentlichen die Aussage der meisten Rituale. Darüber hinaus sind Rituale sozial anerkannt. Sie sind das, was man in bestimmten Situationen üblicherweise tut, und wenn man es getan hat, dann hat man das Richtige getan – das, was man tun konnte und sollte. Man hat sich nichts vorzuwerfen. Es ist alles gesagt und getan. Jetzt kann man lassen. Auch deshalb war das oben geschilderte Drei-Minuten-Ritual des Priesters so besonders entlastend für die Betroffenen.

ROUTINEN SIND KEINE RITUALE

Die heilsam-entlastende Funktion von Ritualen ist (nach einer jahrzehntelangen Ablehnung von Konventionen und Traditionen seit den 68er Jahren) inzwischen wiederentdeckt worden. Rituale haben Konjunktur. Jedoch ist nicht alles ein Ritual, was dafür gehalten oder als solches gepflegt wird. Das regelmäßige feierabendliche Eintauchen in die Teelicht-beschienene Badewanne zum Beispiel dürfte in den meisten Fällen kein Ritual sein, sondern eine Routine. Warum? Weil ihm mehrere der Merkmale fehlen, die echte Rituale auszeichnen.

DIE MERKMALE VON RITUALEN SIND:

- Regelmäßige Wiederholung einer formal immer gleichen, strukturierten Abfolge von performativen, sichtbar zur Darstellung gebrachten Handlungs-



„Rituale bieten einen festen Rahmen, der Menschen hilft, in unsicheren oder emotional belastenden Situationen Halt und Orientierung zu finden.“

schritten, zum Beispiel: Der Boxer marschiert in immer gleichem Outfit zu immer gleicher Musik und mit immer gleicher Gestik und Mimik in den Ring. Einem verstorbenen Menschen werden nach dem Tod immer die Augen zugedrückt, Körper und Gesicht werden immer mit einem Tuch bedeckt.

- Ästhetische, dramaturgisch stimmige Inszenierung, zum Beispiel: Siegerehrungen erfolgen in aufsteigender Reihenfolge von Platz drei nach Platz eins, wobei auch die Architektur des Podests abbildet, dass der erste Sieger auf der höchsten Ehrungsstufe über dem zweiten und dritten steht. Bei der Trauerfeier wird der Sarg so platziert, dass der Tote das Gesicht noch einmal den Hinterbliebenen zuwendet und dann mit den Füßen zuerst hinausgetragen wird.

- Symbolisches Ausdruckshandeln, das die Lage der Betroffenen zugleich zur Darstellung bringt und transzendiert, das heißt sie überschreitet und übersteigt, zum Beispiel: Der Sportler läuft die Ehrenrunde mit der Fahne seines Landes, die darauf verweist, dass er den Sieg nicht allein aus und für sich selbst errungen hat, sondern mit der Unterstützung und zur Ehre seines Landes. Der Tote wird bei der Beerdigung in die Erde gelegt und die Hinterbliebenen werfen Erde auf sei-

nen Sarg („Asche zu Asche, Staub zu Staub“). Das zeigt: Der Tote wird unwiederbringlich begraben und von den Lebenden getrennt, aber er wird geborgen in der (Mutter-)Erde, von der er genommen ist, und geht wieder in den Kreislauf des sich stets erneuernden Lebens ein.

- **Alltagsunterbrechung:** Rituale werden nicht nebenbei vollzogen, sondern bilden eine Zäsur in der Zeit, zum Beispiel: Die Olympiade findet nur alle vier Jahre statt, um als besondere Zeit aus dem Alltag zu ragen. Sonn- und Feiertage sind arbeitsfrei; die Geschäfte ruhen, damit man innehält, zur Ruhe und zur Besinnung kommt und das Leben heiligt. Zu Bestattungen geht man in feierlicher Kleidung und lässt alles andere stehen und liegen, das heißt, man unterbricht das Alltagsleben, um dem Tod Tribut zu zollen und den Verstorbenen gemeinsam die letzte Ehre und das letzte Geleit zu geben.

- **Gemeinschaftlichkeit / Sozialbezug:** Rituale werden von denjenigen gemeinsam vollzogen, die zu einer Gemeinschaft gehören. Das nachfeierabendliche Kerzenschein-Baden wäre also allenfalls dann ein Ritual (und nicht nur Routine), wenn man regelhaft mindestens zu zweit in die Wanne stiege, ein immer gleiches Geschehen unter dem Schaum inszenierte und damit etwas für alle Beteiligten gleichermaßen von besonderer Bedeutung zum Ausdruck brächte. Für sie sind sie bedeutsam, von ihnen werden sie verstanden und beherrscht. Wer die Rituale einer sozialen Gemeinschaft mitvollzieht, gehört dazu, er wird von den anderen Mitgliedern anerkannt und unterstützt. Rituale stiften so Identität für Einzelne und Gruppen beziehungsweise (Teil-)Gesellschaften, zum Beispiel im Fußball: Mannschaft und Fans tragen Farben und Symbole ihres Vereins und singen im Chor dessen Lieder. Bei Bestattungen tragen Kränze die Schleifen der Gemeinschaften, die sie gestiftet haben, und zeigen so, wer Anteil nimmt: Familie, Nachbarn, Arbeitskollegen, Firma des Verstorbenen etc.

- Nicht immer, aber häufig dienen Rituale auch der Inszenierung eines sozialen Statusübergangs, zum Beispiel: Die Schulabschlussfeier zeigt den Statusübergang des Absolventen vom Schüler zum Erwachsenen. Die Hochzeit zeigt den Statusübergang von Töchtern / Söhnen / Singles zum Ehepaar. Die Bestattung zeigt den Statusübergang des Verstorbenen von der Gemeinschaft der Lebendigen zur Gemeinschaft der Toten auf dem Friedhof sowie den Übergang der Lebenden von Kindern zu Waisen, von Eheleuten zu Verwitweteten etc. Das Ritual bringt die eigene Situation auf eine äußere Bühne,

es bringt die Situation zur Darstellung und in einen überindividuellen Zusammenhang. Daraus ergeben sich zusammenfassend die folgenden Funktionen von Ritualen:

- Darstellung und Strukturierung von sozialen Grundvollzügen einer Gemeinschaft und von Ordnungen des Raums, der Zeit, der Welt (z. B. jahreszeitliche Feiertage);
- Darstellung und Strukturierung von schicksalhaften, emotional überwältigenden Ereignissen (z. B. Tod und andere Übergänge an Lebenswenden);
- öffentlich inszenierte Bekanntmachung und Gestaltung von sozialen Statusübergängen (z. B. Initiationsrituale zur Aufnahme in eine Gemeinschaft);
- Exklusion und Inklusion, das heißt Darstellung von Zugehörigkeit und Nichtzugehörigkeit zu Gemeinschaften (s. o.);
- Strukturierung und Kanalisierung von Emotionen und Gedanken (Fließen lassen und Halten);
- Stabilisierung erschütterter Individuen und Gemeinschaften;
- eventuell Transzendierung des Vorfindlichen durch Verweis auf eine Wirklichkeit, die über das eigene Ergehen und Erleben hinausgeht (besonders durch religiöse Rituale).

EXKURS:

TRANSZENDIERENDE FUNKTION VON RITUALEN

„Ich weiß, dass ich nicht mehr lange zu leben habe, aber alles, was ich noch tun kann, will ich tun, solange ich es noch kann. Segnen Sie mich jetzt zum Leben und zum Sterben“, so sagte mir ein Patient. Der Segen gehört gemeinsam mit Gebet, Krankenabendmahl und Salbung zu den Ritualen, mit denen Christen am Krankenbett die Inhalte ihres Glaubens zur Darstellung bringen, um sie erfahrbar zu machen. Das Segensritual vermittelt dem Gesegneten erneuernde, vergewissernde Kraft im Blick auf seinen Selbstbezug und auf seinen Transzendenzbezug. Mit ausgebreiteten Armen oder unter Handauflegung spricht die priesterliche Figur ihrem Gegenüber zu: „Gott segne dich und behüte dich. Gott lasse das Angesicht leuchten über dir und sei dir gnädig. Gott erhebe das Angesicht auf dich und gebe dir Frieden.“

Psychologisch betrachtet knüpft diese Segenshandlung an frühkindliche Primärprozesse an und antwortet in ihren gestischen und sprachlichen Bildern auf unsere narzisstischen Bedürfnisse: ausgebreitete Arme und ein erhobenes, freundlich zugewandtes Gesicht über dir; Augen, die leuchten, weil sie dich ansehen, erinnern an den Glanz im Auge der Mutter, deren Gesicht über der Wiege des hilflos auf dem Rücken liegenden Babys leuchtet und die Ursehnsucht danach stillt, in Liebe angesehen zu sein. Angeboten wird damit ein Ort der Regression, die Progression ermöglicht. Aus theologischer Sicht ist das Subjekt des Segens nicht die Mutter oder deren Repräsentanz, sondern Gott, das heißt das Leben selber. Das deutsche Wort Segnen stammt vom lateinischen *signare, significare* = bezeichnen, Bedeutung geben, identifizieren ab. Wer gesegnet und mit dem Kreuz bezeichnet wird, wird identifiziert als von Gott angesehen und mit Bedeutung versehen – nämlich als geliebter Sohn oder als geliebte Tochter (vgl. Mt 3,17 und Jes 42,11). Der Gesegnete wird gesegnet – damit wird das anthropologische Passiv zur Darstellung gebracht: Ich habe mich und mein Leben nicht selbst in der Hand. Alles, was im Leben wirklich wichtig ist, kann ich nicht machen, nicht kaufen, mir nicht nehmen, mir nicht selbst geben, ich muss es mir schenken lassen: Ich werde geboren, ich werde geliebt, ich werde gepflegt, ich werde gesegnet. Dem kann ich mich überlassen. Und der Segen wird dem Gesegneten gespendet durch jemanden, der ihn selbst nicht hat, sondern auf die Quelle des Segens verweist. Beide, die gesegnete und die segnende Person, stehen unter dem Horizont von Gottes heil- und lebensspendender Wirklichkeit. Der Segen vergegenwärtigt sie. Er vermittelt: Du bist nicht heil, aber gesegnet. Du bist endlich, aber in den Horizont von Gottes Ewigkeit gestellt. Dein Leben wird enden, aber du hast am ewigen Leben teil. Du kannst dich verlassen.

Insofern bietet das religiöse Ritual die Kraft einer weiteren Dimension. Die Kommunikation wird trianguliert. Sie ist nicht mehr zwei-, sondern dreistellig und verweist auf ein gemeinsames Drittes. Das eigene Ergehen und Befinden wird in die Perspektive eines größeren Ganzen gestellt, das über uns selbst hinausgeht. Und diese Perspektiverweiterung schafft neue Freiheiten und Möglichkeiten.



FAZIT

Das Gespräch fokussiert die Individualität und fördert die Individuation des Gesprächspartners. Es hat erkundenden, reflektierenden, bewusstseinssteigernden Charakter. Es bietet Auseinandersetzung an. Es betont: Du bist du, anders als die anderen. Sei du selbst, finde dein eigenes Selbst- und Weltverständnis und deinen eigenen Weg in der Welt. Dagegen inszeniert das Ritual die Sozialität und fördert die Inklusion des Gesprächspartners. Es hat bergenden, entlastenden und stützenden Charakter. Es bietet Teilhabe und Identifikation an. Es betont: Du bist nicht allein, du bist wie die anderen und du bist unter anderen. Sei verbunden, schau, wie andere sich selbst und die Welt verstehen konnten; nutze Wege, die schon gebahnt sind und die sich für andere schon bewährt haben. Methodisch sollten helfende Rituale weder autoritär noch im Dienste eigener Fluchtimpulse einsetzen, also nicht, um mit ihnen unbequeme Auseinandersetzungen mit schwierigen Situationen, Gefühlen und Klärungsprozessen zu vermeiden oder diese zuzudecken. Das Ritual sollte in der Regel nicht anstatt, sondern in Ergänzung zum Gespräch angeboten werden – es sei denn, die Klienten sind situativ oder emotional so überfordert, dass man nicht mehr Worte sondern nur noch szenische Bilder sprechen lassen kann. ■



Prof. Dr. Kerstin Lammer
war Professorin für Seelsorge und
Pastoralpsychologie an der Evangelischen
Hochschule, Freiburg i. Br.
Sie ist leitende Militärdekanin der

Wir danken der Autorin und dem Verlag Vandenhoeck für die Erlaubnis eines Wiederabdrucks aus der Zeitschrift „Leidfaden“ 2 (2013), 4

SeeWest

Dein Zuhause fernab von Zuhause.

Buche jetzt deinen unvergesslichen Urlaub in der Ferienwohnung „SeeWest“ und erlebe den westlichen Bodensee von seiner schönsten Seite!

DEINE FERIEWOHNUNG AM WESTLICHEN BODENSEE.

fewo@seewest.de
www.seewest.de

♥ follow us:  



ChrisCare

[In eigener Sache]

Liebe Leserinnen und Leser,

ChrisCare – Magazin für Spiritualität und Gesundheit – möchten wir weiterhin vierteljährlich anbieten. Aktuelle Themen zu Gesundheit, Glaube, Medizin und Kirche werden praxisrelevant dargestellt. ChrisCare wird oft gebührenfrei in Kliniken, Praxen oder Gemeindediensten verteilt. Die Kosten können nur durch Spenden gedeckt werden. Bitte helfen Sie mit – herzlichen Dank!

Spendenkonto

Christen im Gesundheitswesen e.V.

Evangelische Bank eG

BIC: GENODEF1EK1

IBAN: DE64 5206 0410 0006 4161 79

Stichwort: ChrisCare

Eine große Hilfe ist die regelmäßige Unterstützung im CiG-Förderkreis. Wir laden Sie herzlich ein, mit einem Mindestbeitrag von 10 Euro monatlich dem Förderkreis beizutreten! Informationen finden Sie unter: <https://cig-online.de/foerdern/>

Trost & Trust



CARE IST HERZENSANGELEGENHEIT

Abgesehen von der Lebenszeit haben wir alle gleich viel Zeit. Was meinen wir also, wenn wir behaupten, keine Zeit zu haben? Eigentlich meinen wir damit, dass wir uns jetzt gerade keine Zeit für das nehmen können oder wollen, was jetzt gerade in Konkurrenz zu dem tritt, wovon wir unsere Aufmerksamkeit in Beschlag nehmen lassen.

Die Beschlagnehmung kann unfreiwillig sein oder freiwillig. Größtenteils ist sie freiwillig, weil wir meist selbst entscheiden können, worauf sich unsere Aufmerksamkeit richten soll.

Unsere Freiwilligkeit reicht weiter als uns lieb ist, denn für freiwillige Entscheidungen gilt die Entschuldigung nicht, die wir so gern und bequem mit dem Mythos „Ich habe keine Zeit“ verbinden: „Es tut mir furchtbar leid, aber ich kann leider gar nicht anders.“ Ich bin ein Opfer, ich habe ungerechterweise sooo viel Stress. Überaus viele Menschen denken heute so. Das ist eine ziemlich trostlose Situation.

Die Komfortzone verlassen

Unsere Freiwilligkeit reicht weiter als wir denken, weil wir uns nicht klar machen, dass sie auch Entscheidungen beinhaltet, die uns sehr herausfordern und extrem schwer fallen. Jede Sucht zum Beispiel wird durch die Einbildung aufrechterhalten, nicht anders zu können. Das ist nicht ehrlich. Doch, ich kann das Suchtverhalten sehr wohl beenden, aber weil mir das zu anstrengend wäre, behalte ich es bei. Ich bräuchte womöglich großen Mut dazu, es zu überwinden. Aber dieser große Mut wäre auch sehr unbequem!

In der Bibel beinhaltet Trost meist die Aufforderung, mutige Entscheidungen zu treffen: „Sei getrost und unverzagt! Lass dir nicht grauen und entsetze dich nicht!“ (Josua 1,9). So sagt Gott zu Josua, der Moses Führungsposition übernommen hat und damit vor sehr großen Herausforderungen und folgenreichen Entscheidungen steht. Aufforderungen dieser Art finden sich besonders im Alten Testament sehr oft.

Sehr viele berufliche Zustände unserer Zeit sind nicht nur unbequem, sondern auch unmenschlich, weil Leistungen von den Berufstätigen abverlangt werden, die ungesund und oft sogar unmöglich sind. Wer davon betroffen ist, kann entscheiden, ob er sich dem Zustand fügen möchte oder nicht. Wenn ich mich ihm füge, halte ich ihn für das geringere Übel. Aber ist das wirklich so oder ziehe ich damit eine destruktive Versklavung der Freiheit vor, weil frei zu sein nicht mehr so bequem wäre?

Ich werde vielleicht behandelt wie ein Sklave, doch ich bin kein Sklave, sondern ich kann auch kündigen. Vielleicht muss der Zustand aber auch nicht so bleiben, weil ich etwas ändere? Ich kann mich frei entscheiden, mitzumachen, mich für Veränderung einzusetzen oder auszusteigen. Ich kann die Wahl treffen, auch wenn sie mir sehr schwer fällt. Ich kann allerdings auch meine Freiwilligkeit leugnen, weil es mir zu anstrengend wäre, eine gut überlegte Entschei-

dung zu wagen, und weil ich die Folgen fürchte. Dann bleibe ich in meiner Komfortzone, aber um welchen Preis?

Die Komfortzone ist der Zustand, von dem ich meine, dass dort der Stress vergleichsweise am geringsten für mich ist. Kein Wunder, dass wir so gern dort Trost suchen, aber um getrost und unverzagt zu sein, müssen wir die Komfortzone auch wieder verlassen. „Komfort“ kommt vom lateinischen „confortare“, das heißt „stärken, kräftig machen“. Das englische „comfort“ meint in erster Linie Trost, aber auch Bequemlichkeit, Gemütlichkeit und Wohlbefinden. In meiner Komfortzone suche ich Trost, weil ich meine, dass ich mich dort stärken kann. Wozu?

Tröstlich sein

Unser Wort „Trost“ sieht nicht nur ganz ähnlich aus wie „Trust“, das englische Wort für Vertrauen, sondern beide haben wahrscheinlich auch dieselbe Wurzel im altnordischen „traust“, was „Trost, Stärke und Hilfe“ bedeutete. Diese Zusammenhänge schwingen im heutigen Bedeutungsspektrum von Trost und comfort weiter mit. Wir suchen Trost in unserer Komfortzone. Aber wenn etwas nicht unser Vertrauen stärkt, um getrost und unverzagt zu sein, wird das Gegenteil daraus.

Wer keine Zeit hat, der hat auch kein Mitgefühl. Eingespannt im Schraubstock der Verpflichtungen und eingegipelt im Privatraum der Komfortzone verkümmern Mitgefühl und Mitleid zu untätiger Sentimentalität. Um wirklich mitzufühlen, muss ich mir Zeit lassen, mich in dich und deine Lage einzustimmen, hineinzudenken, einzufühlen. Ich muss dich so verstehen, wie du auch selbst gern verstanden werden möchtest, und ich werde dich erst verstanden haben, wenn ich den Weg zu dir gefunden habe, wenn wir miteinander gesprochen haben und du dich von mir verstanden fühlst. Das erst wird dich stärken und festigen, weil nur so stabiles Vertrauen entsteht – so wird der Trost zum Trust.

Die trostlosen Zustände im Gesundheits- und Sozialwesen resultieren daraus, dass wir nicht mehr bei Trost sind. Statt uns Zeit zu nehmen und einander Zeit zu geben, um füreinander Zeit zu haben, lassen wir uns anstecken von der „Krankheit ‚Ich habe keine Zeit‘“, wie schon 1955 der seinerzeit bekannte christliche Arzt August Knorr dazu sagte; seither ist die Seuche sicher nicht zurückgegangen. Oder ist es eine Sucht? „Ich habe keine Zeit“ wurde zum Pseudosynonym für Freiheit: Ich bin frei von dir, du darfst nichts wollen von mir, störe meine Kreise nicht. Es ist ein heiliger Spruch, der die Tabuzone markiert, in die niemand eindringen darf.

Kulturen, in denen die Menschen sich wirklich zuhause fühlen, überdurchschnittlich glücklich sind und deutlich gesünder als anderswo, zeichnen sich dadurch aus, dass die Menschen dort Zeit füreinander haben.

Zu Recht wird in Pflege und Medizin derzeit mit hoffentlich zunehmender Ernsthaftigkeit neu gefragt, was wir eigentlich unter dem Sorgen für andere verstehen wollen. Es ist kein unnötiger Neologismus, wenn wir heute Care dazu sagen, denn das erleichtert es uns, Abstand zum Klischee des traditionellen Begriffs „Fürsorge“ zu gewinnen. Care meint mehr als das fürsorgliche Versorgen von Menschen mit gewissen Schwächen durch Menschen, die es komfortabel haben; Am komfortabelsten funktioniert das Kümmern um Menschen in sehr unbequemen Lebenslagen für die Wohlhabenden, wenn das ihre Komfortzone nicht tangiert, weil Institutionen und deren Techniken dafür sorgen. Die institutionalisierte Versorgungsfürsorge kann nur im kritischen und erneuernden Sinn das Thema von Care sein, denn es geht vor allem um die Wiedergewinnung einer gelebten Haltung, die darin zum Ausdruck kommt, dass man nicht nur hin und wieder Trost spendet und Wohlbefinden vermittelt, sondern dass man tröstlich ist.

Tröstlich sein im Gesundheits- und Sozialwesen: Was ist das? Es ist ganz sicher Herzenssache. Deine Not geht mir zu Herzen, weil ich sie mir zu Herzen gehen lasse. Ich bin untröstlich, wenn du keinen Trost findest, du liegst mir am Herzen. Ich fühle mich dir herzlich verbunden. Es bricht mir das Herz, wenn ich dich trostlos leiden sehe.

Care muss Herzensbewegung sein. Dann ist Care tröstlich. Dann tragen wir Sorge dafür, Zeit zu haben für das, was Zeit braucht im Miteinander, sodass ein Füreinander daraus wird. Dann entsteht aus dem Trost der Trust: Neues Vertrauen im Sozial- und Gesundheitswesen und in der Gesellschaft überhaupt. Andernfalls wird sich nichts ändern. Das soziale Klima wird weiter abkühlen und die Dominanz der Rücksichtslosen, die sich um nichts kümmern wollen außer um ihre Lust, ihr Geld und ihre Macht, nimmt weiter zu. ■



DIESEN BEITRAG KÖNNEN SIE AUCH HÖREN!

Dr. phil. Hans-Arved Willberg,
Karlsruhe, Sozial- und
Verhaltenswissenschaftler



FÜR SIE GELESEN



ETHIK DER VERLETZLICHKEIT

Prof. Dr. med. Giovanni Maio ist derzeit einer der führenden Medizinethiker im deutschsprachigen Raum. Seit Jahren mahnt er eindringlich eine Neubesinnung des Selbstverständnisses der Medizin an. In seinem neuen Buch zeigt Maio die ethische Notwendigkeit auf, die Verletzlichkeit des Menschseins als

wesentliche anthropologische Gegebenheit ernstzunehmen und gutzuheißen. Verletzlich sind wir alle und Unverletzlichkeit kann weder für die Gesellschaft noch für das Individuum ein gesundes Ziel sein. Maio definiert die Verletzlichkeit als einen Schwebestand in der Möglichkeit, verletzt zu werden oder nicht. Das liegt stets in der Verantwortung der andern. Zutiefst verletzend ist es für die Einzelperson, wenn sich die andern nicht für ihre Möglichkeit engagieren, im fruchtbaren Wechselspiel mit der Gemeinschaft ihr kreatives Potenzial zu entfalten. Zutiefst verletzend ist das, weil wir unserer Verletzlichkeit wegen auf den Schutz und die Förderung der andern angewiesen sind.

Das große ethische Problem der heutigen Medizin liegt Maio zufolge im Menschenbild. Sie geht von der Fiktion einer Gesundheit aus, die an die Stelle der Verletzlichkeit das Defizit setzt. Menschen mit kategorisierten Defiziten werden in so genannte „vulnerable“ Gruppen zusammengefasst.

Ihnen fehlt also was, wie man so sagt. Ziel-punkt des Umgangs mit ihnen ist entweder die Behebung des Defekts oder, wenn das nicht geht, ihre bleibende Einstufung als nun einmal defizitär im Vergleich zu andern. Natürlich ist in dieser Sichtweise enthalten, dass sich weniger Vulnerable oder gar Nicht-Vulnerable der Beseitigung und Eingrenzung dieser individuellen Mängel annehmen und die Mitglieder der Zielgruppen reparieren und überwachen. Das geht einher mit dem Fortschreiten der privatisierten Medizin. Im scheinbaren Sinn der

Gesundheitsförderung wird das Individuum verpflichtet, sich vor allem selbst um seine Gesundheit zu kümmern, was aber um so schwerer wird, als man es sich nicht leisten kann. Dadurch wird die Kluft zwischen Reich und Arm weiter vertieft, weil die Armen zunehmend auch die Gebrechlichen sind. Welche arme Person wird sich den Gang zum Zahnarzt

nicht lieber sparen, so lange es nur geht, wenn sie dafür eine teure Rechnung zu erwarten hat?

Man muss kein Rechenkünstler sein, um sich zu vergewissern, dass sich der Trend übel volkswirtschaftlich rächen wird, weil die so genannten „Vulnerablen“ dadurch in Teufelskreise geraten, die höchst kostenintensive Folgen haben. Ein Faktor der Spiralen ist die zunehmende Stigmatisierung derer, die sich nicht selber helfen, obwohl sie es doch eigentlich sollten, wo doch die Gesundheitsindustrie so viele schöne Hilfen zum Verkauf anbietet.

Das Schönste an Maios Buch ist die Antwort: Die Medizin muss sich unbedingt und dringend eine Kultur des Sorgens erschließen. Ziel des Sorgens ist die Anerkennung der gemeinsamen Verletzlichkeit, die nicht als Defizit, sondern als Kostbarkeit zu begreifen ist. Es gilt, „sich aufzuschließen für die Schönheit des Zerbrechlichen“ – das ist sehr schön ausgedrückt. Das Zerbrechliche ist nicht mit dem Mangel gleichzusetzen, aber auch die Mängel müssen keine Mängel mehr sein, wenn wir gleichberechtigt als Nehmende und Gebende füreinander da sind. Aufeinander angewiesen sein heißt sich ergänzen dürfen. Gemeinsam stark können wir nur sein, wenn wir auch gemeinsam verletzlich sind.

So sachlich das Buch geschrieben ist, so sehr kann es auch das Herz bewegen, um uns in Bewegung zu bringen. Der Trend zur Dehumanisierung der Medizin scheint sich noch immer weiter zu beschleunigen. Den Kopf zu schütteln ist zu wenig Bewegung. Wir müssen handeln: Top-down politisch und bottom up als intensives und kooperatives bürgerschaftliches Engagement. In vielen Nationen ist der gesellschaftliche Zusammenhalt schon dahin und wir sehen die schrecklichen Folgen. Es kommt darauf an, wie wir miteinander umgehen. Gesellschaftliche Schlüsselbedeutung hat dabei die Medizin.

Giovanni Maio, Ethik der Verletzlichkeit, Herder: Freiburg i.B., 2024. Gebunden, 160 S., ISBN 978-3-451-60132-3, € 18,00, SFr 27.90

Dr. phil. Hans-Arved Willberg

EIN LIED FÜR NAGASAKI



Mit der japanischen Stadt Nagasaki ist der Atombombenabwurf 1945 verbunden. Dieses Buch berichtet über den Zeitzeugen Dr. Paul Takashi Nagai (1908-1951). In einer Samuraifamilie geboren und in ihren Idealen erzogen, hing er zunächst dem in Japan üblichen shintoistischen Glauben an. In Nagasaki studierte er Medizin. Als talentierter Wissenschaftler bahnte er der jungen Disziplin der Radiologie neue Wege, sein Engagement für den einzelnen Menschen stand jedoch immer an oberster Stelle. Schon früh erkrankte er aufgrund seiner Forschungstätigkeit an Leukämie.

Von Kind an ein unabhängiger Denker, fragte er früh nach dem Sinn des Lebens. Bücher von Blaise Pascal machten ihn mit christlichem Gedankengut vertraut. Im chinesisch-japanischen Krieg lernte er alte Feindbilder zu hinterfragen und behandelte auch verletzte Chinesen. In Urakami, dem christlich geprägten Stadtteil Nagasakis, fand er Christen, die ihn Jesus lieben lehrten. Nach langem Ringen konvertierte er zum Christentum. Den Atombombenabwurf erlebte er vor Ort schwer verletzt, setzte sich aber auch jetzt wieder sofort in der ärztlichen Versorgung anderer Überlebender ein. Als er bettlägerig wurde, begann er zu schreiben. Neben der wissenschaftlichen Aufarbeitung des Atombombenabwurfs widmete er sich dem Trost der niedergedrückten Nation. Zeitungen druckten seine Texte ab, schließlich wurden es Bücher. Menschen fanden neuen Mut, pilgerten zu seiner bescheidenen Hütte, um Rat und Wegweisung zu erhalten. Selbst der japanische Kaiser und der Papst nahmen Kontakt zu ihm auf.

Bei einer Japanreise habe ich in Nagasaki sein kleines Gedenkmuseum besucht. Mich hat sehr beeindruckt, mit welcher Hingabe, Demut und Selbstlosigkeit er sich bis zu seinem Tod für andere Menschen einsetzte, wie kompromisslos er immer wieder auf Jesus hinwies und sich in vollständige und vertrauensvolle Abhängigkeit von ihm begeben konnte. Dadurch wurde er zum Ermutiger und Versöhner über nationale, kulturelle und religiöse Grenzen hinweg.

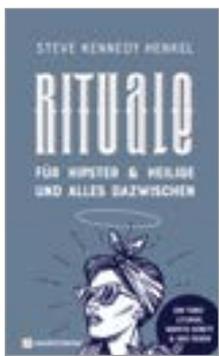
In der Biografie von Paul Glynn habe ich mit Spannung verfolgt, unter welchen unglaublichen Bedingungen Menschen Gott treu bleiben können und welche Haltung ihnen dabei hilft. In einem Berufsfeld, das ich kenne und teile, hat mir dieses Buch neu die Augen geöffnet, was in der Nachfolge wirklich wichtig ist. Dr. Takashi Nagai lebte in einer mir völlig fremden Kultur mit dem gleichen Gott. Das fordert mich zu der Frage heraus, was von meinem Glauben übrig bleibt, wenn ich meine Kultur abziehe.

Zitat (s.o., S277): „Wie falsch lag ich als junger Arzt, als ich dachte, die Ausübung des Arztberufs wäre eine Sache der Medizintechnik. Das würde einen Arzt zu einem Körpermechaniker machen! Nein, ein Arzt muss eine Person sein, die in ihrem eigenen Körper und Geist alles spürt, was der Patient in seinem Körper und Geist erleidet ... Ich bin zu der Überzeugung gelangt, dass Medizin eine Berufung ist, ein persönlicher Ruf Gottes - und das bedeutet, dass die Untersuchung eines Patienten, das Röntgen oder das Verabreichen einer Spritze Arbeiten sind, die Teil des Reiches Gottes sind. Als ich dies erkannte, begann ich für jeden Patienten zu beten, den ich behandelte.“

Paul Glynn, S.M. Ein Lied für Nagasaki, Media Maria Verlag, 2016, ISBN 978-3-9454012-9-3, 320 S., € 18,95, SFr 28.90

Dr. med. Eva Sperber





AUTHENTISCH UND ERFRISCHEND

Stille Zeit ist fast jedem Christen ein Begriff. Ich persönlich mag ihn nicht besonders, denn wenn ich eine Eigenschaft nicht bin, dann still. Mein Alltag ist meist stressig, entweder bin ich zu aufgedreht oder zu müde, und die Zeit ist sowieso immer knapp. Steve Kennedy Henkel zeigt in dem Buch, dass es auch an einem

vollgepackten Tag möglich ist, Zeit mit Gott zu verbringen. Er hat unkonventionelle Ideen, die im ersten Moment eventuell sogar kurz schockieren, die jedoch auch frischen Wind in einen eingefahrenen Alltag bringen können. Er ermutigt in 37 Kapiteln, kleine Pausen wahrzunehmen, diese als Geschenk zu sehen und gut zu nutzen. Sei es im Stau, am Kaffeeautomaten oder im Fitnessstudio. Für einzelne Wochentage legt er Psalmen bereit und begleitet Feiertage mit Ideen zur Anbetung. Auch für wichtige Ereignisse und schwere Zeiten findet Henkel ehrliche und ermutigende Worte.

Die Kapitel sind alle ähnlich aufgebaut: Es gibt eine kurze, meist sehr nachvollziehbare Beschreibung der Alltagssituation, gefolgt von Bibelstellen, Meditationen, Gebeten und Segenssprüchen. Zielgruppe ist sprachlich und thematisch eher eine jüngere, aufgeschlossene Leserschaft. Eine sehr lebensnahe und erfrischende Lektüre, die mich besonders durch die Gebete ermutigt hat.

Steve Kennedy Henkel Rituale für Hipster & Heilige und alles dazwischen, Gin-Tonic-Liturgie, Barista-Gebete & Bike-Segen, Neukirchen-Vluyn, 208 Seiten, 2022, ISBN 9783761568224, Euro 18,00, SFr 28.90

Verena Peiß

PERSÖNLICH für Sie



LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

welche Alltagsrituale pflegen Sie? Womit beginnt der Tag, wie endet der Abend? In dieser Ausgabe von ChrisCare haben Sie vieles über wertvolle Rituale gelesen. Sie stabilisieren unseren Tagesablauf, können aber auch zu einer Manie werden. Wenn der Tag einmal anders verläuft, dann geraten manche aus dem Tritt. Sie fürchten, dass nun alles schief läuft. Angst macht sich breit. Und die damit einhergehenden Sorgen ziehen tatsächlich Probleme an. Das führt bei manchen Menschen dazu, dass sie zwanghaft den immer gleichen Ablauf beachten. Wenn sie einmal die morgendlichen Tabletten vergessen haben, rechnen sie schon mit dem Schlimmsten. Wenn der Termin für die regelmäßige Blutuntersuchung durch die Praxisferien nicht im immer gleichen Rhythmus erfolgt, befürchten sie, dass die Therapie nicht mehr anschlägt.

Die Unterscheidung von lebensfördernden Ritualen zu Wiederholungszwang kann fließend sein. Je nach Persönlichkeitsstruktur muss man das eine oder andere Extrem vermeiden oder die jeweils unterbelichtete Seite stärken. Versuchen Sie doch einmal, ein neues Ritual in Ihr Leben einzufügen. Die Zeit in der Klinik oder auch der Anschlussheilbehandlung könnte dafür eine gute Gelegenheit sein. Und erlauben Sie sich gelegentlich, etwas ganz und gar Ungewohntes zu tun. Im Umgang mit Ritualen ist darum Gelassenheit gefragt. Wer gelassen ist, der kann sich einem anderen überlassen. Für Christinnen und Christen ist das ihr Vater im Himmel, dem sie ihr Leben verdanken und anvertrauen.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie aus dieser Gelassenheit heraus Ihrer Seele und Ihrem Leib Gutes tun. ■

Frank Fornaçon

TAGUNGEN, SEMINARE & KONFERENZEN

TERMINE:

SEP.

22.09.24, Reinbek

Ökumenischer Patientengottesdienst

www.cig-online.de

24.09.24, Schatzsuche, Forum, Online

Christen in Pädiatrie, Kinder- und Jugendpsychiatrie/ -therapie,
Familienberatung/-therapie, Heilpädagogik

www.cig-online.de

29.09.24, Lübeck

Ökumenischer Patientengottesdienst

www.cig-online.de

OKT.

3.-06.10.24, Berlin

ICMDA Europe Conference for Medical and Dental Students
and Junior Doctors

www.icmda2024.de

10.10.24-18.02.25, Ludwigshafen

Zertifizierungskurs Medizinethik in der Klinikseelsorge

www.zefog.de

11.-13.10.24, Travenbrück, Kloster Nütschau

Wochenende für Kranke und Angehörige

www.cig-online.de

17.10.24, Pflege-Café, online

Erfahrungsaustausch über den Berufsalltag in der Pflege

www.cig-online.de

18.-20.10, Schmitt-Dorfweil,

Gesundheitsseminar – Thema: Gesund,
Fit und entschleunigt im Alltag

www.von-pentz-jaeger.de

23.10.24, Therapeuten-Café, online

Erfahrungsaustausch über den Berufsalltag von Therapeuten

www.cig-online.de

25.-27.10.24, Springe (NDS)

Hebammen-Workshop

www.cig-online.de

29.10.24, CiGstarter Themen- und Gebetsabende, online

für Auszubildende, Studierende und Berufsstarter bis 35 Jahre

www.cig-online.de



**Gesunder Umgang mit Krankheit –
Schritte der Heilung gehen**
Wochenende für Kranke und Angehörige

11.-13.10.24 – Kloster Nütschau

23.-25.05.25 - Kloster Nütschau

www.cig-online.de

NOV.

6.11.24, Horizonte, online

Christen in Geriatrie, Altenpflege und Altenseelsorge

www.cig-online.de

17.11.24, Chemnitz

Ökum. Patientengottesdienst

www.cig-online.de

20.11.24, Ludwigshafen

Ökum. Patientengottesdienst

www.cig-online.de

23.11.24, Hamburg

Ökum. Patientengottesdienst

www.cig-online.de

24.11.24, Emmaus Forum, online

Christen in Psychotherapie und psychosozialer Beratung

www.cig-online.de

DEZ.

2.12.24, CiGstarter Themen- und Gebetsabende, online

für Auszubildende, Studierende und Berufsstarter bis 35 Jahre

www.cig-online.de

ZUM VORMERKEN

3.-08.02.2025, Hünfelden

Ökum. Exerzitien, Jesus-Bruderschaft, Gnadenthal

www.cig-online.de

7.-09.03.25, Elbingerode

Tagung. Wochenende für Mitarbeitende im Gesundheitswesen

www.cig-online.de

CHRISTLICHER
GESUNDHEITSKONGRESS
SAVE THE DATE

09. - 11. MAI 2025
ICH KÜMMERE MICH UM DICH

HEILEN, TRÖSTEN, BEGLEITEN IN GESUNDHEITSWESEN UND GEMEINDE
KLOSTER VOLKENRODA, KÖRNER, THÜRINGEN

Impressum

Herausgeber und Verlag: ChrisCare erscheint im Verlag Frank Fornaçon, Ahnatal, und wird von Christen im Gesundheitswesen e.V. herausgegeben.

Chefredaktion: Frank Fornaçon (FF) (V.i.S.d.P.), Korrektorat Julia Eberwein. Die Beiträge wurden sorgfältig ausgewählt, dennoch übernimmt die Redaktion keine Haftung für die Inhalte. Verantwortlich ist der jeweilige Autor. Zur leichteren Lesbarkeit wird bei Begriffen, die männlich und weiblich gemeint sind, in der Regel eine gemeinsame Form verwendet, z.B. „Patienten“. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Verlag keine Haftung.

Copyright: Christen im Gesundheitswesen e.V., ChrisCare wird in CareLit ausgewertet: www.carelit.de

Redaktionsanschrift: Verlag Frank Fornaçon, Am Gewende 11, 34292 Ahnatal, Deutschland, Tel.: (+49) (0) 56 09 806 26, Fornacon-Medien@web.de, www.verlagff.de

Gestaltung: hallo!rot, Werner-von-Siemens-Str. 25, 78224 Singen, Deutschland, www.hallo-rot.de

Druck: Druck- und Verlagshaus Thiele & Schwarz GmbH, Werner-Heisenberg-Straße 7, 34123 Kassel

Anzeigenverwaltung Deutschland und Österreich: Verantwortlich: Georg Schiffner, Christen im Gesundheitswesen e.V., Nelkenstr. 6, 21465 Reinbek, Tel.: (+49) (0) 4104 91 709 30, info@cig-online.de, www.cig-online.de.

Anzeigenverwaltung Schweiz: Verantwortlich: Niklaus Mosimann, SCM Bundes-Verlag (Schweiz), Rämismatte 11, Postfach 128, CH-3232 Ins, Tel.: (+41) (0) 43 288 80 15, werben@bvmedia.ch, www.bvmedia.ch. Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1/2012. Trotz sorgfältiger Prüfung kann der Verlag keine Verantwortung für die veröffentlichten Anzeigen, Beilagen und Beihefter übernehmen. ChrisCare erscheint jeweils in der Mitte eines Quartals.

Preise: Einzelheft € (D) 5,80, € (A) 6,00, Sfr. (CH) 10.30. Jahresabonnement (4 Ausgaben), € (D) 19,20, € (A) 19,80, Sfr. (CH) 31.30, jeweils zuzüglich Versandkosten. Anschriftenänderungen sind rechtzeitig vor Erscheinen des nächsten Heftes dem ChrisCare-Aboservice in Deutschland oder dem SCM Bundes-Verlag (Schweiz) in der Schweiz mitzuteilen. Die Post liefert Zeitschriften nicht automatisch an die neue Anschrift.

Bestellungen aus Deutschland und Österreich: Nelkenstr. 6 21465 Reinbek, info@cig-online.de, Tel.: (+49) (0) 4104 917 09 30, Fax: (+49) (0) 4104 917 09 39, Vertrieb auch über die J.G.Oncken Versandbuchhandlung, Postfach 20 01 52, 34080 Kassel, Tel.: (+49) (0) 561 5 20 05-0, Zeitschriften@oncken.de

Bestellungen aus der Schweiz: SCM Bundes-Verlag (Schweiz), Rämismatte 11, Postfach 128, CH-3232 Ins, abo@scm-bundes-verlag.ch, www.scm-bundes-verlag.ch, Tel.: (+41) (0) 43 288 80 10, Fax: (+41) (0) 43 288 80 11

Konto Deutschland: Christen im Gesundheitswesen, Evangelische Bank, IBAN: DE55 5206 0410 0206 4161 79, BIC: GENODEF1EK1

Konto Schweiz: Postkonto 85-622703-0, IBAN: CH90 0000 8562 2703 0, BIC: POFICHBEXXX

Fotos: iStock: Titel, S.22; Freepik: S.12, 18, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 33, 40; Pexels: S. 8; alle anderen Bilddaten: privat und hallo!rot

Illustrationen: hallo!rot (www.hallo-rot.de), Freepik: S. 8, 14, 16, 18, 24, 28, 30, 35
Genehmigungen: S. 14-17 Mit freundlicher Genehmigung durch den Herder Verlag Anselm Grün, Geborgenheit finden - Rituale feiern, © 2014 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br, Foto: © Sarah Hornschuh, Verlag Herder

Fachbeirat: Dr. theol. Peter Bartmann (Berlin), Gesundheitsökonom Diakonie Bundesverband; Reinhild Bohlmann (Kassel), Bund freiberuflicher Hebammen Deutschlands BfHD e.V., Leiterin der Fortbildungsakademie; Prof. Dr. med. Andreas Broocks (Schwerin), Ärztl. Direktor Carl-Friedrich-Flemming-Klinik, HELIOS-Kliniken; Ulrike Döring (Wiesbaden), Vorsitzende des Evangelischen Berufsverbandes Pflege; Paul Donders (Niederlande), Leitung xpan international; Prof. Dr. Ralf Dziewas (Bernau), Professor für Diakoniewissenschaft und Sozialtheologie; Heribert Elfgen (Aachen), Physiotherapeut, Dipl. Musiktherapeut; Claudia Elwert (Karlsruhe), Physiotherapeutin, Mitarbeiterin Zentrum für Gesundheit-Therapie-Heilung; Sr. Hildegard Faupel (Springe), Theologin, Pädagogin; Dr. theol. Astrid Giebel (Berlin), Diplom-Diakoniewissenschaftlerin, Pastorin, Krankenschwester, Theologin im Vorstandsbüro der Diakonie Deutschland-Evangelischer Bundesverband; Dr. med. Martin Grabe (Oberursel), Chefarzt Psychosomatik Klinik Hohe Mark, Akademie für Psychotherapie und Seelsorge e.V.; Dr. med. René Hefti (Langenthal), Ärztlicher Consultant und Leiter Forschungsinstitut Spiritualität & Gesundheit; Sr. M. Basina Kloos (Waldbreitbach), Franziskanerin, Generaloberin; Sr. Anna Luisa Kotz (Untermarchtal), Vorstand Genossenschaft der Barmherzigen Schwestern vom Hl. Vinzenz von Paul; Reinhard Köller (Aumühle), Arzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren; Dr. med. Gabriele Müller (Frankfurt a. M.), Anästhesistin am Schmerz- und Palliativzentrum Rhein-Main; Rolf Nussbaumer (Herisau), Schule für christliche Gesundheits- und Lebensberatung; Weihbischof Thomas Maria Renz (Rottenburg), Diözese Rottenburg-Stuttgart; Dr. theol. Heinrich-Christian Rust (Braunschweig); Dr. med. Claudia Scharck (Kassel); Oberin Andrea Trenner (Berlin), Oberin Johanniter Schwesternschaft; Dr. phil. Michael Utsch (Berlin), Psychotherapeut, Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen

Info



CHRISTEN IM GESUNDHEITSWESEN (CiG)

CiG e.V. ist ein bundesweites konfessionsverbindendes Netzwerk von Mitarbeitenden unterschiedlicher Berufsgruppen im Gesundheitswesen: Pflegende, Ärzte, Therapeuten, Mitarbeitende aus Management und Verwaltung, Seelsorger, Sozialarbeiter und weitere Berufsgruppen des Gesundheitswesens.

Basis der Zusammenarbeit sind die Bibel, das apostolische Glaubensbekenntnis sowie die Achtung des Einzelnen in seiner jeweiligen Konfessionszugehörigkeit.

Die ökumenische Arbeit von CHRISTEN IM GESUNDHEITSWESEN verbindet seit über 30 Jahren Christen im Umfeld des Gesundheitswesens – in regionaler sowie in bundesweiter Vernetzung.

Wichtiges Element sind die CiG-Regionalgruppen, die von Mitarbeitenden vor Ort geleitet und verantwortet werden und die sich in unterschiedlichen, z.B. monatlichen Abständen treffen. Beruflicher Austausch, biblischer Impuls und Gebet sind wiederkehrende Bestandteile der Treffen. Einige Gruppen bieten Regionalveranstaltungen an, zu denen öffentlich eingeladen wird. Kontakt zu den Regionalgruppen vermittelt die Geschäftsstelle.

Seminare zu berufsspezifischen Themen aus christlicher Sicht, Fachgruppen wie auch Angebote für Kranke und Angehörige werden dezentral meist in Zusammenarbeit mit den CiG-Regionalgruppen angeboten. Jährlich findet eine Jahrestagung statt, alle zwei Jahre wird der Christliche Gesundheitskongress mitgestaltet.

Die bundesweit ausgerichtete Arbeit von CHRISTEN IM GESUNDHEITSWESEN wird von rund 15 Mitarbeitenden aus unterschiedlichen Gesundheitsberufen im Bundesweiten Leitungskreis verantwortet und geleitet.

In der Geschäftsstelle in Reinbek bei Hamburg wird die Arbeit koordiniert. Hauptamtliche, geringfügig Beschäftigte und rund 150 Ehrenamtliche sorgen für die Umsetzung von Projekten und unterstützen die Arbeit des Bundesweiten Leitungskreises.

Die Arbeit von CiG finanziert sich wesentlich aus Spenden. Ein Kreis von rund 400 Fördernden bildet hierfür die Grundlage, indem sie den gemeinnützigen Verein jeweils mit einem Mindestbeitrag von 10 € im Monat finanziell unterstützen. Die Fördernden erhalten das ChrisCare-Abo kostenfrei. Wir laden Sie herzlich ein, dem Förderkreis beizutreten! ■

CHRISTEN IM GESUNDHEITSWESEN e.V.

Nelkenstr. 6, 21465 Reinbek

Tel.: (+49) (0) 4104 917 09 30

E-Mail: info@cig-online.de, Internet: www.cig-online.de

Spendenkonto: IBAN: DE64 5206 0410 0006 4161 79

BIC: GENODEF1EK1 | Evangelische Bank eG

DER HERR
LIEBEVOLL WIE EINE MUTTER
UND GUT WIE EIN VATER

SEGNE DICH
ER LASSE DEINE HOFFNUNG ERBLÜHEN
ER LASSE DEINE FRÜCHTE REIFEN

UND BEHÜTE DICH
ER UMARME DICH IN DEINER ANGST
ER STELLE SICH VOR DICH IN DEINER NOT

DER HERR LASSE LEUCHTEN SEIN ANGESICHT
ÜBER DIR
WIE EIN ZÄRTLICHER BLICK ERWÄRMT
SO ÜBERWINDE ER BEI DIR, WAS ERSTARRT IST

UND SEI DIR GNÄDIG
WENN SCHULD DICH DRÜCKT
BEFREIE ER DICH, SIE ZU ERKENNEN

DER HERR ERHEBE SEIN ANGESICHT AUF DICH
ER SEHE DEIN LEID
ER TRÖSTE UND HEILE DICH

UND GEBE DIR FRIEDEN
DAS WOHL DEINES LEIBES
DAS HEIL DEINER SEELE
DIE LEBENDIGKEIT DEINES GEISTES

SEGEN AUS DEM KLOSTER BURSFELDE AN DER WESER