

02 Himmelfahrt
25 bis Urlaubszeit

andere zeiten

V Magazin zum Kirchenjahr

HIMMELFAHRT

Von Büchern und Perlen

ANDERS HANDELN

Heimat ist ...

PFINGSTEN

Lust auf ein Experiment?

SPIRITUALITÄT

Mach dein Herz weit



URLAUBSZEIT

Klänge und Farben

Liebe Leserin, lieber Leser,

»niedlich, aber ein bisschen aus der Zeit gefallen«, mögen Sie beim Anblick des bunten Bauwagens auf unserem Titel gedacht haben. Ein Zuhause für Vögel, umhüllt von sattem Grün. Romantisch, kitschig gar?

Gerade weil das, was aktuell in der Welt geschieht, uns anstrengt und sorgt, hat uns das Bild vom eingekuschelten Vogelhaus sofort angesprochen. Weil es uns träumen lässt, dass auch alles ganz anders werden und die Sicherheit, die uns gerade ein bisschen abhandenkommt, zurückkehren kann. Weil das Zuhause hoch im Baum uns eine Ahnung von Freiheit und ungeahnten Möglichkeiten gibt, die die nahende Sommerzeit mit ihrer Wärme und ihrem Licht für uns bereithält. Und weil der Bauwagen uns an die uralte Sehnsucht nach dem Schlichten und Ursprünglichen erinnert, das ein umso intensiveres Erleben möglich macht.

Vielleicht, so hoffen wir, kann unser Titelbild zur Inspiration werden, die Pfingst- und Trinitatiszeit bewusst zu gestalten und unsere Hoffnung zu stärken.

In diesem Magazin finden Sie viele Anregungen dafür: Frank Berzbach erzählt, wie Bücher und Geschichten ihm das Himmelfahrtsfest näherbringen. Corinna Mühlstedt spürt dem Geheimnis von Kraftorten nach. Thomas Hirsch-Hüffell berichtet von einem beeindruckenden Pfingst-Experiment. Kirsten Westhuis sucht und findet Genuss-Momente, zu denen Gottes Schöpfung uns einlädt. Und wenn Sie mit einer Lektüre in den Sommer starten möchten, legen wir Ihnen unser neues *Anders Handeln*-Heft zum Thema »Heimat« ans Herz.

Wir wünschen Ihnen einen gesegneten Sommer!

Ihr Andere Zeiten-Team

Inhalt

Andere Seiten	3
Er hatte genug	6
Genuss im Alltag	8
<i>Anders Handeln</i> Heimat	11
Augenblick	12
Dichter Stoff	14
Herzliche Einladung	16
Spirituelle Momente	18
An der Autobahn	20
Endlich! Die Kolumne	21
Bei uns / Impressum	22
Bestellen	23



Himmelfahrt Von Geschichten lernen



Urlaubszeit Fülle des Lebens



Pfingsten Gemeinschaft wirkt



Kraftorte Keine Fragen mehr



Farben des Sommers

»Was kann ich tun – als Einzelner?«,
frage ich einen Weisen. »Suche
einen Zweiten.« – »Und dann?« –
»Findet einen Dritten.«

MEINOLF STEINHOFFER



Wir feiern Sommergottesdienst

Am **Donnerstag, 3. Juli**, findet unser diesjähriger **Andere Zeiten-Sommergottesdienst** statt. Dazu laden wir Sie an einen ungewöhnlichen Ort ein: Wir feiern an der Galluskapelle in Leutkirch, einer Autobahnkirche für Reisende und Rastende hoch über der A96.

→ **Alles über unseren Gottesdienst lesen Sie auf Seite 20.**

»Grüner wird's nicht«, sagt mein Sohn.

Damit meint er: Nun fahr doch endlich!

Ich gebe Gas, schaue zum Beifahrersitz und denke: Bist ja selbst noch grün hinter den Ohren...

Ich sehe Grün. Den ganzen Tag. Beim Blick aus dem Fenster: Olivgrün, Tannengrün, Smaragdgrün, Malachitgrün, Brillantgrün, Blassgrün, Perlgrün. Hundert verschiedene Grüntöne gibt es. Der Anblick von dunklem Grün beruhigt. Ein helles Grün wirkt belebend und frisch – vielleicht bin ich deshalb so verliebt in die schmalen Blätter der Tulpe. Grün bedeutet Fruchtbarkeit, Wachstum, Erneuerung.

Juni, Juli, August. Alles auf Grün! Auch liturgisch. Grün ist die Farbe des Sommers, steht für die »Zeit im Jahreskreis«, für die »Trinitatiszeit«.

Die Ruhe des Blau kommt zum inspirierenden Gelb. Was für eine vielversprechende Mischung! Da entsteht Gleichgewicht. Natürlichkeit, Glück, Hoffnung. Ach, Grün! Wie erholsam und ausgleichend wirkst du.

Grün ist auch die Galle. Und gelb. Die kann überlaufen. Eine der gefährlichsten Schlangen der Welt ist grün. Und ein giftiger Frosch.

Grün ist Freiheit. Grün heißt: Geh los!

Alles im grünen Bereich. ULRIKE BERG



WACHSEN LASSEN

Gemeinsam mit 200 Leser:innen haben wir uns Anfang März mit einem Kreativ-Workshop in Hamburg auf die vorösterliche Fastenzeit eingestimmt. Wir haben Texte gehört und geschrieben, meditiert, gesungen, diskutiert und eine Karte aus besonderen Worten gestaltet. Das geht ganz einfach, macht Freude und regt zum **Weiterdenken und Träumen** an – nicht nur in der Fastenzeit! Probieren Sie es doch einmal aus: Dazu durchforsten Sie alte Zeitschriften und schneiden Worte und Sätze aus, die Sie **ansprechen und inspirieren**. Breiten Sie Ihre »Schätze« nun vor sich aus, schauen Sie sie in Ruhe an, drehen und wenden Sie sie. **Spielen Sie mit ihnen** – und lassen Sie aus diesen kleinen Wortschnipseln etwas Neues wachsen. Manchmal entsteht sogar eine **verblüffende Poesie**. Wenn Sie Ihre Wortschöpfungen auf eine Postkarte kleben, können Sie sich davon durch die Urlaubszeit begleiten lassen oder sie an andere verschicken oder verschenken.

Inspiration für die Sommerzeit

Jetzt wird es draußen bunt und die Sonne verwöhnt uns mit Wärme und Licht. Eine gute Zeit, um etwas für die Seele zu tun. Nehmen Sie sich Zeit und loten Sie aus, woran Sie Ihr Herz in diesem Sommer hängen möchten.

Welche Ihrer Aufgaben würden Sie gern mit mehr **Muße** angehen?

Was würde **schlimmstenfalls** passieren, wenn Sie es täten?

Worin besteht für Sie »**Lebensfreude**«?

Was würden Sie **gerne** wieder einmal tun?

Was **hindert** Sie daran?

Worum würden Sie **bitten**, wenn Sie wüssten, dass die Antwort »Ja« lautet?

Prophetisches Zuhören

Tu deinen Mund auf! Tritt fest auf! Überzeuge authentisch! Biete Mehrwert in jedem Gespräch! Nutze klare, prägnante Sprache! Zeige deine Persönlichkeit! Oder frische Botschaften oder innovative Lösungen! Mit Leidenschaft und Energie! Poste, reagiere, kommentiere. Werde sichtbar, hörbar, erlebbar (oder bist du schon tot?). Sei selbstbewusst, steh zu deinen Fehlern, sag deine Meinung (aber gewaltfrei!). Kommuniziere als Alpha auf Augenhöhe (auch wenn du nichts zu sagen hast). Oder zumindest als Beta auf möglichst vielen Plattformen und Kanälen. Sei ein Dealmaker, auch wenn du nur Schlangenhöl zu verkaufen hast. Fake it till you make it!

In einer Welt voller Geschwätz und Lärm, in einer Welt, die den Lauten zu gehören scheint und in der das starke, das schöne, das verändernde, das prophetische Wort nur noch Content ist, den eine KI genauso gut imitieren kann wie Trollnachrichten und Katzenvideos, in einer solchen Welt gibt es eigentlich nur noch eine geistliche Übung, nur noch eine spirituelle Botschaft: »Einfach mal die Fresse halten!« (So hat das eine Kollegin kürzlich formuliert, als ich fragte, was denn ein mutiger Satz für unsere Zeit wäre.) Man hätte das auch feinsinniger formulieren können, ja, und die Welt wird dadurch wahrscheinlich nicht messbar leiser oder die Menschen vernünftiger, nur weil ein paar diesem Ratschlag folgen. Aber es wäre ein Anfang.

Hier ist noch ein mutiger Satz für unsere Zeit, den ich im Kolleginnenkreis eingesammelt habe: »Ich traue mich, nicht gleich Position zu beziehen, sondern (erst einmal) zuzuhören, zu bedenken und abzuwägen.« Aber was, wenn das Gegenüber einer dieser Idioten, Ignoranten und Ahnungslosen ist, die die Vernunft verpfändet haben? »Mutig in diesen Zeiten finde ich, einführend zuzuhören, auch wenn ich anderer Meinung bin als mein Gegenüber.« Mutig ja, aber vor allem: anstrengend.

Der Medienwissenschaftler Bernhard Pörksen sagt: »Man muss das Zögern lernen. Man muss dem Flüstern, dem Murmeln hinterherhören.« Dem nachspüren, was jenseits der lauten Positionierung, hinter dem plakativen Standpunkt liegt. Wahrscheinlich würde man beim Zuhören etwas Überraschendes entdecken: einen Menschen. Vielleicht sogar einen Nächsten.

Es scheint da nur einen Haken zu geben bei der Botschaft vom besseren Zuhören: Sie wird vermutlich vor allem von denen ernst genommen, die ohnehin nicht zu den Lautesten gehören, von denen, die bereits ein Interesse an ihren Mitmenschen haben. Für die Großmäuler dagegen ist Zuhören ein schlechter Deal, für die Bluffer und Schwätzer, für die Trolle und Hater, für die Glaubenskrieger und Verschwörungsräuber, für die Antisemiten und Homophoben – denn: Aufmerksamkeit ist das, nach dem sie gieren, und nicht das, was sie anderen schenken würden. Im schlimmsten Fall hören dann die Leisen nur den Lauten zu und versuchen zu verstehen, und die leisen Stimmen werden noch leiser und die lauten noch lauter. Oder könnte Zuhören ansteckend werden?

Es gibt in der Bibel das prophetische Reden und das prophetische Schweigen. Wahrscheinlich braucht unsere Zeit beides. »Tu deinen Mund auf für die Stummen und für die Sache aller, die verlassen sind« (Sprüche 31,8). Und zwar immer. Sonst einfach mal die Fresse halten und zuhören.

AXEL REIMANN ist Redakteur bei *Andere Zeiten* und findet es spannender, die leisen Stimmen in der Welt zu entdecken, als über Fake News zu streiten.



Er hatte genug von uns

Open-Air-Gottesdienste, Familienpicknick, Männertouren. Zu Himmelfahrt, in diesem Jahr am 29. Mai, zieht es viele Menschen raus in die Natur. Unser Autor FRANK BERZBACH steckt die Nase an Festtagen gern in ein gutes Buch – und findet dort so manche Perle, die ihn zum Nachdenken über christliche Feiertage inspiriert.

An den biblischen Geschichten mag ich, wie überhaupt am Christentum, was ich nicht verstehe. Für die rationalen Verhältnisse reicht mir die humanistische Philosophie, die Wissenschaft, aber im Glauben und in der Kunst geht es mit mehr als nur mit rechten Dingen zu. Hier gibt es Fügung und Wunder, Schönheit und Hoffnung, Unwahrscheinliches und Unergründliches. Wir kommen nach dem Tod nicht nur in den Himmel, sondern zuvor kam der Himmel zu uns hinab – Jesus, also der Gottessohn, ist die Fleisch gewordene hohe Macht, er war Mensch und Gott. Er hat versucht, unter den fehlbaren, aus dem Paradies vertriebenen Menschen klarzukommen.

»Nun war endlich einer da, der nicht überflüssig ist«, schrieb der Jesuit Karl Rahner. Aber was haben »wir« getan? – Die Menschen kreuzigten ihn. Wir können Gott dankbar dafür sein, dass er als Antwort darauf nicht nur Jesus wieder aufnahm, sondern darauf verzichtete, in der Hölle Holz nachzulegen. Er hätte Grund gehabt, sich an den Menschen, die seinen Sohn hinrichten lassen, zu rächen. In gewisser Weise übersteigt diese Untat die Ereignisse von Sodom und Gomorra bei Weitem.

Mit Schrecken erinnere ich mich an das Ende des Films *Dogville*. Lars von Trier, ein radikal christlicher Filmemacher, geht hier mit den Tätern seiner Geschichte in ein strengeres Gericht. Alle werden im Finale ermordet, Täter wie Mitläufer. Gott verzichtet auf Rache: Er hebt Jesus empor, nimmt ihn auf.

Ich finde das noch in anderer Hinsicht erstaunlich: Vergleichen wir die Situation mit einem anderen maßgebenden Menschen, der 500 Jahre zuvor gelebt hatte. Als der Prinz Siddhartha Gautama zum Buddha, zum »Erwachten«, wurde, hätte er eingehen können ins Nirwana. Der Kreis der Wiedergeburt wäre unterbrochen

gewesen, die karmische Idee endlich zum Stillstand gekommen. Aber Buddha wurde zu einem »Bodhisattva«, also zu jemandem, der hätte gehen können, aber aus Mitgefühl mit den leidenden Menschen noch blieb. Gott lässt Jesus auferstehen, aber er sendet ihn weder als Rächer über die Erde noch als Wunder wirkenden Prediger, es gibt kein »Weiter so«! Er nimmt ihn auf, entzieht ihn den Menschen, holt ihn ins zweite Zuhause. Vielleicht kam er Jesus sogar entgegen, der zugegebenermaßen auch genug von den ganz gewöhnlichen Menschen gehabt haben könnte.

Was würden Menschen heute tun, wenn der, an den sie glauben, zurückkehren würde?

In der Bibel wird erwähnt, dass Jesus wiederkommen wird, so wie er auch in den Himmel fuhr (Apostelgeschichte 1,11). Das ist etwas Geheimnisvolles, vielleicht auch Beängstigendes. Mir fällt dazu ein Roman ein, den ich immer mit großer Angstlust gelesen habe. Die lange Geschichte über die Brüder Karamasow, der Roman erschien 1880. Auch den Autor Fjodor Michailowitsch Dostojewski muss die Bibelstelle bewegt haben. Im berühmtesten Kapitel nämlich geschieht genau das: Jesus erscheint wieder auf der Erde. Ein kruder, aber vielleicht gar nicht unrealistischer Gedanke wird also durchgespielt. Jesus landet im 16. Jahrhundert und trifft auf einen Inquisitor. Der Hexenjäger erkennt Jesus und lässt ihn sofort in den Kerker werfen. Dann legt er ihm in einem großen Monolog dar, warum es besser für die Menschen ist, wenn er bleiben würde, wo er hingehört: in den Himmel. Er störe nur



Himmelfahrt

Der angeblich letzte Fußabdruck Jesu ist auf dem Jerusalemer Ölberg zu sehen. In einem von der Zeit blank polierten Stein, der in den Boden eingelassen ist, findet man eine fast unscheinbare kleine Delle. Schon früh wurde eine Kapelle über dem heiligen Ort errichtet. Von hier aus soll Jesus in den Himmel gefahren sein. Mit diesem dramatischen Höhepunkt beginnt die Apostelgeschichte in der Bibel. Nachdem der Aufgestandene noch einmal 40 Tage mit seinen Jüngern zusammen gewesen war, gab er ihnen letzten Zuspruch und wurde dann »aufgehoben und eine Wolke führte ihn vor ihren Augen weg«. Das ist schwer vorstellbar. Schon im Mittelalter gab es darum Bräuche, die das Geschehen begreifbar machen sollten. Christusstatuen wurden durch Luken im Kirchendach nach oben gezogen, woraufhin es Oblaten regnete – ein Zeichen dafür, dass Christus im Abendmahl gegenwärtig ist. Zwar konnten derlei Spektakel nicht darüber hinwegtäuschen, dass eine räumliche Entrückung Jesu eher nach Legende klingt als nach einem Tatsachenbericht. Doch bergen sie eine tiefe Glaubenswahrheit: Jesus lebt »im Himmel« fort, in einer unsichtbaren, göttlichen Sphäre, die jenseits der sichtbaren Welt existiert und doch gleichzeitig in ihr wirksam ist.

die mühsam von der Kirche etablierte Macht auf Erden, aber dazu habe er gar kein Recht; und er überfordere die Menschen. Er, Jesus, hätte den Menschen bei seinem ersten Wirken eine Freiheit gebracht, mit der die Mehrheit überhaupt nicht umgehen könne. Gerade die Gegenwart zeigt uns, dass daran etwas wahr sein muss.

In der Geschichte, die der atheistische Iwan im Roman dem jüngeren Bruder, dem Novizen Aljoscha, erzählt, sagt Jesus selbst kein einziges Wort. Als der Monolog des Großinquisitors endet, küsst Jesus ihn auf den Mund – und geht. Iwan will seinen Bruder, den jungen Mönch, mit der erfundenen Geschichte provozieren, aber der tut etwas Verblüffendes: Aljoscha schweigt, küsst den Bruder ebenfalls und geht. Er stiehlt ihm in gewisser Weise seine literarische Idee und erweckt sie zum realen Leben.

Es ist eine der Geschichten der Weltliteratur, die man Christi Himmelfahrt lesen sollte. Wenn wir uns an die Erhebung von Jesus erinnern und mit seiner Rückkehr rechnen: Was würde heute geschehen? Was würden Menschen heute tun, wenn der, an den sie glauben, zurückkehren würde? An einem arbeitsfreien Tag führen solche Gedanken nach innen, zum eigenen Glauben.

FRANK BERZBACH ist freier Schriftsteller und unterrichtet Philosophie und Literatur an der TH Köln. Sein neues Buch *Das Alphabet der Lebenskunst* ist kürzlich erschienen.



Genuss lässt die

Die Sommerzeit bietet viele wunderbare Gelegenheiten, mit allen Sinnen zu genießen. Und das ist wichtig, denn Genuss fördert die Gesundheit, kann vor Burnout schützen und steigert die Lebensqualität. VON KIRSTEN WESTHUIS

Meine Augen weiden sich am leuchtenden Gelb der weiten Rapsfelder. Das Trillern der Feldlerche hoch oben in der Luft klingt wie Musik in meinen Ohren. Bei einer Radtour in der Abendsonne spüre ich den lauen Fahrtwind im Gesicht. Das volle Aroma einer Tasse Kaffee breitet sich im Gaumen aus. Die Umarmung eines lieben Menschen fühle ich auf meiner Haut und in meinem Herzen. In dem Moment, wo ich diese kleinen Erfahrungen bewusst erkenne und mich an ihnen freue, werden sie für mich zum Genuss. Ich notiere Genussmomente wie diese in meinem sonnengelben Notizbuch.

»Genuss lässt die Seele strahlen«, sagt die Psychotherapeutin und Genussexpertin Beate Handler. »Genuss ist alles, bei dem mindestens ein Sinn beteiligt ist und was ein Empfinden von Wohlfühlglück hervorruft.« Längst wird das Genießen als therapeutische Maßnahme eingesetzt, um Menschen wieder stärker mit der Fülle ihres Lebens in Kontakt zu bringen.

Wir werden als genussbejahende Wesen geboren. Babys stecken alles in den Mund, um es zu erforschen. Kinder können sich hingebungsvoll in Situationen versenken, ins Beobachten einer Schnecke oder in das Spiel mit Matsch. Viele Erwachsene verlieren ihre Genussfähigkeit jedoch im Laufe der Zeit. Eile, Hektik und Stress verhindern Genuss. Beate Handler arbeitet viel mit Menschen an ihrer persönlichen Genussfähigkeit. Jeder und jede dürfe für sich selbst herausfinden, was ihm oder ihr guttut, erzählt die Österreicherin. Oft ist auch ein bestimmtes Sinnesorgan stärker ausgeprägt und daraus ergeben sich persönliche Vorlieben: Klänge, Farben, Düfte, Geschmack, Berührung. »Man kann den Genuss in den Alltag einbauen, ohne große Planungen oder

Aktivitäten«, sagt Handler. »Das Einzige, was wahnsinnig wichtig dabei ist, ist die Achtsamkeit.«

Das Konzept der achtsamkeitsbasierten Stressreduktion ist wissenschaftlich erforscht und wird von Krankenkassen als Präventionsmaßnahme bezuschusst. Im Achtsamkeitstraining wird die Wahrnehmung mit allen Sinnen geübt. »Und zwar die Wahrnehmung ohne Bewertung«, sagt der Achtsamkeitslehrer Josef Nikolaus. »Ich strebe also nicht nach positiven Erfahrungen, sondern betrachte ganz wertfrei, was gerade ist.« Dazu gehören auch unangenehme Empfindungen. Die nicht gleich loswerden oder verändern zu wollen, ist Teil der Achtsamkeitsübung.

»Bei manchen Verwandten durfte sonntags nicht mal Musik gehört werden.«

Beim Genießen ist Achtsamkeit im Sinne von Aufmerksamkeit gefragt – die Konzentration auf eine einzige Sache. »Die meisten Menschen haben jeden Tag genussvolle Momente, nur sind sie sich dessen oft nicht bewusst, weil sie nicht mit ihrer ganzen Aufmerksamkeit dabei sind«, meint auch Beate Handler. Sie erlebt es in ihrer Praxis regelmäßig, dass Menschen sich Genuss nicht zugestehen, weil er für viele einen Beigeschmack hat, der meist aus der eigenen Erziehung herrührt: von Verschwendung, Faulheit, Maßlosigkeit. Gerade bei Menschen, die sehr christlich erzogen worden sind, bleibe manchmal ein schlechtes Gewissen, ein Nachgeschmack von Sünde oder Schuld.

Ich denke, das schwierige Verhältnis von Christentum und Genuss geht bis zum Leiden Christi am Kreuz und dem harten Leben der ersten Christen zurück«, sagt die Pfarrerin Esther Marchlewitz. Die ersten Christen lebten in Unterdrückung, viele haben ihr Leben für den Glauben gelassen. Dieses Moment der Leidensnachfolge komme im Laufe der Geschichte immer mal wieder auf und zeige sich in Mahnungen, dass es einem



Seele strahlen

»ja nicht zu gut gehen soll, weil Leben ja Leiden bedeutet«. Genussskeptisch, bisweilen sogar genussfeindlich, sei das Umfeld in ihrer Kindheit noch in den 1980er-Jahren in Norddeutschland gewesen. Sie wuchs in einem stark von der reformierten und alt-reformierten Kirche geprägten Milieu auf. »Bei einigen Verwandten durfte sonntags nicht einmal Musik gehört werden«, erinnert sie sich. »Zum Kaffeetrinken in ein Café gehen oder einen Ausflug machen – das war für die undenkbar.« Esther Marchlewitz lebt seit vielen Jahren als Pfarrerin in Rorschach in der Schweiz. Die 43-Jährige genießt es in der Sommerzeit sehr, abends mit dem Fahrrad am Bodensee entlangzuradeln und auf ein Getränk einzukehren. Das Panorama der Berge, die glitzernde Abendsonne auf dem See, die leichte Sommerbrise auf der Haut – Genuss könne auf jeden Fall Teil einer zeitgenössischen Spiritualität sein, meint die Theologin. »Wenn wir ernst nehmen, dass diese Welt ein gutes Geschenk Gottes ist, dann wird Genuss ein Teil von Dankbarkeit und gelebter Achtsamkeit gegenüber der Schöpfung und gegenüber Gott.«

ZEITANSAGE

Urlaubszeit

»Du sollst die Urlaubszeit heiligen«? – Nein, ein solches biblisches Gebot gibt es nicht. Im dritten Gebot ist nur vom Feiertag die Rede. Dennoch: Die Unterbrechung von Arbeit und Alltag durch Ruhe- und Erholungsphasen ist für unseren Lebensrhythmus wichtig und wohl-tuend. Damit wird die göttliche Empfehlung aufgenommen, ein Siebtel der Arbeitszeit der Ruhe und Erholung zu widmen (2. Mose 23,10–11). Und nicht zufällig ist laut dem Theologen Johann Baptist Metz »Unterbrechung die kürzeste Definition von Religion«. Heilsame Unterbrechungen sind neben den Feiertagen auch Zeiten von Urlaub. Allerdings brechen im Urlaub oft auch existenzielle Themen auf. Es stellen sich Fragen nach Sinn und Werten, nach Vergangenem und Zukünftigem. Wer sich auf die unterschiedlichen Phasen der Ferienzeit – von der Vorfreude über das Ankommen, Durchatmen und Genießen bis zum Abschiednehmen und Nachspüren – bewusst einlässt, hat die Chance, im Urlaub nicht nur Sinnenfreude, sondern auch Besinnung zu erleben.

Auch der Blick in die Bibel helfe, Glaube und Genuss heute in eine positivere Beziehung zueinander zu setzen. »Jesus war ja kein Asket, sondern ein Fresser und Weinsäufer, der das Leben genossen und ja irgendwo auch in den Tag hineingelebt hat«, sagt die Pfarrerin. Grenzen des Genusses macht Marchlewitz entlang der Zehn Gebote aus. »Ich darf meinen Genuss nicht daraus ziehen, dass andere verletzt oder verleumdet werden. Natürlich ist er für den Rest der Welt nicht immer kostenneutral, auch was Fliegen, Reisen, Konsum betrifft. Da fängt das Abwägen an. Wie viel darf ich mir nehmen und wo ist es so, dass ich auf Kosten der anderen lebe?«

Traumhafter Abendmoment mit kalter Buttermilch

Dass Genuss Grenzen hat, weiß auch Beate Handler. »Ein Zuviel kann kein Genuss mehr sein. Es geht nicht um Quantität, sondern um Qualität.« Die Askese, also der freiwillige Verzicht, könne dabei helfen, Genuss zu steigern. »Wenn ich den ganzen Tag wandere und nur wenig Proviant dabei habe, dann ist die kalte Buttermilch am Abend auf der Hütte ein Hochgenuss!«

Genuss braucht Zeit, aber es muss nicht zwingend Urlaub sein. »Bewusst gesetzte Genussmomente bieten auch Mini-Pausen im Alltag, die – seien sie noch so kurz – intensive Entspannung in sich bergen«, meint Beate Handler. Aber diese Momente erforderten auch die bewusste Entscheidung: »Jetzt genieße ich!«

In meinem sonnengelben Notizbuch verlängert sich die Liste der Genussmomente beständig. Ein Lied auf den Lippen. Das tausendfache Rot der Mohnblumen am Wegesrand. Das Verfassen eines Haikus. Ein Sonnenuntergang am Feldrain. Diese Liste nach einiger Zeit durchzusehen und die Momente nachzuschmecken, ist noch mal ein eigener Genuss, der nicht nur Freude, sondern auch eine tiefe Dankbarkeit entfaltet. Es sind kleine, alltägliche Dinge, die zum genussvollen Leben gehören. Sie lassen mich die Fülle der Schöpfung und des Seins mit allen Sinnen spüren.

Die Sommerabende verbringt Andere Zeiten-Redakteurin **KIRSTEN WESTHUIS** am liebsten mit den Händen in der Erde in ihrem Garten, wo sie Erbsen und Salat erntet.





Zuhause sein

**Heimat kann mit Geografie zu tun haben, aber sie erschöpft sich nicht darin.
In unserem neuen Themenheft *Anders Handeln* erkunden wir die vielfältigen Beziehungen
und Orte, die Menschen in ihrem Leben prägen.**

Für manche ist es der Ort der Kindheit und der bleibt es ein Leben lang. Für andere sind die Routine und die Kolleg:innen am Arbeitsplatz Heimat. Wieder andere haben gleich mehrere Orte, die sie Heimat nennen. Oder verbinden das Heimatgefühl mit geliebten Menschen, wertvollen Erinnerungen oder mit einer bestimmten Zeit in ihrem Leben.

Trotzdem bleibt Heimat immer auch ein geographischer Begriff, ein Ort, an dem man sein darf, mit dem man Verbindung aufbaut, der mit dem eigenen Leben verwoben ist. Was aber, wenn einem genau dies verwehrt wird, wenn durch Krieg und Katastrophen, Flucht und Vertreibung die Heimat verloren geht? Wie einen neuen Ankerplatz finden im eigenen Leben mit seinen oft verworrenen Wegen?

In unserem neuen Themenheft *Anders Handeln* gehen wir auf Spurensuche nach diesen so unterschiedlichen Ankerplätzen, die Menschen Heimat nennen. Wir treffen dabei geflüchtete Frauen, die Speisen aus der alten für die neue Heimat produzieren, Kunsthandwerker aus dem Erzgebirge und leidenschaftliche Dialekt- und Heimatforscher. Wir tauchen ein in Kindheitserinnerungen an zurückgelassene

Orte und Begebenheiten und zeigen, wie sich real Erlebtes und in der Rückschau Konstruiertes zur alten Heimat verbinden.

Irgendwo ist sie, die Heimat. Nur wo genau? Wir suchen für Sie zwischen Postkarten-Idylle und politischer Kampfvokabel, zwischen gefühlten Sehnsuchtsorten und echter Verbundenheit. Was wir dabei entdecken, trägt auch eine spirituelle Botschaft: Wir sind auf dem Weg, Noma-den im Leben – selbst, wenn wir immer zuhause bleiben. Oder in den Worten eines Autors in unserem neuen Themenheft: »Heimat ist nicht das, was wir besitzen und für uns behalten. Heimat ist, wie wir leben und wie wir glauben.«

AXEL REIMANN

Kennen Sie schon unseren monatlichen, kostenfreien *Anders Handeln*-Newsletter? Auf www.anderezeiten.de/newsletter können Sie sich dafür anmelden.



→ Alle Infos zum Bestellen von *Anders Handeln* finden Sie am Ende des Magazins und unter www.andershandeln.de





Angelweile.

Mit den kalten Zehen wackeln, auf die warme Nase schielen. Von den nassen Haaren rinnen kitzelnd die Tropfen in den Nacken. Wohliger Schauer.

Albern lachen. Grundlos, aber nicht unbegründet. Keine Uhr am Handgelenk, dafür ein Käfer auf dem Schienbein.

Lange Schatten am Abend, die nicht zu Bett gehen wollen. Lieber die Tage durchträumen und auf Glühwürmchen warten. Geduld ist keine Mühe, sondern Muße. Hoffentlich beißt lange keiner an.

Der Moment verschwimmt, später, wie die Spiegelungen der Wasserläufer. Aber das Glück verfängt sich in den Eisresten in den Mundwinkeln: Zitrone und Schokolade.

Dieser Tag, ein Leben.

LINDA GIERING



Das Experiment

Ein Pfingsterlebnis VON THOMAS HIRSCH-HÜFFELL

Links von mir geht es los. Jetzt in der Mitte, dann rechts, dann hinter mir, dann alle um mich, ich auch. Alle singen dasselbe, nur nacheinander. Die Melodie schwingt hin und her, ich kenne sie von »Bruder Jakob, schläfst du noch?«. Aber wir singen »Schwester, Bruder, hörst du mich?«. Jetzt setzt sich eine Oberstimme darüber. Der Raum hat keine Stühle, wir stehen und jetzt gehen wir umher, singend. Wie geht das – singen und gehen? Es geht. Der Rhythmus trägt, auch die übereinandergeschichteten Töne – sie passen. Obwohl alles durcheinander klingt. 70 Leute schwingen wie Glocken.

Wird es reißen? Nein, es reißt nicht und nach fünf Minuten können alle ihre Melodie, der Körper singt sie wie von selbst, wir gehen durcheinander, der gesamte Raum klingt, ich schaue auf die Uhr, wir tun das plötzlich schon 30 Minuten. Die ersten Leute liegen sich in den Armen, singen zusammen weiter, kleine Gruppen finden sich und gehen zusammen, lösen sich wieder. Nach 40 Minuten nimmt das Klingen ab, es wird sehr leise, dann still.

Und ja, jetzt erinnere ich den Anfang des Tages. Hendrik hat uns um ein Experiment gebeten. Er wollte feststellen, ob man einen Menschen von Weitem berühren kann, ohne dass er im Raum ist. Ob der das merkt, wenn man an ihn denkt, dieser ferne Mensch. Dafür hat er eine Person in der Nachbarstadt gefragt, ob sie zuhause ist in dieser Nachmittagsstunde. Ja, sie sei zuhause, allerdings dann grad aus dem Hospital entlassen. Genau richtig fürs Experiment. Das wussten wir. Beim Singen haben wir es vergessen, aber jetzt, in dieser Stille, werden wir kurz erinnert. Hendrik zeigt ein Bild von Cris. Cris war grad im Hospital, weil man dort ihren Tumor bestrahlt hat. Wir setzen uns eng zusammen auf den Boden, in der Mitte das Porträtbild von ihr. Hendrik bittet uns, sich auf sie zu konzentrieren, zehn Minuten lang, dabei möglichst in leichter körperlicher Verbindung mit den anderen, Schulter, Bein, Hand. Cris weiß davon nichts.

Nach dem lauten Singen ist es still – so still, wie ich es nicht kannte. Alle sind

aufmerksam dabei, als könne man durch Halbherzigkeit etwas verderben. Ich höre Atem, niemand hustet. Stille kann sein wie ein dichter Stoff. Zehn Minuten Stille, wann gibt es so was im normalen Leben?

Wir atmen auf und durch, als die Zeit abgelaufen ist. Hendrik nimmt sein Telefon und ruft Cris an – wir hören mit. Es dauert, bis sie abnimmt. »Ah, Hendrik, danke, dass du anrufst! Es war so anstrengend im Krankenhaus, das Warten und die Maschinen.« – »Wie geht es dir gerade?« – »Mir ging's nicht gut, als ich nach Haus kam. Aber seit einer Viertelstunde bin ich total voller ..., ich weiß nicht, irgendwie ..., wie wenn man so aufgeladen ist und nicht stillsitzen kann. Ich bin die ganze Zeit rumgelaufen im Haus, obwohl ich vorher völlig müde war. Als wär irgendwas in der Luft. Aber es ist nichts. Ja, so isses grad.«

Hendrik schaltet die Kamera an seinem Handy an und zeigt Cris, wer alles um ihn herum sitzt und was für ein Bild in der Mitte liegt. »Seit gut zehn Minuten konzentrieren wir uns auf dich«, sagt Hendrik.

Am anderen Ende ist es jetzt sehr still. »Nein!«, tönt es dann aus dem Handy. »Doch«, sagt Hendrik, »doch«, rufen wir, »es stimmt!« – »Nein, das gibt's doch gar nicht!« Und nach einer Pause: »Danke!! Ich werd noch verrückt.« – »Wir haben erst gesungen und uns dann auf dich konzentriert«, sagt Hendrik ruhig. »Ich glaub's nicht – doch, doch, ich glaub's – nein, ich weiß nicht, was ich sagen soll!« Nach dem Telefongespräch sitzen wir noch eine Weile so da, auf dem Boden, Cris' Bild in der Mitte, und sind erstaunt, fast verlegen. Man glaubt so was ja nicht, bis man es selbst erlebt. Man denkt, das wäre so Eso-Zeug.

Mir ist das lange nachgegangen. Es ging nicht um spontane Heilung oder andere Wunder, sondern wir waren einfach in einem Raum zusammen und in circa 70 Kilometer Entfernung hat eine andere Person körperlich abbekommen, was wir (für sie) taten. Wir haben noch viel gesprochen. Wenn man so was erlebt, fallen einem

auch andere synchrone Seltsamkeiten ein, die scheinbar nichts miteinander zu tun haben. Jemand erzählte von einer Art Herz-attacke, als sein Bruder in den Staaten zeitgleich einen Autounfall hatte. Von unvermittelten gemeinsamen Ausrufen oder Ideen zweier Leute. Als läge ein Geist in der Luft, der unsichtbar verbindet, was disparat an verschiedenen Orten lebt.

Zehn Minuten Stille, wann gibt es so was im normalen Leben?

Bei dieser Aktion war egal, was sonst oft wichtig ist: woher wir kamen, was wir jeweils glaubten, ob man sich versteht oder mag oder nicht mag. Es war unwichtig. Das Singen selbst und die Konzentration danach waren von selbst einleuchtend. Man musste dafür nichts wissen. Einfach entschieden da sein – mit den anderen.

Ich habe mich später gefragt, ob ich einer Massen-Hypnose aufgesessen bin. Cris war offensichtlich nicht »bestochen« worden. Es war ein Experiment mit offenem Ausgang. Ich war ganz klar mit mir selbst unterwegs, nie irgendwie weggetreten. Und in Verbindung mit den anderen.

Das geht offenbar: ganz klar bei sich und zugleich bei den anderen sein. Und auf etwas ausgerichtet, das uns mitnimmt, in dem Fall der Gesang, der sich steigerte und anfang sich selbst zu tragen – wie ein gelungenes Fest. Danach die gemeinsame Kraft verwenden für etwas oder jemanden. Und erleben, dass es wirkt.

THOMAS HIRSCH-HÜFFELL

singt gern in Treppenhäusern, weil es da so schön hallt, aber am liebsten mit anderen zusammen flirrende Lieder – bis alle erschöpft einig sind.



Herzliche Einladung

Ein bewegender Frühsommer für *Andere Zeiten*-Redakteurin IRIS MACKE:
Ihr mittlerer Sohn feiert Konfirmation! Bei den Vorbereitungen hat sie die Frage beschäftigt,
welche Bedeutung solche Feste für die Beteiligten haben.

HENRY, 14

KONFIRMAND AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN:

Ich habe das Gefühl, durch meine Konfirmation kann ich den Segen von Gott verstärken. Nicht nur für mich, auch für meine Familie. Und dann freue ich mich hart darüber, dass wir so ein Fest feiern, bei dem nur ich im Mittelpunkt stehe. Manche Verwandte, die dann anreisen, kenne ich kaum, das sind Cousinsen und Cousins von meiner Mutter, die wohnen weit weg. Aber sie kommen nur meinetwegen!

LINDA, 31

EHRENAMTLICHE BEGLEITERIN VON ERSTKOMMUNIONKINDERN AUS HAMBURG:

Bei der sechsmonatigen Vorbereitung auf die Erstkommunion versuchen wir, am Leben der acht- bis neunjährigen Kinder anzudocken und die teilweise schwierigen Glaubenthemen in den Alltag zu übertragen. Die Taufe spielen wir selbst nach, wir probieren mit Backoblaten aus, wie die Eucharistiefeier abläuft, oder gehen am Karfreitag einen Kreuzweg mit verteilten Rollen. Die Beichte nennen wir »Fest der Versöhnung«. Ich bin immer total beeindruckt, wie reibungslos die Erstkommuniongottesdienste dann ablaufen. Da wird fehlerfrei gelesen, ruhig dagesessen und sehr stolz geguckt. Wenn die größten Chaotinnen dann im artigen Kleidchen ihre Taufkerze hereintragen oder der Lauteste von allen ganz andächtig mitsingt, bin ich jedes Mal total gerührt. Irgendwas passiert da in den Kindern, und wenn ich dabei zusehe, habe ich das Gefühl, eine noch bessere Ahnung von Gott zu haben.

ARNE, 52

PATE AUS MÜNCHEN:

Mein Patenkind wohnt in Berlin. Wir sehen uns sehr selten. Einmal waren wir im Tiergarten, einmal war ich bei seinem Basketballspiel. Ein Scheinchen im Brief zu Weihnachten und zum Geburtstag. Zu den Eltern habe ich auch kaum noch Kontakt. Nun soll ich ihm im Gottesdienst einen Segen zusprechen. Ich weiß gar nicht, was ich da sagen soll. Vielleicht nehme ich einfach meinen eigenen Konfirmationsspruch: »Wer glaubt, kann alles.«

GÜNTHER, 84

OPA EINES KONFIRMANDEN AUS WESTFALEN:

Wenn mein Enkel konfirmiert wird, erinnert mich das an meine eigene Konfirmation. Wir Jungs bekamen die ersten langen Hosen. Und meine Frau hat viele Jahre erzählt, dass sie zur Konfirmation die ersten Seidenstrümpfe bekam. Geld gab es damals nicht geschenkt – mehr so »Erwachsenengeschenke«: einen Ring, eine Uhr, einen Koffer. Viele von uns gingen ja fast direkt nach der Konfirmation schon in die Ausbildung. Ich fühlte mich damals noch nicht erwachsen, aber natürlich waren der Festgottesdienst und die anschließende Feier schon aufregend. Es ist schön, sich daran erinnern zu können – und gleichzeitig heute die Jugend feiern zu dürfen.

JULIA, 48

MUTTER EINER KONFIRMANDIN AUS NIEDERSACHSEN:

Wahnsinn, meine Kleine! Kommt mir so vor, als wäre es gestern gewesen, dass ich sie in den Kindergarten gebracht hab. Und jetzt sehe ich sie manchmal an und denke: Ist das noch mein Kind? Oder überhaupt ein Kind? Sie ist ganz schön erwachsen geworden. Ich bin sehr stolz auf sie. Mache mir aber auch Sorgen. Gehen jetzt die Partys los, von denen Eltern älterer Kinder erzählen? Die Konfirmation ist doch schon ein großer Schritt. Was kommt danach?

Feste und Feiern sind Rituale in Schwellensituationen des Lebens,

in glücklichen und auch in traurigen. Für JÖRG NEIJENHUIS, Professor für Praktische Theologie in Heidelberg, haben sie eine tiefe spirituelle Dimension.

Wenn ich höre, dass von Jahr zu Jahr die Burnout-Rate steigt, dann ist das für mich ein Zeichen dafür, dass Menschen sich entweder nicht genug Zeit für sich selbst nehmen oder gar nicht in den Bereich ihres eigenen Inneren kommen, wo sie mit sich verhandeln können, was ihnen wirklich wichtig ist. Ich bin fest davon überzeugt, dass wir Unterbrechungen des Alltags brauchen, um genau das zu tun: uns über unseren Sinn des Lebens und des Glaubens klarzuwerden. Üblicherweise sind diese Unterbrechungen das Wochenende und der Sonntag – aber es sind eben auch die großen Feste. Wenn ich einen Konfirmationsgottesdienst mitfeiere, dann denke ich doch auch an meine eigene Konfirmation zurück, dann vergewissere ich mich meiner eigenen Lebenssituation, das ist dann wie eine Bestätigung des eigenen Glaubens.

Jugendliche wachsen derzeit mit einer großen Dystopie auf, zum Beispiel der Kli-

makrise. Das ist für sie nicht einfach und das spüren sie. Sie haben zunehmend Orientierungsschwierigkeiten, nicht nur wegen der »A-Sozialen Medien«, sondern sie gehen unter in der Menge. Und sie brauchen Menschen, die ihnen in dieser Vielfalt verlässliche Orientierung geben. Da kann eine Konfirmation eine Art Lebensvergewisserung sein: Sie bietet den jungen Erwachsenen die Möglichkeit zu spüren, dass sie nicht alleine sind.

Natürlich gibt es Menschen, die näher dran sind am Grund des Festes, und welche, die nicht so nah dran sind: Da ist der Pate, der leichte Schuldgefühle hat, weil er sich nicht genug ums Patenkind gekümmert hat – dem würde ich raten: Jetzt gehen Sie doch hin und zeigen, dass Sie jetzt Pate sind, und freuen Sie sich mit! Ganz viele Menschen haben ein schlechtes Gewissen gegenüber ihren Mitmenschen, dass sie nicht genug geleistet oder dass sie andere vielleicht nicht gut genug begleitet haben.

Und dann ist das gemeinsame Feiern der Konfirmation auch ein Stück Vergebung, eine Art Versöhnungshandeln, weil man nicht einfach wegbleibt. Da sehe ich in so einem Fest eine große Chance.

Auf solch einem Fest, das gilt auch für alle anderen Feste, zum Beispiel Weihnachten, können natürlich auch Zwistigkeiten aufbrechen, vielleicht auch, weil man da miteinander Zeit hat – und endlich spricht man das aus, was schon lange im Raum stand. Vielleicht ist es dann hinterher wieder gut. So eine Feier muss ja auch nicht immer eine Wohlfühlveranstaltung sein, es kann auch schmerzlich sein. Ein Fest bietet die Möglichkeit, die Vielfalt der Menschen wahrzunehmen und zu akzeptieren – denn wir müssen nicht immer alle an einem Strang ziehen, aber wir müssen lernen, mit der Vielfalt zurechtzukommen.

Wo das Herz weit wird

Spirituelle Momente lassen sich nicht nur in Kirchen, sondern auch an anderen geschichtsträchtigen Orten oder in der Natur erleben. Die Sommerzeit bietet viele Möglichkeiten, im persönlichen Umfeld oder auf Reisen nach solchen Plätzen zu suchen. VON CORINNA MÜHLSTEDT



Signore, cosa vuoi che io faccia?« – »Herr, was willst du, das ich tue?« Diese berühmte Frage soll der Heilige Franz von Assisi in der Kapelle von San Damiano vor einem Kreuz an Jesus gerichtet haben. Es ist eine zentrale Frage vieler Lebensgeschichten, die in Assisi oder Rom bis heute auf Plakaten zu sehen ist. Der junge Kaufmannssohn, Franziskus, erkannte damals in San Damiano, dass er sein oberflächliches Leben ändern und einem spirituellen Auftrag folgen sollte. Wer heute in das kleine Kirchlein zwischen Olivenhainen kommt, kann in ruhigen Momenten noch etwas von der Kraft dieses Auftrags spüren: eine sanfte, aber gültige Weisung, die ahnen lässt, in welche Richtung der nächste Schritt führt.

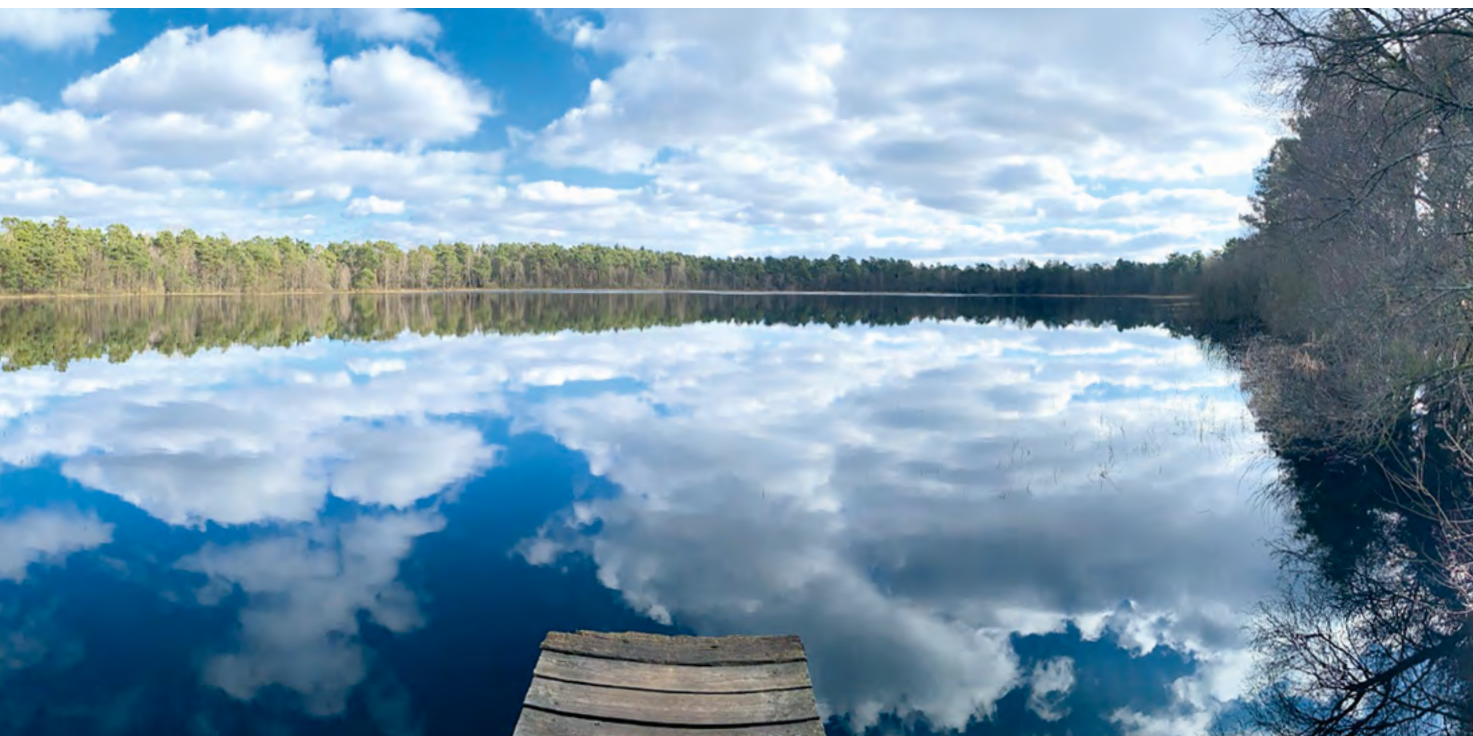
Es sind meist besondere Orte, an denen Menschen solche Impulse zuteilwerden. Orte, an denen die lauten Stimmen des Alltags der Ruhe und Besinnung weichen. Die Bibel erzählt, dass Propheten wie Elia und Mose auf der Suche nach Orientierung in die Einsamkeit der Wüste flohen. Dort begegneten sie am Berg Sinai zwischen Felsen, Sand und Steinen Gott: jenseits allen menschlichen Begreifens und dennoch real. Dort empfingen sie Ratschläge, die ihnen Kraft gaben, ihre Arbeit für andere fortzusetzen.

Der Sinai gehört ebenso zu den Kraftorten dieser Welt wie die kleinen Kapellen in den Wäldern rund um Assisi. Und selbst eine laute Metropole wie Rom

ist voller Kraftorte, man muss sie nur finden. Einer davon ist die Via Appia Antica, eine jahrtausendealte Handelsstraße, die von der römischen Stadtmauer aus nach Süden führt. Man läuft auf dunklen Basaltsteinen unter hohen Pinien, umgeben von den malerischen Ruinen antiker Grabmonumente: Weite, Ruhe und Frieden...

Im Jahr 64 soll einer alten Legende zufolge der Apostel Petrus versucht haben, auf der Via Appia der Verfolgung durch die römische Staatsmacht zu entkommen: Ein verheerender Brand hatte Rom verwüstet. Kaiser Nero bezichtigte die Christen der Brandstiftung. Tausende wurden brutal hingerichtet. Petrus wollte überleben. Aber auf der Via Appia, so heißt es, begegnete er plötzlich Jesus und fragte ihn erstaunt: »Domine quo vadis?« – »Herr, wohin gehst du?« Jesus soll geantwortet haben, dass er nach Rom gehe, um dort den leidenden Christen beizustehen. In diesem Moment erkannte Petrus der Überlieferung nach seinen Auftrag: Er ging in die Stadt zurück und starb dort als Märtyrer. Ein nach der Frage des Petrus benanntes Kirchlein bezeichnet an der Via Appia bis heute den Ort, an dem der Apostel umkehrte. Wer sich hier oder an anderen Stellen der antiken Straße still unter eine Pinie oder auf einen Stein setzt, kann oft noch etwas von der wegweisenden Kraft nachempfinden, die einst Petrus berührte.

Kraftorte sind Orte, an denen Fragen, die man eventuell unausgesprochen, ja, sogar unbewusst, in sich trägt, auf die Antworten der Weltgeschichte stoßen. Und stets spiegelt sich in ihnen etwas von der Urkraft des Lebens und der Liebe, die Menschen von jeher die Richtung weist. Solche Orte können einsam in der Natur liegen oder mitten in einer Stadt, es können winzige Heiligtümer sein oder mächtige Bauwerke. Doch in aller Regel gilt: Man entdeckt ihre Ausstrahlung erst, wenn man zur Ruhe



kommt und vielleicht sogar ein Gebet oder eine Meditation an die Stelle der alltäglichen Unruhe tritt.

So ist auch in den großen Basiliken Roms, etwa in Sankt Peter oder Sankt Paul, die spirituelle Atmosphäre meist am stärksten, wenn man abseits des Touristenrummels die bescheidenen Gräber der Apostel unter den jeweiligen Altaranlagen aufsucht: Dort kann man ahnen, dass der physische Tod nicht das Letzte ist, sondern nur ein Übergang, ein weiterer Schritt auf dem Weg zu jener Kraft, die uns ins Dasein rief. In der römischen Basilika *Sankt Paul vor den Mauern* betet der Papst oft in der Gebetswoche für die Einheit der Christen gemeinsam mit Vertretern anderer christlicher Konfessionen am Grab des Paulus. Zum Fest der Stadtpatrone Roms, Peter und Paul, am 29. Juni finden hier traditionell ökumenische Feiern statt. Man erlebt dann, dass Einheit zwischen den getrennten Christen möglich ist.

Aber niemand muss nach Italien oder Ägypten reisen, um Kraftorte zu entdecken. In der Natur spiegelt sich an unzähligen Stellen – seien es Berge oder Seen, Bäume und Blüten – etwas von der Kraft des Schöpfers. Viele symbolträchtige Plätze wie Kirchen, Klöster und sogar Friedhöfe lassen etwas von der Ewigkeit ahnen. Selbst einfache Wegkreuze, denen man auf Wanderungen begegnet, oder sogenannte »Herrgottswinkel« haben ihren eigenen Zauber. Man muss sich nur auf ihre Botschaft einlassen.

Eine buddhistische Freundin sagte mir einmal: »Kraftorte sind für mich Orte, an denen ich meditieren kann, an denen ich den inneren Stecker in die

**Manche Orte lassen mich die Freiheit ahnen,
eine Weite, in der das Grübeln sich auflöst.**

**Es sind Orte, die zur Antwort werden,
bevor die Frage gestellt wird.**

Ich möchte sie festhalten – in einem Herzen!

CORINNA MÜHLSTEDT

Steckdose stecken und Kraft sammeln kann.« Ich denke, genau das umschreibt das Geheimnis eines Kraftortes: Es ist ein Ort, an dem ich auftanken kann, weil meine Sehnsucht auf die Liebe dessen trifft, der die Welt in Händen hält. Sommerliche Ausflüge sind eine wunderbare Gelegenheit, um solche Kraftorte für das eigene Leben zu erkunden.

Die Theologin und Journalistin **CORINNA MÜHLSTEDT** lebt in München und Rom. Mit dem Benediktinermönch Notker Wolf hat sie das Buch *Kraftort Rom. Spirituelle Streifzüge* geschrieben.



Rast für Leib und Seele

Ruhe und Tempo, Geschwindigkeit und Pause. An der Autobahn bei Leutkirch scheint beides meilenweit voneinander entfernt und liegt doch nah bei-
einander. Denn während unten die Autobahn rauscht, läuft die Uhr auf dem
Berg langsamer. Hier ist ein besonderer Ruhe-Ort entstanden: die Gallus-
kapelle. Den modernen Rundbau muss man sich erlaufen. Winterberg heißt
das Hindernis, das den müden Autofahrer wach macht. Dafür gibt es oben
einen wunderbaren Blick von den Allgäuer Alpen bis zum Säntis. In der
Kapelle wartet Stille. Ganz schlicht ist sie gehalten. Kein Ort großer Feiern,
vielmehr ein Ort der Ruhe und der Gebete, die in dreißig dicken Anliegen-
büchern niedergeschrieben sind. Viele europäische Sprachen sind dort zu
lesen. Fernfahrer kommen ebenso vorbei wie Urlaubsreisende und Einhei-
mische. Achttausend Kerzen werden hier jährlich angezündet.



Aber es sind nicht die Zahlen, die diese Kapelle so besonders machen. Es
sind die vielen kleinen und großen Geschichten, mit denen sie gefüllt ist.
Etwa die Geschichte der jetzt 23-jährigen, die am Fuß der Kapelle im Auto zur
Welt kam. Oder die Menschen, die eine Bitte im großen Buch hinterlassen
haben, weil sie auf dem Weg ins Krankenhaus waren. Von glücklichen Omas
und Opas ist zu lesen, die ihr Enkelkind ins Leben begleiten dürfen. Wenn
abends der Schließdienst zur Kapelle kommt, ist oft noch jemand da. Manche
haben ein Musikinstrument dabei, andere singen, wieder andere packen ihr
Picknick aus. Alltagsgeschichten finden hier Platz. Von ihnen atmet der Raum.

In diesem Jahr feiert die Galluskapelle ihr 25-jähriges Jubiläum. Sie wird
von einem ökumenischen Verein betreut, der zu Veranstaltungen im Jubilä-
umsjahr einlädt: Kunst und Gottesdienste, eine Nacht der Lichter, Zeiten der
Begegnung mit Fernfahrern, Konzerte und Radfahrersegnungen.

BENJAMIN SIGG

.....

**Am Donnerstag, 3. Juli 2025,
um 18.30 Uhr feiern wir unseren
Andere Zeiten-Sommergottesdienst
an der Galluskapelle in Leutkirch.
Herzliche Einladung zu Musik, Gebet
und Impulsen zu Weite und Weitblick,
Lebensrhythmus und Geschwindigkeit.
Bei schlechtem Wetter findet der Gottes-
dienst im Kultur- und Gemeindetreff,
Zur Dorfschule 3, 88299 Leutkirch-
Tautenhofen statt.**

Anfahrt zur Galluskapelle:
Mit öffentlichen Verkehrsmitteln
Mit dem Zug bis Leutkirch. Shuttle-
Service zwischen Bahnhof Leutkirch
und Galluskapelle. Bitte melden Sie
sich für den Shuttle-Service an:
per E-Mail an seifert@anderezeiten.de
oder per Telefon unter 040 / 47112770.
Mit dem Auto

A96 aus nördlicher Richtung: zwischen
AS Leutkirch-Süd und AS Kißlegg auf den
Rastplatz Winterberg fahren. Ein steiler
Fußweg führt direkt zur Galluskapelle.
A96 aus südlicher Richtung: Ausfahrt 8
ausfahren, links abbiegen, ab Ortsmitte
Tautenhofen dem Hinweisschild zum
Parkplatz am Fuß des Winterbergs
folgen. Von dort 15 Minuten Fußweg.
Gehbehinderten ist die Zufahrt zur
Kapelle erlaubt.

.....

ENDLICH!

Was mir heilig ist



Anfang diesen Jahres war ich im zentralen Tempel der Jesiden im Nord-Irak. Die Schuhe sollten wir am Rand des Tempelbezirks ausziehen. Es ist heiliger Boden. Beim Betreten der Gebäude sollten wir nicht auf die Schwelle treten; das war unseren Gastgebern heiliges Gesetz. Und als ich eine Woche später am Petersdom im Heiligen Jahr durch die nur alle 25 Jahre geöffnete Heilige Pforte schreite, spüre ich, dass mir die Jesiden geholfen haben zu verstehen, dass das für mich etwas Wichtiges ist. Es gibt Orte und Zeiten, die heilig sind, von Gott ausgesondert und ihm allein gehörend. Gleich gültig und gleichgültig trennt nur ein Leerzeichen. Ansonsten läuft es vermutlich auf dasselbe hinaus. Das Heilige ist der große Einspruch gegen die Behauptung, alles sei gleich gültig. Was heilig ist, ist wertvoll. Es gibt viel, was Menschen »heilig« ist. Eltern pubertierender Kinder merken das, wenn sie es wagen, in deren Zimmer vorzudringen. Oder mir ist etwas heilig, weil es mich an einen

geliebten Menschen erinnert. Dann sind mir vermeintlich banale Alltagsgegenstände heilig. Aber im eigentlichen Sinn ist heilig, was von Gott und für Gott herausgenommen ist aus den normalen Dingen. Wo Gott besonders da ist. Ich bin Christ und mir ist wichtig, dass es dies gibt, Heilige Schrift und Heilige Messe. Es gibt so etwas wie echte Stellvertretung, wo ein Mensch für Menschen, ein Ding für das Un-Dingliche, ein Ort für das Ortlose stehen kann – bis hin zum Ganzen des unfasslichen Universums. Das Heilige bedeutet für mich also gerade nicht, dass alles andere profan und nichts wert wäre, sondern im Gegenteil. Gott segnet Sarah und Abraham, heiligt sie unter allen Menschen, damit sie ein Segen sein sollen für alle Völker. So ist es, wenn Gott in dieser Welt wirkt: an einem Volk für alle. An einem Menschen für die, die mir Nächste werden, weil sie auf meinem Weg sind, wie der unter die Räuber Gefallene dem barmherzigen Samariter zum Nächsten geworden ist. Wenn jüngst der US-amerika-

nische Politiker J. D. Vance erklärt, der christliche »ordo amoris«, die Ordnung der Liebe, gebiete, die Familie, Nachbarschaft und das eigene Volk mehr zu lieben als die fernen Völker und Schutzsuchenden an unserer Grenze, dann hat er eben das nicht verstanden: Das Heilige ist von Gott ausgesondert, ein Segen zu sein. Liebe ist erst dann christlich, wenn sich die Liebe zu Familie, Kirche oder Vaterland durchbrechen lässt von den anderen, die mich jetzt brauchen. Dann ist nicht die Familie, sondern dieser eine fremde Mensch heilige Gegenwart Gottes.

Wer braucht mich?

Wenn ich eine Kirche betrete, mich mit geweihtem Wasser bezeichne und zum Tabernakel eine Kniebeuge mache, dann wird mir »das da draußen« nicht gleichgültig. Im Gegenteil. Es öffnet meine Sinne für das wunderbare Geheimnis, dass Gott gegenwärtig ist.

P. MARTIN LÖWENSTEIN S.J.



UNSER »KÜKEN«

Seit September verstärkt NELE BESTE unser Redaktionsteam als Volontärin. Aufgewachsen im Ruhrgebiet, hat sie in Bochum Sozialwissenschaften studiert, bevor es sie nach Hamburg zog. Bei *Andere Zeiten* schätzt sie vor allem die Abwechslung – kein Tag gleicht dem anderen, immer wieder gibt es neue Projekte und unerwartete Aufgaben. Die »30 Orte Tour« im Herbst vergangenen Jahres war für sie ein besonderes Highlight: »Die Leser:innen gleich zu Beginn meiner Zeit persönlich kennenlernen und ihre Geschichten zu hören, war eine tolle Erfahrung.« In ihrer Freizeit entdeckt Nele gerne neue Ecken in Hamburg, macht es sich im Kinosessel bequem oder schöpft Kraft beim Yoga.

Dieses Magazin
gibt es auch digital

im kostenlosen Abo:
anderezeiten.de/magazin-digital

Neues aus dem Andere Zeiten-Haus



FISCH UND DONNER



Ärmel hoch – und los!

Durch unser Redaktionshaus weht ein inspirierender Duft! Seit Ulrike Berg für die Ausgabe »Heimat« unseres Themenheftes *Anders Handeln* im Erzgebirge unterwegs war, führt sie uns gern ihre **mitgebrachten Räucherkerzen** mit Duftnoten wie Weihrauch, Myrrhe, Sandelholz, Zen Garden und Sommerfrische vor. Nicht nur die – auch unsere Köpfe rauchen: Wir arbeiten am letzten Feinschliff unserer Kalender, denn *Der Andere Advent* und *Der Andere Advent für Kinder* gehen im Juni in den Druck. Fleißige Mithelfer:innen im Endspurt sind Grundschulkinder aus Süderelbe. Sie haben die Bastelangebote im Kinderkalender für uns ausprobiert. Ein fröhlicher und bunter Nachmittag, den **Fotografin Gesche Jäger** in Bildern festgehalten hat (links). Unsere Kollegin **Silke Theune** trifft man in diesen Wochen meist im Keller unseres Hauses in der Fischers Allee an (rechts), denn nach der (Fasten-) Saison ist vor der (Advents-) Saison! Zur Vor- und Nachbereitung gehört auch das Ausmisten und Sortieren von Lager und Archiv – definitiv ein Fall für Silke!

Impressum

Andere Zeiten – Magazin zum Kirchenjahr
Herausgegeben von Andere Zeiten e. V.
Fischers Allee 18, 22763 Hamburg

Redaktion Ulrike Berg (verantwortlich),
Nele Beste, Linda Giering, Iris Macke,
Axel Reimann, Sarah Seifert (Assistenz),
Kirsten Westhuis

Internet www.anderezeiten.de und
www.andershandeln.de

Telefon Bestellungen 040 / 47 11 27 27

Fax 040 / 47 11 27 77

E-Mail bestellung@anderezeiten.de

Telefon Redaktion 040 / 47 11 27 52

E-Mail redaktion@anderezeiten.de

Newsletter www.anderezeiten.de/newsletter

Facebook @anderezeiten

Instagram @anderezeiten_ev

Youtube AndereZeiteneV_Hamburg

Podcast www.anderezeiten.de/podcast

Korrektur Susanne Brütt

Gestaltung Sabine Veerkamp,
koop-bremen.de

Druck Druckzentrum Neumünster,
www.druckzentrum-neumuenster.de

Illustrationen S. 3: Ariane Camus,
arianecamus.com; S. 7: Birgit Lang,
birgitlang.de; S. 21: Thomke Meyer,
thomkemeyer.com; Autor:innenporträts
S. 5, 7, 10, 15, 19: Hendrik Jonas,
hendrikjonas.de

Fotos Titel: © plainpicture/Ute Mans;
S. 3: © istock.com/ThomasVogel;
S. 9: © Getty images/RalucaHotupan;
S. 11: Klaus Matwijow/Süddeutsche Zeitung

Photo; S. 12: © mauritius images/Jozef
Polc/Alamy/Alamy Stock Photos;
S. 14: © DEEPOL by plainpicture/David
Kjaer; S. 19: Marion Worthmann;
S. 20: Galluskapellen-Verein; S. 22 links:
Sabine Henning, übrige: Linda Giering;
Rückseite: © plainpicture/Michael
Rathmayr

Das Magazin wird Ihnen dreimal im Jahr
kostenfrei zugesandt. Jedes weitere
Magazin kostet 0,20 Euro plus Versand.
Andere Konditionen gelten für Österreich
(zu erfragen beim Behördendienst, Tel.
aus Österreich: 0732 76 10 - 38 13) und die
Schweiz (bei Tecum, Tel. aus der Schweiz:
052 720 73 81).

Spendenkonto Evangelische Bank (EB),
IBAN: DE74 5206 0410 0006 4243 41;
BIC: GENODEF1EK1. Geben Sie bei
Spenden gern Ihre AZ-Nummer oder
Ihre Adresse an, dann können wir uns
bei Ihnen bedanken!



FD2

www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem
Blauen Engel ausgezeichnet



Druckprodukt mit finanziellem
Klimabeitrag
ClimatePartner.com/13032-2105-1004



Inspiration für den Sommer



1
zeit Mein Urlaubsbuch
104 Seiten, 18x12 cm, gebunden,
mit Gummiband verschließbar
€ 9,-*

2
andere augenblicke
12 Poster, 30x40cm,
in einer hochwertigen Mappe
€ 13,50 (inkl. Versand)

3
Anders Handeln neu
Heft 2/2025: Heimat
20,5x26 cm, 68 Seiten
€ 5,-*

Anders Handeln im Abo
Für 20,50 Euro im Jahr
(inkl. Versand) senden wir Ihnen
ab der nächsten Ausgabe 3/2025,
die im September erscheint, die
folgenden drei Hefte zu.

4
Hoppla! Geschichtenbuch
48 Seiten, 18x15 cm, gebunden,
mit 22 Illustrationen
€ 7,-*

5
geistreich 50 Pfingstideen
124 Seiten, 11,5x19 cm,
gebunden in Schweizer Broschur
€ 11,-*

6
Briefkartenset »10 Jahre wandeln«
10 Klappkarten DIN lang, mit farbigen
Illustrationen und passenden Umschlägen
€ 12,50*

Alle unsere Angebote können Sie hier bestellen:

TELEFONISCH 040/47112727

IM INTERNET www.anderezeiten.de/bestellen

PER E-MAIL bestellung@anderezeiten.de

oder mit der nebenstehenden Bestellkarte

* zzgl. Versandkosten

An unseren Aktionen sollen möglichst viele Menschen teilnehmen. Darum sind unsere Angebote preiswert. Allerdings geben wir die Versandkosten, die durch Porto und Material entstehen, an Sie weiter (gewichtabhängig von € 2,50 bis € 8,50). Alle Preise gültig ab Mai 2025. Preisänderungen behalten wir uns vor. Staffelpreise für alle Angebote auf Anfrage oder auf www.anderezeiten.de/bestellen. Übrigens: Viele Sendungen werden von Menschen mit Handicap in der Evangelischen Stiftung Alsterdorf verpackt.



Der zweite Blick

Zwei Engel baten im Haus einer reichen Familie um Unterkunft. Der Hausherr gewährte den Engeln nur widerwillig einen Schlafplatz in seinem Schuppen. Als sie sich einrichteten, sah der ältere Engel ein Loch in der Wand und reparierte es sorgfältig. Die nächste Nacht verbrachten die Engel im Haus eines armen Bauern und seiner Frau. Die beiden teilten ihr bescheidenes Mahl mit ihnen und ließen sie sogar in ihren Betten schlafen. Doch am nächsten Morgen fanden die Engel das Ehepaar verzweifelt vor: Die einzige Kuh, die sie mit Milch versorgt hatte, lag tot auf der Wiese. Wütend fragte der junge Engel den älteren: »Wie konntest du das zulassen? Dem reichen Bauern reparierst du die Scheunenwand, dem armen Bauern nimmst du seine einzige Kuh?« – »Die Dinge sind nicht so, wie sie auf den ersten Blick aussehen«, antwortete der ältere Engel. »Letzte Nacht fand ich in dem Loch in der Scheune einen Sack mit Gold. Ich verschloss das Loch, damit der Hausherr ihn nicht findet und noch habgieriger wird. Und diese Nacht kam der Todesengel, um die Frau des freundlichen Bauern abzuholen. Ich habe ihm stattdessen die Kuh gegeben.« VERFASSER UNBEKANNT