

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



vom 11. November 2023 für die 46. Woche

***Das Quiz • Leserinnenbild • Andere Zeiten erleben • Eine Frage,
Frau Wick • Der andere Ort • Worte der Woche • Andere Zeiten
fördert***

Liebe Leserin, lieber Leser,

hin und wieder trinke ich mit Frau Hoffnung einen Kaffee. Ich kenne die alte Dame schon länger. Vor ein paar Jahren sind wir uns auf einem Krankenhausflur begegnet und schnell miteinander ins Gespräch gekommen. Sie wohnt gar nicht weit entfernt in einem schönen Altbau im fünften Stock. »97 Stufen, um ganz genau zu sein!«, streicht sie immer heraus: »97 runter, 97 rauf! Da überlegt man sich jeden Gang!« Vielleicht habe ich sie deshalb in der vergangenen Zeit kaum gesehen, vielleicht war ich zu eingespannt.

Neulich traf ich sie im Café wieder. Erst habe ich sie gar nicht wahrgenommen, zu vertieft las ich in der Zeitung. Sie muss schon länger dagesessen haben, denn ein Tee stand dampfend vor ihr. Mit den Fingern an der warmen Tasse murmelte sie etwas vor sich hin, so dass ich aufblickte. »Du?« Wie immer lag etwas Herausforderndes in ihrem Blick, fast Neckisches: »Darf ich Deine Zeitung haben?«

Ich gab sie ihr und beobachtete erstaunt, dass sie nicht wie gewöhnlich das Horoskop suchte, über das sie so herzlich lachen konnte. Stattdessen nahm sie ein paar Doppelseiten heraus und begann sie zu falten. Erst die eine Ecke zur Mitte, dann die andere, den Rand nach

oben ... »Ein Papierhut!«, schoss es aus mir heraus: »Hättest Du dafür nicht den Anzeigenteil nehmen können?« Sie schüttelte nur leicht den Kopf und bastelte weiter: »Fertig!«

»Der wird Dir bei dem Regen nichts nützen!« – »Muss er auch nicht! Ich will malern!« – »Malern?« – »Ja, hin und wieder muss ich das! Wände werden grau mit der Zeit oder ich sehe mich an der alten Farbe satt. Himmelblau oder Orange? Was meinst Du?« Ich zögerte, bin dann doch eher konservativ: »Ein warmes Weiß?« – »Langweilig! Es fällt schon zu viel Grau und Schwarz durch die Fenster, da braucht es Kontrast! Hast Du schon einmal eine Farbrolle in knallgrüne Farbe getaucht und quer über eine Wand gerollt?« So verträumt sie dies auch sagte, es klang fast wie ein Befehl.

Noch bevor ich antworten konnte, stand sie auf und ging. Ich kenne das schon von ihr. Kaum ist sie da, ist sie wieder weg. Der Papierhut lag noch immer auf dem Tisch. Der Kellner fragte, ob er ihn mit abräumen solle. »Nein, ich brauche ihn noch!« – »Ach, wollen Sie malern?« – »Ich wills versuchen!«, sagte ich laut.

Ich wünsche Ihnen eine gesegnete Woche!

Herzlich

Ihr Oliver Spies
Theologischer Vorstand
Andere Zeiten e.V.





LESERINNENBILD

Ein Morgen im herbstlichen Remstal nahe Stuttgart

Dank an MAGDALENE STREHLER

DAS QUIZ

Für was steht der Martinstag am 11. November?

- a) Er erinnert an den Reformator Martin Luther
- b) Es ist der Tag des Heiligen Martin von Tours
- c) Weinproben
- d) Mit dem Tag beginnt die Karnevalssession

(Für die Auflösung ganz nach unten scrollen)

IM GESPRÄCH

Eine Frage, Frau Wick ...

Draußen ist es jetzt häufig ungemütlich – doch wie ist es mit Hund, Katze und Kuh zuhause? Diese und andere Übungen aus dem Yoga machen nicht nur beweglicher. Yoga kann auch dabei unterstützen, einen neuen Zugang zum christlichen Glauben zu finden, ist Pia Wick überzeugt. Sie ist Yogalehrerin und Gründerin des Sela Instituts für christliches Yoga.

Frau Wick, Sie haben eine Form des christlichen Yoga entwickelt. Was genau ist das?

Christliches Yoga ist eine Form, Spiritualität ganzheitlich zu leben. Beim christlichen Yoga komme ich mit dem Körper in eine Stille, eine Ruhe, in der ich spüren und wahrnehmen kann, wie ich getragen und gehalten bin. Dabei erlebe ich Texte oder Worte aus der Bibel am eigenen Körper. So wie Jesus ja Menschen berührt hat, darf uns das Wort heute berühren. Der Körper geht voran und hilft mir, dem Bibelwort nachzuspüren – es zu fühlen.

Haben Sie ein Beispiel für so eine Verbindung von Wort und Körper?

Ja, das ist zum Beispiel das Wort Gnade. Gnade kann man nicht erarbeiten. Und um das tiefer zu begreifen, können wir den Körper vorausschicken, die Muskeln loslassen: In der Entspannungsphase komme ich komplett zur Ruhe. Der ganze Körper wird ruhig und entspannt. Da darf ich loslassen in dem Wissen, dass da ein Gott ist, der mich hält und trägt. Es kommt nicht immer auf meine Leistung an, sondern ich darf mich auch von Gott beschenken lassen.

In der christlichen Tradition spielt der Körper ja keine große Rolle. Im Gegenteil, christlicher Glaube wurde lange auch mit Leibfeindlichkeit in Verbindung gebracht. Und nun hilft der Körper bei der Spiritualität?

In der christlichen Tradition wurde der Körper sukzessive verdrängt. Auch aus der Bibel wurde er wegübersetzt, mit Übertragungen ins Geistige. Aber Jesus wurde Mensch, er wurde Körper. Als

ganzheitlicher Mensch sind wir Geschöpfe Gottes und das gilt es wiederzuentdecken. Ich denke, unsere westliche Welt tut gut daran, sich wieder mehr mit dem Körper zu verbinden. Gott hat uns »wunderbar« geschaffen, wie es in Psalm 139 heißt. Das bedeutet: Ich muss mich nicht optimieren und mich die ganze Zeit anstrengen, um noch effizienter oder schöner zu werden, denn ich bin schon wunderbar gemacht. Es gibt so viele Menschen, die am Rande des Burnouts stehen, und deswegen finde ich alles, was Achtsamkeit und Resilienz stärkt, so wichtig.

www.sela-yoga.de



ANDERE ZEITEN ERLEBEN

»Ist die Herzform des Baums auf dem Titel des *Anderen Advent* wirklich echt? Oder hat der Fotograf die Aufnahme bearbeitet?« Fragen wie diese erreichen uns jetzt am Telefon. Unsere Antwort: Ja, die Winter-Eiche steht genau so auf der japanischen Insel Hokkaido und zieht viele Besucher:innen an. Und auch in Deutschland gibt es mindestens einen »Herzbaum«, wie wir seit kurzem dank unserer

Leserin Irene Zwosta wissen. Er steht bei Donaueschingen –
Beweisfoto siehe oben.

WORTE DER WOCHE

Dein Wort ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Weg.

PSALM 119,105



DER ANDERE ORT

LUISENTURM KLEINKOCHBERG



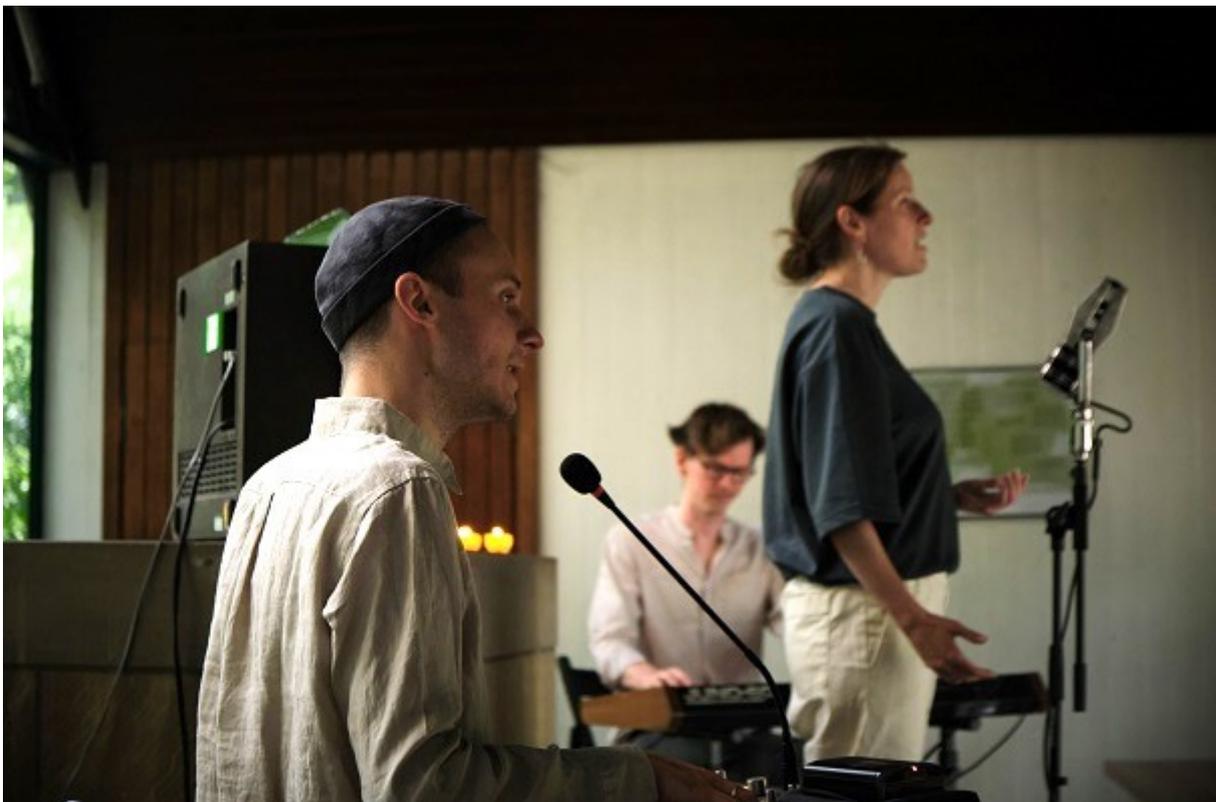
VON FRANZISKA

Der Turm wurde 1864 von James Patrick von Parry erbaut als Andenken an seine verstorbene Frau Luise, eine Enkelin der Freifrau von Stein, welcher das nahe Schloss Kochberg gehörte. Bei klarem Wetter kann man bis zum Brocken schauen.

Perspektivwechsel

Die Welt wirkt fast schon winzig, so weit kann man von oben alles überschauen. Als müsste man eine Lupe nehmen, um Häuser und Bäume zu erkennen, kein Fernglas, als gehöre man selber gar nicht mehr dazu, zur Hektik, zum Alltag »da unten«.

Weitere Glücksorte, Kraftquellen und Trostplätze finden Sie in unserer App Andere Orte, die Sie kostenfrei in den entsprechenden Stores herunterladen können.



ANDERE ZEITEN FÖRDERT

Hier stellen wir Ihnen Projekte vor, die Andere Zeiten finanziell unterstützt hat.

WEGE, LAUF UND BAHN

Mitten im Getöse runterfahren und auftanken, bevor das Leben wieder Geschwindigkeit aufnimmt. Solche Boxenstopps für Sinne und Seele können Autobahnkirchen sein, wie die Kapelle Münster-Roxel an der A1. Sie bot ihren Besucher:innen im Sommer dieses Jahres einen besonderen Hörgenuss. Denn im Rahmen des einwöchigen Projektes »Wege, Lauf und Bahn« konnten Reisende, die dort Halt machten, in meditative Klangwelten eintauchen. Die Besonderheit: Oberflächenlautsprecher versetzten das Fensterglas in Schwingung, was einen flächigen Klang erzeugte. Musik, in die Psalmworte eingewoben waren, lud zum Entspannen und zur Andacht ein. »Die Klänge entkoppeln uns vom Autobahnlärm«, »Es klingt weiter im Herzen, wenn ich den Ort verlasse« oder »Angekommen – unterwegs« lauten Gästebucheinträge. Den Klangraum installierte die kirchenmusikalische Formation [MoveDove](#) in Zusammenarbeit mit der Pfarrgemeinde St. Pantaleon. [Hier](#) erfahren Sie mehr über das Projekt.

Foto: ChiuChiu

Haben Sie auch Projektideen, die in der Schublade schlummern, weil sie an der finanziellen Umsetzung scheitern? Stellen Sie einen Antrag auf Förderung bei *Andere Zeiten*! Mehr Informationen dazu finden Sie [hier](#).

RÜCKSPIEGEL

Im Newsletter vom vergangenen Samstag fragte Linda Giering nach Ihren Herbst-Ritualen. Lesen Sie drei der vielen inspirierenden Antworten, die uns erreichten:

Unter der Überschrift »Wenn alles nur noch 1 x geht« schreibt Inge Dotschkis-Hillejahn:

- Das letzte eine Mal noch auf dem Balkon kaffeisieren.
 - Das letzte eine Mal noch ohne Mütze eine lange Fahrradtour machen.
 - Das letzte eine Mal die Fähre benutzen (Betrieb wird zum 15.11. eingestellt).
 - Das letzte eine Mal ein Eis to go.
- (»Unser« Italiener reist im November nach Haus zu »Mama«)

Und dazu immer die kleine Freude: Es war noch einmal möglich.

Birgit Peters empfiehlt Musik:

Ich habe ein wunderschönes Herbstlied wiedergefunden – besonders geeignet auch für Kinder: »Warum kleiden die Bäume sich wohl aus, wenn es Herbst ist ...« – zu finden mit Text und auch mit Noten im [Internet](#). Viel Freude beim Hören und vielleicht auch Singen!

Alfred Quenzler pflegt eine besondere Tradition:

Für mich beginnt der Herbst mit einem langsamen Spaziergang auf unserem alten Westfriedhof in Ingolstadt an Allerheiligen. Da besuche ich tagsüber all »meine« Gräber, denn hier liegen meine Eltern, Onkeln, Tanten und Cousinen, derer ich gedenke. Diesen nachdenklichen und friedvollen Spaziergang mache ich nachts noch einmal und da sieht alles anders aus. Dieses Jahr war es besonders schön, da sich kein Wind regte und damit am Abend der Friedhof wunderbar erleuchtet war. Besonders liebe ich diesen Ort mit dem Kreuz, er gibt mir Ruhe, Nachdenklichkeit, Besinnung auf das Wesentliche und Orientierung. Diesen Beginn des Herbstes zelebriere ich seit meinem 16. Lebensjahr – mit Unterbrechungen – seit 43 Jahren.

In unserem Quiz sind alle vier Antworten korrekt: Martin Luther

wurde am 10. November 1483 geboren und nach dem Heiligen Martin benannt. Der wiederum war Bischof und Ordensgründer im französischen Tours. Er hatte mit einem Armen seinen kostbaren Mantel geteilt und war für seine Nächstenliebe und Bescheidenheit bekannt. Der 11. November 397 war der Tag seiner Grablegung. Um »Martini« ranken sich viele Bräuche. An diesem Tag ging das bäuerliche Wirtschaftsjahr zuende. Der neue Wein konnte erstmals probiert werden. Im frühen Christentum markierte das Datum zudem den Tag, an dem man vor Beginn der adventlichen Fastenzeit noch einmal schlemmte – ähnlich wie an Karneval heute. Seit dem 20. Jahrhundert wird der Tag mit der »Schnapszahl« 11.11. im Rheinland als Beginn der Session ausgerufen.

Wir hoffen, unser Newsletter **die andere zeit** hat Ihnen gefallen. Falls Sie Ideen, Fotos oder Beiträge für einen der nächsten Newsletter beisteuern möchten, freuen wir uns darüber unter newsletter@anderezeiten.de.

Herzlich

Ihr

Andere Zeiten-Team

© Andere Zeiten e.V. 2023

Fischers Allee 18, 22763 Hamburg

Telefon: 040 / 47 11 27 27

newsletter@anderezeiten.de

Am nächsten Sonntag, 19. November, erscheint unser neuer *anders handeln*-Newsletter zum Thema »Brauchen wir einen Ewigkeitshorizont?«. Wenn Sie diesen monatlich erscheinenden, kostenfreien Newsletter noch nicht erhalten, können Sie ihn [hier](#) abonnieren.

www.anderezeiten.de

www.andereorte.de

www.andershandeln.de

Verantwortlich: Iris Macke
Telefonisch erreichen Sie uns:
montags bis freitags von 8.30 bis 17 Uhr (außer mittwochs zwischen
11.45 und 13.15 Uhr).

Diesen Newsletter weiterempfehlen

Diesen Newsletter abonnieren

[Newsletter abbestellen](#)

[Datenschutzerklärung](#)

Wenn Sie diese E-Mail (an: seifert@anderezeiten.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#)
kostenlos abbestellen.