



# EMMAUS-EXTRA

MITTEILUNGEN UND INFORMATIONEN

AUS DER GEMEINDE // FÜR DIE GEMEINDE IN ÜBERLINGEN

**Ausgabe 165**

**9. Mai 2020**

**Liebe Leser,**

wie schön, dass wir die letzten Osterwochen nun gemeinsam verbringen können.

Die Menschenweihehandlung findet Montag-Donnerstag um 8.30 Uhr, Samstag um 9.00 Uhr und Sonntag um 10.00 Uhr statt. Am Freitag (Beginn 10.00 Uhr) ist sie den Bewohnern von Haus Rengold vorbehalten.

Für Sonn- und Feiertage ist eine telefonische Anmeldung notwendig. Es können nur 45 Menschen teilnehmen (plus Musiker, Ministranten und Priester). Rufen Sie bitte Freitag oder Samstag von 17-20 Uhr folgende Nummer an 07551 9487835, wir nehmen Ihren Namen in die Liste auf und informieren Sie darüber, ob es noch freie Plätze gibt. Wenn sich mehr als 45 Menschen anmelden, bieten wir eine frühere Weihehandlung um 8.30 Uhr an.

Die Sonntagshandlung für die Kinder entfällt noch bis auf Weiteres. Alternativ gibt es für die Kinder eine Sonntagsfeststunde von 9:45-11.00 Uhr. Weitere religiöse Veranstaltungen gibt es an folgenden Tagen wieder: der Wortlaut der Menschenweihehandlung wird donnerstags um 9.30 Uhr bewegt. Ebenso die Bergpredigt donnerstags um 18.30 Uhr und samstags kann die Wochenperikope wieder um 10.00 Uhr betrachtet werden.

Nun wünsche ich allen einen freudigen Muttertag

*Ihr Hieronymus Rentsch*

## Warum die Zukunft uns braucht

*Angèle Ruchti*

Diese Krise bringt so vieles mit sich, was wir gar nicht als Einzelne fassen können. Es ist irgendwie viel zu groß. Aber in Gemeinschaft können wir sehr viel beitragen. Dieses Spannungsfeld zwischen Ich und Gemeinschaft, Ich und Menschheit ist die größtmögliche Kluft. Wie diesen Abgrund überwinden? Wir brauchen neue Fähigkeiten um Zukunft zu gestalten, um mehr Bewusstsein für das, was wirklich gebraucht wird zu erlangen.

Am Künstlerischen habe ich immer wieder erlebt, dass jederzeit das Erlangen neuer Fähigkeiten möglich ist. Der künstlerische Prozess an sich ist ein Schulungsweg. Um Neues zu schöpfen, brauchen wir das Üben des vertrauensvoll-in-den-Abgrund-blickens. Für mich ist fast jedes Bild ein Durchgang durch einen Abgrund. Erst ist alles vielleicht ganz schön, harmonisch und besteht aus dem, was ich bis zum heutigen Zeitpunkt geworden bin. Das alles spielt in das Bild mit hinein. Dann aber kommt die „Krise“: „war das schon alles? da stimmt was nicht? das ist nichts Neues, das immer gleiche Alte in neuem Kleid....“ Diesen Abgrund auszuhalten und dann neu ans Umbauen zu gehen, ist eine wichtige Erfahrung. Ab dem Moment wo ich diesen Abgrund erkenne und zulasse, spüre ich wie etwas Neues werden will. Altes loslassen, Neues kommen lassen. Dann laufenlassen und sehen, was da wird und darüber staunen. Dann daran weiter gestalten. Mir scheint, dass wir genau an dem Punkt jetzt weltweit sind. Wir sind eins, eine Menschheit. Wir erleben eine Zeit des Umbruchs. Wir sind alle Teil davon, aber wissen noch nicht, wohin die Reise geht und was wir tun können. Diesen Zustand auszuhalten ist schwer. Aber in diesem „Nullpunkt“ liegen gerade die Ansätze, um über den Abgrund zu kommen. Das Aushalten muss jede/r für sich alleine schaffen, aber für den Rest können wir uns als Gemeinschaft gegenseitig helfen und weiterkommen. Das Wahrnehmen und Beobachten der äußeren Welt und die Anforderungen welche an uns Menschen gestellt werden, um eine Zukunft in der wir leben wollen, aktiv mitzugestalten, das alles bringt mit sich, dass wir ohne künstlerische Prozesse nicht weiterkommen können. Mit folgendem Zitat wird deutlich, dass gerade die Kunst Wesentliches beizutragen hat für die weitere Entwicklung. Weil wir daran neue Fähigkeiten schulen, die wir brauchen um den Abgrund zu überbrücken.

*Wirkliche Veränderung geschieht nur in Beziehungen, die gleichermaßen unser Herz, unseren Verstand und unsere Hände im Tun ansprechen. Sie kann nicht verschrieben oder implementiert, nur eingeladen, willkommen geheißen und wertgeschätzt werden. (Beth Mount)*

## **Der Osteraltar**

*Kristin Kuhn*

Die Verwandlung des Altars zwischen Karsamstag und Ostersonntag geschieht sozusagen „über Nacht“: Auf einmal ist er rot geworden! Aus dem Schwarz wird Rot; das ist wohl der intensivste Farbkontrast, den wir im Jahreslauf erleben.

Dieses Rot strahlt uns an, so leuchtend, wie auch die Osterworte erklingen. Rot weckt uns auf, bringt Aktivität und Lebendigkeit hervor. Es drückt Freude und Kraft aus.

Es ist in der Christengemeinschaft eine Besonderheit, wie die Farben den Jahreslauf begleiten und widerspiegeln.

Wo versammeln wir uns eigentlich als Gemeinde? Was für ein Ort ist dieser „Altar“?

„altus“ bedeutet „hoch“, das zeigen ja schon die Stufen an, dass man zu dem erhöhten Ort zu allererst hochsteigen, sich erheben muss.

Und nun steht vor uns dieser Tisch. Er ist erst einmal ein dunkler Kasten, ein Sarg. Als ich mir das zum ersten Mal bewusst machte, hat es mich irgendwie erschüttert: Wir stehen vor dem Sarg, also vor dem Grab. Darüber ist der Tisch bereitet, der Abendmahlstisch. So fügen sich zwei Elemente zusammen: der gedeckte Tisch, mit weißer Tischdecke und Kerzen geschmückt, und darunter das Grab. Elemente, die auf Gründonnerstag und Karfreitag hinweisen.

Aber haben Sie schon bemerkt, dass der Altar hohl ist? Ein leeres Grab! Nun ist Ostern dazugekommen, nur auf verborgene Weise, nicht auf den ersten Blick sichtbar. Tod und Auferstehung haben sich in eines gefügt.

Dieser Ort ruft uns zusammen, wo das große christliche Geheimnis ins Bild gebracht ist und wo es sich ständig neu vollzieht, die Verwandlung und Überwindung des Todes.

Ich freue mich, dass wir uns wieder als leibhaftige Gemeinde vor dem Altar versammeln können!

## **Erfahrungsfrüchte...**

*Georg Schaar*

Vielleicht ist es noch zu früh, nach Früchten unserer derzeitigen Verzichte zu schauen. Vieles ist ja in lebhafter, z. T. sehr widersprüchlicher Entwicklung und „Die Zukunft ist auch nicht mehr das, was sie mal war.“ (Graffiti). Eines aber scheint doch deutlich zu werden: Wir haben jetzt sehr weit reichende Erfahrungen machen dürfen mit den vielschichtigen Möglichkeiten und Auswirkungen des Internet. In der Breite der Anwendungen hätte es wohl noch lange gedauert, bis auf „normalem Wege“ so etwas zustande gekommen wäre.

Um es gleich zu sagen: Wie bei jedem Werkzeug liegt vieles, was den Wert oder Unwert der Anwendung betrifft, in den Händen des Nutzers. Ein Messer kann zu sehr verschiedenen Dingen gebraucht werden... Das gilt selbstverständlich auch für das Internet. Und ebenso klar ist, dass es an vielen Stellen eine wirklich außerordentlich hilfreiche Rolle gespielt hat. Wir haben jetzt ganz frisch und umfangreich erlebt, welche Möglichkeiten der Veröffentlichung, der Kontaktaufnahme und Bewusstmachung durch dieses Werkzeug gegeben sind. Und fairerweise muss man sagen: Manches von dem, was in diesem Erfahrungsbündel enttäuschend war, hängt mit unzureichenden technischen Voraussetzungen zusammen. Wenn eine Videokonferenz ständig stockt oder die Tonspur immer wieder abbricht, ist das kein grundlegendes Problem des Internet an sich, sondern: Die vorhandene Technik reicht für die geplante Anwendung einfach nicht aus. Man kann schon versuchen, einen Blinddarm mit einer Machete zu entfernen, sollte es aber wohl besser nicht...

Ich möchte gern auf etwas anderes hinweisen: Mir scheint in der notwendigerweise starken Nutzung des Internet ihm gegenüber eine leise Ernüchterung eingetreten zu sein, verbunden mit einer sich deutlich verstärkenden Wertschätzung des so genannten „Analogen“. Das äußert sich ganz spontan, wenn z. B. nach der ersten Woche des „Lock down“ eine Oberstufenschülerin sagte - sie hatte sich konsequent an die

Ausgangsbeschränkungen und Besuchsverbote gehalten - : WhatsApp & Co. sind ja ganz schön, um in Verbindung zu bleiben, aber - ich möchte meine Freunde richtig treffen... Wer - auch gut funktionierende - Videokonferenzen durchlebt hat, sehnt sich plötzlich nach einem runden Tisch mit den entsprechenden Mitstreitern darum herum. Und wer gerne einen Konzertsaal, ein Theater, ein Cabaret besucht, wird zwar dankbar sein für jeden Versuch, ihm einen Ersatz auf dem Bildschirm zu verschaffen. Aber wie eine echte Wahl zwischen einem Konzert in der Digital Concert Hall der Berliner Philharmoniker oder in der Berliner Philharmonie am Potsdamer Platz ausgehen würde, kann sich wohl auch jeder vorstellen. Mir scheinen die Sirenengesänge vom Ersatz veralteter, weil leibgebundener Betätigungen durch die unglaublichen Möglichkeiten des Internet deutlich leiser geworden zu sein.

Warum das so ist, wissen wir ja eigentlich - oder können es uns an einem so „einfachen“ Beispiel wie dem Sprechen deutlich machen: Sprechen ist nicht nur eine durch Schallwellen übertragene Informationsübermittlung, sondern eine Tätigkeit des gesamten Leibes des Menschen. Vor vierzig Jahren haben Forscher zum ersten Mal detailliert beschrieben, wie der sprechende Mensch mit all seinen Muskeln jeden Laut „plastiziert“. Der Sprecher „tanzt“ die Sprache - und der Hörer vollzieht sie mit denselben Bewegungen nach, mit einer so minimalen Zeitverzögerung, dass eine bewusste Reaktion ausgeschlossen ist. Wir sind Leibeswesen mit allen Sinnen, die in der Sehnsucht leben, alle damit verbundenen Möglichkeiten anzuwenden und in ihnen angesprochen zu werden. Eine Reduktion auf einen Teilbereich mag dort zwar erstaunliche Möglichkeiten offenlegen - zugleich aber heilsame Verlustempfindungen durch die vernachlässigten übrigen Bereiche unseres Wesens wachsen lassen. Ein „Livestream“ wird seinem Namen nur gerecht, wenn er wirklich eine den ganzen Menschen ergreifende Erfahrung ist. Diesen „Lebensstrom“ kann das Internet nicht leisten. Das muss immer noch und in alle Zukunft hinein analog geschehen. Könnte das nicht eine kostbare Erfahrungsfrucht der zurückliegenden Zeit sein?

### ***Eingereicht von Gertrud Schurer***

Ich finde, es passt zu dem, was uns von der Zukunft hereinleuchtet:

Abel steh auf es muss neu gespielt werden!

täglich muss es neu gespielt werden

täglich muss die Antwort noch vor uns sein.

Die Antwort muss ja sein können

wenn du nicht aufstehst Abel, wie soll die Antwort,

diese einzig wichtige Antwort sich je verändern?

Wir können alle Kirchen schließen

und alle Gesetzbücher abschaffen, in allen Sprachen der Erde,

wenn du nur aufstehst und es rückgängig machst,

die erste falsche Antwort, auf die einzige Frage,

auf die es ankommt.

Steh auf damit Kain sagt, damit er es sagen kann:

„Ich bin dein Hüter, Bruder - wie sollte ich nicht dein Hüter sein

Täglich steh auf, damit wir es vor uns haben dieses

„Ja, ich bin hier, ich, dein Bruder“

Damit die Kinder Abels sich nicht mehr fürchten,

weil Kain nicht Kain wird.

Ich schreibe dies, ich ein Kind Abels und fürchte mich täglich

vor der Antwort. Die Luft in meiner Lunge wird weniger

wie ich auf die Antwort warte.

Abel steh auf, damit es anders anfängt zwischen uns allen.

Die Feuer die brennen, das Feuer, das brennt auf der Erde,

soll das Feuer von Abel sein

Und am Schwanz der Raketen sollen die Feuer von Abel sein.

*Hilde Domin*

## FÜR DIE KINDER

### **Vom Kind, das ging Hilfe zu holen**

*von Georg Dreißig*

(aus dem Buch: Wenn ich ein König wär' – Geschichten für jeden Sonntag“ Urachhaus Verlag)

Eines Tages ist die Großmutter auf einmal blind geworden. Sie konnte das Sonnenlicht nicht mehr sehen und sich nicht mehr allein zurechtfinden. Da hat das Kind bei sich gedacht. »Ich will gehen und schauen, ob ich für die Großmutter irgendwo Hilfe finden kann.« Kurz entschlossen zog es Stiefel und Mäntelchen an und griff nach dem Hütchen. Es kam zur Weide. »Wo gehst du hin, Kind?«, fragte das Lämmlein. »Die Großmutter kann das Sonnenlicht nicht mehr sehen«, erwiderte das Kind. »Ich gehe, um ihr Hilfe zu holen.« – »Dann suche auch Hilfe für mich«, bat da das Lämmlein. »Ich habe mich am Bein gestoßen, dass ich gar nicht mehr springen kann.« – »Ich will schon Hilfe für dich finden«, versicherte das Kind und ging weiter. So kam es zum Fluss. »Wo gehst du hin, Kind?«, seufzte es ihm aus dem Wasser entgegen. »Die Großmutter kann das Sonnenlicht nicht mehr sehen, und das Lämmlein kann nicht mehr springen«, erwiderte das Kind. »Ich gehe, um ihnen Hilfe zu holen.« – »Dann suche auch Hilfe für mich«, bat da der Fluss, »denn mein Wasser ist ganz trübe geworden und mag gar nicht mehr lustig rauschen.« – »Ich will schon Hilfe für dich finden«, versicherte das Kind und ging weiter. Endlich kam es an einen Berg, und als es näher trat, bemerkte es im glatten Gestein ein offenes Türchen, aus dem es milde hervorleuchtete. »Hier will ich Hilfe suchen«, sprach das Kind da zu sich und trat in den Berg ein. Es musste viele Stufen hinuntersteigen, aber es war ihm nicht unheimlich, denn um es her leuchtete das milde Licht, und ein zarter Glockenklang war aus der Tiefe zu hören. Der schien das Kind zu rufen. Auf dem Grund des Berges sah das Kind einen Jüngling in einem weißen Gewand sitzen, und neben dem Jüngling sprudelte eine Quelle aus dem Erdengrund, die klang wie eine Glocke. »Ich weiß, was du suchst«, sagte der Jüngling. »Du suchst Hilfe für deine Großmutter, die das Sonnenlicht nicht mehr sehen kann, und für das Lämmlein, das nicht mehr springen kann, und für den Fluss, dessen Wasser nicht mehr lustig rauschen mag. Schöpfe mit deinen Händen aus der Quelle, die wie eine Glocke tönt, und gib von dem

Wasser jedem, der dich um Hilfe gebeten hat, ein Tröpflein, so werden sie Heilung finden.« Da dankte das Kind dem Jüngling, schöpfte Wasser aus der Quelle, und dann eilte es die vielen, vielen Stufen wieder hinauf ans Tageslicht. Vorsichtig trug es das Wasser zurück. Als das Kind zum Fluss kam, gab es ihm ein Tröpfchen aus der Quelle. Da begann das Wasser wieder lustig zu rauschen. Als das Kind zur Weide kam, gab es dem Lämmlein ein Tröpfchen. Da konnte das Lämmlein wieder fröhlich über die Weide springen. Als es nach Hause kam, ging es zur Großmutter hinein und träufelte in jedes ihrer Augen ein Tröpfchen von dem Wasser aus der Quelle, die wie eine Glocke klingt. Da konnte die alte Frau das Sonnenlicht wieder sehen und dankte Gott. Das Kind aber hat sich den Weg zu dem Jüngling, der neben der Quelle auf dem Grund des Berges sitzt, gut gemerkt und bei ihm Wasser geholt, wenn immer eins in Not war und Hilfe brauchte.

### **Drei Aufwach – Erlebnisse (Fortsetzung)**

*Christian Giersch*

*Gemeinde Villingen-Schwenningen*

Ein drittes „Aha!-Erlebnis“ entzündete sich bei mir am Wahrnehmen der großen Menge von Nachrichten und Ansichten sowohl über die Krankheit selbst als auch über deren Hintergründe sowie die staatlichen Maßnahmen gegen ihre Ausbreitung. Ein beinahe reißender Strom von Wissen, Halbwissen, „Geheim“-Wissen drohte mit immer neuen, immer wichtigeren, aber auch immer widersprüchlicheren Mitteilungen das Bewusstsein zu überfluten. Welcher Quelle war zu trauen? - Einerseits war Verwirrung die seelische Folge dieser Überflutung, nicht ohne Tendenz zur Angst. Zugleich wuchs aber auch das Bedürfnis nach mehr, besseren, womöglich okkulten Auskünften über das Geschehen, in der Hoffnung, irgendwo auf „die Wahrheit“ zu stoßen (die in diesen Tagen ja von so Vielen beansprucht wird). Und all dies, ohne persönlich oder im unmittelbaren Lebensumkreis direkt von der Krankheit betroffen zu sein...

Mit Ostern gab es einen inneren Glockenschlag, so etwas wie ein weckendes Signal in mir, das den immer schneller und betäubender kreisenden Strudel aus „Informationen“, Meinungen und dadurch ausgelösten Emotionen zum Stillstand brachte. Das war die plötzlich eintretende Gewissheit: „Was immer dir von außen begegnet – du selbst



entscheidest darüber, welche Wirklichkeit daraus entsteht.“ Das mag ein Satz aus einem Buch oder Vortrag sein – der darin ausgesprochene Gedanke war in diesem Augenblick kein Zitat, sondern hatte eine taufrische, erlösende Kraft. Nicht die Fülle des echten und scheinbaren Wissens wird mir Lebenssicherheit und Immunität in jeglicher Hinsicht verleihen. Entscheidend dafür ist allein die Art und Weise, wie ich in eigener Verantwortung denkend, fühlend und handelnd damit umgehe. Zwar ist mein Bewusstsein immer begrenzt – aber auch lernfähig. Und ich selbst verantworte, ob Nüchternheit gegenüber allen fremden Inhalten in meinem Denken lebt. Ich entscheide auch darüber, ob Misstrauen und Angst in meinem Fühlen den Vorrang haben sollen vor Empathie mit den konkret Leidenden und mit denen, die durch ihren Beruf in täglicher Gefahr der Erkrankung stehen. Durch mein inneres Handeln – vor jedem äußeren Tun – schaffe ich schon Wirklichkeit und bin auf diese Weise am Werden der Welt beteiligt. Ich darf und muss mich fragen, welche Kräfte durch mich in dieses Werden einströmen – jene, die im Windschatten der Krankheit zur immer weiteren Aufsplitterung der Menschheit drängen, oder jene, die mit Freiheit und Liebe verbunden sind und die wir Dem verdanken, Der uns durch sein Opfer einen will.

(Teil 1 siehe Emmaus-Extra Ausgabe 164)

## **Persönliche Meinung**

*Daniela Einsdorf*

„Keiner weiß genauer Bescheid – aber viele haben eine ziemlich klare Meinung.“ Eine Wahrnehmung die mich nun seit mehreren Wochen „Corona“ begleitet. Manche Menschen vertreten mit einer außerordentlich heftigen Sicherheit ihre Ansichten, eine Haltung, die mich verwundert und oft auch fassungslos macht. Wir stehen doch hier in dieser Welt mit unseren mangelnden Fachkenntnissen und eingeschränkten Wahrnehmungen und versuchen uns ein Bild davon zu machen, was wohl nun das Richtige zu tun sei in dieser Krise!

Nun kommt mit den Lockerungen der Beschränkungsmaßnahmen eine deutliche Wende in der allgemeinen Haltung! Man will sich „emanzipiert“ nicht mehr von irgendwelchen Virologen leiten lassen, da diese angeblich keinen klaren Kurs haben, denn gerade diesen verlangt man von ihnen. Eine Haltung, die die Frage nach dem Wesen der

Wissenschaft nicht mehr im Blick hat! Die Suche nach dem richtigen Weg, ist das Wesen der Wissenschaft und dass diese nicht gradlinig verläuft, gerade auch ein Zeichen ihrer Integrität. Das steht im Gegensatz zu den klaren Besserwissern dieser Tage, die vehement einen Standpunkt vertreten! Und alle die zaghaften Sucher, die Vorsichtigen, die Bedenkenträger, werden leicht als dumme Mitläufer mit dem System beschimpft. Wie ist man denn gewappnet davor, nicht vielleicht falsch zu liegen, mit seinem Urteil? „Nichtwissen“ ist keine Schwäche, sondern auch ein wesentlicher Ausgangspunkt, um zu Erkenntnissen zu kommen. Plötzlich gibt es Aufteilungen in die „guten Menschen mit den richtigen Meinungen“ im Gegensatz zu den ängstlichen systemtreuen Bürgern, die sich alles gefallen lassen. Sogar ein Kampf der guten Virologen gegen die bösen Virologen wird debattiert! Die einen sind «gekauft» von der Regierung, Bill Gates oder der Wirtschaftslobby, die anderen im Besitz einer Wahrheit, die auf «Fakten» basiert. «Aufgeklärte» gegen «Verblendete» – das klassische Setting eines Glaubenskriegs, das umzudrehen ist, je nachdem, auf welcher Seite man sich glaubt. Dabei könnte doch gerade dieses Virus ein Anlass sein, zu erkennen, dass wir mit Ambivalenzen leben müssen. Denn nach allem, was wir derzeit wissen, ist das Virus selbst auch nicht gerade eindeutig: Kranke können überleben, Gesunde sterben, Kinder könnten es bekommen, es führt zu bestimmten Symptomen (manchmal gibt es aber auch keine). Ich selbst erlebe alle diese Unsicherheiten in meiner Seele je nach Tagesform auch als enorm anstrengend und herausfordernd. Machen es die Schweden richtig, oder doch nicht, wie viele Tote ist man bereit zu akzeptieren, gibt es da eine Obergrenze, oder wie viel Angst befällt mich selbst? Und wie finde ich in diesen ganzen Bewegungen mein mich tragendes Zuhause, ohne ebenfalls in die klare Meinungsfrage zu tappen! Ganz abgesehen davon, in welchen persönlichen Schlitterkurs einen das „normale“ Leben noch dazu hineinwirft! „Bei sich bleiben in der Stille“, so gut man es eben hinbekommt, das erlebe ich in den Tagesturbulenzen als rettende Insel. „Die Stille“ ist für viele Menschen eine neu bewusst gewordene Errungenschaft in dieser Corona Zeit, die als gesunder Gegenpol zu dem dauernden „auch eine Meinung haben müssen“ steht.

### ***Sakramentenkurs***

*Ilse Wellershoff-Schuur*

Der Sakramentenkurs zum Thema Trauung ist Teil eines Durchgangs durch alle Sakramente, die wir im Laufe der letzten zwei Jahre periodisch am Mittwochvormittag miteinander erleben konnten. In wechselnder Besetzung konnten wir Gespräche zu den Lebenssituationen führen, in denen die sogenannten Kasualien stattfinden, die Begleitung des Lebenslaufs, und auf den eigentlichen Vollzug der Sakramente schauen.

Leider musste diese letzte Folge des Kurses nun verschoben werden - ich hoffe aber, dass wir noch vor den Sommerferien in irgendeiner Weise am großen Thema Mann und Frau, Lebensgemeinschaft und den besonderen Fragen des Ehesakramentes arbeiten können. Die Termine werden dann noch bekannt gemacht!

## **Und wir?**

*Rudolf Ostertag*

Für mich ist Rudolf Steiner der wichtigste Mensch im 20. Jahrhundert. Er hat auch Aussagen über Epidemien gemacht. Mit dem Lesen bin ich erst am Anfang. Zwei Streiflichter dazu:

„Spirituelle Gedanken sind von entscheidender Bedeutung...“ Wie gehen wir in unseren Schlaf hinein? „Schutz von Epidemien... das Zusammenwirken in der menschlichen Gemeinschaft erweist sich sogleich in ungeheurerem Maße größer, wenn es sich handelt um geistige Wirkungen.“

Eine Aufgabe für religiöse Bewegungen!

## **Übungen zum Alltag (8)**

*Ilse Wellershoff-Schuur*

Wir haben nun die sechs sogenannten Nebenübungen kurz angeschaut, die eigentlich Kern- oder Hauptübungen heißen sollten, wie eine Leserin bemerkte. Einerseits sind sie ja als „Neben“-Übungen für diejenigen gedacht, die sich einem spirituellen Leben durch verschiedenste Meditationen, „Haupt“-Übungen widmen, damit jeder Schritt in die geistige Welt begleitet ist von zwei Schritten in der moralischen Entwicklung. Der Schwerpunkt liegt hier aber darauf, dass sie eine große Hilfe sein können für jeden strebenden Menschen, der gesund in der

Welt und in sozialen Zusammenhängen stehen will. Da sind sie tatsächlich die Hauptübungen, und es gibt daran genug zu üben für eine Lebenszeit! Der Wunsch danach, dieses „Resilienztraining“ in diesen Zeiten noch einmal ins Bewusstsein zu holen, entstand auch aus der Beobachtung, dass viele von uns gerade im Sozialen in unsicheren Zeiten leicht in „Schieflagen“ geraten, in denen sich die Frage stellt, ob die sich offenbarenden Gesinnungen gesund sein können? Meist bemerken wir allerdings Ungleichgewichtigkeiten bei anderen eher als bei uns selbst...

Deshalb heute ein Blick darauf, was die Nebenübungen im Sozialen bedeuten können.

Es ist deutlich, dass ein gesundes Erkenntnisleben hilfreich ist, wo es gilt Übereinstimmungen herzustellen, um zu gemeinsamen Entschlüssen zu kommen. Als Handelnde sind wir darauf angewiesen, uns mit den Mitverantwortlichen ins Einvernehmen zu setzen. Wo wir selbst nicht direkt verantwortlich sind, etwa weil wir Entscheidungen so oder so delegiert haben - wie in Gemeinden, in Einrichtungen oder im Gemeinwesen Staat - brauchen wir an sich keine Übereinstimmung. Jeder kann anders auf die Entschlüsse schauen und muss nicht in allem konform „meinen“. Ich kann den Andersdenkenden sogar besonders achten, weil er mehr sieht als ich - und weniger... Leider geschieht das eher selten, denn wo meine Gesinnung nicht ganz so ichhaft ist, wie die Nebenübungen es anstreben (und nie erreichen...), strebt meine Seele danach, „Mitreiter“ zu haben, sich zuhause fühlen zu dürfen unter Gleichgesinnten. Oft gelingt das nur im Finden eines gemeinsamen Gegners, eines Sündenbockes...

Durch die Gedankenübung lerne ich, dass meine Gedanken (und die, die ich anderen „nach-denke“) nur ein Blickwinkel sind, sich Gesichtspunkte beliebig erweitern lassen, die Wahrheit nie endgültig ist, ich immer weiter lernen kann. Ich lerne meinen Willen besser kennen und verstehe, dass die Gründe nicht immer die Gründe, die Motive manchmal anders sind, als es sich mir durch meine Gesinnung aufdrängt. Und im Gefühlsgleichgewicht ärgert, ängstigt, verletzt mich vieles nicht mehr, was ohne die Übung heftige Emotionen hervorgerufen hätte. Ich lerne positiv-lernend auf Dinge zu schauen, die mich sonst negativ berührt hätten - und dem anderen Menschen gegenüber unbefangener zu werden. Vielleicht hat er ja auch recht, wenigstens ein bisschen...

Rudolf Steiner beschreibt das Einleben in den Standpunkt des anderen als den Gedankenweg zu Christus: Was Du verstanden hast von dem geringsten deiner Brüder, das hast Du von Christus verstanden. Schuldzuweisungen und Vorwürfe - auch in die Anonymität hinausgeschleudert - sind damit nicht vereinbar. Das heißt nicht, dass wir alles „ungeprüft“ gut finden sollen. Aber das geübte Denken, das Bewusstsein vom „Mysterium des Willens“, das harmonische Gefühlsleben vereinen sich mit einer Grundpositivität, die uns von allem lernen lässt, und einer Unvoreingenommenheit, in der die Dinge anders sein dürfen, als ich es gern hätte. Verdrängung, Verleugnung, Verdrehung sind seltenst böser Wille oder Ignoranz - sie entstehen, wo ich nicht ertrage, dass meine Welt sich verändert. Weil nicht sein kann, was nicht sein darf, suche ich nur noch die Wahrnehmungen auf, die das für mich Verlässliche bestätigen. Ich traue mir keine Schritte auf dem Wasser zu...

Das Beichtsakrament, das uns begegnet ist als die andere Seite der Seelenübungen, hilft uns, dieses Vertrauen zu entwickeln.

Doch dazu in der nächsten Ausgabe mehr...

## **Kleinanzeige**

*Regina Schwarz*

Leider verlässt uns unsere Nachmittagsbetreuerin wegen Wegzug wieder. Deshalb suchen wir dringend eine einfühlsame Heilerzieherin o.Ä. für die Betreuung und Förderung unserer 24-jährigen schwerbehinderten Tochter auf unserem kleinen landwirtschaftlichen Hof. Sie wird so viel wie möglich in die vielfältigen handwerklichen Arbeiten im Garten, bei den Schafen und Bienen und in der Verarbeitung mit einbezogen. Die Betreuungszeiten liegen an den Nachmittagen (ca. 3 Std.), samstags und nach Absprache und werden als 60%-Anstellung nach TVöD SuE vergütet. Da eine kleine Mitarbeiterwohnung vorhanden ist, besteht die Möglichkeit auf unserem selbstversorgend pädagogisch ausgerichteten Hof mitzuleben und zu wirken. Nichtraucherin! Bitte weitersagen! Fam. A. + R. Schwarz Sonnwiesenhof Dorfstr. 4A 88696 Owingen-Taisersdorf Tel: 07557-928063 Email: sonnwiesenhof@posteo.de

## **In eigener Sache**

In der Ausgabe 164 schreibt Ulrike Schaar von einem Vortrag von Laurens Hornemann. Klickt man auf den Titel „Was kann aus der Coronakrise auferstehen?“ gelangt man direkt zu dem YouTube-Video.

## **Ihr Artikel im Emmaus-Extra!**

Möchten Sie sich am nächsten Emmaus-Extra mit einem Artikel (bitte eigene Texte; max. 600 Wörter) oder einer Kleinanzeige beteiligen? Schicken Sie Ihren Text an [h.rentsch@christengemeinschaft.org](mailto:h.rentsch@christengemeinschaft.org) oder werfen einen Zettel in den Gemeindebriefkasten.

**Jeder Autor verantwortet den Inhalt seines Beitrags selbst.**

**Die Christengemeinschaft**  
Bewegung für religiöse Erneuerung