



Arbeitshilfe Besuchsdienst 2026

Abschiede leben und neue Anfänge wagen

EVANGELISCH-LUTHERISCHE
LANDESKIRCHE HANNOVERS



Evangelische Agentur Mitarbeiten

IMPRESSUM

Arbeitshilfe Besuchsdienst 2026

Herausgeber: Evangelische Agentur der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers

Verantwortlich: Christiane Brendel (V.i.S.d.P.)

Hausanschrift: Archivstraße 3, 30169 Hannover

Telefon: 0511 1241-544

E-Mail: mitarbeiten.agentur@evlka.de

Fotonachweis: MSTRAHIMA* (Titel), Feryu* (Seite 18), jj's aura* (Seite 20)

* = – stock.adobe.com

Satz, Layout und Druck: Evangelische Agentur (M-26-007), gedruckt auf Recyclingpapier aus 100% Altpapier

Ausgabe: 2026 **Auflage:** 500

Liebe Besuchsdienstleitende, liebe Engagierte und Interessierte an aufsuchender Gemeindegarbeit,

Abschiede und Übergänge begleiten unser Leben von Anfang an. Immer wieder müssen wir liebgewordene Dinge, Menschen und Lebensphasen loslassen. Übergänge bestimmen unser gesamtes Leben. Und sie sind geprägt durch drei Phasen:

- 1) das Abschiednehmen, das sich manchmal schon lange vorher ankündigt
- 2) die Zeit der Unsicherheit, des eigentlichen Übergangs, in der das Alte nicht mehr da und das Neue noch nicht wirklich spürbar ist und
- 3) die Zeit, in der wir uns im Neuen zurechtfinden, Fuß fassen und mit ihm vertraut werden.

Mit solchen Übergängen gehen starke Gefühle einher. Zugleich eröffnet jeder Abschied neue Anfänge und Perspektiven. Was bedeutet das für uns persönlich und für unsere Begegnungen im Besuchsdienst?

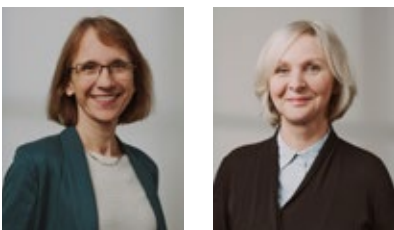
In dieser Tagung nähern wir uns diesem Thema: durch persönliche Reflexion, Wissensvermittlung, biblische Impulse, Erfahrungsaustausch und die Arbeit an Fallbeispielen. Dazu bieten wir Ihnen für Ihre Gruppen eine Arbeitseinheit in sieben Schritten an. Wählen Sie frei aus, ob Sie alle gehen wollen bzw. welche für Sie und Ihre Mitarbeitenden relevant sind.

Unter M1 bis M10 finden Sie Materialien und Texte. Bitte halten Sie für die Teilnehmenden (TN) Stifte, Karten zum Beschreiben und wenn möglich, Klemmbretter bereit. Hilfreich ist auch eine Flipchart oder eine Moderationswand. Die Zeit, die Sie für die einzelnen Schritte brauchen, wird je nach der Zahl der Teilnehmenden variieren. Und eine Kaffeepause ist natürlich immer willkommen!

Wir wünschen Ihnen Freude am gemeinsamen Nachdenken, Austauschen und Planen!

Herzlich danken wir unserem Vorbereitungsteam und den Referentinnen für alle Anregungen und Ergänzungen!

Herzlich grüßen wir Sie und alle, mit denen Sie in Ihren Gemeinden leben und arbeiten, aus dem Team Mitarbeitenden in der Evangelischen Agentur,



Ihre Christiane Brendel und Inken Richter-Rethwisch
Referentinnen für Besuchsdienst in der Landeskirche Hannovers

SCHRITTE UND ERLÄUTERUNGEN

1. Vorstellung und Einstimmung

Zu Beginn kann das Lied „Ausgang und Eingang“ gesungen werden. (M10)
In der Mitte liegen verschiedene Symbole und Gegenstände, die für Abschiede und Neuanfänge stehen. Wenn die Gegenstände nicht zur Hand sind, kann man auch Bilder oder Fotos mit diesen Gegenständen nutzen: Schlüssel, Fotoalbum, Spazierstock, Engel an der Schwelle, Edelsteine, Kompass usw.

Oder: Karten von Symbolen wie Tür, Tor, Weggabelung, Jahreszeitenmotive von Frühling, Sommer, Herbst oder Winter, Sonnenaufgang, Brücke, Stufen, Treppe auslegen.

Die Teilnehmenden (TN) suchen sich einen Gegenstand oder eine Karte heraus, die für sie in besonderer Weise für Abschiede oder Neuanfänge stehen. Anschließend stellt sich jede/r TN vor:

1. Name
2. Herkunft
3. Verortung im Besuchsdienst
4. Bedeutung des Gegenstands oder der Karte für ihn/sie persönlich (20 Min.)

Alternativ: Sollte die Gruppe sehr groß sein, kann man zunächst eine kurze Vorstellungsrunde im Plenum machen. Erst danach suchen sich die TN eine Karte bzw. ein Symbol aus und finden sich dann in Kleingruppen (zu fünft oder zu sechst) zusammen, um sich auszutauschen.

2. Annäherungen: Beispiele für Abschiede und Neuanfänge innerhalb des Lebenslaufs (M1)

1. Gespräch im Plenum:
Welche Abschiede und Neuanfänge im Laufe eines Lebens fallen Ihnen ein?
(Beispiele für mögliche Antworten: Pubertät, Kinder aus dem Haus, Veränderungen im Beruf, Eintritt in den Ruhestand, Diagnose einer Krankheit, Abschied von einem Menschen durch Trennung oder Tod)
2. Einzelarbeit: Persönliche Reflexion zu den Fragen auf M1
3. Austausch zu zweit über die persönlichen Antworten
Auf (Moderations-) Karten als Stichpunkte die gemeinsamen Antworten notieren
4. Im Plenum: Die beschrifteten Karten an die Wand hängen und kurzer Austausch dazu

(30-35 Min.)

3. Arbeit mit den sog. fünf Phasen der Trauer im Anschluss an Elisabeth Kübler-Ross (M2)

Hinweis für Sie: Es gibt viele Modelle, die versuchen die „Phasen“ oder auch Wellenbewegungen, in denen Trauerprozesse verlaufen, darzustellen. Es gibt nicht die eine Weise, Abschiede und Verluste zu verarbeiten, denn Abschiednehmen und Trauern ist immer individuell. Dennoch zeigen sich manche „Symptome“ und Gefühle in unterschiedlicher Stärke und Variation bei vielen Menschen. Die Phasen, die E. Kübler-Ross beschreibt, sind daher als Hilfen zum Verstehen zu begreifen, nicht als feste zeitliche Abläufe. Die von ihr beschriebenen Phasen sind auf viele Lebenssituationen übertragbar, in denen es um Verlust, Neuanfänge, Trennung, Übergänge oder andere Umbrüche geht. Wie lange die Phasen jeweils anhalten und wie stark sie empfunden werden, ist bei jedem Menschen sehr unterschiedlich.

Es ist sinnvoll, sich für M2 in Gruppen von ca. 5 Personen aufzuteilen, dann den Text langsam und laut zu lesen (gerne auf mehrere Personen verteilt) und sich anschließend in den Gruppen über die drei Fragen auszutauschen.

(ca. 25 Min.)

4. Biblische Inspiration

Abraham und Sara bekommen Besuch (M3)

oder: Jesus und die Emmaus-Jünger (M4)

Die Beschäftigung mit den Bibeltexten erfolgt in zwei Gruppen. Jede Gruppe nimmt sich einen der Texte (M3 oder M4) vor.

Erläuterungen für Sie zu M3: 1. Mose 18; 1-14 Heutige Auslegungen des Bibeltextes betrachten Saras Lachen nicht mehr (nur) als Moment des Unglaubens, sondern als Ausdruck ihrer Resilienz. Nach Jahrzehnten der Unfruchtbarkeit und unerfüllten Hoffnungen ist Saras Lachen ein Schutzschild gegen weitere Enttäuschungen.

Ihr Lachen markiert den Moment, in dem die menschliche Logik („Ich bin zu alt“) auf die göttliche Möglichkeit trifft („Ist denn beim Herrn etwas unmöglich?“). Das anfänglich bittere, heimliche Lachen wandelt sich nach der Geburt Isaaks (dessen Name „Er lacht“ bedeutet) in ein Lachen der befreiten Freude. Moderne Exegesen stellen Sara zunehmend aus dem Schatten Abrahams heraus: Sara hat eine eigene Stimme! Während Gott zuvor meist nur mit Abraham spricht, wird durch das Lachen eine direkte Interaktion zwischen Gott und Sara provoziert. Im Kontext moderner Krisenerfahrung wird Saras Lachen oft als Symbol für Hoffnung trotz widriger Umstände genutzt. Moderne Auslegungen betonen, dass Gott Sara ihr Lachen nicht übelnimmt, sondern sie ernst nimmt. Das Lachen wird zum Zeichen dafür, dass Neuanfänge selbst dann möglich sind, wenn man sie selbst längst für lächerlich hält.

Fazit: Saras Lachen ist kein Zeichen für mangelnden Glauben, sondern ein zutiefst menschlicher Ausdruck von Ehrlichkeit gegenüber Gott – ein Lachen, das Raum für das Unerwartete schafft.

SCHRITTE UND ERLÄUTERUNGEN

Erläuterungen für Sie zu M4: Lukas 24, 13-35

Diese Geschichte erzählt von Menschen, die trauern – und von einem, der sie begleitet. Die Jünger reden miteinander, sie halten ihre Trauer nicht zurück. Sie teilen das, was sie bewegt – und darin liegt schon der erste Schritt zur Heilung. Jesus geht mit ihnen, schweigend, hörend, fragend. Seine Erklärungen, welchen Sinn alles hat, erreichen sie zunächst nicht. Erst viel später, im Rückblick erkennen sie, wer sie begleitet hat. Ist es nicht oft auch in unserer eigenen Trauer so: Wir gehen unseren Weg, manchmal schwer, manchmal im Dunkeln. Und doch gibt es Momente, in denen wir spüren: Ich bin nicht allein. Vielleicht in einem Gespräch, in einem Blick, in einer kleinen Geste der Nähe, z.B. wenn uns jemand besucht, mit uns isst und trinkt, das Brot teilt. Manchmal erkennen wir erst im Rückblick: Da brannte doch unser Herz! Der Weg durch die Trauer bleibt ein Weg – aber er kann sich verwandeln, wenn wir Schritt für Schritt lernen, dass das Leben auf veränderte Weise weitergeht, neue Perspektiven sich auftun und neue Hoffnung wächst. Das Gewesene ist damit nicht einfach verloren, sondern zusammen mit unseren Trauererfahrungen zu einem Teil unseres Lebens geworden.

Der Bibeltext wird von einer Person langsam vorgelesen, danach ist Raum für eine kleine Stille. Anschließend tauschen sich die TN über die Fragen aus, die jeweils unter dem Bibeltext stehen.

(20 Min.)

Anschließend Austausch im Plenum, wenn es die Zeit erlaubt: Jede Gruppe fasst wichtige Erkenntnisse kurz mündlich zusammen und stellt sie für alle vor.

(15 Min.)

5. Betrachtung eines Bildes und Textes von Axel Ude (M5 und M6)

Axel Ude hat im Gemeindezentrum der Kirchengemeinde in Gehrden eine Installation von Kunstwerken unter dem Titel „Gedanken in Bildern. Eine kleine spirituelle Bilderreise“ zusammengestellt. Die einzelnen Bildkompositionen sind aus den unterschiedlichsten Materialien wie Stein, Papier, Ton, Holz und ganz alltäglichen Gegenständen gefertigt. Dabei greift jedes Bild einen Gedanken auf und wird durch einen kurzen Text des Künstlers begleitet.

Das Bild auf **M5** steht unter dem Thema „Abschied und Neuanfang“. Betrachten Sie mit den TN das Bild, lassen Sie es auf sich wirken und dazu den Text **M6**, zunächst in Murmelgruppen zu zweit, danach evtl. noch kurz im Plenum. Tauschen Sie sich über die Fragen aus.

(15 Min.)

6. Fallbeispiele (M7)

In den drei Fallbeispielen geht es um unterschiedliche Abschiede angesichts einer neuen Lebensphase oder Aufgabe. Abschiedlich leben, Gefühle zulassen und zugleich mutige Schritte nach vorne wagen will eingeübt werden. Damit das Neue wachsen und gedeihen kann, braucht es über die äußeren Veränderungen hinaus auch den inneren Abschied vom Bisherigen. Im Besuchsdienst haben wir es oft mit solchen Situationen zu tun.

Bilden Sie drei Kleingruppen, von denen sich jede mit einem der drei Fallbeispiele und den dazugehörigen Aufgaben beschäftigt.

(15 Min)

7. Feedback und Abschluss (M8)

Halten Sie eine Feedbackrunde. Die TN formulieren in ein bis zwei Sätzen: Was nehme ich von diesem Nachmittag mit?

(10 Min)

Auf **M8** finden sich Trostworte der Bibel. Kopieren Sie die Seiten und schneiden Sie die Karten auseinander.

Nach der Feedbackrunde stellen sich alle in einen Kreis:

Die TN ziehen eine Karte, oder sie bekommen eine direkt ausgeteilt. Im Kreis kann jeder, der möchte, seinen Text einmal laut vorlesen. Jeder nimmt seine Karte als Mut-Wort mit nach Hause.

Gebet (s. Vorschlag **M9**)

Vaterunser

Segen (s. Vorschlag **M9**)

Lied: Wechselnde Pfade, Schatten und Licht (**M10**)

(10 Min)

M1 PERSÖNLICHE ZUGÄNGE ZUM THEMA



AUFGABE

Bitte beantworten Sie für sich persönlich diese Fragen:

1. Wann habe ich einen für mich einschneidenden Abschied erlebt, bei dem ich etwas Wichtiges in meinem Leben oder einen Menschen loslassen bzw. verabschieden musste?

2. Welche Gefühle waren in dieser Zeit besonders stark?

3. Was hat mir in dieser Zeit des Übergangs geholfen?

4. Wie ist es mir in der Zeit danach mit einem neuen Anfang ergangen?
Was hat mich womöglich überrascht?

AUFGABE

Bitte notieren Sie Ihre persönlichen Antworten auf die vier Fragen.
Anschließend tauschen Sie sich zu zweit über Ihre Antworten aus.

Bitte notieren Sie gemeinsam in Stichworten auf Karten:

- a) Was hilft in solchen Übergangsphasen?
- b) Welche Chancen liegen im (freiwilligen oder erzwungenen) Neuanfang?

DIE SOGENANTEN FÜNF PHASEN DER TRAUER **M2** IM ANSCHLUSS AN ELISABETH KÜBLER-ROSS

Elisabeth Kübler-Ross hat Ende der sechziger Jahre anhand von Interviews mit Sterbenden fünf Phasen des Sterbens beschrieben. Ursprünglich für die Sterbebegleitung entwickelt, wurde dieses Stufenmodell bald auch auf die Trauer nach dem Verlust eines vertrauten Menschen angewendet.

Diese 5 Phasen beschreiben 5 typische emotionale Reaktionen auf erlittene Verluste und einschneidende Abschiede - nicht nur angesichts von Sterben und Tod. Neuere Studien zeigen, dass diese emotionalen Reaktionen nicht in einer festen Abfolge von 5 Trauerphasen erlebt werden. Sie können auch übersprungen, wiederholt oder gleichzeitig durchlebt werden. Sie können wellenförmig erlebt werden, aber auch als Gefühlschaos. Wie lange diese „Phasen“ anhalten und wie stark sie empfunden werden, ist individuell sehr unterschiedlich.

Jeder Mensch trauert anders – und jeder muss mit dem Abschied und der Verlusterfahrung neu leben lernen. Trauer endet auch nicht damit, dass durch Akzeptanz „der Verlust abgeschlossen“ wird. Im Laufe der Zeit kann aber die Trauer als Teil der eigenen Lebensgeschichte in das neu zu gestaltende Leben integriert werden.

1. Verdrängen, nichtwahrhaben, verleugnen

Die erste Phase steht im Zeichen der Verdrängung: Nachdem wir erfahren haben, dass eine uns nahestehende Person verstorben ist, möchten wir uns vor dem Verlustschmerz schützen. Wir verleugnen die Realität und hoffen, dass dies nur ein schlechter Scherz war. Die Verdrängung dient als Abwehrmechanismus, um den Schock und den ersten großen Schmerz besser zu verkraften.

2. Wut und Zorn erleben

In der zweiten Phase ist der Verlust zur Realität geworden. Dann folgen häufig Gefühle wie Wut und Zorn. Sie dienen als Katalysator, um aus der Ohnmacht und Hilflosigkeit herauszufinden. Die Wut

kann sich gegen sich selbst, gegen Ärzte, allgemein gegen die Ungerechtigkeiten des Lebens oder gegen Gott richten. Daher empfinden wir in der zweiten Phase neben Wut auch häufig Verbitterung, erhöhte Reizbarkeit und Ängste.

3. Verhandeln, hadern

In der Verhandlungsphase wünschen wir uns, den Verlust rückgängig machen zu können. Beispielsweise indem wir uns vorwerfen, dass es anders ausgegangen wäre, wenn wir uns anders verhalten hätten. Oder wir wünschen uns, nur noch mal einen Tag mit der verstorbenen Person verbringen zu können. Diese Art des „Verhandelns“ kann Betroffene sehr erschöpfen.

4. Verzweiflung, Leere durchleben

Die vierte Phase steht für die Verzweiflung, die wir empfinden, wenn wir verstehen, dass der Verlust endgültig ist. Viele Trauernde ziehen sich in dieser Zeit sozial stark zurück, einzelne werden depressiv oder entwickeln Angst- oder Essstörungen. Nicht zuletzt, weil durch den Verlust der Lebenspartner*innen oft auch finanzielle Probleme hinzukommen.

5. Den Verlust als Realität akzeptieren, sich neu orientieren

Die letzte Phase steht für die Akzeptanz. Der Tod wird akzeptiert. Manchen Betroffenen geht es weiterhin schlecht, sie resignieren und isolieren sich, andere können irgendwann mit dem Verlust Frieden schließen, sich neu orientieren und ihr Leben neu gestalten. Dies geschieht gelegentlich auch mit einem Abschiedsritual wie z.B. dem Aussortieren der Kleidung der verstorbenen Person oder mit einem Umzug aus der bisherigen Wohnung.

Der erlittene Abschied schmerzt irgendwann nicht mehr wie eine frische, sehr empfindliche Wunde, aber er bleibt eine Narbe, die weiterhin in besonderen Situationen zu spüren ist.

AUFGABE

1. Warum und inwiefern kann es hilfreich sein, um diese „Phasen“ der Trauer zu wissen?
2. Haben Sie eigene Erfahrungen dazu?
3. Versuchen Sie bitte, die beschriebenen Phasen bzw. Prozesse auf unterschiedliche Lebenssituationen zu übertragen. Welche fallen Ihnen ein?

Abraham und Sara bekommen Besuch (1. Mose 18, 1-14)

- 1 Der HERR erschien Abraham bei den Eichen von Mamre, während er bei der Hitze des Tages am Eingang des Zeltens saß.
- 2 Er erhob seine Augen und schaute auf, siehe, da standen drei Männer vor ihm. Als er sie sah, lief er ihnen vom Eingang des Zeltens aus entgegen, warf sich zur Erde nieder
- 3 und sagte: Mein Herr, wenn ich Gnade in deinen Augen gefunden habe, geh doch nicht an deinem Knecht vorüber!
- 4 Man wird etwas Wasser holen; dann könnt ihr euch die Füße waschen und euch unter dem Baum ausruhen.
- 5 Ich will einen Bissen Brot holen, dann könnt ihr euer Herz stärken, danach mögt ihr weiterziehen; denn deshalb seid ihr doch bei eurem Knecht vorbeigekommen. Sie erwiderten: Tu, wie du gesagt hast!
- 6 Da lief Abraham eilig ins Zelt zu Sara und rief: Schnell, drei Säcke feines Mehl! Knete es und backe Brotfladen!
- 7 Er lief weiter zum Vieh, nahm ein zartes, prächtiges Kalb und übergab es dem Knecht, der es schnell zubereitete.
- 8 Dann nahm Abraham Butter, Milch und das Kalb, das er hatte zubereiten lassen, und setzte es ihnen vor. Er selbst wartete ihnen unter dem Baum auf, während sie aßen.
- 9 Sie fragten ihn: Wo ist deine Frau Sara? Dort im Zelt, sagte er.
- 10 Da sprach der HERR: In einem Jahr komme ich wieder zu dir. Siehe, dann wird deine Frau Sara einen Sohn haben. Sara hörte am Eingang des Zeltens hinter seinem Rücken zu.
- 11 Abraham und Sara waren schon alt; Sara erging es nicht mehr, wie es Frauen zu ergehen pflegt.
- 12 Sara lachte für sich und dachte: Ich bin doch schon alt und soll noch Liebeslust erfahren? Auch ist mein Herr doch schon ein alter Mann!
- 13 Da sprach der HERR zu Abraham: Warum lacht Sara und sagt: Sollte ich wirklich noch gebären, obwohl ich so alt bin?
- 14 Ist denn beim HERRN etwas unmöglich?

AUFGABE

1. Ein/e TN liest den Text vor.
2. Was fällt Ihnen im Text auf? Welche Worte gehen Ihnen nach?
3. Wie empfinden Sie Saras Reaktion auf die Verheißung?
Könnte Saras Lachen ein Zeichen von eigenständigem und starkem Umgang mit der Situation sein?
4. Inwiefern kann die Erzählung eine Anregung sein für mutige persönliche Aufbrüche im Leben?

Jesus und die Emmausjünger (nach Lukas 24, 13-35, einige Verse sind gekürzt nacherzählt)

Zwei Jünger gingen an demselben Tag von Jerusalem nach Emmaus. Und sie redeten miteinander über alles, was geschehen war. Als sie so redeten und ihre Gedanken austauschten, da nahte sich Jesus selbst und ging mit ihnen. Aber ihre Augen waren gehalten, sodass sie ihn nicht erkannten.

Er fragte sie: Was sind das für Dinge, über die ihr redet? Da blieben sie traurig stehen und fragten: Bist du der Einzige, der nichts von all dem gehört hat, was in den letzten Tagen geschehen ist? Und sie erzählten ihm von Jesus von Nazareth, von seiner Kreuzigung und seinem Tod, von ihrem Schmerz, von ihrer Enttäuschung und ihrer verlorenen Hoffnung.

Er hörte ihnen aufmerksam zu. Und dann sagte er zu ihnen: Musste nicht der Christus dies erleiden und in seine Herrlichkeit eingehen? Und er fing an bei Mose und allen Propheten und erklärte ihnen, was in den biblischen Schriften von ihm gesagt war und warum Christus sterben musste.

Später, als sie in Emmaus angekommen waren, baten sie ihn: Bleibe bei uns; denn es will Abend werden, und der Tag hat sich geneigt. Und er ging mit hinein, setzte sich mit ihnen zu Tisch, nahm das Brot, sprach den Segen, brach es und gab es ihnen.

Da wurden ihre Augen geöffnet und sie erkannten ihn. Und sie sagten zueinander: „Brannte nicht unser Herz, als er unterwegs mit uns redete?“

AUFGABE

1. Ein/e TN liest die Geschichte aus Lukas 24 vor.
2. Was spricht Sie an dieser Geschichte besonders an? Welche Worte gehen Ihnen nach?
3. Gibt es einen Moment in der Erzählung, von dem Sie sagen würden: Da beginnt der Trost?
4. Wo habe ich auf meinem Weg Begleitung erfahren? Was hat mir gutgetan?
5. Wo wünsche ich mir, dass mein Herz wieder „brennt“?

M5 DER ADLER UND SEINE JUNGEN



Axel Ude, Installation in Gehrden

DER ADLER UND SEINE JUNGEN – ABSCHIED UND NEUANFANG M6

Axel Ude hat im Gemeindezentrum der Kirchengemeinde in Gehrden eine Installation von Kunstwerken zusammengestellt. Die einzelnen Bildkompositionen sind aus den unterschiedlichsten Materialien wie Stein, Papier, Ton, Holz und ganz alltäglichen Gegenständen gefertigt.

Das Bild auf M5 steht unter dem Thema „Abschied und Neuanfang“. Dazu hat er folgende Gedanken festgehalten:

„Gott ging mit ihnen um wie ein Adler, der seine Jungen fliegen lehrt.
Er scheucht sie aus dem Nest, begleitet ihren Flug,
und wenn sie fallen, ist er da,
er breitet seine Schwingen unter ihnen aus
und fängt sie auf.“
(5. Mose 32,11; Bibelübersetzung: Hoffnung für alle)

Das Leben ist wie ein Aufbrechen in Veränderungen. Wenn wir nicht einen Fuß vom Boden lösen und an einen neuen Ort setzen, werden wir wie angewurzelt stehen bleiben. Wir müssen loslassen lernen, Abschied nehmen für den Neubeginn. Der Mensch schafft sich Raum in seinem Inneren für neue Erfahrungen, indem die gemachten Erfahrungen transformiert werden. Lassen wir uns ein auf diesen besonderen Moment und vertrauen auf Gott.

Axel Ude

AUFGABE

1. Inwiefern kann ich diesen Aussagen zustimmen?
2. Wo regt sich vielleicht Widerspruch?
3. Was bedeutet es für mich, gemachte Erfahrungen zu transformieren?

1. Frau B. zieht mit ihrem Mann in ein Altenheim. Es fällt ihr noch schwer, ihr geliebtes Haus zu verlassen. Bei einem letzten Besuch der Besuchsdienstmitarbeiterin der Gemeinde kommen Frau B. die Tränen. Sie vertraut sich der ehrenamtlichen Besucherin an und erzählt: „Ein bisschen freue ich mich ja auch auf die neue Wohnung im Altenheim, aber wissen Sie, das Loslassen hier fällt mir schwer. Ich hänge so an meinem Garten...“
2. Frau G. besucht seit geraumer Zeit Frau V., deren Mann vor einem dreiviertel Jahr gestorben ist. Bei diesem Besuch erzählt Frau V., dass sie immer alles selbst genäht hat für sich und ihre fünf Kinder. Nun könne sie das nicht mehr. Und sie übe sich darin, abschiedlich zu leben. Als Frau G. sich verabschiedet, bittet Frau V. sie, noch eben mit an ihren Kleiderschrank zu kommen. Sie würde ihr gerne die Jacke ihres verstorbenen Mannes mitgeben für die Kleiderkammer der Gemeinde. Als beide vor den Kleiderschrank treten und Frau V. die Jacke ihres Mannes herausnimmt, erschrickt Frau G. Nur zwei von vier Regalen sind gefüllt, auf zehn Bügeln hängen sorgfältig aneinander gereiht zwei Mäntel, zwei Röcke, zwei Hosen, zwei Blusen und zwei Kleider. Sonst ist der Schrank leer. Als Frau V. die Verblüffung von Frau G. bemerkt, sagt sie: „Sie wundern sich? Aber das ist das, was ich noch brauche. Mehr nicht.“ „Ja“, sagt Frau G. „Aber dieser Schrank wird doch früher sehr voll gewesen sein, wenn Sie immer genäht haben?“ „Oh ja!“ sagt Frau V. lächelnd. „Proppenvoll! Der hätte viel zu erzählen. Aber jetzt brauche ich das alles nicht mehr.“
3. Frau A. leitet seit vielen Jahren den Besuchsdienst in ihrer Kirchengemeinde. Nun wird sie bald 80 Jahre alt und möchte die Tätigkeit im Besuchsdienst beenden und sich beim neu gegründeten Geburtstags-Café engagieren. Für die Leitung der Besuchsdienstgruppe hat sich eine Nachfolgerin gefunden. Diese redet nun auf Frau A. ein, dass sie doch in der Gruppe bleiben soll. Frau A. erzählt einer bisherigen Besuchsdienstkollegin, dass sie das nicht will. Sie traut sich jedoch nicht, dies der neuen Leitung klar zu sagen.

AUFGABE

1. Wie gehen die jeweiligen Menschen mit dem Loslassen bzw. Abschiednehmen und dem neuen Anfang um?
2. Überlegen Sie, wie Sie als Besucher*in (bzw. bei Fall 3 als Kolleg*in im Besuchsdienst) auf die Äußerungen der Besuchten reagieren würden?
3. Was wäre hilfreich? Was wäre nicht hilfreich?

*„Der HERR ist mein Hirte,
mir wird nichts mangeln.“*

Psalm 23:1

*„Und ob ich schon wanderte
im finstern Tal,
fürchte ich kein Unglück.“*

Psalm 23:4

*„Der HERR ist nahe denen, die
zerbrochenen Herzens sind.“*

Psalm 34:19

*„Gott ist unsre Zuversicht
und Stärke.“*

Psalm 46:2

*„Du zählst, wie oft ich fliehen
muss; sammle meine Tränen
in deinen Krug.“*

Psalm 56:9

*„Ich liege und schlafe
ganz mit Frieden.“*

Psalm 4:9

*„Ich hebe meine Augen auf zu
den Bergen: Woher kommt mir
Hilfe? Meine Hilfe kommt vom
HERRN.“*

Psalm 121:1-2

*„Von allen Seiten
umgibst du mich.“*

Psalm 139:5

M8 TROSTWORTE DER BIBEL

*„Nur auf Gott wartet
still meine Seele.“*

Psalm 62:2

*„Befiehl dem HERRN deine Wege
und hoffe auf ihn.“*

Psalm 37:5

*„Der HERR ist mein Licht
und mein Heil.“*

Psalm 27:1

*„Denn er hat seinen Engeln
befohlen, dass sie dich
behüten.“*

Psalm 91:11

*„Der HERR ist mein Fels
und meine Burg.“*

Psalm 18:3

*„Meine Seele hängt an dir;
deine rechte Hand hält mich.“*

Psalm 63:8

*„Fürchte dich nicht,
denn ich bin mit dir.“*

Jesaja 41:10

*„Ich bin die Auferstehung
und das Leben.“*

Johannes 11:25

*„Nichts kann uns scheiden
von der Liebe Gottes.“*

Römer 8:38-39

*„Ich habe dich bei deinem Namen
gerufen; du bist mein!“*

Jesaja 43:1

*„Und Gott wird abwischen
alle Tränen.“*

Offenbarung 21:4

*„Euer Herz erschrecke nicht
und fürchte sich nicht.“*

Johannes 14:27

*„Gott nahe zu sein
ist mein Glück.“*

Psalms 73:28

„Alle eure Sorgen werft auf ihn.“

Petrus 5:7

*„Kommt her zu mir alle, die ihr
mühselig und beladen seid.“*

Matthäus 11:28

*„Ich vergesse dich nicht.
Siehe, ich habe dich in meine
Hände gezeichnet.“*

Jesaja 49:15-16

M9 ZUM NACHDENKEN, BETEN UND SEGNETEN

Auferstehung

Manchmal stehen wir auf
Stehen wir zur Auferstehung auf
Mitten am Tage
Mit unserem lebendigen Haar
Mit unserer atmenden Haut.
Nur das Gewohnte ist um uns.
Keine Fata Morgana von Palmen
Mit weidenden Löwen
Und sanften Wölfen.
Die Weckuhren hören nicht auf zu ticken
Ihre Leuchtzeiger löschen nicht aus.
Und dennoch leicht
Und dennoch unverwundbar
Geordnet in geheimnisvolle Ordnung
Vorweggenommen in ein Haus aus Licht.
(Marie Luise Kaschnitz)

Gebet

Manchmal
für einen Augenblick
halte ich inne.
Und bin einen Moment glücklich.
Ich bin nicht allein, verlassen und verloren.
Du bist da, mein Gott.
Mittendrin.
In einem Strahl der Sonne,
im Leuchten der Sterne,
im sanften Wehen des Windes,
in einem Wort, das mich anregt,
in einer Geste, die mich berührt...
(irgendwo aufgelesen und weitergeschrieben)

Segen

Gott, begleite uns auf unseren Wegen,
durch Dunkelheit und Zweifel,
durch Erinnerung und Neubeginn.
Lass unsere Herzen brennen,
wenn wir spüren, dass du da bist –
mitten unter uns. Amen.



Lied zum Beginn:

Ausgang und Eingang, Anfang und Ende (EG 175)

Text und Kanon für 4 Stimmen: Joachim Schwarz 1962

Aus - gang und Ein - gang, An - fang und En - de lie - gen bei
 dir, Herr, füll du uns die Hän - de.

The musical notation consists of two staves in 2/2 time. The first staff contains the melody for the first line of text, and the second staff contains the melody for the second line. The notes are simple, with some rests and a final fermata on the last note of each line.

Lied zum Abschluss:

Wechselnde Pfade

Wech - seln - de Pfa - de, Schat - ten und Licht,
 al - les ist Gna - de, fürch - te dich nicht.

The musical notation is in 4/4 time and features four different melodic paths for the text. Each path is indicated by a number (1-4) and a chord symbol (Dm or C) above the staff. The paths are: 1. Dm C Dm, 2. Dm C Dm, 3. Dm C Dm, and 4. Dm C Dm. The notes are simple, with some rests and a final fermata on the last note of each path.

Oder:

Von guten Mächten wunderbar geborgen (EG 65, Strophe 7)

Text: Dietrich Bonhoeffer (1944) 1945/1951; Melodie und Satz: Otto Abel 1959

7. Von gu - ten Mäch - ten wun - der - bar ge - bor - gen, er
 war - ten wir ge - trost, was kom - men mag. Gott ist bei
 uns am A - bend und am Mor - gen und ganz ge - wiss an
 je - dem neu - en Tag.

The musical notation is in 2/2 time and consists of four staves. The first staff contains the melody for the first line of text, the second for the second line, the third for the third line, and the fourth for the fourth line. The notes are simple, with some rests and a final fermata on the last note of the fourth line.

Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf´ um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden,
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied
und gesunde!

Hermann Hesse

