

Mitteilungen

Mitgliederzeitschrift

Evangelische Frauen im Rheinland e.V.



Vom
Glauben
erzählen



Evangelische Frauen
im Rheinland



Kritische Frauengesundheit **Martina Spierings**

Sei stolz, eine Frau zu sein

Eine Anleitung für Mütter und Töchter

Mit inspirierenden Übungen und Ritualen, die Raum schaffen, Weiblichkeit in ihrer Vielfalt lustvoll zu feiern

VERLAG DIAMETRIC

Mit Selbstliebe als Superpower in ein stolzes und selbstbestimmtes Frausein voller Lebensfreude!
Eine Anleitung für Mütter und Töchter.

Sei stolz, eine Frau zu sein
Martina Spierings

1. Aufl. 2024; Kart.: 246 S.
9783938580837 / € 23,90
www.diametric-verlag.de

Ihr Ort für Gruppen Attraktives Bildungsprogramm

FRAUENLANDHAUS CHARLOTTENBERG

FrauenBildungs-, Tagungs- und Ferienhaus

Holzappeler Straße 3
56379 Charlottenberg
Fon: 0 64 39 - 75 31
Email: mail@frauenlandhaus.de
www.frauenlandhaus.de



Hohegrete

der ideale Ort für Gruppen und Einzelgäste

Ferien, Freizeiten,
Konferenzen,

Tagungen, Urlaub
Bibelwochen,

Konferenz- / Freizeitstätte • Bibel- und Erholungsheim Hohegrete
57589 Pracht / Westerwald-Sieg • Telefon: 02682 / 9528-0
Internet: haus-hohegrete.de • Email: info@haus-hohegrete.de

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Vom Glauben erzählen“ ist das Thema dieses Heftes, das leider krankheitsbedingt diesmal erst im Advent bei Ihnen ist. Für unseren Themenschwerpunkt passt es aber gut, denn in dieser besonderen Zeit nehmen wir nochmal ganz neu in den Blick, welche Kraft wir aus dem Glauben und aus dem Miteinander im Glauben schöpfen.

Wie sind Sie zum Glauben gekommen? Wir wollen darüber nachdenken, wie Glaube vermittelt und weitergegeben wird und stellen neue Formen vor, wie z. B. das EKD-Trainingsprogramm „Herzansliegen“, das Christinnen und Christen ermutigt, mehr über den eigenen Glauben zu reden.

Für uns als evangelischer Frauenverband gehört es zu unserem Selbstverständnis, Frauen in ihrem Glauben zu stärken und zu ermutigen und einen zeitgemäßen und geschlechtergerechten Umgang mit der biblischen Botschaft zu fördern, wie Sie es auch bei unserem 4. Frauenkirchentag in Velbert erleben konnten.

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen viel Freude beim Lesen und eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit.



Christine Kucharski

Referentin für Öffentlichkeitsarbeit Evangelische Frauen im Rheinland e.V.

Impressum

Mitteilungen: Nr. 96 / Dezember 2024

Evangelische Frauen im Rheinland e.V.

Auflage: 11.800 Exemplare

Herausgeberin: Evangelische Frauen im Rheinland e.V., Ellesdorfer Str. 50, Bonn, Tel.: 0228 9541 117,

Mail: kucharski@frauen-rheinland.de
www.frauen-rheinland.de

V.i.S.d.P.: Dagmar Müller, Leitende Pfarrerin

Redaktion: Christine Kucharski, Simone Pfitzner, Renate Schulz, Katrin Weber

Gestaltung: Christine Kucharski

Druck: DCM Druck Center Meckenheim GmbH

Titelbild: Duomo interior stained glass close up Milan Itale © Raphael.panorama/AdobeStock

Themenmotive S. 6-17: Tauffest © EKIR, Meike Böschmeyer / Chor Donna Wetter, Frauenkirchentag Süd 2018 © Ev. Frauen im Rheinland / Segenssprüche, Frauenkirchentag Süd 2016 © Ev. Frauen im Rheinland / Frauen-Reformationsfest 2017 © Ev. Frauen im Rheinland / WGT 2025 Cookinseln © Ev. Frauen im Rheinland / Frauenkirchentag Süd 2018 © Ev. Frauen im Rheinland

Nächste Ausgabe: April 2025

Inhaltsverzeichnis

Andacht	4
Thema: Vom Glauben erzählen	
• Sprachfähig im Glauben	6
• EKD-Projekt „Herzansliegen“	7
• Neue Glaubenswege in der rheinischen Kirche	8
Sinn und Segen, Tauffest, Erprobungsräume	
• Vom Glauben erzählen	10
Anregungen für den Austausch in der Gruppe	
• Singen tut gut!	13
500 Jahre Evangelisches Gesangbuch	
• Neue Ideen für eine alte Geschichte	16
Birgit Mattausch: In „The Belly of the Whale“	
Landesverband	18
Aus den Regionen	22
Aus den Einrichtungen	27
WGT 2025 + Veranstaltungen EBZ	28
Rätsel + Literaturtipps	30
Gratulationen	32

Glaube bewegt

„Alle, die meine Worte hören und entsprechend handeln“ (Mt 7,24)

„Alle, die nun meine Worte hören und entsprechend handeln, werden einer klugen Frau, einem vernünftigen Mann ähnlich sein, die ihr Haus auf Felsen bauten.“ (Mt 7,24, BigS)

Diese Worte leiten das Ende der Bergpredigt ein, die eine ausführliche Beschreibung der christlichen Glaubens- und Lebenspraxis ist. Doch was bedeuten sie konkret?

Zunächst geht es um das Hören, das Aufnehmen, das Suchen und Erkennen. Dies hat zwar einen Anfang, aber kein Ende. Es ist ein stetiges wieder Neu-hören. Es geschieht, es vollzieht sich, wie ein Kommen und Gehen - so wie es in dem Weltgebetstags-Lied „Kommen und Gehen“ ausgedrückt ist (WGT 2023 Taiwan, Text: Bea Nyga, Melodie: Stern über Bethlehem, EG 546)

Kommen und gehen
wie Wolken im Wind,
lebenslang suchen
nach dem, was wir sind.
Endlos vertrauen,
dass Liebe uns trägt
in dieser schweren Zeit:
Glaube bewegt.

Dieses Hören lässt mich mehr und mehr sehen und erkennen, wer ich bin, wie ich lebe, was mein Leben ausmacht und erfüllt. Sicher immer noch bruch-

stückhaft und oft auch nur augenblicklich, so dass Hoffen und Sehnen die Quellen werden, die mich nähren und füllen.

Sehen und Hoffen,
was treibt uns voran?
Blicke nach vorne,
wann kommen wir an?
Endloses Sehnen,
das Herzlichkeit trägt
in dieser ersten Zeit:
Glaube bewegt.

Gottes Verheißungen hören und handeln. Unser Handeln ist die Antwort auf Gottes Verheißungen. Jede und jeder einzelne ist zu dieser Antwort aufgefordert, Gott wartet darauf. Unser Handeln trägt Früchte, bringt Segen, es heilt.

Schaun und verstehen,
was Gott uns verheißt,
Leben in Fülle
mit Scharfsinn und Geist.
Endlose Dankbarkeit,
Großmut, der trägt
in dieser kalten Zeit:
Glaube bewegt.

Unser Handeln heilt, wenn es über unsere eigenen Interessen hinausgeht. Wenn wir den anderen/die andere im Blick haben und gemeinschaftlich



© Ocskay Bence / AdobeStock

leben. So wie Beten und Singen nicht nur unserer Seele guttun, sondern uns in Kontakt bringen mit Gott und anderen Menschen, so soll unser Handeln die ganze Schöpfung im Blick haben.

Beten und Singen
mit Seele und Herz,
Menschen bestärken,
nicht nur im März.
Endlose Güte
und Liebe, die trägt
über die Grenzen, denn:
Glaube bewegt.

„Alle, die meine Worte hören und entsprechend handeln...“ - diese Worte verdeutlichen, dass wir unseren Glauben in Gemeinschaft und für die

Gemeinschaft leben sollen, um die Fülle des Lebens erfahren zu können. Die eigene innere Einkehr ist wichtig für eine Selbstvergewisserung, und sie ist Voraussetzung für das gemeinschaftliche Glaubensleben. Aber in dem Haus Gottes, das festgebaut ist, kommt die ganze Schöpfung zusammen und es ist genug für alle da.

So lasst uns lebendig Kirche, Gemeinde, Frauenverband und Frauenhilfe sein.



Simone Pfitzner

Redaktionsteam,
Referentin Seelsorge im
Alter, Soest



Sprachfähig im Glauben

Im vergangenen Jahr sind in Deutschland rund 380.000 Menschen aus der evangelischen Kirche ausgetreten. Zwar gibt es viele innovative Ideen, neue Projekte und zahlreiche kirchliche Aktivitäten, dennoch ist es bislang nicht gelungen, diesen Trend zu stoppen. Die 6. Kirchenmitgliedschaftsuntersuchung hat gezeigt, dass viele Menschen austreten, weil ihnen der Bezug zu Religion und Kirche in ihrem Leben abhandengekommen ist. Wieso schaffen wir es nicht, mehr Menschen die Bedeutung des Glaubens zu vermitteln? Und was erzählen wir vom Glauben, wenn Glaube anscheinend gar nicht mehr notwendig ist, um gut zu leben?

Christiane Tietz, Professorin für Systematische Theologie in Zürich und designierte Kirchenpräsidentin der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (EKHN) nimmt die Fragen auf.

Was macht der ständige Rückgang der Kirchenmitgliedschaftszahlen mit unserem Glauben?

Die schrumpfenden Finanzmittel verleiten dazu, die kirchlichen Aufgabenbereiche in „zwei Töpfe“ zu sortieren: in wichtige und unwichtige Aktivitäten. Ein solcher Klärungsprozess kann dabei helfen, sich von unproduktiven Altlasten zu befreien. Aber so einfach ist das nicht. „Gibt es nicht vieles, was zwischen die Töpfe gehört?“, fragt Tietz. Auch die Bewertungen, was gut und wichtig sei, würden unterschiedlich ausfallen. Für unseren Glauben bedeutet das: Wir müssen lernen, mit der Spannung umzugehen, „dass wir gern aus dem Glauben heraus etwas Bestimmtes tun wollen, es aber (wegen der fehlenden Finanzen) nicht können.“ Diese Spannung kann zu einer Chance werden, wenn die Energie, die in dieser

Spannung liegt, in kreativeres Handeln transformiert wird.

Der Rückgang der Zahlen hat auch Auswirkungen auf den Zusammenhang von Glaube und Gemeinschaft. Früher waren wir viele, das hat sich richtig angefühlt und Bestätigung und Geborgenheit vermittelt. Wie gehen wir aber jetzt damit um, immer kleiner zu werden? Ein Blick auf die sog. Minderheitskirchen in der Welt zeigt, wie selbstverständlich diese sich in kleinen Gemeinschaften treffen. Dieser Blick kann uns dabei helfen, neu zu entdecken, wie wertvoll ein Zusammenkommen ist – auch dann, wenn es nur zwei oder drei sind. „Denn die Gefahr ist groß, dass wir aus Angst vor den Zahlen den Einzelnen, der da ist, nicht mehr wertschätzen“, stellt Christiane Tietz heraus. Eine Veranstaltung sei aber auch dann etwas wert, wenn nur wenige da waren oder wenn ein einziger Mensch gestärkt und mit neuer Zuversicht nach Hause geht. Jeder oder jede Einzelne, die da ist, ist wichtig.

Wie interessiere ich Menschen wieder für den Glauben?

Christiane Tietz sagt, dass Menschen nur durch andere Menschen, die mit ihnen in Beziehung treten, für die Kirche und den Glauben gewonnen werden können. Dies geschieht durch Menschen, die ihren Glauben authentisch leben und die glaubhaft erkennen lassen, warum dieser für ihr persönliches Leben wichtig ist. „Religiöse Kommunikation lebt vom Vertrauen in die Glaubwürdigkeit derer, die an der Kommunikation beteiligt sind“ (Isolde Karle). Besonders die Ehrenamtlichen können hier aus einer Vielfalt von Lebensbereichen erzählen; darüber, wie ihr Glaube sie trägt und was ihnen ohne Glaube in ihrem Leben fehlen würde. Wichtig ist: Wir können zwar von uns erzählen, wir können auch viele verschiedene Formen und Aktionen ausprobieren, um andere mit Kirche in

(Quelle: Christiane Tietz, Zwischen den Töpfen, Zeitzeichen 7/2024, S. 8-11)

Kontakt zu bringen, „aber wir können nicht garantieren, dass dadurch Menschen den Glauben an Gott für sich entdecken.“ Ob sich der Glaube an Gott für einen anderen als hilfreich erschließt, liegt nicht in unserer Hand, sondern in der Hand Gottes.

Dass Menschen aus der Kirche austreten, hinterfragt unseren Glauben: Wieso glaube ich? Warum bin ich in der Kirche? Wo habe ich persönlich Gottes Nähe gespürt? Zum Schluss wirft Tietz noch die Frage auf: „Wo ist Gott jetzt, in diesen Entwicklungen, im Kleinerwerden der Kirche?“ Sie betont, dass wir den zahlenmäßigen Erfolg von Kirche nicht als Maßstab für die Nähe Gottes verstehen dürfen. „Maß der Nähe Gottes ist Christus allein, und er ist allen nah.“ Aufgabe der Kirche sei es, immer wieder neu in Worten und Taten zum Glauben zu ermutigen. (CK)

EKD-Projekt Herzensanliegen

Es ist gar nicht so leicht zu sagen, woran man glaubt. Aber man kann es lernen! Das EKD-Trainingsprogramm „Herzensanliegen“ macht Lust, dem, was einem am Herzen liegt, auf die Spur zu kommen – und dann auch die richtigen Worte dafür zu finden, also: sprachfähig zu werden. Entdecken Sie, wie gut es tut, über die eigenen Überzeugungen und den eigenen Glauben sprechen zu können. Je regelmäßiger Sie trainieren, desto fitter werden Sie! Auf www.ekd.de/herzensanliegen-84135.htm werden ein Film mit sieben persönlichen Glaubenserfahrungen, ein Lied („Ich darf glauben“) und verschiedene Übungen und Bausteine angeboten. (Das Projekt wurde entwickelt von midi, der Zukunftswerkstatt von Kirche und Diakonie – im Auftrag der Evangelischen Kirche.)





Neue Glaubenswege in der rheinischen Kirche

Projekt „Sinn und Segen“. Tauffest und „Erprobungsräume“

Die Glaubenskommunikation hat in der Evangelischen Kirche im Rheinland (EKiR) eine große Bedeutung. Als neue Plattform, um sich über Glaubens Themen zu informieren, ist am 31. Oktober das **Projekt Sinn und Segen** an den Start gegangen (www.sinnundsegende.de). Die Website beantwortet Fragen rund um die Themen Glaube, Kirche und christliche Gemeinschaft: „Was feiern wir am Reformationstag?“ „Was ist evangelisch?“ „Wie geht beten?“ bis hin zu „Was ziehe ich zu einer Taufe an?“ Das ist nur ein Teil der konkreten Fragen, die hier aufgegriffen werden.



„Martin Luther wollte ‚dem Volk aufs Maul schauen‘, und das gleiche Ziel verfolgen wir auch mit sinnundsegende.de“, sagt Dr. Thorsten Latzel, Präses der Evangelischen Kirche im Rheinland. „Wir antworten konkret auf Fragen, die Menschen im Web stellen. Und damit unsere Antworten auch gefunden werden, nutzen wir konsequent die Mittel der Suchmaschinenoptimierung.“

In der Rubrik „Gemeinschaft und Familie“ geht es unter anderem um christliche Erziehung und Wertevermittlung. Eltern werden darin unterstützt, ihren Kindern in dieser schnelllebig und komplexen Welt vermitteln zu können, wie christlicher Glaube Halt und Orientierung geben und zu einem festen Anker werden kann. Christliche Erziehung kann viele Facetten haben. Sie fördert ethisches Handeln, stärkt soziale Verantwortung und lädt dazu ein, zusammen mit anderen den eigenen Glauben aktiv zu leben.

Ein weiterer Aspekt dieser Rubrik sind „Frauen in der evangelischen Kirche“. Die Notwendigkeit von speziellen Bildungsangeboten für Frauen wird ebenso thematisiert wie die Bedeutung, die der Verband der Evangelischen Frauen im Rheinland und die vielen Frauen(hilfe)gruppen vor Ort in Bezug auf spirituelle und gesellschaftspolitische Angebote haben.

Taufest in der Bonner Rheinaue

Taufen müssen nicht immer in der Kirche stattfinden. Im Juni hat die evangelische Kirche in Bonn und der Region zu einem großen Open-Air-Tauffest in die Rheinaue eingeladen. 4.000 Menschen kamen und erlebten Kirche und Glauben an einem besonderen Ort.



© EKiR.de / Meike Böschmeyer

Unter dem Motto „Dich hat der Himmels geschickt“ wurden an 38 Stationen insgesamt 260 Kinder, Jugendliche und Erwachsene auf dem Festivalgelände Kunstrasen getauft. Für manche Eltern war das Tauffest der Anstoß, ihre Kinder evangelisch taufen zu lassen. Eine Mutter sagte: „Ich finde es wichtig, weil die Kirche für Werte steht, die heute in der Gesellschaft gar nicht mehr immer so akzeptiert und gelebt werden.“ (Chrismon 08/2024) Es sei eine schöne Idee, etwas ganz Besonderes aus der Taufe zu machen und dadurch ein besonderes Gemeinschaftsgefühl erleben zu können.

Präses Thorsten Latzel betonte: „Wir brauchen eine Kirche, die nicht auf die Menschen wartet, sondern zu ihnen hingehet.“ Der große Zuspruch zeigt, wie wichtig in Zukunft solche offenen und attraktiven Angebote sind.



Erprobungsräume - Neue Formen des Kirche-Seins

Das Leben und die Kirche befinden sich im Wandel. Um diesen Wandel aktiv mitzugestalten, hat die Landessynode der EKiR beschlossen, ergänzende Formen des Kirche- und Gemeinde-Seins zu ermöglichen, und hat dafür das Projekt „Erprobungsräume“ initiiert. Dieses Projekt soll Räume für Neues öffnen, um die christliche Botschaft neu in unterschiedliche Lebenswelten hineinzubuchstabieren, insbesondere in Kontexte, in denen Menschen den Kontakt zur Kirche verloren oder bisher nicht gefunden haben. Der Fokus liegt auf dem Charakter des Experiments.

Ein Erprobungsraum heißt „dasein“.

Die Idee ist, Menschen dort zu erreichen, wo sie leben und sich aufhalten. Sie möchten den Segen Gottes teilen, miteinander beten und die gute Botschaft auf eine zugängliche Weise verkünden. Sie wollen Menschen ansprechen, die nach neuen Formen von Kirche suchen oder wieder in Kontakt mit Gott und dem Glauben kommen möchten.

Gott ist da, wenn Menschen sich gesehen fühlen. Wir sind da, damit das möglich wird.

Im Kirchenkreis Niederberg waren sie z. B. im Wald unterwegs und spendeten Segen für Mensch und Hund, in der Innenstadt von Velbert verteilten sie Reisesegen. (<https://erprobungsraeume.ekir.de/thema/erprobungsraeume-2024/>)



Vom Glauben erzählen

Anregungen für den Austausch in der Gruppe

Über den eigenen Glauben zu sprechen ist eher unüblich und zumindest ungewohnt. Es handelt sich um ein sehr persönliches, fast schon intimes Thema, das bestenfalls in einem vertrauten Kreis und einem geschützten Umfeld besprochen wird. Wo und wie rede ich als Christin von meinem Glauben? Was bedeutet der Glaube für mich? Welche Glaubensgeschichten, welche Bibelverse, Texte, Gebete oder Lieder sind mir wichtig? Wer hat mich auf meinem Glaubensweg geprägt?

Es ist gar nicht so leicht, die richtigen Worte dafür zu finden, was einem persönlich Halt und Orientierung gibt. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es dabei gar nicht um perfekte Formulierungen geht. Vielmehr geht es darum, authentisch zu sein. Auch Fragen und Zweifel, Ängste und Grenzen dürfen benannt werden. Mein Gegenüber sollte wahrnehmen können, was der Glaube mir persönlich bedeutet - ohne ihm oder ihr meine Meinung überzustülpen. Manchmal fällt es leichter, konkrete Erfahrungen oder besonders berührende Erlebnisse zu erzählen und darüber ins Gespräch zu kommen.

Ich liebe es zum Beispiel, **Kirchen** zu entdecken. Sie sind **steinerne Zeugnisse des christlichen Glaubens**, die zum Teil über Jahrhunderte überliefert

wurden. Manches erschließt sich auf den ersten Blick, anderes erst durch theologische oder kunsthistorische Hintergrundinformationen. Manche besuchen eine Kirche, weil die Kirchenmusik sie begeistert. Mir tut es gut, einen Raum der Besinnung zu haben, still zu werden und mich zwischen Himmel und Erde geborgen zu wissen - in der Gemeinschaft der Glaubensvorfahren und in der Liebe Gottes, die an diesem Ort für mich besonders erfahrbar wird. Hier fühle ich mich geistlich genährt und kann an meine Kraftquellen andocken.

Vor Kurzem war ich in Bremen in der Kirche Unser-Lieben-Frauen und war fasziniert von der **Himmelsschaukel**, die an 14 m langen Seilen im Chorraum hängt. Außerhalb des Gottesdienstes kann dort „mit Gottes Segen - aber auf eigene Gefahr“ geschaukelt werden. Zu Beginn darf man entscheiden, ob man in die bunten Farben des großen Kirchenfensters hineinschwingen möchte oder lieber in die andere Richtung, in den weit offenen Kirchenraum. Wie ein großes Pendel schwingt die Schaukel dem Himmel entgegen und wieder zurück, das ist wie ein Moment der Meditation.

Diese Himmelsschaukel ist für mich ein wunderbares Symbol für meinen Glauben, den ich mit Worten oft gar



Himmelsschaukel © Bremische Evangelische Kirche, Amt für Öffentlichkeitsdienst

nicht so ausdrücken kann: Ich bin gehalten und geborgen in Gottes Hand! Ich kann mich fallen lassen und darauf vertrauen, sanft und sicher hin und her schwingen zu können. Umgeben von starken und feststehenden Säulen, die das Fundament des Glaubens symbolisieren, kann ich die Weite und Freiheit des Glaubens erfahren.

Stephan Kreutz, Pastor für Stadtkirchenarbeit in Bremen, verbindet dieses Gefühl des Sich-fallen-Lassens und Gehaltenseins mit einer Ur-Erfahrung, die Halt gibt. Die Botschaft von der Liebe Gottes in solch einer leichten und beschwingten Form spürbar werden zu lassen, bringt Leichtigkeit und Freude in die Kirche. **(Christine Kucharski)**

Die Himmelsschaukel

Sie trägt dich.
Sie hilft dir, Dinge aus verschiedenen Blickrichtungen zu sehen.
Sie macht dich für einen Moment schwerelos.
Sie holt dich immer wieder zurück.
Sie lehrt dich zurückzulassen.
Sie bewegt dich.
Sie verschafft dir Überblick.
Sie gleicht dich aus.
Sie ist dir gerecht.
Sie lässt den Wind dich spüren.
Sie bringt dich dem Himmel etwas näher.

(Verfasser unbekannt, in: Evangel, Magazin für missionarische Pastoral 1/2019)

Meine Glaubensschätze

Erzählen Sie in Ihren Gruppen von persönlichen Glaubenserfahrungen:

- Welche Glaubensgeschichten, Bibelverse, Texte oder Lieder sind mir wichtig?
- Welche Menschen haben meinen Glaubensweg geprägt?
- Gibt es ein besonderes Erlebnis?
- Welche Orte habe ich als Kraftorte erlebt, an denen Glaube gelebt, vermittelt und erfahren wurde?
- Welche Gegenstände haben eine spirituelle Bedeutung für mich?
- Welche Rituale kenne ich?
- Wann habe ich Glaube als Trost oder Hilfe erfahren?
- Wie und wo kann ich von meinem Glauben weitererzählen?



Die „Frauen im Gespräch“ aus Radevormwald und die Frauenhilfe Baumberg haben das Thema „Vom Glauben erzählen“ in ihren Gruppen aufgenommen und sich über die Fragen ausgetauscht:

„Wie bin ich zu meinem Glauben gekommen?“ „Wie habe ich Glaube erfahren?“

„Wie wurde Glaube weitergegeben?“

Folgende Antworten wurden gesammelt:



Singen tut gut!

500 Jahre Evangelisches Gesangbuch

Egal ob unter der Dusche, im Auto oder im Chor – Singen macht Freude! Es begleitet uns in vielen Lebenslagen und hat nachweislich eine positive Wirkung auf unsere Stimmung. Wenn wir singen, schüttet unser Körper Endorphine aus, sogenannte Glückshormone, die dazu beitragen, dass wir Stress abbauen und uns entspannter fühlen. Und natürlich wissen wir alle, wie gut es tut, zusammen mit anderen zu singen! Es stärkt das Gemeinschaftsgefühl und das soziale Miteinander. Und auch auf körperlicher Ebene wirkt sich das Singen positiv aus. Durch das tiefe Atmen beim Singen wird zum Beispiel die Atemtechnik verbessert. Und nicht zuletzt trainiert das Lernen von Texten und Liedern auch die geistige Fitness. Also: Singen tut gut – für Körper, Geist und Gemeinschaft!

Musik ist ein bedeutender Teil menschlichen Lebens. Man kann davon ausgehen, dass es Musik gibt, seit es Menschen gibt. Das Problem dabei ist jedoch, dass wir praktisch über die gesamte Zeitspanne keinerlei Ahnung haben, wie die Musik geklungen hat. Vor 66 Millionen Jahren wird wohl die erste Melodie ertönt sein.

Dann kann man sich natürlich auch fragen, wann fängt Musik an: Bei dem Gesang eines Vogels oder beim Surren eines Bienenvolkes? Haben Sie etwa schon mal an einer Schachtel mit Maden gehorcht?

Der Mangel an materiellen Fundstücken sollte nicht als Mangel an Musik gedeutet werden. Wir können sicher sein, dass es auch in der Frühgeschichte der Menschheit Musik gab. Die Wölbungen von Höhlen verstärken den Klang nach ähnlichen Prinzipien wie Deckengewölbe von Kirchen und Kathedralen. Sie

sind somit „moderne Höhlen“, in denen Gott durch Musik gepriesen wird.



Das Erfurter Faerbefass-Enchiridion, gedruckt 1524, in der Marktkirchenbibliothek in Goslar. Es gilt als das erste Gemeindegesehbuch der Welt © Martin Schenk/epd-bild

Es ist davon auszugehen, dass der Mensch schon sehr lange singt. Der Weg zum ersten aufgeschriebenen Lied ist aber lang. In allen Kulturen wurden neben Tanz-, Liebes-, Kult- und Hofmusik auch Nachrichten in Erzähl- oder Erlebnisliedern verbreitet. Eingängige Melodien und Reime trugen zur Memorierbarkeit des Gesagten bei und wirkten auf das Gemüt der Hörerinnen und Hörer.



Martin Luther setzte die Lieder mit liturgischen, katechetischen und missionarischen Intentionen gezielt ein. Dadurch verbreiteten sich die reformatorischen Ideen gerade durch die populär gewordenen Lieder rascher, als es die theologischen Traktate und Postillen je erreicht hätten.

1524, sieben Jahre nach der Veröffentlichung von Martin Luthers 95 Thesen, erschienen nicht weniger als 18 Druckwerke mit Liedern und liturgischen Stücken.

Musik war der Herzschlag der Reformation. Luther übersetzte nicht nur die Bibel ins Deutsche, sondern auch zentrale biblisch-theologische Erkenntnisse in Lieder. Und seine Lieder sang die ganze Gemeinde. Sicherlich nicht so, wie wir heute im Gottesdienst singen. Es gab Gesangbücher ja nur für privilegierte Menschen. Und, wer konnte schon lesen? Dennoch, der Gemeindegesang war von Beginn an ein Kennzeichen der evangelischen Gemeinden. Durch den evangelischen Choral hat die Christenheit unendlich viel gewonnen. Die evangelische Kirchenmusik hat durch die Jahrhunderte eine Vielzahl an Kompositionen hervorgebracht, die auch Menschen berührt, die der Kirche fernstehen.

Die Entwicklung und Vielfalt der Gesangbücher wuchsen rasant. In den 500 Jahren hat es etwa 8.000 Gesangbuch-Ausgaben gegeben.

Seine Blütezeit erlebte das Gesangbuch in der Barockzeit. Der Dichter und Theologe Paul Gerhardt spendete mit Liedern wie „Befiehl du deine Wege“ und „Geh aus mein Herz“ angesichts von Entbehrungen und Grauen im 30-jährigen Krieg Trost und Hoffnung. Mit der Schulbildung wuchs stetig auch die Nachfrage nach den Büchern. Im 19. Jahrhundert besaß nahezu jede Familie ein Gesangbuch und damit ein Erbauungsbuch für alle Tage, Jahreszeiten und Feste, Glauben und Zweifel, Leben und Tod.



© epd-bild/Andrea Enderlein

Und heute? Unser aktuelles Gesangbuch von 1996, das EG, ist auch ein solches Hausbuch für viele Gelegenheiten. Mit Liedern, Psalmen und Gebeten kann jede und jeder es selbst nutzen.

Welches Lied wird in Ihrer Familie gemeinsam gesungen? Haben Sie ein Lieblingslied? Gibt es in Ihrem Leben Lieder, die eine wichtige Bedeutung für Sie haben? Oder werden wir nur noch besungen? Es gibt keine oder nur noch sehr wenige gemeinsame Lieder zwischen den Generationen. Wenn wir das Singen verlernen, fehlt uns ein

ganz wichtiger Teil zu unseren Emotionen. Lassen Sie es nicht so weit kommen: Singen tut gut!

2030 wird in der EKD ein neues Gesangbuch herausgegeben. Wir dürfen gespannt sein. Schon jetzt würdigt die

Glauben weitergeben - mit dem Gesangbuch

Selbst wenn heute weniger gesungen wird: Das evangelische Gesangbuch ist keine Sache für verstaubte Kirchenarchive. Vor 500 Jahren begann mit den ersten gedruckten Exemplaren seine einzigartige Geschichte. Ein „Grundbuch des Protestantismus“ nennt es der Kieler Theologieprofessor Johannes Schilling. Darüber hinaus aber ist es ein Liederbuch, das die deutsche Sprache, Literatur und Musik über Jahrhunderte stark beeinflusst hat. Und dies immer noch tut.

Für das neue Gesangbuch wünschen sich Kirchenhistoriker und Dichter, dass die „kulturelle Kontinuität“ (Schilling) erhalten bleibt. Die Texte sollen zugänglich sein und erneut ein „Lebensbuch“ werden.

Musik braucht keine Worte. Musik spricht ihre eigene Sprache. Es ist die Sprache der Gefühle. Es ist unsere Seele, die auf Musik reagiert; religiöses Singen wirkt in die Tiefe.

Das erfahre ich mit dem Lied „Meinem Gott gehört die Welt“. In meiner Kindheit sangen wir es zuhause aus dem

Deutsche Post das Jubiläum mit einer 100 Cent-Briefmarke.



Angelika Kozinowski-Werler

Kantorin,
Ev.-Luth. Kirchengemeinde
Radevormwald

Büchlein „Das junge Lied“, das 1953 erschien – aus der Lizenzausgabe für die DDR. Arno Pötzsch findet einfache Worte für einen Menschen, der sich auf seinem Lebensweg in Gott geborgen weiß. Christian Lahusen hat die Melodie dazu geschrieben. Das Lied ist leicht zu singen. Worte und Melodie wirken in ihrer Schlichtheit. Seit über 70 Jahren wirken sie „in die Tiefe“ und sprechen verschiedene Lebens- und/oder Glaubenserfahrungen an.



Auch andere Lieder begleiten mich; sie sind mir lieb und ich freue mich, wenn ich sie - mit anderen - singe. In vielen Familien gibt es ein „Familienlied“, das bei Festen dankbar und an schweren Tagen als Trostlied gesungen wird. Bei Ihnen auch? **(Katrin Weber)**



Neue Ideen für eine alte Geschichte

Birgit Mattausch: In „The Belly of the Whale“

Wann haben Sie zum ersten Mal die Geschichte von Jona im Walbauch gehört? Es ist eine Geschichte, die fasziniert, die gruselt, die spannend ist und hoch symbolisch dazu. Auf den Sarkophagen der ersten Christen in Rom findet man Walbilder, die an Jona erinnern und an die Rettung nach drei Tagen. So wie der Menschensohn nach drei Tagen dem Tod entrissen wurde, und so sollen auch die Christ*innen auferstehen. Auch Birgit Mattausch, Referentin für experimentelle Homiletik (Predigtlehre), musste an Jona denken. An ihrem Arbeitsort, dem Literaturhaus St. Jakobi Hildesheim, befindet sich derzeit ein Bühnenbild zum Thema „Schlafen“ von David Schnitter.

Eine 500 Jahre alte Kirche mit gotischen Fenstern, einem wuchtigen Altar und sogar noch einer Orgel. Wir haben keine Bänke mehr, dafür Stühle, Sitzsäcke, ein Sofa. Wir haben keine sichtbare Kanzel, dafür eine Bühne und eine Bar. Und: Wir haben ein Bühnenbild.

Seit ein paar Wochen besteht das Bühnenbild aus: schlafenden Walen. Pottwalen, um genau zu sein. Aufrecht schweben sie im Ozean aus blauer Folie. Eine zwölf Meter hohe blaue Kathedrale von der Decke bis zum Boden, durch die Licht fällt. Und darin die Wale - riesig und doch nur halb so groß wie in Wirklichkeit.

Um zum Altar zu kommen, muss man bei uns jetzt zwischen den blauen Bahnen hindurch gehen und steht dann wie mitten im Wasser. Ganz hinten schwebt dort auch ein Kreuz.

Ich kann mich nicht satt sehen an unseren Walen, am Blau, am Licht - und an der Stille, die sie umgibt. Diese so riesigen und so verwundbaren Geschöpfe.



Literaturhaus St. Jakobi, Hildesheim
© Franziska Bothe | Instagram @franziskakafka

Ich denke an Jona und „The Belly of the Whale“ - der Walbauch. In der Kreativitätsforschung ist „The Belly of the Whale“ die Phase, in der Ungeordnetes sich neu anordnet, in der etwas entsteht, von dem wir noch nichts wissen und das dann plötzlich da ist. Der

Walbauch ist der mühelose Flow - aber auch der Ort des inneren und äußeren Kampfes, an dessen Ende die*der Held*in als eine andere ausgespuckt wird als die, die sie zuvor war: Auf den alten Bildern ist Jona nackt und bartlos, jünger und verwundbarer nach der Zeit im Wal. Und bereit, dorthin zu gehen, wo es weh tut. Weil er es will.

In den letzten Tagen war ein junges Kunst- und Performance-Festival bei uns und den Walen zu Gast. Es gab

(Quelle: Birgit Mattausch, In „The Belly of the Whale“, Spiritus-Blog, evangelisch.de, 23.09.2024)

Website: www.stjakobi.de - St. Jakobi ist deutschlandweit das einzige Literaturhaus in einer Kirche. Zu unseren Veranstaltungen mit Autor*innen wie Navid Kermani, Helga Schubert und Mariana Leky kommen Studierende, Menschen aus der Stadtbevölkerung und der Kirche.

Neue Ideen für eine alte Geschichte. Die Geschichte von Jona und dem Wal ist zeitlos und wird als Symbol innerer Verwandlung und Neuschöpfung verstanden. Biblische Geschichten erfassen oft in ihrer Symbolkraft und Tiefe die Prozesse menschlichen Lebens. Sie sind archetypisch und weisen immer über sich selbst hinaus mit einem universalen Bedeutungshorizont. Nichts, was uns Menschen bewegt, ist der Bibel fremd. Menschliches Leben, Gefühle und Beziehungen, Streit, Hass und Krieg, Eifersucht, Vergewaltigung und Katastrophen - all das können wir finden. Esel, die sprechen, und Huren, die die Boten Gottes retten. Blinde, die wieder sehen, Wüstengeschichten und Geschichten von Versöhnung. Und eben Wale, mystisch und erhaben, beheimatet in den Tiefen der Meere, wunderbares Geschöpf Gottes. Dass dieser Schatz an Weisheit nicht verlorengeht, ist unser aller Verantwortung. Diese Geschichten sind Worte des Lebens und uns anvertraut, um sie weiterzugeben. **(Dagmar Müller)**



Kirchentag 2025 in Hannover: 30. April - 4. Mai

Mit der Losung „mutig - stark - beherzt“ lädt der Kirchentag zu einem bunten Fest des Glaubens ein, bei dem Menschen unterschiedlicher Herkunft und Religion miteinander ins Gespräch kommen und mutig, aktuelle Herausforderungen und Krisen angehen. Weitere Informationen: www.kirchentag.de

Weihnachtsgruß

Wartung (gesetzlich nicht vorgeschrieben)

„Gott ist in der Mitte. Alles in uns schweige und sich innigst vor ihm beuge!“ (EG 165)

Wir kennen es alle – das Auto muss in die Inspektion, der Feuerlöscher muss geprüft werden, im Haus der Frauenhilfe werden Fenster, Türen und Aufzug jährlich gewartet. Der Schornsteinfeger und der Heizungsmonteur tun ihr Wartungswerk und in der Dünenklinik müssen Waschmaschinen und Massage- liege gewartet werden. Prüfen, Fehler finden, neuausrichten, kalibrieren, eichen – das hört nie auf, alles steht immer wiederkehrend im Kalender.

Weihnachten ist für mich auch so eine jährliche Neuausrichtung, ein neu geeicht werden. Ich bin wenig weihnachtssentimental, aber die jährliche Neuausrichtung zur Mitte des Lebens, zur Gegenwart Gottes hin, ist für mich die Vergewisserung des Sinns meines Lebens und des Urgrunds allen Seins. Von Gott kommen wir her und zu ihm kehren wir zurück. Und auch in unserem Menschsein hier auf Erden ist die Ewige untrennbar mit uns und in uns. Das ist die Botschaft aus dem Stall zu Bethlehem. Auch oder gerade, wenn die Welt ins Chaos fällt, wenn der Veränderungsdruck zu hoch wird und statt Frieden auf Erden immer mehr Gewalt geschieht, ist Gott unsere Stärke und Zuversicht. Weihnachten rückt uns den Kopf wieder zurecht!

Der zurecht gerückte Kopf kann sich dann auch wieder um Herausforderungen unseres Verbands Gedanken machen. Von einigen sehr gelungenen Veranstaltungen in diesem Jahr lesen Sie in dieser Ausgabe. Von zwei Referentinnen des Landesverbands haben wir uns verabschiedet. Andrea Effelsberg ist „die Neue“ und sie hat sich fabelhaft eingearbeitet. Wir müssen nun mit weniger Personalressourcen Wege finden, um Sie als Mitglieder zu begleiten und unsere Frauenthemen auch weiterhin in unsere Landeskirche und auch die Politik einzubringen.

Gibt es überhaupt noch relevante Frauenthemen für unseren Verband? Ja! In jeder Einrichtung unseres Verbands sind wir mit ihnen konfrontiert: Gewalt gegenüber Frauen hat signifikant zugenommen, wir hören davon in der Dünenklinik und lesen in Zeitungen darüber – es ist spürbar, es ist sichtbar und es gibt nicht ausreichend Frauenhausplätze. Junge Frauen fühlen sich bedroht, wenn sie unterwegs sind. Für Frauen und Kinder ist kein Geld da. Das erleben wir auch in der Dünenklinik, deren Tagessätze nicht mehr ausreichend notwendige Investitionen refinanzieren. Wir kämpfen ständig mit den Krankenkassen.

Ein weiteres wichtiges Thema ist die Entfernung des § 218 aus dem Strafgesetzbuch. Schwangerschaftsabbruch muss anders geregelt werden und die Evangelischen Frauen in Deutschland fordern mit anderen Frauenorganisationen ein eigenes Schwangerschaftskonfliktgesetz. (Eine Argumentationshilfe finden Sie hier: <https://evangelischefrauen-deutschland.de/der-paragraf-218-in-der-theologischen-debatte>.)

Es ist wichtig, den Weltgebetstag als ökumenische Basisbewegung zu för-

dern. Diese weltweite „Schwesternschaft“ stärkt die Christenheit und lehrt uns, uns gemeinsam für Frieden und Gerechtigkeit einzusetzen. Und jede Frauenhilfe-Gruppenstunde ist ein Aufstand gegen Einsamkeit und ein Protest gegen Gleichgültigkeit.

Lassen auch Sie sich neu ausrichten an Weihnachten! Gott ist gegenwärtig! Bleiben Sie behütet und bewahrt, auch im Jahr 2025!

Ihre Dagmar Müller



Es begab sich aber zu der Zeit,

dass das Gebot der Vernunft / es erforderlich machte, / nach dem Sinn der Welt zu fragen. / Das war neu / in der Geschichte der Menschheit / und geschah zu der Zeit, / als Wissenschaft, Machtgelüste / und Habgier die Erde regierten.

Und jedermann schickte sich an, / seinen eigenen Standort zu bestimmen / im Hinblick auf / Wissen, Einfluss und Besitz. / Es war nicht nötig, / seine vertraute Umgebung zu verlassen; / denn die Informationen, die man / zur eigenen Einschätzung brauchte, / wurden frei Haus geliefert / durch Medien,

Werbung / und Leute von nebenan. / Trotzdem machte sich jedermann auf, / um sich mit dem anderen zu messen, / sein Wissen, seinen Einfluss und seinen Besitz.

Da machte sich auf / auch die Sehnsucht / aus dem tiefsten Inneren des Menschen, / denn sie war heimatlos geworden / und einsam / in der Kälte der Lichter und Mauern. / Und sie machte sich auf die Suche / nach einer neuen Welt, / die da heißt „Welt Gottes“, / denn die Wurzeln der Sehnsucht / liegen in Eden. / Sie machte sich auf, / um die Möglichkeiten einzuschätzen, /

zusammen mit der untrennbar zu ihr gehörenden Angst.

Und als sie über der Erde kreisten, / war es höchste Zeit zu entscheiden, / welche Möglichkeiten / das Leben auf der Erde noch haben soll.

Und die Sehnsucht / schuf eine Vorstellung / von Gottes neuer Erde, / und sie irrte um die Welt / und fand keinen Platz, / an dem sie sich hätte niederlassen können. / Denn die Herzen der Menschen / waren besetzt durch die Sucht / nach Geld, Wissen und Macht; / da war für Fremdlinge kein Platz. / Und zwischen Stacheldrahtzäunen / hatte sich die Angst eingenistet.

Und es waren Menschen / in den Städten und Dörfern, / beschäftigt / mit ihren alltäglichen Pflichten / und von der Sorge um ihre Zukunft / gequält, / die suchten nach Zeichen der Hoffnung. / Und siehe, / sie entdeckten die Phantasie, / geboren / aus Sehnsucht

aus: „Alles hat seine Zeit“, Weihnachtsgabe 2023, Evangelische Frauen in Deutschland, S. 4-5
Quellenangabe: Es begab sich aber zu der Zeit, aus: „Bethlehem ist überall“, Sonderheft der Zeitschrift „Helfende Hände“ des Diakonischen Werkes der Evangelischen Kirche von Westfalen, Hrsg. Achim Kuhlmann, Gebr. Lensing Verlagsanstalt GmbH & Co KG Münster, 1993, © Traude Zupan*; (*Die Rechteinhaberin konnte trotz intensiver Bemühungen nicht ermittelt werden. Wir bitten sie, sich mit uns in Verbindung zu setzen.)

und Angst. / Und sie erkannten, / dass sie zum Bilde des Schöpfers / geschaffen waren. / Und sie erschrakten sehr. / Und das Wort des Herrn / geschah zu ihnen und sprach: / Fürchtet euch nicht! / Siehe, / ich verkündige euch große Freude, / die allem Volk widerfahren wird. / Ihr werdet auferstehen / ins Leben hinein, / wenn ihr die Erde an den Schöpfer zurückgebt, / euer Machtstreben beendet / und eure Grenzen anerkennt. / Und das habt zum Zeichen: / Ihr werdet Gottes neue Welt / entdecken, / wo immer ihr seid; / und eure Angst wird aufhören, / und ihr werdet überall zu Hause sein.

Und die Menschen / in den Städten und Dörfern / ruhten aus / von ihren alltäglichen Pflichten / und der Sorge um ihre Zukunft, / denn ihre Hoffnung hatte die Angst besiegt. / Und sie lobten Gott und sprachen: / Ehre sei Gott in der Höhe / und Friede auf Erden / für alle Menschen.

Traude Zupan



Krippenausstellung

am 16. und 17. November 2024
sowie am 1. und 3. Adventwochenende
Samstag und Sonntag
jeweils von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Friedhelm Linden
Waldorfstr. 43
53945 Blankenheim-Waldorf
02449-206415
info@krippen-welt.de
www.krippen-welt.de

Herzliche Einladung zur Mitgliederversammlung der Evangelischen Frauen im Rheinland e.V.

Thema des Tages: „Vergebung“

am 5. April 2025

10:30 bis ca. 17:00 Uhr

im Haus der Frauenhilfe, Ellesdorfer Straße 52, 53179 Bonn

Bitte geben Sie die Einladung an alle Mitglieder Ihrer Gruppe und im Kreisverband weiter. Alle Mitglieder haben Stimmrecht und sind eingeladen, über die Belange des Verbandes selbst mitzuzentscheiden. Auch Gäste können an der Mitgliederversammlung teilnehmen.

Am Vormittag stehen Regularien und Berichte auf dem Programm, bevor wir uns anschließend mit dem Thema „Vergebung“ beschäftigen. Wir freuen uns auf den Austausch und das Miteinander!

Andachten 2025 - Worte finden

24 Andachten durch das Kirchenjahr 2024/2025



Wir sind umgeben von einem Meer an Worten, das uns Tag für Tag umgibt. Wir sind übersättigt von Worten - besonders in den sozialen Medien. Und manchmal fehlen uns die Worte. In einer Zeit, in der uns die weltpolitischen Entwicklungen und die gesellschaftlichen Bedrohungen sprachlos machen und in der uns manchmal die Worte fehlen, wollen wir dazu ermutigen, Worte zu finden, die guttun: Worte für Friedenswege | Worte für Trost und Zuversicht | Worte zur Versöhnung | Worte für die Seele | Worte, die Halt und Orientierung geben | Worte, die unseren Glauben ausdrücken.

Welchen Worten geben wir in unserem Leben Raum? Den ablehnenden Worten, den Worten, die uns ausbremsen? Oder richten wir den Blick auf die positiven und ermutigenden Worte? Oftmals schaffen wir das nicht allein, aber wenn wir miteinander im Gespräch sind, einander zuhören, dann können wir uns gegenseitig aufrichten und stärken. Die neuen Andachten unterstützen Sie darin.

Preis: 8 € (Nichtmitglieder: 10 €)

Bestellung: Tel.: 0228 9541-123 | Mail: kuprat@frauen-rheinland.de

Sprühendes Hoffnungsfunken-Fest

Frauenkirchentag in Velbert

Was für ein Fest! 200 Frauen trafen sich am 5. Oktober in der Evangelischen Kirchengemeinde Velbert zum Frauenkirchentag. „Hoffnung(s)funken“ war der Titel des Tages, und ohne Zweifel wurde es ein sprühendes Hoffnungsfunken-Fest, das einen ganzen Tag strahlende Gesichter zauberte.



Nach einem berührenden Gottesdienst zur „Geschichte der blutflüssigen Frau“, in dem Pfarrerin Maret Schmerkotte und ihre Tochter Marte eine Dialog-Predigt hielten, konnten die Besucherinnen an dem Tag an über 20 Workshops teilnehmen. Von feministischer Theologie über kreative Arbeiten, Tanzen, Singen, Yoga und Führungen im benachbarten Hospiz, Gesprächen zum Umgang mit dem Tod bei Kindern bis hin zu interreligiöser kreativer Malerei zum Thema Hoffnung und politischer Information des Südwind-Instituts zur Modeindustrie und ihren Produktionsbedingungen war die Themenvielfalt weit gefasst.

Die unfassbar große Gastfreundschaft der Gemeinde, die wir erfahren durften, hat die Besucherinnen durch den Tag getragen. So viel Freundlichkeit, so viel in der Gemeindegüche selbst gekochtes, gutes Essen, eine Naschbar

für Schokofreundinnen und eine für die Rohkost-Liebhaberinnen, so wunderschöne Dekoration, so viel Freundlichkeit und Fröhlichkeit haben den Tag gekrönt. Es gab viele gute Gespräche und Begegnungen, und man kann sagen, dass die Heilige Geistkraft uns bis zum Abschied nach dem Mitsingkonzert von Sängerin, Komponistin und Texterin Carola Laux erfüllt hat.

Als Pfarrerin Schmerkotte die Gäste mit einem „Bis zum nächsten Mal!“ verabschiedete, war der Jubel groß. Wir werden darauf zurückkommen. Tausend Dank für alles, was die Gemeinde Velbert für diesen wunderbaren Tag getan hat!

Mit diesem Fest als letzte große von ihr initiierte Aktion verabschiedet sich Sabine Richarz aus ihrer Arbeit als Referentin der Evangelischen Frauen im Rheinland. Ein großes Dankeschön geht an sie für dieses schöne Fest, aber auch für viele schöne Pilgertage und Frauenmahle, für ihre Kreativität und ihr Engagement! **(Dagmar Müller)**



Weitere Fotos: www.frauenhilfe-rheinland.de/landesverband/veranstaltungen/frauenkirchentag



„Mist, die versteht mich ja!“ Frauenmahl mit Florence Brokowski-Shekete zum Thema Alltagsrassismus

für interkulturelle Kommunikation und rassismussensibles Handeln erzählt mit Humor und Ehrlichkeit von Alltagsrassismus, der Suche nach Identität und dem Balanceakt zwischen Beruf und Muttersein als Alleinerziehende.

Anlässlich eines Frauenmahls zum Thema Alltagsrassismus las die Autorin, Podcasterin und Schulumtsdirektorin Florence Brokowski-Shekete am 21. September im Evangelischen Gemeindezentrum Friedrichsfeld (Voerde) Ausschnitte aus ihren autobiografischen Büchern „Mist, die versteht mich ja - Aus dem Leben einer Schwarzen Deutschen“ & „Raus aus den Schubladen - Meine Gespräche mit Schwarzen Deutschen“.



© S. Richarz

Etwa 90 Frauen lauschten den Vorträgen und diskutierten angeregt über das Gehörte. Zwischen den Lesungen und des wunderbaren mehrgängigen Menüs sorgte Antoinette Dugayo-Holz mit thematisch passenden Gesangsstücken für die musikalische Unterhaltung. (CK)



© Gabi Weber

Als Kind nigerianischer Eltern in Hamburg geboren wuchs Florence Brokowski-Shekete in Buxtehude bei einer Pflegefamilie auf. In ihren Büchern schildert sie die Herausforderungen und Erlebnisse einer Schwarzen Frau in einer weißen Gesellschaft. Die Expertin



© Gabi Weber

Sabine Richarz: Zum Abschied

Nun ist es also so weit. Am 31. Oktober verabschiede ich mich in den Ruhestand. Ein guter Zeitpunkt, um zurückzublicken.



© Ev. Frauen im Rheinland

Ich bin dankbar für die Zeit mit Ihnen, für alles, was wir gemeinsam auf die Beine gestellt haben, wie zum Beispiel die Frauen-

kirchentage in Krefeld, Duisburg und Rheinhausen. Zusammen haben wir bei den Regionalen Arbeitstagen und den Frauenkonferenzen an (Frauen-)Themen gearbeitet. Wir haben Frauen-Aktionstage und Oasentage miteinander gestaltet und sind zusammen gepilgert. In den Kreisverbänden durfte ich mit Ihnen Jubiläen feiern und Themennachmittage gestalten. Dabei haben wir Erfolge gefeiert, aber auch Schweres miteinander durchgestanden, z. B. wenn ein Kreisverband aufgelöst werden musste oder wenn eine Mitstreiterin plötzlich und unerwartet verstarb. Sie haben mich ermutigt und manchmal auch korrigiert. Wir haben miteinander gelacht und ich habe Ihr Durchhaltevermögen, Ihren Mut, Ihren Humor und Ihr Gottvertrauen bewundert.

Sie haben mich immer wieder beeindruckt mit Ihren originellen, spektakulären, mutigen und manchmal auch verrückten Aktionen, mit denen Sie sich für andere und auch füreinander einsetzen. Deshalb habe ich mir zum Abschied noch einmal die Regionalseiten der letzten Jahre durchgelesen und nach Eigenschaften gesucht, die eine typische Frauenhilfe bzw. eine Frauenhilfefrau auszeichnen. Und das möchte ich hier mit Ihnen teilen:

1. Frauenhilfefrauen sind zuverlässig und treu.

Egal ob es darum geht, die Kuchentheke beim Gemeindefest, die Verteilung der Gemeindebriefe oder die regelmäßigen Geburtstagsbesuche des Besuchsdienstes zu übernehmen, ohne Ihre Zuverlässigkeit wäre vieles in Ihren Gemeinden nicht möglich. Ganz besonders denke ich an dieser Stelle auch an die vielen Frauenhelferinnen, die sich seit vielen Jahren um ihre Gruppe kümmern, obwohl sie selbst schon lange nicht mehr die Jüngsten sind.

2. Frauenhilfefrauen sind fürsorglich, sie kümmern sich umeinander.

Ganz besonders hat sich das während der Coronapandemie gezeigt. Nach der ersten Schockstarre haben Sie sich in die Verantwortung gestellt und nach Wegen gesucht, wie Sie trotz der

schwierigen Bedingungen untereinander in Kontakt bleiben konnten, sei es durch Gartenzaungespräche, durch kleine Päckchen oder durch Gruppentreffen via Telefon.

3. Frauenhilfefrauen sind weltoffen und kreativ.

So wurden die Themen der Aktionstage gerne aufgegriffen und durch eigene kreative Ideen und Aktionen ergänzt, wie z. B. beim Thema Plastik, als die Budericher Frauen Einkaufsnetze aus alten Plastiktüten häkelten oder der Kreisverband Moers Gutscheine für einen plastikfreien Tag verschenkte. Neugierig und weltoffen habe ich Sie auch erlebt in der Begegnung mit anderen Kulturen und Religionen.

4. Frauenhilfefrauen sind gesellschaftlich und politisch engagiert.

Dazu fallen mir Ihre vielen Projekte und Aktionen für Flüchtlinge ein, wie der Fahrradkurs für Migrantinnen in Dinslaken oder das Café Global in Velbert, aber auch die Pussyhat-Aktion der

Moerser Frauen und die Demonstrationen zusammen mit den „Omas gegen Rechts“.

5. Frauenhilfefrauen haben Humor und sind manchmal auch ein bisschen verrückt.

Das zeigte mir die Cold-Water-Challenge der Dinslakener Frauenhilfen.

6. Frauenhilfefrauen sind fromm, im besten Sinne des Wortes.

Eine Frauenhilfestunde ist ohne Andacht nicht denkbar. In den vielen Briefen, die Sie mir im Laufe der Jahre geschrieben haben, standen neben guten Wünschen meistens auch ein Segen oder ein Bibelwort. Das hat gut getan.

Deshalb wünsche ich Ihnen zum Abschied Gottes Segen und dass Sie weiterhin so mutig, zuverlässig, widerständig, fröhlich, neugierig, engagiert bleiben, wie Sie sind.

Ihre Sabine Richarz



Wo kommst du denn her?

Teilnehmende Beobachtung einer Demenz

von Matthias Lohenner

128 Seiten, Softcover
16 Euro
ISBN 978-3-88981-479-1

Im Buchhandel erhältlich oder bestellbar unter: www.wichern.de

Yoga für Körper und Seele

Ein Projekt für Gäste unserer „Tagesbetreuung Drachenfelsblick“ sowie für pflegende Angehörige und Begleitpersonen aus Pflege und Betreuung

Yoga wird oftmals mit schicken Studios und mobilen, gelenkigen, lebensjüngeren Menschen in Verbindung gebracht. Kaum bekannt ist dagegen, dass Yoga nicht nur positiv und ganzheitlich in jedem Lebensalter wirkt, sondern auch niederschwellig angeboten und sehr individuell auf die Ressourcen und Einschränkungen körperlich und/oder kognitiv eingeschränkter hochaltriger Menschen eingehen kann.

Unter der erfahrenen und herzlichen Anleitung von Yogalehrerin Charlotte Zaum nehmen die Gäste der Tagespflege einmal im Monat am Angebot „Mit Yoga durch das Jahr“ teil. Die Übungen finden im Sitzen statt, können sehr intuitiv ausgeführt werden, verbessern die Beweglichkeit und die Koordination, bauen Stress ab und steigern das allgemeine Wohlbefinden. Eine annehmende Atmosphäre ohne jegliches Fordern und eine positive Gruppenerfahrung stehen dabei im Vordergrund.

Dies ist nicht nur für die Gäste wohltuend, insbesondere auch pflegende Angehörige können von diesem Angebot profitieren. Ihnen fällt ein „Abschalten“ zumeist sehr schwer. Zeit für sich und die eigenen Bedürfnisse steht bei der Bewältigung der täglichen Her-



ausforderungen hinten an. An sechs Terminen ermöglicht das Projekt den Angehörigen ein wortwörtliches Durchatmen in Form kleiner „Auszeiten“. Außerdem werden Impulse zur Selbstfürsorge mitgegeben, die leicht in den eigenen Alltag integriert werden können.

Die Nachfrage ist groß und die Rückmeldungen sehr positiv. Gefördert wird das Projekt durch Kollektivismittel der EKIR für den Bereich Altenarbeit und Hospiz. Bis Frühjahr 2025 wird das Projekt fortgeführt und auch ein Fortbildungstag „Yoga für Senior:innen“ für Pflege- und Betreuungskräfte angeboten.

Wir hoffen auch nach Auslaufen der Fördermittel eine Möglichkeit zu finden, damit unsere Tagespflege-Gäste und pflegende Angehörige auch weiterhin die wohltuende Wirkung von Yoga erfahren können.

Nora Hahn

Fachbereich Alter | Pflege | Demenz



Weltgebetstag 2025 von den Cookinseln: „wunderbar geschaffen!“



© 2023 World Day of Prayer
International Committee, Inc.

Frauen von den Cookinseln haben für den Weltgebetstags-Gottesdienst am 7. März 2025 die Liturgie verfasst. Im Mittelpunkt steht Psalm 139,1-18 und die Erkenntnis „Ich bin wunderbar gemacht“, woraus sich das Motto „wunderbar geschaffen!“ ableitet. Wir sind eingeladen zu erkennen, dass jede/r von uns mit Sorgfalt und Liebe von Gott geschaffen wurde. Wenn wir diese tiefe Wahrheit annehmen können, verändert sich alles in unserem Leben, und wir beginnen, von innen heraus zu strahlen.

In der Liturgie erzählen drei Frauen aus ihrem Leben. Sie alle beziehen die notwendige Stärke für ihr Leben aus dem Gebet, dem Glauben und der Zusage Gottes, immer bei ihnen zu sein.

In unseren Veranstaltungen werden wir die Schönheit und Bedeutung dieses Südsee-Paradieses kennenlernen, uns mit dessen Geschichte, Kultur und Religion sowie mit Klima- und Umwelt-Problematiken beschäftigen, ebenso mit der Situation der Frauen im Spiegel aktueller Herausforderungen in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Gemeinsam werden die biblischen Texte der Weltgebetstags-Ordnung erschlossen und Gestaltungsvorschläge für den Gottesdienst erarbeitet.

Termine der ökumenischen WGT-Studenttage

09.01.2025, 10–16 Uhr, Bonn	21.01.2025, 13–17 Uhr, Kirn
13.01.2025, 10–17 Uhr, Hückelhoven	22.01.2025, 14–17 Uhr, Kleinich
15.01.2025, 9:30–17 Uhr, Koblenz	25.01.2025, 10–14 Uhr, Bergneustadt
15.01.2025, 14:30–18 Uhr, Solingen	27.01.2025, 10–15 Uhr, Saarbrücken
16.01.2025, 10–14 Uhr, Wuppertal	27.01.2025, 14–18 Uhr, Bad Kreuznach
16.01.2025, 14–17 Uhr, Velbert	28.01.2025, 10–14 Uhr, Idar-Oberstein
18.01.2025, 10–16 Uhr, Lennep	28.01.2025, 10–14 Uhr, Spiesen-Elversberg
18.01.2025, 14:30–17:30 Uhr, Ratingen	29.01.2025, 14–17:30 Uhr, Daaden
21.01.2025, 10–15 Uhr, Hüttenberg	12.02.2025, 19–21 Uhr, Euskirchen

<https://www.frauenhilfe-rheinland.de/landesverband/veranstaltungen/weltgebetstag>

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen

Belästigungen, körperliche Bedrängnis von und Gewalt gegen Frauen gehören leider unverändert zur Lebenswirklichkeit. Beherrztes Auftreten und gezielte Gegenwehr können solche Situationen entschärfen oder aber Zeit und Raum schaffen, um sich vom „Tatort“ zu entfernen. Der Kurs befasst sich mit vorbeugenden Maßnahmen und vermittelt Einblicke in sehr effektive, praxiserprobte Techniken, die kein langjähriges Üben voraussetzen.

Termin: 25.01.2025, 14:00–18:30 Uhr

Ort: Ellesdorfer Str. 52, 53179 Bonn

Leitung: Jörg Triemer

Kosten: 45 €

Anmeldeschluss: 18.01.2025

Das Leben ist bunt! Besuchsdienst-Tagung

Jeder Besuch kann wieder Farbe ins Grau des Alltags bringen. Wo wir mit Menschen in Kontakt treten und ihnen zuhören, können neue Perspektiven entstehen, Freude und Hoffnung wachsen - ganz im Sinne des Evangeliums: „Ich war allein – und ihr habt mich besucht!“ - Den Impulsvortrag „Besuche im Zeichen des Regenbogens“ hält Pfarrer Dr. Georg Schwikart, am Nachmittag sind vier Workshops geplant.

Samstag, 01.02.2025, 10:30–17 Uhr

im Haus der Frauenhilfe,
Ellesdorfer Str. 52, 53179 Bonn,

Kosten: 25 €, Anmeldung bis 27.01.25:
greta.reichart@ekir.de

Selbstmitgefühl - ein achtsamer, liebevoller Umgang mit sich selbst

Sind Sie oft hart zu sich selbst, wünschen Sie sich aber mehr Sanftmut? Oder haben Sie es gerade schwer und möchten wissen, wie Sie sich liebevoll unterstützen können? Oder geben Sie anderen viel und bleiben selbst dabei teils auf der Strecke? Wenn Sie einer der Fragen mit „ja“ beantworten können, dann könnte Selbstmitgefühl ein wertvolles Werkzeug für Sie sein.

Auch im Frühjahr 2025 wird Caroline De Jong wieder fünf Abende ONLINE anbieten. Die Termine stehen in Kürze auf unserer Homepage.

Weitere Informationen: weiher@ebz-rheinland.de

Anmeldungen und Informationen

Es gelten die AGB vom 06.02.2023, siehe: www.ebz-rheinland.de.

Bitte melden Sie sich fristgerecht schriftlich verbindlich an:

Online: www.ebz-rheinland.de

Post: Evangelisches Bildungszentrum im Rheinland e.V., Ellesdorfer Straße 50, 53179 Bonn

Mail: anmeldung@ebz-rheinland.de

Wenn Sie sich für unseren Newsletter interessieren, schreiben Sie an: anmeldung@ebz-rheinland.de

Fragen richten Sie gerne auch telefonisch an uns unter: 0228 9541-123



Giterrätsel

Wir haben 13 Begriffe in diesem Buchstaben-Wirrwarr versteckt. Die Wörter können in jede Richtung laufen. Wenn Sie die Buchstaben der 13 Wörter austreichen, dann bleiben 18 Buchstaben übrig, die - zeilenweise gelesen - das Lösungswort ergeben.

Begriffe in alphabetischer Reihenfolge:

BIBEL | CHRISTIN | EHRENAMT | FRAUEN | GLAUBE | HILFE |

KIRCHE | LIED | MUTIG | SEGEN | TREFFEN | VERBAND | WIR

S	E	G	E	N	E	V	F	A	T
N	V	G	E	I	B	L	R	M	R
G	E	B	E	T	I	I	A	U	E
L	R	S	F	S	B	N	U	T	F
A	B	C	L	I	E	D	E	I	F
U	A	W	I	R	L	H	N	G	E
B	N	E	H	H	F	R	A	U	N
E	D	E	H	C	R	I	K	E	N

Lösungswort: -----

(Renate Schulz)

Senden Sie Ihr Lösungswort bis zum **15. Februar 2025** an:

Evangelische Frauen im Rheinland e.V., Ellesdorfer Straße 50, 53179 Bonn

oder an: kucharski@frauen-rheinland.de

Anzeige

MIT LUTHER ZU NEUEN UFRN

DIE EIGENTLICHE REFORMATION BEGINNT ERST!

Der ev. Theologe Christoph Michl ist überzeugt, dass die Reformation erst heute beginnt. Bei Luther blieb man bibl. Vorstellungen verhaftet. Heute kann man diese jedoch kritisch hinterfragen. Dabei stellt man viel Fantasie fest! Ursprünglich verehrte man die Erde als Mutter allen Lebens. Das sollte man auch heute wieder tun und sein religiöses Empfinden an dieser orientieren. 460 Seiten, 19,80€

www.mensch-umwelt-erde.de, Tel. 04163-2539

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir das Buch von Hartmut Rosa, Demokratie braucht Religion.

Auflösung des Rätsels aus Mitteilungen 1/2024: TOLERANZ

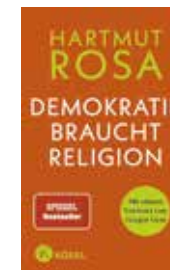
Gewinnerin: Christine Müller, Sulzbach-Neuweiler

Literaturtipps



Sabrina Wilkenschof
Wie man den Staub von der Hoffnung putzt: Alte Feiertage im neuen Glanz
Vier-Türme-Verlag
Preis: 20,00 €

Ostern schmeckt nach Pommes rot-weiß. Advent, Weihnachten, Fastenzeit, Ostern – in allen christlichen Festen sind unsere menschlichen Erfahrungen in biblischen Geschichten und Glaubensbildern verdichtet. Sabrina Wilkenschof vermittelt: Die christlichen Feste und Feiertage spiegeln unser Leben wider. Und werfen manchmal ein neues Licht darauf – wenn wir es wollen.



Hartmut Rosa
Demokratie braucht Religion
Kösel-Verlag
Preis: 12,00 €

Welche Position nimmt Religion im Gefüge unserer modernen Gesellschaft ein? Ist sie nur ein Anachronismus, der den Wachstumskurs im globalen Wettkampf stört? Der Soziologe Hartmut Rosa fragt: Was verliert die Gesellschaft, wenn die Religion darin keine Rolle mehr spielt? Worin liegt ihr Potenzial für unsere Zukunft als Demokratie? Ist es wirklich so klug, auf den reichen Schatz des Religiösen zu verzichten?

Nicht nur günstig und flexibel – laut Handelsblatt sogar *sehr gut*.

Handelsblatt
BESTES
Sanierungs- und Modernisierungsdarlehen
2024
KD-Bank
Modernisierungskredit

Im Vergleich: 17 bundesweite/regionale Anbieter
 05.02.2024

FMH

Modernisieren Sie jetzt mit unserem **Testsieger!**

Erfahren Sie mehr über unseren ausgezeichneten Modernisierungskredit:
www.KD-Bank.de/Modernisierungskredit



Wir gratulieren ...

zum 30-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Friedenskirche Hardt
(Kreisverband Dinslaken)

zum 60-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Bad Kreuznach
(Kreisverband Kreuznach)
Frauenhilfe Bonn-Duisdorf
(KV Bonn - Rhein/Sieg - Voreifel)

zum 85-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Ahrweiler
(Kreisverband Koblenz)
Frauenhilfe Schmidthachenbach
(Kreisverband Baumholder)
Frauenhilfe Wassenberg
(Kreisverband Jülich)

zum 90-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Ellern
(Kreisverband Hunsrück)
Frauenhilfe Merkstein
(Kreisverband Aachen)
Frauenhilfe Mörschbach
(Kreisverband Hunsrück)
Frauenhilfe Steindorf
(Kreisverband Wetzlar-Braunfels)

zum 95-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Baumholder-Altstadt
(Kreisverband Baumholder)
Frauenhilfe Fohren-Linden
(Kreisverband Baumholder)
Frauenhilfe Laufdorf
(Kreisverband Wetzlar-Braunfels)
Frauenhilfe Weierbach
(Kreisverband Baumholder)

zum 110-jährigen Jubiläum

FH Götterswickerhamm/Mehrum
(Kreisverband Dinslaken)
Frauenhilfe Hilgen-Neuenhaus
(Kreisverband Lennep)
Frauenhilfe Moers Stadt I
(Kreisverband Moers)
Frauenhilfe Urbach
(Kreisverband Wied)

zum 120-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Cochem
(Kreisverband Koblenz)
Frauenhilfe Dierdorf
(Kreisverband Wied)
Frauenhilfe Elversberg-Spiesen-Heinitz
(Kreisverband Ottweiler)
Frauenhilfe Puderbach
(Kreisverband Wied)
Frauenhilfe Raubach
(Kreisverband Wied)
Frauenhilfe Uerdingen
(Kreisverband Krefeld)

zum 130-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Ottweiler
(Kreisverband Ottweiler)

zum 160-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Bad Honnef
(KV Bonn - Rhein/Sieg - Voreifel)

zum 170-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Sulzbach
(Kreisverband Ottweiler)

zum 190-jährigen Jubiläum

Frauenhilfe Koblenz-Mitte
(Kreisverband Koblenz)