

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort – Markus Jung, Stuttgart 2

### **Das Jahresthema und seine Unterthemen**

**Lass mich** – Markus Jung, Stuttgart 2

... **der Held sein!** – Jule Arndt, Dusslingen, Sigi Heißwolf,  
Reutlingen 18  
workshops 23

... **frei!** – Volker Schmidt, Göppingen 31  
workshops 39

... **In Ruhe!** – Karin und Matthias Bäuerle, Kuchen 46  
workshops 62

... **nicht allein!** – Sebastian D. Hecke, Schwäbisch Hall 68  
workshops 77

... **unsterblich sein!** – Alex v. Wascinski, Gomaringen 84  
workshops 97

... **leben!** – Alexa Benz, Karlsruhe, Bernd Heißwolf, Reutlingen 103  
workshops 113

### **Checklisten für JAT-Einsätze**

Checkliste für Gemeinde – Markus Jung, Stuttgart 119

Checkliste für Einsatzteams – Markus Jung, Stuttgart 131

Herausgeberin:  
Evangelisch-methodistische Kirche  
Kinder- und Jugendwerk Süd  
Giebelstr. 16  
70499 Stuttgart

Verantwortlich für den Inhalt:  
Pastor Markus Jung  
Tel. 0711-860068-6  
Fax: 0711-860068-8  
Email: [mjung@emk-jugend.de](mailto:mjung@emk-jugend.de)

## Vorwort

Nun ist es also wieder soweit! Ein neues Jahr hat begonnen. Und unweigerlich zieht dies die neue JAT-Arbeitshilfe nach sich. Ja, ja, so fange ich meist ein Vorwort an. Das ist eben auch so ein kleines Ritual, damit ihr euch gleich wieder einfinden könnt in das, was nun vor euch schriftlich liegt.

Lasst mich einfach einmal erzählen, was in diesem Jahr so alles auf euch wartet. Da ist zum einen unser neues JAT-Plakat, an das wir uns alle erst einmal gewöhnen müssen. Es ist da wie bei allem Gewohnten. Stets freut man sich auf das Neue und ist es dann da, dann fällt einem der Abschied und das Einlassen aufs Neue schwer. Aber hat man den Mut gefunden, entdeckt man Bezauberndes und Schönes. So auch bei unsrem neuen Plakat.



Wenn wir schon dabei sind, über Neues zu quatschen, dann müsst ihr euch unbedingt einmal die Planungen für den Herbst antun. Drei Einsätze parallel, das gab es sei Urzeiten nicht mehr. Und während ich diese Zeilen schreib, melden sich immer mehr schon für die Herbstesinsätze an, weil Ostern und Pfingsten schon ausgebucht sind. Danke euch allen für diese Treue, mit der ihr unsere Arbeit begleitet und bereichert.

Zum Glück gibt es aber vieles Altbewährte. Dazu gehört nach der Premiere über den ersten Advent nun auch das JAT-Meeting. Mir persönlich hat es gut gefallen, über 100 Jugendliche gemeinsam an einem Wochenende zu erleben und an ihren Gesprächen teilzuhaben. Danke für all das, was ich auch an diesem Wochenende von euch gelernt habe.

Altbewährt sind natürlich viele unserer Einsatzteams. Natürlich und zum Glück kommen zu diesen „Bewährten“ immer wieder neue Workshop-Leitungen und auch Verantwortliche in den Bereichen Verkündigung, Moderation und Organisation. Diese Mischung von Neuen und Alten macht es immer wieder erfrischend, solche Abende zu besuchen, wenn man schon nicht ganz dabei sein kann.

Und auch wenn die Einsatzteams an jedem Ort mit irgendwelchen neuen Ideen daherkommen werden, gibt es doch die Gewissheit, viel Bekanntem und vielen Bekannten zu begegnen.

In jedem Jahr ist für mich diese eine JAT-Woche mit euch zu (er)leben wertvoll. Immer wieder entdecke ich neue Möglichkeiten und Ausdrucksweisen des Glaubens unter euch. Immer wieder erfahre ich die Nähe Gottes mit und durch euch. Immer wieder lerne ich manche von euch ganz neu kennen. Und bin froh, dass so mancher Freund bzw. Freundin, Wegbegleiter/-in mir werden kann. Aus diesem Grund freue ich mich persönlich schon jetzt, auf die vielen Begegnungen und Gespräche mit euch. In Augsburg, Holzgerlingen und beim JAT-Meeting werde ich ganz dabei sein. Die anderen Einsätze hoffe ich, besuchen zu können.

Viele haben wieder an dieser Arbeitshilfe mitgearbeitet. Das sie solch eine Qualität hat, liegt an euch. Deshalb stehen auch hier eure Namen:

Jule Arndt, Karin und Matthias Bäuerle, Alexa Benz, Ingo Blickle, Michael Böhringer, Bianca Gross, Sebastian Hecke, Tobias Hecke, Andreas Heeß, Sigggi und Bernd Heißwolf, Judith Hermann, Susanne Holder, Kerstin Holzwarth, Annegret Jeser, Dorothea Jung, Ines Koburger, Dorothea Körner, Johannes Layher, Silvio Matthes, Marieke Reinert, Frank Schaub, Volker Schmidt, Michael Schneider, Thomas Schneider, Patrick Stricker, Reinhard Stöhrer, Alex v. Wascinski, Urs Weigel, Lena Werner, Malte Wolman, Catharina Zewe, Daniel Zimmermann.



**JAT 2002:**

30.03.-06.04. Abstatt-Happenbach und Augsburg,  
18.05.-26.05. Marbach,  
25.05.-01.06. Holzgerlingen,  
07.-08.06. JAT-Planungstage Stuttgart,  
26.10.-03.11. Mühlacker, Pliezhausen, Tuttlingen,  
29.11-01.12. JAT Meeting Stuttgart

Markus Jung, Stuttgart

# Gottesdienst zu Lass mich!

## Raumgestaltung:

- Stuhlkreis mit einer offenen Stelle
- In der Mitte:
  - o Großes Stofftuch
  - o Schale mit Wasser und Kerzen
  - o Karaffe mit Wein oder Saft
  - o Fladenbrote
  - o Gegenstände des Alltags: Lippenstift, Kondom, Kamm, Shampoo, Seife, Handtuch, Schuh, CD, Videokassette, Musikinstrument, Ball, Nahrungsmittel, Spiegel, Zeitschriften, Bücher, Uhr, Computer
  - o Blumenstrauß
  - o Postkarten
  - o Bibel
  - o Kerzen
- 4 Positionspunkte im Raum
  - o a) grünes Tuch (für Hoffnung) und Fernglas (für Zukunft)
  - o b) rotes Tuch (für Liebe) und Bilder (für das geliebte Gegenüber in allen Zeiten)
  - o c) lila Tuch (für Leidenschaft, Passion) und Spiegel (für Gegenwart und ich)
  - o d) weißes Tuch (für Auferstehung, neues Leben, Unschuld) und Kreuz (für Glauben, Liebe, Hoffnung und unsere Beziehung zu Gott)

## Lieder:

- Let it be
- Komm in unsere Mitte, o Herr
- My Lord, what a morning

- Ich sing mein Lied, wenn der Herr mir sagt: sing
- Ich werfe meine Fragen hinüber

### **Texte:**

- Es ist nicht gesagt, dass es besser wird, wenn es anders wird. Wenn es aber besser werden soll, muss es zunächst erst mal anders werden. (G. Chr. Lichtenberg)
- Zuhause ist der Ort, an dem man dich einlässt, wenn du an die Tür klopfst. (Robert Frost)
- Nicht nichts ohne dich, aber nicht dasselbe. Nicht nichts ohne dich, aber vielleicht weniger. Nicht nichts, aber weniger und weniger. Vielleicht nicht nichts ohne dich, aber nicht mehr viel. (Erich Fried)

### **Musik:**

- Instrumentalmusik (nach Geschmack)
- Für die Stationen:
  - o Reamon, Picture of heaven (aus: Dream No. 7)
  - o Jule Neigel, Ich bin da (aus: Alles!)
  - o Tori Amos, Girl (aus: Little Earthquakes)
  - o DC Talk, Godsend (aus: Supernatural)

### **Film:**

- Ausschnitte aus:
  - o Das Experiment
  - o The green mile
  - o Unbreakable
  - o Verrückt nach Mary

## Ablauf:

- **Instrumentalmusik im Hintergrund**
- **Einlass der Gruppe. Einladung, im Raum zu gehen und sich die verschiedenen Stationen und Gegenstände zu betrachten.**
- **Filmausschnitt „Das Experiment“**  
Szene: Hauptdarsteller Moritz Bleibtreu wird als Aufrührer gemäßregelt und in den „schwarzen Kasten“ gesteckt. Eine Psychofolter-Methode. Hermetisch abgeriegelt ohne Lichtzufuhr, Schalldicht und doch nicht Luftdicht. In die Isolation gedrängt, erinnert an das Eingesperrt-sein als Kind beginnt er über kontrollierte Beruhigung nachzudenken und beginnt den Ausbruch aus dem Kasten durchzuführen (Szene wird unterbrochen von Einblicke in die „Gefängniswelt“ und die weitergehende Eskalation des Experimentes)<sup>1</sup>.

Assoziationen zu: Lass mich leben, lass mich frei, lass mich helfen, lass mich schreien, lass mich weinen, lass mich sterben.

- **Einladung, sich in den vorbereiteten Stuhlkreis zu setzen**
- **Hinführung zum Gottesdienst:**

*„Lass mich“ so heißt das Jahresthema 2002. Es klingt nach Abwehr und Abgrenzung, nach Eigenständigkeit und Freisetzung, nach Selbstbewusstsein und Angst, nach Hingabe und Ablehnung.*

*Viele Assoziationen, die mir bei diesem Thema gekommen sind, sind in den Utensilien, die hier im Raum stehen und liegen, die ihr hört bzw. seht, vorhanden. Ich möchte euch ein-*

---

<sup>1</sup> Im Vorfeld sollte alle Filme vom Vorführenden ganz gesehen worden sein, um Einführung und Verstehenshilfen zu geben. Weiter ist auch zu bedenken, ob Szenen geschnitten und dadurch auch gekürzt dargeboten werden könnten. Natürlich können auch andere Filme verwendet werden. Dies sind nur Beispiele.

*laden, mit mir einen Weg zu gehen. Hin- und hergerissen zu werden zwischen meiner Selbstwahrnehmung und der Wahrnehmung meines Gegenübers. Bewegt zwischen dem Heute und dem noch so fernen Morgen. Berührt von Gott und durch das liebende Du.*

*Lass mich feiern, singen, beten, gehen, stehen, reden, nachdenken. Lass mich ich ganz in Dir sein, Gott. Danke, dass Du diesen Gottesdienst mit uns feierst. Im Namen Jesu. Amen.*

- **Lieder:**

- o My Lord, what a morning
- o Let it be

- **1. Station: lila**



*Ich lade euch ein, mit mir zur lila Station zu gehen.*

*Lila ist die liturgische Farbe für die Passions- und Adventszeit. Es geht in dieser Zeit besonders um die Leidenschaft Gottes mit seiner Schöpfung. Bereit aus Liebe sich ganz den Menschen zu geben, die nichts damit anfangen können - damals wie heute. Bereit leidenschaftlich zu lieben. Das Leiden, das die Liebe geradezu herausfordert, auf sich zu nehmen. Klein zu werden, zu verzichten, sich auf die Menschen einzulassen, um die Verlassenen zurück zu gewinnen.*

*Verlassen und vereinsamt von sich selbst und den Menschen ringsum sie. Orientiert auf Ansehen und Gewinn, auf Selbstständigkeit und Unabhängigkeit. So verlieren wir Menschen uns im Dickicht der Fallen und Regeln, die wir selbst aufgestellt haben. Losgesagt von dem, der Orientierung und Gemeinschaft anbietet. Von Gott.*

*Gott wird als Liebender Mensch.*

*Lass mich*

- **Lied: Tori Amos, Girl**

*Nun stehe ich hier vor dem Spiegel und sehe mich. Ich sehe auch Dich, aber eigentlich will ich nur mich sehen. Sehe mir in die Augen und frage mich, wer ich bin. Ich sehe mich, kann mein Äußeres beschreiben, meine Verkleidung, die auf meiner Haut liegt. Ich weiß, wie ich nackt aussehe. Kann mich auch ohne Kleidung beschreiben. Sehe die Makel an mir überdeutlich, deutlich wie kein anderer. Höre wie ich spreche und höre die Gedanken in mir. Worte und Träume, die ich so gerne leben würde. Aber ich kann es nicht, weil ich zu schwach bin. Kann es nicht, weil ich dafür anderes verlieren würde. Kann es nicht, weil ich gebunden bin. Ich höre aber auch Worte und Träume, die niemand außer mir hören darf. Weil sie mir Angst machen vor der Wut in mir. Weil sie mir Sorgen bereiten, ob ich wirklich so bin. Weil sie Dich bedrohen und vernichten könnten. Und ich sehe Bilder von mir. Bilder, wie ich gerne wäre, die so unerreichbar fern sind, dass ich sofort die Lust verliere, weil ich die Niederlage schon durchleide.*

*In meinen Ohren klingen die Worte meiner Eltern, Lehrerinnen und Freunde nach. Wie sie an mir Änderungen fordern. Wie sie mich gestalten wollen. Wie ich mich einbinde in die Vorstellungen anderer. Und je mehr ich ihrem Bild entspreche, desto fremder werde ich mir selbst. Je mehr sie sich über meine Veränderungen erfreuen, desto unzufriedener bin ich, wenn ich mir in die Augen sehe. Und wenn Menschen in der Gemeinde sagen, dass ich mich zum Positiven verändert habe, dann weiß ich nicht, ob das ein Fortschritt oder eine Bedrohung für mich ist. Denn ich will mich nicht anpassen. Auch nicht einpassen. Will nicht ein*



*funktionierendes Rädchen in Gesellschaft und Kirche werden. Will Ich werden, damit ich Dich und Deinen Wert erkenne und schätzen lerne. Will mich selbst lieben können, damit ich auch Du sagen kann. Will wissen, was ich will, damit ich nicht wie ein Fähnchen im Wind hin- und herschwanke.*

*Ich schau mir in die Augen, Kleines. Gott sagt: ich liebe Dich wie Du bist. Schön wäre es, Gott. Aber ich spüre davon so wenig. Wie kannst Du mich lieben, wenn ich mich selbst nicht einmal so wie ich bin lieben kann. Ich will glauben hilf meinem Unglauben.*

*Lass mich*

- **Zuhause ist der Ort, an dem man dich einlässt, wenn du an die Tür klopfst. (Robert Frost)**

- **Ausschnitt aus: The green mile**

Szene: Der Chef von Bau 5 (dem Todestrakt, gespielt von Tom Hanks) geht zur Zelle von John Coffy. Es ist der Tag vor seiner Hinrichtung. Er weiß, dass Coffy unschuldig ist und fragt, was er sich von ihm wünscht. Z.B. ob er dessen Flucht arrangieren soll. Coffy lehnt dies ab und in seiner Schilderung der Beweggründe, lieber nun zu sterben als das Leid, die Schmerzen und den Hass in der Welt länger am eigenen Leib ertragen zu müssen, machen so manches deutlich, wenn es in Jesaja über den Schmerzensmann heißt: er hat unsere Plagen getragen.

Assoziationen zu: Lass mich lieben, lass mich frei, lass mich nicht allein.

- **2. Station: grün**

*Ich lade euch ein, mit mir zur grünen Station zu gehen.*

- **Lied: Reamon, Picture of heaven**



*Grün ist die Farbe der Hoffnung. Grün ist die liturgische Farbe für die Trinitatiszeit. Es geht in dieser Zeit besonders um das Feiern der Dreieinigkeit. Für viele Menschen ist dies die unbedeutendste Zeit des Kirchenjahres, weil uns der Begriff der Dreieinigkeit Gottes so viel Mühe macht. Es ist wie ein Rätsel, das wir nicht ergründen können. Und je länger wir darüber nachdenken, umso lästiger wird unsere Begriffsstutzigkeit. So legen wir das Rätsel, das Geheimnis der Dreieinigkeit Gottes zur Seite – und verpassen so viel.*

*Die Vorstellung von der Trinität Gottes ist nicht eine Vorstellung Gottes als multiple oder gar schizophrene Persönlichkeit. Oder eine Vorstellung eines kleinen Götterolymps.*

*Trinität beschreibt (Aus)Wirkungen Gottes, Begegnungserfahrungen, menschliche Worte für die Erfahrung der „Persönlichkeit“ Gottes. Gott wird als Vater, Mutter, Hirte, Adler, „Heiligen“ usw. beschrieben. Menschen erfahren Gott als Gegenüber, der sich um sie kümmert, schützend Hände über sie hält und Begleiter/-in auf den menschlichen Wegen ist. Jesus bezeichnet sich selbst als „Menschensohn“. Rasch hat die Erfahrung und das Reflektieren des Glaubens die Begriffe Messias, Sohn Gottes für ihn übernommen und umgedeutet. Gott wird Mensch und ist doch mehr als nur Mensch. Aus diesem Grund reden wir vom Sohn als der „zweiten Person“ Gottes. Weitere Bilder sind Hirte, Lamm, König, usw.*

*Dass Gott im Menschen erlebt wird und Veränderungen bewirken kann, wurde schon früh im AT mit „Geist Gottes“ beschrieben. Unsichtbare, akustisch nicht wahrnehmbar und doch eindeutig Gott, wurde mit dem menschlichen Wesen verglichen, der dafür seinen Verstand, seinen Geist benutzt. Der Geist Gottes, die Taube, die Flamme, die Weisheit Gottes ist das belebende Element im Menschen, der nicht nur Veränderungen bewirkt, sondern Leben gibt und erhält.*

*Die Zeit steht in Gottes Händen. Alles kommt von Gott, wird von ihm belebt und lebt durch ihn – auch in Zukunft.*

*Lass mich*

- **Filmausschnitt: unbreakable**

Szene: Der Hauptdarsteller Bruce Willis hat die Karriere als Footballspieler aufgegeben, um die Liebe zu seiner Freundin zu retten. Doch dieser Verzicht belastet die Beziehung. Nun ist sie kurz davor auseinander zubrechen. Beide möchten den letzten Schritt aber noch nicht tun, obwohl sie nun schon seit längerem getrennte Schlafzimmer haben. Sie versuchen nochmals miteinander zu beginnen und verabreden sich wie beim ersten Mal. Es ist nicht der große Durchbruch, aber ein kleiner Anfang, der letztlich erst zum Erfolg führt, als er seine besonderen Fähigkeiten entdeckt und in die Gesellschaft einbringt. In diesem Moment endet seine tiefe Traurigkeit und die Liebe kann neu entstehen, dargestellt durch das Holen der Frau in das gemeinsame Schlafzimmer.

Assoziationen zu: Lass mich leben, lass mich nicht allein, lass mich der Held sein, lass mich frei

*Ich stehe hier und sehe durch das Fernglas. Was kommt auf mich zu? Ich sehe Gesichter, die mit mir zur Zeit unterwegs sind. Vielleicht nur einen kurzen Augenblick in meinem Leben Bedeutung erlangen und dann verblassen wie Erinnerungen an schöne Momente ihre Intensität verlieren. Ich sehe Gesichter, die mich hoffentlich noch lange begleiten, weil sie mir mit ihrer Anwesenheit gut tun. Weil sie mich auffordern, weiter zu gehen. Weil sie für mich stellvertretend glauben können, wenn mein Glaube schwach wird bis ich wieder Mut zum Glauben gefunden habe, Gott mich neu berührt hat.*

*Ich sehe hinaus aus dem Fenster meiner Seele. Sehe unterschiedliche Wege für mein Leben. Wege, die mir Angst machen, weil ich nicht weiß, ob ich sie bewältigen kann, oder ob ich auf ihnen zum Scheitern verurteilt werde. Wege, die mich einladen, die mir verlockend erscheinen, gegen die ich mich inner-*



*lich wehre, weil sie mich einschläfern werden, weil sie mir das Leben nehmen, dieses pulsierende, revolutionäre und kreative Leben. Ich sehe Wege, die mir vertraut vorkommen, weil sie den Wegen ähneln, auf denen ich bislang gegangen bin. Und ich sehe Wege, die ich nur ahnen kann.*

*Ich stehe hier und überlege, was für mich der nächste Schritt sein kann. Möchte Jesu Wort von den Sorgen für mein Leben Geltung verschaffen. Weiß mich als Mensch aber auch von meinen Sorgen und meinem Verlangen nach Sicherheit geleitet. Stehe hier, gehe den nächsten Schritt auf meinem Weg weiter. Mein Weg, er wird es beim Gehen. Ich weiß nicht, ob der Weg das Ziel ist, weiß aber, dass das Ziel aller meiner Wege Christus ist. Und wenn das so ist, dann ist auch der Weg, auf dem ich gehe, Christus selbst, der mich begleiten wird, egal, welchen Weg ich für mein Leben nun wählen werde.*

*Zukunft ist ein Begriff voller Ängste und Hoffnung. Angst, dass es anders wird und damit schlechter. Hoffnung, dass es anders wird und damit besser.*

*Lass mich*

- **Es ist nicht gesagt, dass es besser wird, wenn es anders wird. Wenn es aber besser werden soll, muss es zunächst erst mal anders werden. (G. Chr. Lichtenberg)**
- **Lied: Ich sing mein Lied, wenn der Herr mir sagt: sing!**
- **3. Station: rot**

*Ich lade euch ein, mit mir zur roten Station zu gehen.*

- **Filmausschnitt: Verrückt nach Mary**  
Schlusszene: Ben Stiller präsentiert Mary ihren Ex-Liebhaber, den sie wegen falscher Aussagen anderer verlassen hatte, mit der Begründung: ich will, dass Du glücklich wirst. Danach verlässt er das Zimmer und seine Traurigkeit macht die Grundla-

ge dieses Entschlusses deutlich: die Liebe verzichtet um der Liebe willen. Natürlich gibt es dann doch noch das Happyend.

Assoziationen zu: lass mich frei, lass mich leben, lass mich nicht allein, lass mich lieben

*Rot ist die Farbe der Liebe. Rot ist die liturgische Farbe für Pfingsten und den Reformationstag. Es sind beides Tage, die für die Kirche Besonderheit erlangen. Pfingsten als Geburtstag der Kirche. Gott, der Menschen nahe kommt, sie begeistert, beflügelt, ihnen Mut macht von der Liebe Gottes in Christus zu erzählen. Und der Reformationstag als Reform und Neuanfang von Kirche mit dem Hauptsatz, dass Gott uns durch seine Liebe gerecht macht ohne jeglichen menschlichen Verdienst.*

*Die Kirche ist ja nicht nur Institution, sondern die Ansammlung derer, die an Gott in Jesus Christus glauben. Somit ist Pfingsten und Reformation die Erinnerung an die Zuwendung Gottes. Erinnerung an die Stiftung der Gemeinschaft der Glaubenden. Ermahnung an Einheit und Liebe untereinander. Ermahnung zur Offenheit gegenüber Gott und den Begleiter/-innen im Glauben.*



*Die Liebe Gottes in Bezug auf Pfingsten und Reformation steht in ganz naher Beziehung zur Gestaltung, Veränderung und Neuwerdung von Kirche durch Menschen, die im und durch den Geist Gottes bewegt neue Wege gehen.*

*Rot ist somit die Farbe für Neuanfang, Veränderung, Gemeinschaft und Liebe.*

*Lass mich*

- **Lied: Ich werfe meine Fragen hinüber**

*Ich schlieÙe meine Augen und sehe Dich. Wie du mich anlächelst. Wie Du mit mir redest. Wie Du mich streichelst und mich küsst. Selbst wenn ich es mir nur vorstelle, spüre ich doch Deine Nähe und die Wärme Deiner Haut.*

*Niemand kennt mich so wie Du mich. Und doch kennst Du nicht alles von mir. Du hörst nicht meine Gedanken und siehst nicht meine Phantasien. Ich bin froh darüber, dass es da so manche Ecken in mir gibt, die Du*



*noch nicht entdeckt hast und die ich noch länger verbergen werde. Noch bin ich nicht bereit, Dir alle meine dunklen Winkel zu zeigen.*

*Gleichzeitig macht mich diese Tatsache neugierig. Ich vermute es nicht, ich weiß es. Auch Du hast solche Winkel in Dir. Hast Gedanken, die ich nicht hören soll und Phantasien, vor denen Du Angst hast, dass ich sie in Deinem Gesicht sehe.*

*So bin ich in meiner Liebe zu Dir hin- und hergerissen. Ich möchte Dir vertrauen, Dir alles anvertrauen, aber ich möchte Dich nicht verletzen und auch nicht verlieren. Menschen, die mir von der absoluten Offenheit dem Partner, der Partnerin erzählen, stehe ich skeptisch gegenüber. Gibt es denn da keine Sphäre mehr, die ich nur für mich habe? Keinen Gedanken, den ich nur für mich denken darf? Kein Gefühl, welches ich nur für mich fühlen, ohne Dich daran teilhaben zu lassen? Keine Phantasie, in die Du nicht auch eindringen musst?*

*Es ist gut, dass Du nicht alles kennst, was in mir ist. Es ist gut, dass Du nicht ununterbrochen in mich dringst. Es ist gut, dass Du mir die Freiheit gibst, von mir zu erzählen oder mich bedeckt zu halten. Es ist gut, die Langsamkeit der Entdeckung. Auch ich wäre überfordert, alles von mir zu geben und alles*

*von Dir zu erfahren. Ich könnte es nicht verarbeiten. Ich könnte nicht damit umgehen. Ich würde daran kaputt gehen. Und damit auch unsere so einzigartige Beziehung.*

*Gott, auch wenn Du mich bis in den letzten Winkel meiner Seele kennst, nimmst Du doch keinen Schaden daran. Auch nicht unsere Beziehung. Das unterscheidet Dich von uns Menschen. Auch wenn es mir manches Mal Mühe und Sorgen bereitet, dass Du mich höchstwahrscheinlich besser kennst als ich mich, bin ich doch sicher, dass Du mich dann auch besser verstehst als ich mich selbst. Danke auch für die Fürsorge, dass Du Dich mir nicht ganz zumutest. Ich bin schon überwältigt von der Nähe, die Du mir gibst und von der Liebe, die ich spüren darf.*

*Lass mich*

- **Nicht nichts ohne dich, aber nicht dasselbe. Nicht nichts ohne dich, aber vielleicht weniger. Nicht nichts, aber weniger und weniger. Vielleicht nicht nichts ohne dich, aber nicht mehr viel. (Erich Fried)**
- **Lied: Ich bin da (Jule Neigel, Alles!)**

- **4. Station: weiß**

*Ich lade euch ein, mit mir zur weißen Station zu gehen.*

- **Lied: Komm in unsere Mitte, o Herr**

*Weiß ist die Farbe der Unschuld, der Reinheit. Weiß ist die liturgische Farbe für Weihnachten, Epiphany, Ostern, Himmelfahrt, Pfingsten und Trinitatis. Alles Tage der besonderen Zuwendung Gottes zu den Menschen. Sozusagen Festtage der Liebe Gottes.*

*Von der Liebe Gottes zu reden, von ihr zu schreiben, das hat mittlerweile den Anstrich des Alltäglichen. Manches Mal bekommt man den Eindruck, es ist wie bei der 25. Wiederho-*



*lung eines alten Spielfilmes. Den Film sehen sich eben immer die selben an. Und mit jedem Jahr werden es weniger, weil der Tod sich nicht vor dem Alter verbeugt und weiterzieht, sondern sein Opfer will.*

*Von der Liebe Gottes zu reden, von ihr zu schreiben, das hat manches Mal auch den Anstrich des Lächerlichen, des Unglaublichen angesichts von Terror und Krieg, von Hunger und Krankheiten, von menschlicher Selbsterstörung und Überheblichkeit. Und mit jedem neuen Ereignis nehmen die Fragen zu und die Antworten ab. Denn in menschlichen Vorstellungen ist die Liebe Gottes weniger gefragt als seine Allmacht. In menschlichen Vorstellungen gehört zur Liebe der Wunsch des Schutzes, der Bewahrung, der Obhut, der Versorgung, der Gerechtigkeit. Und zur menschlichen Vorstellung von Liebe gehört die eindeutige Unterscheidung von Geliebten auf der einen Seite und Geduldeten, Geächteten, Gehassten oder Unbeachteten auf der anderen Seite.*

*Trotzdem sind wir weiterhin aufgefordert, von der Liebe Gottes zu reden. Sie ist aber anders als wir uns Gottes Liebe vorstellen. Gottes Liebe verzichtet auf allmächtige Posen und Darstellungen von gewaltiger Taten. Gottes Liebe wirbt zart und zerbrechlich. Wirbt um Vertrauen und Verständnis. Erleidet Misstrauen, Unverständnis, Ablehnung, ohne aufzugeben, ohne den Menschen seinem Schicksal zu überlassen, welches in Gottes Hand bleibt. Denn die Vorstellung eines Schicksals außerhalb und fern Gottes wäre gleichzeitig eine Verneinung Gottes. Gottes Liebe wirbt um jede Berührung, um jede Nähe, ohne dass sie aufdringlich wird. Gottes Liebe kann sich auch auf Wunsch zurückziehen, dem Menschen Distanz lassen. Gottes Liebe wirbt um jeden Kuss, jede Vereinigung mit den geliebten Menschen. Und weiter in menschlichen Bildern gesprochen, leidet Gott unter jeden Verlust von Nähe, Vertrauen und Liebe. Gottes Liebe erweist sich eben darin als göttlich, dass er auf Gewalt, übernatürliche Beeinflussung oder Veränderung ohne Übereinstimmung des Menschen agiert. Gott bindet sich in Christus an das Werben, an das Kleinwerden, an das (Mit)Leiden, an das sich selbst Ausliefern. Und gerade in dieser Schwachheit ist Gott überzeugend, stark, begei-*

*sternd und verändert Menschen, indem er sie von den menschlichen Allmachtsträumen befreit und ihnen den Weg des Kleinen eröffnet.*

*Lass mich*

- **Lied: Godsend (aus: dc talk, supernatural)**

*Für mich ist Abendmahl feiern ein solch begeisternder Höhepunkt meines christlichen Glauben. Das wollen wir nun gemeinsam zum Abschluss dieses Gottesdienstes feiern.*

- **Einsetzungsworte**

- **Austeilung**

- **Postkarten**

*Gott hat euch durch dieses Stückchen Brot und den Schluck Saft daran erinnert, dass er in euer Leben umgibt und es bereichern will. Als Erinnerung an diesen Morgen, an die Liebe Gottes, darf sich jede/r eine Postkarte mitnehmen, die dem entspricht, was du heute morgen gefühlt und erlebt hast und mit dem du nach Hause gehen möchtest.*

- **Segen**

- **Musik als Nachspiel**

Markus Jung, Stuttgart

Lass mich  
JAT-Arbeitshilfe 2002



# Lass mich der Held sein!

## 1. Ich – ein Held?

Ich will ein Held sein, ein ganz besonderer Mensch. Ein Mensch, der beachtet und bewundert wird. Einer, den alle achten und lieben. Etwas besonderes. Einer, der immer im Mittelpunkt steht, nie abseits ist und nie allein ist, wenn er nicht will. Ich will eine wichtige Person sein. Jeder soll mich kennen, alle sollen mich mögen.

Doch, was ist eigentlich ein Held?

Die Dudendefinition von Held lautet:

**Held**, m (- en; -en) tapferer Kämpfer; guter Könnner (ein – im Rechnen sein) ; Hauptgestalt eines Schauspiels, Romans, einer Begebenheit (der – des Tages = die



wichtigste Person). Dazu kommen dann noch die unterschiedlichsten „Helden-Komposita“: Heldenbuch, Heldenalter, Heldenbrief, Heldengedenktag, Heldengedicht, Heldentod, Heldenlied, Heldentum, Heldenweib, Heldin, Heldenzug usw.

Tja, aber wie wird man/frau ein Held? Was macht mich zu einem Helden? Zu einer Person, die alle verehren? Die im Mittelpunkt steht? Zu einem Held des Tages wird man des öfteren – wenigstens einmal im Jahr - am eigenen Geburtstag, könnte man sich kurzfristig so fühlen. Aber sonst? Welche Heldentaten muss man tun, um einer zu werden? Ein Bungeesprung? Eine Reise in ein kaum besiedeltes Land? Eine Höhlenerforschung unter Lebensgefahr? Das alles würde einen schon ins Gerede bringen und man wäre möglicherweise länger als nur ein Tag Held. Was ist nach einer Woche? Nach einem Monat, wenn die Heldentat längst vergessen ist?

Ich will ein Held sein für immer.

Ich will die Hauptrolle spielen in meinem Leben, will anerkannt sein und das Gefühl haben, ich bin etwas wert. Doch wie schaffe ich das? Was macht mich zu einem Helden?

Wenn ich mir den „klassischen“ Held mal genauer anschau. Der Westernheld, der kurz mal vorbei kommt und durch sein heldenhafte Eingreifen eben zum Held wird. Von allen umjubelt und gefeiert. Und nach einer gewissen Zeit zieht er weiter, um seine Heldentaten an einem anderen Ort zur Geltung zu bringen. Möchte ich jemand sein, der/die keine richtige Heimat hat, immer „umherzieht“ und nur durch heldenhafte Taten Beachtung und Anerkennung findet. Jemand der/die dabei immer vom Jubel und der Begeisterung anderer abhängig ist? Gibt es eine Möglichkeit, die Hauptrolle in meinem Leben zu spielen, ohne mich dabei abhängig zu machen von der Meinung anderer, die bestimmen, was heldenhafte ist und was nicht?

## **2. Die Abhängigkeit des „normalen“ Helden**

Eigentlich ist es ja ganz einfach: Wenn ich mich der Norm anpasse und dabei noch ein bisschen besser bin als die anderen, ab und zu etwas tue, was nicht alle tun, dann bin ich wer. Wenn mich alle bewundern bin ich kein Niemand mehr, sondern eben ein Held.

Aber wer bestimmt denn die Norm? An wen muss man sich halten, wenn man ein besonders „normaler“ Mensch sein möchte?



Die Norm wird immer durch die anderen, durch die Allgemeinheit bestimmt. Die Gesellschaft, in der man lebt, gibt die Norm vor. Durch unsere Umwelt, durch alle Menschen um uns herum werden wir geprägt und in Normen gepresst. Die Eltern, Geschwister, unsere ganze Familie, Lehrer, Freunde, Bekannte alle leben sie uns die „Norm“ vor. Alle pressen uns in Formen und Normen. Alle, die Traditionen, die Geschichte, das Bildungssystem, die Politik, ... sie alle bestimmen uns und wollen in unserem Leben mitbestimmen.

Da ist nur die Frage, ob ich damit leben können muss. Wer sich nicht einbringt, fällt einfach raus und ist eben nicht mehr normal.

Müssen wir uns diesen uns aufgedrückten Normen wirklich hingeben? Entweder wir ziehen mit oder wir nehmen uns bewusst oder versehentlich raus.

Nicht normal sein kann einen zum Helden machen. Wer aus der Normalität ausbricht wird zu etwas besonderem, sondert sich ab und zieht bewundernde Blicke oder abwertende Blicke auf sich. Wer nicht mit dem Strom schwimmt, ist einfach ganz anders. Wer seinen Sommerurlaub ins Himalaya-Gebirge verlegt anstatt nach Mallorca zu fliegen, wer seine Weihnachtsgeschenke dem Kinderhilfswerk opfert, aus einer Familientradition ausbricht und endlich, nach Generationen einmal einen anderen Beruf wählt, der wird vermutlich bewundert – oder aber für verrückt erklärt.



Durch einen Ausbruch aus der Normalität kann man/frau zwar zum Held, aber auch zum Outsider und möglicherweise sogar sehr einsam werden. Es wird schwierig, Menschen zu finden, die in einer ähnlichen Situation leben oder ähnliche Ziele verfolgen.

So hat uns die Normalität meist voll im Griff. Wir passen uns an, um nicht aus dem gemeinsamen und damit verbindenden Raster zu fallen. Lieber aufs Held-sein verzichten, dem Herdentrieb folgen. Das führt zwar manchmal dazu, dass ich mich in meiner Art und Persönlichkeit ziemlich verbiegen muss, aber doch besser, als einsam sein?? So mache ich mich abhängig von der Norm und damit auch abhängig davon, wer definiert, was heldenhaft ist und was nicht. Gibt es denn einen Weg, mein Leben zu leben, ohne mich abhängig zu machen von meiner Umwelt, nur um beachtet zu werden, etwas wert zu sein? Was brauche ich denn, um in meinem Leben selbst die Hauptrolle zu spielen?

### **3. Die Grundlage für's eigene Held-sein**

Um der Held in unserem Leben werden zu können und mit unserem eigenen Leben zufrieden sein zu können, brauchen wir ein gesundes Selbstgefühl. Jesper Juul definiert in seinem Buch „Das kompetente Kind“ (ja, die Sozial-/Sonderpädagoginnen halt wieder...) den Begriff Selbstgefühl folgendermaßen:

„Selbstgefühl ist unser Wissen und Erleben davon, wer wir sind. Selbstgefühl handelt davon, wie gut wir uns selbst kennen und wie wir uns zu dem verhalten, was wir wissen. Bildlich gesprochen lässt sich Selbstgefühl als eine Art innerer Säule, als Zentrum oder Kern beschreiben. Wir kennen das gesunde, gut ausgeprägte Selbstgefühl als ein Gefühl des In-sich-ruhens, Sich-Wohlfühlens. Geringes Selbstgefühl wird als konstantes Gefühl von Unsicherheit, Selbstkritik und Schuld erlebt. ... Von innen heraus beschrieben spricht das gesunde Selbstgefühl: „Ich bin in Ordnung und wertvoll, ganz allein deshalb, weil ich bin!“ Selbstgefühl ist, ob ausgeprägt oder gering, eine existentielle Qualität. Es ist der Grundton in unserer psychischen Existenz, und es kann quantitativ und qualitativ das ganze Leben hindurch entwickelt werden.“ Soweit einmal das Zitat.

Wir müssen nicht normal sein, wenn uns das unglücklich macht, uns Kraft und Überwindung kostet. Wir sollten unser Leben so leben, dass **wir** glücklich und zufrieden damit sind.



Wenn wir unseren Wert erkennen und wissen, wir sind etwas wert, schon weil wir die sind, die wir sind, dann macht uns das frei. Ein gesundes Selbstwertgefühl kann uns aus der gesellschaftlichen Abhängigkeit, aus der Abhängigkeit von Norm und Normalität heraus führen.

#### **4. Die Basis des gesunden Selbstwertgefühls:**

Ich bin, weil ich bin.

Ich bin wer – und ich bin ein Held. Denn:

Ich bin gewollt. So wie ich bin. So wurde ich geschaffen – Gott wollte mich so und deshalb bin ich ich. Und nur weil Gott mich will, gibt es mich.

Das ist jetzt ganz schön kompliziert – und doch so einfach.

Gott sagt uns durch Jesaja, seinen Propheten zu: Fürchte dich nicht, ich habe dich bei deinem Namen gerufen; DU BIST MEIN. Wenn du durch Wasser gehst, will ich bei dir sein, dass dich die Ströme nicht ersäufen sollen und wenn du ins Feuer gehst, sollst du nicht brennen und die Flamme soll dich nicht versengen.

Gott will uns damit sagen, dass er, der uns geschaffen hat uns liebt. Er ruft uns bei unserem Namen und wir sind von ihm gewollt und geliebt. Wir gehören zu ihm und sind keine Zufallsprodukte, sondern seine Kinder. Ich bin weil Gott mich will – und dadurch werde ich zu einem Helden. ICH BIN WERT, weil Gott mich liebt. Das ist schon total klasse und eine echte Zusage. Ich muss mich nicht abstrampeln, um Heldentaten zu vollbringen, damit andere mich beachten und anerkennen. Gott will mich, so wie ich bin, mit meinen heldenhaften und den weniger heldenhaften Seiten. Ich muss mich nicht verbiegen, kann aus der Abhängigkeit von anderen heraustreten.

Nimm 2 haben ein Lied geschrieben, dessen Text gut zum Thema passt:

Du bist keine Laune der Natur,  
Von deinem Fuß bis zur Frisur  
bist du gewollt und erdacht,  
genau geplant,  
und dann gemacht,  
du bist geschaffen und nicht nur  
eine Laune der Natur.

Du bist kein Spiel  
vor irgendeinem Molekül,  
kein Resultat  
aus Kohlenwasserstoffspinat,  
Du bist Gottes Kreatur

und keine Laune der Natur.

Doch du isst immer noch Bananen  
und glaubst, King Kong  
sei dein Urgroßpapa  
kannst du es denn noch nicht erahnen,  
dass dein Ursprung ein ganz anderer war?

Und deine Welt  
ist nicht vom Urknall hingestellt,  
denn jeder Stein  
reihet sich in Gottes Ordnung ein,  
die Welt ist eine Schöpfung pur,  
keine Laune der Natur.

Und fragst du dich,  
Warum bemerke ich das nich´?  
Dann fang doch an  
und frag ihn selbst, wie es begann,  
denn du bist seine Spur,  
keine Laune der Natur.

Ich bin keine Laune der Natur. Ich bin, weil Gott mich will. Gott will, dass ich die Hauptrolle in meinem Leben spiele. Er baut durch sein Verrücktsein nach mir, seine unvoreingenommene Annahme und Liebe meiner Person, mein Selbstgefühl, meinen inneren Kern auf. Gott lässt mich der Held sein.

Jule Arndt, Dusslingen und Siggie Heißwolf, Reutlingen



## **5. Kreatives Sammelsurium**

### **5.1 Opener, Einladung, All inclusive etc.**

#### **Opener**

- Jemand mit einem Leiterwaagen hereinfahren

und als Held feiern. Leiterwaagen schmücken. Roter Teppich. Autogrammkarten. Fazit: Wir sind als von Gott geliebte Helden geboren!!

- Einlass nur mit Heldenerzählung
- Ausbildung zum Held
- Opener und All inclusive: Gladiatorenspiele
- Infowand wo gefragt wird: Wer sind eure Helden? Was sind für euch Helden?
- Normfreie Räume
- Gestalten laufen als Helden rum

### **Einladung**

- Anzeige in der Zeitung „Wollen sie einen Abend mit einem Helden verbringen?“
- Es muss Leuten geholfen werden, um das Zertifikat „Held des Tages“ zu bekommen
- Heldenturnier veranstalten, Gladiatoren, Takashi's castle

### **All inclusive**

- Helden werden gekürt. Retten Menschen aus verschiedenen Situationen (Überfall auf JAT, Rettung vor einem Komet mit Baseballschläger, usw.)
- Schrank: Als Normalo rein, als Held raus
- Held aus der Masse ziehen und nach eigenem Gutdünken gestalten
- Bei Familie Held: Frau Held trifft Herr Held am Abend und sie erzählen sich bei einem Bier vor dem laufenden Fernseher, was sie alles so getan haben
- Held im eigenen Leben: die Folgen, wenn du herausgewählt wirst (Big Brother)
- Talkshow mit Held/-innen (Superman, -girl, Batman, usw.)
- All inclusive wird zum Heldenworkshop, um Heldentaten zu verrichten
- 2 alternde Helden erzählen über die alltäglichen Sorgen der Helden (schon wieder Jungfrauen retten – Jungfrauenalarm; schon wieder die Welt retten – James Bond Anruf usw.)
- Auf der Suche nach dem Heiligen Kral (Bsp. Die Ritter der Kokosnuss)

- Auch Helden müssen in die Schule gehen. Unterschiedliche Einstellungen (Gummibären retten, Katze vom Baum retten, usw.)
- Held kann nur jemand sein, der von anderen zum Helden gekürt wird. Held kann nur jemand sein, der der Masse etwas zurück gibt



## 5.2 Video, Foto, Kreativ etc.

### **Video**

- Interview: (Was verstehen sie unter Held ...?)
  - Hinweis vor einem Videofilm gegen Fälschungen
- Drehen, jeder ist sein eigener Held
  - Kamera immer weiter gehen und seinen heutigen Held filmen. Auch was dazu sagen, warum das heute mein Held ist (bei den Leuten, die da sind)
  - Interview mit Helden aus der Vergangenheit. (Erfindern, Wissenschaftler, Sportler...)
  - Brave Heart, Ein ganz normaler Held; ...
  - Musik: Metallica „Hero of the day“
  - Lucky Luke
  - Helden in Strumpfhosen (Robin Hood)

### **Foto**

- Superman- & Superfrauplakat und in der Mitte ein „ganz normaler Held“ (Person)
- Zeitungsfotos von NY-Feuerwehrlenten



- Häuser auf eine Wand – Frage: Wohnt hier vielleicht dein Held?
- Fotokollage: aktuelle Helden mit Überschrift: Sind das wirklich wahre Helden?

### **Kreativ**

- Siegerehrung, -podest, Pokale
- Maske aufsetzen (sich ausprobieren – in Norm gequetscht)
- Leute mit Gesichtern von Persönlichkeiten herumlaufen lassen
- Schwert & Schild – jemand in einer Ritterrüstung herumlaufen lassen

## **5.3 Musik, Symbol und Sprache, Bar**

### **Musik (Lieder zum Thema)**

- Rolf Zukowski, „So wie du bist“
- Die Fantastischen Vier, „Zu geil für diese Welt“
- Rolf Zukowski, „Ich schaff’ das schon“
- Rolf Zukowski, „Wie schön, dass du geboren bist“
- Rolf Zukowski, „Hut ab“
- Enrique Iglesias, „Hero“
- PUR, „Supermann“
- Die Toten Hosen, „Helden und Diebe“
- Nimm Zwei, „Terminator“
- Nimm Zwei, „Keine Laune“
- Die Prinzen, „Mein bester Freund“
- Lisa Shaw, „Peace be still“
- Uncle Kracker, „Follow me“
- Tom Jones, „Sexbomb“
- Queen, „We are the champions“
- Bee Gees, „You win again“
- Sting, „An Englishman in NY“
- ABBA, „The winner takes it all“
- 3. Generation, „Leb““
- Christian (von Big Brother), „Es ist geil, ein Arschloch zu sein“
- Falco, „Egoist“

### **Musik (Ideen)**

- Vergiss es nie
- Zu Jesaja 43: Fear not
- Rap und Medley (Vollständigkeit halber)

- Jesus liebt dich original

### **Symbol und Sprache (Texte)**

- Leo Lionni, „Fisch ist Fisch“
- Mira Lobe, „Das kleine ich bin ich“ (Diaserie erhältlich bei Sigggi Heißwolf; Stofftier, Kassette und Buch erhältlich bei Alexa Benz)
- Leo Lionni, „Frederick: Ich sammle Farben für den Winter“



- Bilderbuch: Juli wird erster
- Bilderbuch: Die zweite Prinzessin
- Bilderbuch vom Raben, der immer stärker wird und daraufhin keine Freunde mehr hat. Schaut dann in eine Wasserpfütze, kämpft gegen sich selbst, bis er sich schließlich selbst besiegt hat.
- Pippi Langstrumpf
- Was ist Normal?

Ob man eine weiße oder eine schwarze Haut hat, das ist ganz egal.

Ob man eine gelbe oder eine rote Haut hat, das ist ganz egal.

Hauptsache man ist so wie man ist.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man 47 Chromosome hat oder 46 Chromosome hat, das ist ganz egal.

Hauptsache ist wir mögen uns und sind fröhlich weil wir auf uns stolz sind.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man ein Riese ist oder ob man klein gewachsen ist, das spielt keine Rolle.

Hauptsache ist wir haben Freunde, die uns in guten wie in schlechten Zeiten beistehen.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man schmutzige oder saubere Hände hat, das spielt keine Rolle.

Hauptsache ist wir haben ein reines Herz.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man viele Freunde hat oder nur einen, das ist ganz egal.

Hauptsache ist wir stehen zu unseren Freunden egal was kommt.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man verzweifelt ist und Hilfe braucht oder ob man mit jemanden reden möchte, das ist ganz egal.

Hauptsache ist man hat jemanden mit dem man reden kann.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man einen Rat braucht oder ob man zum zuhören braucht, das ist ganz egal.

Hauptsache ist wir sind immer für einander da.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man ein leeres Zimmer hat oder ein aufgeräumtes Zimmer hat, das ist ganz egal.

Hauptsache unser Zimmer wird immer unser Revier bleiben.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

Ob man schlecht oder gut aussieht, das ist ganz egal.

Hauptsache ist du bleibst immer die schönste.

Was ist Normal? Ich weiß es nicht.

### **(Ideen)**

- Stichwort: Anti-Helden
- Heldensagen aus diversen Mythologien
- Sprachgebrauch von „Held“ „Du bist ja ein Held!“
- Helden im Alltag (Gelbe Engel, Bischof Nikolaus, Mutter Theresa u.a.), die das Heldsein nicht plant. Podiumsdiskussion
- Sprechmotette und Podiumsdiskussion

### **Bar**

- Jeder Kunde ist an sich schon ein Held!!!
- Jeder Drink macht dich zu einem anderen Helden: „Ich möchte gern ... sein.“

## 5.4 Theater, Pantomime, Tanz

### **Theater**

- Ein normaler Mensch der plötzlich zu einem Held wird(z.B. 10 000 Fluggast oder Messebesucher / Lottogewinner / Jemand der in den Medien zum Kurzzeit Helden mutiert (Big Brother)
- Frauenhelden: Einer, der in kurzen Szenen versucht, den Frauen zu imponieren und dabei genau das Gegenteil erreicht
- Jemand, der sich in seiner Haut nicht als Held fühlt. Aber durch die Begegnung mit einem Anderen merkt, dass er selber durch Gottes Liebe ein „Held“ ist
- Jemand, der sich einen Fernsehstar zum Helden nimmt und versucht, genau so zu sein
- Eine Person, die aus der Familientradition ausbricht und auf ihrem Gebiet zum Held wird. Die Familie ist aber dann nach einer Weile doch stolz auf das, was die Person dann in ihrem Gebiet leistet
- Helden sind nicht fehlerlos
- Kinder, die erkennen, dass die Eltern auch nicht fehlerlos sind. Frei nach dem Motto; mein Papa ist der Größte
- Der Fall eines Helden. Wenn ein Held immer und überall den Helden spielen muss und in seinem normalen Leben gar nichts klappt. Oder der Held in seinem Leben dadurch aus der Bahn gerät



### **Pantomime**

- Einsamer Mensch, der versucht, gegen alle anderen, eine Heldentat zu vollbringen
- Eine Familie, in der sich ein Kind frei zu strampeln versucht
- Versuch einer Heldentat um jemand anderem zu imponieren
- Ein Held, der bejubelt wird und von allen anderen beachtet. Im Gegensatz zu einem Einsamen, der durch ei-

ne spontane Tat zum größeren Helden wird. Der „Held“  
versagt

**Tanz (Lieder)**

- Lied: Trau dich ran, fang einfach an
- M. Carrey, „Hero“
- Enrico Iglesias, „Hero“
- König der Löwen, „Ich will jetzt gleich König sein“



## Lass mich frei

### 1. „Born to be free“

„Born to be free“ – das steht auf meinem absoluten Lieblings-T-shirt, das ich seit Ewigkeiten habe. Ich finde, diese Aussage hat so eine richtige Urkraft: „geboren, um frei zu sein.“ Für mich sind diese Worte zu einer Art Motto geworden. Sicher steckt in diesem Motto auch eine Aufgabe. Denn so richtig frei fühle ich mich ja nicht.



Dabei hat Freiheit ziemlich viele Facetten. So stellt die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte, Art. 3, fest: „Jeder Mensch hat das Recht auf Leben, Freiheit und Sicherheit der Person.“ Diese Feststellung hat natürlich mehr den Charakter einer Forderung. In vielen Staaten haben die Bürgerinnen und Bürger dieses Recht nicht. Sie müssen um ihr Leben, ihre Freiheit und ihre persönliche Sicherheit fürchten. Oft hängt das dann damit zusammen, dass in diesen Staaten auch die Glaubens-, Rede- und Versammlungsfreiheit nicht gelten. Wer sich also politisch engagiert oder eine Religion ausübt, die der Staat nicht toleriert, dessen oder deren persönliche Freiheit gerät dann schnell in Gefahr. Auch Diskriminierung aus den unterschiedlichsten Gründen kann die Freiheit eines Menschen stark einschränken.

Nun haben wir in Deutschland diese „äußeren“ Freiheiten in unserer Verfassung stehen. Trotzdem gibt es auch in Deutschland politische Strömungen, die diese Freiheitsrechte einschränken wollen. Ganz offen und direkt. Oder auch indirekt z.B. unter dem Vorwand der Verbrechensbekämpfung (Rasterfahndung, Videoüberwachung, Lauschangriff etc.). Für diese „äußeren“ Freiheiten muss man also immer einstehen und überall, nicht nur in Diktaturen, sondern auch bei uns.

Den Schwerpunkt möchte ich aber lieber auf die „innere“ Freiheit legen. Damit meine ich Freiheit als Lebensgefühl. So vor allem begegnet uns Freiheit auch in den Medien.

## **2. Freiheit ist in (der Werbung)**

Wenn man sich so die Werbung im Fernsehen oder Kino anschaut, dann ist Freiheit dort megain. Ausbrechen aus dem Alltag mit dem Reisebüro, aber auch die richtige Bank verspricht: „Wir machen den Weg frei!“ Verschiedene Automarken garantieren die persönliche Freiheit, ja sogar bis zum Seitensprung (Mercedes bringt mich sicher ins Bett...). Die einen Zigaretten versprechen ganz direkt: „Liberté toujours“, und wer dann neben Zigaretten auch noch Pferde mag, kommt mit jedem Zug dem Marlboro-Country näher.

Die Menschen in diesen Werbespots sind unabhängig. Oft sind sie allein unterwegs oder in einer gleichgeschlechtlichen Gruppe. So wird Freiheit als Unabhängigkeit definiert.

Manchmal wird in den Spots aber auch eine kleine Geschichte erzählt, wo unabhängige Menschen auf andere zugehen (z.B. der ausgegangene lösliche Kaffee als Brücke zwischen Menschen (Nescafé) oder der verbindende Kuss über die Gartenhecke (Gauloises)).



## **3. Freiheit im Jugendalter**

Die meisten Jugendlichen zwischen 12 und 18 definieren wahrscheinlich Freiheit als Unabhängigkeit von den Eltern. Sie wollen sich freischwimmen von der elterlichen Aufsicht und dem Bevormunden, den ständigen Ratschlägen. Natürlich gibt es auch Eltern, die sehr einfühlsam ihre Verantwortung gegenüber der Eigenverantwortung ihrer Kinder abwägen, aber selbst die, wenn es sie tatsächlich gibt, müssen dann auch Grenzen setzen, die die Jugendlichen trotzdem nerven. Ansonsten gilt auch noch über 18: „Solange du deine Füße unter meinen Tisch hältst ...“

Aber es gibt auch noch viele andere Bereiche, aus denen sich Jugendliche freischwimmen müssen. Um noch kurz bei den Eltern zu

bleiben, da sind die Erwartungen der Eltern, die für offenen Zoff sorgen, oder aber schon so weit verinnerlicht sind, das sie u.U. zu inneren Konflikten führen oder noch nicht einmal dazu.

Die Erwartungen der eigenen Clique können auch ziemlich engen. Ich war jedenfalls damals froh, als ich in die Oberstufe kam und mit dem Kurssystem (NRW) sich der Klassenverband auflöste. Mit neuen Freuden zusammen entstand eine neue Clique, die eher meinen Interessen und Bedürfnissen entsprach.

Damit ist ja nun auch das leidige Thema Schule angesprochen. Wer nicht gerade auf eine Walldorfschule geht, hat wohl schon Erfahrung mit Einschränkungen durch die Schule gemacht. Da sind jetzt nicht nur die zeitlichen Einschränkungen (sogar Lernen am Wochenende!), sondern auch das Notenraster gemeint, das ja nicht viel Spielraum für persönlichen Ausdruck oder Persönlichkeit überhaupt bietet. Manche fühlen sich in der Schule so eingezwängt, dass sie sich dem System verweigern (z.B. Bummelstreik) bzw. früher aussteigen, weil sie es nicht mehr aushalten. Diese Aussteiger oder Verweigerer kamen mir damals als Schüler ziemlich seltsam vor. Aber das lag wohl daran, dass ich mich schon zu gut angepasst hatte. Heute sehe ich das anders. Aber anpassen ist halt bequemer, auch wenn es manche Unfreiheit mit sich bringt.

Es gibt auch andere Bereiche, in denen Jugendliche von außen zunächst festgelegt sind, sich ihre Freiheit also erst erkämpfen müssen. Das gilt für die soziale Herkunft, die Bildungsschicht aus der sie kommen, die politische Einstellung der Familie, die Rollenmuster, die Mann und Frau zugewiesen werden, die sexuelle Orientierung, der religiöse Hintergrund und wie er praktiziert wird, etc.

Zusammenfassend kann man also sagen, dass es in der Jugend sowohl Einschränkungen der äußeren Freiheit durch Eltern und Schule, als auch Einschränkungen der inneren Freiheit (Druck der Clique, Erwartungen der Eltern, eigene Prägung) gibt.



#### 4. Entwicklungspsychologische Einsichten

Auch wenn man vielleicht kritisch der psychoanalytischen Schule gegenübersteht, so sind doch die beiden Grundkonflikte, die Erik Erikson<sup>2</sup> für die Jugendzeit benennt, m.E. nachvollziehbar.

Zum einen muss in der Pubertät der Konflikt **Identität gegen Rollenkonfusion** das erste Mal grundlegend geklärt werden. Es geht um die Frage: Wer bin ich? Dabei müssen dann das Selbstbild mit den eigenen Fähigkeiten, den sozialen Rollen und der Außenwahrnehmung halbwegs in Einklang gebracht werden.

In diesem Prozess ist in jedem Fall ein Moment der Freiheit enthalten. Klar ist aber auch, dass die Rahmenbedingungen dabei eine entscheidende Rolle spielen. Zum Beispiel ist für Mädchen und ihre Identität sicher wichtig, welche Frauen sie als Vorbilder (auch in bestimmten Berufen!) haben.

Die Freiheit entwickelt sich also abhängig von den Rahmenbedingungen.

Der folgende Konflikt ist dann **Intimität gegen Isolierung**. Wenn also ein Jugendlicher seine Identität meint gefunden zu haben, riskiert dann er oder sie es, wieder eine Beziehung einzugehen, die ja stark abhängig macht und die eigene Freiheit einschränkt? Manche



gehen dann auf Distanz. Sie haben Angst ihre noch nicht gefestigte Identität zu verlieren. Sie wollen sie keiner zu großen Nähe aussetzen.

Doch Freiheit als Unabhängigkeit führt in die Isolation. Freiheit wird so zur Sackgasse. Bei der Unabhängigkeit sollte man also nicht stehen bleiben, sondern muss auch bereit sein, sich selbst wieder neu zu binden.

---

<sup>2</sup> Vgl. Erik Erikson, Kindheit und Gesellschaft, Stuttgart <sup>12</sup>1995, 255-61.

## **5. Paradoxe Freiheit in der Bibel: Freiheit nur in der Bindung an Gott**

Befreiung ist das ganz große Thema **im Alten Testament**. Gott befreite sein Volk Israel aus dem Sklavendasein in Ägypten. Allerdings führte Gott die Israeliten nicht einfach aus Ägypten und sagte dann: „Nun seht mal selber weiter...“, sondern ging mit dem Volk als Wolken- und Feuersäule mit. Am Sinai offenbarte Gott dem Volk dann die Gebote (übrigens nicht nur die 10!) und schloss mit ihm einen Bund. Auch Israel erwuchs aus dieser Vereinbarung Verpflichtungen. Manchem Israeliten erschien es dann tatsächlich so, als wären sie vom Regen in die Traufe geraten, denn diese Wüstentour in Freiheit war doch irgendwie anstrengender als das Sklavendasein an den Fleischtöpfen Ägyptens (Ex 16). Wenn die Israeliten aber von Gott abfielen, fielen sie praktisch immer gleich in die Abhängigkeit von anderen Götzen (sehr anschaulich der schon sprichwörtliche Tanz um das „goldene Kalb“) oder kreisten um sich selbst und ihre Ängste (so geschildert in Num 13f, wo die israelitischen Kundschafter Schreckensnachrichten über Riesen im einzunehmenden Land verbreiteten und Israel nicht mehr Gott vertraute).

Gott schenkte also Israel Freiheit, aber sie kann offenbar nur in Bindung an Gott bestehen. Sonst wird die Freiheit zur Unfreiheit und Abhängigkeit von lebenszerstörenden Einflüssen.

## **6. „Zur Freiheit hat uns Christus befreit“ (Gal 5,1)**

Die Freiheit spielt auch im NT wieder eine große Rolle. Entscheidend ist, dass Jesus Christus uns zu dieser Freiheit befreit hat. Wenn wir an ihn glauben, hat alles, was uns von Gott trennen will, letztlich keine Macht mehr über uns. Christus hat diese Mächte für uns überwunden. Wir sind Kinder Gottes und nicht mehr Sklaven anderer Einflüsse, die uns schaden können.

Diese Freiheit verteidigt nun Paulus gegen



alle Christen, die anderen Christen ihre Freiheit wieder nehmen wollen. Paulus ist nämlich der festen Überzeugung, dass allein der Glaube an Jesus Christus ausreicht, der Glaube, „der in der Liebe tätig ist“ (Gal 5,6), um Gemeinschaft mit Gott haben zu können. Damals forderten einige Christen noch zusätzlich die genaue Befolgung des Gesetzes. Aber das lehnt Paulus ab. Damit hat er selber schlechte Erfahrungen gemacht. Die genaue Befolgung des Gesetzes führte bei ihm als Pharisäer nämlich zur „eigenen Gerechtigkeit“ (Phil 3,7f) und das war eine Sackgasse. Auf den Glauben an Christus wäre er dann gar nicht mehr angewiesen gewesen. Er selber hätte es allein geschafft.

Als Christen sind wir also frei, weil es allein auf die Liebe Gottes zu uns ankommt, und die ist im Leben und Sterben Jesu für uns wirklich deutlich geworden. Wir müssen uns nicht für die Zuwendung Gottes „knechten“, sondern können sie dankbar annehmen.



Trotzdem gibt es leider auch heute immer wieder Versuche anderer Christen, uns diese Freiheit einzuschränken. So stoßen gerade Jugendliche mit ihrem Musikgeschmack, ihrer Spontaneität, ihrer (noch) unangepassten Frömmigkeit schnell auf Grenzen, nach dem Motto: „Wir freuen uns, dass du glaubst, aber bitte so und nicht anders!“

Mir ist es ganz wichtig, diese Freiheit im Glauben gefunden zu haben. Gott liebt mich, so wie ich bin. Ich kann mir seine Liebe nicht verdienen, aber das brauche ich auch nicht! In diese Freiheit möchte ich mir auch von niemanden hereinreden lassen. Für mich ist das auch ein Rückzugspunkt, wohin ich mich bei Verletzungen und (Erwartungs-)Druck von außen flüchten kann.

Diese Freiheit ist aber eben an Gott, also konkreter: an die Liebe, gebunden, wie sie im Leben und Sterben Jesu deutlich wird. Im Glauben geht ja Gott eine so enge Verbindung mit mir ein, dass Gott durch seinen Heiligen Geist in mir Wohnung nimmt (Gal 2,20).

Hier wird also die Bindung, die Gott schon mit Israel in der Wüste hatte, fortgeführt. Freiheit und Bindung an Gott gehören auch hier ganz eng zusammen. Ich finde das eine unglaublich spannende Herausforderung: die Liebe selbst fängt an, in mir zu wohnen! Woran merke ich das? Wie zeigt sich das? Wie fördere ich das?

## **7. Die Liebe befreit mich von mir selbst**

Und noch etwas: wenn ich dieser Liebe in meinem Leben Raum gebe, also andere Menschen und Gott liebe, dann befreit mich das vom Kreisen um mich selbst. Und ich denke, das ist genau das Geheimnis der Freiheit in Christus: sie befreit mich von mir selbst. Sie befreit mich von dem Wahn, meine ganze Lebensenergie in die materielle Absicherung meines Lebens zu stecken (reicher Kornbauer Lk 12,16-21), oder in mein Ansehen (Zebedaidensöhne, Dienen statt Herrschen Mt 20,20-28). Auch kann so nicht alle Energie allein in mein Vergnügen fließen (Lk 15,11ff).



Stattdessen werde ich frei, mich um die Bedürfnisse anderer zu kümmern. Was würde diesem oder jenem Menschen gerade gut tun? Womit könnte ich ihm oder ihr eine Freude machen? Wie kann ich für ihn oder sie da sein, wenn es gerade nicht so gut läuft.

In der Liebe habe ich so die Freiheit, ganz kreativ und originell für andere da zu sein (und ab und zu auch für mich selbst). Der Kirchenvater Augustin hat diese Freiheit einmal so beschrieben: „Liebe und dann tue was du willst!“ Also, wenn das keine Freiheit ist ...

## **8. Zusammenfassung**

### **8.1 Das Besondere an diesem Abend**

Die Grundstimmung ist positiv. Es geht um Freiheit. Tiefgang sollte der Abend auch haben, aber nicht über die moralische Schiene (Freiheit hört an der Freiheit der anderen auf), sondern über das Wesen der Freiheit, dieser kleine Flattermann bzw. Flatterfrau, der oder die sich nur in Liebe entfalten kann.

## **8.2 Was möchte ich bewirken?**

Christen werden oft als angepasst, moralisch, gesetzlich eng und langweilig eingeschätzt. Das stimmt nicht!!! Wir haben Rückenwind, weil wir Gott auf unserer Seite haben. Das gibt uns wirklich die Freiheit, ganz persönlich und kreativ unseren Glauben zu leben und auf andere zuzugehen. Diesen Wind dürfen auch die Besucher spüren. Liebevolle Einzig(gar nicht so)artigkeit!

## **8.3 Was will ich vermitteln?**

Gott will mein Bestes und darum kann ich mich in die Abhängigkeit zu ihm begeben. Sie macht mich frei von mir und für andere. Ohne diese Abhängigkeit von Gott gerate ich schnell in andere Abhängigkeiten, die gerade nicht mein Bestes zum Ziel haben (z.B. Süchte, Erfolgsstreben, Kreisen um mich selbst, etc.).

Freiheit als Unabhängigkeit ist nämlich eine Falle. Die Werbung lockt zwar und irgendwo wünscht man sich ja auch selber, der große Zampano zu sein, aber auch entwicklungspsychologisch ist das eine Sackgasse: Isolation statt Intimität.



In der Beziehung zu Jesus Christus kann ich aber in seiner Annahme meine Identität finden und stärken und werde durch seine Liebe auch fähig zur Hingabe. Nicht was ich aus mir mache ist entscheidend, sondern dass Gott mich genau jetzt genauso wie ich bin liebt. Und in diesem Bewusstsein kann man sich doch in alle möglichen Beziehungen (zum Nächsten/ zur Nächsten) stürzen. Also, auf ins Getümmel!

Besonders schön hat das dann der jüdische Theologe Martin Buber zusammengefasst. Er spricht dabei zwar von Erziehung, aber wer diesen Ausdruck nicht so mag, kann ihn auch durch „Erwachsenwerden“ oder „Reifung“ ersetzen.

**„Das Ziel aller Erziehung ist, dass der Mensch von der Gebundenheit zur Verbundenheit komme.“<sup>3</sup> (Martin Buber)**

Die Gebundenheiten in unserem Leben wollen uns „knechten“. In der Verbundenheit mit Gott und den Menschen um uns herum werden wir aber frei.

Volker Schmidt, Göppingen

## **9. Kreatives Sammelsurium**

### **9.1 Opener, Einladung, All inclusive etc.**

**Opener** (Gedanke: „Freiheit als Paradox im christlichen Glauben“)

- Wünsche auflisten

(Gedanke: „Freiheit als Gegensatz von Gefangen-sein“)

- Zufallsprinzip Gäste einsperren und danach die besten Plätze geben
- Freiheitsstatue
- Freiwillige Feuerwehr bekommt Notruf. Kurze Diskussion. Keiner geht, denn ist ja freiwillig. Immer wiederkehrend
- Gegensatz von frei und besetzt (WC, Häuser, Menschen, Stühle usw.)

**Einladung** (Gedanke: „Freiheit als Gegensatz von Gefangen-sein“)

- Handschellen, sich an andere anhängen bzw. sich festbinden lassen
- Einladen mit Hundeleine

**All inclusive** (Gedanke: „Freiheit als Paradox im christlichen Glauben“)

- Frei wie ein Drachen im Wind (Lenkdrache: es benötigt jemanden, der die Fäden in den Händen hält)

---

<sup>3</sup> Leider habe ich hier keine Quellenangabe, weil ich den Ausspruch isoliert auf einem Kalenderblatt entdeckt habe.

- Wahl von Beruf, Partner/-in, Lebensziel usw. binden und setzen gleichzeitig in Freiheit  
(Gedanke: „Freiheit als Gegensatz von Gefangen-sein“)
- Gefängnis darstellen. Dabei riesiges Plakat aufhängen: Free your mind
- Frei sein, wenn man sich von Lasten befreit (Stichwort: „Aurasauger“)
- Visa: Die Freiheit nehme ich mir
- Als Hühner verkleidet in Legebatterien. Am Ende befreit.
- Arbeitsplätze, die zu Beginn völlig langweilig, destruktiv und einengend sind. Je länger desto mehr Gewöhnung und Arrangement
- Abgeschlossene Arbeiten und Aufgaben setzen in die Freiheit und gleichzeitig in die Notwendigkeit sich zu entscheiden. Jede Entscheidung führt gleichzeitig in Bindung.
- Jemanden den ganzen Abend in einer kleinen Kiste sitzen lassen
- Coole Befreiungsparty
- Jeder kriegt eine Feile (im Kuchen eingebacken)
- Freiheit in Beuteln verteilen
- Gefängniszelle, der Abend bereitet die Freiheit vor
- Podiumsdiskussion mit Nelson Mandela, Mose, Mahatma Ghandi, Martin Luther King,.... Moderation Jürgen Fliege
- Supermarkt Man hat die freie Auswahl (Übertragung auf das Leben)

(Gedanke: „Christen sind oft langweilig und eingeschränkt“)

- Vorurteile von Christlichen Lebensstilen darstellen
- Zensur der Moderation
- Von Freiheit reden und einklagen, gleichzeitig neue Regeln und andere einschränken

## **9.2 Video, Foto, Kreativ etc.**

### **Video**

- Zeit des Erwachens; Cry for freedom (Stationszene)



- weiße Taube fliegt einem Sträfling auf die Schulter. Rührend, schmalz. Blick des Sträflings. Knacks. Tote Taube
- Thomas D, „Rückenwind“, Sich Freiheiten herausnehmen, ausbrechen
- „Über den Wolken“, Reinhard Mey
- Gebrauchtwagenhändler „Erstes eigenes Auto“ – fahren, wohin man will
- Schulabschluss
- Werbespot „Wir machen den Weg frei“ Freiheit verkaufen
- Visa, die Freiheit nehme ich mir
- „Einigkeit und Recht und Freiheit“
- Sich Freiheiten nehmen – auf Schrottplatz gehen, sich „freischlagen“, Vorschlaghammer
- Truman Show
- Knast, gefangen sein
- Harley Davidson, Land der Freiheit (USA),

### **Foto**

- Knast, gefangen sein
- Türen
- Bildergeschichte Flughafen
- 18. Geburtstag
- Skispringen
- Fotostory „mein erstes Auto“
- Lange Straßen
- Homosexuelle Hochzeit
- Bergsteiger auf Gipfel

### **Kreativ**

- Zollstation
- Taube
- Flugtickets, Bahnkarten, Vögel als Raumdeko
- Kataloge von Reisebüros
- Ketten, Handschellen, Schlösser (die zum abschließen)
- Mauer (Berlin), Mauerfall Mauern einreisen
- Talkgast „befreites Kidnapping-Opfer“ (Reemtsma)
- Vogelkäfig
- Labyrinth
- „Einigkeit und Recht und Freiheit“

- „Freiheit“-Plakate, in verschiedenen Sprachen, Grundgesetz
- Sich die Freiheit nehmen, anders auszusehen wie die anderen (Hippies, Punks, Mode)

### **9.3 Musik, Symbol und Sprache, Bar**

#### **Musik (Lieder zum Thema)**

- Marius Müller-Westernhagen, „Freiheit“
- Beatbetrieb, „Mach mich frei“
- PUR, „Drachen sollen fliegen“
- PUR, „Adler sollen fliegen“
- Schulze, „Schwerelos“
- DJ Bobo, „Freedom“
- Steppenwolf, „Born to be wild“
- Marc O, „Over the rainbow“ (Originalversion)
- Dieter Thomas Kuhn/Reinhard Mey, „Über den Wolken“
- Christian Loer, „Zum Leben befreit“
- Cae Gauntt, „Jericho“
- Nena, „99 Luftballons“
- Ararat, „Du hast mir Flügel geschenkt“
- Joe Cocker, „Sail away“ (Becks Werbung)
- Rod Stewart, „Sailing“
- Bon Jovi, „It's my life“
- Queen, „I want to break free“
- Rolf Zuckowski, „Ich glaub, ich hab dich lieb“
- Beatles, „Let it „free““
- Obercoole Südpol Gang, „Auf dem Bauernhof“ (Sandmännchen)
- Aerosmith, „Dream on“
- Supertramp, „Dreamer“
- Xavier Naidoo, „Frei sein“

#### **Musik (Ideen)**

- Freiheitsrap
- Medley aus Werbesprüchen
- Free at last, Gospel



- Freedom is coming (Kreuz & Quer)
- Schön ist es auf der Welt zu sein
- Du beschenkst (Feiert Jesus)
- Bernd Martin Müller Befreit zum Glauben, befreit zum Christsein
- Wer befreit ist (Kreuz & Quer)
- Halte deine Träume fest (Kreuz und Quer)
- Meine engen Grenzen (Kreuz und Quer)
- 5 Minuten rave
- Befreiungshymne

### ***Symbol und Sprache (Texte)***

- alexandra, Sprechmotette Freiheit
- „Wer an die Freiheit des menschlichen Willen glaubt hat nie geliebt und nie gehasst.“ (Marie von Ebner Eschenbach)
- Keine Freiheit ohne Beziehungen
- Anekdote zur Senkung der Arbeitsmoral (Geschichte vom Fischer und Mann am Ufer) Heinrich Böll

### **(Ideen)**

- Freispruch, Freibrief, Freischaffender Künstler, Freibier, Frei Öl, Freistoß, Feiwurf, Freistunde, Freitag, Freigabe, Freiwillig, Freikarten, Freie Platzwahl, Freidrink
- Schwarzlicht: was bindet uns/macht uns frei
- Resolution/Demonstration zur Freiheit eines Christenmenschen
- Zur Freiheit hat uns Gott befreit (Sprechmotette)
- Südamerikanische Befreiungstheologie
- Sprechmotette: Ganz simple. Verschiedene Leute. Eine Hauptfigur will unabhängig werden, sich lösen vom Elternhaus, Freunden etc, Probleme dabei schildern bzw. darstellen

### ***Bar***

- Red bull
- Windmühlen backen
- Marlboro Country Burger
- L(N)eckarmann macht's möglich
- Frei"bier"

- Take two get one free/Nimm 2 zahl 1
- Wir nehmen uns die Freiheit, was anderes zu machen (Heute: Getränke ohne Glas. Wir basteln unsere Becher selbst)
- Die Bar hat heute frei, Barkeeper aus dem Publikum

#### **9.4 Theater, Pantomime, Tanz**

##### ***Theater***

- Verschieden Glaubensarten: Pietcong, Katholen, Freaks, Methodisten, Konservative, Charismatiker. Aufeinanderprallen, diskutieren. Fazit: Jeder kann seinen Glauben leben, andere nicht beeinträchtigen, Tolerieren, Grenzen anderer achten
- Absolute Freiheit ergibt absolute Einsamkeit
- Werbesprüche vermitteln Freiheit, vorspielen (z.B. Paul, wer ist eigentlich Paul – Du darfst! Visacard, die Freiheit nehm ich mir)
- Talkshow zum Thema Freiheit: Was bedeutet das für mich. Warum will ich frei sein? Warum will der/die andere unfrei sein? Heimchen und Emanze, Alt 68er, etc
- Elton aus Stefan Raab, absolute Unfreiheit
- Grundgesetz, wir haben alle ein Recht auf freien Willen, freier Wille auf Basis Gott
- Befreiung Israels, Übertragen in heutige Zeit

##### ***Pantomime***

- Ganz simple, verschiedene Leute eine Hauptfigur, will unabhängig werden, sich lösen vom Elternhaus, Freunden etc, Probleme dabei schildern – darstellen
- Eingezwängt in 2 Telefonhäuschen oder sonst engen Raum, rumtasten. Sich näher kommen. Verschiedene Versuche, frei zu werden, den Raum zu überwinden
- Steht vor dem Spiegel, irgendwas stimmt nicht (Pickel, Hintern, Schulnoten...). Einer erklärt ihm, dass das nicht wichtig ist, dass es so ok ist, wie er ist, dass es gut ist. Er glaubt es, man merkt es seiner Haltung an, alles wird besser, offene, schöne, Lebensgestaltung
- Marionette, unfrei, muss alles machen, was ihr gesagt wird

***Tanz (Lieder)***

- Mirjam, Mirjam schlug auf die Pauke... im Lande der Knechtschaft
- Thomas D., "Rückenwind"
- Flower-Power-Tanz



## Lass mich ... in Ruhe

### 1. Annäherung

Alle Tage wieder...

**Sina:** Mama, wo ist meine Jeans?

**Mutter:** In der Wäsche, wo denn sonst? Die hatte das dringend nötig! Wie du immer rumläufst!

**Sina:** Die war noch gar nicht schmutzig und außerdem wollte ich die heute Abend zur Party von Gero anziehen!

**Mutter:** Wie bitte? Party? Gero? Ähmhhh, du schreibst morgen einen Mathetest. Da kannst du heute nicht fort. Du weißt genau, was Papa zur letzten Note gesagt hat: Du darfst erst wieder weg, wenn du ein besseres Ergebnis vorlegst. Schließlich war er immer der Beste in Mathe und da solltest du dir mal ein Beispiel nehmen!

**Sina:** Du bist gemein!!!! Nie darf ich weg! Die andern sind in Mathe viel schlechter als ich! Und immer der blöde Papa! Vielleicht stimmt das gar nicht mit seinen Noten! Oma sagt immer, das er ein richtiger Lausbub war!

Und sowieso kann ich es nicht leiden, wenn du in meinem Zimmer aufräumst. Das geht dich gar nichts an!

**Mutter:** Jetzt reicht's! Solange du nicht selber aufräumst, werde ich das tun! Du unverschämtes Kind!

**Sina:** ICH BIN KEIN KIND MEHR – und lass mich doch in Ruhe!!!!

Wer kennt so etwas nicht? Am liebsten würde Sina ihre Mutter in Luft auflösen. Und der Mutter wird es nicht viel anders gehen. Ihr kennt sicher auch eine Menge Situationen, in denen ihr am liebsten davonlaufen wollt. Weg, raus aus der stressigen Situation, keinen Ton mehr hören, wie die drei Affen: „Nicht sehen, nicht reden, nicht hören“.

*Und oft tut uns auch die Ruhe nach dem Sturm so richtig gut.* Wir lecken unsere Wunden, kommen ins Nachdenken und entdecken dabei unter Umständen auch, wo wir Fehler gemacht haben, wo unser Anteil an dem ganzen Streit lag. So entsteht dann oft auch der Wille und die Einsicht wieder einen Schritt auf den anderen Beteiligten zu zumachen.

Es gibt aber auch eine „*vermeintliche Ruhe*“. Wir ziehen uns aus der Konfliktsituation heraus und schieben die ganze Verantwortung auf den Anderen. „Der hat ja angefangen, soll der sehen wie er weiterkommt“. Oder: „Mich geht das nichts mehr an. Der ist für mich gestorben!“ Wir verdrängen den Konflikt und vergeben damit die Chance auf eine Lösung. Ja, man könnte sogar soweit gehen und behaupten, dass diese Form der Ruhe eine „tödliche Ruhe“ ist. Beziehungen können an unserer Unfähigkeit, Konflikte sinnvoll auszutragen, zerbrechen und quasi „sterben“. Da, wo wir in unseren Familien nicht mehr nach Lösungen suchen, da wo wir in unseren Schulklassen nicht mehr bereit sind, die Sicht des anderen zu verstehen, da wo wir in unseren Gemeinden nicht mehr fähig sind, aufeinander zuzugehen, wird es kalt und das Leben alles andere als friedlich.



Wir kommen nicht umhin: *Konflikte sind Bestandteil unseres Lebens.* Wir haben schon von klein auf damit Erfahrungen gemacht. Und deshalb sollten wir mal genauer hinschauen und uns Gedanken machen, wie Konflikte zu einer Chance in unserem Leben werden.

In der ursprünglichen Bedeutung (von lat. „*confligere*“) geht es da um „*zusammen stoßen*“ oder übertragen um *Streit oder Kampf*. Konflikte kann es mit den Geschwistern, mit den Eltern, den Freunden, den Schulkameraden, den Lehrern, den Kirchengliedern, anderen Volksgruppen, anderen Ländern, anderen Rassen, anderen Religionen und so weiter geben. Diese Reihe kann Jede/r mit Sicherheit weiter fortsetzen bzw. differenzieren.

Ein Konflikt kann immer dann entstehen, *wenn unterschiedliche Ansichten, Meinungen, Bedürfnisse, Erwartungen, Ansprüche, Einstellungen und/oder Verhaltenstendenzen „aufeinander prallen“*. Dieser Konflikt muss nicht gleich eskalieren. Und selbst wenn er für den Einen zu eskalieren scheint, nimmt die Andere es vielleicht als noch gar nicht so gravierend wahr.

Die Dynamik und Entwicklung des Konfliktes ist also immer von den beteiligten Personen und der jeweiligen Situation abhängig. Die Frage ist, wie wir die Situation empfinden, wie wir zu der oder den anderen Person(en) stehen, wie betroffen wir sind, wie wir gelernt haben, Konflikte (nicht) zu lösen, was wir erreichen wollen usw.

Menschen, die in einen Konflikt verstrickt sind, zeigen häufig immer wiederkehrende, typische Reaktionen. Oft steht zu Beginn eines Konfliktes eine Provokation, die nicht besprochen oder geklärt wird (z.B. ein schiefer Blick, eine abwertende oder fehlende Bemerkung, ein Schimpfwort, eine Drohung ...). Dann fügt man sich gegenseitig Gesichtsverluste zu. Es werden vielleicht auch Verbündete gesucht und für sich gewonnen. Mitunter werden Grenzen in stärkerem Maße überschritten, indem körperliche Gewalt oder Sachgewalt angewandt wird. Im Extremfall hat man die Selbsterstörung des Anderen zum Preis der eigenen Selbsterstörung als höchste Konfliktstufe erreicht.

Zusammengefasst geht es bei Konflikten darum, wer auf wen, auf welche Weise und in welcher Situation trifft und wie es dann zwischen den Konfliktparteien weitergeht.

In den folgenden Abschnitten wollen wir noch etwas genauer auf die Bedeutung von Konflikten eingehen. Dann machen wir uns über den Umgang mit Konflikten Gedanken: Wodurch entstehen eigentlich Konflikte? Was verschärft eher die Situation? Da Konflikte immer mit zwischenmenschlicher Kommunikation zu tun haben, werden wir die Kommunikation etwas genauer beleuchten. Dann werden wir geeignete und weniger geeignete Kommunikationsformen beschreiben.

Schließlich gehen wir der Frage nach, wie eigentlich Jesus mit Konflikten umging.

## 2. Die Bedeutung von Konflikten<sup>4</sup>

Konflikte sind nicht generell negativ. Wenn Konflikte zur Zufriedenheit aller ausgetragen werden, können sie unsere Persönlichkeit stärken und unsere Sicherheit im Umgang mit den Mitmenschen erhöhen.

### **Gelöste Konflikte *stärken*:**

- Durchsetzung und Selbstbehauptung
- Sicherheit
- Selbstbewusstsein
- Solidarisches Verhalten
- Argumente vorbringen können
- Überzeugen können
- Verbündete finden
- Abwechselnd gewinnen und verlieren
- Lebendig sein
- Mut aufbringen
- Sich abgrenzen gegen andere
- Konfliktfreie Zeiten genießen
- ...



### **Ungelöste Konflikte *fördern*:**

- Feindseligkeit
- Erkalten der Gefühle
- Ängste
- Misstrauen
- Unkonzentriertheit
- Leistungsabfall
- Weghören statt Zuhören
- Missgunst
- schlechte Beziehung
- Feigheit
- Unmenschlichkeit
- Einsamkeit
- Einzelgängertum

---

<sup>4</sup> Die Informationen zu Konflikten und Kommunikation, die in den folgenden Abschnitten dargestellt werden, entstammen verschiedener Literatur, die wir am Ende des Beitrages auflisten.

- ...

### **3. Entstehung von Konflikten**

Es ist immer wieder – vor allem wenn man selbst in einen Konflikt verstrickt ist – schwer zu verstehen, wieso es überhaupt so weit kommen muss, wieso es Scherben gibt, wieso Türen krachen oder sogar Beziehungen zerbrechen. Manchmal hat man das Gefühl, in der entscheidenden Situation neben sich zu stehen und sich nicht vollständig mit Gefühlen, Worten und Verhaltensweisen kontrollieren zu können.

Um unseren Umgang miteinander in Konfliktsituationen besser verstehen zu können, sollte man sich überhaupt anschauen, wie Menschen miteinander kommunizieren.

#### **3.1 Kommunikation**

Die zwischenmenschliche Kommunikation wird gerne mit dem Sender-Empfänger-Modell erklärt: Es gibt einen Menschen (Sender), der einem anderen Menschen (Empfänger) etwas mitteilen möchte. In der Regel spricht der Sender dabei und transportiert auf diese Weise eine verbale Botschaft. Der Empfänger hört zunächst zu, was allein noch nicht ausreicht. Er muss die Nachricht des Senders auch verstehen. Erst wenn die vom Sender gesendete Botschaft mit der übereinstimmt, die der Empfänger empfängt, können beide sich verständigen.

Kommunikation wird noch durch vielfältige Faktoren beeinflusst, die sich in diesem einfachen Modell nicht unterbringen lassen. Sie wird etwa dadurch kompliziert und für Störungen anfällig, dass jede Nachricht *nicht nur eine Botschaft* übermittelt, sondern *ein Paket mit vielen Botschaften*, und dass menschliche Verhaltensweisen, Gefühle und Emotionen an der Kommunikation beteiligt sind.

### 3.2 Verbale und nonverbale Signale

Man unterscheidet zwischen verbalen und nonverbalen Signalen einer Nachricht: die verbalen Anteile sind die sprachlichen Äußerungen. Die nonverbalen Äußerungen eines Menschen sind seine „Körpersprache“: eine vielschichtige, bewusste und auch unbewusste Ausdrucksform des Körpers. Sie kann instinktiv und spontan, aber auch eine kalkulierte Mitteilung sein. Jede verbale Äußerung wird von Körpersprache begleitet. Dabei können Informationen betont, verändert oder in ihrer Bedeutung sogar aufgehoben werden. Körpersprache kann auch unabhängig von verbaler Sprache sein, z.B. als bewusste Geste im Alltag wie das 'Vogel zeigen'.

Unterschieden werden können Körpersignale in Gebärden, Gesten und Mimik.



**Gebärden** (Bewegungen des ganzen Körpers) und **Gesten** (Körperteilbewegungen) sind Körpersignale, die eine festgelegte Bedeutung haben. Beispiele dafür sind Schutz-, Abwehr-, Demutsgesten, verletzende Gesten (um Verachtung zu zeigen), Drohgebärden (um einzuschüchtern) und Ersatzhandlungen (z.B. umgelenkte, aggressive Gesten gegen sich oder andere).

**Mimische Zeichen** sind Bewegungen der Augen und der Gesichtsmuskulatur. Gesichtsausdrucksweisen von Trauer, Freude,

Angst, Zorn, Glück und Ekel sind angeboren und haben in allen Kulturkreisen dieselbe Bedeutung.

**Das Besondere an der zwischenmenschlichen Kommunikation ist, dass man *nicht* nicht kommunizieren kann** (die beiden „nicht“ sind schon richtig!). Mit anderen Worten: auch wenn

ich schweige, Türen zuschlage oder „den Vogel zeige“ kommuniziere ich.

Interessant ist dabei auch, **dass beim Empfänger einer Nachricht die nonverbalen Anteile viermal stärker ankommen als die verbalen!!!** Das bedeutet, dass weniger das Gesagte beim Anderen ankommt, sondern viel mehr das Drumherum, welches das Gesagte begleitet (Körpersprache).

Was nun alles eine Nachricht begleitet, kann man noch genauer aufschlüsseln:

### **3.3 Die vier Seiten einer Nachricht**

Mit einer Nachricht, die wir an die andere Person senden, werden gleich mehrere Aspekte transportiert:

- (1) **Der Sachinhalt** („oder: Worüber ich informiere“)
- (2) **Die Selbstoffenbarung** („oder: Was ich von mir selbst kundgebe“)
- (3) **Die Beziehung** („oder: Was ich von dir halte und wie wir zueinander stehen“)
- (4) **Der Appell** („oder: Wozu ich dich veranlassen möchte“)

Es werden in der Kommunikation nun nicht nur vier Aspekte mit einer Nachricht *gesendet*, sondern auch vier Aspekte *empfangen*.

Erfolgreich verläuft die Kommunikation dann, wenn der Empfänger denselben Aspekt als Hauptanliegen der Nachricht entschlüsselt, den auch der Sender zu übermitteln beabsichtigte und beide sich verstanden fühlen.

Grundsätzlich hat der Empfänger freie Wahl zwischen den ankommenden Botschaften. Für welchen Hauptaspekt der Nachricht er sich (meist unbewusst) entscheidet, ist von der jeweiligen Situation, der psychischen Verfassung, der Sachkenntnis usw. abhängig.

Obwohl allgemein angenommen wird, dass der Sachinhalt immer der ist, der bei einer Nachricht im Vordergrund steht und auch beim

Empfänger ankommt, kann man sich da schwer täuschen. Gerade die drei anderen Aspekte, die man als „*Beziehungsebene*“ zusammenfassen kann (Selbstoffenbarung, Beziehung, Appell) und die hauptsächlich über nonverbale, körpersprachliche Signale transportiert werden, wirken ja *viermal stärker als der Sachinhalt* – wie oben schon gesagt.

Und da entstehen eben auch die Konflikte, weil der Empfänger etwas anderes empfängt als der Sender zu senden beabsichtigte – vorausgesetzt der Sender wollte nicht bewusst einen Konflikt heraufbeschwören.

Dazu kommen auch noch geschlechtsspezifische Unterschiede in der Kommunikation, die wir hier nur etwas andeuten:

Männliche Zeitgenossen achten häufig mehr auf den Sachinhalt einer Nachricht und filtern gerne das Drumherum weg. Weibliche Personen achten mehr auf die Beziehungsebene und senden auch gerne mehr auf dieser.

Konflikte zwischen den Geschlechtern sind somit vorprogrammiert ...

#### **4. Umgang mit Konflikten**

So, jetzt wissen wir also, dass Kommunikation sehr vielschichtig verläuft und eine Nachricht mehrere Aspekte transportieren kann. Doch wie soll man damit umgehen, wie kann man z.B. als Empfänger das heraushören, was der Sender eigentlich sagen möchte. Wie kann das funktionieren, ohne dass es gleich zu einem Konflikt kommt?



Es klingt vielleicht etwas *zu* selbstverständlich, aber das „richtige“ Zuhören hilft bereits, Konfliktsituationen zu vermeiden:

##### **4.1 Aktives Zuhören**

Beim aktiven Zuhören achtet man nicht nur darauf, was der andere inhaltlich sagt (Sachinhalt), sondern wie der andere spricht und sich verhält (Beziehungsebene, Selbstoffenbarung und Appell). Oft werden ja Gefühle, Wünsche und Hoffnungen nicht direkt geäußert, sondern schwingen als indirekte Botschaft (z.B. Körpersprachlich) mit:

Der Gesprächspartner fragt sich dann beim aktiven Zuhören im Stillen:

- Was empfindet die Andere?
- Was ist ihm an dem, was er äußert, so wichtig?
- Was beschäftigt sie daran so sehr?
- Welches Interesse verfolgt er damit?
- Wie fühlt er sich, wie geht es ihr?

Nach dieser „inneren Aktivität“ wird man dann äußerlich aktiv, indem man in eigenen Worten wiedergibt, was inhaltlich und gefühlsmäßig bei einem angekommen ist – wichtig ist dabei, dass man nicht das Gesagte einfach echemäßig nachplappert, sondern es in eigenen Worten sagt – der/die Andere kommt sich sonst weniger ernst genommen, sondern vielmehr veralbert vor.

### **Vorteile des aktiven Zuhörens:**

- Der/die Zuhörende kann sich vergewissern, ob die andere Person richtig verstanden hat.
- Die andere Person fühlt sich mit ihren Gefühlen ernst genommen.
- Die zuhörende Person achtet nicht nur auf das, was die/der Andere sagt, sondern wie er/sie spricht und sich verhält.
- Streitende hören leichter auf Personen, die ruhig und ohne Ablehnung sind.

### **Grenzen des aktiven Zuhörens**

Als Gesprächspartner kann ich nur dann sinnvoll aktiv zuhören, wenn ich selbst nicht zu sehr genervt bin, Stress habe oder der-/diejenige bin, der/die selbst die Kritik anbringen möchte. Mit anderen Worten, wenn ich eigentlich das Problem habe und verärgert bin oder es mir schlecht geht, dann hilft aktives Zuhören reichlich wenig.



*Oder anders herum:* Aktives Zuhören ist dann sinnvoll, wenn die andere Person (eher) das Problem hat und ich selbst ruhiger und lockerer mit der Situation umgehen kann.

Doch wie kann ich in eine Gesprächssituation gehen, wenn ich nun das Problem habe, über irgendetwas verärgert bin und diesen Ärger an den Mann, die Frau bringen möchte?

#### **4.2 Ich-Botschaften statt Du-Botschaften**

Du-Botschaften, wie „*du hörst damit auf ...*“/ „*das solltest du aber besser wissen ...*“/ „*du solltest dich schämen*“ usw. sind uns wohlbekannt, kommen häufig vor, aber haben ein Problem: Sie aktivieren schwere Geschütze voll Schuld, Urteil, Einschätzungen, Kritik und Zwang. Außerdem legen sie die andere Person auf eine bestimmte Rolle oder Verhaltensweise fest. Die andere Person hat dann wenig Chancen, aus dieser Festlegung herauszukommen.

*Ich-Botschaften belassen die Verantwortung bei dem, der eigentlich das Problem hat, also bei mir, der/die ich was loswerden möchte.* Ich-Botschaften lassen der anderen Person mehr Handlungsspielraum: Schutzreaktionen wie „Lass mich in Ruhe!“ oder sonstige Abwehrhaltungen sind weniger die Folge.

Es ist natürlich nicht einfach, von Du-Botschaft auf Ich-Botschaft umzustellen: Es bedeutet, dass man zunächst sich selbst und nicht das Gegenüber in den Blick nimmt, über sich selbst, den eigenen Frust, die eigenen Probleme reflektiert, bevor man die andere Seite damit konfrontiert. Doch die andere Seite hat dann wesentlich mehr Handlungsmöglichkeiten, mit meinem Problem umzugehen und vielleicht mir entgegenzukommen, wie wenn ich sie von vorne herein mit einer Du-Botschaft traktiere und sie lieber die Tür zuschlägt als über eine für uns beide passende Konfliktlösung nachzudenken.

Außer Ich-Botschaften senden und aktiv Zuhören gibt es noch wesentlich mehr Gesprächshaltungen, die für eine Konfliktlösung hilfreich sind. Einige davon möchten wir mal aufzählen:

### 4.3 Gesprächsförderer

- **In Beziehung setzen:** Das Gehörte nach dem Schema „einerseits – andererseits“, „teils – teils“, „sowohl – als auch“ ... ordnen
- **Nachfragen:** Verständnisschwierigkeiten klären (nicht interpretieren)
- **Wünsche herausarbeiten:** d.h. auch für Zwischentöne hellhörig sein
- **Umschreiben, mit eigenen Worten wiederholen**
- **Zusammenfassen**
- **Klären, auf den Punkt bringen:** dies trägt dazu bei, das Gespräch auf das Wesentliche zu konzentrieren
- **Weiterführen und Denkanstöße geben:** Mögliche Impulse: „Was wäre, wenn ...?“, „Welche Folgen hätte das ...?“, „Was könnte schlimmstenfalls geschehen, wenn ...?“

### 4.4 Gesprächsblockierer

Diese eher ablehnenden Botschaften haben die Tendenz, weiterführende, in die Tiefe gehende Gespräche zu verhindern.

- **Befehlen, kommandieren, anordnen:** „Hör auf zu jammern ...“
- **Warnen, drohen:** „Reiß dich zusammen, wenn du eine gute Note willst ...“
- **Moralisieren, predigen:** „Du solltest ...“, „du müsstest ...“
- **Belehren:** „Du musst die Dinge realistisch sehen ...“
- **Verurteilen, kritisieren, widersprechen, beschuldigen:** „Entweder bist du ganz faul oder aber ...“
- **Herunterspielen, bagatellisieren:** „Mach dir nichts draus!“, „War halb so schlimm ...“
- **Beschimpfen, Klischees verwenden, etikettieren:** „Du benimmst dich wie ...“

- **Interpretieren, analysieren, diagnostizieren:** „Du versuchst dich einfach zu drücken ...“



- **Ausfragen, verhören:**  
„Wo warst du?“, „Warum kommst du erst jetzt ...?“
- **Raten, Lösungen oder Vorschläge anbieten:**  
„Es ist gut für dich, wenn du ...“

Es gibt sicherlich noch weitere Gesprächsstörer, die hier nicht aufgezählt wurden, doch gerade die zuletzt genannten („Raten, Lösungen ...“) wollen wir noch etwas genauer unter die Lupe nehmen:

*Was soll schlecht daran sein, dem/der Anderen Ratschläge zu geben?*

Sicher sind viele Ratschläge und Lösungsvorschläge (gerade auch im kirchlichen Umfeld) gut gemeint – man möchte weiterhelfen, Probleme abbauen helfen. Das Problem daran ist aber, dass Lösungen, die andere Personen uns anbieten und auf die wir selbst nicht kommen, wesentlich weniger effektiv sind als Lösungen, die wir uns selbst erarbeitet haben. Die Dinge, auf die wir im Zusammenhang mit unserem Problem selbst kommen, leuchten uns viel mehr ein als möglicherweise aufgesetzte und unaufgefordert erhaltene Tipps. Die eigenen Lösungswege werden wir dann auch mit wesentlich mehr Engagement beschreiten.

#### **4.5 Wenn wir uns wieder mal im Kreis drehen**

Manchmal sind Konfliktsituationen so zerfahren, dass sich auch über längere Zeit keine „Besserung“ der Situation einstellt. Das kann damit zusammenhängen, dass eine bestimmte Lösungsstrategie für ein bestimmtes Problem über längere Zeit beibehalten wird, obwohl sich diese Strategie eigentlich als nicht wirksam erwiesen hat. Was sich einzig ändert, ist die Menge, die dabei eingesetzt wird.

Das Kind, das ungehorsam ist, wird ständig schwerer bestraft. / Der Freundin werden immer mehr Vorwürfe entgegengebracht. / Der Ehemann zeigt immer weitergehende Nachgiebigkeit ...

Dieses *Verhalten des „mehr desselben“* funktioniert nach oft unbewussten Spielregeln: Es ist nur eine Lösungsmöglichkeit erlaubt, sinnvoll und zulässig. Sie muss in ihrer Intensität gesteigert werden, wenn die Lösung noch nicht erreicht wurde. Außerdem darf nicht in Frage gestellt werden, dass dies nur die einzige Lösung ist.

Die Konsequenz aus der Fragwürdigkeit dieser Strategie des „mehr desselben“ ist ganz einfach: *Wenn ich Verhalten und Probleme verändern will, dann muss ich etwas anders machen, als ich es bisher gemacht habe.*

Anders handeln kann dann bedeuten, zu verzeihen oder die Veröhnung suchen, auf den anderen zuzugehen, obwohl eigentlich das „Ignorieren“ des Anderen jetzt „dran wäre.“

## **5. Jesus und Konflikte**

Erst kürzlich war ich (Karin) in einem christlichen Chat. Und da wir kein offizielles Thema hatten, bat ich die andern doch mal so loszulassen, was sie über „Jesus und Konflikte“ denken. Großes Schweigen und dann sagte einer: „Also, Jesus und Konflikte, das gibt es gar nicht.“ Eigentlich hoffte ich auf eine kontroverse Diskussion, aber darüber hatte sich noch keiner so richtig Gedanken gemacht. Und darüber nachdenken wollte auch keiner. Ist ja ok, ich hatte sie auch mit dem Thema ein bisschen überfallen. Trotzdem finde ich es schade, wie wenig Bewusstsein dafür da ist, wie Jesus als Mensch in Konfliktsituationen handelte. Aber wie oft auch verkannt wird, dass Jesus allein schon durch sein „Dasein“ ein wandelnder Konfliktauslöser war.

### **5.1. Jesus und die Ehebrecherin (Joh 8,2-11)**

Schauen wir uns mal die Geschichte mit der Ehebrecherin an. Die Schriftgelehrten brachten eine Frau zu Jesus, die sie beim Ehebruch

ertappt hatten. Nach jüdischem Gesetz war klar: diese Frau wird gesteinigt. Doch sie forderten Jesus heraus und baten ihn um ein Urteil. Das Ganze ging dann so aus, dass Jesus sagte: „Wer ohne Sünde ist, der werfe den ersten Stein auf sie.“

Wie geschickt Jesus da vorgeht! Er sieht dem Konflikt auf den Grund, sieht die verschiedenen Ebenen des Konflikts. Die Schriftgelehrten hätten nicht wirklich Jesu Rat benötigt, vielleicht wollten sie ihn hereinlegen, vielleicht waren sie auch nur neugierig auf die Reaktion?



Für die Frau ging es dabei um Leben oder Tod. Mit der Antwort Jesu bekamen die Schriftgelehrten die Chance, über Gottes Barmherzigkeit und ihr eigenes „Schuldenkonto“ nachzudenken. Die Frau bekam ihr

Leben nochmals geschenkt und so die Möglichkeit, ihr Leben hinfort anders zu gestalten.

Spannend ist dabei, dass es Jesus wichtig war, bei ALLEN Beteiligten einen selbstständigen Denkprozess anzustoßen.

## **5.2 Der Apostelkonvent**

Auch in den frühen christlichen Gemeinden gab es immer wieder heftigste Konflikte. In Apostelgeschichte 15, 1-31 wird von einem solchen berichtet. Hier treffen unterschiedliche Vorstellungen und Prägungen aufeinander. Bei diesem Konflikt in Antiochia geht es um die Frage, ob Heidenchristen beschnitten werden müssen (wie es Judenchristen aufgrund ihrer Tradition wurden<sup>5</sup>).

Der Streit wird so heftig, dass sie sich entschließen Hilfe von außen hinzu zu ziehen. Die Gemeinde schickt Paulus und Barnabas nach Jerusalem. Um es kurz zu fassen: Auch dort wird heftigst gerungen und gestritten. Doch den Konfliktparteien wird in den Verhandlungen

---

<sup>5</sup> Die Beschneidung war für das strenge Judenchristentum das vor Zeiten von Gott dem Abraham und seinen Nachkommen gegebene Bundeszeichen. Es versicherte die Juden ihrer Zugehörigkeit zum wahren Gottesvolk (vgl. Bornkamm 1987, S. 52ff)

gen deutlich, dass die allumfassende Gnade Gottes viel größer ist und die Schranken des Gesetzes, die es zwischen Juden- und Heidenchristen gab, überwand. Das Evangelium war damit für die Heidenchristen ohne Einschränkung (also auch ohne Beschneidung) frei.

Wenn wir diese Geschichte mal ganz lesen, wird uns auffallen, dass nicht explizit von Gott gesprochen wird oder von der Suche nach Gottes Willen. Die Menschen warten nicht auf eine „*himmlische Lösung*“ des Konfliktes. Aber die Art und Weise des Umgangs mit dem Konflikt hatte eine besondere Grundlage, nämlich die Liebe Gottes – und das bedeutete: im Gespräch bleiben, Lösungen gemeinsam suchen, alle Seiten betrachten, freundliche Aufnahme und Begleitung.

## **6. Fazit**

Das entscheidende ist für uns, dass all unser Handeln in Konfliktsituationen von Gottes Liebe bestimmt sein sollte. Wir sollten uns wirklich Mühe geben, das nötige Handwerkszeug zu erlernen, damit Konflikte für uns und unseren Nächsten, Mitmenschen eine wirkliche Chance zum befriedeten Leben werden. Denn auch für uns heute gilt:

„Selig sind die Frieden stiften, denn sie werden Gottes Kinder heißen“ (Mt 5,9).

## **7. Was uns bei diesem Thema wichtig ist**

### **7.1 Das Besondere an diesem Tag**

Konflikte sind ein bisschen wie das Salz in der Suppe. Sie nerven zwar ganz schön, wenn das Ergebnis einem den Tag versalzt, doch ohne Konflikte wäre es doch zu fade. Allein der richtige Weg ist schwer.

Ein bisschen besonders an dem Tag ist, dass wir uns mit einem Thema beschäftigen, dass alle betrifft.

Ein bisschen besonders ist auch, dass wir auch genügend Erfahrungen haben, um negative verlaufende Konfliktlösungen zu finden und sie darzustellen.

Ein bisschen besonders ist auch, dass wir auch positiv Konfliktlösungen aufzeigen können.

Aber ganz besonders ist an diesem Tag, dass es Gott ist, der uns zur Seite steht auf der Suche nach dem richtigen Weg und der richtigen Lösung. Ganz besonders ist auch, dass dieser liebende Gott uns hilft, aus den Scherben eines fehlgeleiteten Konfliktes wieder aufzustehen und neuen Mut und neues Vertrauen zu fassen.

## **7.2 Was wir an diesem Tag bewirken und vermitteln möchten**

Viele Jugendliche und Erwachsenen leiden darunter, dass ihnen die Konflikte über den Kopf zu wachsen scheinen. An diesem Tag wollen wir zunächst einmal bewusst machen: Du bist nicht allein! Anderen geht es oft genauso wie dir!!!

Wir wollen dann Mut machen, in Konflikten andere Wege zu beschreiten, anders zu handeln, statt „mehr desselben“. Ein ganz besonderes Vorbild ist dabei Jesus, der absolut unkonventionell anders gehandelt hat – völlig entgegen der Normen und Erwartungen und ohne Karrierechancen im Blick.



Wir wollen auch vermitteln, dass die Gemeinschaft mit Gott Halt und Geborgenheit bietet und einen anderen Blick und eine andere Zuehensweise auf Konflikte ermöglicht.

## **Literatur**

BORNKAMM, G.: Paulus. 6., unveränderte Aufl., Stuttgart u.a. 1987

- GORDON, T.: Familienkonferenz. Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind. München 1989
- HAUK-THORN, D.: Streitschlichtung in Schule und Jugendarbeit. Das Trainingshandbuch für die Mediationsausbildung. 2., überarbeitete Aufl., Mainz 2001
- JAT-ARBEITSHILFE 1998: Mittendrin – Im Auge des Orkans
- PALMOWSKI, W.: Der Anstoß des Steines. Systemische Beratungsstrategien im schulischen Kontext. 2., durchges. Aufl., Dortmund 1996
- REBEL, G.: Was wir ohne Worte sagen. Die natürliche Körpersprache. München, Landsberg am Lech 1993
- SCHULZ VON THUN, F.: Miteinander Reden 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation. Reinbek bei Hamburg 1981
- WEISBACH, C.-R.: Professionelle Gesprächsführung. Ein praxisnahes Lese- und Übungsbuch. 2., aktual. u. erweiterte Aufl., München 1994

Karin und Matthias Bäuerle, Kuchen

## **8. Kreatives Sammelsurium**

### **8.1 Opener, Einladung, All inclusive etc.**

#### **Opener**

- Szenen, in denen das Gespräch total aneinander vorbei geht? Z.B. Uli Keuler, „Geli“
- Jemand fängt mit allen, die rein kommen Streit an, motzt an der Kleidung rum etc. Oder zwei streiten die ganze Zeit am Eingang

#### **Einladung**

- Streiten in der Fußgängerzone. Sich laut anschreien. Eventuell Reaktionen der Leute mit Videokamera festhalten
- Lass mich in Ruhe: Ohropax oder etwas ähnliches zusammen mit der Einladung verteilen



### All inclusive

- Leute im Publikum verteilen, die sich während des Abends plötzlich laut zoffen und gehen. (oder Moderation, die sich über den Abend streitet, alleine bzw. von unterschiedlichen Orten moderiert)
- Jemanden auf die Bühne stellen, der die ganze Zeit nur

nervt – bis schließlich jemand ihm sagt: Lass uns endlich in Ruhe!!

- Jemand will sich streiten, damit es ihm besser geht und der andere fährt voll auf die psychologische Schiene ab. Oder reagiert überhaupt nicht. Oder sagt immer genau das Falsche
- Peanuts, „Zank in“ Luzi will ein „Zank in“ veranstalten und Snoopy zerstört ihre Pläne, indem er sie einfach küsst
- Lorient Szenen: aneinander vorbeireden, bzw. Streit in der Badewanne
- Zwei haben einen Konflikt miteinander und es werden drei mögliche Enden der Szene vorgestellt. Publikum stimmt ab, welches Ende es sehen will
- Talkshow, Konflikte werden vor laufender Kamera ausgegtragen. Man wirft sich Beleidigungen an den Kopf, beschimpft sich. Die Schimpfwörter werden weggepiept, der Moderator steht irgendwie dumm daneben
- Jemand sucht nur Ruhe und überall, wo er hinkommt, wird er gestört. Es kommt jemand, es passiert was, das Handy klingelt, etc.
- Lehrer/in versucht Ruhe in die Klasse zu kriegen, es funktioniert nicht

- Zwei fangen an während des Abends im Publikum zu streiten und schlagen sich. Irgendwie müsste die Sache aufgelöst werden durch Ansprache oder Moderation
- Stefan und Erkan: Willst du mir produzieren?
- „Tempelreinigung“: eine Art Hausmeister oder Älteste der Gemeinde kommt rein und schreit rum, was sie aus seiner Kirche gemacht wurde und wie es da aussieht. Dass man sie jetzt wieder neu einweihen müsste, weil der Heilige Geist ja jetzt verjagt sei, etc.

## **8.2 Video, Foto, Kreativ etc.**

### **Video**

- Film: „Der Rosenkrieg“ zeigt, wie ein Streit eskalieren kann
- Konfliktsituationen aus Filmen, Beziehungskisten
- Musikvideo zu R. Kelly, „If I could turn back the hands of time“
- Streit filmen – wie es hätte laufen können, wie es tatsächlich lief
- Heinz Becker-Situation
- Lorient
- „Was Frauen wollen“ mit Mel Gibson

### **Foto**

- Bilder, die Streit/Konflikt symbolisieren: Sturm, Ausbrüche, Gewalt
- Konflikt zeigen, dann aber krasser Gegensatz, irgendwelche Bilder mit kompletter Ruhe
- Fotostory „Streit“ wie in der Bravo

### **Kreativ**

- Kleine Ecke im Raum. Separee. Kassettenrekorder mit Meeresmusik o.ä. Dort kann man hingehen, wenn man seine Ruhe will. Evt Raum der Stille für alle öffnen
- Gegensätzliche Farben, Kontrastfarben und Kompromissfarbe
- Salzstreuer, Gewürze, Maggi Fix Suppenpackung (Salz in der Suppe)

- Zwei streitende Hände, Fäuste die gegeneinander stehen, in der Mitte die Versöhnung
- Zwei Leute, die auseinanderlaufen, in der Mitte Explosion
- Boxhandschuhe, Sandsäcke, Baseballschläger, brennende Mülltonne

### 8.3 Musik, Symbol und Sprache, Bar

#### **Musik (Lieder zum Thema)**

- Elton John, "Sorry seems to be the hardest word"
- Rolf Zuckowski, „Frühstück für Mama und Papa“
- Schiller, "Ruhe"
- Tic Tac Toe, "Verpiss dich"
- Herbert Grönemeyer, „Was soll das“
- Leonard Bernstein, "Westside Story"
- Rolf Zuckowski, „Lieder, die wie Brücken sind“
- Fury in the slaughterhouse, "Hang the DJ"
- Spiel mir das Lied vom Tod
- Die Ärzte, „Shundersong“
- Die Prinzen, „Du musst ein Schwein sein“
- Die Prinzen, „Gaby und Klaus“
- Die Toten Hosen, „Willi muss ins Heim“
- Cat Stevens, "Father and son"
- Hella Heizmann, „Halt die Klappe alter Frosch“
- Bettina Wegener, „Sind so kleine Hände“
- Hoffmann & Hoffmann, „Rücksicht“
- Badesalz, „Gereizt“
- Badesalz, „Tamagotchi“



#### **Musik (Ideen)**

- Lord of the dance (Kreuz & Quer)
  - Percussion-Röhren (Plastikröhren ergeben bei Schlägen Töne)
- Band-Probe. Streit in der Band. Zur Versöhnung werden neue Instrumente

gekauft

- Es war Nacht (Feier Jesus I)

### **Symbol und Sprache (Texte)**

- Ich brems auch für Männer!
- Taxi Sharia: Fahre Memphis
- Johann Laafer kocht. Sprachliche Missverständnisse
- Uli Keuler: Geli
- Bilderbuch: Halali (Pixi-Buch)
- Buch: Walter Müllers: Das Tier
- Bilderbuch: Wer hat dem Maulwurf auf dem Kopf gemacht? (Konfliktlösung)
- Lindgren: Michel und sein Papa
- Bilderbuch: Nina und der 60°C
- Bilderbuch: Schreimutter
- Gerhard Zwerenz: Nur nichts gefallen lassen

### **(Ideen)**

- Mein Haus, mein Auto, mein Boot. Man prügelt sich um die Sachen.
- Konfliktberatung
- Brüllmotette
- Verschiedene Konfliktstrategien werden gegeneinander ausgespielt

### **Bar**

- Nonverbale Kommunikation an der Bar
- Grotenschlechter Drink. Lassen wir's drauf ankommen
- Man schlägt sich mit dem Keeper um den Drink
- Schlecht gelaunter Barkeeper

## **8.4 Theater, Pantomime, Tanz**

### **Theater**

- Lorient, Szenen aus der Ehe
- Konflikt mit unterschiedlichen Enden
- Kleinigkeiten, die man gerne so macht und der andere stört sich daran (Kinder bauen im Sandkasten eine Burg,

Kinder streiten sich über die Art und Weise der Burgarchitektur)

- Wortspiel: eine/r sagt, der andere hört etwas anderes. Ständige Wiederholung und Steigerung (z.B. a) Ich habe Lust auf Schokolade. b) Ich habe aber keine Milka. a) Ich habe nicht Milka gesagt, sondern Schokolade. b) Ich habe auch kein Ritter Sport.....)
- Gemeindegrenzkonflikte (Konflikte, die hinten herum ausgeglichen werden mit Einzug neuer Konfliktparteien. Konflikte, die plötzlich ohne Ansage ausbrechen. Konflikte, die von Generation zu Generation weiter vererbt werden
- Konfliktlösungsverkäufer. Für jeden Konflikt das passende Pflaster, welches meist nicht passt
- Familientherapie. Lösung wird gefunden, bedarf aber eines langen Atems und vieler Sitzungen (Zeitraffer bzw. mehrere Szenen

### **Pantomime**

- Jemand will helfen, der andere will es nicht. Der erste sieht es aber nicht und dringt weiter auf den zweiten ein
- Magnet: Pole stoßen sich ab bzw. ziehen sich an (Umpolen)
- Steigerung des Konfliktes: vom Verbalen über kleine Bälle, die dann ständig größer und schwerer werden bis zum großen Erdball des Kinder- und Jugendwerk
- Innerer Konflikt. Zwei Seiten einer Person streiten miteinander, indem sie auseinander treten und sich bekämpfen (z.B. mit Schwarzlicht als Methode)

### **Tanz**

- Konflikt-Ausdruckstanz (Schattenboxen, Tae Bo)
- Tanz zu „Krieg“ von Marius Müller-Westernhagen
- West Side Story (Männer und Frauen bzw. die Gangs)
- Zwei Gruppen, die unterschiedliche Musiken haben und sich mit Lautstärke bekämpfen bis zum großen Knall. Danach Versöhnung und Friedenstanz (als zweiter Tanz)
- Tanz zu „Beat it“ (Michael Jackson)

## Lass mich nicht allein!

„Lass mich nicht allein!“ Das hören wir von Kindern, von Freunden, von Erwachsenen und von Menschen, von denen wir es nie erwartet hätten. „Lass mich nicht allein!“ Dieser Satz drückt Angst vor Zukünftigem, vor Situationen aus, die wir nicht durchschauen können und deren Ausgang wir nicht planen können. „Lass mich nicht allein!“ heißt, wir brauchen jemanden, der bei uns ist. Wir sehen in unserem Gegenüber und in uns selbst die Angst vor dem Alleinsein, vor der Einsamkeit.

Wir Menschen haben ein Grundbedürfnis nach Nähe, nach einer Person in unserer Nähe. Der Psychologe Erich Fried sagt sogar, dass in uns ständig diese Angst vor der Einsamkeit mitschwingt und wir deshalb unbewusst durch unser Verhalten dieser Angst entgegensteuern und versuchen, nie allein zu bleiben.

### 1. Einsamkeit in meinem Leben

Welche Situationen fallen dir ein, wenn du den Begriff „*Einsamkeit*“ hörst? Ich dachte spontan an meine ersten Tage in Schwäbisch Gmünd, als ich frisch eingezogen war und ich noch der Einzige auf dem Stock war. Da war ich dankbar für jedes Telefonat und jede Mail, für jeden Kontakt, der mich wissen ließ, dass ich trotz des Umzugs nun nicht alleine war.



Und ich erinnere mich an meine Zeit im Krankenhaus, als mein Kiefer operiert wurde und ich große Angst vor der Operation hatte. In diesen Momenten habe ich mich nach Freunden und nach meiner Familie gesehnt, die mir deutlich machen sollten, dass ich nicht alleine mit meiner Angst war. „Lass mich nicht allein!“

Einsamkeit fühle ich ganz tief in mir. Jeder von uns fühlt anders und kann damit anders umgehen. Jeder nimmt auch die Emotionen, die Einsamkeit mit sich bringt, anders auf.

Reinhard Mey beschreibt die Gefühle und die Situation der Einsamkeit in seinem Lied „Allein“ folgendermaßen:

„Er drang mir in die Seele, weiß Gott wie er mich traf,  
der Spott der guten Kinder, ich war das schwarze Schaf.  
Im Pausenhof, die Tränen niederkämpfend stand ich stumm,  
der Inhalt meines Ranzens lag verstreut um mich herum.  
Wie wünscht' ich mir beim Aufsammeln eine helfende Hand,  
ein Lächeln, einen Trost, und da war keiner, der sich fand.  
Ich hatte keinen Freund und schlechte Noten, ist ja wahr,  
und unmoderne Kleider und widerspenst'ges Haar.

Allein,  
wir sind allein.  
Wir kommen und wir gehen ganz allein.  
Wir mögen noch so sehr von Zuneigung umgeben sein:  
Die Kreuzwege des Lebens gehen wir immer ganz allein.  
Allein,  
wir sind allein,  
wir kommen und wir gehen ganz allein.“<sup>6</sup>

Das klingt ziemlich trostlos und nicht sehr nach Hoffnung und der Aussicht auf besser Wetter. Ist es wirklich so negativ, das Alleinsein, wie es Reinhard Mey darstellt? Ich fragte Menschen auf der Straße, Kinder, Jugendliche und Erwachsene nach ihren Assoziationen zu den Begriffen „Einsamkeit“ und „Alleinsein“ und merkte bald, dass ich dabei differenzieren muss.

„Allein ist allein“, sagte eine junge Frau. „Da ist keiner mehr um dich herum.“ Ich bin allein, für mich selbst; es ist keiner mehr da, außer mir selbst. Ich bin auf mich selbst gestellt. Doch dieses **Alleinsein** kann ich teilweise auch selbst bestimmen. Ein anderer sagte: „Alleinsein ist schön, wenn man genervt ist.“ Ich kann mich aus einer Gruppe ausklinken, wenn es mir zuviel wird, kann eigene Wege gehen und so selbst über meinen Weg entscheiden.

---

<sup>6</sup> Reinhard Mey: *Allein*; aus der CD „*Farben*“

Die andere Seite ist die **Einsamkeit**. Jemand sagte das Stichwort „einsam unter vielen“ und brachte damit zum Ausdruck, dass ich mich zwar in einer Gruppe aufhalten kann, dennoch von den anderen emotional getrennt sein kann. Vielleicht, weil ich gemieden werde, weil meine Meinung ständig übergangen wird und ich so klein und unbedeutend gemacht werde. Da fühle ich Einsamkeit in der Gruppe. Eine andere Person möchte in diesen Situationen nur traurige Musik hören, möchte hören, was ihre Gefühle widerspiegelt.

Kinder trennen noch nicht und beides ist für sie mit Kälte, Angst und Traurigkeit verbunden. Sie erinnern sich an Situationen, in denen sie im Stich gelassen wurden und alleine dastanden. In ihrer starken Schutzbedürftigkeit erleben sie tiefen Schmerz und wissen nicht, wie sie damit umgehen können und sollen. Oft bleibt ihnen nur der Aufschrei „Lass mich nicht allein!“ gegenüber ihrer Eltern und Freunde, den Vertrauenspersonen.



Ich freute mich über Gedanken einer Kommilitonin, die sagte: „Alleinsein ist auch Selbsterfahrung und Erkenntnis.“ Da wendet sich auf einmal das Blatt und es kommen positive und konstruktive Gedanken ins Spiel. Da wird aus Angst ein Finden des inneren Ichs, da lerne ich, nur auf mich selbst konzentriert, mich selbst und meine Bedürfnisse und Fähigkeiten kennen.

Diese zwei Pole des Themas möchte ich später aufgreifen und vertiefen.

## **2. Einsamkeit im Leben Jesu**

In diesem Teil möchte ich der Frage nachgehen, ob es im Leben Jesu Einsamkeit gegeben hat. Pater Anselm Grün hat dies in einem Buch sehr schön ausgearbeitet und so will ich ihn an einigen Stellen zitieren.

Jesus war in seinem Leben ständig von Leuten umgeben, die von ihm geheilt werden wollten oder die sich von ihm die Hände auflegen lassen wollten. Ständig musste er den Andrang und den Druck aushalten, den die Menschen um ihn herum auf ihn ausübten. Und in diesen Situationen suchte Jesus die Einsamkeit, zog er sich in die Stille zurück. „Er hat die Einsamkeit gebraucht, um mit sich und seiner Quelle in Berührung zu kommen. In der Einsamkeit erfuhr er die Zweisamkeit mit seinem himmlischen Vater.“ Ganz bewusst war dieser Rückzug ein neues Auftanken und ein Durchatmen und Kraft schöpfen.

Doch auch unter den Menschen war Jesus einsam. Johannes spricht über ihn: Aber Jesus vertraute sich ihnen nicht an; denn er kannte sie alle und bedurfte nicht, dass ihm jemand Zeugnis gab vom Menschen; denn er wusste, was im Menschen war.“ (Joh. 2,24-25). „Jesus begegnete jedem Menschen mit großer Offenheit. Aber es gab auch etwas in ihm, das er den anderen nicht preisgab, das er allein für sich behielt. Bei aller Nähe blieb eine Distanz. Er hatte zwar Freunde und Freundinnen, wie Lazarus, Maria und Marta. Aber im Grunde seiner Seele blieb auch ein Stück Einsamkeit und Unverständnis.

Jesus war anders als die Menschen. Er konnte sich selbst seinen Jüngern nicht verständlich machen. Sie interpretierten ihn immer wieder falsch. Sie verstanden nicht, was er meinte. Als er vom Berg der Verklärung kam, stieß er auf seine Jünger, die unfähig waren, den besessenen Jungen zu heilen. Anstatt sich auf den Jungen einzulassen, stritten sie mit der Menge.“ Da sagte Jesus zu ihnen: „O du ungläubiges Geschlecht, wie lange soll ich bei euch sein? Wie lange soll ich euch ertragen?“ (Markus 9,19). Es war für Jesus schwierig, dass ihn auch seine Jünger, seine engsten Vertrauten und Gefährten nicht verstanden.

Eine weitere Situation, in der Jesus Einsamkeit erlebte, ist uns bekannt. „Als sich Jesus am Ölberg einsam fühlte und auf die Nähe seiner Jünger angewiesen war, flüchteten die Jünger in den Schlaf. Enttäuscht sagte er zu Petrus: „Simon, schläfst du? Vermochtest du nicht, eine Stunde zu wachen?“ (Markus 9,19). Jesus rang mit Gott im Gebet. Als er wieder zu den Jüngern kam, waren sie trotz seiner Ermahnung wieder eingeschlafen. Bei seiner Gefangennahme „ver-

ließen ihn alle und flohen.“ (Markus 14,50). Petrus verfolgte das Geschehen von weitem. Doch als ihn eine Magd und später andere umstehende Leute dreimal auf Jesus ansprachen, verleugnete er Jesus jedes Mal. Er schwor: „Ich kenne den Menschen nicht, von dem ihr redet.“ (Markus 14,71). Jesus starb am Kreuz, alleingelassen von seinen Jüngern. Nur einige Frauen, die ihn begleitet hatten, sahen von weitem zu. (Markus 15,40f).“

Wie ging nun Jesus mit dieser Einsamkeit, die er unter Menschen erlebte, um? Kann er uns ein Vorbild sein? Können wir uns an ihm ausrichten, um so mit unserer Einsamkeit zurecht zu kommen? „Im Johannesevangelium wird deutlich, dass Jesus seine Einsamkeit annehmen und aushalten konnte, weil er sich mit seinem Vater im Himmel eins wusste: „Siehe, es kommt die Stunde und ist schon gekommen, dass ihr zerstreut werdet, ein jeder in das Seine, und mich alleine lasst. Aber ich bin nicht allein, denn der Vater ist bei mir.“ (Joh. 16,32). Die Menschen verließen ihn. Selbst seine Jünger zogen sich auf sich selbst zurück, jeder in sein Haus. Jeder kreiste



nur um sich selbst. Jeder mochte nur seine eigene Haut retten. Doch gerade in dieser Einsamkeit, in diesem Verlassenwerden von Freunden fühlte sich Jesus nicht allein. Denn sein Vater war bei ihm. Das verwandelte seine Einsamkeit. Sie wurde zum Eins-Sein mit dem Vater und im Vater mit sich selbst.“

### 3. Jesus teilt unsere Einsamkeit

Wie gehen wir mit unserer Einsamkeit um? Wie gehen wir weiter, wenn wir scheinbar von allen verlassen und vergessen sind? Wo ist unser Halt, wenn wir niemanden sehen, der mit uns geht?

Anselm Grün schreibt weiter: „Einsamkeit kann auch schmerzlich sein. Ich fühle mich missverstanden, allein gelassen. Keiner geht mit mir, wenn es ernst wird. Keiner steht zu mir, wenn ich scheitere. Alle wissen es besser. Sie lassen mich im Regen stehen. Jesus ist nicht der erfolgreiche Mensch, sondern der einsame, der vieles von

dem, was ihn bewegt, anderen nicht mitteilen kann. Das tröstet mich in meiner Einsamkeit. Jesus ist für mich der, der durch alle Situationen meiner Einsamkeit mit mir geht. In seiner Nähe fühle ich mich manchmal nicht mehr einsam. In der Beziehung zu ihm wage ich es, vor mir selbst meine Einsamkeit einzugestehen, sie anzuschauen und auszuhalten.“ Und dann wird aus dieser Einsamkeit nicht nur eine „dichte Erfahrung des nahen Gottes“, sondern auch eine „beglückende Erfahrung des Einsseins mit Gott“<sup>7</sup>.

Dag Hammarskjöld, der als Generalsekretär der Uno wie kaum ein anderer die Geschicke der Welt beeinflusst hat, durchlebte wie Jesus eine tiefe Einsamkeit. Aber er hatte im Glauben einen Weg gefunden, mit seiner Einsamkeit umzugehen. Er fasste seinen Weg in die Worte: „Bete, dass deine Einsamkeit zum Stachel werde, etwas zu finden, wofür du leben kannst, und groß genug, um dafür zu sterben.“

Gott will uns nicht nur für unsere eigene Einsamkeit sensibilisieren, sondern uns auch die Augen für die Menschen, die Freunde um uns herum öffnen. Auch auf JAT erleben wir Jugendliche, die einsam sind, obwohl sie mit uns in der Gruppe leben und mit uns durch die Woche gehen. Ganz bewusst können wir uns Gott zur Verfügung stellen, um diese Jugendlichen wahrzunehmen, ihnen ein Gespräch anzubieten und ihnen so das Gefühl zu geben, dass sie nicht einsam sind, sondern in der Gruppe aufgenommen. Wir dürfen uns gegenseitig zusprechen: „Du bist nicht allein. Niemand auf der Welt ist allein. Da draußen sind so viele - denen geht's so wie dir. Niemand auf der Welt ist allein.“<sup>8</sup> Und wir dürfen das Gefühl weitergeben, dass wir einander brauchen und jeder wichtig und angenommen ist. Dies können wir jedoch nicht, indem wir pauschal sagen: „Gott ist bei uns und das wird schon wieder mit deiner Einsamkeit!“ Nein, ein solches Gespräch erfordert Nähe und Vertrauen. Mein Gegenüber muss spüren, dass ich voll und ganz für ihn/sie da bin und ich ihr/ihm meine Nähe, mein Verstehen und meine Zeit schenke. Erst dann kann sich mein Gegenüber öffnen und wir können gemeinsam erfahren, was uns verbindet und so die Einsamkeit

---

<sup>7</sup> Alle Zitate aus: Anselm Grün: *Jesus der Einsame* aus: Bilder von Jesus, S. 170-172

<sup>8</sup> aus: Jule Neigel: *Du bist nicht allein*

von uns nimmt. Dafür schenke uns Gott in diesen Tagen den Blick und gute Gedanken und Worte.

#### **4. Allein – und doch glücklich**

Ich habe schon weiter vorne geschrieben, dass das Alleinsein auch von mir gewollt sein kann. Dass ich ganz bewusst diesen Weg wähle. Doch warum? Alleinsein hat eine positive Seite, die ich ganz deutlich machen will und zu der ich uns einladen möchte.

Meine Kommilitonin sprach von „Selbsterfahrung“ und „Erkenntnis“. Sie meinte, dass ich nur zu mir selbst finde, wenn ich auch die Ruhe habe, wenn ich nur mich wahrnehmen kann, wenn ich durch niemanden abgelenkt werde.

In einem anderen Buch schreibt Anselm Grün über das Alleinsein und ich möchte mich ihm anschließen: „Das Alleinsein kann auch ein Segen sein. Ohne Alleinsein gibt es keine wirkliche Gottesbeziehung und keine ehrliche Selbsterkenntnis.(...) Alle großen Religionsstifter haben diese Wüsten Erfahrung des Rückzugs von den anderen gemacht. Auch Jesus ist den Weg des Alleinseins gegangen, als er 40 Tage in der Wüste gefastet hat. Da hat er sich mit seiner eigenen Wahrheit konfrontiert und er hat Gott, seinen Vater, auf neue Weise gefunden. (Matth. 4). Wenn du den Mut findest, allein zu sein, kannst du auch entdecken, wie schön es sein kann, einmal ganz für sich zu sein, nicht vorweisen, nicht beweisen, sich nicht rechtfertigen zu müssen. Da kannst du vielleicht die Erfahrung machen, dass du ganz und gar mit dir eins bist. Das steckt ja in dem Wort Alleinsein = all eins sein.“

Hier bekommt dieses Wort für mich eine ganz neue Dimension, hier öffnen sich Horizonte. Doch Anselm Grün geht noch weiter und zeigt uns zwei tiefere Bedeutungen des „all eins seins“.



Zum einen bin ich mit mir ganz eins. „Die Suche nach Einheit war schon für die Griechen typisch. Sie fühlten sich zerrissen zwischen den verschiedenen Wünschen und Bedürfnissen. Wir verstehen heute diese Sehnsucht nach Einheit wieder neu. Denn auch wir fühlen uns angesichts der Pluralität des Daseins hin- und hergezerrt zwischen den verschiedensten Angeboten, zwischen den verschiedensten eigenen Strebungen. Wie finde ich bei dem vielen, das ich in mir entdecke, zu meiner Einheit, zu der Klammer, die alles miteinander verbindet?“

Zum anderen bin ich mit allem und allen eins und fühle mich mit allen Menschen solidarisch und eins. „Je mehr ich mich meiner eigenen Einsamkeit stelle, desto tiefer fühle ich mich mit den Menschen um mich herum verbunden. Das haben die frühen Mönche erfahren, die bewusst in die Einsamkeit gegangen sind. Sie haben sich zurückgezogen von den Menschen, um auf einer tieferen Ebene mit ihnen eins zu werden. (...) In meiner Einsamkeit entdecke ich meinen eigenen Grund. Und in diesem Grund bin ich tief verbunden mit allen Menschen. Da spüre ich, dass mir nichts Menschliches fremd ist, dass ich im Innersten mit allen Menschen zusammenhänge.“<sup>9</sup>

Das Nachdenken über mich selbst, die Auseinandersetzung mit meiner Einsamkeit führt mich zu anderen Menschen, die mir wichtig werden und mit denen ich mich verbunden fühle. So wirkt sich eine Wüstenerfahrung gleich auf zweifache Weise aus: Ich komme mir und den Menschen um mich herum nahe.

Sven Hedin sagte einmal: „Von Zeit zu Zeit braucht jeder Mensch ein wenig Wüste.“ Dies drückt gleichzeitig die Notwendigkeit aus, sich selbst zu hinterfragen und sich selbst immer wieder neu zu orientieren und dabei auch manch notwendigen Frieden herzustellen. Dietrich Bonhoeffer sagte: „Es liegt im Stillesein eine wunderbare Macht der Klärung, der Reinigung.“<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup> Alle Zitate aus: Anselm Grün: *Der Engel des Alleinseins* aus: Engel für das Leben, S. 56-57

<sup>10</sup> aus: Silke Pindl: *Sammlung der schönsten Zitate von Dietrich Bonhoeffer*

Und dazu möchte ich uns in den Tagen der JAT-Einsätze ermutigen. Dass wir uns Zeit nehmen, Wüstenerfahrungen zu machen, das jeder und jede die Möglichkeiten hat, allein zu sein, um sich so neu von Gott füllen zu lassen, um so neu zu sich selbst zu finden und um so neu die Menschen um sich herum zu entdecken und unter ganz anderen und neuen Vorzeichen zu erleben. Ich wünsche mir, dass wir gemeinsam eine Atmosphäre schaffen, die für Momente des Alleinseins Raum bietet und die Mut macht, sich selbst auf den Weg zu machen. Gott segne und begleite uns dabei.

### **5.1. Das Besondere an diesem Abend**



Wir dürfen uns zusprechen, dass in den Zeiten der Einsamkeit Gott bei uns ist und uns ermutigen, das Alleinsein als eine positive, konstruktive und reinigende Kraft zu entdecken, die uns die Augen für uns selbst und unsere Mitmenschen öffnet und neue Chancen bietet.

### **5.2. Was möchte ich bewirken?**

Gott kann uns Augen für die Menschen um uns herum schenken, die einsam sind und die sich verlassen vorkommen. Dabei dürfen wir mit offenen Herzen eine ganz neue Sensibilität von Gott empfangen und lernen, Menschen zu trösten und ihnen Mut zuzusprechen.

Ich freue mich, wenn sich viele von uns auf den Weg einer Wüsten- erfahrung machen und sie durch eine intensive Zeit mit sich selbst und mit Gott ganz neu von ihm gefüllt werden. So können sie mit offenen Armen und Herzen die Liebe Gottes weiter tragen.

### **5.3. Was möchte ich vermitteln?**

Nicht nur wir Menschen heute erleben Einsamkeit, sondern schon Jesus war unter den Menschen einsam. Er richtete sich ganz nach Gott, seinem Vater, aus und bekam neue Kraft von ihm. Genauso dürfen wir uns in unserer Einsamkeit auf Jesus ausrichten, der uns deutlich macht, dass wir nicht alleine sind, sondern dass Gott für uns da ist und uns dabei gegenseitig Mut machen und unterstützen.

Alleinsein hat zwei Seiten, die wir beide erleben können. Uns tut von Zeit zu Zeit eine Wüstenerfahrung gut, eine Zeit, in der wir uns auf uns selbst und Gott konzentrieren und dabei die Stille und Abgeschlossenheit suchen. So werden wir neu von Gott gefüllt, erfahren eine neue Einheit in uns selbst und mit den Menschen um uns herum, die uns befähigt, Gottes Liebe weiterzutragen.

Sebastian D. Hecke, Schwäbisch Gmünd

### **Verwendete Literatur:**

- Lutherbibel in der revidierten Fassung von 1984
- Anselm Grün: *Bilder von Jesus*, Vier-Türme Verlag München, 2001
- Anselm Grün: *Engel für das Leben*, Herder-Verlag Freiburg, 2001
- Silke Pindl: *Sammlung der schönsten Zitate von Dietrich Bonhoeffer*, 2001

## **6. Kreatives Sammelsurium**

### **6.1 Opener, Einladung, All inclusive etc.**

#### **Opener**

- Eine Ecke der Ruhe einrichten, in der man allein sein, sich setzen, entspannen und Zeit für sich haben kann
- Niemand darf allein rein (Einzelpersonen müssen warten bis eine Gruppe bzw. die nächste Einzelperson kommt)

- Aufgaben stellen, die man eigentlich nur zu zweit machen kann (z.B. Zelt aufbauen)
- Kettenfange: immer zwei müssen fangen; oder einer kann sich retten, indem er sich bei zwei einhakt und der dritte im Bund muss dann weiter fangen (kann nur im Freien gespielt werden, da es Platz benötigt)
- Memory: Bilderpaare beim Eingang verteilen und dann sich suchen lassen (evtl. auch erst während des Abends)

### **Einladung**

- Als berühmte Paare verkleiden: die Alten aus der Muppet show, Harry und Sally, Dick und Doof, Don Camillo und Peppone, Winnetou und Old Shatterhand
- Mega-Memory: große Bilder in der Fußgängerzone auslegen
- Nimm zwei verteilen
- Leuten hinterhergehen und nachahmen

### **All inclusive**

- Personen mit bestimmten Kennzeichen werden „abgeschoben“ in die Einsamkeit (gekennzeichneter Bereich)
- freiwillige Person suchen, die von der Umwelt abgeschirmt wird (Hörschutz, schwarze Brille) und kriegt einen Beitrag lang nix mit. Wird danach interviewt, wie sie sich alleine und einsam inmitten von Leuten und inmitten des Geschehens findet, evtl auch auf die Bühne setzen
- Uli Keuler Geli
- Dinner for one
- Alleinzonen im Raum (Betreten verboten)
- Zwei Personen, die zusammen gehören, rennen dauernd durch den Raum



- Gruppen werden gebildet, sie erhalten Namen und müssen sich durch rufen ihrer Familiennamen finden, ähnliche Namen: Mayer, Bayer, etc.
- Käfig im Raum, in dem einer allein sitzt oder tanzt (Rave-night von BTV)
- Zwei in einem großen Getümmel, z.B. BUJU und der eine hat in der Masse Angst, verloren zu gehen und schreit immer: Lass mich nicht allein
- Big Brother, GirlsCamp, BigDiet: Du bist nicht allein! Kameras im Raum verteilen
- Im Chat-Raum will ich nicht allein sein
- Kleidungsstücke, die allein keinen Sinn machen: Schuhe, Socken, Handschuhe; jemand rennt dauernd durch den Raum und sucht das passende Stück dazu
- Folge von Schweine im Weltall: Sie entdecken, dass sie im Weltall nicht allein sind
- Schnaps trinken: auf einem Bein kann man nicht stehen
- Telefonseelsorge an Weihnachten: alle rufen an, weil sie die Einsamkeit nicht mehr ertragen
- Moderne Kommunikation: a und b wollen miteinander reden, sie sprechen sich nur immer gegenseitig auf den Anrufbeantworter
- Uhr: was ist schon der eine Zeiger ohne den anderen
- Kleidungsstücke zusammen nähen
- Durchsage, den ganzen Abend: Der kleine Herbert möchte von seinen Eltern abgeholt werden...
- Werbungen: Einsam? Ruf mich an:  
0190/8736255472292994947722424598347698769  
86236
- Begleitservice: Um nicht allein hingehen zu müssen, kann Mann oder Frau sich eine Begleitung kommen lassen, um dann z.B. auf dem Klassentreffen so richtig angeben zu können und nicht zugeben zu müssen, noch immer allein zu sein
- Sandmann: er ist immer allein
- Selbsterfahrungsgruppe von Managern, die ein Wochenende allein im Wald verbringen müssen und kein Handy oder Laptop haben dürfen

- Pickeldi und Frederik: Du, Frederik, was ist allein sein? Pickeldi, nichts leichter als das, komm mit (oder bleib da!)
- Dschungelbuch, Elefanten werden gefragt, wer sich freiwillig melden will: Alle Freiwillige einen Schritt vor! – alle Elefanten gehen einen Schritt zurück



## 6.2 Video, Foto, Kreativ etc.

### **Video**

- Charlie Braun: Leines und seine Schmusedecke
- Kevin allein zu Haus
- Zeit des Erwachens, der Aufgewachte sagt in einem Moment der Klarheit, dass er Angst hat, wieder in diese Einsamkeit abzutauchen
- Verzweiflungsschrei „Lass mich nicht allein“
- Musikvideo „Enter Sandman“ von Metallica
- Musik „Lonely“ von Nana
- Musik „So lonley“ von Police
- Abschiedsszenen... sterben
- Nahaufnahme auf ein Gesicht, das laut einen Namen schreit, dann Zoomfahrt zurück und es wird klar, dass diese Peron in einer riesigen Menschenmenge steht und den anderen nicht findet
- Jever Werbung... -> raus ausm Trubel

### **Foto**

- Einsame Menschen, Einsamkeit visualisieren
- Geschichte „Das kleine Etwas“
- Außenseiterrollen
- Anschlüsse (Hydrant: Wasser des Lebens, Steckdose: Kraft, Energie, Telefon: Gebet...)
- Kontaktanzeigen, Wand zum Hinpinnen
- Leere Papiere auf die Tische, Papierbahnen hängen von Decke, Bühne: weiss, leer – ganz schön einsam hier
- Schatten – man ist eigentlich nie allein (Spiegelbild)

- Eine Verbindung zu Gott ist immer da, auch wenn wir es nicht immer spüren – Verbindungen schaffen zum „Anschluss“ finden

### **6.3 Musik, Symbol und Sprache, Bar**

#### *Musik (Lieder zum Thema)*

- Hella Heizmann „Denn er hat seinen Engeln befohlen“
- Jule Neigel „Allein“
- Sasha „Lonely“
- Schulze „Wann immer du mich brauchst, bin ich für dich da“
- PUR „Ich will kein in mich mehr sein“
- Nena „Leuchtturm“
- Musical Elisabeth „Mama wo bist du?“
- Jesus Christ Superstar „Gethsemane“
- Adrian Snell „The Passion“
- Albert Frey „Gott sieht unsere Tränen“
- Goompie „Alice“
- Rolf Zuckowski „Es ist nacht und kannst wieder nicht schlafen“
- PUR „Wenn sie diesen Tango hört“
- PUR „Der Mann am Fenster“
- Herbert Grönemeyer „Ich dreh mich um dich“
- Badesalz „Mitesszentrale“
- Nimm Zwei „Ein Herz für dich“
- Ararat „Dennoch“
- Ararat „Nachtlied“
- Ararat „Leises Glück“
- Queen „Bohemian Rhapsody“
- 4 the cause „Stand by me“
- Ararat „Wenn du willst“
- Obercoole Südpol „Gang ich hab nen Freund“
- T-PATT „Wake up“

#### **Musik (Ideen)**

- Bist du ein Haus aus dicken Steinen
- Tagesanfang: Hell und still noch ist alles wie ich will (Feiert Jesus 1)

- Parodie auf Hänschen klein

### **Symbol und Sprache (Texte)**

- Spuren im Sand
- Birger Selin „Ich will kein in mich mehr sein“
- Die 13 ½ Leben des Käpt'n Blaubär
- Der kleine Prinz
- Jan und Julia allein zu Haus
- Tim und Pia Ganz allein
- Ronja Räubertochter
- Hänsel und Gretel
- Michel von Lönneberga im Schuppen

### **(Ideen)**

- Gespräch zwischen Fingerhandschuh und Fäustling
- Gespräch zwischen zwei einzelnen Socken
- Kevin allein zu Haus/in New York
- Sprechmotette einsame Menschen Gefängnis, Nordpol, Bergwerkschacht...
- Das Leben des Brian, Szene: Eremit



### **Bar**

- Getränke immer nur für zwei Personen
- Drink, den man nicht alleine trinken darf
- Eimer mit vielen Strohhalm
- An die Bar darf man nur allein

## **6.4 Theater, Pantomime, Tanz**

### **Theater**

- Typische Cliquesituation auf dem Schulhof.... einer ist immer alleine und bleibt übrig
- 2 Konfliktparteien streiten sich, und die 3. Partei ist immer der Buhmann → verschiedene Szenen

- Szene: Kind im Bett: immer noch eine Geschichte, damit das Kind nicht alleine ist und Angst bekommt. Letzteres muss irgendwann deutlich sein
- Verschiedene Szenen: Menschen verabschieden sich und der zurückgelassene hat das Bedürfnis nicht alleine gelassen zu werden: Schlägertrupp, Beerdigung, Beziehungsende, Polizeiverhör, usw.
- Bettszene: Mann steht auf, Frau ruft: Lass mich nicht alleine, er geht rauchen
- BigBrother: nie alleine sein (nich mal auf'm Klo)

### **Pantomime**

- Spielszene... Jubel/Trubel/Heiterkeit, Verabschiedung, eine/-r bleibt zurück, Licht dämpfen, Spot auf die Person, die in ihrer „einsamen“ Situation ganz gebannt zurückbleibt und die Situation „erlebt“ → abrupte Flucht, Spot kommt nicht mehr nach
- Person in der Mitte eines virtuellen Raumes versucht, immer rauszukommen zu den anderen Menschen und schafft es nicht
- Person passiert etwas Peinliches unter vielen Leuten und alle sehen es (wenn etwas Gutes gemacht wird, sieht's eh niemand) und die Person steht auf einmal unter vielen alleine da

### **Tanz**

- Typisches Ballelement (Herrenwahl/Damenwahl) und eine/-r bleibt immer übrig
- „You never walk alone“ Manni 2
- Eine Person tanzt alleine. Bühne wird hell, alle anderen Tanzen mit, Licht dunkler, Person tanzt alleine

## Lass mich unsterblich sein

### 1. Kurz nachgedacht

„Lass mich unsterblich sein ...“ Ja, wo gibt's denn so was ... „Ein Leben, es sei so gut, wie es wolle, währt nur eine kurze Zeit; aber ein guter Name bleibt ewig (Sirach 41,16).“ So schaut's aus. So geht's mit dem „lass mich unsterblich sein“ ... Schluss, Aus, Thema beendet ...

Und dann gibt's da noch solche Ideen wie zum Beispiel „Highlander“. Schottland zur Zeit der großen Clan-Kriege. Ein Mensch wird geboren, wächst zuerst ganz normal auf. Dann, als junger Mann



zieht er in eine große Schlacht. Er wird tödlich verwundet und siehe da ... er stirbt nicht, sondern erholt sich. Und so beginnt sein langer Weg durch die verschiedenen Zeiten bis ins heute. Und nichts kann ihn töten, außer ein scharfer, durchgängiger Schwertschnitt knapp oberhalb der Schultern, der den Empfänger ziemlich kopflos

zurück lässt. Eine tolle Geschichte (m.E.).

Und es gibt noch weit mehr solcher Geschichten über die Unsterblichkeit. Bis hin zu einem recht neuen Buch „The First Immortal“ von JAMES L. HALPERIN. Die Vorstellungen von Unsterblichkeit haben etwas unglaublich faszinierendes an sich. Das Gegenstück dazu, wie wir als Menschen unsere Welt wahrnehmen: Alles, was uns begegnet ist von der Endlichkeit „befallen“. Und nicht nur unser eigenes Leben – alles, sogar bis hin zu den Sternen, hat diesem Gesetz von

## Entstehen und Vergehen zu gehorchen.<sup>11</sup>

Aber ... vielleicht lassen sich über die kurze (und wirklich *unglaublich* weiterführende) Feststellung ganz zu Beginn dieses Artikels hinaus doch noch ein paar Worte mehr schreiben. Was das Thema selbst betrifft, so steht immerhin eines fest: Dieser Satz, die Aufforderung „Lass mich unsterblich sein ...“ wird auf jeden Fall von jemandem gesprochen, der/die ganz offensichtlich nicht unsterblich ist. Vielmehr ist er/sie sich der Begrenztheit des eigenen Lebens bewusst. „Lass mich unsterblich sein ...“ Nach vielen Gedanken, die ich mir zu diesem Thema gemacht habe, bin ich noch immer nicht an dem Punkt, wo ich sagen könnte: Jawohl, ich habe kapiert, worum es hier geht. *Die Worte selbst* sind ja nun nicht gerade schwer zu begreifen, und doch tauchen da so einige Problemchen auf. Jemand sagt zu einem/r anderen: „Lass mich unsterblich sein.“ Da muss zum einen eine Person sein, von der man/frau annimmt, dass er/sie die Macht hat, im Bezug auf Leben und Tod mal ein ernstes Wörtchen reden zu können (oder zumindest irgend etwas unternehmen zu können), das dann auch noch Wirkung zeigt – nämlich im Leben- oder Sterben-Lassen. Und zum andern steckt der Wunsch dahinter, *Gevatter Tod* dauerhaft von der Schippe springen zu können, ihn praktisch aus dem eigenen Leben hinauszuerwerfen.

Nun führt für uns (die wir uns gerade mit diesem Thema etwas ausführlicher beschäftigen) kein Weg daran vorbei, etwas genauer auf die (möglichen) Hintergründe einer solchen Aufforderung zu blicken. Und da bieten sich meines Erachtens zwei Wege an, nämlich zum einen davon auszugehen, dass das Leben (gerade) so viel Spaß macht und so toll ist (zumindest so empfunden wird), dass es nie zu Ende sein soll und zum anderen, dass die Angst vor dem Tod, dem Sterben oder der Ungewissheit, was eigentlich mit dem Tod und nach dem Tod vor sich geht so groß ist, dass man/frau diese Angst schlicht aus dem Leben verbannen will. Ich glaube, dass es gut ist und Sinn macht, einmal beide Blickwinkel etwas genauer unter die Lupe zu nehmen.

---

<sup>11</sup> Auch wenn es neuerdings Theorien darüber gibt, dass für unser Universum zwar ein Anfangspunkt beschrieben werden kann, es aber höchst unwahrscheinlich ist, dass es einmal aufhört zu existieren (vgl. STAMPF, OLAF, Die Wiedergeburt des Kosmos, in: Der Spiegel 2/2002, Hamburg 2002, S. 148-156)

## 2. Die Lust am Leben ...

Was macht den Spaß im Leben denn nun wirklich aus? Was kann denn so toll sein, dass ich auf keinen Fall irgendwann darauf verzichten will? Ich glaube, diese Frage ist so allgemein überhaupt nicht zu beantworten. Jede Lebenssituation sieht anders aus und bringt ganz andere Erfahrungen mit sich. Und für jeden Menschen sehen diese „tollen Dinge oder Erlebnisse“ im Leben ganz anders aus. Aber einmal eingeschränkt auf die Erlebniswelt von Jugendlichen lassen sich doch so ein paar Eckpunkte finden. Ich will hier nicht nur von wissenschaftlichen Fakten oder Forschungsergebnissen ausgehen, sondern auch ein paar meiner eigenen (Lebens-) Erfahrungen einfließen lassen und - soweit dies möglich ist - natürlich auch meine eigenen Beobachtungen der Welt um mich herum.



Die Welt (bzw. ihre Wahrnehmung) ändert sich in der Lebensphase zwischen 13 und 25 sehr stark. Wichtige Veränderungen bestehen zum einen durch körperliche (z.B. in der Pubertät), aber vor allem auch durch gesellschaftsbezogene Entwicklungen (Ende der Schulpflicht bzw. Schulabschluss, gesteigerte Mobilität und Selbständigkeit, Führerschein, Bundeswehr, Zivildienst, FSJ, Ausbildung, Studium, Partnerschaft usw.). Natürlich

ist ein so großer Zeitraum mit all den Entwicklungen, die hier vor sich gehen, kaum unter einen Hut zu kriegen. Das ist aber für eine Beschreibung der „Lust am Leben“ m.E. auch nicht notwendig. Viel

wichtiger ist, dass mit diesen Entwicklungen eine Art „neues Leben in sich aufsaugen“ vor sich geht. Persönliche Grenzen (und dabei nicht nur irgendwelche abstrakten, sondern auch ganz räumlich zu fassende Grenzen, wie z.B. durch gesteigerte Mobilität) werden weiter hinausgeschoben oder vielleicht zum ersten mal überhaupt als Grenzen erfasst, vor denen man/frau sich auch mal beugen muss. Hier spielt auch *das Rebellische* eine große Rolle. Das Leben will gestaltet werden. Und zwar nicht nur so, wie es mir die ganze Umwelt bereits vorstellt, sondern so, wie ich es haben möchte. Und die Möglichkeiten der Gestaltung werden ausgereizt. Allerdings gibt es in diesem Punkt trotzdem eine größere Notwendigkeit, sich als Jugendliche/r einer längerfristigen Planung zu beugen.<sup>12</sup>

Alles in allem kann man/frau von diesem Lebensalter weitgehend von einem *Lebensalter* (oder einer Lebenssituation) *des Aufbruchs* sprechen. Neues anzufangen (z.B. *auch* durch Lernen in der Schule) gehört zum *täglichen Leben*. Dies ist eine zentrale Seite: Das Leben ergreifen und es nach den Möglichkeiten, die es mir bietet, ausquetschen. Und daraus ergibt sich dieses Gefühl der Lust am Leben, dieser Wunsch, dass dieses Lebensgefühl nicht aufhören soll, sondern bleiben soll, der Wunsch unsterblich zu sein. Tatsächlich sehe ich hinter diesem Wunsch insofern eher den Ausdruck eines Lebensgefühls, als die klar durchdachte Forderung eines Menschen, der sich aller möglichen Konsequenzen aus dieser Bitte bereits bewusst ist.

Dieses Lebensgefühl wird für mich besonders deutlich in dem (nicht mehr ganz neuen) Lied „forever young“ von Alphaville:

*let's dance in style, let's  
dance for a while  
heaven can wait we're only  
watching the skies  
hoping for the best but ex-  
pecting the worst  
are you going to drop the  
bomb or not?*

*Lass uns auf unsere Art tanzen, lass  
uns eine Weile tanzen  
Das Paradies kann warten, wir schau-  
en nur den Himmel an  
Wir hoffen das Beste aber erwarten  
das Schlimmste  
Werdet ihr die Bombe werfen oder  
nicht*

---

<sup>12</sup> Dazu DEUTSCHE SHELL (Hrsg.), Jugend 2000. 13. Shell Jugendstudie 1+2, Opladen 2000, S. 30ff.

*let us die young or let us live forever  
we don't have the power but we never say never  
sitting in a sandpit, life is a short trip  
the music's for the sad men*

*Lass uns jung sterben oder lass uns ewig leben  
Wir haben nicht die Macht, aber wir sagen niemals nie  
In einem Sandkasten sitzend ist das Leben nur ein kurzer Ausflug  
Die Musik ist für die Traurigen*

*can you imagine when this race is won  
turn our golden faces into the sun  
praising our leaders we're getting in tune  
the music's played by the madmen*

*Kannst du dir vorstellen, eines Tages dieses Rennen gewonnen zu haben  
Wie wir unsere strahlenden Gesichter der Sonne zu wenden  
Wie wir einstimmen, unsere Anführer zu loben  
Die Musik wird von den Verrückten gespielt*

*forever young, I want to be forever young  
do you really want to live forever, forever and ever*

**Ewig jung, ich möchte ewig jung sein**

*Willst du wirklich ewig leben, für immer und ewig*

*some are like water, some are like the heat  
some are a melody and some are the beat  
sooner or later they all will be gone  
why don't they stay young*

*Manche sind wie Wasser, manche sind wie die Hitze  
Manche sind eine Melodie und manche der Takt  
Früher oder später, werden sie alle verschwunden sein*

*it's so hard to get old without a cause  
I don't want to perish like a fading horse  
youth is like diamonds in the sun  
and diamonds are forever*

*Warum bleiben sie nicht jung  
Es ist so schwer alt zu werden – ohne Grund  
Ich möchte nicht zugrunde gehen wie ein sterbendes Pferd  
Jugend ist wie Diamanten in der Sonne*



kenswert. Das Thema Selbstmord ist aber gerade nicht der Zielpunkt dieses Artikels und soll daher auch nicht weiter vertieft werden. Aber mit Selbstmord ist auf jeden Fall der Satz „Ich will sterben!“ verbunden. Und auch hier scheinen mir nicht die Konsequenzen oder die Bedeutung des Todes im Mittelpunkt zu stehen. Sondern der eigene Tod als Zweck, nämlich das Ende der Situationen, mit denen ich nicht fertig werde, bzw. das Ende der Gedanken, die mich erdrücken. Damit ist dieser Wunsch nach dem eigenen Tod – kurz gesagt – die andere Seite der Medaille.

Aus diesem positiven Ansatz heraus (nämlich der *Lust am Leben* – nicht dem Selbstmord!) drückt also der Satz „Lass mich unsterblich sein!“ das Lebensgefühl eines Menschen aus, der sein Leben genießt und ergreift. Er/Sie will das aus dem Leben herausholen, was möglich ist und nichts soll unversucht bleiben. Und der Wunsch dahinter ist, dass eben nichts unmöglich ist, weil die Zeit keine einschränkende Größe mehr ist.

### **3. Die Angst vor der absoluten Dunkelheit ...**

Nun lässt sich für den Satz „Lass mich unsterblich sein!“ auch noch eine ganz andere Motivation annehmen. Und diese Motivation hat dann weniger etwas mit einem Lebensgefühl zu tun als vielmehr mit einer konkreten (oder auch eher nebulösen) Angst vor dem Tod. Diese Angst kann verschiedene Gesichter haben: Es kann die Angst vor dem Sterben sein, also vor der Art und Weise, wie der Tod eintritt (z.B. Unfall, Krankheit usw.). Es kann auch die Ungewissheit darüber sein, was nach dem Tod eigentlich mit mir geschieht.

Nun stellt der Tod im Leben von Menschen gerade keine Größe dar, über die es sich einfach so reden lässt. Genau genommen übersteigt das Reden über den Tod die Möglichkeiten menschlicher Beschreibungen. Zumindest lässt sich nicht darüber reden, wie ich – als Subjekt – den Tod *erlebe*. Alles, was wirklich gesagt werden kann ist, wie andere den Tod eines Menschen empfinden. Was *hinter den Kulissen* geschieht, bleibt verborgen. Und es ist wohl gerade diese Ungreifbarkeit des Geschehens, die uns Menschen, die alles im Griff haben wollen, Angst bereitet. „Lass mich unsterblich sein!“ heißt dann soviel wie: „Ich will auf jeden Fall am Leben bleiben,

davon hab' ich nämlich wenigstens eine Ahnung und kann so grob abschätzen, was mich erwartet ...“

Aber selbst Begegnungen mit dem Tod anderer sind heute eine Seltenheit geworden. Und dabei meine ich nicht die Flut an *Fernsehtoten*, seien sie echt oder nur gestellt. Einen ganz natürlichen Tod zu erleben, ist heute eine unglaubliche Seltenheit geworden. Gestorben wird in Krankenhäusern, in Pflegeheimen, in Autos – aber nur noch wenige sterben zu Hause.<sup>16</sup> Und wenn, dann versucht man/frau den Tod (in der Person des/der Gestorbenen) möglichst schnell loszuwerden. Auch die Möglichkeiten, Menschen, die todkrank sind und aus eigener Kraft sterben würden, mit technischen Hilfsmitteln am Leben zu erhalten, *vertechnisieren* das *Verlöschen des menschlichen Lebens*. Die Begegnung mit sterbenden Menschen und damit einer *Außersicht* des Todes bleibt so oft wenigen Menschen vorbehalten und diese Begegnungen geschehen dann häufig noch (nur) *beruflich*.

Nur selbst gesetzt den Fall, dass wir wieder mehr Begegnungen mit dem Tod anderer Menschen eingehen, so mag der Tod als Bestandteil des Lebens wieder mehr ins Bewusstsein kommen. Aber eine Klärung im Bezug darauf, was er für mich als Mensch bedeutet, habe ich damit noch nicht. An dieser letzten Grenze des menschlichen Lebens bleibe ich trotzdem noch absolut wortlos stehen. Auch Nah-toderlebnisse von Menschen, die nach einer kurzen Zeit physischen Todes wieder ins Leben zurückkehren, klären dieses große Dunkel nicht wirklich auf oder lassen auch nur irgendwelche echten Schlüsse zu.

Um mal in die *theologische Wortschatzkiste* zu greifen: Der Tod selbst kann als die totale „Verhältnislosigkeit“<sup>17</sup> beschrieben werden. Meine Handlungsmöglichkeiten sind am Ende, Verlust aller Beziehungen: zu meinen Mitmenschen, zu meiner Umwelt, sogar zu mir selbst. Da ich nun nicht mehr eingreifen kann (was wohl als Zustand dem menschlichen *Im-Griff-Haben-*



<sup>16</sup> Vgl. JÜNGEL, EBERHARD, Tod, Themen der Theologie 46ff.

<sup>17</sup> JÜNGEL, Tod, S. 100.

*Wollen* völlig widerstrebt, also ganz im Gegensatz zu der jetzt notwendigen Gestaltung meines Lebens steht), bin ich letztlich auf die Aufrechterhaltung von Beziehung durch jemand anderen angewiesen. Gott ist es, der mich nach dem Überschreiten dieser letzten Grenze hält. Er hält die Beziehung aufrecht in der ich nun ein vollständig passiver Part bin. Hier handelt es sich natürlich auch nicht um eine absolute und unwiderlegbare Aussage über harte wissenschaftlich absolut feststehende Fakten, sondern eine solche Aussage ist auf den Glauben an den Gott angewiesen, der als Ursprung dieser Welt auch derjenige ist, auf den alles wieder hinführt.

#### **4. Die Belanglosigkeit des Unendlichen?**

Erst einmal ist vorzuschicken, dass die Bibel (zwangsläufig) auch in menschlichen Worten vom Tod redet. Und die Ideen und Gedanken zum Thema Tod sind keineswegs eindeutig. Eine m.E. grundlegende Stelle möchte ich aber herausgreifen und etwas näher betrachten.

##### 1. Mose 3

*22 Dann sprach Gott, der Herr: Seht, der Mensch ist geworden wie wir; er erkennt Gut und Böse. Daß er jetzt nicht die Hand ausstreckt, auch vom Baum des Lebens nimmt, davon ißt und ewig lebt! 23 Gott, der Herr, schickte ihn aus dem Garten von Eden weg, damit er den Ackerboden bestellte, von dem er genommen war. 24 Er vertrieb den Menschen und stellte östlich des Gartens von Eden die Kerubim auf und das lodernde Flammenschwert, damit sie den Weg zum Baum des Lebens bewachten.*

Schon anhand dieser Stelle wird deutlich, dass das Unsterblich-Sein nie etwas gewesen ist, dass auf den Menschen jemals zugetroffen hätte.<sup>18</sup> Mit dem Sein in dieser Welt – also dem Leben hier – ist Untrennbar das Sterben-Müssen verbunden. Der Mensch lebt bis zum Zeitpunkt der Ausweisung aus dem Paradies schon mit seiner Sterb-

---

<sup>18</sup> Dies drückt sich in den Schriften des AT auch durchweg in vielen anderen Stellen aus, z.B. Ps 89,48f; Pred 2,16; Hi 7,9ff.

lichkeit. Er ist als sterbliches Wesen geschaffen. Der Baum des Lebens steht zwar im Garten, aber mehr als ein Symbol des Lebens an sich und nicht als *Unsterblichkeitsmedizin*. Vielmehr drücken die Worte in Vers 22 die Gefahr aus, dass der Mensch sich die Macht über Leben und Tod zu eigen machen will. Doch dies bleibt Gott allein vorbehalten. Sein oder Nicht-Sein wird durch Gott entschieden und fällt nicht in den Machtbereich des Menschen.

Nach den vorausgehenden Ereignissen (dem sog. *Sündenfall*) ist der Mensch nun zur Erkenntnis des Guten und Bösen fähig.<sup>19</sup> Nun könnte er doch die Chance nutzen und sich unsterblich machen indem er die Früchte des Lebensbaumes isst. Er *erkennt* das Sterblich-Sein als etwas Böses und versucht nun den Spieß umzudrehen. Doch diese Chance bleibt verwehrt. Bleibt aber, danach zu fragen: Was wären die Konsequenzen dieses Unsterblich-Seins?

Das Kernproblem liegt darin, dass die Schöpfung, so wie sie von Gott geschaffen ist, auf das Werden und Vergehen hin angelegt ist. Die Welt, in der wir leben, ist eine geschichtliche Größe, mit Anfangspunkt und Zielpunkt, auch wenn sich diese beiden unserem individuellen Wissen und Erkennen entziehen. Fiele der Horizont des Lebens (also der Tod) für den einzelnen Menschen weg, so bliebe er als ungeschichtliches Wesen (und damit bedeutungslos) in der Welt zurück (eigentlich außerhalb der Welt), weil er der Geschichtlichkeit der Welt entzogen wäre.

Wir fragen als Menschen danach, was wirklich wichtig im Leben ist. Und dieses Fragen hat einen Grund. Ich will an dieser Stelle nicht irgendwelche ausschweifenden Grundlagen der Ethik beackern, aber ein Gedanke erscheint mir für unser Thema zentral. Mit der begrenzten Spanne unseres eigenen Lebens stellt sich die Frage: *Was ist wirklich wichtig im Leben?* Mir bleibt eben nicht die Zeit, alles auszuprobieren. Und hätte ich all diese Zeit, nämlich Zeit ohne Ende, dann wäre die Frage nach dem wirklich Sinnvollen völlig uninteressant, weil ich alles einfach ausprobieren könnte. Und der Tod als Einhalt gebietende Grenze hätte absolut keine Bedeutung mehr. Das Leben würde aufgehen in der Belanglosigkeit des Unendlichen.

---

<sup>19</sup> Aber diese Erkenntnis ist ganz offensichtlich nicht immer zwingend – wozu bräuhete man/frau sonst so etwas wie Ethik? Das Böse zu tun, steht immer noch in der Macht des Menschen. Er hat nun aber, die Verantwortung zu tragen.

Mangels eines besseren Beispiels muss ich an dieser Stelle mal auf *Star Trek* zurückgreifen und dabei auf „Q“. Die echten Fans kennen „Q“ natürlich. Für alle anderen kurz erklärt:<sup>20</sup> Q gehört einem Kon-



tinuum an – er wird nicht durch Leben und Tod begrenzt. Und er ist (mehr oder weniger) allmächtig. Er erscheint, wo er will, wann er will und das wann des Erscheinens spielt für ihn keine Rolle (meistens erscheint er zu den unpassendsten Gelegenheiten – allerdings recht publikumswirksam). Doch für ihn ist alles nur ein Spiel, ein Test der anderen,

die nicht so sind wie er und die vor ihm ihren Wert erst beweisen müssen.<sup>21</sup> Können sie dies nicht, so nimmt er auch durchaus für sich das recht in Anspruch, ganze Völker mit einem Fingerschnippen verschwinden zu lassen. So unreal dieser Charakter auch erscheinen mag, er zeigt die *Belanglosigkeit des Unendlichen* mit aller Deutlichkeit.<sup>22</sup>

## **5. Was bleibt?**

Damit wird (hoffentlich) deutlich, inwieweit der Tod die Grundlage der Möglichkeit ist, dass das Leben überhaupt sinnvoll wird, wo Gutes wirklich Gutes und Sinnvolles ist und nicht belanglos. Das mag uns helfen, unser vergängliches Leben als solches wertvoll zu machen. Aber es besiegt damit nicht die Angst vor dem Tod. Vielleicht ist diese Angst, auch nie wirklich zu besiegen. Trotzdem denke ich, dass es sinnvoll ist, noch ein Stück weiter zu gehen bzw. zu

---

<sup>20</sup> Ich bitte die Trekkies um Entschuldigung für die sehr verkürzte Darstellung, aber für viele andere ist dieses Beispiel wahrscheinlich schon an sich völlig uninteressant, da sie noch nicht in die höheren Höhen der Star Trek Philosophie aufgestiegen sind ... (von der die Trekkies annehmen, dass sie existiert ... immerhin gibt es schon gute Bücher darüber ...)

<sup>21</sup> Vgl. GIACOMO, JACQUELINE DE, Der intergalaktische Quotenbarde. Shakespeare und die Frage nach dem Wert des Menschen, in: „Unendliche Weiten ...“. Star Trek zwischen Unterhaltung und Utopie, Frankfurt a.M. 1997, S. 115ff.

<sup>22</sup> Wer Zeit dazu hat, sollte sich vielleicht doch einmal die Folge Star Trek- The Next Generation „Mission Farpoint“ in der Videothek ausleihen und den Charakter des Q etwas genauer unter die Lupe nehmen.

denken. Der Ideen darüber, was nach dem Tod mit uns geschieht, sind aber viele und sie sind keineswegs (nicht mal im *christlichen Bereich*) eindeutig. Gerade die Bibel ist voller Bilder, die sich hier um eine Sprache bemühen, die die Menschen verstehen lässt, was der Tod ist und was er nicht ist. Die verschiedenen Modelle hier einzeln zu betrachten, wäre sicherlich zu viel des Guten.<sup>23</sup> Was letztlich zu sagen bleibt ist, dass es Gott ist, der Jesus Christus aus dem Tod auferweckt hat. Es geht nicht um die Spekulation, wie das alles ausgesehen haben mag (oder wie es aussieht), sondern darum, dass Gott sich im Tod Jesu mit ihm vereinigt hat. Ihn nicht im Nichts des Todes gelassen hat, sondern ihn (in ein Verhältnis) zu sich genommen hat. Und ich denke (glaube), dass in dieser Vorstellung ein tiefes Stück des Angstmachenden aufgehoben werden kann. Im Tod verlässt Gott uns nicht. Wo unsere Möglichkeiten ganz am Ende sind, im Tod, da bleiben wir geborgen und werden von Gott aufgenommen. Seine Liebe schafft (erhält) auch dort noch ein Verhältnis, eine Beziehung, wo wir sonst ins absolute Nichts verschwinden würden.

Ich denke, dass dieses Thema spannend bleibt. Vor allem deshalb, weil weithin unsere Sprache hier an ihre Grenzen kommt. Ohne Frage ist deshalb eine Sprache in Bildern oft die sinnvollere Variante, solange die Bilder nicht als das Eigentliche angesehen werden. Aber diese Bilder können uns fühlen und begreifen<sup>24</sup> lassen, wie diese Beziehung Gottes zu uns aussieht, der uns auch im Tod nicht ins Nichts gleiten lässt.

Sicher ist es nicht gerade *meine*  
Lieblingsvorstellung, aber  
ziemlich treffend  
beschrieben finde ich die  
Gedanken, die ADRIAN  
PLASS seinem *Frommen*  
*Chaoten* in den Mund



---

<sup>23</sup> An dieser Stelle möchte ich alle Interessierten ausdrücklich auf EBERHARD JÜNGELS Buch „Tod“ (Kreuz-Verlag, Stuttgart, Berlin <sup>4</sup>1977) hinweisen.

<sup>24</sup> Wie z.B. ein Kind, das seine Welt ertastet und be-greift, also mit den Händen, dem Mund usw. ein Bild dessen entwickelt, was um es herum ist, ohne die Welt deshalb genau erklären zu können. Und trotzdem leiten die Bilder in die Realität der begriffenen Sachen hinein.

legt. Er will nicht sterben. „ Aber der Himmel – die Vorstellung vom Himmel scheint so ... ich weiß nicht ...“<sup>25</sup> Doch er liebt Fußball. Und nachdem Pater John ihm erklärt, dass der Himmel dann „wenigstens so aufregend und anregend und befriedigend ist wie das Endspiel der Fußball-WM“<sup>26</sup>, da verändert sich in ihm etwas. Es geht nicht darum, dass der Himmel ein Fußballenspiel ist (auch keine Half-Pipe), sondern dass Gott uns in seiner Beziehung hält.

## **6. Und jetzt?**

Tod heißt Verhältnislosigkeit. Als solcher wirkt der Tod aber nicht erst dann, wenn er voll eintritt und dem Leben ein radikales Ende setzt. Sondern er wirkt schon jetzt in das Leben hinein. Überall dort, wo Verhältnislosigkeit (Beziehungslosigkeit) herrscht, da übernimmt der Tod immer wieder Bereiche, die eigentlich mit Leben gefüllt sein sollen. Z.B.:

- ... der Egoismus ist ein Einbrechen des Todes, der Verlust an Beziehungen zu meinen Mitmenschen, das Fehlen eines Verhältnisses zu ihnen
- ... die Zerstörung der Umwelt als Verlust des Verhältnisses zur Schöpfung Gottes
- ... die Verarmung und das Leiden ganzer Völker gegenüber der Übersättigung der Reichen als Verlust des Verhältnisses zum eigentlich Lebensnotwendigen

Die Beschäftigung mit Unsterblichkeit und Tod führt uns also letztlich auf die Frage nach dem *Wie* der Gestaltung des *Lebens*. Statt in der Angst vor dem Tod zu erstarren und damit dem Tod selbst schon die Türe ins Leben hinein zu öffnen, geht es darum, das Leben zu gestalten. Und nicht irgendwie zu gestalten, sondern nach den sinnvollen und guten Dingen im Leben zu suchen. Dabei führt die Liebe Gottes und unsere Fähigkeit zu lieben immer wieder dazu, dass auch tote Beziehungen wieder lebendig werden. Dort, wo kein Verhältnis mehr besteht, kann neues Leben wachsen. Gott schafft aus seiner Liebe heraus immer wieder Neues. Und in diese Liebe können/sollen wir uns mit hineinnehmen lassen.

---

<sup>25</sup> PLASS, ADRIAN, Tagebuch eines frommen Chaoten, Moers <sup>5</sup>1992, S. 69.

<sup>26</sup> Ebd.

## **7. Die drei großen Fragen**

### **7.1 Was ist das besondere an diesem Thema/Tag?**

Der Abend bietet die Möglichkeit für jede/n einzelne/n, sich mit dem eigenen aktuellen Leben(sgefühl) auseinander zu setzen. Ist mein Leben eher etwas, das mich begeistert und das ich so am liebsten immer weiter leben will, oder ist es etwas, was (ganz) anders werden muss, um wirklich lebenswert zu sein.

### **7.2 Was will ich bewirken?**

Menschen sollen merken, dass gerade das Leben so wie es ist, nämlich mit einem Ende, eine Chance dazu ist, mit Hoffnung das Leben zu gestalten. Ohne Tod ist alles in der Welt zu jeder Zeit offen und damit nichts wirklich von Bedeutung.

### **7.3 Was will ich vermitteln?**

Der Tod soll als Grenze des menschlichen Lebens begriffen werden können, die dem Leben wirklich einen Rahmen und einen Sinn gibt. Unser menschliches Leben ist von der Existenz Gottes umschlossen.

Alexander von Wascinski, Gomaringen

## **8. Kreatives Sammelsurium**

### **8.1 Opener, Einladung, All inclusive etc.**

#### **Opener (Gedanke: Das Leben ist endlich)**

- Führung auf den Friedhof anbieten. Inschrift auf den Gräbern lesen (Vorbereitung: Öffnungszeiten des Friedhofes und bestimmte Gräber vorab selektieren)
- Umfrage: was würdet ihr zuerst tun, wenn ihr unendlich leben würdet. Aussagen werden auf Papier festgehalten und an eine Plakatwand angepinnt.

- Mit dem Ausspruch von Stefan Raab „Wir haben doch keine Zeit“, die Menschen zum Platznehmen drängen.

### **Einladung (Gedanke: Zeit, zu leben)**



- Kawohl-Karte „Zeit zum Leben“ von Elli Michler verteilen und zu einem Abend „auf Leben und Tod“ einladen.

### **Tod All inclusive (Leben und gehören zusammen)**

- Highlander-Spiel (es kann nur einen geben).
- Wette über Lebensjahre: jeder zahlt einen Betrag ein und die, die dann zu einem bestimmten Zeitpunkt noch leben, teilen sich das Geld (verschiedene Szenen über den Abend).
- Genieße jeden Tag deines Lebens als ob es dein letzter wäre (Positive Situationen und Situationen, die die Gefahr widerspiegeln, in einer solchen Lebenssituation auch verantwortungslos zu leben)
- Der Tod ist gestorben und niemand stirbt mehr. Was passiert, wenn der Tod als Person stirbt – das totale Chaos bricht aus. Es gibt keine Grenzen mehr. Menschliches Leben entwickelt sich zum Cartoon. Die Endlichkeit des Menschen als „Segen“ für die Menschheit.

## **8.2 Video, Foto, Kreativ etc.**

### **Video (Gedanke: „Tod ist ein Teil vom Leben“)**

- Extremsport darstellen, mit der Suche nach ständigen Kicks und der bedingten Konfrontation mit Todesängsten bzw. -erlebnissen
- Klontechnik. Wen a stirbt, wird b erweckt.
- Videoausschnitte aus Flatliners, Harold and Maute, Final destination, Knockin' on heavens door,

**(Gedanke: „Ohne Tod ist alles in der Welt möglich und damit nichts wirklich von Bedeutung“)**

- Die Geschichte des Muffins. Vom Teig übers Backen bis zum Gegessen-werden. Lebenssinn des Muffins: zum Verzehr. Ohne Verzehr = unglückliches Vergammeln und Verschimmeln.
- Comics
- Videoausschnitte aus: Demolition man

**(Gedanke: „Der Wunsch unsterblich zu sein, entspringt dem gegenwärtigen Glück“)**

- Kreis des Alterns (aus einem Baby wird ein Kind, ein Jugendlicher, ein Erwachsener, ein Greis, ein Baby)
- eine Lebensgeschichte mit a) Momenten des Glücks und dem Wunsch, unsterblich zu sein und b) Momenten des Leidens, und dem Wunsch zu sterben
- Strahlendes Lächeln als Bild für Glücksempfinden: das erste Lächeln eines Babys, Kindergartenfreund, Schulbeginn usw. wird unterbrochen immer wieder von Bild eines strahlenden Lächelns

**(Gedanke: „Ohne Tod ist alles in der Welt möglich und damit nichts wirklich von Bedeutung“)**

- Bild im Bild im Bild (Spiegelphotographien: Kerze, Gesichter, Gegenstände)

**(Gedanke: „Der Wunsch unsterblich zu sein, entspringt dem gegenwärtigen Glück“)**

- Grabsteine, abgefallenes Blatt, Wechsel der Jahreszeiten, Bilder der Vergänglichkeit
- Sterben eines Angehörigen, eines Freundes, einer Freundin. Gedanken des Zurückbleibenden als Stimme über die Bilder
- Bilderbücher: Leb wohl, lieber Dachs / Die unsichtbaren Freunde

**Foto (Gedanke: „Tod ist ein Teil vom Leben“)**

- glückliche Gesichter und traurige Gesichter (Vergleich)

**Kreativ (Gedanke: „Tod ist ein Teil vom Leben“)**

- Klassisches Porträt: Rahmen mit Buchstaben und Erinnerungssätze aus dem Leben des Abgebildeten
- Säрге, Urnen, mathematisches Unendlichzeichen, Grabsteine
- Anti-Falten-Creme, Schönheitsoperationen, Lifting usw.
- Ewigkeitslichter und Nelken als Tischschmuck
- Galerie der Unsterblichen (Gipsköpfe von Berühmtheiten, deren Werke bzw. Taten in die Geschichtsbücher Eingang gefunden haben)
- Automat für menschliche Ersatzteile

**(Gedanke: „Ohne Tod ist alles in der Welt möglich und damit nichts wirklich von Bedeutung“)**

- die Unendlichkeit des Universums

**(Gedanke: „Der Wunsch unsterblich zu sein, entspringt dem gegenwärtigen Glück“)**

- Eheringe, Schnuller, Schultüte (Stationen des Lebens)



**8.3 Musik, Symbol und Sprache, Bar**

**Musik (Lieder zum Thema)**

- Die Toten Hosen „unsterblich“
- Ararat „nicht weinen“
- Badesalz „och ja“
- Queen „The show must go on“
- Real Conversation „Du lebst“
- PUR „Noch ein leben“
- Alphaville „Forever Young“
- Queen „Who wants to live forever“
- Udo Jürgens „Mit 66 Jahren“
- Die Toten Hosen „Nur aus Liebe“
- T-PATT „Goodbye“

### **Musik (Ideen)**

- während der ganzen Zeit ein Lied spielen um die Belanglosigkeit zu zeigen

### **Symbol und Sprache (Texte)**

- Terry Pratchett, Romane von der Scheibenwelt, Der Sensenmann

### **Bar**

- Leichenschmaus, schwarze Getränke, Lebenssaft, Lebenselixier, Heiliger Gral, Lebensmittel
- Trockeneisschalen zum Qualmen und Brodeln auf der Theke
- Eröffnungsmelodie: Spiel mir das Lied vom Tod

## **8.4 Theater, Pantomime, Tanz**

### **Theater (Gedanke: „Tod ist ein Teil vom Leben“)**

- Einer ist eingefroren, und wacht auf und findet sich in der aufgetauten Welt nicht mehr zurecht
- Münchhausen: Wette mit dem Tod, die er gewann und darum nicht mehr sterben konnte. Irgendwann sah er ein, dass es nicht gut war
- Jemand verkauft den Tod, stirbt nicht mehr. Es wird ihm bewusst, dass der Tod zum Leben dazu gehört. Von Geburt an gehen wir dem Tod entgegen
- Herr der Ringe: Elben müssen immer leben, Geschenk der Menschen, dass sie sterben dürfen

### **(Gedanke: „Der Wunsch unsterblich zu sein, entspringt dem gegenwärtigen Glück“)**

- Etwas soll ewig anhalten und irgendwann merkt man, dass es gar nicht so gut ist (Bsp: Abend der Gemeinschaft auf der SJK)
- Offizielle Todesbehörde, die den Menschen das Datum ihres Ablebens mitteilt. Die Menschen reagieren unterschiedlich darauf: von Akzeptanz bis Panik
- Verklärungsgeschichte: den Moment festhalten „Hier lasst uns Hütten bauen“

**(Gedanke: „Ohne Tod ist alles in der Welt möglich und damit nichts wirklich von Bedeutung“)**

- Ein Mensch, der merkt, dass er unendlich Zeit hat. Er fängt an, aufzuschreiben, was er alles machen will. 100 Jahre später schreibt er immer noch an seiner ewig langen Liste und hat es nie geschafft, anzufangen.

**Pantomime (Gedanke: „Tod ist ein Teil vom Leben“)**

- Musical Elisabeth: Lied „Der letzte Tanz“, Sissi will nicht sterben, aber der Tod will sie zu sich nehmen
- Zwei begegnen dem Tod, einer fröhlich, der andere traurig. Der eine freut sich, der andere nicht Passendes Lied: Queen (Who wants to life forever)

**(Gedanke: „Der Wunsch unsterblich zu sein, entspringt dem gegenwärtigen Glück“)**

- Manchmal friert die Welt ein und es ist schön (Zeit vergeht wie im Flug), manchmal scheint die Zeit nicht vergehen zu wollen (Arbeitszeit, Prüfungen)

**Tanz (Lieder)**

- Tote Hosen: Unsterblich
- Totentanz
- Ärzte: Ich will sterben



# LASS MICH LEBEN! SEHNSUCHT UND SUCHT

## 1. Lass mich leben!

Diesen kleinen Satz kann man ja so oder so verstehen. Er kann die verzweifelte Bitte eines Todgeweihten sein oder aber Ausdruck einer starken Sehnsucht nach erfülltem Leben. Wie schon der Untertitel des Themas verrät, soll es hier um zweiteres gehen.

## 2. Sehnsucht

Sehnsucht ist die hoffnungsvollste der treibenden Kräfte unseres Lebens. Angst lähmt uns oder treibt uns in die Flucht. Sehnsucht setzt frei, lässt uns weitergehen. Ohne Sehnsucht beginnt das Leben zu sterben.

Wirkliche Sehnsucht kann man nicht aufgeben. Sie ist stärker als unser Wille, ein leidenschaftlicher Wunsch, von dem wir nicht lassen können. Sehnsucht ist die „Sucht zu sehnen“. Auch wenn Sehnsucht im Alltag in den Hintergrund gedrängt werden kann, wühlt sie doch weiterhin unser Leben auf.

In unserer Sehnsucht spiegelt sich der Spannungsbogen unseres Lebens. Sie zeigt uns, dass wir suchen, was wir noch entbehren, dass unsere Seele über das bisherige hinaus reicht.

## 3. Die drei Arten der Sehnsucht

Sehnsucht ist Ausdruck unserer Bedürfnisse. LAWRENCE CRABB teilt Bedürfnisse in drei Arten ein<sup>27</sup>. Diese Aufteilung wenden wir hier auf verschiedene Arten von Sehnsucht an:



---

<sup>27</sup> CRABB, LAWRENCE J., *Von innen nach außen, Veränderung ist möglich*. Basel: Brunnenverlag, 3. Auflage, 1997, Seite 75 ff.

### **3.1 Primäre Sehnsucht**

Die tiefste Sehnsucht, die wir in uns tragen, ist jene nach vollkommener Liebe, nach umfassendem Heil und wirklichem Leben. Wir spüren, dass wir als Gegenüber Gottes geschaffen wurden, jedoch in einer gottfernen Welt leben müssen. Diese existentielle Sehnsucht lässt sich mit nichts auf der Welt wirklich stillen. Nur die Beziehung, die uns Gott bieten kann, lässt diese Sehnsucht an ihr Ziel kommen.

### **3.2 Sekundäre Sehnsucht**

Wir sehnen uns nach gelingenden Beziehung zu Menschen in Freundschaft und Partnerschaft. Wir wollen geliebt und geachtet werden, für andere wichtig und hilfreich sein. Wir wünschen uns tragende Beziehungen mit Tiefgang, in denen wir uns wohl fühlen und uns zu hause fühlen.

### **3.3 Tertiäre Sehnsucht**

Diese Art von Sehnsucht hat unser leibliches und materielles Wohl zum Ziel. Wir sehnen uns nach Gesundheit, nach gutem Essen, nach „Wohlfühlen in der eigenen Haut“. Wir wünschen uns Erfolg im Beruf und eine gesicherte wirtschaftliche Existenz, die uns ohne Sorge leben lässt.

Diese drei Arten der Sehnsucht wollen wir voneinander unterscheiden. Der Grund liegt darin, dass jede Art von Sehnsucht eigene Weisen der Erfüllung hat. So lässt sich die Sehnsucht nach gelingenden Beziehungen mit keinem Geld der Welt erfüllen. Genauso werden wir enttäuscht werden, wenn wir unsere Sehnsucht nach vollkommener Liebe in partnerschaftlichen Beziehungen suchen.

Zur Erfüllung der tertiären Sehnsucht können wir maßgeblich selbst beitragen. Sekundäre Sehnsucht erfordert das Mitwirken anderer, um gestillt zu werden. Und nur Gott allein kann unsere tiefe primäre

Sehnsucht stillen. Zum Teil wird das schon in unserem Leben hier auf der Erde beginnen. Vollkommene Erfüllung unserer Sehnsucht werden wir erst im Himmel erleben.

#### **4. Sehnsucht zwischen Hoffnung und Schmerz**

Sehnsucht ist ein zwiespältiges Gefühl. Zum einen freut man sich voller Hoffnung auf die Erfüllung eines sehnlichen Wunsches, zum anderen entbehren wird das, was das Ziel der Sehnsucht ist. Dieser Zwiespalt lässt sich nicht auflösen. Die frohe Erwartung eines delikaten Abendessens verstärkt das Leeregefühl in der Magengegend. Während einer langen Trennungszeit mischt sich die Vorfreude auf ein Wiedersehen mit dem Schmerz des Vermissens. Die Sehnsucht nach dem Himmel, die uns Hoffnung schenkt, lässt uns das eigene und fremde Leid noch stärker erleben.



Wer seine Sehnsucht leugnet, um dem Schmerz der Sehnsucht zu entgehen, verliert seine Hoffnung. Hier zeigt sich, wie eng Freude und Leid, Hoffnung und Schmerz in unserer menschlichen Existenz miteinander verzahnt sind. Wir wollen einladen, unsere Sehnsucht zu leben, die Freude zu feiern und den Schmerz zu ertragen und so zu

Menschen zu werden, die mit bewussten und festen Schritten durch ihr Leben gehen.

#### **5. Der Umgang mit unserer Sehnsucht<sup>28</sup>**

Unsere Sehnsucht zu leben heißt, mit ihr umzugehen. Es bedeutet, unsere Sehnsucht nach umfassendem Heil und wirklichem Leben oder, anders ausgedrückt, nach spiritueller Ganzheit<sup>29</sup> zu füllen.

---

<sup>28</sup> Der folgende Abschnitt bezieht sich, soweit nicht anders angegeben, auf RUDOLF MRAZ, *Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser....*. In: WALTER H. LECHLER: *So kann's mit mir nicht weitergehn! Neubeginn durch spirituelle Erfahrungen in der Therapie*. Stuttgart: Kreuz Verlag, 1994, S.32-54

Diese Sehnsucht zu füllen kann auf zwei Arten geschehen:

Zum einen dadurch, dass wir als Menschen mit unserer ungestillten Sehnsucht leben, sie bewusst wahrnehmen und die Freude, die sie bringt, zu feiern, aber auch ihren Schmerz zu ertragen.

Zum anderen können wir natürlich versuchen, diese ungestillte Sehnsucht selbst zu stillen.

Versucht der Mensch, diese tiefste Sehnsucht, die wir alle in uns tragen, *selbst* zu stillen und zu erfüllen, landet er fast zwangsläufig bei einer der tiefsten menschlichen Grunderfahrungen: der Sucht.

Ich spreche hier vom Alkoholismus, vom Gebrauch verschiedenster Halluzinogene, von der Sucht nach Essen oder der Essensverweigerung, von Bulimie als Ess-Brech-Sucht, von der Spielsucht usw.

Es mag vielleicht zunächst verwundern, eine Sehnsucht nach Spiritualität mit süchtigen Verhaltensweisen zusammenzubringen, aber ich möchte dies im folgenden erklären:

Lange schon suchen süchtige Menschen Hilfe bei einem Arzt ihres Vertrauens, suchen Rat und Unterstützung in ihrem Kampf gegen die süchtig machende Droge. Und lange schon versuchen Ärzte, ihre Patienten zu heilen, sie abstinenter zu machen gegen die Sucht. Da gibt es die vielfältigsten Methoden: Akupunktur, Nikotinpflaster, Traumanalyse, usw. Aber wirkliche und dauerhafte Erfolge können mit diesen Methoden kaum verbucht werden.

Es wurden inzwischen sogar Ratten gezüchtet, die auf Alkohol anders reagieren als ihre „normalen“ Artgenossen, so dass das Phänomen der Sucht vielleicht bald durch Genterapie behandelt werden kann.



---

<sup>29</sup> Diesen Begriff verwendete C. G. JUNG in diesem Zusammenhang in einem Brief an Bill Wilson, dem Mitbegründer der Anonymen Alkoholiker.

Vgl. RUDOLF MRAZ, *Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser....*, S.39

Was aber bis zum heutigen Tag zu sagen ist, ist, dass unter Ärzten nirgends eine größere wissenschaftliche Hilflosigkeit zu finden ist, wie gegenüber dem Phänomen Sucht.

Ungefähr 1930 hatte CARL GUSTAV JUNG (ein Schüler FREUDS) einen Patienten, den er von seiner Alkoholsucht befreien sollte. Nach langer Therapie, vielen vermeintlichen Erfolgen und noch größeren Misserfolgen musste Jung als Arzt kapitulieren und diesen Mann als einen hoffnungslosen Fall entlassen. Er tat dies aber mit den Worten, dass nun wohl nur noch ein religiöses Erlebnis oder eine Bekehrungserfahrung helfen könnten.

Später schreibt Jung in einem Brief, dass diese Alkoholsucht nicht wirklich als Sucht oder biologischer Zwang gegenüber dem Alkohol zu werten sei, sondern vielmehr ein Ausdruck eines spirituellen Durstes nach Ganzheit sei, nach Einung mit Gott.

Auch heute gehen viele Therapeuten und Psychologen davon aus, dass das, was als Hunger, Sexualität, Spieltrieb oder als Verlangen nach einem Einkaufsbummel erlebt wird auch eine andere Dimension haben *kann* – und zwar dann, wenn dieses Verhalten als süchtig erlebt wird. Dann scheint sich hinter Essen und Erbrechen, hinter Drogenkonsum und Alkoholrausch etwas anderes zu verbergen als das körperliche und materielle Verlangen. Zwar ist es so, dass es für den Betroffenen während des Auslebens seiner Sucht unmöglich ist, diese andere Dimension wahrzunehmen. Da ist Bierdurst eben Bierdurst und das innere Erleben, das auf einen Essanfall hinführt, ist Hunger und nichts anderes.

In diesem Augenblick z.B. einer Bulimikerin zu sagen: „Das, was du gerade erlebst, ist ein spirituelles Erleben, und das, was du gerade tust, ist ein rituelles Handeln“, wäre schlichtweg unangebracht.

Blickt man aber in der Geschichte zurück, ist festzustellen, dass das, was in unserer heutigen Zeit die Vehikel für Suchterfahrungen sind, seit Jahrtausenden rituell-kultisch gebraucht worden ist:

Da war das *Essen* ein heiliges Mahl, eine Ver-„mählung“ des Menschlichen mit dem Göttlichen, eine Stillung des geistigen Hungers.

Im *Alkoholrausch* wurde in den dionysischen Mysterienkulten der Griechen die Verbindung mit dem Göttlichen gesucht und gefunden. Alkohol wurde benutzt, um die Türen zum Göttlichen zu öffnen.

Oder die *Halluzinogene*: Bei den nordamerikanischen Indianern führte das Nikotin, bei den südamerikanischen Indianern das Psilocybin, bei den Germanen das Gift der Fliegenpilze und das der Stechapfelstaude an die Tore einer geistig erlebten Welt.

Auch das *süchtige Spielen* geht auf heiliges, Verbindung zu den Göttern suchendes, rituell-kultisches Handeln zurück: Das „Los“ war ursprünglich kein Glücksspiel. Das Werfen des Loses oder das Legen der Karten war rituelles Handeln, um das Los herauszufinden, das einem von den Göttern zugesagt war.

Allerdings war in den alten Kulturen trotz dem Gebrauch von Drogen nie von Sucht die Rede. Die Erfahrbarkeit des Göttlichen in Gemeinschaft und im gemeinsamen Drogenkult machte den einzelnen immun gegen das, was unsere heutige Kultur als Sucht erlebt.

Doch dieses gemeinschaftliche Bewusstsein hat sich durch die Zeit gewandelt. Heute finden wir das Göttliche nicht mehr in gemeinschaftlicher Ekstase, sondern nur noch in der Nüchternheit des alltäglichen Bewusstseins. Und je unsensibler



das menschliche Bewusstsein für das Erleben von Göttlichem wurde, desto mehr wurde die heilige Ekstase zum privaten Drogenrausch.

Privat, unter Ausschluss der Gemeinschaft gewinnt die Droge eine Macht, die größer ist als unser Selbst, sie wird zum überwältigenden Dämon.

**Daraus lässt sich schließen, dass es gar nicht die Droge ist, die uns süchtig macht, sondern vielmehr der Privatkult, der mit ihr betrieben wird.**

„Dort, wo Essen, Trinken, Sexualität usw. nicht aus einem normalen Bedürfnis heraus sich ereignet, sondern zur Erlösung gebraucht wird, verbindet sich die Droge mit der Erfahrung der Abhängigkeit und Sucht.“<sup>30</sup> RUDOLF MRAZ spricht hier vom *privaten Erlösungskult*.

Süchtige erleben ihr Bedürfnis nach Trinken, Essen, Sexualität, Kaufen usw. als zwingend. Sie erleben sich oft sogar wie besessen, machtlos und ohne Willen in Bezug auf ihr süchtiges Verhalten. Biologisch gesehen ist es an dieser Stelle aber wichtig festzuhalten, dass es kein einziges biologisches Bedürfnis außer der Atmung gibt, das nicht vom Willen her zu beherrschen und zu kontrollieren ist. Grundsätzlich ist es möglich, jedem biologischen Bedürfnis durch die Willenskraft zu entsagen (die Atmung ausgenommen): jeder Mensch kann sich frei dafür entscheiden, zu essen und zu trinken, oder aber darauf zu verzichten, womöglich bis hin zum Tod. Ein süchtiger Mensch jedoch entdeckt, dass er gegenüber einem biologischen Bedürfnis, das für ihn zum Symptom geworden ist, keine Freiheit des Willens mehr besitzt. Er erlebt etwas, das stärker zu sein scheint, als sein eigenes Ich, sein Symptom wird zu einer höheren Macht.

Der Süchtige schafft sich seine eigene Welt und setzt sich selbst als Gott in seinen privaten Kosmos. Ein süchtiger Mensch anerkennt keine höhere Macht als sich selbst – darum erscheinen süchtige Menschen oft überheblich oder auch unnahbar.

Für sie gibt es keinen anderen Weg zurück zum Leben als den, im Erleben des süchtigen Zwanges und der dämonischen Besessenheit die eigene Machtlosigkeit zu erkennen und diese dunkle Seite ihres Lebens anzunehmen.

Den Weg der Heilung (nicht den der Abstinenz – diese Unterscheidung möchte ich persönlich an dieser Stelle ganz bewusst treffen) kann man nur auf der Grundlage einer Kapitulation und mit Hilfe einer Gemeinschaft gehen.

Kapitulation hat hier mit Gnade zu tun. Kapitulation meint, an dem Punkt im Leben angekommen zu sein, wo entweder der Weg zum

---

<sup>30</sup> RUDOLF MRAZ, *Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser....*, S.42

Leben oder der Weg zum Tod beginnt. Eine Situation, die oft erlebt wird als die totale Finsternis im Leben eines Menschen, als Angst und Einsamkeit. Gelingt es dem Süchtigen hier, diese Erfahrung anzunehmen, sich seine Sucht einzugestehen und aufzugeben, sich als den autonomen Schöpfer seines eigenen Kosmos zu sehen, stirbt sein bisheriges Konzept der Welt und er gewinnt sein Leben körperlich, seelisch und geistig zurück.

Diese Kapitulation ist Gnade. Viele, die diesen Prozess durchlaufen haben, sprechen vom „Geschenk“ der Kapitulation. Sie ist nicht einklagbar, nicht vorhersehbar und nicht machbar. Eine „selbstgemachte“ Kapitulation führt vielleicht zur Abstinenz, aber nicht zur wirklichen Heilung.

Ein lateinischer Satz besagt hier: „spiritus contra spiritum“<sup>31</sup>. Alkohol heißt auf lateinisch „spiritus“ und man verwendet das gleiche Wort für die höchste religiöse Erfahrung wie auch für das verderblichste Gift.

Der Schreiber dieses Satzes hatte verstanden, wo die wahren Hintergründe dieses Durstes liegen: dass der Alkoholismus sich zwar am Körper zeigt und in der Seele durchlitten wird, dass er aber seine Heilung nur aus dem Geistigen heraus findet.

Als eine unbedingte Hilfe auf dem Weg der Genesung ist der persönliche und aufrichtige Kontakt mit Freunden zu sehen. Es ist eine deutlich messbare Realität, dass durch die Aufrichtigkeit des Sichtmittelns unter Freunden neues körperliches, seelisches und geistiges Leben entsteht.

Wir alle brauchen die Begegnung mit anderen wissenden Menschen innerhalb einer Gemeinschaft, um Erfahrung, Kraft und Hoffnung zu teilen. Allein kann der Mensch den beschriebenen Weg kaum gehen. Allein sind wir stark der Gefahr ausgesetzt, das eigentlich geistige Bedürfnis des Menschen nicht zu verstehen oder zu missverstehen und durch ein biologisches Bedürfnis zu kompensieren.

---

<sup>31</sup> Lat.: „Geist gegen geistiges Getränk“

Oder – um das Bild der drei Arten von Sehnsucht aufzugreifen – wir versuchen, die primäre Sehnsucht nach spiritueller Ganzheit und umfassendem Heil auf der sekundären oder tertiären Ebene zu stillen, also durch Sexualität, Essen, Spielen, Trinken.

Was ich dem Leser / der Leserin am Ende diese Themas mitgeben möchte ist, dass man den Weg über Sucht und Kapitulation nicht gehen muss. Es gibt auch den anderen Weg eines Umganges mit unserer Sehnsucht, und zwar den, unsere Sehnsucht als die anzuerkennen, die sie ist. Nämlich eine Sehnsucht nach spiritueller Ganzheit, nach umfassendem Heil und dem Leben,



das nur Gott zu schenken vermag. Diese Sehnsucht können wir nicht selbst stillen und wir sollen es auch gar nicht.



Solange wir leben ist unser Platz hier auf der Erde bei den Menschen, mitten in allen Problemen und mitten im Schmerz der Welt. Es kann nicht richtig sein, sich

selbst zu erhöhen um diesen Problemen zu entfliehen; sich selbst zu seinem eigenen Gott zu machen, um schon jetzt das gesuchte Heil zu erlangen.

Trotz aller Not, die die Erde uns bringt, sollen wir ihr treu bleiben und der Glaube oder die Gnade sollen uns den Mut geben, auf der Erde etwas zu schaffen, zu wirken und zu stärken – trotz oder gerade mit unserer Sehnsucht.

Abschließen möchte ich meine Ausführungen mit einem Satz DIETRICH BONHOEFFERS, der besagt, „(...) dass die Christen, die nur mit

einem Bein auf der Erde zu stehen wagen, auch nur mit einem Bein im Himmel stehen.“<sup>32</sup>

Und wir alle wissen, dass man auf nur einem Bein sehr schnell die Balance im Leben verlieren kann.

## **6. Was wollen wir bewirken?**

- Wir wollen verborgene, aufgegebene und verdrängte Sehnsucht wecken.
- Wir wollen zum Nachdenken über unseren Umgang mit unserer Sehnsucht anregen.

## **7. Was wollen wir vermitteln?**

- Sehnsucht ist untrennbar mit unserem Leben verbunden. Sie bestimmt unser Leben maßgeblich
- Sehnsucht beinhaltet Hoffnung und Entbehrung, Freude und Schmerz.
- Die drei Arten von Sehnsucht, sind nur auf ihre jeweilige Art zu erfüllen.
- Wie wir mit unserer Sehnsucht umgehen, entscheidet darüber, wie unser Leben gelingt.
- Sucht ist kein bloßes biologisches Verlangen, sondern Ausdruck einer tiefen Sehnsucht nach spiritueller Ganzheit.

---

<sup>32</sup> DIETRICH BONHOEFFER / MARIA VON WEDEMEYER, *Brautbriefe Zelle 92. 1943 – 1945*, hrsg. von Ruth-Alice von Bismarck und Ulrich Kabitz, München: Beck, 1999, S.38

## **8. Was ist das Besondere an diesem Thema?**

Trotz der Differenzierung des Themas in Sehnsucht und Sucht soll der Schwerpunkt des Abends aber bei der Sehnsucht liegen. Es gab schon viele Abende zum Thema Sucht und auch in den Medien findet es eine breite Resonanz. Anders ist dies aber bei der Sehnsucht. Trotz vieler guter Einfälle zum Thema Sucht und guter Ideen in den Workshops soll die Sehnsucht nicht außen vor bleiben, denn gerade in diesem Thema begegnen wir unserem Innersten. Wenn wir uns diesem Thema persönlich stellen, werden wir möglicherweise mit Enttäuschungen, Verletzungen und Entbehrungen konfrontiert werden. Doch gerade das ist die große Chance dieses Themas. Sehnsucht in Freude und Schmerz zu erleben, lässt uns die Fülle des Lebens erahnen, das Gott uns schenken möchte. Gott möchte uns gerade in unserer Sehnsucht begegnen und uns näher sein als unsere eigene Haut.



Alexa Benz, Karlsruhe und Bernd Heißwolf, Reutlingen

## **9. Kreatives Sammelsurium**

### **9.1 Opener, Einladung, All inclusive etc.**

#### **Opener**

- Wand der Sehnsucht – Wand, an die die Besucher ihre Sehnsüchte heften können
- Besucher malen ihre Sehnsüchte auf ein Bild
- Bild, das einen Berg zeigt, dessen Spitze die Sehnsüchte der Besucher darstellt. Besucher verteilen einen Punkt, wo ihr Leben sich gerade befindet

#### **Einladung**

- Interviews: „Sehn-Sucht!?“
- Plakat mit allen Sehnsüchten beschreiben und in einer Fußgängerzone ausrollen → Menschen laufen auf ihren Sehnsüchten herum

- Wand, an der Sehnsüchte/Süchte, die uns von der Werbung suggeriert werden, dargestellt sind. Anschließend ein Büro, das die persönliche Kostenauflistung der eigenen Süchte errechnet
- Überzogene Darstellung die einen zeigt, der sich in die Erfüllung seiner Träume / Sehnsucht raucht, trinkt, ...derjenige landet im Grab zum Schluss
- Wissenschaftler, der alles ganz kühl und objektiv betrachtet und keine Sehnsucht verspürt und über die Sehnsüchtigen lacht. Jedoch von morgens bis abends nur seiner Forschung dient (nach der SUCHE der Weltformel)
- Sehnsüchtiger denkt über die Erfüllung seiner Sehnsüchte nach. Andere Spielen die Szenen seiner Sehnsüchte, haben dies evtl. schon erfüllt

### **All inclusive**

- Pickeldi und Frederik (Freude??? Nichts leichter als das...)
- Raucher auf der Suche nach dem Spirituellen Erlebnis
- Geheime Tür, die nur einer betreten darf, lockt, zieht die Sehnsucht der anderen auf sich
- Suchende/r, die nach dem sucht, was tief in ihr schlummert
- Fernweh: die Sehnsucht nach Distanz

## **9.2 Video, Foto, Kreativ etc.**

### **Video**

- „Westerland“ von den Ärzten: Sehnsucht nach schönen Begegnungen. Wiederholung des Schönen
- „Ich will wieder ans Meer“ von Spotlight
- Interview „Was sind Deine Sehnsüchte?“ und 2. Frage „Was tust Du, um Deine Sehnsucht zu stillen?“
- Lifestyle
- „Popstars“, „Big Brother“ – der Wunsch, die Sehnsucht, berühmt zu werden

### **Foto**

- Materielle Sehnsüchte
- Bildreihe Gegensätze „Ist-Zustand“ und „Sehnsucht“ (Wunsch)
- Lifestyle

### **Kreativ**

- Plakat, auf dem Süchte drauf sind. Fenster in den Menschen (Kopf) hinein mit Sehnsüchten
- Am Eingang erhalten die Leute eine Sehnsucht-Card, wo sie Sehnsüchte aufschreiben und an eine Wand pinnen können
- Lifestyle

## **9.3 Musik, Symbol und Sprache, Bar**

### **Musik (Lieder zum Thema)**

- T-PATT „Big Doll“
- Jule Neigel „Sehnsucht“
- Herbert Grönemeyer „Alkohol“
- Herbert Grönemeyer „Kaufen“
- Die Toten Hosen „Ecstasy“
- Cae Gauntt „Hand auf der Schulter“
- Cae Gauntt „Sehnsucht“ (Orig. Michael W. Smith “My place in this world”)
- Martin Pepper „Du bist ein starker Turm“
- Andre Crouch “Your love“
- PUR “Heimlich“
- ABBA “I have a dream“ (von Westlife gecovered)
- Supertramp “Dreamer“
- Kelly Family “Looking for love“
- Brian Adams “Please forgive me“
- Rolf Zukowski „Leben ist mehr“
- Rolf Zukowski „Ich glaub, ich hab’ dich lieb“
- Obercoole Südpolgang „Schatten“
- Arno & Andreas „Sie sitzt am Fenster“
- Sting “Message in bottle“
- Ararat „Sterne und Monde“

### **Musik (Ideen)**

- Tief in mir (aus Feiert Jesus II)
- Du stillst die Sehnsucht in mir (Feiert Jesus II)
- Gospelmusik
- Halte deine Träume fest (Kreuz & Quer)

### **Symbol und Sprache (Texte)**

- Buch über Anne Frank: Ich sehne mich so
- Psalm 23: „Mir wird nichts mangeln“
- MLK: I have a dream
- „Träume nicht dein Leben, lebe deinen Traum“
- Keine Macht den Drogen
- Gedicht: Wage zu träumen, von dem, was du nicht hast.  
(Margot Bickel) aus dem Buch: Jeden Tag leben
- Buch: Die kleine Raupe Nimmersatt
- Janosch: O wie schön ist Panama
- Mausemärchen und Riesengeschichten von Annegret  
Fuchshuber (Diaserie bei Siggì erhältlich)
- Der kleine Prinz
- Bilderbuch: Schlaraffenland

### **(Ideen)**

- Man darf und muss Sehnsüchte haben, es ist wichtig für  
Zielsetzungen im Leben
- Der einzige Stoff, dem wir nicht von vornherein aus frei-  
em Willen widerstehen können, ist der Sauerstoff
- Wortspiel: „Sehn sucht Sucht“
- Demonstration für die Sehnsucht
- Auseinandersetzung: Welche kleinen, feinen Sehnsüchte  
habe ich (nicht die „harten“ Süchte), z.B. Kaufsucht, Sü-  
ßigkeiten, Soapsucht, Beziehungssucht, Telefonsucht,  
Kontaktsucht, Perfektion.....? Wo ich unterbewusste  
Sucht feststelle, die ich nie als Sucht einordnen würde
- Herausarbeiten der inneren Spannung, aus der Sucht  
entsteht, etwas noch nicht zu haben, in Unvollkommen-  
heit leben zu müssen und Vollkommenheit zu suchen
- Vorstellung: Ein Mensch ohne Sehnsüchte

- Sehnsucht muss nicht gelingen, um einen wirklich weiterzubringen. Sehnsucht muss nicht unbedingt erfüllt werden

### **Bar**

- „Drogen“ an der Bar
- Antialkoholfreie Drinks
- Sehnsuchtdrinks (Südsee,... mit Meerrauschen im Hintergrund)
- Ananas und Kokos, Pina Colada, Caipiriñha
- Bambusröckchen hinter der Bar
- Schokolade: Jamaika-Rum

## **9.4 Theater, Pantomime, Tanz**

### **Theater**

- Mensch ist auf der Suche, kann aber nicht genau sagen was. Probiert alles mögliche aus. Stellt fest, dass er nicht das findet, was er sucht. Merkt, dass er Geborgenheit, Liebe, Erfüllung sucht
- Spirituell erhobener Kiffer (Surreales empfinden durch Drogen)
- Einer geht zu Wahrsagerin (die versucht, Sehnsüchte des anderen zu erklären). Persiflage.
- Sendung mit der Maus: Das ist der Herr Koch, und der, der sucht den Sinn des Lebens...
- Die sieben Zwerge: die Zwerge sind auf Drogen, und wollen nicht mehr arbeiten; Schneewittchen versucht wieder die Sehnsucht am Leben zu wecken
- Verschiedene Sehnsüchte darstellen: Freiheit vom Elternhaus, Lebenstraum verwirklichen
- Sehnsucht nach dem Punkt, angekommen zu sein. Sein Ziel gefunden zu haben. (Was ist das Ziel?)

### **Pantomime**

- Eine/r wird von verschiedenen Süchten heimgesucht, aber er sehnt sich nach der Sehnsucht
- Nach dem Himmel/der Erde strecken (andere Menschen)

- Im Laufrad der Sucht (Matrix-Soundtrack: clubbed to death)
- Marionette (Abhängigkeit). Abgeschnittene Schnüre = neues Leben
- Gestaltung ins Leben bringen. Das Chaos ordnen

### **Tanz**

- Warum –Tic Tac Toe (Motiv Tod, Kick für den Augenblick)
- Walking on sunshine (Sehnsucht = Lebensfreude)
- Sehnsucht – Jule Neigel

## JAT-Einsätze und was zu beachten ist Für die einladende Gemeinde/den einla- denden Bezirk

Diese Checkliste dient einem Bezirk, einer Gemeinde, für die Vorbereitung, Durchführung und Nacharbeit eines JAT-Einsatzes. Alle Angaben sind ca. Angaben. Hat der betreffende Bezirk schon des Öfteren einen solchen Einsatz durchgeführt, genügt auch eine kürzere Vorbereitungszeit. Allerdings sollte sie nicht unter einem Jahr betragen, da ansonsten die Vorarbeit darunter leidet. Kurzfristige anberaumte und durchgeführte JAT-Einsätze sind nicht unmöglich und ebenso wenig nicht „gewinnbringend“, aber sie haben **meist** nicht die notwendige Verankerung innerhalb der Gemeinde und der Jugend, sowie weniger Wirkung in der Öffentlichkeit. Sie bleiben meist „Durchgangsprodukt“. Allerdings häufig mit dem Ergebnis, dass die eigenen Jugendlichen sich auf andere JAT-Einsätze anmelden. Wie gesagt: Gewinnbringend sind die allermeisten JAT-Einsätze. Für die Teams, die Jugendlichen und oft auch für die Gemeinde, den Bezirk.

Die Checkliste ist unterteilt in „Unbedingt notwendig“ und „wünschenswert“. Letzteres bedeutet nicht, dass die betreffenden Personen sich die Überlegungen dazu schenken könnten. Gerade hier verstecken sich die „Sahnehäubchen“. Allerdings ist der Aufwand dementsprechend hoch.

In der Checkliste sind die zeitlichen Vorgaben ideale Angaben. Bitte beachtet dies! Eine Abweichung von diesem Muster, sollte allerdings nicht ohne gute Begründung durchgeführt werden.

<b>2 Jahre vor dem Einsatz</b>	
<b><u>Unbedingt notwendig:</u></b>	
• Entwicklung der Idee, einen JAT-Einsatz auf dem Bezirk durchzuführen (z.Zt. ist die Wartezeit nach Anmeldung ca. 3 Jahre)	<input type="checkbox"/>
• Beratung dieser Idee in den betreffenden Gremien	<input type="checkbox"/>

<p>(Ausschuss christliche Erziehung, Finanzausschuss, Gemeindevorstand, Bezirkskonferenz) und in den betroffenen Kreisen (Jugendkreis, Teeniekreis und die Gruppe des kirchlichen Unterrichtes). Wenn nötig: Einladung an den/die Referent/-in des Kinder- und Jugendwerkes, um die Aktion JAT näher zu erläutern in Bezug auf Kosten, Vorbereitung und Durchführung.</p>	
<p><b>Wünschenswert:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antrag an das Kinder- und Jugendwerk, um im betreffenden Zeitraum einen JAT-Einsatz auf dem Bezirk durchzuführen (z.Zt. ist dies keine Wunschvorstellung, sondern ein Muss, da die Wartezeit s.o. 3 Jahre beträgt).</li> <li>• Planung einer Jugendkreisfreizeit im nächsten Jahr, um die Gruppe zu stärken und auf den Einsatz vorzubereiten</li> <li>• Stärkung der Öffentlichkeitsarbeit des Bezirkes (Medienarbeit, besondere Aktionen, usw.)</li> <li>• Stärkung der Jugendarbeit (Schwerpunkt-Setzung, finanzielle Mittel bereitstellen, auf Jugendliche zu- und eingehen, usw.)</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>

<b>1 Jahr vor dem Einsatz</b>	
<p><b>Unbedingt notwendig:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Bezirk stellt einen Antrag an das Kinder- und Jugendwerk mit der bitte um die Durchführung eines JAT-Einsatzes auf dem Bezirk.</li> <li>• Offene Jugendabende werden durchdacht, geplant und durchgeführt, um das Angebot für Jugendliche auszubauen</li> <li>• Der Bezirk versucht, in der Öffentlichkeit stärker präsent zu sein (Straßenfeste, Werbung, Berichterstattung, Einladungen, usw.). Entwicklung der Idee, einen JAT-Einsatz auf dem Bezirk durchzuführen</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>
<p><b>Wünschenswert:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Im Gemeindebrief findet die erste Werbung für den JAT-Einsatz statt. Es wird von den ersten Ideen berichtet und von der Motivation, sich auf diese Veran-</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/></p>

<p>staltungsart einzulassen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Jugendkreisfreizeit wird durchgeführt, die vor einem Jahr geplant wurde. Gleichzeitig wird nach einem geeigneten Ort und Zeitpunkt für eine Jugendkreisfreizeit nach dem Einsatz gesucht.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

<b>½ Jahr vor dem Einsatz</b>	
<b>Unbedingt notwendig:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suche nach Sporthalle für den nachmittäglichen Sport und zwecks Duschkmöglichkeiten</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suche nach geeigneten Unterbringungsmöglichkeiten für die Gruppe (Gruppenräume, Sporthalle, Klassenräume, Jugendherberge, usw.)</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1.Teambesprechung mit dem Einsatzleitungsteam (Organisator/-in, Verkündigung, Workshop-Leitungen). Thema: erstes Abstecken des Wochenprogramms; sich gegenseitiges Kennenlernen; was sind die Ziele, was die Zielgruppe</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Jugendkreis informiert über Treffpunkte von Jugendlichen im näheren Umfeld. Interessen von Jugendlichen, Cliques und Hobbys.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Jugendkreis informiert über den Stand der Dinge: wie ist die Motivation?; was wird erwartet?; was wird befürchtet?; was wird gerade versucht?; wo hat man Niederlagen einstecken müssen und warum?; usw.).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die vorhandenen Räume werden begangen und auf die Tauglichkeit für den Einsatz geprüft: sind genügend Räume vorhanden für die Arbeit in workshops und Kuschelgruppen?; Ist ein Raum groß genug für die Abendveranstaltung?; Gibt es „heilige“ Gegenstände, Räume?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suche nach Mitarbeiter/-innen für die Verpflegung (Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen, Abendessen)</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Licht und Ton werden preislich verglichen und angemietet</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• An alle Jugendlichen der Gemeinde und des Bezirks wird eine Einladung mit einer Anmeldung verschickt</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

mit dem Hinweis, dass natürlich der Besuch der Abendveranstaltungen unabhängig von einer Anmeldung ist.	
<b>Wünschenswert:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ein besonderer Jugendaktionstag mit Konzert, Theater, Sport oder ähnlichem wird angeboten und durchgeführt.</li><li>• Erste Werbung im Gemeindebrief für die Woche mit Themen und Namen der Einsatzleitung</li><li>• Die umliegenden Gemeinden der EmK und die ökumenischen Nachbarn werden auf die Aktion hingewiesen und zu den offenen Abenden eingeladen</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<b>4 Monate vor dem Einsatz</b>	
<b>Unbedingt notwendig:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Die Sporthalle ist schriftlich zugesichert und eine Begehung hat stattgefunden.</li><li>• Das Verpflegungsteam wird vorgestellt (müssen nicht persönlich anwesend sein) und ein erster Essensplan (darauf achten, dass Vegetarier in der Gruppe sein werden) liegt vor.</li><li>• Die Unterbringung der Gruppe ist bis zu diesem Zeitpunkt geklärt</li><li>• Die Suche nach einem Ausflugsziel hat stattgefunden. Vorschläge werden gegeneinander abgewogen und eine Entscheidung herbeigeführt.</li><li>• Es findet die zweite Teambesprechung vor Ort statt mit der Gestaltung des Jugendkreisabends. Hier werden die offenen Punkte des Wochenplanes nochmals angesprochen und ein fertiges Wochenprogramm beschlossen. Mitarbeiter/-innen, die die einzelnen Programmpunkte vorbereiten, sind gefunden. Im Jugendkreisabend wird dieses Programm vorgestellt, um Mitarbeit nachgefragt und eine Motivation geschaffen, damit sich die Jugendlichen auf den Einsatz anmelden.</li><li>• Die Workshop-Leitungen sind gefunden und zu dieser Sitzung eingeladen worden. Sie werden über alle Dinge auf dem Laufenden gehalten.</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die ersten Infos über die Anmeldungen kommen beim Leitungsteam an, bzw. müssen beim Kinder- und Jugendwerk angefragt werden.</li> <li>• Der Wochenplan wird erstellt. Er ist immer noch vorläufig in dem Sinne, dass Veränderungen möglich sind.</li> <li>• Im Gemeindebrief wird für diese Woche Werbung gemacht (Einladung zu den Abenden, zu den thematischen Impulsen, zum Gebet, für Jugendliche zur Teilnahme, zur Mitarbeit in Kochgruppen, zum Kuchenbacken, usw.).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In den Medien (Presse, lokaler/s Rundfunk und Fernsehen) Berichte mit Themen, Gruppengröße, Ort und mögliche Berichte von anderen Einsätzen</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

<b>3 Monate vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Wochenplan liegt in schriftlicher Form vor. Alle Verantwortlichen sind benannt und kennen ihre Aufgaben. Alle Aufgaben sind verteilt.</li> <li>• Eine Materialliste wird erstellt und ein/e Verantwortliche dafür benannt.</li> <li>• Über Dekoration, über Sitzmöglichkeiten, über mögliche Tische wird gesprochen und ein/e Verantwortliche benannt, der die betreffenden Utensilien organisiert</li> <li>• Das Ausflugsziel ist geklärt (Bus, Führung, Verpflegung, Verantwortliche).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein weiterer besonderer Jugendaktionstag (Konzert, Theater, Sport, usw.) wird durchgeführt. Die Einladung kann schon im Zusammenhang mit den JAT stattfinden.</li> <li>• An alle Jugendlichen der Gemeinde/des Bezirks erfolgt eine zweite Einladung per Post oder Telefon. Wünschenswert ist auch eine persönliche Einladung, falls Jugendliche andere kennen, die nicht mehr kommen. In der Einladung sollten schon einige Er-</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>

<p>gebnisse vorkommen, auf was sich die Jugendlichen einlassen in dieser Woche.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Eine erste Einladung sollte gestaltet werden, welche Jugendliche mitnehmen können für ihre Freunde und Kollegen.</li><li>• In den lokalen Medien erfolgt die 2. Werbung. Gut wären hier genaue Details vom Einsatz, Interviews von Jugendlichen vor Ort, Berichte über Erwartungen und Hoffnungen</li><li>• Eine weitere Werbung im Gemeindebrief erfolgt. Nun kann ein Teil des Wochenprogramms mit abgedruckt werden. Einladung zur Mitarbeit, Teilnahme und Besuch.</li><li>• Eine Kontaktaufnahme zu den Jugendkreisen aus der Gegend ist nun wichtig. Persönliches Vorbeigehen und Einladen sollte erfolgen. Gegenseitiges Kennenlernen der Gruppen wäre super!</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
--	--

<b>2 Monate vor dem Einsatz</b>	
<p><b>Unbedingt notwendig:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bei Gemeinden, die das Essen von Auswärts (Metzgerei, Großküche, Gaststätte, usw.) kommen lassen, muss dies nun reserviert und bestellt werden. .</li><li>• Der Verpflegungsplan liegt vor. Dieser sollte den Speiseplan und die Mitarbeiter/-innen benennen. Darauf achten, dass an Vegetarier gedacht ist.</li><li>• Dritte und letzte Teambesprechung. Hier werden die letzten Unklarheiten beseitigt. Nach dieser Besprechung sollte wirklich jede/r wissen, was er/sie zu tun hat. Geeignet wäre eine nochmalige Gestaltung eines Jugendkreisabends, damit sich Leitung und Jugendkreis im Vorfeld des Einsatzes näher kennen lernen.</li><li>• Ein erster Rundbrief mit Infos und Wochenprogramm wird nun verschickt. Die TN sollen sich auch inhaltlich auf diesen Einsatz vorbereiten können und merken, dass sie dem Leitungsteam nicht unwichtig sind</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p><b>Wünschenswert:</b></p>	



<p>innen versuchen in vielen Geschäften und öffentlichen Plätzen, Plakate aufzuhängen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Die 4. Werbung in den lokalen Medien sollte erscheinen („noch 42 Tage bis JAT“, oder anders) und einiges an Vorberichten und Interviews bringen.</li></ul>	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

<b>4 Wochen vor dem Einsatz</b>	
<p><b>Unbedingt notwendig:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ein zweiter und letzter Rundbrief wird verschickt mit den letzten Infos <input type="checkbox"/></li><li>• Bei den Workshop-Leitungen wird nachgefragt, ob sie in der Vorbereitung irgendwelche Probleme sehen. Hilfe wird angeboten oder weiter vermittelt. <input type="checkbox"/></li><li>• Ebenso werden die Schlupfwinkel-, bzw. Kuschelgruppen-Leitungen gefragt, ob sie Probleme haben und wo sie in der Vorbereitung stehen. <input type="checkbox"/></li><li>• In den Bekanntgaben wird nun jeden Sonntag auf dieses Ereignis hingewiesen und um Mitarbeit (Essen, Kuchen, finanzielle Spenden, Gebet, Vorbereitung, Teilnahme an den öffentlichen Veranstaltungen oder für die gesamte Zeit) geworben. <input type="checkbox"/></li></ul>	
<p><b>Wünschenswert:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Eine weitere Aktion wird in den Schulen und auf öffentlichen Plätzen durchgeführt (Aufmerksamkeit und Werbung) <input type="checkbox"/></li><li>• Die Bestellung von Lebensmitteln (Brot, Brötchen, Wurst, Käse, usw.) wird vorgenommen. <input type="checkbox"/></li><li>• Die Plakate müssen gegebenenfalls erneuert werden. Einige Geschäfte nehmen auch jetzt erst Plakate an. <input type="checkbox"/></li><li>• In den Medien erscheint die 5. Werbeaktion (Handzettel abdrucken als Anzeige, dort, wo die Kosten überschaubar bleiben) <input type="checkbox"/></li><li>• Im Gemeindebrief erscheint eine ausführliche Werbung (Handzettel, usw.). Einladung und Nachrichten aus den Vorbesprechungen. <input type="checkbox"/></li></ul>	

<b>2 Wochen vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das bestellte Material im Kinder- und Jugendwerk wird abgeholt <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• Die nötigen Einkäufe werden nun getätigt. Außer leichtverderblichen Lebensmitteln sollte nun alles vorhanden sein. <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• Eine (dritte) schriftliche Einladung ergeht an alle Jugendliche in der Gemeinde zu den Abenden und den workshops (in der Kombination mit den thematischen Impulsen am Vormittag) <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• Die Gemeinde wird eingeladen, die Woche in ihren Gebeten zu begleiten und sich selbst von der frischen Art und Weise Gottesdienst zu feiern, inspirieren zu lassen <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> </ul>	
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein weiterer besonderer Jugendaktionstag wird durchgeführt. Besondere Einladung ergeht an alle Jugendlichen des Bezirkes und an deren Freund/-innen <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• Die letzten Jugendkreisabende vor dieser Aktion sollten besonders gestaltet werden, damit einige ihre Freund/-innen schon jetzt mitbringen können, um neue Kontakte schon vorab zu knüpfen <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• In den Gemeindeveranstaltungen ist nun das Thema diese Woche. Es wird darüber gesprochen und ausführlich diskutiert. Problematisches angesprochen und störendes im Vorfeld (soweit es geht) ausgeräumt. Motivation und Gebet stehen im Vordergrund. <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• Die 6. Werbung erfolgt in den Medien (Erstellung des Werbematerials) <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> </ul>	

<b>1 Woche vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine erste, bzw. zweite Einladung sollte gestaltet werden, welche Jugendliche mitnehmen können für ihre Freunde und Kollegen. <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> <li>• In den Bekanntgaben wird auf diese Woche erneut <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span></li> </ul>	

<p>hingewiesen und zu den öffentlichen Teilen eingeladen. Darüber hinaus wird erwähnt, dass in dieser Woche alle anderen Gruppen und Aktionen entfallen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Material und haltbare Lebensmittel werden eingekauft</li><li>• Die Plakate müssen gegebenenfalls erneuert werden. Einige Geschäfte nehmen auch jetzt erst Plakate an.</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• In den Gemeindeveranstaltungen, die in dieser Woche stattfinden, ist das Thema durch den Einsatz vorgegeben. Alle beschäftigen sich mit den Erwartungen, den Hoffnungen, den Ängsten, den Inhalten dieses Einsatzes</li><li>• In den Bekanntgaben wird nun auf alle Veranstaltungen hingewiesen und Mut gemacht, Jugendliche im Umfeld einzuladen, ja selbst sich auf etwas Neues einzulassen</li><li>• Es werden nochmals (falls notwendig) alle Plakate erneuert und an manchen Stellen nun bewusst zum ersten Mal aufgehängt</li><li>• Die 7. Werbung läuft über die verschiedenen Medien</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<b>Während des Einsatzes</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Samstag bzw. Freitag: Einfinden des Teams vor der Gruppe ist unbedingt notwendig. Für große Teams ist es möglicherweise erforderlich, schon einen Tag früher anzureisen. Für Teams, die schon des Öfteren in der Besetzung gearbeitet haben, sind zwei bis drei Stunden bevor die Teilnehmenden ankommen zur Vorbereitung ausreichend. In dieser Zeit werden nochmals die letzten Dinge abgesprochen, Inhalte weiter vermittelt, Tendenzen angesprochen, Örtlichkeiten besichtigt und Gemeinschaft als Team gepflegt. Es wird ein Mittagessen und Kaffee benötigt. Die Räume sollten schon jetzt alle zur Verfügung stehen.</li></ul>	<input type="checkbox"/>



<p>gendkreisfreizeit durchführen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Es wird ein besonderes offenes Angebot für Jugendliche eingerichtet</li><li>• Das Jugendkreisprogramm ist in den kommenden Monaten so geplant, dass es für Außenstehende interessant ist.</li><li>• Die Abrechnung der Kosten sollte spätestens nach vier Wochen im Kinder- und Jugendwerk eintreffen.</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p><b>Wünschenswert:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Die Gottesdienste der Gemeinde werden neu gestaltet, damit er für Jugendliche attraktiver ist.</li><li>• Es werden besondere Jugend- und Gästegottesdienste angeboten</li><li>• Die verschiedenen Leitungsteams und Ausschüsse befassen sich mit der Sammlung von Ideen für weitere Aktionen im Kinder- und Jugendbereich</li><li>• Die verantwortlichen Jugendleiter/-innen und Jugendliche allgemein werden auf die Weiterbildungsangebote des Kinder- und Jugendwerk hingewiesen und ihnen die Übernahme (eines Teiles) der Kosten angeboten (z.B. HL und ZL Jungschar, Konferenzjugendtag, Kreativwochenende JAT)</li><li>• Ideal ist es, wenn nach etwa 8 Wochen nochmals von Seiten des Einsatzteams Kontakt mit dem örtlichen Jugendkreis aufgenommen wird (z.B. Gestaltung eines Jugendabends, eines besonderen Jugend-Aktions-Tag)</li><li>• Es muss überlegt werden, ob in nächster Zeit der JAT-Einsatz wiederholt wird. Rechtzeitige Meldung an das Kinder- und Jugendwerk ist notwendig (s.o.)</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

## JAT-Einsätze und was zu beachten ist Für die Einsatzteams

Diese Checkliste dient den Einsatzteams für die Vorbereitung und Durchführung eines JAT-Einsatzes, sowie der Erinnerung, dass alle Arbeit auf eine angemessene Nacharbeit zielt. Alle Angaben sind ca. Angaben. Hat das Team schon des Öfteren einen solchen Einsatz durchgeführt, genügt auch eine kürzere Vorbereitungszeit, die allerdings die Dauer eines halben Jahres nicht unterschreiten sollte, da ansonsten die Vorarbeit darunter leidet. Kurzfristige anberaumte und durchgeführte JAT-Einsätze sind nicht unmöglich und ebenso wenig nicht „gewinnbringend“, aber sie haben **meist** nicht die notwendige Verankerung innerhalb der Gemeinde und der Jugend, sowie weniger Wirkung in der Öffentlichkeit. Sie bleiben meist „Durchgangsprodukt“. Allerdings häufig mit dem Ergebnis, dass sich die eigenen Jugendlichen auf andere JAT-Einsätze anmelden. Wie gesagt: Gewinnbringend sind die allermeisten JAT-Einsätze. Für die Teams, die Jugendlichen und oft auch für die Gemeinde, den Bezirk.

Die Checkliste ist unterteilt in „Unbedingt notwendig“ und „wünschenswert“. Letzteres bedeutet nicht, dass die betreffenden Personen sich die Überlegungen dazu schenken könnten. Gerade hier verstecken sich die „Sahnehäubchen“. Allerdings ist der Aufwand dementsprechend hoch.

In der Checkliste sind die zeitlichen Vorgaben ideale Angaben. Bitte beachten Sie dies! Eine Abweichung von diesem Muster, sollte allerdings nicht ohne gute Begründung erfolgen.

<b>1 Jahr vor dem Einsatz</b>	
<b>Unbedingt notwendig:</b>	
• Ich mache mir klar, ob ich an einem JAT-Einsatz im nächsten Jahr mich beteiligen will.	<input type="checkbox"/>
• Ich mache mir klar, welche Aufgabe ich bei einem solchen Einsatz übernehmen möchte (Verkündigung, Organisation, Workshop, usw.)	<input type="checkbox"/>
• Ich mache mich auf die Suche nach einem Team	<input type="checkbox"/>

und melde mich beim Kinder- und Jugendwerk, dass ich in einem Team mitarbeiten möchte, bzw. auf der Suche nach einem Team (Verkündigung, Organisation, Workshop-Leiter/-innen, usw.) bin.

**½ Jahr vor dem Einsatz**

**Unbedingt notwendig:**

- 1.Teambesprechung mit verantwortlichen der Gemeinde vor Ort (Pastor/-in, Jugendkreisleitung, interessierte Jugendliche). Thema: erstes Abstecken des Wochenprogramms, sich gegenseitiges Kennenlernen, was sind die Ziele, was die Zielgruppe
- Welche Workshops werden eingerichtet? Welche Workshop-Leitungen kann sich das Einsatzteam und die Gruppe vor Ort vorstellen? Wer fragt an?
- Werden Kuschelgruppen (Schlupfwinkel) eingerichtet? Welche Personen kommen einem in den Sinn zu deren Leitung? Wer fragt weiter?
- Aufgabenverteilung wird angesprochen. Wer übernimmt die Verkündigung?; Wer die thematischen Impulse am Vormittag?; Wer übernimmt eine Tagesleitung?; Wer kümmert sich um Spielabende, Ausflug, Sendungsgottesdienst oder andere Punkte?
- Wo kann die Gruppe übernachten? Es müssen genügend Waschmöglichkeiten vorhanden sein. Gibt es zuwenig Duschen, muss für Duschmöglichkeiten Sorge getragen werden (Anmietung einer Sporthalle oder ähnliches).
- Ein Infobrief wird entworfen, der jeder/m zugesandt wird, nachdem er/sie sich angemeldet hat (Kontakt-aufnahme mit Kinder- und Jugendwerk wegen Adressenliste).
- Die Stückzahl für Poster (A1 und A3) und Handzettel wird festgelegt. Der Eindruck muss beraten und geschrieben werden. Nach dem Schreiben an das Kinder- und Jugendwerk schicken
- Wer kümmert sich um Licht und Ton? Definition des Möglichen und Notwendigen
- Notwendiges Material wird im Kinder- und Jugend-

<p>werk bestellt (Fallschirme, Kleiderkiste, Tücher, usw.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Jugendkreis informiert über den Stand der Dinge: wie ist die Motivation?; was wird erwartet?; was wird befürchtet?; was wird gerade versucht?; wo hat man Niederlagen einstecken müssen und warum?; usw.).</li> <li>• Der Jugendkreis informiert über Treffpunkte von Jugendlichen im näheren Umfeld. Interessen von Jugendlichen, Cliquen und Hobbys</li> <li>• Die vorhandenen Räume werden begangen und auf die Tauglichkeit für den Einsatz geprüft: sind genügend Räume vorhanden für die Arbeit in workshops und Kuschelgruppen?; Ist ein Raum groß genug für die Abendveranstaltung?; Gibt es „heilige“ Gegenstände, Räume?</li> </ul>	<p style="text-align: center;">☐</p> <p style="text-align: center;">☐</p> <p style="text-align: center;">☐</p>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nach dieser ersten Sitzung trifft sich das Leitungsteam intern ohne die Verantwortlichen vor Ort und wertet das Gespräch aus: welchen Eindruck haben die Beteiligten?; wo vermuten sie Schwierigkeiten?; wie gehen sie mit eingetroffenen Spannungen um?; usw.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">☐</p>

<b>4 Monate vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es findet die zweite Teambesprechung vor Ort statt mit der Gestaltung des Jugendkreisabends. Hier werden die offenen Punkte des Wochenplanes nochmals angesprochen und ein fertiges Wochenprogramm beschlossen. Mitarbeiter/-innen, die die einzelnen Programmpunkte vorbereiten, sind gefunden. Im Jugendkreisabend wird dieses Programm vorgestellt, um Mitarbeit nachgefragt und eine Motivation geschaffen, damit sich die Jugendlichen auf den Einsatz anmelden.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">☐</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Wochenplan wird erstellt. Er ist immer noch vorläufig in dem Sinne, dass Veränderungen möglich sind</li> </ul>	<p style="text-align: center;">☐</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Unterbringung ist bis dahin geklärt</li> <li>• Die Workshop-Leitungen sind gefunden und zu dieser Sitzung eingeladen worden. Sie werden über alle Dinge auf dem laufenden gehalten</li> <li>• Die ersten Infos über die Anmeldungen kommen beim Leitungsteam an, bzw. müssen beim Kinder- und Jugendwerk angefragt werden</li> <li>• Die Sporthalle ist schriftlich zugesichert und eine Begehung hat stattgefunden. Eine Ortsbesichtigung sollte erwogen werden</li> <li>• Die Suche nach einem Ausflugsziel hat stattgefunden. Vorschläge werden gegeneinander abgewogen und eine Entscheidung herbeigeführt</li> <li>• Das Verpflegungsteam wird vorgestellt (müssen nicht persönlich anwesend sein) und ein erster Essensplan (darauf achten, dass Vegetarier in der Gruppe sein werden)</li> </ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In den Medien (Presse, lokaler/s Rundfunk und Fernsehen) Berichte mit Themen, Gruppengröße, Ort und mögliche Berichte von anderen Einsätzen</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

<b>3 Monate vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausflugsziel mit allem drum herum ist geklärt (Bus, Führung, Verpflegung, Verantwortliche, usw.).</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Wochenplan liegt in schriftlicher Form vor. Alle Verantwortlichen sind benannt und kennen ihre Aufgaben. Alle Aufgaben sind verteilt</li> <li>• Eine Materialliste wird erstellt und ein/e Verantwortliche dafür benannt</li> <li>• Über Dekoration, über Sitzmöglichkeiten, über mögliche Tische wird gesprochen und ein/e Verantwortliche benannt, der die betreffenden Utensilien organisiert</li> </ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es findet eine weitere interne Teamsitzung statt, die sich mit aufgetauchten Problemen befasst, die Ideen vergleicht und bespricht, usw.</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zum zweiten Mal wird in den lokalen Medien auf diese Woche aufmerksam gemacht. Mit Interviews von Jugendlichen vor Ort, mit Bildern von anderen Einsätzen, mit Hoffnungen und mit Ergebnissen (z.B. Band, Licht und Tontechnik, Workshop-Angebote)</li> </ul>	□
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine weitere Werbung im Gemeindebrief erfolgt. Nun kann ein Teil des Wochenprogramms mit abgedruckt werden. Einladung zur Mitarbeit, Teilnahme und Besuch</li> </ul>	□
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein weiterer besonderer Jugendaktionstag (Konzert, Theater, Sport, usw.) wird durchgeführt. Die Einladung kann schon im Zusammenhang mit den JAT stattfinden</li> </ul>	□
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine Kontaktaufnahme zu den Jugendkreisen aus der Gegend ist nun wichtig. Persönliches Vorbeigehen und Einladen sollte erfolgen. Gegenseitiges Kennenlernen der Gruppen wäre super!</li> </ul>	□
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine erste Einladung sollte gestaltet werden, welche Jugendliche mitnehmen können für ihre Freunde und Kollegen</li> </ul>	□
<ul style="list-style-type: none"> <li>• An alle Jugendlichen der Gemeinde/des Bezirks erfolgt eine zweite Einladung per Post oder Telefon. Wünschenswert ist auch eine persönliche Einladung, falls Jugendliche andere kennen, die nicht mehr kommen. In der Einladung sollten schon einige Ergebnisse vorkommen, auf was sich die Jugendlichen einlassen in dieser Woche</li> </ul>	□

<b>2 Monate vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dritte und letzte Teambesprechung. Hier werden die letzten Unklarheiten beseitigt. Nach dieser Besprechung sollte wirklich jede/r wissen, was er/sie zu tun hat. Geeignet wäre eine nochmalige Gestaltung eines Jugendkreisabends, damit sich Leitung und Jugendkreis näher kennen lernen im Vorfeld des Einsatzes</li> </ul>	□
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diejenigen, die für die Verkündigung verantwortlich</li> </ul>	□

<p>sind, setzen sich zusammen und klären ganz grob die Inhalte und Vorgehensweise ab</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ein erster Rundbrief mit Infos und Wochenprogramm wird nun verschickt. Die TN sollen sich auch inhaltlich auf diesen Einsatz vorbereiten können und merken, dass sie dem Leitungsteam nicht unwichtig sind</li><li>• Die thematischen Impulse sollten nun langsam vorbereitet werden. So hat man genügend Zeit, bei guten Ideen noch das geeignete Material zu besorgen</li><li>• Die anderen Beiträge, die man zu verantworten hat, werden ebenso vorbereitet</li><li>• Die ersten Besorgungen werden erledigt (Material, usw.)</li><li>• Der Verpflegungsplan liegt vor. Dieser sollte den Speiseplan und die Mitarbeiter/-innen benennen. Darauf achten, dass an Vegetarier gedacht ist</li></ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b>Wünschenswert:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wieder wird eine Werbung für diese Woche im Gemeindebrief geschaltet. Einladung zu den jeweiligen öffentlichen Veranstaltungen (thematischer Impuls, offene Abende). Einladung zur Teilnahme an die Jugendlichen</li><li>• Ebenso wird nochmals eine Werbung in den lokalen Medien geschaltet. Die neuesten Nachrichten aus der Vorbereitung sollten erzählt und eine Spannung aufgebaut werden. Einladung an die lokalen Medien zur Berichterstattung während der Woche verschicken</li><li>• Bei Gemeinden, die das Essen von auswärts (Metzgerei, Großküche, Gaststätte, usw.) kommen lassen, muss dieses nun reserviert und bestellt werden</li></ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>

<b>6 Wochen vor dem Einsatz</b>	
<p><b>Unbedingt notwendig:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Der Wochenplan wird nochmals durchgegangen auf Schwachstellen abgeklopft (Ist alles vorbereitet? Ist genügend Zeit vorhanden, auch freie Zeit für TN und Leitung? Gibt es genügend Zeit für Teamsitzun-</li></ul>	<input type="checkbox"/>

<p>gen und Kuschelgruppen? usw.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verantwortliche/r vor Ort wird benannt, der für kurzfristig anfallende Arbeiten zuständig ist (Besorgung von Material, Handwerker, usw.)</li> <li>• In den Bekanntgaben wird der <b>Beschluss</b> erwähnt, dass während des JAT-Einsatzes alle anderen Gemeindeaktivitäten (Chor, Posaunenchor, Jungeschar, Jugendkreis, Hauskreise, usw.) ruhen</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine Aktion für Schulen und öffentliche Plätze wird erarbeitet und durchgeführt. Ziel: Aufmerksamkeit und Einladung</li> <li>• Die 4. Werbung in den lokalen Medien sollte erscheinen („noch 42 Tage bis JAT“, oder anders) und einiges an Vorberichten und Interviews bringen</li> <li>• Die erste Plakatierung läuft. Freiwillige Mitarbeiter/-innen versuchen in vielen Geschäften und öffentlichen Plätzen, Plakate aufzuhängen</li> <li>• Die Handzettel werden an die umliegenden Gemeinden verschickt</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>

#### **4 Wochen vor dem Einsatz**

<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine letzte interne Teamsitzung wird anberaumt. Alles wird nochmals durchgegangen und auf mögliche Schwachstellen abgeklopft. Verbesserungen und Veränderungen können noch vorgenommen werden</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei den Workshop-Leitungen wird nachgefragt, ob sie in der Vorbereitung irgendwelche Probleme sehen. Hilfe wird angeboten oder weiter vermittelt</li> <li>• Ebenso werden die Schlupfwinkel-, bzw. Kuschelgruppen-Leitungen gefragt, ob sie Probleme haben und wo sie in der Vorbereitung stehen</li> <li>• Ein zweiter und letzter Rundbrief wird verschickt mit den letzten Infos</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine weitere Aktion wird in den Schulen und auf öffentlichen Plätzen durchgeführt (Aufmerksamkeit</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

<p>und Werbung)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In den Medien erscheint die 5. Werbeaktion (Handzettel abdrucken als Anzeige, dort, wo die Kosten überschaubar bleiben)</li> <li>• Im Gemeindebrief erscheint eine ausführliche Werbung (Handzettel, usw.). Einladung und Nachrichten aus den Vorbesprechungen</li> <li>• In den Bekanntgaben wird nun jeden Sonntag auf dieses Ereignis hingewiesen und um Mitarbeit (Essen, Kuchen, finanzielle Spenden, Gebet, Vorbereitung, Teilnahme an den öffentlichen Veranstaltungen oder für die gesamte Zeit) geworben</li> <li>• Die Plakate müssen gegebenenfalls erneuert werden. Einige Geschäfte nehmen auch jetzt erst Plakate an</li> <li>• Die Bestellung von Lebensmitteln (Brot, Brötchen, Wurst, Käse, usw.) wird vorgenommen</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
---	--

<b>2 Wochen vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine letzte interne Teamsitzung wird anberaumt. Alles wird nochmals durchgegangen und auf mögliche Schwachstellen abgeklopft. Verbesserungen und Veränderungen können noch vorgenommen werden</li> <li>• Bei den Workshop-Leitungen wird nachgefragt, ob sie in der Vorbereitung irgendwelche Probleme sehen. Hilfe wird angeboten oder weiter vermittelt</li> <li>• Ebenso werden die Schlupfwinkel-, bzw. Kuschelgruppen-Leitungen gefragt, ob sie Probleme haben und wo sie in der Vorbereitung stehen</li> <li>• Ein zweiter und letzter Rundbrief wird verschickt mit den letzten Infos</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In den Gemeindeveranstaltungen ist nun das Thema diese Woche. Es wird darüber gesprochen und ausführlich diskutiert. Problematisches angesprochen und störendes im Vorfeld (soweit es geht) ausgeräumt. Motivation und Gebet stehen im Vor-</li> </ul>	<input type="checkbox"/>

<p>dergrund</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die eigenen Beiträge sollten nun stehen (Kennenlernabend, thematische Impulse, Sendungsgottesdienst, Gesprächsführung, usw.). Die Ansprachen sollten in groben Umrissen stehen</li> <li>• Das benötigte Material für die eigenen Beiträge wird zusammengestellt und besorgt</li> <li>• Einkäufe werden getätigt (für die eigenen Beiträge)</li> <li>• Ein weiterer besonderer Jugendaktionstag wird durchgeführt. Besondere Einladung ergeht an alle Jugendlichen des Bezirkes und an deren Freund/-innen</li> <li>• In den Bekanntgaben wird auf diese Woche erneut hingewiesen und zu den öffentlichen Teilen eingeladen. Darüber hinaus wird erwähnt, dass in dieser Woche alle anderen Gruppen und Aktionen entfallen</li> <li>• Die 6. Werbung erfolgt in den Medien (Erstellung des Werbematerials)</li> <li>• Die Plakate müssen gegebenenfalls erneuert werden. Einige Geschäfte nehmen auch jetzt erst Plakate an</li> <li>• Eine zweite Einladung sollte gestaltet werden, welche Jugendliche mitnehmen können für ihre Freunde und Kollegen</li> <li>• Material und haltbare Lebensmittel werden eingekauft (von der Gemeinde)</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
---	--

<b>1 Woche vor dem Einsatz</b>	
<p><b><u>Unbedingt notwendig:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das bestellte Material im Kinder- und Jugendwerk wird abgeholt</li> <li>• Die letzten Einkäufe werden getätigt und auf einer Liste abgehakt</li> <li>• Alles benötigte wird nun zusammengepackt (Kleidung, Wasch- und Sportsachen, Utensilien für die Programmpunkte, usw.)</li> </ul>	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In den Bekanntgaben wird nun auf alle Veranstal-</li> </ul>	<input type="checkbox"/>





<p>spätestens vier Wochen nach dem Einsatz dort ankommen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Eine vorher vorbereitete und ausgeschriebene Jugendkreisfreizeit durchführen</li><li>• Das Jugendkreisprogramm ist in den kommenden Monaten so geplant, dass es für Außenstehende interessant ist</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p><b><u>Wünschenswert:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ideal ist es, wenn nach etwa 8 Wochen nochmals von Seiten des Einsatzteams Kontakt mit dem örtlichen Jugendkreis aufgenommen wird (z.B. Gestaltung eines Jugendabends, eines besonderen Jugend-Aktions-Tag)</li><li>• Die TN werden zu weiteren Aktionen eingeladen und das Team meldet im Kinder- und Jugendwerk, ob es im nächsten Jahr wieder zur Verfügung steht</li><li>• Es wird ein besonderes offenes Angebot für Jugendliche eingerichtet</li><li>• Die Gottesdienste der Gemeinde werden neu gestaltet, damit er für Jugendliche attraktiver ist</li><li>• Es werden besondere Jugend- und Gästegottesdienste angeboten</li></ul>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>