

Informationsbrief 01/2021

für Freunde, Mitglieder und Interessierte

Adresse:

Evangelische Bahnhofsmision Fürth e.V.

Ottostraße 6-8, 90762 Fürth

Tel. (0911) 97 72 37 - 12

Fax (0911) 97 72 37 - 21

E-Mail: detlef.brem@nefkom.net

Internet: www.bahnhofsmision-fuerth.de



Gemeinsam unter einem Dach

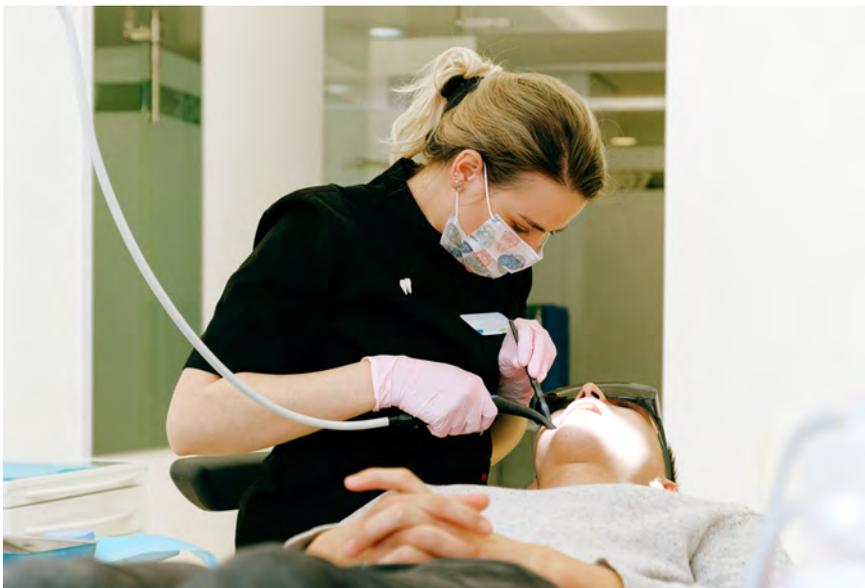
**Evangelische
Bahnhofsmision
Fürth e.V.**

Hilfe für Wohnungslose

Sozialtherapeutisches Übergangsheim
Übernachtungsheim und Betreutes Wohnen
Beschäftigungstherapeutische Angebote
Soziale Beratung und Vermittlung

Juli 2021

Mittellos, krank und ohne festen Wohnsitz – Gesundheitsförderung für wohnungslose Menschen



Für 75 Prozent aller Erwachsenen in Deutschland gehört es zur Normalität, regelmäßig die zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung wahrzunehmen. Im Vergleich dazu haben viele Heimbewohner der Evangelischen Bahnhofsmision Fürth in der Phase ihrer Wohnungslosigkeit einen Zahnarzttermin gar nicht, selten oder nur unregelmäßig vereinbart.

Seit dem Ausbruch der Corona-Pandemie bestimmen gesundheitliche Fragestellungen unseren Alltag mehr denn je. Dabei sollte Gesundheit eigentlich grundsätzlich im Mittelpunkt unseres Interesses stehen, denn: Gesundheit ist unbezahlbar, sie kann nicht erkaufte werden. Gesundheit ist nicht selbstverständlich; das merken viele Menschen leider erst, wenn sie krank werden. Und schließlich: Gesundheit ist kein statischer Zustand, sie gleicht einem dynamischen Prozess. Gesundheit will daher beachtet und gepflegt werden, nicht nur im

Urlaub oder am Wochenende, sondern täglich und regelmäßig.

Mittellose wohnungslose Menschen, die am Rand der Gesellschaft leben, können sich um ihre gesundheitlichen Belange nicht kümmern, da sie jeden Tag um ihr existenzielles Überleben kämpfen müssen. Wenn sie, wie Paul Weber (Name geändert), im Sozialtherapeutischen Übergangsheim Aufnahme finden, gibt es häufig grundsätzliche Fragen zu klären, damit der Zugang zum Gesundheitssystem überhaupt möglich ist. Davon erzählt die folgende Geschichte.

Auf den ersten Blick wirkt Paul Weber nicht wie ein kranker Mann. Auch auf den zweiten Blick sieht man dem jungen Mann, der allenfalls das ein oder andere Kilo zu viel auf den Rippen hat, sein Leiden nicht an. Tatsächlich ist Weber auch weniger körperlich als psychisch krank. Seit längerem leidet er unter Angstzuständen und an einer Depression. Diese Krankheit hat ihn in den vergangenen Jahren bis an den unteren Rand unserer Gesellschaft gedrängt. Nach rund acht Monaten Obdachlosigkeit, Mittellosigkeit und ohne Krankenversicherungsschutz versucht Paul Weber, mit Hilfe des Sozialtherapeutischen Übergangsheims wieder zurück ins gesellschaftliche Leben zu kommen.

An seinen ersten Tag bei der Bahnhofsmision kann sich Paul Weber noch sehr gut erinnern. Es war ein Freitagmorgen. Zusammen mit seiner Schwester und einem Koffer, in den sie alle seine Habseligkeiten gepackt hatte, stand er vor der alten Holztür in der Ottostraße. Überlegt oder gar gezögert einzutreten, hat er damals keine Sekunde. „Ich wusste einfach nicht mehr, wohin ich gehen sollte“, erzählt Paul Weber. Auch seine alleinerziehende Schwester, an die sich Weber in seiner Not gewandt hatte,



wusste keinen anderen aber letztlich doch so guten Rat, als ihn zur Bahnmissionsmission zu bringen.

Dass dies die absolut richtige Entscheidung war, erkannte Detlef Brem, Geschäftsführer der Fürther Bahnmissionsmission, sofort. Noch am gleichen Tag nahm er den 40jährigen direkt von der Straße in das Sozialtherapeutische Heim auf. In rekordverdächtiger Geschwindigkeit füllte Brem die erforderlichen Antragsformulare aus, so dass Paul Weber nach acht Monaten der Wohnungs- und Mittellosigkeit wieder einen sicheren Platz zum Bleiben hatte.

„Es tat so gut, endlich wieder ein eigenes Bett in eigenen vier Wänden zu haben und nicht mehr ständig daran denken zu müssen, wo ich die nächste Nacht verbringe“, erklärt Paul Weber. Auch die erste warme Mahlzeit aus der Küche der Bahnmissionsmission wird er wohl nie vergessen.

Tatsächlich war Weber in den Monaten zuvor zwar hin und wieder auch bei Freunden untergekommen, die meiste Zeit verbrachte er aber tatsächlich auf der Straße und übernachtete unter Brücken oder in Sparkassen-Filialen. Um sich wenigstens etwas zu essen kaufen zu können, nahm er hin und wieder Gelegenheitsjobs an.

Zum großen Absturz war es gekommen, nachdem Paul Weber seinen relativ gut bezahlten Job in einem Betrieb in der Kunststoffindustrie verloren hatte. Als Schichtleiter war er dort für mehrere Kollegen verantwortlich und musste z.B. auch deren Fehlzeiten ausgleichen, damit die Produktion nicht ins Stocken geriet. „Obwohl mir der Job sehr viel Spaß gemacht hat, war ich eigentlich dauerhaft überlastet und immer nur im Stress“, erzählt Paul Weber.

Doppelschichten waren für ihn in dieser Zeit eher die Regel als die Ausnahme. Seine Angstzustände und Panikattacken, die vor allem in neuen oder ungewohnten sozialen Konstellationen auftraten und unter denen er schon länger litt, häuften sich. Am Ende war Weber nicht mehr in der Lage, zur Arbeit zu gehen. „Eine starke Depression oder Burnout“, attestiert sich der 40jährige heute rückwirkend selbst. Professionelle Hilfe, z.B. von einem Arzt, konnte er sich damals nicht holen. Der bloße Gedanke daran, bereitete ihm schlaflose Nächte. Auch Briefe hat er in dieser Zeit nicht mehr geöffnet, wodurch natürlich auch etliche Rechnungen liegen



Um die Gesundheit im ganzheitlichen Sinn zu erhalten, ist eine regelmäßige ausgewogene Ernährung erforderlich. Bei einer alleinlebenden Person, die Grundsicherung bezieht, sind für Lebensmittel und Getränke monatlich knapp 160.- Euro vorgesehen. Sozialwissenschaftler fordern hier bis zu 220.- Euro, damit die Betroffenen ihren Bedarf decken können.



Wohnungslose Menschen, die in der Bahnmissionsmission Hilfe suchen, kennen Armut und damit verbundene, oft jahrelange Entbehrungen bei der Ernährung. Meistens ist ein gehaltvolles Frühstück unbekannt. Regelmäßige Mahlzeiten sind daher unverzichtbar für die Arbeit im Sozialtherapeutischen Übergangsheim.

geblieben sind. Allein der Anblick der Umschläge verursachte bei ihm Schweißausbrüche.

In der Folge überschlugen sich die Ereignisse und begruben Paul Weber schließlich unter einem Berg von nicht angegangenen Problemen. Aufgrund einer fehlenden bzw. zu spät abgegebenen Krankmeldung wurde ihm fristlos gekündigt. Zur Beantragung von Arbeitslosengeld war er ebenfalls nicht in der Lage und konnte deshalb seine Wohnung nicht mehr bezahlen.

Dass der folgende Rauswurf aus seiner Wohnung und auch die Kündigung des Jobs vermutlich rechtswidrig waren, wie Detlef Brem heute mutmaßt, hat Paul Weber damals nicht geholfen. „Ich konnte einfach nicht mehr, hab' meine Sachen gepackt und bin gegangen“, berichtet Weber.

Paul Weber sieht es heute als „größten Glücksfall“ an, dass ihn sein Weg nach acht Monaten über Umwege zur Bahnmissionsmission geführt hat. Nach einigen Wochen des Ausruhens und Ankommens konnte er dort mit Unterstützung der Sozialpädagogen mit den Aufräumarbeiten in seinem Leben beginnen.

Im Anschluss an die Beantragung von Arbeitslosengeld und der Wiederaufnahme in die gesetzliche Krankenversicherung stand die Klärung gesundheitlicher Fragen im Mittelpunkt, da Weber aufgrund seiner sozialen Ängste natürlich schon mehrere Jahre keine Ärzte mehr aufgesucht hatte. Mit Hilfe der Bahnmissionsmission gelang es ihm, Termine bei verschiedenen Ärzten auszumachen und diese vor allem auch wahrzunehmen. Von einem Kardiologen wurde inzwischen der Bluthochdruck medikamentös eingestellt. Wegen seiner starken



Rückenschmerzen ist Weber außerdem in orthopädischer Behandlung und um sein marodes Gebiss kümmert sich ein Zahnarzt. Ansonsten halten sich seine körperlichen Defizite in Grenzen, auch weil Alkohol- oder Drogenmissbrauch in seinem Leben nie eine Rolle gespielt haben.

Die bei ihm wesentlich gravierenderen psychischen Probleme will Paul Weber nun im nächsten Schritt angehen. Natürlich kann die Bahnmissionsmission keine Psychotherapie leisten. Dafür stabilisieren aber regelmäßige sozialpädagogische Gespräche Persönlichkeit und Stimmung. „Das hilft der Seele schon ungemein, wenn man weiß, dass jemand da ist, der einem zuhört und der einem hilft“, erklärt Paul Weber.

Inwieweit Kindheits- und Jugenderfahrungen für seine psychischen Störungen verantwortlich sind, darüber kann Weber selbst natürlich nur spekulieren. Sein Leben empfand er in jedem Fall immer als sehr anstrengend.

„Ich hatte schon eine stressige Kindheit“, erzählt der 40jährige. Nach der Trennung seiner Eltern lebte er zunächst bei seiner Mutter. Da es aber immer nur zu Streit und Auseinandersetzungen kam, zog er mit 14 Jahren zu seinem Vater. Zwei Jahre später erlitt dieser jedoch einen schweren Schlaganfall. Weil sein Vater nicht auf professionelle Hilfe zurückgreifen wollte, musste Paul Weber seinen Vater nach dem Hauptschulabschluss zu Hause pflegen. An eine Berufsausbildung war deshalb zunächst nicht zu denken. Nach einem Berufsvorbereitungsjahr an der Berufsschule hielt Weber sich und seinen Vater mit verschiedenen Jobs bei einer Zeitarbeitsfirma über Wasser. Einfacher wurde das Verhältnis

der beiden Männer in dieser Zeit nicht.

Erst nach einem „großen Streit“ gelang es Weber, sich aus dieser Verantwortung zu lösen. Ein eigenes Leben aufzubauen, war ihm aber auch dann nicht vergönnt. Mit 25 begann er zwar eine Ausbildung zum Lageristen, da er zu diesem Zeitpunkt aber bereits ein Kind aus einer mittlerweile längst wieder gescheiterten Beziehung hatte, reichte die Ausbildungsvergütung für den Lebensunterhalt vorne und hinten nicht. Weber brach die Lehre also ab und verdingte sich erneut bei verschiedenen Unternehmen in vielfältigen Jobs, vom Schlossergehilfen über Gabelstaplerfahrer bis hin zur Montage. „Ich war ein richtiges Arbeitstier“, berichtet Paul Weber. Hart und viel zu ar-



In einem durchdachten Speiseplan haben auch Obst und Gemüse ihren berechtigten Platz. Für viele wohnungslose Menschen ist auch dies fremd, da Obst und Gemüse verhältnismäßig teuer für sie sind. Erschwerend kommt hinzu, dass Deutschland bereits insgesamt schlecht abschneidet. Während die WHO täglich 650 Gramm Obst und Gemüse empfiehlt, verzehrt der einzelne Bürger täglich nur 470 Gramm im Durchschnitt.



beiten, habe ihm nie etwas ausgemacht, so lange er jung und gesund gewesen sei.

Die Gesundheit verschlechterte sich bei Paul Weber zunächst schleichend und völlig unmerklich. Erschöpfung und Gereiztheit nahmen zwar zu, aber Weber lieferte in seinen Jobs immer noch das gleiche Pensum, bis es vor mittlerweile über einem Jahr zum völligen Zusammenbruch kam. Wirklich krank habe er sich bis dahin eigentlich nie gefühlt, sagt Weber heute.

Tatsächlich ist Gesundheit laut Definition der Weltgesundheitsorganisation aber mehr als das Freisein von Krankheit und Gebrechen. Vielmehr gehört zu Gesundheit neben körperlichem und geistigem Wohlbefinden auch soziale Eingebundenheit und Absicherung. Dass Gesundheit dabei kein einmalig zu erreichender Idealzustand ist, sondern vielmehr ein permanenter und vor allem dynamischer Balanceakt, können die meisten Menschen aus eigener Erfahrung gut nachvollziehen.

Auch Paul Weber hat ein ganz neues Bewusstsein für Gesundheit durch die Hilfe der Bahnmissionsmission entwickelt. „Was man an seiner Gesundheit hat, merkt man erst, wenn man sie verloren hat, deshalb: Achtet auf eure Gesundheit“, sagt Paul Weber.

MATTHIAS KAMM

Impressum

Informationsbrief 1/2021 der
Evangelischen Bahnmissionsmission Fürth
Auflage: 600
Verantwortlich für den Inhalt: Detlef Brem
Bilder: Pixabay

Angebote zur Gesundheitsförderung im Sozialtherapeutischen Übergangshaus

- Klärung des Versicherungsstatus, Zuführung zu einer Krankenversicherung
- Motivierung und Einleitung von Anträgen zur Feststellung einer Behinderung
- Motivierung zur Inanspruchnahme von gesetzlichen Betreuungen; Unterstützung bei der Einrichtung gesetzlicher Betreuungen
- Klärung von sozialrechtlichen Leistungsansprüchen im Fall von Erkrankungen oder Behinderungen mit Unterstützung bei der Antragsstellung
- Umfassende Erhebung der gesundheitlichen Situation, des Verlaufs körperlicher, suchtbezogener oder psychischer Erkrankungen sowie der damit verbundenen Problemlagen
- Pflegerische Einganguntersuchung (Messung von Gewicht und Blutdruck)
- Motivierung zu regelmäßiger Ernährung
- Motivierung zu täglicher Körper- und Zahnhygiene
- Gesundheitsaufklärung und Gesundheitsbildung
- Förderung der Krankheits- und Behandlungseinsicht
- Hinführung zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil
- Motivierung zur Inanspruchnahme medizinischer Hilfen
- Vermittlung an niedergelassene Hausärzte, Zahnärzte und Fachärzte
- Bei Bedarf persönliche Begleitung zu Arztbesuchen
- Koordination und Unterstützung bei der Medikamenteneinnahme
- Motivierung zur Inanspruchnahme und Vermittlung an weitergehende Hilfen wie Selbsthilfegruppen, Suchtberatungsstellen, Sozialpsychiatrische Dienste, Suchtfachkliniken, Allgemeinkrankenhäuser und Rehabilitationseinrichtungen
- Einleitung, Durchführung oder Vermittlung von Kriseninterventionen
- Angebote zur persönlichen Sinnfindung, Seelsorge

Evang. Bahnhofsmision Fürth e.V.

Ottostraße 6-8, 90762 Fürth

Tel. (0911) 97 72 37 12

Fax (0911) 97 72 37 21

Sparkasse Fürth

IBAN: DE 29 7625 0000 0000 001461

BIC: BYLADEM1SFU

Was wir in der Kleiderkammer so brauchen:

- große Kaffeetassen, Besteck und Geschirr
- Deo, Duschgel, Shampoo, Bodylotion
- Rasiertgel, Rasierschaum
- Rasierapparate, Nass-Rasierer
- Jeans, Pullover, Schuhe, Jacken
- Spannbettlaken und Handtücher
- Bettdecken und Kopfkissen (waschbar)

oder fragen Sie uns!

Nachdenkens-Wert: Daten, Fakten und Hintergründe rund um das Thema Gesundheit

Eine Information der Evangelischen Bahnhofsmision Fürth



Noch nie wurden Menschen in Deutschland so alt: Die mittlere Lebenserwartung bei Frauen beträgt 84, bei Männern 79 Jahre. Im Gegensatz dazu lagen die Werte 1950 für Frauen bei 69, für Männern bei 65 Jahren.



Damit schneiden die Deutschen im internationalen Vergleich sehr gut ab: Weltweit erreichen Frauen im Durchschnitt ein Alter von 75, Männer ein Alter von 70 Jahren.



Zu einem besseren Gesundheitszustand der Bevölkerung tragen viele Faktoren bei. Neben dem medizinischen Fortschritt spielen wachsender Wohlstand sowie Verbesserungen bei der Ernährung, den Arbeitsbedingungen, der Hygiene und der sozialen Absicherung eine wichtige Rolle.



Als Meilenstein gilt bis heute die Einführung der Kranken-, Renten- und Unfallversicherung durch Bismarck in den 1880er Jahren.



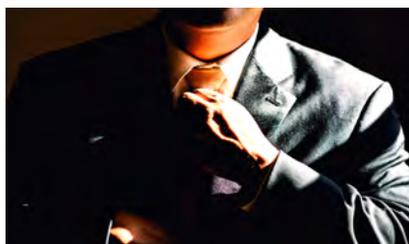
Von einer guten Lebenserwartung profitieren nicht alle Angehörigen unserer Gesellschaft: Einkommensarme Personen, oft mit geringer Bildung und schlechten Arbeitsbedingungen, sterben rund 10 Jahre früher als Personen mit großem Einkommen, hoher beruflicher Bildung und guten Arbeitsgegebenheiten.



Noch schlechter ergeht es wohnungslosen Menschen: In Notunterkünften oder auf der Straße lebend, liegt das Durchschnittsalter bei 45 bis 50, in Heimen bei 60 bis 65 Jahren.



Insgesamt 75 Prozent der Bevölkerung beurteilen ihre Gesundheit als (sehr) gut. Wie bei der Lebenserwartung lassen sich auch hier große Unterschiede feststellen. So geben gegenüber fast 90 % aller Menschen mit einem (sehr) guten sozioökonomischen Status nur 60 % aller, die mit (sehr) schlechten sozioökonomischen Bedingungen zu-recht-kommen müssen, einen (sehr) guten Gesundheitszustand an.



Eine zentrale Rolle bei der zunehmenden Lebenserwartung spielt, dass nur 3 von 1.000 Säuglingen sterben. 1950 waren es dagegen 55 (in Worten: fünfundfünfzig) von 1.000!



Unterschiedliche finanz-, bildungs- oder arbeitsbedingte Faktoren führen auch zu gesundheitlicher Ungleichheit: Ein geringer sozioökonomischer Status geht häufiger mit Erkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Diabetes, Adipositas, degenerative Muskel- und Skeletterkrankungen, Nikotinabhängigkeit sowie Depression einher. So geben 45 % der schlechter gestellten gegenüber 30 % der besser gestellten Bürgerinnen und Bürger gesundheitliche Einschränkungen im Alltag an.



Herz-Kreislauf- (40 %) und Krebserkrankungen (25 %) zählen bundesweit zu den häufigsten Todesursachen.



Nachdenkens-Wert: Daten, Fakten und Hintergründe rund um das Thema Gesundheit Eine Information der Evangelischen Bahnhofsmision Fürth



5,7 Millionen bzw. 12 % aller Erwerbstätigen arbeiten im Gesundheitsbereich. 75 % davon sind Frauen; nur knapp die Hälfte ist auf Vollzeitbasis angestellt. Die meisten Menschen, nämlich 1,8 Millionen, arbeiten in der Pflege, 470.000 sind als Ärzte tätig.



Wieviel ist Gesundheit wert? In Deutschland werden pro Person monatlich 400.-Euro für ärztliche, pflegerische und präventive Leistungen ausgegeben. Dies beinhaltet unter anderem Transporte, Arzneimittel, Hilfsmittel oder Zahnersatz.



Muskel-Skelett-Erkrankungen zählen zu den häufigsten chronischen Erkrankungen in Deutschland. Jeder vierte Erwachsene leidet unter Arthrose oder Osteoporose. Insbesondere Schmerzen und Bewegungseinbußen verursachen einen großen Verlust an Lebensqualität und Lebensfreude.



Volkskrankheit Nummer 1: Hypertonie! Fast jeder dritte Erwachsene, das sind rund 20 Millionen Bürgerinnen und Bürger, ist davon betroffen. Die wichtigsten Risikofaktoren für erhöhten Blutdruck sind ungesunde Ernährung, mangelnde Bewegung, Übergewicht, Stress sowie erhöhter Alkoholkonsum. Da diese Lebensstilfaktoren veränderbar sind, ergibt sich ein hohes Präventionspotenzial.



Ein Viertel der Volljährigen gilt als stark übergewichtig. Folgeerkrankungen daraus sind z.B. Diabetes, Fettleber, Arteriosklerose oder Arthrose.



Jeder dritte Erwachsene schläft mittelmäßig oder schlecht. Ein Viertel kommt nicht auf die von Experten empfohlenen sechs Stunden Schlaf.



Aus chronischem Schlafmangel können zahlreiche Gesundheitsstörungen resultieren. So treten neben Muskelverspannungen, Kopfschmerzen und Rückenschmerzen ebenso Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Adipositas, Diabetes und Immunschwäche mit gehäuften Erkältungserkrankungen auf. Zu den bekanntesten negativen psychischen Folgen zählen Burnouts, Depressionen sowie Angstzustände.



Gesundheit ist ein Menschenrecht

Jeder Mensch hat das Recht auf einen Lebensstandard, der Gesundheit und Wohl für sich selbst und die eigene Familie gewährleistet, einschließlich Nahrung, Kleidung, Wohnung, ärztliche Versorgung und notwendige soziale Leistungen, sowie das Recht auf Sicherheit im Falle von Arbeitslosigkeit, Krankheit, Invalidität oder Verwitwung, im Alter sowie bei anderweitigem Verlust der eigenen Unterhaltsmittel durch unverschuldete Umstände.

Artikel 25, Erklärung der Menschenrechte,
Vereinte Nationen, 1948

Gott ist keinem von uns fern. Denn durch ihn leben wir, bewegen wir uns und haben wir unser Dasein.

(Apostelgeschichte 17, 27-28)

Liebe Freunde und Mitglieder der Bahnhofsmission,

wie viel Nähe zu anderen Menschen brauchen Sie in Ihrem Leben, damit Sie sich wohlfühlen und es Ihnen gut geht? Zählen Sie zu denen, für die ein verbindlicher Handschlag zu einer verlässlichen beruflichen oder eine herzliche Umarmung zu einer freundschaftlichen Beziehung gehört? Merken Sie, dass Ihnen im Leben etwas Wichtiges fehlt, wenn im zwischenmenschlichen Umgang ein gewisses Maß an Vertrautheit, manche Mitmenschen sprechen von Intimität, wegfällt?



Wenn Sie dieser Personengruppe angehören, dann leiden sie seit der Covid-19-Pandemie wahrscheinlich sehr unter allen Abstandsmaßnahmen, die mit dem Begriff Social Distancing verbunden sind.



Die umgekehrte Frage, ist aber ebenso berechtigt: Wie viel Distanz benötigen Sie für Ihr Wohlbefinden? Sind Sie ein Mensch, der besonderen Wert auf seine geregelte Ruhe und seinen persönlichen Freiraum legt, um im Gleichgewicht zu bleiben? Gehören Sie zu denen, die gut mit sich allein sein können? Vermissen Sie in Ihrem Alltag etwas Zen-

trales, wenn Ihnen in zwischenmenschlichen Begegnungen der erforderliche Abstand abhanden kommt?



Falls Sie sich in den hier beschriebenen Menschen wiedererkennen, haben die Vorsichtsmaßnahmen, die im Zusammenhang mit der Corona-Seuche stehen, Ihnen vermutlich weniger zu schaffen gemacht. Vielleicht haben Sie aber auch den unverzichtbaren Wert enger persönlicher sozialer Beziehungen schätzen gelernt.



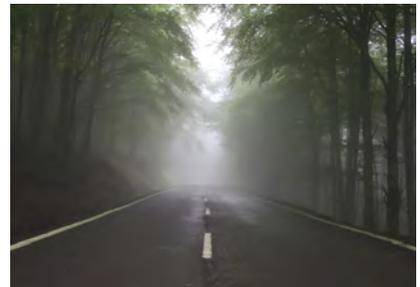
Das individuelle Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz herauszufinden und danach zu handeln, lässt sich als grundlegende Aufgabe begreifen, auf die jeder von uns täglich in privaten und beruflichen Situationen sowie im Lebensverlauf immer wieder neue Lösungen finden muss. Anknüpfend an das Leitthema Gesundheit: Zu viel Nähe kann krankmachen, zu viel Distanz ebenso.

Mit der weltweiten Verbreitung des Covid-19-Virus ist die Frage nach dem ausgewogenen Verhältnis von Nähe und Distanz bisher auf die räumliche und soziale Ebene bezogen worden. Aus meiner Sicht stellt dies eine enorme Verkürzung dar, denn beide Begriffe können ebenso auf

psychische, emotionale, kognitive, kulturelle oder religiöse Aspekte hinweisen. Hierzu einige Beispiele:



Können Sie ausgelassen feiern, herzlich lachen und sich freuen oder fällt es Ihnen schwer, intensive Gefühle zuzulassen?



Welche Gefühle sind Ihnen vertraut? Wer beispielsweise nie gelernt hat, mit seinen Ängsten in Kontakt zu treten, d.h., diese wahrzunehmen, anzunehmen und daran aktiv zu arbeiten, sondern den Abstand dazu gesucht hat, d.h., vor diesen geflüchtet ist, der wird seine Ängste auch nur schwer oder gar nicht bewältigen können.



Welche Denkmuster sind Ihnen geläufig? Sind Sie im Beruf ein Analytiker, Diagnostiker oder Taktiker? Vielleicht liegen Ihre Stärken aber auch im visionären, strategischen, kontextuellen oder bewertenden Denken.





Je nachdem, welchen Arten des Denkens Sie in Ihrem Leben nahegekommen sind und welche Sie sich angeeignet haben; diese sind für Sie gewohnt.



Arten des Denkens, die dem orientalischen oder ostasiatischen Raum entstammen, sind für viele unserer Mitmenschen in der Regel neu, unbekannt, möglicherweise befremdlich oder sogar beängstigend. Folglich wird nicht selten die Auseinandersetzung damit vermieden, ohne genau zu wissen, worum es eigentlich geht.



Erst wer sich genauer mit anderen, z.B. arabischen, jüdischen, indischen, chinesischen oder japanischen Ideen beschäftigt, wer also die Nähe dazu sucht, wird das ursprünglich fremde Gedankengut verstehen, in der Lage sein, Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu eigenen Vorstellungen zu finden und die Inhalte für sein Leben mitnehmen können, die ihm helfen. So erschließt sich bei-

spielsweise der tiefere Sinn vieler Bibelstellen erst durch die Kenntnis der damit verbundenen jüdischen Sitten und Gebräuche.



Dies führt mich, liebe Leserinnen und Leser, zu folgenden Fragen: Welchem Menschen- oder Weltbild und damit welcher religiösen Anschauung fühlen Sie sich in Ihrem Leben verbunden? Kennen Sie das Gefühl, dass Ihnen etwas Existentielles wegbricht, wenn Ihre religiöse Überzeugung und damit Ihre persönliche Sichtweise über den Menschen, die Welt und die letzten Dinge des Lebens infrage gestellt werden?



Gewissheiten über das, was im Leben und in Ewigkeit durchträgt, werden nicht auf die Schnelle erworben. Viele Lebensjahre sind notwendig, damit sich feste innere Überzeugungen in uns herausbilden können. Danach sind weitere Lebensjahre notwendig, um unsere Gewissheiten - oder besser: unseren Glauben - zu pflegen und aufrechtzuhalten.



Die Suche nach dem Sinn des Lebens und nach GOTT ist übrigens nichts Exklusives für einige wenige unter uns. So geht die humanistische Psychologie davon aus, dass Bedürfnisse nach Transzendenz in jedem Menschen angelegt sind.



Sie wahrzunehmen und erfüllend zu befriedigen, erfordert allerdings, seine Distanz aufzugeben und bewusst die Nähe bzw. die Beziehung zu GOTT zu suchen. Demgemäß zu handeln, entspricht unserem menschlichen Dasein. Daher spricht der Apostel Paulus:

GOTT will, dass die Menschen nach ihm suchen – ob sie ihn vielleicht spüren oder entdecken können. Denn keinem von uns ist er fern. Durch ihn leben wir, bewegen wir uns und haben wir unser Dasein.

(Apostelgeschichte 17, 27-28)

Liebe Leserinnen und Leser, wie gestalten Sie Ihr Leben, um GOTT zu entdecken?

Sind Sie neugierig, offen und mutig, um GOTT auch dort zu begegnen, wo Sie ihn nicht erwarten?

Wieviel Zeit nehmen Sie sich für GOTT, der doch all unser Dasein durchdringt und um uns gegenwärtig ist?

Ich wünsche Ihnen mit dieser besonderen biblischen Botschaft viele neue und gute Erfahrungen auf Ihrem Lebensweg!

Ihr

Detlef Böhm