

## FRAGEN AN....

Woran oder an was würdest du gerne glauben?



„... dass verantwortliche Politiker auch Verantwortung übernehmen.“ Ulrich Becker, Diakon



„... dass uns das Altwerden gut gelingt.“ Katrin Schicke, Geschäftsinhaberin Lüneburg



„...dass Konflikte mehr durch das Reden miteinander als durch Gewalt gelöst werden.“ Gaby Löding

## Kirche mal draußen

VON MELANIE TÖWE

Auch die Begegnung mit Gott braucht Freiräume. Gott kommt den Menschen entgegen...und immer öfter macht es die Kirche Gott gleich: Sie geht zu den Menschen. Sei es bei baptistischen Tauffeiern an der Ilmenau, die mit großer Freude und unter Anteilnahme von vorbeigehenden oder vorbeischippernden Menschen gefeiert werden, sei es bei einem landeskirchlichen Open Air Gottesdienst anlässlich des Dorfschützenfestes. Die normalen Gottesdienststrutins sind ausgesetzt, man trifft sich draußen in entspannter Atmosphäre und nimmt Gewohntes in ungewohnter Umgebung ganz anders wahr.

Um eine Änderung der Wahrnehmung geht es auch bei den jährlich stattfindenden ökumenischen Passionsandachten. An besonderen Orten wie bei der Feuerwehr sind Menschen in der vorösterlichen Zeit eingeladen zu erleben, dass Gott nahe ist. Wieder einen anderen Weg geht die freikirchliche Matthäusgemeinde. Sie feiert an einem Adventssonntag dezentral Gottesdienst, an verschiedenen Orten wie dem Gut Wienebüttel oder dem Weißen Turm. Weihnachtslieder werden gesungen und über den Sinn von Weihnachten gesprochen. Auch in der katholischen Kirche gibt es Bewegung: Ehrenamtliche Gottesdienstleiter sind aufgerufen, Menschen an den Knotenpunkten ihres Lebens zu begleiten. Dies geschieht durch Andachten beispielsweise in schwierigen Lebensphasen oder auch durch Rituale wie einer Haussegnung nach einem Umzug. Dies alles sind neue Wege, die Freiräume schaffen, Gott und den Mitmenschen anders zu begegnen.



Einfach mal raus aus dem täglichen, aber selbst geschaffenen Termindruck und sich einen Freiraum schaffen, das ist lebenswichtig, um nicht unterzugehen. Foto: StefanieBaum

## Das Leben im Hamsterrad

VON HARTMUT MERTEN

Ein Hamsterrad dient dazu, den Bewegungsdrang der Tiere zu befriedigen. Zugleich gilt es als Symbol für ein Leben, das sich immer schneller dreht. Zwar erleichtert der technische Fortschritt die Arbeit und verhilft zu mehr Effizienz. Doch statt die gewonnene Zeit zu genießen, suchen Menschen sich neue Aufgaben. Oder bekommen sie aufgebürdet. Nicht selten lautet die Diagnose eines Tages: Burnout.

Als Therapie empfiehlt der Soziologe Hartmut Rosa „Entschleunigung“. Die evangelische Landeskirche hat den Gedanken aufgegriffen und dieses Jahr unter das Motto „Zeit für Freiräume“ gestellt. Sie erinnert damit an die biblische Tradition des Sabbats und an seine eigentliche Bestimmung. Der wöchentliche Ruhetag unterbricht den Lebensrhythmus. Und zwar „um des Menschen willen“, wie eine

Die Freizeit wächst, doch statt zu ruhen, suchen viele immer neue Aufgaben, bis sie brennen

Jesus-Erzählung betont, nachzulesen im 2. Kapitel des Markus-Evangeliums. 2019 soll der Anfang für ein neues Denken, Tun und Lassen sein. Zunächst in der Kirche.

## Die Diakonie ist gefordert

Denn auch Geistliche klagen über Arbeitsverdichtung. Religionspädagoginnen müssen sich mehr einfallen lassen, um junge Menschen zu erreichen. Beschäftigte in der Diakonie sind mehr denn je gefordert. Nicht zuletzt leiden Ehrenamtliche unter der Fülle der Aufgaben. Zumal die Bereitschaft zu freiwilligem Engagement in der Gesellschaft insgesamt nachlässt.

Erste Erfahrungen zeigen: Vielen Menschen, sei es innerhalb der Kirche oder in anderen Beschäftigungsbereichen, fällt es schwer, Routinen zu durchbrechen. Sich wirklich Zeit zu nehmen und Freiräume zu erkunden, erscheint befremdlich. Allerdings gibt es auch gute Beispiele.

Da engagiert eine evangelische Kita-Leiterin für den Studententag eine Yoga-Lehrerin für Entspannungsübungen. Die Evangelische Jugend lädt sehr erfolgreich zu „Silent Parties“ ein, auf denen man sich mit anderen auch unterhalten kann, weil die Musik aus dem Kopfhörer kommt. Ein Spendenprojekt der Diakonie macht es möglich,

dass Patienten und Pflegekräfte einmal in der Woche eine Viertelstunde Zeit haben, die nicht von der Pflegeversicherung gedeckt ist.

## Freiräume im Kloster

Hier und da werden Oasentage angeboten. Klöster laden zu „Zeit für mich, Zeit für Gott, Zeit für Stille“ ein. Freiräume im Alltag verspricht ein Kursus, der eine spezielle Methode des Aussortierens vermittelt, während ein anderer das „Experiment: Minimalistischer Kleiderschrank“ wagt.

„Zeit-für-Freiräume“-Geschäftsführerin Karoline Läger-Reinbold weiß, dass die Projektidee ein Wagnis ist: „Was passiert, wenn wir jetzt wirklich einmal weniger tun, wenn wir die Stille suchen und nicht die Aktion?“ Eine Antwort können nur die geben, die sich darauf einlassen. Weitere Infos: [www.freiraume2019.de](http://www.freiraume2019.de)

## Lautlose Flitzer erobern die Straße

Das neues Fahrgefühl auf dem E-Roller

VON DENNIS SCHIPPOREIT

„Sagen Sie mal – habe ich das gerade richtig gehört? Da war ja gar kein Motorgeräusch. Ist das ein Elektro-Roller?“ Ich mache Besuche auf dem Ebensberg und möchte bei einem Gemeindeglied klingeln. Da kommt der Nachbar an und guckt sich meine neueste Errungenschaft an: Tatsächlich, ein E-Roller.

Glänzend schwarz, Retro-Design, 2000 Watt. „Können Sie den Motor nochmal anmachen?“, fragt der Nachbar – und kann kaum glauben, dass ich den noch gar nicht ausgemacht habe: „Das



Dennis Schipporeit auf seinem E-Roller.

Foto: privat

einzigste, was man unterwegs hört, ist Fahrtwind – und andere Autos“, erzähle ich.

Und beantworte gern die anderen Fragen: Reichweite? 50km!

Ladezeit 5-6 Stunden – mit normaler Steckdose. Unterhaltskosten? 38 Euro Versicherung plus ca. 14 Cent Strom pro 100 km. Gekauft habe ich den Roller für die

Strecken, die mit dem Rad zu weit sind, für die ich aber auch kein Auto brauche: Besuche von Gemeindegliedern, Gottesdienstfeiern, Fahrten zum Friedhof.

Seit ich den Roller habe, machen mir diese Fahrten noch mehr Spaß: Ich bin fast genauso schnell wie mit dem Auto – und habe frischen Wind um mich. Man kann nicht rasen und entschleunigt daher. Und nach einer Trauerfeier bekomme ich den Kopf wieder frei, bis ich beim Taufgespräch ankomme. Obendrein ist es auch noch nachhaltiger: Der Roller stößt weder Feinstaub noch CO2 aus.

Und wie in fast allen kirchlichen Gebäuden im Kirchenkreis Lüneburg fließt bei uns zu Hause Ökostrom. Und das beste ist: Mit dem Roller komme ich auch bis zum Barumer See und zurück! Der Sommer kann also kommen!

## Der Schutz des Sonntags wird weiter ausgehöhlt

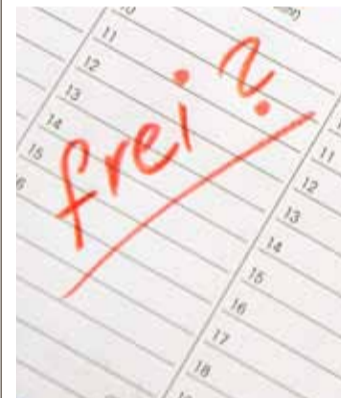
VON EBERHARD LÖDING

In Niedersachsen wurde am 14.05.2019 ein neues Ladenutzgesetz verabschiedet. Damit können die Ladenöffnungszeiten an Sonn- und Feiertagen verlängert werden. Aus Sicht der Wirtschaft eröffnet dies eine Möglichkeit, höhere Erträge zu erzielen. Aber religions- und sozialpolitisch betrachtet, ist die Aushöhlung des Sonntagschutzes fragwürdig.

Seit Kaiser Konstantin im Jahr 321 den Sonntag als Tag der Auferstehung Jesu Christi zum arbeitsfreien Tag erklärte, gilt er in vielen christlich geprägten Ländern als Feiertag. Verständlicherweise müssen Bedienstete beispielsweise bei der Bahn, der Polizei, in Krankenhäusern und in Kirchen auch an Sonn- und Feiertagen arbeiten. Aber das sind Ausnahmen, die Regel ist der arbeitsfreie Sonntag.

## Der Gottesdienst als Ausflug

Früher, so kenne ich es noch aus eigenem Erleben, hat die Familie nach dem Gottesdienst einen Ausflug gemacht. Die Kinder spielten. Die Älteren besprachen, was in der Woche gelaufen war und schmiedeten Zukunftspläne. Wer wollte, machte einen Sonntagsspaziergang, man pflegte Kontakte und tauschte sich aus. Diese Tradition ist vielerorts am



Am Feiertagen hat schon lange nicht mehr jeder frei. Das dauert Eberhard Löding. F: A/t&w

Zerbröckeln. Wird der Sonntag in Zukunft noch ein Familientag sein, an dem man gerne mit Freunden oder Verwandten zusammen ist? Ein Tag, an dem Zeit ist, über sich und sein Leben nachzudenken, ohne Stress und Leistungsdruck?

Vielen Christen gibt der Sonntag zudem die Gelegenheit, ihren Glauben mit anderen zu teilen. Sie wissen: Das Leben ist mehr als Leistung und Konsum. Ein Leben mit Gott eröffnet neue Möglichkeiten. In jeder Abendmahlfeier können Menschen Kraft zur Versöhnung bekommen. Sie empfangen den Segen Gottes und geben ihn weiter.

## Ein Tag ganz ohne Zwänge

In dem Gebot: „Du sollst den Feiertag heiligen“ liegt ein großes Potential an Freiheit und schöpferischer Kraft. Gott „heiligt“ den Ruhetag, erzählt die Bibel. Er ist also ein Tag frei von allen Zwängen. Er gilt laut dem jüdischen Gesetz übrigens allen Menschen, ausdrücklich auch den Fremden im Land. Sogar den Tieren, der ganzen Schöpfung. Der Sonntag, der allen gemeinsame, arbeitsfreie Tag ist ein Geschenk. Das sollten wir wieder neu schätzen lernen. Und schützen.