



[ m i t t e n d r i n ]

Menschen in Kassel Mitte

HEFT 2014



Heft [06] 2014

**INHALTSVERZEICHNIS**

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Leistung“ – das Leitthema der aktuellen [ mittendrin ] – ist eigentlich kein katholisches Thema. Egal wer und wie wir sind, egal was wir leisten oder auch nicht zustande bringen: Unser Glaube sagt uns die bedingungslose Liebe Gottes zu; wir brauchen uns keine Sorgen zu machen: „Der morgige Tag wird für sich selbst sorgen.“ Deshalb finden Sie bei Menschen, die katholisch sind, auch immer diese heitere Gelassenheit, dieses feinsinnige Lächeln, diese Unempfänglichkeit für Stress, dieses Vertrauen darin, dass alles gut wird ... Okay, das meinen wir nicht ganz ernst. Die Wirklichkeit sieht anders aus. Also haben wir viele Menschen gefragt, was ihnen Leistung bedeutet – und uns gefragt, was aus uns wird, wenn wir Leistung aus der Perspektive der Konkurrenz, der Heiligkeit, des Ausgebranntseins, Glücks, Ehrenamts, Gemeinwohls, Chillens, der Barmherzigkeit, einer anderen Logik betrachten. Und wie ist es am Lebensende mit unserer Leistung bestellt? Fragen Sie mit! Antworten Sie mit! Lesen Sie mit! Ganz ohne Leistungsdruck! Schön wär's, schön ist's!

Die Herausgeber:  
Peter Bulowski, Harald Fischer, Stefan Krönung  
(Pfarrer des Pastoralverbunds Kassel Mitte)

P.S. Diese Ausgabe wird durch Anzeigen und Spenden unterstützt (S.38-41). Besten Dank!



TITELBILD MARATHON KASSEL 2014

**LEISTUNG – FÜR WAS?**  
Für ein gutes Leben? ..... 04

**EIN FREYWILLIGER ARMER**  
Patron der Penner und der Bettler:  
Benedikt Labre ..... 07

**RAUM FÜR DIE SEELE**  
Die Leistungsgesellschaft entlässt  
ihre Kinder: krank ..... 10

**ZWISCHENRUF**  
Lasst Glück zur Leistung treten!..... 13

**LEISTUNG IM EHRENAMT**  
Wenn Engagement für Flüchtlinge un-  
entbehrlich ist: zum Beispiel in Kassel ..... 14

**SINNSTIFTEND**  
Interview mit dem Gemeinwohl-Ökonom  
Christian Felber ..... 18

**AUSZEITEN**  
Mußbestunden in und um Kassel ..... 20

**JEDE ARBEIT BEDEUTET  
KONKURRENZKAMPF**  
Eine biblische Auseinandersetzung  
mit Leistung..... 24

**CHILLEN**  
Eine Verschwendung unseres Potenzials?.. 26

**EINE GANZ ANDERE LOGIK**  
Gemeinschaft der Liebe im Verborgenen –  
monastisches Leben am Fuß des Meißners ..28

**BARMHERZIGKEIT**  
Leistung im christlichen Krankenhaus ... 32

**DEM TAG MEHR LEBEN GEBEN**  
Die Palliativstation im Roten Kreuz  
Krankenhaus, Kassel..... 34

**ANZEIGEN** ..... 38

**IMPRESSUM** ..... 41

**FÜNF GEMEINDEN** ..... 42



## LEISTUNG – FÜR WAS?

FÜR EIN GUTES LEBEN?

Eine Arbeitsleistung hat in der Regel einen Lohn zur Folge: Sicherung des Lebensunterhaltes, mehr Geld, Anerkennung, Erfolg, Verantwortung, Macht und Freude nicht zu vergessen. Der Lohn wiederum ist Motivation für weitere Leistungen, für mehr Leistung. Klingt einsichtig, oder? Das müsste doch ein richtig gutes Leben ergeben, oder?

### AUS DEM RUDER

Irgendetwas aber lässt dieses allzu menschliche System aus dem Ruder laufen. Vielleicht weil wir unsere Werte unlösbar an den Geldwert binden? Vielleicht weil wir Erfolg für das Ergebnis unserer Leistung halten und nicht für Glück? Vielleicht weil wir im Grunde doch alles für machbar halten und nichts wachsen lassen können? Vielleicht weil auf unserer globalisierten Erde die Sonne nicht mehr untergeht und so sehr wir Ruhe einkehren lassen möchten, so sehr toben rund um die Uhr die Nachrichtenticker? Keine Unterbrechung in Sicht? Nicht einmal für eine Nacht?

### MEHR ODER WENIGER

Es gibt viele unterschiedliche Haltungen dazu: Manche Menschen werden zu Leistungsträgern, manche zu Leistungsverweigerern. Manche schwören auf Leistungen, mit der der Mensch seine überragende schöpferische Individualität zum Ausdruck bringt. Manche halten die Leistung, die dem Gemeinwohl dient und nicht nur dem Einzelnen zum Vorteil wird, für die Lösung unseres hochtourigen Systems.

### EINE FRAGE – VIELE ANTWORTEN

[ mittendrin ] hat Menschen in Kassel danach gefragt, was ihnen Leistung bedeutet und welche Rolle Leistung für ein gutes Leben spielt – Menschen, denen wir unterstellen, dass sie etwas von Leistung verstehen. Sie haben alle so ausführlich geantwortet, dass wir hier nur kurze Ausschnitte wiedergeben. Die vollständigen und noch weitere Antworten finden Sie auf unseren Internetseiten. Die Lektüre lohnt sich: [www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrin](http://www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrin). Christoph Baumanns | Text und Interviews

### ARBEIT ALS TEIL DES LEBENS

*Man kann viel besser mit dem Druck umgehen, wenn man die intensive Arbeit – die Leistung – als Teil des Lebens akzeptiert und schätzt. Wenn man versucht, nur außerhalb der Arbeit ‚zu leben‘, kann man kein ‚gutes Leben‘ finden.*

Heinz Claßen, 62, Geschäftsführer eines Maschinenbauunternehmens

### NICHT IM HERKÖMMLICHEN SINN

*Vertrauen, Freundschaft, Mut, Zuversicht, Hilfsbereitschaft sind Werte, die unser Miteinander bereichern und im herkömmlichen Sinne nicht als Leistung wahrgenommen werden.*

Anette Trayser, 52, Vorstandsvorsitzende der Plansecur-Stiftung, Kassel

### WANN MACHT LEISTUNG SPASS?

*Manchmal muss man einfach mal „Stopp“ sagen können. Diese Fähigkeit ist Grundstock für eine positive Leistungsbereitschaft.*

Dr. Peter Kollenbach, 48 Jahre, Urologe

### FREUDE ALS LOHN

*Etwas zu leisten bedeutet für mich vor allem, die Erwartungen zu erfüllen, die andere an mich stellen – ganz zu schweigen von den eigenen*

*Ansprüchen. Als berufstätige Mutter kann das eine Zerreißprobe werden. Meine tägliche Meisterleistung: Bei so vielen Anforderungen, Bitten, Wünschen und Beschwerden nichts zu vergessen und nichts zu überhören. Der schönste Lohn dafür: gemeinsame Freude!*

Anja Berens, 35, Redakteurin

### VERTRAUEN MACHT ES LEICHTER

*Wenn man jemandem im Nacken hat, der einem auf die Finger schaut, dann ist der Druck sehr groß und man macht Fehler. Bekommt man aber Vertrauen, dann kann man leichter an die Sache gehen und man kommt auf die Ebene der „freiwilligen Leistung“!*

Nicole Ortlieb, 38, Servicekraft Bistro Blue Sky  
Fallschirmsport

### NICHT AUF DER STRECKE BLEIBEN

*Klar, Leistung ist wichtig! Und natürlich macht Erfolg Spaß, er treibt uns in unserer weiteren Arbeit an, motiviert. Aber es ist nicht alles! Wir brauchen Zeit für uns, für unsere Familien und Freunde. Und wir brauchen Zeit für Gott.*

Klaudia Piecha, 42, Instrumentallehrerin, Kirchenmusikerin

### BESCHENKT

*Je mehr ich mich selbst als ein von Gott und Menschen Beschenkter begreife, werde ich fähig, weiter zu schenken und auch meine Arbeit so zu verstehen. Dann geschieht es, dass Mühen und Anstrengung sich mit Leichtigkeit und Freude verbinden.*

Dietrich Fröba, 53, Diakon, Gefängnisseelsorger

### UNBERECHENBAR

*Wahre Leistung bringt etwas hervor, was jenseits des Erwartbaren oder Berechenbaren liegt, mit dem der Einzelne für die Gesellschaft wertvoll ist, als Gegenteil von wertschöpfend.*

Dr. Dorothee Gerkens, 38, Leiterin Neue Galerie, Kassel

### UNVERÄUSSERLICHE WÜRDE

*Der Wert eines Menschen besteht in dem Wert des Lebens an sich. Durch seine Existenz verdient er eine Wertschätzung und eine unveräußerliche*

*Würde. Diese Würde gilt es gegen das Leistungsprinzip zu bewahren. Auch der, der nicht mehr leisten kann, bleibt Mensch und Mitglied der Gesellschaft.*

Gunnar Plettenberg, 26, Student der Katholischen Theologie

### FEHLENDE WERTSCHÄTZUNG

*Nicht die Leistung, sondern die fehlende Wertschätzung ist das Problem in unserer Branche, der Gastronomie. Gute Arbeit muss gewürdigt werden, damit die Mitarbeiter/innen stolz sind auf das, was sie tun und die Gäste dies auch spüren. Im Umkehrschluss müssen jedoch auch die Gäste bereit sein, für die Leistung/Wertschätzung in der Gastronomie zu bezahlen - nicht nur für die Ware...*

Iris Heußner, 50, Gesellschafterin Sellcon

### TEIL MEINES GLÜCKLICHEN LEBENS

*Leistung ist grundsätzlich weder positiv noch negativ. Sie ist schlichtweg notwendig, um bestimmte Dinge im Leben zu erreichen. Dafür muss man etwas zu einer bestimmten Zeit mit einer bestimmten Qualität tun. Für mich ist Leistung ein wichtiger Bestandteil meines glücklichen Lebens – nicht nur beruflich, sondern auch privat.*

Annette Kulenkampff, 57, Geschäftsführerin  
documenta GmbH

### WO ICH ERFÜLLT BIN

*Jeder Mensch hat sein eigenes Potential. Schön ist es, dieses zu erkennen, zu entfalten und andere daran teilhaben lassen zu können. Motivation ist da am höchsten, wo ich erfüllt bin von dem, was ich tue, es also mir entspricht und ich wertschätzt werde.*

Anja Lipschik, 51, Gleichstellungsbeauftragte in der Universitätsmedizin in Göttingen

### WIR SIND NEUGIERIG AUF IHRE MEINUNG!

Was bedeutet Ihnen Leistung und welche Rolle spielt sie für ein gutes Leben? Sie sind eingeladen, sich mit Ihren Antworten am ‚Leistungsforum‘ auf unseren Internetseiten zu beteiligen:  
[www.katholische-kirche-kassel.de/forum](http://www.katholische-kirche-kassel.de/forum).

## „EIN FREYWILLIGER ARMER“

BENEDIKT LABRE PATRON DER PENNER UND DER BETTLER

*Antonio Cavallucci,  
Benedict Joseph Labre, 1795  
Museum of Fine Arts, Boston*

„Seyn Leben war eine ununterbrochene Reihe von Leiden aller Arth. Der Hunger, der Durst, die Blöße, die Kälte, die Hitz, das Ungeziefer so ihn beynahe aufzehrte, Spott Schimpf, Unbilden, Krankheiten, Schläge, kurz eine beständige Abwechslung von Trübseligkeiten könnten ihn nicht aus seiner Fassung bringen, ja er änderte dabey nicht einmal seine Gesichtszüge. In der Mitte so vieler Widerwärtigkeit blieb er immer gleichmüthig, immer munter und frölich ein freywilliger Armer.“

So beschreibt ihn 1783 Don Guiseppe Marconi in „Kurzgefaßte Lebensgeschichte des Dieners Gottes Benedikt Joseph Labre, eines Franzosen“. Benedikt Labre hätte es im Leben leichter haben können. Genau das wollte er nicht. Für sich selber nichts. Vielleicht wollte er unsichtbar sein. „Er schien seiner selbst zu vergessen und das Herz nicht zu haben etwas zu fordern“. Er kleidete sich immer in zerfledderte Lumpen. Körperpflege? Weshalb denn, wenn ihm sein Leib nichts wert ist? Als ihm Priester in Rom Geld geben wollten, damit er sich zu Weihnachten mal rasieren ließ – abgelehnt. Ist doch egal, wie ich aussehe. Auf mich kommt's nicht an! Ein gewaltfreier Revoluzzer im Aufstand gegen Erwartungen, gegen das „comme-il-faut“?



### EINFACH NUR BETEN

Vielleicht. Fragen wir ihn! Benedikt Labre, Was willst du? „Beten. Einfach nur beten.“ Genau das tat er. Als Reliquien werden in der kleinen Kapelle nahe der römischen Kirche „Madonna dei Monti“ zwei Rosenkränze aufbewahrt. Was eigentlich kann man über so einen noch schreiben? Vielleicht besser gar nichts. Das wäre nämlich bestimmt nicht in seinem Sinne. Sich selber fand er unwichtig. Liest man in der Biographie genauer nach, scheint es so, dass Benedikt Labre sein Unwichtigsein nahezu gefeiert hat: „... er frolockte, wenn man ihn als einen Räuber mißhandelte, er sich aus Demuth eines Almosen unwürdig



Charakterköpfe | Fotoportraits obdachloser Menschen von Stephan Rauh

achtete...er wünschte, verachtet zu werden..." Auf 381 Seiten hat Don Guiseppe das Leben von „Gottes Vagabunden“ aufgeschrieben. Guiseppe Marconi war in Rom der letzte Beichtvater von Labre. Nach dessen Tod 1783 forschte Don Guiseppe bei Eltern, Verwandten, Menschen, denen er begegnet war, nach. Was war das für einer? Ein Stiller. Einer, der die Stille sucht. Ältester von 15 Kindern eines Kleinbauern und Krämers, geboren am 26. März 1748 in einem nordfranzösischen Dorf. Als Fünfjähriger konnte er lesen und schreiben „und dieses aus keiner anderen Absicht als um für sich selbst die ersten Anfangsgründe unserer Religion, für die er ganz eingenommen war, lesen und mit eigener Hand ausschreiben zu können“, erklärt Don Guiseppe und beschreibt weiter: „Nie betrug er sich kindisch in seinen Handlungen...und liebte Spiel und Scherze nicht. Unser Benedikt Joseph betrug sich sanft, ruhig und friedfertig gegen alle.“ Er ging gerne in die Kirche, richtete sich eine kleine Hauskapelle ein, „worin er die Ceremonien der Mess nachahmte, bis er dem Priester beym Altare dienen durfte.“

### UNERREICHBAR

Als er zwölf war, gaben ihn die Eltern zu seinem Paten, einem Pfarrer in der Nachbargemeinde. Der wollte ihn auf eine geistliche Laufbahn vorbereiten. Doch das klappte nicht, Benedikt taugte nicht zum Studieren. „Logik eckelte ihn“, schreibt Don Guiseppe. Das Klosterleben interessierte ihn mehr als der Priesterberuf. Schon als 16jähriger wollte er in Klöster; doch die Eltern gaben ihm

anfangs keine Erlaubnis. Später nahmen die Kartäuser von Neuville ihn auf, doch in der Abgeschlossenheit der Kartause bekam er Angst. Er wurde entlassen. Zwischendurch wieder daheim schlief er nie auf seinem Bett, sondern immer auf dem Boden. Als seine Mutter ihn davon abbringen möchte, „so ein strenges Leben gegen sich“ zu führen und wieder loszuziehen: antwortet er: „Liebste Mutter, laßt mich immer gehen. Ich werde von Wurzeln wie alte Einsiedler leben. Mit der Gnade Gottes vermögen wir, was sie vermochten.“ Mensch Benedikt, voll in der Pubertät, im Aufstand gegen die Eltern? Wächst sich doch aus, kennen wir alle – bei Benedikt war es nicht so. Er muss einfach tief gläubig und dadurch unerreichbar für die „normale Welt“ gewesen sein. Zu den Mönchen von La Trappe wollte er. Die „Trappisten“ – bekannt für strenge Askese und unbedingtes Schweigegebot – nahmen ihn nicht auf, wegen seiner Jugend und seiner schwachen Gesundheit. 1769 nahmen ihn in Septfonds (südöstliches Frankreich) die Zisterzienser auf. Doch daraus wurde auch nichts: Er hat zu extrem gefastet, wurde deshalb krank. Also wandert Benedikt Labre nach Italien. Alle Bewerbungen in Klöstern wurden abgelehnt. Im Spätsommer 1770 erkennt er: „Gott hat für mich ein anderes Leben als eines im Kloster vorgesehen“, schreibt er in einem Brief an die Eltern. Fortan lebte er als bettelarmer Pilger, ein „freywilliger Armer“, der auf alles verzichtet. Benedikt pilgert 13 Jahre lang durch Italien, Frankreich, die Schweiz, Spanien, Deutschland.

### ARM. ALLEIN. BESCHIEDEN.

Wie hat er gelebt? Arm. Allein. Bescheiden. Er schlief in Armenhospizen oder irgendwo unter Büschen, auf der Erde. Ab 1774 war Rom sein „Hauptwohnsitz“, dorthin kehrte er immer wieder zurück. Er aß, was Menschen ihm gaben. Manchmal aß er vom Müll. Er nahm nicht alles an, was sie ihm geben wollten. Vieles, was er annahm, gab er gleich weiter an andere Arme. Don Guiseppe schildert, wie Benedikt Labre von Jugendlichen verachtet, verspottet, getreten, geschlagen, mit Steinen beworfen wird.

Benedikt blutet, erleidet Schmerzen und schweigt. Lässt sich nichts anmerken, zeigt niemals Schmerz, wehrt sich nicht. Solch ein Verhalten hat ihn zu einem Besonderen, einem Heiligen gemacht. So einer ist doch kein richtiger Mensch, wenn er den frechen Jugendlichen nicht mal eine Ohrfeige oder Standpauke verpasst. Einmal bremst er eine Nonne aus, die mit den Jugendlichen schimpft. Einzig dann begehrt er auf, wenn es gegen Gott geht, wenn Worte und Taten gotteslästerlich sind. „[...] er beschloß stets zu reden, wie ers im Herzen hätte“. Ansonsten spricht er wenig mit den Menschen. Mit Gott viel: er betet so oft und lange, dass er an seinen Knien große Geschwüre bekommt. Für sein Leben hat er drei Regeln aufgestellt, die er niemals brach; Don Guiseppe schreibt: „Er dachte, [...] müsse man drey Herzen in einem haben; erstlich ein ganz reines, ganz aufrichtiges und ganz heiliges Herz, um Gott zu lieben [...] Zweytens ein ganz unverstelltes, liebevolles

und freygebiges Herz gegen den Nächsten [...]. Drittens ein ganz unerbittliches, strenges und starkmüthiges Herz gegen uns selbst.“ Vor seiner Lieblingskirche Madonna dei Monti brach er im April 1783 zusammen und starb in einem nahen Wohnhaus. „Sein ganzes Leben ein stets ununterbrochenes Gebeth gewesen, gleich einem Todtengerippe abgezehrt war er.“, schreibt Don Guiseppe und beantwortet die Frage, was dieser „freywillige Arme“ geleistet hat: „[...] durch die vielen und ausgezeichneten Wunder, die Gott auf seine Fürbitt gewirkt haben soll...“ Über 100 Wunder soll es in Bezug auf ihn gegeben haben. Ein guter Grund, dafür, dass Papst Pius IX. ihn am 20. Mai 1869 selig und Papst Leo XIII. ihn am 8. Dezember 1883 heilig sprach. Einer von 6650 Heiligen, die im Verzeichnis „Martyrologium Romanum“ aufgelistet sind.

Er wurde zum Patron der Pilger ernannt, der Penner, der Bettler, der Landstreicher; vielleicht ist er Patron der Suchenden. Viele Unterkünfte für Obdachlose weltweit benennen sich nach ihm und arbeiten nach dem Gebetssatz, den er immer wieder gesprochen und den er gelebt hat: „Gottes Wille geschehe.“

Sabine Wilms

Quelle: Don Guiseppe Marconi in „**Kurzgefaßte Lebensgeschichte des Dieners Gottes Benedikt Joseph Labre, eines Franzosen**“, 1787, Bayerischen Staatsbibliothek Die ungekürzte Fassung dieses Artikels finden Sie unter [www.katholische-kirche-kassel/mittendrin](http://www.katholische-kirche-kassel/mittendrin)

## RAUM FÜR DIE SEELE

DIE LEISTUNGSGESELLSCHAFT ENTLÄSST IHRE KINDER: **KRANK**

Gibt es einen Zusammenhang zwischen der heutigen Arbeitswelt und der Zunahme an Burn-Out-Erkrankungen? Die Zahlen der Krankenkassen deuten darauf hin. Aber jeder kann selbst etwas dafür tun, damit ihn oder sie der Stress nicht eiskalt erwischt.

### „ICH BIN SO IM STRESS“

Wie leicht rutscht uns dieser Satz über die Lippen. Sicher kann hohe Anforderung Spitzenleistungen hervorbringen, doch Überforderung macht auf Dauer krank. Die Krankenkassen schlagen Alarm, denn die Zahl der Menschen, die wegen psychischer Belastung am Arbeitsplatz krank geschrieben werden, ist doppelt so hoch wie 1997. Das Ärzteblatt und die Krankenkasse BKK weisen darauf hin, dass dies die Gesellschaft pro Jahr mehrere Milliarden Euro kostet. Bei jeder/m fünften Erwerbstätigen werden laut BKK psychische Störungen diagnostiziert. Die Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen stiegen in den letzten vier Jahren um 33 Prozent, die Verordnungsmenge von Antidepressiva sogar um 41 Prozent. (Basis: 3,4 Millionen Erwerbspersonen in 2010)

Doch ist es nicht in erster Linie beruflicher Stress, der uns zusetzt. In der Studie „Bleib locker, Deutschland“, die auf eine Forsa-Umfrage aus dem Jahr 2013 beruht, gab jede/r fünfte Befragte an, dass sie oder er in

den letzten drei Jahren an einer psychischen Erkrankung wie Burn Out oder Depression erkrankt war. Allerdings: Stärker als die Arbeit belasten private Probleme die Seele. So haben Menschen, die Angehörige pflegen, mit Konflikten oder finanziellen Problemen kämpfen müssen, ein vier mal höheres Risiko für seelische Beschwerden.

### UNSERE GESELLSCHAFT IST MÜDE

Liegen die Gründe für unser selbst-feindliches Verhalten nicht sogar tiefer? In seinem Essay „Müdigkeitsgesellschaft“ verweist der Autor Byung-Chul Han auf die Arbeitswelt, in der es auf Eigenmotivation, Initiative und Selbstverantwortung ankommt. Nachdem wir die Disziplargesellschaft, in der es um Pünktlichkeit und Gehorsam ging, hinter uns gelassen haben, werden wir heute von der Leistungsgesellschaft dominiert, so Han: Jeder strebt die äußerste Leistungsfähigkeit an, sieht sich als Manager seiner selbst. Der Mensch beutet sich selbst aus, ist Herr und Knecht zugleich. Obamas Slogan „Yes, we can“ zeigt seine furchtbare Kehrseite: Wir können alles, wenn wir uns nur anstrengen. Die Folge ist die totale Erschöpfung und eine bleierne Müdigkeit: „Erschöpfungsdepression“ ist der deutsche Ausdruck für den Begriff „Burn out“.

### AUCH JUNGE MENSCHEN LEIDEN

„Die Droge Leistung hat mich krank gemacht“, wird ein Student in der Wochenzeitung „Die Zeit“ zitiert. Schuld sei das Leistungsdenken unserer Gesellschaft, in der Wettbewerb und Selbstausbeutung sogar Teil des Wertegerüsts seien. Mehr noch: Diese Werte entsprechen mittlerweile unseren Vorstellungen von einem sinnvollen Leben, berichtet der Student. Nach einem Zusammenbruch musste er erst einmal lernen zu erkennen, was ihn krank gemacht hat: Immer auf der Suche nach der nächsten Herausforderung, im Wettbewerb mit anderen. Ständig formulierte er für sich selbst neue Optimierungsziele, war mit dem Erreichten nie zufrieden. Jetzt muss er lernen, ohne diese gefährliche Droge zu leben.

Und was sagt der amerikanische Komiker Woody Allen zu einer ausgeglichenen Lebensbalance? „Es ist sehr schwer, Herz und Kopf im Leben zusammenzubringen. In meinem Fall sind sie nicht einmal locker miteinander befreundet.“

Regina Daum-Meemann

### Warum sind wir so im Stress?

Zentrale Belastungsfaktoren laut „Stressreport Deutschland 2012“

- verschiedene Arbeiten gleichzeitig betreuen / Multitasking
- starker Termin- und Leistungsdruck
- ständig wiederkehrende Arbeitsvorgänge
- Arbeitsunterbrechungen
- sehr schnell arbeiten müssen

### Zum Weiterlesen empfohlen:

Byung-Chul Han:  
**Müdigkeitsgesellschaft.**  
Matthes & Seitz, Berlin 2010, 68 Seiten

LEISTUNG  
LEISTUNGSSCHUB  
LEISTUNGSABFALL  
LEISTUNGSSTRESS  
KÖNNEN WIR UNS  
DAS LEISTEN?  
LEISTUNGSSPORT  
LEISTUNGSTRÄGER  
LEISTUNGSZULAGE  
LEISTUNGSGERECHTE BEZAHLUNG  
LEISTUNGSPOTENZIAL  
LEISTUNG MUSS SICH WIEDER LOHNEN  
WERTVOLLE ARBEIT  
LEISTUNGSKURSE  
SCHULISCHE LEISTUNG  
OHNE LEISTUNG  
KEIN GEWINN  
AUF DER  
SUCHE NACH  
SPITZENLEISTUNGEN  
HÖCHSTLEISTUNG ERREICHEN  
KARRIERELEITER  
LEISTUNGSDRUCK  
LEISTUNGSKNICK  
LEISTUNGSKURVE  
LEISTUNGSGESELLSCHAFT  
KEINE LEISTUNG  
OHNE GEGENLEISTUNG  
ELEKTRISCHE LEISTUNG  
LEISTUNGSWIDERSTAND  
REIFE LEISTUNG  
COMPUTERLEISTUNG  
LEISTUNGSNIVEAU  
MEISTERLEISTUNG

Zitate aus dem Buch „Was bildet ihr uns ein? Eine Generation fordert die Bildungsrevolution“. Hrsg. Bettina Malter und Ali Hotait, Vergangenheitsverlag

FORTSETZUNG „RAUM FÜR DIE SEELE“:

## ANGST NICHT ZU GENÜGEN

INTERVIEW MIT DR. MED. MICHAEL D.F. SCHMIDT, ARZT FÜR  
PSYCHOSOMATISCHE MEDIZIN UND PSYCHIATRIE, KASSEL

[ mittendrin ] *Macht uns unsere Arbeit krank?*

**Dr. Schmidt:** Arbeit hat viele positive Aspekte: Wir schaffen etwas Sinnvolles, wir gehören dazu, wir wachsen über uns selbst hinaus. Aber Arbeit kann auch krank machen: Wenn man Mobbing erfährt oder wenn es zu einer Arbeitssucht kommt. Und sie kann auch zur totalen Erschöpfung und zur chronischen Depression führen.

[ mittendrin ] *Was führt dazu, dass wir erkranken?*

**Dr. Schmidt:** Viele leiden unter fehlender Wertschätzung oder Anerkennung im Job. Auch Doppelbelastungen oder zu hohe eigene Erwartungen sowie Perfektionismus können zum seelischen Ausgebranntsein führen. Wenn dann noch das Gefühl dazu kommt, dass ich wenig selbst bestimmen kann und ich mich ungerecht behandelt fühle, steigt die Gefahr dramatisch an.

[ mittendrin ] *Sind wir denn so anspruchsvoll geworden, oder warum fühlen wir uns so häufig im Stress?*

**Dr. Schmidt:** Unsere Welt wird von Komplexität beherrscht. Mit der steigenden Anzahl der Medien glauben wir auch, dass wir mehr Informationen verarbeiten müssen. Ständig sind wir im Bereitschaftsmodus, gönnen uns kaum eine Zeit, in der wir nichts tun. Den Feierabend auf der Bank vor dem Haus gibt es nicht mehr. Wir feiern oder wir sitzen abends vor dem Fernseher: Immer bereit, Neues aufzunehmen. Oder, anders ausgedrückt: Immer in der Angst, nicht zu genügen. Uns fehlt das Grundgefühl der bedingungslosen Liebe zu uns selbst.

[ mittendrin ] *Wie kommen wir denn wieder zu einem guten Leben?*

**Dr. Schmidt:** Unser Herz weist uns den Weg - wortwörtlich. Während der Puls bei Ärger extrem schnell wird, kommen wir bei aufrichtiger Wertschätzung, die von Demut, Bescheidenheit und Lockersein geprägt ist, zu einem ausgeglichenen Bild. Von einer „Gesunden Identität“ sprechen wir, wenn die Faktoren Arbeit, Partnerschaft und Freundschaften, körperliche Gesundheit und ein Sinnsystem wie spirituelle Werte sich die Waage halten.

[ mittendrin ] *Vielen Dank für das Gespräch.*

Regina Daum Meemann



Dr. Michael Schmidt

## ZWISCHENRUF

LASST GLÜCK  
ZUR LEISTUNG HINZUTRETEN

Als selbständiger Führungskraftetrainer, Coach und Organisationsentwickler arbeite ich mitten im Gewühle unserer Leistungsgesellschaft: Meinen Kunden helfe ich besser zu werden und selber muss ich besser sein als meine Wettbewerber. Das geht an die Substanz!

Dieses „Leistungs-Leben“ für mich und meine Kunden mit Haut und Haaren anzunehmen und zugleich locker an Substanz, Zeit und Energie zu gewinnen, treibt mich seit Jahren um.

### VERLUST UND NEUES SPIEL

2007 verlor ich meinen größten Kunden. Nicht weil ich schlecht geleistet hätte, sondern weil das Unternehmen seine Selbständigkeit verlor --- und damit ich den Auftrag. Das hat bis heute finanzielle Folgen für mich. Da erzählte mir ein Nachbar von seiner Suche nach einem Mitspieler für eine Brettspiel-Mannschaft. In meinem Un-Glück bot ich mich an und das wurde mein Glück. Ich fand ein begeisterndes Hobby und große Erkenntnisse über unsere Gesellschaft: Denn bei diesen Mehr-Personen-Spielen (wie beispielsweise „Siedler“) kann ich nicht allein mit Leistung erfolgreich sein. Die meisten Spiele haben eingebaute Glücksfaktoren und immer ist man davon abhängig, wer gerade mit einem am Brett spielt ...

### MULTIPLIKAND „GLÜCK“

So gilt auch im Viel-Personen-„Spiel“ unserer Welt die Regel „ERFOLG gleich LEISTUNG mal GLÜCK“. Etwa Bill Gates

Glück, dass IBM ‚vergaß‘, sich die Rechte an dessen PC-Betriebssystem zu sichern. Das bedeutet: Wir können unsere Leistung locker ein wenig zurückfahren (den Fuß vom Gaspedal nehmen), nach dem Glück Ausschau halten (auf einen Parkplatz fahren), es manchmal finden (eine geniale Abkürzung entdecken) und manchmal nicht (nach der Pause ausgeruht + gestärkt weiterfahren).

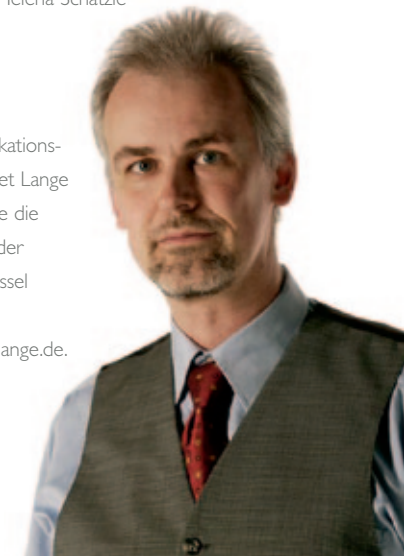
### REICH AN ENERGIEN

Solches Innehalten plus Wahrnehmen lässt immer gewinnen, nämlich Stärke plus Ruhe! Und oft zusätzlich Glück! Denn unsere Zeit ist reich an „Energien“ wie der meines Nachbarn auf seiner Suche nach Mitspielern. So ist das Glück schon da und ist „nur noch“ zu ergreifen und zu gestalten (was dann wieder Leistung erfordert ...). Halten Sie nun inne und nehmen Sie Ihr Glück wahr: In Kassel zu sein. Zeit für dieses Magazin zu haben. Darüber schlafen zu dürfen ...

Norbert Lange

Fotografie Helena Schätzle

Der Dipl.-Wirtschaftsinformatiker, Kommunikations- und Teamtrainer Norbert Lange (geb. 1964) moderierte die ‚Zukunftswerkstätten‘ der Katholischen Kirche Kassel  
Informationen auf  
[www.entschleunigung-lange.de](http://www.entschleunigung-lange.de).





Teilnehmende eines Deutschkurses (Integrationskurs) der Caritas mit ihrer Lehrerin

## LEISTUNG IM EHRENAMT

WENN ENGAGEMENT FÜR FLÜCHTLINGE UNENTBEHRLICH IST: ZUM BEISPIEL IN KASSEL

Wer in den letzten Monaten aufmerksam die Kasseler Nachrichten verfolgt hat, ist zwangsläufig über ein Thema gestolpert, das Stadtverwaltung, Ämter und Verbände vor große Probleme stellt: Immer mehr Menschen fliehen aus ihrer Heimat Syrien, Eritrea, Somalia oder Afghanistan vor Bürgerkriegen, terroristischer Bedrohung, täglicher Gewalt und beantragen in Deutschland Asyl.

Das Land Hessen weist die Flüchtlinge den Städten und somit auch der Stadt Kassel zu, die ab diesem Zeitpunkt verpflichtet ist, die Menschen unterzubringen und zu versorgen. Wohnraum, Betreuung, Seelsorge und sonstige Hilfen werden benötigt. In Kassel werden für dieses Jahr 400 neue Asylbewerber erwartet. Da die Gemein-

schaftsunterkünfte für Flüchtlinge mit 120 Personen bereits belegt waren, wurde Anfang 2014 eine dritte Gemeinschaftsunterkunft eröffnet.

### WER SETZT SICH EIN?

Der Migrationsdienst des Caritasverbandes Nordhessen-Kassel e.V. mit seinen 15 hauptamtlichen Mitarbeitern/-innen bietet eine Vielzahl von Angeboten für Menschen mit Migrationshintergrund an. Betrachtet man nun die Zahl der hauptamtlichen Mitarbeiter sowie die Zahl der Flüchtlinge in den Unterkünften, so scheint es nahezu unmöglich, den Bedürfnissen aller Geflüchteten gerecht werden zu können. Zwar ist die Spendenbereitschaft der Kasseler Bevölkerung groß. Kleidung und andere Gebrauchsgegenstände sind ausreichend vorhanden. Jedoch mangelt es an persönlicher Zuwendung. Dazu Hilla Zavelberg-Simon vom Caritasverband Nordhessen-Kassel: „Wir sind auf ehren-

amtliche Helferinnen und Helfer wie auch auf finanzielle Spenden angewiesen. Nur so kann die benötigte Hilfe auch tatsächlich gewährleistet werden.“

### UNVERZICHTBAR

Derzeit sind laut Caritas etwa 100 Personen ehrenamtlich in der Flüchtlingsarbeit tätig: allesamt Menschen, die ganz unterschiedliche Angebote für Flüchtlinge auf die Beine stellen und den Betroffenen auch in Einzelbegleitung unterstützend zur Seite stehen – ohne dafür eine Gegenleistung zu erwarten. Denn alle Helfer/-innen arbeiten ohne Bezahlung. Sie organisieren Stammtische, an denen die große Bandbreite an Angeboten immer wieder ausgearbeitet wird, damit betroffene Flüchtlinge eine erste Orientierung in Deutschland, Hilfe bei der Integration sowie Anregungen zur Gestaltung ihrer Freizeit erhalten. Caritas-Mitarbeiterin Kathrin Drescher-Mattern: „Dazu zählen die kontinuierliche Begleitung,

Patenschaften, Sprachkurse, Sport- und Freizeitangebote, die Organisation von Festen, Feiern oder Ausflügen und Einkaufshilfen, Kinderfreizeitangebote, Nachhilfe sowie die individuelle Einzelfallhilfe.“

### GUT GEMEINT ≠ GUT GEMACHT

Bei aller Hilfsbereitschaft darf man jedoch nicht vergessen, dass bei den Ehrenamtlichen und den Flüchtlingen unterschiedliche Erwartungen an das Miteinander bestehen. Gut gemeinte Freizeitangebote müssen von den Flüchtlingen, die aus ganz verschiedenen Kulturen stammen, angenommen und als solche auch verstanden werden. So können sich viele Flüchtlinge zunächst nur wenig für ein Wanderangebot durch die nordhessischen Wälder begeistern, da Wandern in ihren Kulturen schlichtweg nicht zu den Freizeitbeschäftigungen zählt. Im Umgang mit derartigen Stolpersteinen werden die Ehrenamtlichen vor ihrer Arbeit sensibilisiert.



## SCHWESTERN, DIE GUTES TUN

*Unterstützt wird die Caritas auch durch die Soroptimistinnen (lateinisch „sorores optimae“: Schwestern, die Gutes tun). Sie setzen sich vor Ort für die Verbesserung des Lebens und des Status von Frauen und Mädchen ein - durch finanzielle Spenden und gesellschaftliches Engagement. So werden in Kassel in Zusammenarbeit mit der Caritas eine Informationsveranstaltung für somalische Frauen zur Frauengesundheit mit einer Gynäkologin sowie die Unterstützung eines Müttersprachkurses für Asylbewerberinnen geplant.*

*Weitere Informationen auf [www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrin](http://www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrin)*

## HODAN MOHAMED

Dringend wird Unterstützung auch beim Dolmetschen benötigt: So ist es keine Seltenheit, dass ehemalige Flüchtlinge sich dazu bereit erklären, dort als Dolmetscher zu dienen, wo die Sprachbarriere die Arbeit zwischen Helfenden und Flüchtlingen ansonsten unmöglich machen würde.

Eine dieser Freiwilligen ist Hodan Mohamed aus Kassel. Die aus Somaliland stammende vierfache Mutter kam im Jahr 2000 selbst als Flüchtling nach Deutschland, erlernte auf eigene Initiative hin schnell die deutsche Sprache und erkannte, welche Hilfe sie damit für viele andere Flüchtlinge aus ihrer Heimat sein kann.

„Die Menschen brauchen jemanden, dem sie vertrauen können und der ihnen diese fremde Welt zeigt. Die Behörden machen vielen Flüchtlingen Angst, denn in Somalia gibt es noch nicht einmal eine Post. Damit eine Integration stattfinden kann, muss man die deutsche Bürokratie verstehen.“

## VIELE BRAUCHEN HILFE

Seitdem ist Hodan fast täglich ehrenamtlich damit beschäftigt, Texte und Gespräche zu dolmetschen, Flüchtlingen bei Behördengängen und Alltagsfragen unter die Arme zu greifen. Manchmal wird sie sogar gerufen, um nachts Hebammen in Kasseler Krankenhäusern bei Geburten zu unterstützen, damit überhaupt eine Verständigung zwischen Patientin, Familie und Ärzten möglich ist. „Für mich ist diese Arbeit eine Ablenkung vom Alltag, aber manchmal muss ich mein Handy ausschalten, weil mich so viele Menschen um Unterstützung bitten.“

## INTEGRATION IST MÖGLICH

Neben ihren Verpflichtungen als Mutter erfülle sie diese ganzen Aufgaben mit großer Freude, so Hodan Mohamed, denn sie wolle den Flüchtlingen in Kassel zeigen, dass man es trotz anfänglicher Schwierigkeiten und Barrieren schaffen kann, sich hier zu integrieren und ein glückliches Leben aufzubauen.

## „IHR SCHAFFT DAS!“

Auch Olena Adamenko leistet Bemerkenswertes: Die junge Ukrainerin kam 2002 als Au-Pair nach Deutschland, studierte an der Universität Kassel unter anderem Germanistik und gibt im Migrationsdienst des Caritasverbandes Nordhessen-Kassel e.V. Sprachkurse für diejenigen Flüchtlinge, die keinen Anspruch auf Integrationskurse haben. Mittlerweile finden diese Kurse ehrenamtlich mehrmals wöchentlich statt.

„Meine Motivation bekomme ich durch die Motivation der Schüler, die alle freiwillig hier und unendlich dankbar dafür sind, dass sie lernen dürfen, anstatt herumzusitzen und abzuwarten.“ Außerdem, sagt Adamenko, sei der Start in einem neuen Land die Basis für das ganze weitere Leben, auch für die neue berufliche Zukunft. Dabei spiele nicht nur die Sprache eine wichtige Rolle, sondern auch das Gefühl, willkommen zu sein, sich jemandem anvertrauen zu können und der Mut, seinen Wünschen und Zielen

nachgehen zu dürfen. „Mit meinen eigenen Erfahrungen möchte ich meinen Schülern Mut machen und sagen: Ihr schafft das!“

Auf die Frage, warum sie sich auch ehrenamtlich für die Kasseler Flüchtlinge einsetzt, antwortet sie: „Es ist ja so, dass wir in Wahrheit alle in einem Boot sitzen - das eine Ende überlaufen mit Wasser, das andere ragt in die Luft. Die einen sitzen auf der vorderen Seite, schaufeln hektisch das Wasser heraus, damit das Boot nicht untergeht. Diejenigen, die auf der anderen Seite sitzen, schauen einfach weg und denken ‚Was geht mich das an?‘, ohne wahrhaben zu wollen, dass auch sie am Ende in diesem Boot untergehen werden. Kurz: Wenn es darum geht, den Menschen, die auf der Flucht sind, zu helfen, dann sollte sich jeder in der Verantwortung sehen und nach seinen Möglichkeiten handeln, um eine Gesellschaft zu ermöglichen, in der alle einen Ort finden, an dem sie zu Hause sind.“

Marina Reihl

Hodan Mohammed | Olena Adamenko.



## Aktion „Sprache ist der Schlüssel zur Teilhabe“

Viele Flüchtlinge sind motiviert, sich zu integrieren und die deutsche Sprache zu erlernen. Doch haben Flüchtlinge, die auf den Ausgang ihres Asylverfahrens warten, keinen Anspruch auf finanzielle Förderung eines Deutschkurses. Der Migrationsdienst der Caritas hat deshalb die Spendenaktion „Sprache ist der Schlüssel zur Teilhabe“ entwickelt.

Mit einer Spende von 10,-€ wird eine Stunde Deutschunterricht für 10 Asylbewerber ermöglicht, als Dankeschön dafür erhält jede/r Spender/in ein Schlüsselband.

## Verkaufsstellen:

- Karibu Welt- und Regionalladen, Oberste Gasse 30, 34117 Kassel
- Buchhandlung Sankt Elisabeth, Die Freiheit 2, 34117 Kassel
- Katholische Familienbildungsstätte, Die Freiheit 2, 34117 Kassel



## SINNSTIFTEND FÜR BEZIEHUNGEN UND GEMEINWOHL DER GEMEINWOHL - ÖKONOMEN CHRISTIAN FELBER IM [ MITTENDRIN ]-INTERVIEW

*Christian Felber (geboren 1972) ist einer der maßgeblichen Entwickler der im Oktober 2010 gestarteten Initiative „Gemeinwohl-Ökonomie“. Felber hat attac Österreich mitbegründet und wurde mit seinem Buch „Gemeinwohl-Ökonomie“ (2010) zu einer wichtigen Stimme der Globalisierungskritik. Er arbeitet als Autor, freier Tänzer, Universitätslektor und internationaler Referent. „Gemeinwohl-Ökonomie“ (Neuaufgabe 2012) liegt mittlerweile in vielen Sprachen vor. Im März erschien sein neues Buch „Geld – die neuen Spielregeln“.*

**„Wie wollen wir weiter wirtschaften: am Gewinn oder am Gemeinwohl orientiert?“**

So lautete die Ausgangsfrage der März-Veranstaltung im bis auf den letzten Platz besetzten Bürgersaal des Rathauses. Vieldiskutierte Antworten gab Christian Felber, der mit seiner Initiative „Gemeinwohl-Ökonomie“ unser gegenwärtiges Wirtschaftsmodell herausfordert – nicht indem er es abschaffen will, sondern indem er dessen Werte-Orientierung neu ausrichtet. Nach Kassel eingeladen hatte ihn ein ungewöhnlicher Kasseler Veranstalterpool: Arbeitsgruppe Bedingungsloses Grundeinkommen, Anthroposophisches Zentrum, attac-Regionalgruppe, Volkshochschule (vhs), Evangelisches Forum und Katholische Kirche.

[ mittendrin ] hat Christian Felber gefragt, welche Rolle „Leistung“ in einer gemeinwohlorientierten Gesellschaft spielt.

[ mittendrin ] *Was ist für Sie persönlich „Leistung“ in einem guten Sinn?*

**Christian Felber:** Die konsequente Arbeit an einem Ziel, das ich mir selbst gesetzt habe oder mit dem ich mich identifizieren kann – hier geht es um Freiheit und Initiative. Leistung soll sinnstiftend sein, den

Beziehungen und dem Gemeinwohl dienen und zumindest niemanden schädigen, also auch ethisch sein. Wenigstens dient Leistung der Persönlichkeitsentwicklung, wie zum Beispiel die Verfeinerung der Körpersensibilität oder der Entfaltung einer Kunst, davon haben auch Andere etwas.

[ mittendrin ] *Was ist für Sie die größte Gefahr unserer „Leistungsgesellschaft“?*

**Felber:** Dass wir belanglose Leistungen (Betreuung von Hedge-Fonds) als wertvoller erachten und höher belohnen als lebenswichtige Leistungen (Betreuung von Kindern, Kranken, Älteren, Sterbenden). Dass heute die erste Million die schwerste ist anstatt die leichteste zu sein. Dass Besitz Einkommen geringer besteuert werden als Leistungseinkommen und dass das weitere Reicher- und Größerwerden immer leichter wird – das alles sind Gegenanzeigen einer echten Leistungsgesellschaft.

[ mittendrin ] *Was leistet denn die Gemeinwohl-Ökonomie für die Gemeinschaft, was für den/die Einzelne/n?*

**Felber:** Die Gemeinwohl-Ökonomie gibt das richtige Ziel vor und belohnt das Leben der gemeinsamen Beziehungs- und Verfassungswerte. Dadurch wird das Wirtschaften „effektiv“ im Sinne der

Zielerreichung und „ethisch“ im Sinne der Verfassungswerte. Da den meisten Menschen Gerechtigkeit, Demokratie und Nachhaltigkeit sowie insgesamt das Gemeinwohl ein Anliegen sind, werden wir diesen Werten und Zielen näherkommen als im gegenwärtigen Wirtschaftssystem, in dem die Vermehrung des Kapitals und das Wachstum des Bruttoinlandsprodukts (BIP) die höchsten Ziele sind.

[ mittendrin ] *Eigentlich sind die Kirchen „unverzichtbare Partner im Eintreten für eine gerechtere Gesellschaft“ (wie SPD-Chef Gabriel zur Neuwahl von Kardinal Marx zum Vorsitzenden der deutschen Bischofskonferenz sagte). Welche Erfahrungen haben Sie mit den Kirchen als Gesprächspartner?*

**Felber:** Wir erfahren eine breite positive Resonanz quer durch alle Kirchen und Religionen – die Gemeinwohl-Ökonomie beruht ja auf deren gemeinsamer ethischer Essenz. Entsprechend prüfen kirchliche Bildungseinrichtungen die Erstellung der Gemeinwohl-Bilanz oder sind sogar der Treffpunkt unserer Regionalgruppen wie zum Beispiel St. Arbogast in Vorarlberg oder das Haus am Schüberg in Hamburg. Der Erzbischof von Barcelona hat die Christen/-

innen in seinem Sonntagsbrief öffentlich aufgerufen, sich für eine „Gemeinwohl-Ökonomie“ zu engagieren. Eine ganze Reihe von Basisorganisationen hat die aktive Teilnahme und Umsetzung eingeleitet.

[ mittendrin ] *Wenn Sie mal nichts leisten (müssen), was tun Sie dann?*

**Felber:** Da sind wir schon beim Thema. Ich lasse los, genieße, freue mich des Lebens, tanze und fühle mit allem. Ich weite das Spüren aus und empfangen offen und dankbar, was da kommt, inspiriere mich mit jedem Atemzug. Einfach nur dazusitzen oder auf einen Baum klettern oder schwimmen gehen oder auf dem Rücken liegen und den Wolken zusehen. Oder im Caféhaus sinnieren und lesen ... es gibt so viele wunderbare Genüsse, für die es sich lohnt, zeitwohlhabend zu werden.

[ mittendrin ] *Herzlichen Dank für das Gespräch!*

Christoph Baumanns | Text und Interview  
Fotografien Fernando Vargas

*Das vollständige Interview mit Christian Felber finden Sie auf [www.katholische-kirche-kassel/mittendrin](http://www.katholische-kirche-kassel/mittendrin) – ergänzt um zahlreiche Infos und Video-links, unter anderem zur Videodokumentation der Kasseler Veranstaltung.*





Kloster Herstelle Ansicht vom Weserufer | Gästehaus



Bildungs- und Ferienstätte Eichsfeld | Konferenzraum



Jugendhaus Hardehausen



Jugendburg Ludwigstein

## AUSZEITEN

MUßESTUNDEN IN UND UM KASSEL

„Reserviere eine bestimmte Zeit für dich selbst und halte dich ruhigen Gemüts in Erfolg und Misserfolg frei von Unruhe und Verwirrung, sowohl bei frohen als bei traurigen Anlässen.“ (Ignatius von Loyola)

Die [ mittendrin ]-Redaktion bietet ihren Leserinnen und Lesern hier eine Fülle von Zeiten und Räumen in Kassel und Umgebung, die zu besuchen sich lohnen.

### BILDUNGSFORUM SANKT MICHAEL

Seit Anfang 2014 am neuen Standort beheimatet bietet das Bildungsforum Angebote zu Besinnung, Begegnung und Bildung an. Unter anderem das monatliche Frauenfrühstück mit speziellem Vortrag, ein monatlicher Lesekreis oder ein musikalischer Studientag. Weitere Tagungsangebote finden Sie im Jahresprogramm im Internet, zum Beispiel:

#### Tanz als Gebet: getanzt Tagesausklang

Ein wohlthuender, meditativer Tagesabschluss mit Musik, Tanz, Körpergebet und Stille montags, 14.7./ 8.9./ 22.9./ 6.10./ 3.11./ 7.11./ 1.12./ 15.12.2014, 18.30–20.00 Uhr  
Kosten: 3,- € pro Abend

#### Bildungsforum Sankt Michael im Regionalhaus Adolph Kolping

Die Freiheit 2, 34117 Kassel  
Telefon 0561 . 700 417 0  
E-Mail: info@bildungsforum-sanktmichael.de  
Internet www.bildungsforum-sanktmichael.de

### ABTEI VOM HEILIGEN KREUZ

Im idyllisch gelegenen Kloster Herstelle, mit dem modernen Gästehaus, kann man wunderbar abschalten, entsleunigen, Einkehr halten oder Raum haben zur Begegnung. Auch ein Aufenthalt im „Kloster auf Zeit“ oder als Tagesgast mit einer Gruppe ist möglich. Gerne wird das Kloster auch für Bildungswochenenden von Pfarrgemeinderäten gewählt. Das vielfältige Kursprogramm ist im Internet einzusehen, zum Beispiel:

#### Kraftquellen entdecken

Den klösterlichen Rhythmus erleben – den eigenen Standort überdenken – Stress abbauen und neue Kraft schöpfen – zu sich und zu Gott kommen. Dazu laden diese Tage ein, die durch den Wechsel von Gebet, Mitarbeit im Garten, Zeiten der Besinnung und Reflexion in der Gruppe geprägt sind.  
Leitung Sr. Lucia Solcher  
25.8. (17.00 Uhr) - 29.8.2014, (10.00 Uhr)  
Kosten: 220,- €

#### Abtei vom Heiligen Kreuz

Carolus-Magnus-Str: 9,  
37688 Beverungen-Herstelle  
Telefon 05273 . 804 0  
E-Mail: benediktinerinnen@abtei-herstelle.de  
Internet www.abtei-herstelle.de

Auch die Akademikerseelsorge bietet einige ihrer Kurse in der Abtei an:

#### Über das Lachen und anderes, was nur der Mensch kann

Die Besinnungstage für Akademiker/innen fragen nach dem, was wahres Menschsein ausmacht und wie es gelingen kann.  
26.-30.9.2014. Infos über www.katholische-kirche-kassel.de/akademikerseelsorge

### BILDUNGS- UND FERIENTÄTTE EICHSFELD

Malerisch im Dreiländereck Hessen, Thüringen und Niedersachsen gelegen ist Uder ein idealer Ort für Erstkommunion- oder Firmvorbereitung. Vielfältige Räumlichkeiten innen und außen bieten Platz und Raum für die Gruppen. Die Bildungsstätte bietet auch ein abwechslungsreiches Programm, mit dem Schwerpunkt Ferienfreizeiten für Familien, zum Beispiel:

#### Lasst uns miteinander...

Familien-Sommerfreizeit: Familien, Eltern und Kinder sind eingeladen, miteinander die Urlaubstage zu verbringen und in unserer individualisierten Welt den Wert einer guten Gemeinschaft wiederzuentdecken: Spielen, wandern, reden, singen, musizieren, kreativ sein, sportlich aktiv sein, essen, feiern und vieles mehr – was gemeinsam einfach mehr Spaß macht.  
2. - 16.8.2014  
Kosten pro Tag inkl. Übernachtung, Verpflegung und Programmnebenkosten: Erwachsene: 48,- € / Kind 7-17 Jahre: 33,60 € / Kind 3-6 Jahre: 24,00 €

#### Katholische Landvolkshochschule und Familienferienstätte Eichsfeld e.V.

Eichenweg 2, 37318 Uder/Thüringen  
Telefon 036083 . 423 11  
E-Mail: info@bfs-eichsfeld.de  
Internet www.bfs-eichsfeld.de

### JUGENDHAUS HARDEHAUSEN

Das Jugendhaus Hardehausen bei Warburg ist in der ehemaligen Klosteranlage untergebracht und bietet für Besucher- und Gastgruppen spezielle Programmbausteine an, beispielsweise eine ORA@LABORA-Führung für Kinder oder Jugendliche. Über das vielfältige Programm informieren die Internetseiten, zum Beispiel:

### AusdruXstark

Das Musik- und Theatercamp für jugendliche Musiker, Schauspieler, Sänger, Rapper, Songwriter, Texter, Dichter, Performer, Slammer ... und Menschen, die es werden und wissen wollen, ab 14 Jahren. „Wer nämlich kreativ bei der Sache ist, vergisst Zeit und Raum.“  
5. - 11.7.2014 / 29.6. - 7.7.2015  
Kosten: 100,00 €

### Jugendhaus Hardehausen, Jugendbildungs- und Begegnungsstätte des Erzbistums Paderborn

Abt-Overgaer-Str. 1, 34414 Warburg  
Telefon 05642 . 600 90  
E-Mail info@jugendhaus-hardehausen.de  
Internet www.jugendhaus-hardehausen.de

### JUGENDBURG LUDWIGSTEIN

Nur wenige Minuten von Witzenhausen entfernt thront die Burg, übrigens mit eigenem Schlossgespenst, im Werraland und ist weithin sichtbar. Pfadfindergruppen wählen das mittelalterliche Ambiente gerne für ihre Touren aus. Ansprechende Räumlichkeiten sorgen für eine schöne und abwechslungsreiche Zeit auf der Burg. Auch für Erstkommunion- und Firmgruppen gibt es auf der Burg viel zu entdecken. Die Jugendburg Ludwigstein ist Ausgangspunkt für Wanderungen, Ausflüge oder Besuche in nahe gelegene idyllische Fachwerkstädtchen.

#### Die Ludwigsteiner Burgwoche

Mit Zweiburgen-Wanderung, Schnupperkurs Zirkus, Kreativangebote.  
Termine frei wählbar.

#### Jugendburg Ludwigstein 37214 Witzenhausen

Telefon 05542 . 501 710  
E-Mail info@burgludwigstein.de  
Internet www.burgludwigstein.de



Bonifatiushaus Fulda Kloster



Kloster Bursfelde



Raum der Hoffnung



Taizékapelle



St. Joseph-Volunteer-Projekt

## BONIFATIUSHAUS FULDA

Das direkt in Fulda liegende Bonifatiushaus bietet viel Platz, auch für große Gruppen. Ein breit aufgestelltes Programm enthält für jeden Geschmack etwas: „Selbstmanagement“, Krankenpflegerkurse oder „Unser Kind geht zur Erstkommunion“. Das Programm kann im Internet eingesehen werden, zum Beispiel:

### Im Kreislauf des Lebens

Familienseminar mit Orlando Li Sanchez: „Ich rolle meinen Lebensfaden wieder auf. Schritt für Schritt ab heute. Ich versuche, die Spuren von Gottes Führung in meinem Leben zu entdecken und versuche, den Sinn zu verstehen. Wir wollen in dieser Woche den Alltag hinter uns lassen und neue Erfahrungen für Seele, Körper und Geist sammeln.“

04. - 08.8.2014

Kosten: 175,- € Einzel Erwachsene / 280,- € Ehepaare / 75,- € je Kind, ab dem 3. Kind frei

### Bonifatiushaus - Haus der Weiterbildung der Diözese Fulda

Neuenberger Str. 3-5, 36041 Fulda

Telefon 0661 . 839 80

E-Mail [info@bonifatiushaus.de](mailto:info@bonifatiushaus.de)

Internet [www.bonifatiushaus.de](http://www.bonifatiushaus.de)

## KLOSTER BURSFELDE

Suchen Sie einen Platz, um neue Kraft zu schöpfen? Dann sind Sie hier richtig: Einmalig an der Weser und im Bramwald gelegen lädt das Zentrum Kloster Bursfelde zur Wiederentdeckung geistlichen Lebens ein. Hier wird der benediktinische Geist gepflegt und findet seinen Ausdruck in einem vielfältigen Jahresprogramm, zum Beispiel:

### Oasentag

Ein Tag, an dem niemand etwas von Ihnen fordert und Sie zur Ruhe kommen. Ein Sonntag ganz für die Seele mitten im Alltag.

20. 10.2014 / 20. 4.2015

Kosten 38,- €

### Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde Klosterhof 5, 34346 Hann. Münden

OT Bursfelde,

Tel. 05544 . 1688

E-Mail [info@kloster-bursfelde.de](mailto:info@kloster-bursfelde.de)

Internet [www.kloster-bursfelde.de](http://www.kloster-bursfelde.de)

## RAUM DER HOFFNUNG

Der „Raum der Hoffnung“ ist eine Einladung an alle – gleich welcher religiösen Überzeugung sie sind. Er lädt ein, die eigene Wahrnehmung und Besinnung neu zu erfahren und belebende Perspektiven auf die großen und kleinen Fragen des Lebens und des Glaubens zu gewinnen. 300 Holzstäbe bilden und gestalten den „Raum der Hoffnung“, der vielfältige Möglichkeiten für Ruhe, Stille, Gebet, Gedanken, Musik, Meditation, Gespräche, Gesänge, Bewegungen bietet. Die Angebote im Raum der Hoffnung und eine Übersicht über die verschiedenen Nutzungsmöglichkeiten finden sich auf den angegebenen Internetseiten, zum Beispiel:

### Lieder aus Taizé

– eine Zeit des Singens und des Hörens: Jeden ersten Donnerstag im Monat, 19.30 Uhr

### Raum der Hoffnung

An der Heilig-Geist-Kirche

Brüder-Grimm-Str. 9, 34246 Vellmar

Telefon 0561 . 821 421

E-Mail [raumderhoffnung@heiliggeist-vellmar.de](mailto:raumderhoffnung@heiliggeist-vellmar.de)

Internet [www.raum-der-hoffnung.de](http://www.raum-der-hoffnung.de)

## EXERZITIENSELSORGE KASSEL

Exerzitien bieten Wege, das eigene Leben mit Gott in Verbindung zu bringen. Stille, Gebetszeiten, Begleitung und Austausch – das Spektrum reicht von „unmittelbar im Alltag“ bis „weit in die Ferne“. Die einzelnen Angebote können auf der Internetseite eingesehen werden, zum Beispiel:

### Einzelexerzitien mit Gemeinschaftselementen

Diese Exerzitien sind ausgerichtet auf den Weg der Einzelnen, der durch Erfahrung und Austausch in der Gemeinschaft unterstützt wird.

21.09.2014 - 28.09.2014 oder

28.12.2014 - 04.01.2015

Kosten: 370,- € / 390,- €

### Exerzitienseelsorge Kassel

Pfarrer Harald Fischer

Kölnische Str. 55, 34117 Kassel

Telefon 0561 . 154 70

E-Mail [harald.fischer@st-familia.kassel.de](mailto:harald.fischer@st-familia.kassel.de)

Internet [www.katholische-kirche-kassel.de/exerzitienangebote](http://www.katholische-kirche-kassel.de/exerzitienangebote)

## KATHOLISCHE FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE (FBS) KASSEL

Die FBS, gerade 50 geworden, ist offen für alle – unabhängig von Konfession, Nationalität, Lebensbedingungen oder Familienstand. Sie bietet Kurse in den Themenfeldern Gesellschaft, Leben mit Kindern, Gesundheit, Bewegung, Ernährung, Textildesign und bildnerisches Gestalten an. Ein Beispiel:

### Meditatives Malen

Beim meditativen Malen geht es nicht um ein perfektes Bild. Es bietet Zeit für freies spielerisches Experimentieren und Entdecken.

Beginn: Montag, 08.09.2014, 18.00 Uhr

Dauer: 6 Abende jeweils 90 Minuten

Gebühr: 42,00 € plus 12,00 € Materialkosten

### Katholische Familienbildungsstätte Kassel im Regionalhaus Adolph Kolping

Die Freiheit 2, 34117 Kassel

Telefon 0561 . 70 04 111

E-Mail [info@fbs-kassel.de](mailto:info@fbs-kassel.de)

Internet [www.fbs-kassel.de](http://www.fbs-kassel.de)

## SANKT FAMILIA: TAIZÉ-KAPELLE

Wer für einen Moment Stille sucht, ist hier herzlich willkommen.

### Taizé-Abendgebet

Donnerstag 14täglich um 19:15 Uhr

### Taizé-Kapelle

Sankt Familia, Kölnische Str. 55, Kassel

## ST. JOSEPH: VOLUNTEER-PROJEKT 2014

Gesucht: Junge Menschen, die Kassel mögen, keine Furcht vor sozialen Brennpunkten haben, die Katholische Kirche und biblische Texte vertreten - und Zeit haben, zum Beispiel über das lange Wochenende, das Freiwilligenprojekt St. Joseph mit weiterzuentwickeln. Arbeit und Erfahrung gibt es genug! Geboten wird Verpflegung und Unterkunft.

### Volunteer-Projekt / Pfarrer Stefan Krönung

Katholische Kirchengemeinde St. Joseph

Marburger Str. 87, 34127 Kassel

Telefon 0561 . 834 59

Internet [www.kirche-im-kasseler-norden.de/startseite/volunteer-projekt](http://www.kirche-im-kasseler-norden.de/startseite/volunteer-projekt)

## IN DEN GEMEINDEN KASSELS

Viele Gemeinden Kassels bieten eigene Auszeiten an. Genauere Informationen unter [www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrinn](http://www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrinn)

Sandra Wanisch

der Mensch kann durch sein Tun Freude gewinnen. Das ist sein Anteil. Wer könnte es ihm ermöglichen, etwas zu genießen, das erst nach ihm sein wird?

16–22: 8, 12–15 / 16: 5, 7 / 17: 3, 1; 11, 3 / 19: 2, 14; Ps 49, 13, 21 / 20: 6, 6; 12, 7; Gen 2, 7; 3, 19; Ps 103, 14; 104, 29; 146, 4; Ijob 34, 14f; Sir 17, 1; 40, 11; Weish 2, 2f / 22: 2, 10; 6, 12.

**Ausbeutung und Konkurrenzkampf:** 4, 1–6

**4** Dann wieder habe ich alles beobachtet, was unter der Sonne getan wird, um Menschen auszubeuten. Sieh, die Ausgebeuteten weinen, und niemand tröstet sie; von der Hand ihrer Ausbeuter geht Gewalt aus, und niemand tröstet sie. <sup>2</sup>Da preise ich immer wieder die Toten, die schon gestorben sind, und nicht die Lebenden, die noch leben müssen. <sup>3</sup>Glücklicher aber als beide preise ich den, der noch nicht geworden ist, der noch nicht das schlimme Tun gesehen hat, das unter der Sonne getan wird. <sup>4</sup>Denn ich beobachtete: Jede Arbeit und jedes erfolgreiche Tun bedeutet Konkurrenzkampf zwischen den Menschen. Auch das ist Windhauch und Luftgespinnst. <sup>5</sup>Der Ungebildete legt die Hände in den Schoß / und hat doch sein Fleisch zum Essen.

<sup>6</sup>Besser eine Handvoll und Ruhe, / als beide Hände voll und Arbeit und Luftgespinnst.

Unter Studierenden spielt „Leistung“ eine immer größere Rolle. Bei ihnen ist der „Leistungsdruck“ vielfach benanntes Thema. So liest man beispielsweise von erhöhter Burn-Out-Gefahr unter Studenten, von jungen Menschen, die nicht mehr in der Lage sind, mit dem Leistungsdruck umzugehen.

Es ist sogar von der Einnahme von Beruhigungs- oder Aufputzmitteln die Rede, auf die zurückgegriffen wird, um im Konkurrenzkampf um die besten Noten nicht zu scheitern. Die alte Redewendung „Wir leben nicht, um zu arbeiten, sondern wir arbeiten, um zu leben!“ scheint viele Studenten wieder vermehrt anzusprechen. In diesem Kontext stellt sich die Frage: Wie viel Leistung kann der Mensch erbringen, sodass er gleichzeitig noch glücklich ist?

## „JEDE ARBEIT [...] ZWISCHEN DEN

EINE BIBLISCHE  
AUSEINANDERSETZUNG  
MIT LEISTUNG

### WAS GLÜCK AUSMACHT

Schon zu Zeiten, in denen biblische Schriften verfasst wurden, scheint es eine Auseinandersetzung mit dieser Frage gegeben zu haben. Diese schlägt sich im alttestamentlichen Buch Kohelet (Koh) nieder, eine immer noch anregende Lektüre für die heutige Auseinandersetzung mit dem Thema Arbeit und Leistung.

### DAS BUCH KOHELET

beschäftigt sich mit der Frage danach, was Glück ausmacht und wovon ein glückliches Leben abhängt. In diesem Kontext wird auch der Aspekt der Arbeit thematisiert. Unter anderem werden Antworten auf folgende Fragen gegeben: Wann kann von sinnvoller Arbeit gesprochen werden, von Arbeit, die zum Glück beiträgt? Unter welchen Umständen verliert Arbeit ihren Sinn? Wie viel Leistung muss man erbringen, um ein glückliches Leben zu führen?

Kohelet versteht sich als genauer Beobachter aller Geschehnisse, die sich auf der Welt ereignen. Bei seinen Beobachtungen wird ihm auch offenbar, dass jegliche Arbeit Konkurrenzkampf bedeutet (Koh 4,4). Arbeit ist demnach davon geprägt, dass jeder den anderen übertreffen, besser sein und mehr haben will. Kann diese von Konkurrenz geprägte Arbeit glücklich machen?

## BEDEUTET KONKURRENZKAMPF MENSCHEN“ (KOHELET 4,4)

### IMMER MEHR IMMER BESSER

Kohelet selbst hat zuvor ein Gedankenexperiment durchgeführt, in dem er sich in die Lage eines Königs hineinversetzte und sich als ein solcher alles leisten konnte. Er häufte sich demgemäß immer mehr Güter an, die seiner Meinung nach dem Menschen Glück verschaffen müssten. So hatte er nicht nur eine große Palastanlage, sondern verfügte auch über Frauen, Wein, Silber und Gold. Auch er war also von einem „immer mehr“ und „immer besser“ angetrieben. Auch hier ging es darum, sich alles leisten zu können, was man sich wünscht. Das Ergebnis dieses Experiments war jedoch nicht ein glückliches Leben und Zufriedenheit, sondern – im Gegenteil – Verzweiflung und Frust. Wenn man Glück darin sieht, immer mehr als andere zu haben, jeden zu übertreffen, dann geht damit auch einher, dass man dauerhaft dazugewinnen muss. Man müht sich damit ab, immer mehr anzusammeln und steht damit auch unter einem Leistungsdruck. Hier stellt sich zurecht die Frage: Wann kommt man dazu, das Erworbene zu nutzen, es zu genießen? Ist man nicht vielmehr damit beschäftigt, es anzuhäufen, als es zu genießen?

Kohelet verzweifelt regelrecht am Ende des Experiments, sodass deutlich wird: Ein Leben, das sich auf das Haben konzentriert – und damit auch die Arbeit, die vom Konkurrenzdenken und dem Neid auf andere geprägt ist – führt nicht zum Erfahren von Glück, sondern zur Verzweiflung.

### DIE SEELE GUTES SEHEN LASSEN

Wann kann man aber von sinnvoller Arbeit sprechen? Wann kann Arbeit zu einem glücklichen Leben beitragen? Auch hierauf

gibt Kohelet Antwort. Nach seiner negativen Beobachtung, dass jegliche Arbeit Konkurrenzkampf bedeutet, betont er auch: Nicht zu arbeiten ist keine Alternative. Der Faule vernichtet sich selbst, indem er sein eigenes Fleisch verzehrt. Diese Stelle im Buch Kohelet (4,5) lässt sich nicht nur mit „... und hat doch sein Fleisch zu essen“ übersetzen, sondern auch mit „... verzehrt sein eigenes Fleisch“. So wie ein zu großer Arbeitseifer schlecht ist, ist auch die Faulheit negativ zu betrachten. Nur ein Mittelweg im Umgang mit der Arbeit kann also zu einem glücklichen Leben führen.

Glücklich kann man nach Kohelet sein, wenn man isst und trinkt und bei all der Arbeit „seine Seele Gutes sehen lässt“ (Koh 2,24). Er plädiert – auch in Bezug auf die Arbeit und das damit verbundene Erbringen von Leistung – für eine Veränderung der Haltung des Menschen. Es handelt sich um eine Haltung der Freude und des Genusses, die unter anderem voraussetzt, dass man sich nicht vom Konkurrenzgedanken getrieben einem Leistungsdruck hingibt, sondern einen Weg der Mitte findet. So kommt Kohelet zu einer Erkenntnis, die auch heute noch Gehör findet: „Besser eine Handvoll und Ruhe, als beide Hände voll und Arbeit und Luftgespinnst.“ (Koh 4,6)

Natalia Kowalski

Die Autorin ist Studentin der Katholischen Theologie, Germanistik und Philosophie auf Gymnasiallehreramt. In ihrer Abschlussarbeit beschäftigte sie sich mit der Rezeption des Buches Kohelet im Religionsunterricht der Oberstufe.



## CHILLEN

### EINE VERSCHWENDUNG UNSERES POTENZIALS ?

Überall im Kontakt mit den jüngeren Generationen im privaten wie im öffentlichen Raum begegnet uns der Begriff „Chillen“. Einige von Euch Leserinnen und Lesern kennen diesen Begriff garantiert.

Aber es gibt bestimmt viele, die darüber stolpern und nicht wirklich wissen, was damit gemeint ist. Wir wurden mit der Frage konfrontiert, inwieweit das sogenannte Chillen mit Leistung und Leistungsverweigerung in Beziehung steht. Das kann man natürlich nicht ohne eine Beleuchtung des Begriffes „Chillen“ beantworten.

Fest steht, dass „Chillen“ als Beschreibung eines Zustandes der Entspannung und der damit einhergehenden positiven Gefühle erklärbar ist. Natürlich sind Gefühle sehr individuell und verschieden, also hängt die

Bedeutung des Wortes stark vom Alter, der sozialen Umgebung und von der Haltung des Verwenders ab. Nun stellt sich die Frage, ob denn das „Chillen“ prinzipiell der Ausdruck einer völlig ruinösen Entspannungsform ist oder ob es gar eine produktive Ader enthält? Vielleicht sollte man einfach vertiefen, was tagtäglich Ausdruck eines Zustandes vieler unterschiedlicher Menschen ist.

#### EIN WORT MIT VIEL BEDEUTUNG

Bei der Befragung einiger Personen kamen uns verschiedene Interpretationen und Deutungen entgegen. Viele Menschen und viele Gefühle verwischen eine klare Auffassung des Begriffes. Ein Wort mit viel Bedeutung eben.

„Ein Film ist doch ganz entspannt, oder eben chillig“, sagen viele. Und ein untätiger Aufenthalt im Park trifft nur bei einem Teil

auf Zuspruch, da in den jüngeren Generationen die digitalen Medien von Anfang an eine wichtige Rolle für die Freizeit zu spielen scheinen. Ein Schüler der 9. Klasse versteht das Chillen auch eher als medien- und kommunikationsbasierten Zeitvertreib: „Ja, zocken ist doch geil. Oder mit Freunden was machen.“ Auch eine Schülerin der 12. Klasse ist der medialen Unterhaltung im Bezug auf Entspannung verbunden. „Ja, Filme schauen oder Musik hören ist doch chillig. Manchmal lese ich auch ein Buch.“

#### MEDIEN, DROGEN, NATUR, KREATIVITÄT

Es gibt aber auch Jugendliche mit ganz anderem Empfinden, wenn es um etwas Chilliges geht. Ein Oberstufenschüler, der dem Anschein nach sehr dem Chillen zugeeignet ist, hat uns berichtet, was er mit dem Wort wirklich verbindet: „Joa, in meinen Augen ist Chillen etwas Entspanntes, wie zum Beispiel der Cannabiskonsum. Da kann man mit Freunden philosophieren oder einfach nur hängen.“ Auf die Frage, ob er das Chillen für eine Art Leistungsverweigerung hält: „Ja. – wenn ich was für die Schule machen muss, gibt es Tage, an denen ich einfach lieber chillen. Da hat man dann natürlich nichts gemacht, ne. Aber es kann natürlich auch helfen, wenn ich zum Beispiel später was zu tun hab‘. Dann bin ich ausgeruht.“ Wie man sieht, wird der Drogenkonsum in manchen Kreisen auch als ein Chillfaktor gewertet, da für einige Menschen die Entspannung auf diese Weise erleichtert wird und es teils auch die Kreativität fördert. Wir möchten an dieser Stelle aber klarstellen, dass die Antworten nicht repräsentativ für die Jugend im Allgemeinen sind. Der Hang nach einer Auszeit in Natur und Freiraum ist ebenfalls vorhanden. Es werden auch kreative Betätigungen als „chillig“ empfunden, da dort die Beschäftigung mit eigenen Ideen im Vordergrund steht und viele Spaß dabei

haben. Tatsächlich kommen in der Entspannungsphase mitunter Ideen mit produktivem Potenzial zustande, die Umsetzung dieser erfolgt jedoch meist zu einem späteren Zeitpunkt. Auch das Zusammensein mit anderen Jugendlichen in einer angenehmen Atmosphäre, in der „sturmfreien Bude“ oder im Sommer auch gerne draußen in den Parks, wird für einen wichtigen Bestandteil des sogenannten Chillens gehalten.

#### NICHT NUR DIE JUGEND

Man kann das Chillen natürlich als ein Jugendphänomen bezeichnen, doch entscheidend ist, dass sich nur die Bezeichnung und die äußere Form verändert hat. Denn bei vielen Menschen, auch im höheren Alter, gibt es das Bedürfnis nach Entspannung. Ein Lehrer der Oberstufe brachte auf unsere Fragen einige Meinungen zum Ausdruck, die den Altersunterschied und damit das andere Gefühl für das Chillen verdeutlichen: „Unter dem Begriff Chillen verstehe ich, dass man sich ausruht, sich mit einem Hobby beschäftigt, vielleicht sich aber auch mit gar nichts beschäftigt. Sondern einfach nur die Seele baumeln lässt.“ In Beschäftigungen, die sich digitaler Medien bedienen, scheint er kein Entspannungspotenzial zu sehen. „Ein Film fordert zu viel Aufmerksamkeit“, empfindet er. Ruhe findet sich seiner Meinung nach da, wo wenig ist und Freiraum frischen Wind in den Alltag bringt.

#### DAS CHILL-MASS

Wie das so oft ist, spielt das Maß der Dinge wieder eine wichtige Rolle, da ein kompletter Verzicht auf Chillen als temporäre Leistungsverweigerung in unseren Augen die Produktivität genauso wenig wie die eigene Zufriedenheit fördert. **Peace.**

Jakob Schwanssee (17) und Marius Stuka (18)

Die Autoren sind Schüler des Wilhelmsgymnasiums und der Paul-Julius-von Reuter Schule in Kassel.



## EINE GANZ ANDERE LOGIK

GEMEINSCHAFT DER LIEBE IM VERBORGENEN –  
MONASTISCHES LEBEN AM FUSS DES MEISSNERS

„Was werden Sie wohl über uns schreiben auf vier Seiten?“ fragen die Schwestern mit einem verschmitzten Funkeln in den Augen:

„Große Stille -  
große Stille -  
große  
Stille  
?“

Die Hauptsprache der zwölf Frauen, die zurückgezogen von der Welt – in einer radikal anderen Lebensform als die der Welt – im Kloster Marienheide bei Waldkappel leben, ist das Schweigen. Wie ist das zu übersetzen? Was ist dazu zu sagen?

Als ich mich das erste Mal am Anfang der Fastenzeit auf den Weg zum Kloster mache, führt mich das Navigationsgerät durch den entlegenen Ort Reichenbach über Hügel und Felder in den Wald – Ende der befahrbaren Straßen. Ich steige aus, finde Wegweiser, laufe durch Laubwald mit dem ersten Grün, Vogelgesang, eine Anhöhe mit einem schlichten hohen Kreuz – von dort öffnet sich der Blick auf ein kleines Tal, unten das Fachwerkgehöft Gut Wollstein mit Kapelle und Stallungen – die Glocke läutet zur Vesper.

Später wird mir die Priorin der kontemplativen Gemeinschaft erzählen, dass auch ihr der Atem stockte, als sie im Jahr 1999 zum ersten Mal von dieser Stelle aus auf den verlassenen Gutshof in dem sehr stillen Tal blickte. Acht Jahre lang war sie schon auf der Suche nach einem geeigneten Ort für eine Neugründung in Deutschland und an dieser Stelle spürte sie, dass hier der richtige Ort für das Vorhaben war.

Die Tür zur Kirche ist geöffnet, kleine Schilder führen Gäste auf die Empore. Das Abendlicht durchdringt den hohen Raum der Kirche. Unten auf dem Altar und vor den Ikonen sind Kerzen entzündet, die Schwestern in weißen Ordensgewändern kauern verhüllt im Chorgestühl, kein Geräusch, nur ein Rascheln von Stoffen, Atem, die Präsenz und die Wärme von Menschen im Raum. Dann erklingt der Gesang.

Mit dem abendlichen Gebet, der Vesper, beginnt der liturgische Tag. Die Stundengebete – Vigil, Matutin und Laudes, Terz, Sext, Non, Vesper und Komplet – werden in Klöstern auf der ganzen Welt gebetet und gesungen. „Jeden Tag werden die Psalmen rezitiert und es wird den kraftvollen biblischen Geschichten gelauscht, die frei dahinfließen und einen überschwemmen.“

Die Schwestern singen einige Gesänge mehrstimmig und mehrsprachig. Die Nähe zur orientalischen Liturgie ist hörbar, sichtbar und spürbar: Gesang und Weihrauch umhüllen die Anwesenden. Die Schwestern beten mit dem ganzen Körper: sie stehen, knien, legen sich auf den Boden, verbeugen sich nach orthodoxem Brauch tief vor den Ikonen, Metanoia genannt – Gebetsgebärden der Hingabe.

*„Xenitheia – das Fremdsein in der Welt – Wer das innere Mönchtum lebt, wohnt in dieser Welt wie ein Fremder - in der Erwartung der zukünftigen.“*

*„Metanoia – ein neues Denken bekommen – die persönliche Hinwendung zu Gott – das Herz des Menschen wird zum Schmelztiegel ununterbrochener Veränderung...“*

„Du bist nach Bethlehem gekommen, um hier eine Zeitlang zu leben.

In dieser Wüste will dir Gott selbst begegnen. Er ist es, der dich empfängt. Denn in der Einsamkeit deiner Zelle lebt er selbst.“

## EINLADUNG ZUM GASTMAHL DER LIEBE

Die Ikonen im Kirchenraum laden auch den Blick ein, still zu werden und auf ihnen zu verweilen. Zentral in der Mitte über dem Altarraum im Kreis um einen Tisch die drei Engel beim Gastmahl, die Ikone der Heiligen Dreifaltigkeit von Andrej Rublev.

Diese Darstellung ist in jedem der weltweit 33 Klöster der Monastischen Familie von Bethlehem zu finden und entfaltet für die betrachtenden Augen eine geheimnisvolle Einladung. Als in den sechziger Jahren die Spiritualität der Ostkirchen für die kontemplative Gemeinschaft, die sich 1951 in Frankreich gegründet hatte, wichtiger Impulsgeber wurde, war ein Vortrag des russisch-orthodoxen Theologen Paul Evdokimov wegweisend: Er erläuterte, dass der vierte leere Platz am Tisch sich „zu uns hin öffnet, uns einlädt, einzutreten in den heiligen Raum und teilzuhaben am Gastmahl der Liebe“.

*„Hesychia – Stille, Gelassenheit, Frieden. Die russischen Mystiker nennen das Gebet ein Hinabsteigen des Geistes in das Herz und dort ein Verweilen in der Gegenwart Gottes.“*

*„Nepsis – die Wachsamkeit des Herzens. Dieses Wachsein bedeutet, jeden Tag für das Licht und die Liebe Gottes offen zu sein.“*

## BLICK IN DIE WEITE – BLICK NACH INNEN

„Die Sehnsucht nach Einheit lag in der Luft“, so beschreiben die Schwestern die Zeit um das Zweite Vatikanische Konzil, als ein ökumenischer Geist wehte – eine Aufbruchzeit.

Über den ökumenischen Rat in Genf entstand Kontakt mit dem Patriarchen Athenagoras, wodurch Bethlehem-Schwester in griechisch-orthodoxen Klöstern mitleben und ein sehr ursprüngliches Mönchtum kennenlernen konnten. In der Orthodoxie ist das Erbe der Wüstenväter und Wüstenmütter durch die Zeiten bewahrt worden: das Erbe von Frauen und Männern, die sich in die Einsamkeit der orientalischen Wüsten des 4. Jahrhunderts zurückzogen, weil sie Sehnsucht nach Gott hatten. Ihre Erfahrungen wurden überliefert, Erfahrungen mit dem immerwährenden Gebet des Herzens, dem Umgang mit den inneren Dämonen und dem Erlangen der Fähigkeit, mit den Augen des Herzens das Sichtbare zu durchdringen und das Unsichtbare zu schauen.

*„Mönch kommt von monachus: der in die Einsamkeit geht. Monialen nennen sich die weiblichen Mitglieder des Ordensfamilie von Bethlehem.“*

## „BLEIB IN DEINER ZELLE UND SIE WIRD DICH ALLES LEHREN“

Am Ende der Vesper läutet eine Schwester die Abendglocke – eine liturgische Handlung, jeder Handgriff in großer Achtsamkeit. Nun wird sich jede Moniale in ihre Zelle zurückziehen. Sie tun es Jesus und Gottsuchenden aller Zeiten nach, für die die Nacht die bevorzugte Zeit der Begegnung mit Gott war und ist. Bis zur Mitte des nächsten Tages bleiben sie in der Verborgenheit, beten, legen sich zur Ruhe, meditieren, widmen sich dem Studium und nehmen ihre Mahlzeiten ein. Jede Moniale bespricht mit der Priorin, wie sie die Zeit der Einsamkeit verbringt. „In der Einsamkeit brauchst du einen guten Plan und diese Verbindlichkeit ist eine große Hilfe, das Leben zu vereinfachen.“, erklären sie.

*„Die Zelle ist jener abgeschiedene Ort, an dem du mehr als anderswo ganz bewußt vor dem Angesicht Gottes lebst. Hier machst du die Erfahrung, dass du dir seine Liebe nicht verdienen kannst. Die Zelle ist ein Kampfplatz, ein Ort der Reinigung. Wenn du in der Zelle ausharrst, wird dich der Geist von der Oberflächlichkeit und dem äußeren Lärm weg in das Schweigen deines inneren Herzens führen. Die Zelle ist der Ort einer Reise ohne Ende.“*

Die Nacht legt sich über das Tal. In einigen Fenstern brennt noch Licht, in anderen wird es am nächsten Morgen um halb vier gehen.

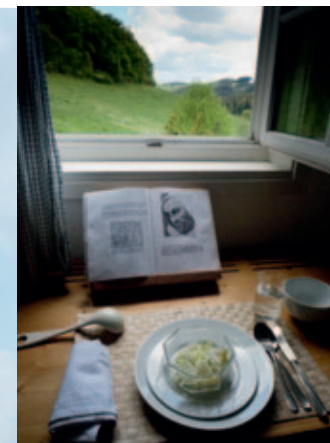
## RÜCKZUG, LOSLÖSUNG UND GEMEINSCHAFT

Das Leben der Kommunität ist geprägt von einer Verbindung zwischen Leben in der Einsamkeit und Gemeinschaft. Das äußert sich sowohl im Tages- und Wochenrhythmus, der den Sonntag für gemeinsames Mahlhalten und Wandern vorsieht, als auch in der Anlage der Einsiedler-Gemeinschaften. Ein Kloster von Bethlehem umfasst neben der Kirche und den Bereich der Eremitagen mit Wohn- und Arbeitsräumen auch die Bereiche für Gemeinschaftsaufgaben und den Empfang von Gästen.

Die Zeit am Nachmittag ist der Arbeit gewidmet. Auf dem Gut Wollstein wird gebaut. Im ehemaligen Schafstall entstehen 10 Zellen, jeweils mit Oratorium, Werkstatt und kleinem Garten. Wie kommen Menschen dazu, sich für so eine Lebensform zu entscheiden? „Ich hatte große Sehnsucht“, sagt mir eine junge Schwester. Eine andere wunderte sich als Kind über Mönche in ihrer Stadt „Entweder die sind verrückt oder sie haben Recht.“, dachte sie. „Und wenn sie Recht haben, will ich auch so leben – eben für Gott.“

Birgitta Schwansee | Text und Fotografien  
Ich danke den Schwestern sehr für die freundliche Aufnahme, die Gespräche und die Zusammenarbeit.

Zitate: „Brot aus der Wüste“ Schriften der Ordensfamilie von Bethlehem und (S.29) Kathleen Norris, „Als mich die Stille rief“





## BARMHERZIGKEIT

LEISTUNG IN EINEM CHRISTLICHEN KRANKENHAUS

Leistung im Krankenhaus ist – betriebswirtschaftlich gesprochen – die bewertete Verrichtung einer Arbeit, für die Personal und Sachmittel eingesetzt werden. Für diese Leistung fließt im Gegenzug Geld. So gesehen ist Leistung Teil eines Tauschgeschäftes. Patienten sind Anlass und „Gegenstand“ des Tauschgeschäftes. Gebäude, Geräte, Lebens- und Sachmittel und auch das Personal werden zu Kostenfaktoren.

### EINER SPUR NACHGEHEN

Diese (zugegebenermaßen bewusst reduzierte) Aussage bildet zwar die modernen wirtschaftlichen Zusammenhänge ab. Sie entspricht aber nicht dem innersten Sinn und der Identität eines christlichen Krankenhauses.

Es hilft, auf die Wortgeschichte des Begriffes Leistung zu schauen. Denn „leisten“ hieß zunächst: einer Spur nachgehen, nachfolgen. Und genau das hat christliche Armen- und Krankenpflege von Anfang an getan. Sie hat sich in die Nachfolge Christi gestellt und sie hat die Begegnung mit Christus im Kranken gesucht. „Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan“ (Matthäus 25,40).

Im Mittelalter bekam das Wort „Leisten“ in Verbindung mit „Gefolgschaft“ eine neue zugespitzte Bedeutung. Im Lehnswesen wurden Lehen vergeben, für die der Vasall Dienste leisten musste (ein Tauschgeschäft sozusagen). Gleichzeitig aber wurde der

Vergabeakt mit einer symbolischen Handlung verknüpft: dem Handgang. Der Vasall legte seine Hände in die des Lehns Herrn. Beide versprachen sich wechselseitige Treue.

### GELINGENDE BEZIEHUNG

Tatsächlich vertrauen sich Patienten unserem Krankenhaus und den Menschen, die in ihm arbeiten, an. Wenn auch der Patient der Bedürftige ist, sich also in unsere Hände begibt, so sind doch Ärzte und Pflegekräfte auf die Mitarbeit des Patienten, auf sein Befolgen der ärztlichen und pflegerischen Therapiewege angewiesen.

Damit geht es im innersten Kern eines christlichen Krankenhauses um gelingende Beziehung. Der Krankenhausaufenthalt stiftet eine Beziehung zwischen Patienten und Mitarbeitern aller Ebenen, ob Reinigungskraft, Krankenpfleger oder (Chef-)arzt. Sei der Aufenthalt noch so kurz: Für unsere Patienten stellt er immer einen Umsturz der gewohnten Ordnung und wenigstens eine teilweise Aufhebung der autonomen Gestaltung ihres Alltags dar: Umso mehr wollen wir neue Orientierung und größtmögliche Selbstbestimmung für die

Patienten schaffen. Deshalb darf die fürsorgliche Haltung sich nicht allein im Herabbeugen auf einen Kranken im Bett darstellen. Wir wollen die Menschen aufrichten, soweit und sobald es möglich ist, damit wir uns auf Augenhöhe begegnen können.

Dauerhaftere Beziehungen entstehen im Krankenhaus zwischen den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen selbst. Unsere Mitarbeiter nennen die Atmosphäre unseres Hauses oft „familiär“. Das ist ein Ausdruck der inneren Verbundenheit. Und wie in fast jeder Familie wird gemeinsam gelacht, geweint, gestritten und versöhnt.

### LEISTUNG FÜR GELD

Die Leitung eines christlichen Krankenhauses muss den Rahmen für das Gelingen all dieser verschiedenen Beziehungen schaffen und organisieren. Das hatte schon der heilige Vinzenz von Paul (der Patron unseres Trägers, der Barmherzigen Schwestern von Heiligen Vinzenz von Paul in Hildesheim) im 17. Jahrhundert im Blick. Er sorgte für Bildung (insbesondere bei den Priestern), er entsandte geeignete Personen in entfernte Regionen, um dort für die Armen- und Krankenpflege zu sorgen, und er schuf Gemeinsamkeit durch regen Briefkontakt

und regelmäßige Konferenzen. Was Vinzenz von Paul dabei immer bewusst blieb: Ohne Geld geht es nicht. Und er war kreativ und listig im Gewinnen von Mäzenen, Spendern und ehrenamtlich Mitarbeitenden. Damit bewegen wir uns im heute gängigen Bedeutungsfeld von „Leistung“: Wir benötigen Geld und angemessene Vergütung, um Arbeitsergebnisse im Sinne unseres innersten Auftrages, der Nachfolge Christi, im Rahmen eines Krankenhauses gerecht werden zu können.

### GELASSENHEIT

Den Anspruch an unsere Leistungen dürfen wir als Christen nicht als Anlass für Selbstaufopferung oder gar Selbstaufgabe missverstehen. Vielmehr dürfen wir als Erlöste gelassen dem dreifachen Liebesgebot der Gottes- und Nächsten-, aber eben auch der Selbstliebe folgen und daraus Kraft schöpfen für den anstrengenden Dienst.

Marieluise Labrie

Krankenhausdirektorin im Elisabeth-Krankenhaus

Bilder Ausstellung [com/PASSION](http://com/PASSION), Lichtkunst in Sankt Elisabeth, 2007 – Rauminstallation mit Aufnahmen von G. Schumacher und K. Veldhues aus dem Elisabeth-Krankenhaus





## DEM TAG MEHR LEBEN GEBEN

LEBENSBEGLEITUNG BIS ZUM TOD: DIE PALLIATIVSTATION IM ROTEN KREUZ KRANKENHAUS, KASSEL

*„Nicht dem Leben mehr Tage hinzufügen, sondern den Tagen mehr Leben geben.“ Cicely Saunders*

„Die Belgier sind schon zwei Schritte weiter...!“ So kommentierte die Moderatorin des TV-Morgenmagazins das in unserem Nachbarland Belgien Anfang März verabschiedete Gesetz zur „Aktiven Sterbehilfe“, das auch für Kinder gelten soll. Wohin weiter? Wovon entfernt man sich?

Die neu eingerichtete Palliativstation 4 D des Rotes Kreuz Krankenhauses Kassel (RKH) wurde vor zwei Jahren als zusätzliche Etage auf die historischen Mauern dieses alten, von Sophie Henschel 1908 gegründeten Kasseler Krankenhauses gesetzt. Dadurch findet die Grundhaltung der Palliativstation 4 D auch architektonisch ihren Ausdruck: dem Menschen bis zu seinem Tode den höchsten Respekt und die größtmögliche Achtsamkeit entgegenzubringen. Diese Grundhaltung zieht sich wie ein roter Faden auch durch das Gespräch mit Dirk Bodo Eggebrecht, dem Psychologen der Station 4D. Eggebrecht hat viele Jahre im Bereich Palliativmedizin der Universitätsklinik Göttingen gearbeitet, wo er bereits 1990 im Rahmen eines Pilotprojektes die Einrichtung einer der ersten Palliativstationen der Bundesrepublik maßgeblich mit plante. Im Januar 2012 kam er an das Rote Kreuz Krankenhaus Kassel.

**[ mittendrin ]** *Ist es möglich, für sterbende Menschen da zu sein, ohne sich selbst zu verändern?*

**Eggebrecht:** Aus meiner Sicht wird das nicht gehen, zu sehr arbeiten wir an den Grenzen des Lebens. Die eigenen Einstellungen und Wichtigkeiten im Leben können sich verschieben. Der enorme Wert liebevoller menschlicher Beziehungen, eine positive Grundhaltung zum Leben und Demut tragen mich bei meiner Arbeit. Das ist eine mir schon lang vertraute Grundhaltung.

**[ mittendrin ]** *Was tun Sie für oder mit Ihren Patienten?*

**Eggebrecht:** Wir nehmen die Menschen mit Ihren Vorstellungen, Ängsten und Wünschen so an, wie sie sind. Vorrangig ist es, den Patienten das Gefühl des Sich-getragen-Fühlens zu geben und die Ziele der Palliativmedizin, nämlich die bestmögliche Behandlung von Schmerzen sowie anderen belastenden Symptomen (z.B. Luftnot, Angst, Depression) umzusetzen. So können wir helfen, die eigene Lebensqualität zu verbessern und zu stabilisieren und Geborgenheit vermitteln.

Auch geht es darum, letzte Wünsche zu erfüllen. Für Außenstehende sind dies vielleicht ganz profane Wünsche, zum Beispiel nach bestimmten Gerüchen oder Geschmackserlebnissen, Begegnungen mit der Natur, Berührungen mit Luft, den

Sonnenschein zu spüren und dergleichen mehr. Wir bemühen uns, diese Wünsche aber auch noch vieles mehr zu erfüllen. Materielle Dinge treten bei den allermeisten Menschen in den Hintergrund. Wir akzeptieren auch, wenn Patienten Verantwortung abgeben und die Augen vor dem, was kommt, verschließen.

Eine besondere Herausforderung ist das Vermitteln von Versöhnungsgesprächen mit den Angehörigen. Ich erinnere mich, dass eine 49-jährige Tochter ihre 90-jährige Mutter oft besuchte, sie liebevoll pflegte und begleitete. Hin und wieder tauchte auch der Sohn dieser Frau auf. Seine Besuche waren immer nur kurz und insgesamt machte er auf uns einen sehr verschlossenen Eindruck. In der Sterbephase wollte die recht aufgelöste Tochter ihrer Mutter noch eine für sie sehr wichtige Lebensfrage stellen. Diese Frage betraf das von der Tochter als sehr asymmetrisch wahrgenommenes Verhältnis der Mutter zu ihren beiden Kindern. Allein konnte die Tochter dieses Gespräch nicht führen. Ich konnte die Tochter dadurch unterstützen, dass ich vermittelnd in das Thema einführte.

Nach diesem Gespräch verstand die Tochter die Lebens- und Wahrnehmungssituation ihrer Mutter. Die noch verbleibenden sieben Lebenstage konnten die beiden liebevoll und mit hohem Respekt füreinander erleben.

*„Palliativmedizin sieht im Sterben einen normalen Vorgang des Lebens, wobei sie das Leben bejaht und sich gegen lebensverkürzende Maßnahmen stellt.“*

Dirk Bodo Eggebrecht

**[ mittendrin ]** *Die Station ist geschmackvoll gestaltet und eingerichtet. Sie wirkt ansprechend, hell und warm. Wie reagieren die Patienten darauf?*

**Eggebrecht:** Jedes Zimmer erhält seinen eigenen Charakter durch den Mensch, der es bewohnt. Das heißt: Das Pflegepersonal nimmt – soweit dies möglich ist – individuelle Impulse und Wünsche auf bzw. integriert in die Zimmer persönliche Gegenstände, die die Angehörigen von zu Hause mitbringen. Auf diese Weise wird der Raum individuell gestaltet. Alle sind hier Erste-Klasse-Patienten. Die Aussage eines Patienten in diesem Zusammenhang erschreckte mich dennoch: „Muss ich erst so krank werden, dass ich das hier erleben darf!“ Auch sind die Räume so gestaltet, dass die Angehörigen mit im Zimmer übernachten können („Rooming in“).

**[ mittendrin ]** *Verbringen alle aufgenommenen Patienten ihre letzte Lebensphase hier?*

**Eggebrecht:** Nein, das ist auch so nicht gedacht. Nach erfolgter palliativer- und multiprofessioneller Behandlung im Rahmen einer erfolgten Krisenintervention können ca. 60 % aller Patienten wieder entlassen werden. Für einen Teil bedeutet dies, dass sie in ihre Familien mit Unterstützung ambulanter Pflegedienste und dem SAPV (Spezial Ambulante Palliativ Versorgung) zurückkehren können. Andere wiederum können in einem Hospiz oder



„Von allen Meditationen ist die über den Tod die höchste.“

Buddha

einem Pflegeheim weiter palliativ versorgt und begleitet werden.

**[ mittendrin ]** *Und was ist mit den Menschen, die hier auf der Station sterben?*

**Eggebrecht:** Es wird alles getan, damit die Tage mit dem gefüllt werden, was der Patient als Sinn gebend betrachtet. Das heißt: Wir sorgen für gute Pflege, optimale Symptomkontrolle, Schmerzfreiheit, Ruhe, menschliche Nähe, spirituelle Gespräche. Auch schaffen wir Raum für religiöse Handlungen, beispielsweise Beichte, letzte Ölung und dergleichen mehr. Je nach Bedürfnislage ermöglichen wir Sterbenden noch einmal Natur, Sonnenschein, Gerüche, Wind und vieles mehr zu erleben.

*Vor meinem eigenen Tod ist mir nicht bang, nur vor dem Tode derer, die mir nah sind. Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind? [...]*

*Bedenkt: Den eignen Tod, den stirbt man nur; doch mit dem Tod der anderen muss man leben.*

Masha Kalëko, (deutsch – jüdische Lyrikerin 1907 – 1975)

Oft wird auch darüber gesprochen, wie die Beisetzung gestaltet werden soll: Welche Texte sollen verlesen und welche Handlungen vollzogen werden? Eine junge sterbende Mutter etwa wünschte sich, dass sie in ihrem roten Sommerkleid aufgebahrt wird. Der Ehemann wusch seine tote Frau und die Tochter schminkte ihre Mutter. Die nächsten Angehörigen nahmen sich die Zeit, die sie

für den Abschied von der Toten brauchten. Dies ist ein sehr wichtiger Prozess für die Angehörigen, um den Tod zu begreifen und zu akzeptieren: vom Lebenden zum Leidenden, zum Sterbenden, zum Toten, zur Leiche, zum Leichnam. Ja, so ist der Weg! Im Rahmen der palliativen Abschiedskultur wird ein frei gewordener Platz nur im äußersten Notfall zeitnah wieder belegt.

**[ mittendrin ]** *Stichwort: Aktive Sterbehilfe auch für Kinder. Was sagen Sie dazu?*

**Eggebrecht:** Unheilbar schwerstkranke Kinder haben ganz andere Bedürfnisse, Wünsche und Vorstellungen als Erwachsene. Häufig spielt die Linderung von Übelkeit, Antriebslosigkeit, Luftnot aber auch Schmerzen oder Schwindel eine herausragende Rolle, wobei die meisten dieser Kinder nicht an onkologischen Erkrankungen leiden. Mit anderen Kindern zusammen sein, mit den Geschwistern spielen und zu Hause wieder bei der Familie in der gewohnten häuslichen Umgebung zusammen bleiben – das sind die grundlegenden Bedürfnisse von todkranken Kindern.

Die Familien, die Eltern brauchen in dieser Zeit der häuslichen Versorgung die Sicherheit von verlässlichen und verfügbaren ambulanten Palliativdiensten rund um die Uhr. In Belgien gibt es bisher keine ausreichende Kinderpalliativmedizin, die den Behandlungs- und Betreuungsbedürfnissen betroffener Kinder und Jugendlicher gerecht wird. Dort müssen umfangreiche Gutachten von verschiedenen Ärzten erstellt werden, bevor es zur aktiven

Sterbehilfe kommen kann. Dies sieht der Gesetzgeber so vor.

**[ mittendrin ]** *Wünschen Sie sich diese Möglichkeit auch für Deutschland?*

**Eggebrecht:** Nein.

**[ mittendrin ]** *Welche besonderen Herausforderungen im Rahmen der Palliativmedizin sehen Sie?*

**Eggebrecht:** Eine der zentralen Aufgaben bei der Betreuung unserer Patienten ist, neben der medizinischen Behandlung und der palliativen Pflege, das Begleiten der Angehörigen. Besonders tragisch ist es, wenn eine Mutter stirbt und die sozialen und familiären Versorgungsbedingungen für die Kinder unzureichend geklärt sind. In solchen Fällen müssen die sozialen Netzwerke für die Kinder frühzeitiger und enger geknüpft werden. Für die sterbende Mutter ist die letzte Lebenszeit eine extreme Phase. Die Klärung dieser Fragen ist enorm wichtig,

um in Frieden sterben zu können.

**[ mittendrin ]** *Haben Sie einen Wunsch?*

**Eggebrecht:** Ja. Für viele unheilbar kranke Menschen ist es sehr wichtig, dass sie das, was in ihrem Alltag wichtig ist, genießen können. Oder sie wünschen sich kleine Hilfen bei Einkäufen und sonstigen Wegen. Ich wünschte mir, dass sich hilfsbereite und achtsame Menschen finden, die gerne ehrenamtlich tätig sind und sich den Bedürfnissen dieser Menschen annehmen.

**[ mittendrin ]** *Wir wünschen Ihnen und dem gesamten Team Kraft und Leichtigkeit bei Ihrer segensreichen Arbeit.*

Text und Fotografien Petra Volke-Scheili

Wer Interesse an ehrenamtlicher Arbeit in diesem Bereich hat, findet dazu Informationen auf [www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrin](http://www.katholische-kirche-kassel.de/mittendrin).

	DEFINITION	BEISPIEL	GESETZLICHE REGELUNG IN DEUTSCHLAND
Aktive Sterbehilfe	Absichtliche und aktive Herbeiführung des Todes	Verabreichung von Giftmedikamenten, Giftspritzen	verboten
Assistierter Suizid	Beihilfe	Beschaffen von todbringenden Mitteln (Medikamente) Einnahme erfolgt eigenständig. Arzt darf nicht anwesend sein.	straflos Für Ärzte laut Musterberufsordnung untersagt
Indirekte (aktive) Sterbehilfe	Linderung durch Schmerzmittel, bei der eine Lebensverkürzung in Kauf genommen wird.	Der schmerzhafteste Zustand ist unerträglich qualvoll und kann nur durch starke Medikamente gelindert werden.	straflos
Passive Sterbehilfe/ Sterben lassen	Verzicht auf lebensverlängernden Maßnahmen	Keine Ernährungssonde, keine Infusionen.	straflos bei entsprechendem Patientenwillen

# GUTEN MORGEN BIO



WILHELMSHÖHER TOR  
BIOHOTEL KASSEL

WWW.WILHELMSHOEHERTOR.DE

KLEMM BREMEN.DE



**Wir sind immer  
für Sie da!**

- Gebäudereinigung
- Gebäudeservice
- Grundstücksservice

**RICHTER Gebäudedienste**  
Werner-Bosch-Straße 3  
34266 Niestetal

Tel. 0561 95233 -0  
Fax 0561 9523325  
info@richter-kassel.de



www.richter-kassel.de

© BINDISIGN



*Der Würde verpflichtet –  
dem Leben zugewandt.*

Als führendes Bestattungshaus in Kassel ist es immer das Ziel unserer Bemühungen, Trauernden zur Seite zu stehen und den letzten Weg des Verstorbenen würdig und angemessen zu gestalten.

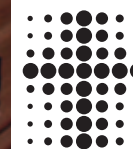
Dieser Weg, den Trauernde zusammen mit ihrem verstorbenen Angehörigen gehen, spielt eine wichtige Rolle für die Verarbeitung der Trauer. Oft ist dieser Weg sehr schwer.

Es ist unser großes Anliegen, Ihre individuellen Wünsche beim Abschiednehmen in unserem Haus und bei der eigentlichen Bestattung zu erfüllen.

Neben den traditionellen Möglichkeiten der Beisetzung, wie der Erd- und der Feuerbestattung, können wir selbstverständlich auch Beisetzungen im Friedwald, im Friedpark, auf der Alm- wiese und auf See würdig für Sie gestalten.

Sprechen Sie uns einfach an, egal ob Sie sich unverbindlich informieren möchten oder rechtzeitig für Ihre eigene Beerdigung vorsorgen wollen.

Wir sind jederzeit gerne für Sie da.



**Kracheletz**

Bestattungshaus Kracheletz GmbH  
Obere Karlsstraße 17 (am Karlsplatz)  
34117 Kassel · Tel.: 05 61/70 74 70

## EKK – Ihre Bank mit christlichen Werten

Ihnen sind Glaubwürdigkeit, Zuverlässigkeit, Verantwortung und Vertrauen für Ihre Bankgeschäfte wichtig.

Uns auch.

www.ekk.de



Filiale Kassel: Garde-du-Corps-Str. 7, 34117 Kassel  
Telefon: 0800 520 604 10, E-Mail: ekk@ekk.de

Sie finden uns auch in Berlin · Eisenach · Erfurt  
Frankfurt (M.) · Hannover · Karlsruhe · München  
Neuendettelsau · Nürnberg · Rummelsberg  
Schwerin · Speyer · Stuttgart · Wien



Kasseler  
Sparkasse

Versprochen ist gut,  
**garantiert**  
ist **besser**



### Mehr als ein Versprechen.

*Bei uns dürfen Sie stets erstklassige Leistungen erwarten – davon sind wir so fest überzeugt, dass wir Ihnen die Service- und Beratungsqualität verbindlich garantieren.*

*Sollte es trotz größter Sorgfalt passieren, dass etwas mal nicht ganz perfekt funktioniert, entschuldigen wir uns bei Ihnen im Falle einer Panne mit einer Gutschrift von 5 EURO.*

## Caritas Sozialstationen

### Kassel-West

Virchowstr. 2  
34121 Kassel  
0561 / 3109734

### Kassel-Ost

Ochshäuser Str.1  
34123 Kassel  
0561 / 572760

### Rufen Sie uns an!

Wir beantworten Ihre Fragen persönlich und helfen Ihnen gern. Unsere Angebote kann jeder in Anspruch nehmen, unabhängig von Alter, Konfession und Nationalität!

### Wir sind für Sie da!

Krankenpflege-Altenpflege-Hauswirtschaft  
7 Tage in der Woche  
Beratung in Ihrer eigenen Wohnung  
Ambulante häusliche Pflege

In den eigenen Wohnungen betreuen wir qualifiziert und liebevoll alte, kranke und behinderte Menschen. Dadurch können viele von ihnen in der vertrauten häuslichen Umgebung bleiben. Darüber hinaus haben wir immer ein offenes Ohr für die Belange und Sorgen der Betroffenen sowie deren Angehörigen.



BISTUM FULDA

Caritasverband Nordhessen-Kassel e. V.

Heft [06] 2014

### IMPRESSUM

#### HERAUSGEBER

Die fünf katholischen Kirchengemeinden St. Bonifatius, St. Elisabeth, Sankt Familia, St. Joseph, St. Laurentius im Pastoralverbund Kassel Mitte

#### V.I.S.D.P.

Pfarrer Peter Bulowski, Pfarrer Harald Fischer, Pfarrer Stefan Krönung  
Ihringshäuser Str. 3, 34125 Kassel  
0561 . 87 42 21  
mittendrin@katholische-kirche-kassel.de

#### PROJEKTLEITUNG [ MITTENDRIN ]

Christoph Baumanns und Birgitta Schwansee

#### CHEFREDAKTION

Christoph Baumanns, Text  
Birgitta Schwansee, Gestaltung

#### REDAKTIONS-TEAM

Regina Daum-Meemann, Dr. Annette van Dyck-Hemming, Georg Klein, Dr. Susanne Könen, Pfr. Stefan Krönung, Margo Kudla, Marieluise Labrie, Susanne Ludewig, Marina Reihl, Petra Volke-Scheili, Sandra Wanisch

#### GASTAUTOREN/-IN

Natalia Kowalski, Norbert Lange, Jakob Schwansee, Marius Stuka, Sabine Wilms

#### TITELFOTO Fernando Vargas

#### FOTOS

Regina Daum-Meemann, Margarita Funt (Kind S. 4), Gerhard Jost (Fotos Kloster Busrfelde) Stefan Krönung, Migrationsdienst Caritasverband Nordhessen-Kassel e.V., Stephan Rauh (Portraits Obdachlose), Marina Reihl, Birgitta Schwansee, Petra Volke-Scheili, Bertram Solcher (Fotos Abtei Herstelle), Fernando Vargas, Sandra Wanisch. Die „Auszeiten-Fotos“ stellten uns die Einrichtungen zur Verfügung. Danke.

[ mittendrin ]

Menschen in Kassel Mitte

] und außen vor [

#### FÖRDERUNG

Diese Ausgabe wird gefördert vom Bonifatiuswerk der deutschen Katholiken aus Mitteln der Franz-von-Sales-Stiftung, von der Plansecur Stiftung, von der Bank für Kirche und Caritas und von Kurt J. Bieling, Architekt.

Unterstützende Anzeigen schalteten das Bestattungshaus Krachelet, der Caritasverband Nordhessen-Kassel e.V., die Evangelische Kreditgenossenschaft eG, die Kasseler Sparkasse, Richter Gebäudedienste und das Wilhelmshöher-Tor BioHotel Kassel. Wir bitten um besondere Beachtung.

Die Mitglieder des Redaktionsteams arbeiten ehrenamtlich. Ohne ihr Engagement bliebe [ mittendrin ] eine Idee. Auch die Verteilung erfolgt ehrenamtlich. Deshalb geht ein besonderes Dankeschön an alle, die sich ehrenamtlich für das Gelingen von [ mittendrin ] einsetzen.

#### DRUCK UND AUFLAGE

12.000 Stück bei Boxan, Kassel

#### VERTRIEB

Ehrenamtliche verteilen im Pastoralverbunds Kassel-Mitte, an ausgewählten Stellen in der Innenstadt sowie durch mehrere Hundert persönliche Briefe. 2.500 Stück verteilt kostenfrei LoPo Media. Wir danken allen für diese Unterstützung!

#### COPYRIGHT

Alle Beiträge und Bilder in [ mittendrin ] sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen nur mit schriftlicher Erlaubnis der Herausgeber weiterverwendet werden.

[ mittendrin ] Menschen in Kassel ] und außen vor [ erscheint einmal im Jahr, 2014 im Juni/Juli

## WILLKOMMEN IN 5 GEMEINDEN DES PASTORALVERBUNDS KASSEL MITTE

### DAS LICHT HOFFUNGSSCHIMMER

„Da sprach Gott: ‚Licht werde‘,  
und Licht wurde. Gott sah das  
Licht: Ja, es war gut. Und  
Gott trennte das Licht von  
der Finsternis. Gott nannte  
das Licht ›Tag‹ und nannte die  
Finsternis ›Nacht‹. Es wurde  
Abend und wurde Morgen – Tag  
eins.“

So lauten die Worte aus der Genesis, dem  
ersten Buch der Bibel, übersetzt in der  
„Bibel in gerechter Sprache“.

Viele Menschen zünden in der Kirche eine  
Kerze für andere Menschen an, oft verbun-  
den mit der Bitte an Gott, diesem Men-  
schen beizustehen. Oder mit der Hoffnung  
darauf, dass das Licht die Finsternis in  
ihrem eigenen Leben wieder überstrahlt.

### DER PASTORALVERBUND KASSEL MITTE

Zum Pastoralverbund Kassel Mitte gehö-  
ren mit St. Elisabeth und Sankt Familia zwei  
Innenstadtgemeinden sowie drei Gemein-  
den im Kasseler Norden: St. Bonifatius, St.  
Joseph und St. Laurentius.

Der Pastoralverbund steht vor großen  
Veränderungen. Geplant ist die Fusion von  
St. Bonifatius, St. Elisabeth, St. Joseph, St.  
Laurentius zu einer einzigen Pfarrei. Eine  
selbstverwaltete Gemeinde mit gemein-  
samer Leitung durch Priester; Haupt- und  
Ehrenamtliche ist das Ziel von Sankt Familia.

## ST. BONIFATIUS



### ST. BONIFATIUS

Ihringshäuser Str. 3  
34125 Kassel  
Telefon 0561 . 87 42 21  
Fax 0561 . 87 19 77

**Pfarrer** Peter Bulowski  
**Diakon** Peter Kracheletz  
**Gemeindereferentin** Pia Mamani Mamani  
**Gemeindeassistent** Maurice Radauscher  
**Pfarrbüro**  
Angelika Achtziger / Maria Gorol  
Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag  
9.00-12.00 Uhr  
Donnerstag 14.30-17.00 Uhr

**E-Mail**  
sankt-bonifatius-kassel@pfarrei.bistum-fulda.de  
**Internet** www.st-bonifatius-kassel.de

## ST. ELISABETH



### ST. ELISABETH

Friedrichsplatz 13  
34117 Kassel  
Telefon 0561 . 167 46  
Fax 0561 . 7 669 724

**Pfarrer**  
Peter Bulowski  
**Diakon**  
Dietrich Fröba  
**Gemeindereferentin**  
Pia Mamani Mamani  
**Pfarrbüro**  
Sandra Wanisch  
Mittwoch, Freitag 9.00-12.00 Uhr

**E-Mail**  
sankt-elisabeth-kassel@pfarrei.bistum-fulda.de  
**Internet** www.st-elisabeth-kassel.de

## ST. FAMILIA



### ST. FAMILIA

Kölnische Str. 55  
34117 Kassel  
Telefon 0561 . 154 70  
Fax 0561 . 779 477

**Pfarrer**  
Harald Fischer  
**Gemeindereferentin**  
Birgit Weber  
**Pastoralassistentin**  
Bernadette Wahl  
**Pfarrbüro**  
Elisabeth Neuberg  
Montag - Freitag 9.00 - 12.00 Uhr

**E-Mail** pfarrei@st-familia-kassel.de  
**Internet** www.st-familia-kassel.de

## ST. JOSEPH

## ST. LAURENTIUS



### ST. JOSEPH

Marburger Str. 87  
34127 Kassel  
Telefon 0561 . 83459  
Fax 0561 . 85690

#### Pfarrer

Stefan Krönung  
**Gemeindereferent**  
Diakon Martin Gerstel

#### Sozialarbeiterin

Maria Sanna

#### Pfarrbüro

Monika Konradi  
Montag-Freitag 8.00-12.00 Uhr

**E-Mail** [pfarrei@sankt-joseph-kassel.de](mailto:pfarrei@sankt-joseph-kassel.de)

**Internet** [www.sankt-joseph-kassel.de](http://www.sankt-joseph-kassel.de)

### ST. LAURENTIUS

Weidestr. 36  
34127 Kassel  
Telefon 0561 . 83558  
Fax 0561 . 85690

#### Pfarrer

Stefan Krönung  
**Gemeindereferent**  
Diakon Martin Gerstel

#### Sozialarbeiterin

Maria Sanna

#### Pfarrbüro

Margo Kudla  
Dienstag, Freitag 9.00-11.00 Uhr  
Mittwoch 18.00-18.30 Uhr

**E-Mail** [pfarrei@sankt-laurentius-kassel.de](mailto:pfarrei@sankt-laurentius-kassel.de)

**Internet** [www.sankt-laurentius-kassel.de](http://www.sankt-laurentius-kassel.de)



] und außen vor [