in: spirit
MAGAZIN

Grenzen

01·2021

Editorial.

Liebe Grenzgängerin, lieber Grenzgänger!

Auch wenn wir sie nicht immer sehen oder unmittelbar spüren: Grenzen prägen unsere Welt und unseren Alltag. Bei der Entstehung des Magazins fielen uns zunächst die negativen Aspekte von Grenzen ein, weil sie Bereiche und Menschen trennen. Mit Blick auf die Missbrauchsdebatte in Kirche und Gesellschaft wurde uns aber bewusst, dass Grenzen auch eine wichtige Funktion haben, um Leben zu schützen und die Würde des Menschen zu bewahren. Diese Grenzen sind unantastbar.

Wie ambivalent Grenzen wahrgenommen werden, zeigte sich in der Pandemie: Gesetze, die das Infektionsgeschehen und die Freiheiten der Einzelnen eingrenzten, gingen manchen als Schutz nicht weit genug, andere fühlten sich in ihren Persönlichkeitsrechten stark eingeschränkt. Viele kamen und kommen an ihre Belastungsgrenze – und lernten dabei viel über sich selbst.

In dieser Ausgabe berichten wir von positiven und schwierigen Seiten der Grenzen, mit denen unsere Autor*innen und Protagonist*innen konfrontiert werden: Grenzen, die es nicht mehr gibt; Grenzen, die es immer geben wird; Grenzen, die hoffentlich bald überwunden werden.

Lass dich von diesen Grenzerfahrungen in:spirieren!
Sr. Christine Müller & Steffi Mager

Inhalt.

Ein Fußmarsch als Grenzerfahrung
Eine Sportlerin stand Ida Rede und Antwort.
— 19

Bis hierher und nicht weiter?!
An welche Grenzen Frauen heute noch stoßen, beschreibt Amelie.
— 14

Meine engen Grenzen
Josefine spürt, dass Gott auch ihre Grenzen weitet.
— 12

Du und Ich
Mirjam schreibt an ihr tobendes Kleinkind.
— 26

Wir und Sie
Sr. Maria José schreibt von ihren Erfahrungen mit Geflüchteten.
— 20

Grenze zwischen Leben und Tod
Anna erzählt von Gästen im Hospiz.
— 4

Gehen oder bleiben?
Das hat Lea im Interview gefragt.
— 30

Wenn Grenzen wieder Grenzen sind
Warum sich Maria an der Grenze zu Österreich als Schmugglerin fühlte.
— 8

Fotos: privat, Lea: Kevin Zurlinden, Mirjam: Robert Brodatzki

Der Tod als Grenze des Lebens

AUFGEZEICHNET VON ANNA HÖHN

Schmerzliche und glückliche Momente prägen den Alltag von Ursula Höhn. Sie arbeitet als Krankenpflegerin im Hospiz Arista in Ettlingen und berichtet von ihren Erfahrungen aus der Hospizarbeit.

Foto: privat

Wenn ich morgens durch die Eingangstür das Hospiz betrete, weiß ich noch nicht, was mich an meinem heutigen Arbeitstag erwarten wird. Zunächst tausche ich meine Alltagskleidung gegen den Arbeitskittel. Dabei kann ich mir schon einmal Gedanken darüber machen, welchen Gästen ich heute begegnen werde. Gäste nennen wir alle Personen, die bei uns leben, weil bei jeder Person klar ist, dass ihr Aufenthalt nur für eine begrenzte Dauer sein wird – auf dem Weg vom Leben zum Tod.

Heute komme ich zuerst zu einem Herrn ins Zimmer, der erst vor drei Wochen mit der Diagnose eines Hirntumors konfrontiert wurde. Es ist unklar, wie viel Zeit ihm noch zum Leben bleibt. Es könnten einige Tage sein, vielleicht aber auch noch einige Wochen. >

Er hadert sichtlich mit seinem eigenen Schicksal und fühlt sich nicht bereit, jetzt schon zu sterben. Das spiegelt sich auch deutlich in seiner Laune wider. Er ist etwas mürrisch und möchte nicht, dass ich ihm beim Anziehen helfe, obwohl er seine Hand nur mit viel Kraft zitternd heben kann. Ich versuche herauszufinden, ob es etwas gibt, das ihm in dieser Situation guttun würde, doch all meine Vorschläge werden forsch abgewiesen. Der Herr gibt zu verstehen, dass er eigentlich nicht hier sein möchte und ich ihm dabei überhaupt gar nicht helfen kann. Er wolle im Augenblick nur allein sein. Ich spüre seine Abweisung. Da ich alle medizinisch notwendigen Dinge erledigt habe, gehe ich aus dem Raum und lasse dem Herrn Zeit für sich.

Im nächsten Zimmer, das ich betrete, liegt eine junge Frau. Sie hat zwei kleine Kinder, die sie täglich mit ihrem Mann zusammen besuchen kommen. Die Frau hat Leukämie. Sie hat schon mehrere Bestrahlungen hinter sich und kämpft bereits seit Jahren gegen die Erkrankung. Einmal dachte sie, sie hätte den Krebs besiegt. Doch er kam wieder. Die vielen Aufs und Abs haben sie gelehrt, dankbar zu sein für die Zeit, die ihr noch bleibt. Sie freut sich über das Frühstück, das ich ihr bringe und über die Gänseblümchen aus dem Garten, die das Tablett verzieren. Sie ist schon sehr schwach und jedes Lächeln scheint sie Kraft zu kosten. Doch erstaunlicherweise schafft sie es immer wieder für ihre Kinder all ihre Kraft zusammenzunehmen, um ihnen noch so viele positive Momente, wie möglich zu gestalten.

Als ich wieder aus dem Zimmer gehe, sehe ich, dass im Flur eine Kerze brennt. Daneben steht ein Strauß voll bunter Wiesenblumen. An der brennenden Kerze erkenne ich, dass ein Gast in unserem Haus verstorben ist. Im gleichen Moment höre ich aus der Küche das Lachen von Kindern und mir wird wieder einmal bewusst, wie nah der Tod und das Leben beieinander sind.

Auf dem Weg in den Pausenraum treffe ich eine unserer Ehrenamtlichen. Ihr Mann ist vor fünf Jahren hier im Hospiz verstorben. Sie hat mir einmal erzählt, dass es für sie und ihren Mann eine so wertvolle Zeit war, dass sie sich vorgenommen habe, auch anderen Menschen eine so sinnerfüllte Zeit ermöglichen zu wollen. Klar sei sie oft auch traurig darüber, dass ihr Mann nicht mehr bei ihr sei und das Hospiz erinnere sie auch daran. Aber es erinnere sie nicht nur an den Abschiedsschmerz, sondern vor allem an viele wunderschöne Erlebnisse, die sie hier noch mit ihrem Mann erleben konnte. Seither kommt sie jede Woche einmal zu uns und nimmt sich Zeit, um sich mit Gästen zu unterhalten – Zeit, die wir als Pflegekräfte nicht immer haben.

Gerade wenn mehrere Personen in einem kurzen Zeitraum sterben, gibt es viel zu regeln. Da komme ich manchmal auch an meine eigenen Grenzen, sowohl körperlich als auch emotional.

Wenn die verstorbene Person vom Bestattungsunternehmen abgeholt wurde, wird die Flamme der Kerze im Flur wieder gelöscht. Was dann noch bleibt, sind die Erinnerungen. Erinnerungen, die für die Angehörigen trotz allem Schmerz auch positiv sein sollen. So wird in einem Gedenkbuch neben der Kerze zu jeder verstorbenen Person, vom Pflegepersonal eine Erinnerung aus dieser besonderen Lebenszeit eingetragen.

An einem solchen Tag setzen wir uns in der Regel noch einmal zusammen. Nachdem der Klang des Gongs ertönt, kann dann jede Person, die mit dem verstorbenen Gast während seines Aufenthalts gearbeitet hat, noch ein Erlebnis erzählen, an das sie sich besonders gerne erinnert. Es hilft mir dabei, den Fokus vom Abschiedsschmerz, den der Tod mit sich bringt, auf das Positive zu lenken, das wir in dieser Zeit noch gemeinsam erleben durften. Das ist es, was meine Arbeit für mich so wertvoll macht.

Foto: unsplash.com/Nordwood Themes; Portrait: privat

Eben noch eine Brücke wie (fast) alle anderen, plötzlich eine geschlossene Grenze: Hier nur pandemiebedingt, anderswo beständige harte Realität.

Foto: Maria van de Sand

UNTERWEGS

Wenn Grenzen wieder Grenzen sind

MARIA VAN DE SAND

Mal eben zum Skifahren, Tanken oder Einkaufen ins Nachbarland zu fahren, ist ein Vorzug, den viele schätzen, die an der Grenze wohnen. Unsere Autorin genoss Freiheiten wie diese. Bis die Pandemie kam und ihr einen Denkanstoß gab.

Hoabe die Ehre, servus, a halbs Hendl biddsche – Mit diesen Bayrisch-Vokabeln fühlte ich mich als gebürtige Niederrheinerin nach einem Jahr in Freilassing, einer 15.000-Einwohner-Stadt an der deutsch-österreichischen Grenze, langsam für das gemütlich-bayrische Leben gerüstet. Ich dachte den größten Kulturschock hinter mich gebracht und verstanden zu haben, dass es eigentlich keinen großen Unterschied macht, jetzt Radel statt Fiets zu fahren. „In der Welt zu Hause, in Bayern Dahoam“, so heißt es hier so gern.

Doch dann kam es anders. Plötzlich sollte sich frau nicht mehr so einfach aufs Radel schwingen, a halbe Maß im Biergarten verzehren oder eine kleine Runde an der Saalach drehen dürfen. Eine Pandemie hatte die ganze Welt im Griff und die Saalach ist nicht irgendein Fluss, sondern ein Grenzfluss. Dieser Fakt hatte mich vorher kaum beschäftigt. Einfach kurz vom Berchtesgadener Land nach Salzburg rüberfahren, ein wenig Stadtluft schnuppern und wieder zurück, alles easy. So war das – damals, als von Covid-19 noch niemand etwas gehört hatte. Jetzt ist kaum noch etwas einfach. Plötzlich bedeutet Grenze wieder Grenze, und das nicht nur am Rande Europas oder an sonstigen Landesgrenzen – nein, nun also auch hier vor der eigenen Haustüre.

Private Umstände haben dazu geführt, dass ich inzwischen auf die österreichische Seite der Grenze umgezogen bin. Dabei musste ich am eigenen Leibe erfahren, dass frau nicht mal eben problemlos über eine Grenze hinweg umziehen kann, auch wenn es sich nur um sieben >

Kilometer Entfernung handelt. Mitten in einer Pandemie dürfen deutsche Umzugshelfer*innen nämlich nicht ohne Weiteres auf die andere Seite mitfahren. Jetzt muss ich ständig damit rechnen, an der Grenze angehalten und nach dem Grund der Einreise befragt zu werden. Heutzutage fühle ich mich schon als halbe Verbrecherin, wenn ich ein paar Tomatenpflanzen von einer Freundin auf die österreichische Seite „rüber schmuggele". Damals, als ich noch an der niederländischen Grenze gelebt habe und Covid-19 noch kein Begriff war, hätten dafür schon andere Pflanzen im Spiel sein müssen.

Heute, wo all dies eben nicht mehr „normal" ist, wird mir allerdings bewusst, dass diese ganzen neuen Einschränkungen nichts gegen das sind, was andere Menschen Tag für Tag an Landesgrenzen erleben und erlebt haben. Grenzerfahrungen als Mexikanerin beim Grenzübertritt in die USA. Afghanen, Nigerianerinnen, Menschen vieler anderer Nationen, die seit Monaten, Jahren an den EU-Außengrenzen in Flüchtlingscamps feststecken. Diese Menschen brauchten keine Pandemie, um zu erfahren, welche tiefgreifende Bedeutung ein Grenzübergang haben kann. Kaum Wasser, ein dauerhaftes Leben in Zeltstädten. Ungerechtigkeit, auf dem ganzen Globus und genauso auch hier mitten unter uns.

Foto: privat

Warum wird mir der Grenzübergang in ein anderes EU-Land gewährt? Weil der Zufall es so wollte, dass ich deutsche Eltern habe? Ja, so ist es wohl. Weshalb steht das Recht auf ein menschenwürdiges Leben nicht ohne Weiteres auch Menschen aus anderen Nationen ebenso zu? Warum entscheidet darüber ein kleines Schriftstück, das sich Personalausweis oder Reisepass nennt? Wenn man es sich so durch den Kopf gehen lässt, ist das wirklich absurd. Eine einfache Lösung für diese Probleme gibt es nicht und Politik zu gestalten, ist in dieser Zeit auch kein einfacher Job. Was also bleibt mir?

Wertschätzung ist da vielleicht das passende Stichwort. Wertschätzen, dass ich ein Dach über dem Kopf, genügend Kleidung und Essen habe. Wertschätzen, dass ich gute Bildungsmöglichkeiten und eine passable Gesundheitsversorgung genießen darf. Wertschätzen, dass ich mich vermutlich schon bald wieder ohne Grenz-Prozedere „auf der anderen Seite" mit Freunden auf ein Eis treffen darf. Denn hoffentlich sind Grenzen bald keine echten Grenzen mehr. Die EU-Binnengrenzen wären da ein guter Anfang.

Das wichtigste in der Musik steht nicht in den Noten.

GUSTAV MAHLER

Meine engen Grenzen

JOSEFINE NATON

Wenn die Herausforderungen des Alltags zu groß und das eigene Selbstbewusstsein zu klein werden, vertraut unsere Autorin sich Gott an. Ein Impuls.

Manchmal blicke ich in ihre Augen und mein Herz krampft sich dabei zusammen. Sie sieht erschöpft und traurig aus. Ihr Haar ist ungekämmt und ihr fallen Strähnen ins Gesicht. Der Mund ist ausdruckslos. Nicht traurig, aber auch kein Lächeln. Ich schließe die Augen, atme einmal, zweimal, dreimal tief durch und öffne sie dann wieder. Es ist immer noch da. Mein Spiegelbild.

„Ich kann das nicht. Ich bin nicht gut genug. Ich bin zu schwach.“ Diese Sätze geistern wie Spinnweben in meinem Kopf herum und legen sich wie schwere Eisenketten um mich.

Meine Schwester sagt mir in solchen Situationen dann häufig, ich solle nicht nur darauf schauen, was ich mich grad nicht traue oder was nicht so läuft, wie ich es mir vorgenommen habe. Stattdessen solle ich in meinem Herzen auch Platz schaffen, für einen Blick auf das, was ich schon alles erreicht habe, für die vielen Herausforderungen, die ich gemeistert habe und die Situationen, in denen ich über meinen Schatten gesprungen bin. Und sie hat recht. Häufig habe ich auf mich selbst einen eingeschränkten Blick und ich traue mir selbst weniger zu, als ich wirklich kann.
– *Meine engen Grenzen, meine kurze Sicht*

Es gibt einen, der mich noch besser kennt als ich mich selbst. Gott weiß, was ich kann, kennt meine Fähigkeiten, meine Kraft und mein Herz. Ich schließe also nochmal die Augen und konzentriere mich. Ich verbinde mein Herz mit Gott, öffne es ihm und zeige ihm, welche Ängste und Unsicherheiten mich gerade lähmen.
– *bringe ich vor dich*

Dann atme ich noch einmal. Diesmal befreiter. Eine Wärme legt sich in mein Herz und ich lasse Gott mir helfen, meine eigenen Grenzen zu überwinden. Freiheit zu entdecken, zu spüren und zu glauben. Ich öffne die Augen. Diesmal erkenne ich ein kleines Glitzern in meinen Augen – Hoffnung – und ein vorsichtiges Lächeln auf meinen Lippen.
– *Wandle sie in Weite: Herr, erbarme dich*

Das Lied, dessen erste Strophe mich in diesem Impuls begleitet hat, geht noch weiter und spricht noch andere Ängste und Unsicherheiten an. Doch alle Strophen haben gemeinsam, dass ich jedes Mal mich mit Gott verbinde und mein Herz für ihn öffne. Ich gebe vor ihm zu, wie ich mich fühle und erlaube ihm, meine Grenzen in Freiheit zu wandeln. Ohne Gottes Sicht auf mich würde ich mich Vieles nicht trauen und stände wahrscheinlich heute nicht da, wo ich jetzt bin. Doch er zeigt mir jeden Tag neu, welche Wunder in mir schlummern.

Höre dir das Lied gerne an und traue dich, Gott dein Herz zu öffnen. Auch deine Grenzen kann er in Freiheit wandeln.

MEINE ENGEN GRENZEN
Gesungen von Josefine Naton

Foto: unsplash/Vince Fleming, Liedtext: Eugen Eckert, zitiert nach GL 437

Bis hierher und nicht weiter?!

AMELIE FELDMANN

Vor dem Gesetz sind Männer und Frauen gleichgestellt. Doch im Alltag stoßen Frauen in unserer Gesellschaft immer noch an Grenzen oder werden begrenzt. Eine Spurensuche

„Wenn jemand zu dir sagt: ‚Das geht nicht!', denke daran: Es sind seine Grenzen, nicht deine." (Anonoym) – leider stimmt das nicht immer. Denn um die unsichtbaren Grenzen zu erkennen, ist oft ein genauerer Blick notwendig.

Das Phänomen der gläsernen Decke[1] ist eines, was immer wieder zu beobachten ist. Obwohl die Zugangschancen z.B. zu Bildung, sowie auch die Erfolgschancen für alle Geschlechter gleich sind, sieht das bei den Verwertungschancen ganz anders aus. Es ist eine starke Diskriminierung von Frauen und weiblich gelesenen Personen zu sehen, wenn man auf den Zugang zu Arbeitsplätzen und auf die Entlohnung schaut. Nicht unwichtig bei diesen Mechanismen ist das Bild von Frauen, was in unsere Gesellschaft produziert und reproduziert wird.

Auf dem Weg zur Gleichberechtigung haben schon seit der Französischen Revolution 1789 starke Frauen für ihre Rechte gekämpft und Frauenbewegungen haben seither einiges erreicht *(siehe Zeitstrahl, ohne Anspruch auf Vollständigkeit)*.

[1] Die gläserne Decke ist ein Phänomen, das auch als unsichtbare Aufstiegsbarriere bezeichnet wird. Sie beschreibt die Situation, dass es für Frauen (aber auch marginalisierte Gruppen) schwierig ist unter den gleichen Bedingungen wie Männer an „höhere" Positionen zu kommen, obwohl ihre Qualifikation dieselbe ist.

Wenn man sich die Veränderungen in unserem Recht anschaut, könnte man sagen: „Na dann ist doch alles geklärt! Gleichberechtigt vor dem Gesetzt heißt auch Gleichberechtigung in der Gesellschaft." Doch der Schein trügt. Wie schon erwähnt, haben sich in unserer Gesellschaft Strukturen etabliert, die die Ungleichheit fördern. Beginnend bei vermeintlichen unbedachten Kleinigkeiten: „Als Mädchen wird dir Physik nicht so liegen, aber in Pädagogik bist du bestimmt klasse.", „Räumliches Denken, ja das liegt den meisten Frauen nicht so." – Vermutlich Sätze, die die meisten Menschen schon mal gehört haben. Grenzen, mit denen Mädchen schon im frühen Alter konfrontiert werden, und eine sogenannte „self fullfillig prophecy" provozieren. Werden einem Mädchen nur einseitige Fähigkeiten zugetraut, richtet es sich in den meisten Fällen automatisch danach, da es sich ansonsten gegen die „Norm" bewegen müsste. Was schon in jungen Jahren in den Köpfen ist, beeinflusst meist auch die Berufswahl.

Hier ist auffällig, dass Berufe z.B. im pädagogischen Bereich häufig viel schlechter bezahlt sind: Sogenannte „Frauenberufe" rufen eine ungleiche Bezahlung zwischen Männern und Frauen hervor, die immer noch dazu beiträgt, warum es häufig die Frauen sind, die sich um den Nachwuchs kümmern und beruflich kürzertreten. Auch die Gesellschaft hat eine solche Erwartungshaltung. Durch diese Stigmatisierung geraten viele Frauen immer wieder in die Situation, sich für ihre Karriere rechtfertigen zu müssen. Fragen wie: „Wie koordinieren Sie den Job mit ihren familiären Pflichten?" ist eine Frage, die Frauen sehr viel häufiger hören als Männer. >

30. November 1918

Frauen erhalten das aktive und passive Wahlrecht, was bedeutet, dass ihre Stimme genauso viel Wert ist wie die eines Mannes und sie sich auch zur Wahl aufstellen lassen kann.

8. Mai 1949

Das Deutsche Grundgesetzt wird beschlossen, in dem die Gleichberechtigung von Männern und Frauen verankert ist.

1977

Es gibt eine Reform des Eherechts, welche die Frau von ihren „Hausfrauenpflichten" befreit.

Genau diese Erwartungen und Stigmatisierungen sind häufig mit dafür verantwortlich, wenn Frauen der Zugang zur „gleichwertigen“ (Männer-)Arbeit verwehrt bleibt oder sie schlechter bezahlt wird.

Das Phänomen der Begrenzung lässt sich mehrdimensional beobachten: Sei es die Begrenzung auf die Körperlichkeit, beispielsweise bei sexistischer Werbung; oder die Erwartung an ein bestimmtes Verhalten: Wehrt sich eine Frau verbal, ist sie zickig, wenn ein Mann das tut, ist er schlagfertig; oder „Maßnahmen“, die die meisten Frauen ergreifen, wenn sie allein im Dunkeln unterwegs sind: Nur an belebten Straßen laufen, den Schlüssel zwischen der Faust, ein „Fake-Call“ bis man im Bett liegt, usw... Diese Liste kann noch um sehr viele Punkte ergänzt werden.

Abschließend sei noch gesagt, dass diese Stigmatisierungen und Erwartungen nicht nur mit den Frauen etwas macht, sondern auch mit den Männern. Wenn unsere Gesellschaft etwas an der strukturellen Ungleichheit ändern will, müssen daher alle Geschlechter an einem Strang ziehen.

1993

Gewalt gegen Frauen wird als Menschenrechtsverletzung anerkannt.

1997

Die Vergewaltigung in der Ehe wird unter Strafe gestellt.

Im selben Jahr:

Das Gesetzt, das gleiches Entgelt für gleiche Arbeit bestimmt, wird um „gleichwertige Arbeit“ ergänzt.

2016

Änderung im Sexualstrafrecht: Mit „Nein heißt Nein“ wird das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung ergänzt.

Linktipps:

www.pinkstinks.de

Pinkstinks ist eine NGO, die sich gegen Sexismus einsetzt. Menschen sind mehr als Pink und Blau. Deshalb kritisiert Pinkstinks starre Geschlechterrollen in Medien und Werbung und sensibilisiert mit einem Online-Magazin, Bildungsarbeit in Kitas und Schulen und reichweitenstarken digitalen Kampagnen.

www.equalpayday.de

Der Equal Pay Day markiert symbolisch den geschlechtsspezifischen Entgeltunterschied, der laut Statistischem Bundesamt aktuell 18 Prozent in Deutschland beträgt. Der Equal Pay Day wurde 2008 auf Initiative des Business and Professional Women (BPW) Germany e.V. erstmals in Deutschland durchgeführt und wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert. Entstanden ist der Tag für gleiche Bezahlung in den USA.

Foto: unsplash.com / Kiana Bosman

Kultur. Und Empfehlungen.

Das Buch ist vergriffen und wird nicht mehr gedruckt, ist aber über die bekannten Plattformen zum Kauf gebrauchter Bücher noch erhältlich.

in:spirit Buchtipp: Feder im Sturm
Meine Kindheit in China – von Emily Wu

Emily Wu ist noch ein kleines Mädchen, als sich ihre Heimat China zu verändern beginnt. Erst langsam, dann unaufhaltsam beginnt die Kulturrevolution und verändert Denken und Handeln aller Menschen im Land. In ihrem Buch „Feder im Sturm" offenbart Emily den Leser*innen unverfälscht und ehrlich ihre eigene Lebensgeschichte inmitten der revolutionären Umbruchszeit.

Es ist eine Geschichte voller Verurteilungen, Schikanen und Ängste, die Emily schon als kleines Mädchen erlebt. Denn als Kind einer „schwarzen" Familie gilt sie als sogenannte Rechtsabweichlerin und somit als Feindin der Revolution. Tagtäglich bekommt sie dies von ihrer Umwelt zu spüren und muss viel zu früh lernen, sich selbst und ihre Brüder vor den Anfeindungen anderer zu beschützen.

Viele Jahre lang sieht sie sich damit konfrontiert, dass ihr enge Grenzen gesetzt werden, die unüberwindbar scheinen – von einem System, das grundlegende Freiheitsrechte vieler Menschen missachtet. Krankheit, Hunger und Gewalt haben den Alltag geprägt, den Emily jahrelang gekannt hat.

QR-Code zum Podcast.

in:spirit Podcasttipp: Die Lösung

Psychologin Lena Schiestel und Moderatorin Verena Fiebiger suchen Lösungen auf Fragen, die viele kennen. Durch psychologisches Hintergrundwissen lernt man sich selbst besser zu verstehen und bekommt durch unterschiedliche Denkansätze neue Sichtweisen. In Erfahrungsberichten sprechen Menschen offen über ihre Gefühle und Erfahrungen. Neben Beziehungsthemen und Gedanken zur Berufswahl geht es z.B. auch darum, wie Menschen mit Prüfungsangst umgehen. Pro Folge wird in einer Coachingreihe eine Technik aus der psychologischen Praxis vorgestellt. Gut gelaunt und unterhaltsam wird vermittelt, dass es nicht DIE Lösung gibt, sondern jeder Mensch seine eigene Lösung finden wird.

in:spirit Filmtipp: Weit

Gwen und Patrick wollen so lange nach Osten reisen, bis sie aus dem Westen wieder nach Hause kommen – zu Land, zu Wasser. Nach dreieinhalb Jahren unterwegs entsteht aus ihrem Videotagebuch ein Film, der viele berührt. Warum? „Der Film zeigt Menschlichkeit. Menschlichkeit, die über Grenzen und Nationen, Kulturen und Religionen hinweg existiert. Menschlichkeit, die Hoffnung macht und uns, ohne Wenn und Aber, verbindet."
Und das spürt man.
Ansehen!

Rede und Antwort.

In dieser Ausgabe beantwortet Kathrin Vögl den in:spirit-Fragebogen. Die 40-jährige Diplom-Sportwissenschaftlerin fungiert als Burgfräulein in einer Jugendherbergsburg im Raum München. In ihrer Freiheit zieht sie gerne Tomaten und widmet sich dem Thema Biodiversität. Viele Jahre bildete sie Kinder zu „Kampfkatzen" im Kickboxen in München aus.

INTERVIEW: IDA HAURAND SSPS

Wie geht's?
Gut. Ein bisschen müde.

Welche Eigenschaften schätzt du bei einem Menschen am meisten?
Güte, Freundlichkeit und Wohlwollen.

Welche Eigenschaft schätzt Du an Dir am meisten?
Kontaktfreudigkeit und ich scheue keine Konflikte.

Deine Lieblingstugend?
Die, die ich am wenigsten habe – Disziplin.

Dein Lieblingswort?
Gierschlund.

Welcher Fehler ist nicht verzeihbar?
Nicht über ihn zu sprechen.

Was heißt es für dich erfolgreich zu sein?
Stimmigkeit zu erlangen.

Welche natürliche Gabe möchtest du besitzen?
Ich wäre gerne gütiger.

Dein Ratschlag an die Welt?
Schützt die bestehende Natur.

Wie erfährst du Grenzen?
Körperlich bei sportlicher Verausgabung und emotional in zwischenmenschlichen Beziehungen.

Deine letzten Grenzerfahrung:
Am letzten Sonntag bei einem 50 Kilometer-Fußmarsch an der Isar entlang.

Was ist eine Grenze:
Etwas das wahrgenommen, überschritten, respektiert, geschützt oder ggf. erweitert werden kann.

Welches Buch hast du auf deinem Nachttisch liegen?
Wie viele Sklaven halten Sie?
Über Globalisierung und Moral.
Von Evi Hartmann.

Wie möchtest du sterben?
Friedlich.

Und dann?
Möchte ich selig sein.

Wir und Sie

SR. MARIA JOSÉ REBELO SSPS
übersetzt von Sr. Christel Daun SSpS

Wie begegnen wir Flüchtlingen? Ablehnend, gleichgültig, auf Augenhöhe? Was macht unser Verhalten mit den Menschen, die ihre Heimat verlassen haben? Hier sind ein paar Antworten.

„Es gibt hier Leute, die, wenn sie dich als Schwarzen sehen… wenn sie dich als Moro (eine abwertende Bezeichnung für Marokkaner) sehen, sagen sie, du bist ein Räuber oder ein Dschihadist… und dann gibt es einen Punkt, an dem man anfängt, sein Gehirn mit negativen Gedanken zu füttern… man fängt an, Dinge zu sehen… man geht herum und versucht, diese Gedanken zu vergessen… und erreicht einen Punkt, an dem man anfängt zu denken… das reicht, ich werde mich von diesem Haus oder unter dieses Auto werfen… man beginnt einfach zu sterben.“ – Ghali

Diese Worte eines 21-Jährigen aus Marokko drücken die Verzweiflung von Millionen von Flüchtlingen und Migranten aus, die in Europa angekommen sind, weil sie dachten, sie hätten mit Spanien das Land ihrer Träume erreicht. „Du fängst einfach an zu sterben…“, und das in einem Land, das für seinen Wohlstand, die Achtung der Menschenrechte und die Wahrung der Freiheit bekannt ist. Ghali war Teilnehmer einer qualitativen Studie über die Auswirkungen rassistischer Anfeindungen auf das Wohlbefinden von Flüchtlingen, Asylsuchenden und Einwanderern (im Folgenden Migranten), die in Madrid leben. Wut, Verzweiflung, Trauer und Verlust, Traurigkeit, Machtlosigkeit, Isolation und starker emotionaler Schmerz gehörten zu den am häufigsten genannten Emotionen der Migranten, die an der Studie teilnahmen. Die Konfrontation mit den „Grenzen“ der Gleichgültigkeit, Feindseligkeit und des Misstrauens in den Aufnahmeländern untergräbt oft das Vertrauen der Migranten in eine bessere Zukunft und führt dazu, dass sie an ihrem eigenen Wert als Person zweifeln und den wahren Sinn ihres Lebens infrage stellen.

Einige junge Flüchtlinge in der Studie sprachen davon, an einer Bushaltestelle oder in einem Park zu stehen und eine feindselige Behandlung durch Einheimische zu erfahren, nur wegen ihrer Herkunft, Kultur oder Hautfarbe *(siehe Abb. unten)*.

„Ich habe schon viele Situationen zwischen einem Weißen und einem Afrikaner gesehen, wissen Sie. Wenn die Polizei kommt oder so was, wird der Afrikaner mitgenommen. Nur der Afrikaner…“ (Abdel, 19, Guinea Conakry).

Die Angst, die Migrant*innen durchleben, ist lähmend, da sie sich meist nicht wehren können oder keinen Zugang zu Dienstleistungen in den Aufnahmeländern haben, die die Menschenrechte beachten sollen. Diejenigen, die keine Dokumente haben, sind besonders verletzlich und anfällig dafür, von den Bürger*innen des Landes ausgenutzt und gedemütigt zu werden, da sie in ständiger Angst leben, von der Polizei erwischt und in Abschiebehaftanstalten untergebracht zu werden. >

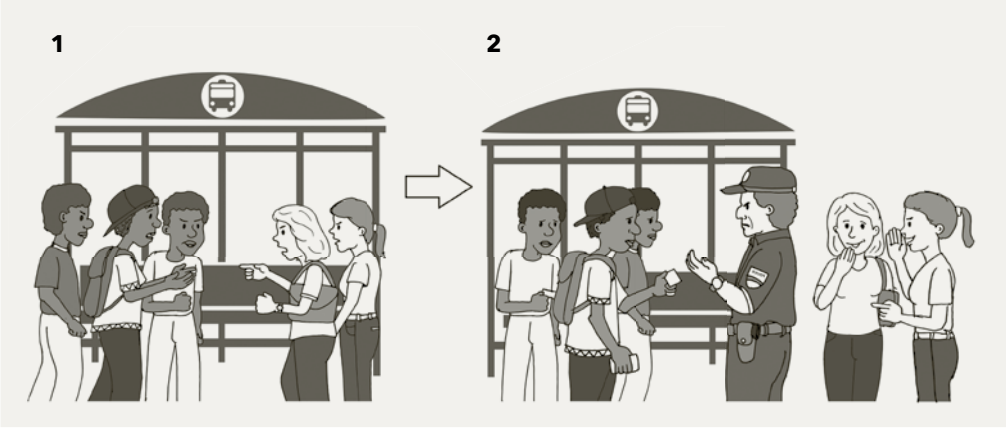

Foto: privat, Stacheldraht: pixabay / clker

In Verbindung mit rassistischen Anfeindungen an öffentlichen Orten stoßen Migrant*innen oft auf starke Grenzen, wenn sie versuchen, Zugang zu Arbeit, Wohnraum, Banken und anderen grundlegenden Dienstleistungen zu erhalten, was dazu führt, dass sie ein starkes Gefühl der Ohnmacht erleben: *„Es ist sehr, sehr schmerzhaft … Manchmal möchte man weinen … sehr laut schreien, damit der Schmerz aus deinem Herzen verschwindet … “ (Namir, 32, Guinea Conakry).*

Gefühle der Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit können noch stärker sein, wenn man in öffentlichen Ämtern, die geschaffen wurden, um die Schwächsten zu unterstützen, auf Diskriminierung stößt. Zum Beispiel in Sozialämtern *(s. Abb.)*, über die viele der Befragten berichten, dass sie dort buchstäblich „in ihr Land zurückgeschickt“ wurden. Sie sprachen davon, dass sie sogar von Sozialarbeiter*innen feindselig behandelt wurden, die oft keinen Respekt für den Schmerz zeigten, den sie in ihrem Heimatland durchgemacht hatten, und auch nicht für ihre Verzweiflung im Gastland.

„Viele dieser Menschen haben niemanden, der sie unterstützt und ihnen und ihren Problemen zuhört, und das wird ihr Wohlbefinden stark beeinträchtigen.“ Diese Worte einer Psychologin, die junge Migrant*innen begleitet, zeigen die Verzweiflung und Isolation, die diese Menschen oft durchmachen, wenn sie versuchen, die unsichtbaren Grenzen zwischen „ihnen und uns“ zu überwinden. Darüber hinaus war das auffälligste Ergebnis einer zweiten Studie die Tatsache, dass angesichts rassistischer Anfeindungen und Diskriminierungen alle Migrantengruppen stark betroffen waren; allerdings waren es die Jüngsten (zwischen 18 und 29 Jahren), die mehr Verzweiflung und starke Gefühle der Wut zeigten.

Auf die Frage, wie sie das Verhalten in diesem Bild *(Zeichnung rechts)* empfinden, da sie rassistische Anfeindungen erlebt oder miterlebt haben, äußerten die Jüngsten von allen Befragten den höchsten Grad an Isolation.

Insgesamt verdeutlichen diese Aussagen, wie verletzlich Migrant*innen in westlichen Ländern sind, da sie aufgrund ihrer Hautfarbe, ihrer religiösen Identität oder ihrer Sprache mit unsichtbaren Grenzen konfrontiert werden. Hinzu kommen weitere unzählige Barrieren, die sie erleben, wie z. B. die ständige Angst vor Abschiebung, die Trennung von Familienmitgliedern, die Ungewissheit über die Zukunft, der fehlende Zugang zu grundlegenden Dienstleistungen, weil sie nicht die richtigen Dokumente haben. Da wir Zeug*innen dieser Realität sind, müssen wir uns dringend fragen: Wie kann ich dazu beitragen, Grenzen innerhalb der europäischen Gesellschaft zu überwinden? Wie kann ich kleine Wege finden, um diejenigen, die kulturell oder religiös anders sind, willkommen zu heißen und zu helfen, ein Zuhause für alle zu schaffen?

Habe ich jemals daran gedacht, dass ich absolut nichts dafür getan habe, in der nördlichen Hemisphäre geboren zu sein? Wo wäre ich heute, und wie wäre mein Leben verlaufen, wenn ich in der südlichen Hemisphäre geboren worden wäre? Vielleicht können Fragen wie diese helfen, Grenzen in unseren Herzen zu brechen und von dort aus aktivere Akteur*innen beim Aufbrechen der Grenzen zwischen „ihnen und uns“ zu werden, denn „sie“ sind unschuldig, dass sie an einem anderen Ort geboren wurden.

Die studierte klinische Psychologin Maria José Rebelo ist Steyler Missionsschwester und seit acht Jahren in der psycholgischen Betreuung von Migranten und Flüchtlingen im JRS (Jesuiten Flüchtlingsdienst) in Portugal tätig. Außerdem hat die 54-Jährige einen Doktor in psychischer Gesundheit und Migration und gehört zum SSpS-Team, das die Mission der Steyler Missionsschwestern in Athen begleitet.

Foto: privat

Essen verbindet

SR. IMELDA TANEO SSPS

Kulinarik kennt keine Grenzen. Vielmehr hilft Essen dabei, Vorurteile abzubauen, Horizonte zu öffnen und ins Gespräch zu kommen. Sr. Imelda hat aus ihrer Heimat Indonesien ein Tofu-Kurkuma aufgetischt.

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g frischer Tofu
- 250 ml Kokosmilch
- 100 g frische grüne Bohnen
- ½ Aubergine (ca. 150 g)
- 500 ml Wasser
- viel Öl
- 1 kleine Tomate (Deko)

Gewürze I

- 3 Schalotten oder 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Kemirinüsse (falls verfügbar, fein schneiden)
- 0,5 cm Ingwer (fein schneiden)
- 2 cm frische Kurkumawurzel (fein schneiden) oder ersatzweise ½ TL Kurkumapulver

Diese Gewürze werden mit ein wenig Wasser püriert.

Gewürze II

- 0,5 cm Galgant (falls verfügbar, die Wurzel wird geklopft)
- 1 Stange Zitronengras (in der Mitte angeschnitten und klopfen)
- ½ TL gemahlener Koriander
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Kaffirlimettenblatt (falls verfügbar) oder etwas unbehandelte Zitronenschale

Gewürze III

- 1,5 TL Salz
- etwas Pfeffer
- 1 TL Gemüsebrühe
- 1 Fingerhut Palmzucker oder ein TL Zucker
- 2 Frühlingszwiebeln (in feine Ringe schneiden)

Fotos: privat

Zubereitung:

Den Tofu in ca. 1 cm große Würfel schneiden, etwas salzen und in der Pfanne frittieren, bis die Würfel hellbraun geworden sind. Auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Gewürze I und II werden mit 4 EL Öl bei niedriger Hitze angebraten, bis sie schmoren und gut riechen. Dann 300 ml Wasser dazu gießen und kurz aufkochen lassen. Die Bohnen und die Aubergine in kleine Stücke (2 cm) schneiden und dazugeben, ab und zu wenden. Wenn die Bohnen und die Aubergine weich sind, werden die frittierten Tofuwürfel hinzugefügt. Dann umrühren, damit sich auch die Tofuwürfel mit den Gewürzen vermischen.

200 ml Wasser dazu gießen, kurz aufkochen lassen. Die Gewürze III hinzufügen. Den Herd abschalten, Kokosmilch eingießen, umrühren, Frühlingszwiebeln dazu geben und für ca. 5 Minuten stehen lassen. Den Tofu Kurkuma in eine Schüssel geben und mit Tomatenspalten und etwas Grün der Frühlingszwiebeln dekorieren. Dazu Reis servieren.

Guten Appetit!

Tipp:

Für dieses Gericht lohnt sich der Besuch im Asia-Shop, schon allein wegen dem unglaublich frischen Geschmack der Kaffirlimette. In einem gut sortieren Supermarkt bekommst du aber auch alle Zutaten, die trotzdem für eine superleckere Variante des Tofus reichen!

Foto: pixabay

Du und ich und unsere Grenzen

MIRJAM GÖDEKE

Der Alltag mit Kleinkind ist bunt und laut, turbulent und herausfordernd – und zeigt allen Beteiligten ihre Grenzen auf. Zeilen an das tobende Kleinkind.

Es ist ein sonniger Tag, wir sind im Wald unterwegs. Du hast ein Gänseblümchen entdeckt. Pflückst es. Studierst seine Blätter. Legst es zurück. Schaust nochmal hin, hebst es an. Wunderst Dich, dass es lose ist und sich nicht wieder zupfen lässt. Drückst es fest. „Komm, wir gehen weiter!“, sage ich – und ziehe voran. „Nein!“, rufst Du – und brichst in Tränen aus. Nun sitzen wir im Wald auf dem Boden. Genau genommen liegst Du da, bäuchlings, weinend, aufgelöst – ich darf nichts machen, nur hier sitzen. Neben uns das Gänseblümchen.

Mit Dir lerne ich die emotionalen Höhenflüge und Abgründe dessen kennen, was ich nur noch routiniert abspule oder maximal schulterzuckend zur Kenntnis nehme. Du bist erschüttert, empört, wütend, verzaubert, gebannt. Und immer wieder bestürmt von Eindrücken, die Deine Gefühle aufwirbeln. Mir bleibt oft nichts, als Deine Gefühlsstürme zu begleiten, dabeizubleiben, mit auszuhalten. Und so lerne ich neu, Empörung zu spüren, Wut, Trauer, Angst – aber auch Freude, Neugier und Mut. Deine Emotionen markieren die Grenze dessen, wo man noch etwas tun kann und weisen gleichzeitig über diese Grenze hinaus: Wenn Du spürst, spürst Du ganz, tief, ungefiltert, ungehemmt. Das alles kann ich nur ahnen.

Noch mehr Saft, noch mehr Wurst, noch mehr draußen bleiben, noch mehr von allem! Unersättlicher Lebensdurst, grenzenloses Streben. Und gleichzeitig: Das Gänseblümchen wächst nicht weiter. Manche Grenzen bleiben unerschlossen – und es ist frustrierend, klein zu sein. Immer wieder. Viel lieber willst Du groß sein und streckst Deine Hände hoch: Sooo groß! Dann sehe auch ich, wie klein wir alle sind – und ahne: große Weite. Spüre Freude, die unfassbar ist, lache Tränen und tanze im Kreis – und bin doch auch oft genug wütend, ratlos und müde. Meine Grenzen lerne ich neu wahrzunehmen, beizeiten zu hinterfragen, beizeiten zu behaupten – und über sie hinaus zu fühlen.

„Alleine!“

Du bist du und ich bin ich. Das kannst Du noch nicht sagen oder begrifflich fassen. Doch immer wieder fühlst Du die Grenze, stößt Dich daran, dann schüttelt es Dich. Du weinst und tobst, bist wütend auf mich – oder auf Dich, oder das Leben, auf alles. Und wenn Du mir Dein erstes *„Alleine!“* entgegenschleuderst, ist sie plötzlich da, diese Grenze zwischen Dir und mir. Die Grenze, die beflügelt und >

„Nein!“

Kräfte zehrt, die befreit und ernüchtert, die uns Selbstständigkeit und Solidarität lehrt, an der wir wirklich zu leben beginnen und am Ende sterben müssen: alleine. Denn manches muss jede*r alleine. Und Du musst alleine die Jacke zu machen, auch wenn ich eigentlich dafür überhaupt keine Zeit habe. Nein, alleine! Diese Grenze kostet Zeit und Nerven. Doch sie ist auch die Grundlage unserer Beziehung: Du und ich. Grundlage allen Miteinanders. Grundlage Deines Lebens, das Du lebst.

Wir beide wachsen so an unseren Grenzen – und üben dabei Gesellschaft von morgen. *Ich will Dich einbeziehen, formuliere mein Anliegen als Frage – und wundere mich, wenn Du Nein sagst. Manchmal lache ich dann über mich selbst.* Als Grenzen setzende Person springe ich dabei durch die Rollen: bin Aufpasserin, Emotionsdeponie, Vorbild, Erklärbär, Feuerwehr. Alles gleichzeitig und vieles dazwischen. Und manchmal auch einfach die Neinsagerin. Wie oft frage ich mich: Wie will ich sein – mit Dir, für Dich? Und stehe dabei zwischen den Stühlen.

Es ist ein sonniger Tag, wir zwei auf dem Waldweg. Du bäuchlings, ich sitzend daneben. Gehen Sie weiter, will ich sagen, hier gibt es nichts zu sehen – nur das Wachsen unserer Gesellschaft von morgen. Die meisten lächeln, einige schütteln den Kopf. Der letzte hat einen Hund dabei – Du hältst inne, hebst den Kopf. Situation gerettet. In einem Pinnchen auf unsrer Fensterbank blühen jetzt Gänseblümchen.

Foto: pixabay

Wenn du alle Freiheiten der Welt hättest, was würdest du tun?

„Alle Termine und Verpflichtungen absagen, die Arbeit sausen lassen, die Uhr ausziehen und einfach so leben, wie es mir gefällt. Und nur mir!“

KATHRIN, 32, LEHRERIN

„Machtmissbrauchende Menschen auf der ganzen Welt absetzen und danach selbst so lange ich will fröhlich durch die ganze Welt reisen und mitnehmen, wer Lust hat!“

JULE, 27, SOZIALARBEITERIN

„Ich hätte dann wohl auch die Freiheit, sehr lange darüber nachzudenken, wie ich dieses Privileg am geschicktesten nutzen kann. Aber sich noch mehr Zeit zu nehmen und Zeit zu haben für sich, für andere, anderes und Neues gehört für mich in jedem Fall dazu.“

KILIAN, 33, SEELSORGER

„Wenn ich alle Freiheiten hätte, würde ich dafür sorgen, dass Frieden auf der ganzen Erde wäre. Dann würde sich auch die Freude wieder ausbreiten!“

SR. GERALDINE, 85, STEYLER MISSIONSSCHWESTER

„Ich würde die Freiheiten gerne mit den Menschen teilen, die nicht so frei leben können wie ich!“

ALENA, 26, REFERENTIN SPORTJUGEND

Gehen oder bleiben?

LEA SPINNER

Ulrike Köhler, 65, wuchs in der DDR auf und erlebte die Wende hautnah mit. Im Interview erzählt die Mitgründerin des „neuen“ Klosters Volkenroda, warum der Geburtstag ihres Onkels ihr die Augen öffnete und wie sie zu einem freien Glauben fand.

Liebe Ulrike, schön, dass du dir heute für uns Zeit genommen hast. Du hast einen großen Teil deines Lebens in der DDR gelebt. Erzähl uns doch etwas über deine Kindheit im geteilten Deutschland.
Ich muss sagen, dass wir eine sehr behütete Kindheit hatten. Der Staat im Sozialismus war wohl strukturiert, die Kriminalität sehr gering und das Sicherheitsgefühl daher sehr hoch. Als Kind habe ich nicht bemerkt, dass es zwei grundlegend verschiedene Systeme in unserem Land gab. Das Einzige, an was ich mich wirklich noch gut erinnere, war ein Satz, den meine Eltern immer gesagt haben: ‚Was gesprochen wird im Elternhaus, spricht ein gutes Kind nicht aus‘.

Das hast du aber als Kind nicht wirklich verstanden.
Man hat es einfach als normal angesehen. Offiziell durften wir kein West-Fernsehen schauen, haben es aber in unserem Elternhaus trotzdem getan. Und die Lehrer haben immer wieder versucht herauszufinden, ob die Familien sich an die Regeln halten. Die DDR war wie eine Diktatur, die dir vorgeschrieben hat, wie du leben sollst. Freiheit und auch die Glaubensfreiheit gab es einfach nicht.

Wann hast du das erste Mal richtig gespürt, dass das System der DDR euch so einschränkt?
Je älter ich wurde, desto mehr habe ich gemerkt, dass der Staat uns eigentlich nur anlügt. Es hat alles irgendwie nicht zusammengepasst und man wurde immer öfter damit konfrontiert, sich rechtfertigen zu müssen.

Foto: privat, unspalsh.com/Sindy Sussengut

Wir hatten Gott sei Dank nie wirklich mit der Stasi zu tun, aber wir haben von anderen mitbekommen, dass der Staat sehr restriktiv gehandelt hat.

Wie hat sich das auf deine weitere Ausbildung ausgewirkt?
Als wir auf die Oberschule gehen wollten, musste meine Mutter sich für uns einsetzen, damit wir überhaupt zugelassen wurden. Ich konnte meinen Abschluss machen und 1975 mein Studium der Landwirtschaft in Leipzig anfangen. Als ich damit fertig war, war ganz schnell klar: Du musst dorthin, wo der Staat dich braucht. Das konnte ich mir damals nicht aussuchen. Es war tatsächlich ein großer Zufall – heute würde ich sagen Gottes Fügung – dass ich genau dorthin gekommen bin, wo mein zukünftiger Mann auch studiert hat.

Das bedeutet, du bist doch ganz glücklich gewesen, wo man dich hingeschickt hatte?
Privat ist es mir damit gut gegangen. Ich habe geheiratet, Kinder bekommen und sowohl mein Mann als auch ich waren in guten Posten in der Landwirtschaft angestellt. Aber spätestens da habe ich gemerkt, wie kaputt das System eigentlich ist. Irgendwann wurde nur noch Naturalhandel betrieben, weil es einfach nichts mehr gab. Dabei ging es uns in der Landwirtschaft noch gut, weil die DDR versucht hat, immer genügend Nahrungsmittel zur Verfügung zu stellen. Sozusagen die Grundbedürfnisse der Menschen zu stillen, um sie zu besänftigen. Aber man hat gemerkt, wie es brodelt.

Wie hat sich dieses „Brodeln“ für dich dargestellt?
Am deutlichsten wurde mir das, als ich zum ersten Mal im Westen gewesen bin. Ich durfte 1987 zum Geburtstag eines Onkels fahren. Das war für mich ein unvergessliches Erlebnis. Schon >

der Moment, als wir über die Grenze gefahren sind und es niemanden mehr auf den Plätzen gehalten hat, war einfach unbeschreiblich. Alle sind raus und ans Fenster gestürmt und mir kamen sofort die Tränen. Es war einfach nichts so, wie ich es kannte. Und auf der Geburtstagsfeier sagte mein Onkel zu mir, dass die Grenze nicht mehr lange bestehen werde. Das hätte ich mir in diesem Moment nie vorstellen können, aber als ich wieder zuhause war, da ist es mir wie Schuppen von den Augen gefallen, wie anders die Systeme sind. Und wie kaputt eigentlich alles war. Man hatte vorher nie einen Vergleich, bis ich es selbst erlebt habe. Das war ein sehr einschneidendes Erlebnis für mich und auch andere haben das natürlich erlebt.

Und als du zurück zu deiner Familie kamst, da war die Wende ja nicht mehr weit.
Ich nenne die Wende lieber eine ‚friedliche Revolution'. Die Menschen sind mit Kerzen auf die Straße gegangen, vorneweg die wirklichen Widerstandskämpfer und dann immer und immer mehr Menschen. Ich denke, es war eine Mischung aus der kollabierenden Mangelwirtschaft und dem sehnlichen Wunsch nach Freiheit, der die Menschen umgetrieben hat. Bis heute finde ich es etwas unfassbar Tolles, dass es möglich war, ein System mit Kerzen und Gebet zu ändern. Das ist ein absolutes Alleinstellungsmerkmal und ich bin so dankbar, dass ich das miterleben durfte.

Fotos: Kloster Volkenroda

Wie genau hast du den Moment der Öffnung der Grenze erlebt?
Genau zu der Zeit waren wir in Ungarn und haben erst davon erfahren, als wir wieder deutschen Radiosender empfangen haben. Da waren wir erstmal total überfordert und wussten nicht, was wir tun sollten. Gehen oder Bleiben? Darüber haben wir viel nachgedacht. Die Entscheidung fiel am Ende, weil mein Schwiegervater ein schwerer Pflegefall war und nicht gehen wollte. Daher sind wir mit ihm geblieben.

Und dann? Hat sich alles verändert?
Ich bin nach der Wende arbeitslos geworden. Das war schon ein riesiger Einschnitt und eine große Unsicherheit. Wir kannten kein Sozialnetz, wussten nicht, wie wir unsere Kredite weiter bezahlen und die Kinder ernähren sollten. Das gesamte Staatssystem, die Polizei, alles war im Umbruch und es ist nicht leicht gewesen, sich darin zu orientieren. Ich denke trotzdem, dass wir uns relativ schnell anpassen konnten, weil wir noch so jung waren. Viele Menschen, die zur Zeit der Wende schon älter waren, hatten da mehr Probleme. Wir haben alles miterlebt, Dynamik und Euphorie, aber eben auch die Schattenseiten, die mitkamen.

Wie bist du mit den Schattenseiten der Wende umgegangen?
In dieser Zeit habe ich eine tiefe, innere Not gespürt. Und wie meine fromme Oma sagen würde, hat mich diese Not wirklich das Beten gelehrt. So habe ich zu Gott gefunden und begonnen, mich für den Wiederaufbau des ehemaligen Zisterzienserklosters Volkenroda einzusetzen. Wir mussten viel organisieren, recherchieren, Anträge schreiben und gleichzeitig aktiv mit anpacken. Jeder Tag war unglaublich spannend und ich habe gelernt, dass etwas nicht aufhört, solange du weitergehst. Diese Zeit war für mich sehr bereichernd und verbunden mit einer tiefen Gotteserfahrung.

Was würdest du sagen, hast du daraus mitgenommen?
Für mich und wahrscheinlich für unsere gesamte Generation war es ein unglaublicher Reichtum sowohl die DDR-Zeit als auch die Wende miterlebt zu haben und jetzt in der Marktwirtschaft zu leben. Man kann es gut vergleichen und Vor- und Nachteile von allem sehen. Und ich glaube, dass diese Erfahrungen den großen Schatz unseres Lebens darstellen. Dinge völlig neu sehen zu lernen und sich innerlich so vollkommen zu öffnen. Und eben beide Seiten zu kennen. Ich schätze, dass alle DDR-Bürgerinnen und -Bürger schon mal im Westen waren, aber ich glaube nicht, dass alle Westdeutschen schon einmal im Osten waren. Diese Lebenserfahrung ist ein ganz wichtiger Schatz der Seelsorgearbeit, die ich heute in Volkenroda leite. Ich habe mein Leben gut aufgearbeitet und verarbeitet und das ist ein großer Schatz, für den ich sehr dankbar sein kann.

Surftipp
Kloster Volkenroda (1131), ehemaliges Zisterzienserkloster: Das baufällige Kloster wurde nach der Wende, auf Initiative zweier Familien sowie in Zusammenarbeit mit der ökumenischen Jesus-Bruderschaft, mühevoll wiederaufgebaut. Heute ist es ein Ort der Begegnung für viele Pilger*innen geworden.
www.kloster-volkenroda.de

Wir stehen dahinter.

Wir sind ein vielfältiges Team aus jungen Leuten, die in aller Welt mitgelebt, mitgebetet, mitgearbeitet haben, aus Steyler Missionsschwestern und Mitarbeitenden. Zusammen suchen wir nach einer Welt, in der es gerechter, friedlicher, geschwisterlicher zugeht. Eine Welt, die wir von Gott getragen glauben.

Darum stehen wir ein für eine offene, heterogene und partizipative Gesellschaft und eine ebensolche Kirche. Wir ermutigen aus dem christlichen Glauben heraus aus der Tiefe zu leben, geschwisterlich zu leben und engagiert zu leben. Dazu in:spirieren unser Magazin und unsere weiteren Angebote.

TERMINE

20.–24.09.2021 / Schloss Lindenhof

Weiter sehen, weiter gehen

Bergexerzitien

In den Weiten und Tiefen der Ammergauer Alpen unterwegs sein – zu sich selbst, zum eigenen Leben und seinen Fragestellungen, zu dem, was mich bewegt und mir Kraft verleiht. Biblische Weggeschichten werden uns in diesen Tagen begleiten und Impulsgeber sein. Wir wohnen in einer einfachen Selbstversorgerhütte in der Nähe von Schloss Linderhof und wandern täglich schweigend ca. 5 – 6 Stunden (800hm). Morgens und abends gibt es spirituelle Impulse mit Austauschrunden, sowie die Möglichkeit zu Begleitgesprächen.

30.10.2021 / Frankfurt

Macht.Frauen.Sexualität.Priestersein.

*Katholik*innen auf der Suche nach der Zukunft ihrer Kirche*

Beim „Synodalen Weg“ standen von Anfang an Themen auf der Tagesordnung, über die innerhalb der katholischen Kirche in Deutschland Gesprächsbedarf herrscht. Wo stehen wir heute? Impulse aus den Themenforen und die Diskussion mit zwei Vertreter*innen, die am Synodalen Weg teilnehmen, geben uns Einblick in das aktuelle Geschehen: Sr. Bettina Rupp als eine Vertreterin der Ordensleute und Pfarrer Dr. Werner Otto, Sprecher des Limburger Priesterrats. Er wirkt beim Forum Macht und Gewaltenteilung mit, einem Thema, das ihn seit Jahren in seinem Bistum beschäftigt.

QR-Code: Anmeldung und weitere Infos zu beiden Veranstaltungen
(https://inspirit.steyler-missionsschwestern.de/angebote/termine)

Fotos: unsplash/Holly Mandarich, unsplash/Björn Taubitz

Neugierig geworden?

Unter www.ssps.de/inspirit findest Du
- das Magazin im PDF-Format,
- Angebote für Junge Erwachsene:
  – Freiwilligendienst Missionar*in auf Zeit (ein Jahr weltweit)
  – Freiwilligeneinsatz Mission Beyond Borders (ab drei Monaten an den Grenzen Europas)
  – Wochenenden und Seminare mit spirituellen, sozialkritischen und nachhaltigen Schwerpunkten,
- mehr Infos über unser Team und die Steyler Missionsschwestern.

Du möchtest Kontakt mit uns aufnehmen? Wir freuen uns über Dein Lob, Deine weiterführende Kritik und Deine Anregungen! Schreib‘ einfach an unser Redaktionsteam: inspirit.magazin@ssps.de

IMPRESSUM

Herausgeber und Copyright
Steyler Missionsschwestern e.V.
www.ssps.de/inspirit

Anschrift der Redaktion:
Steyler Missionsschwestern
Redaktion in:spirit
Ziegelhüttenweg 149
60598 Frankfurt am Main
E-Mail: inspirit.magazin@ssps.de

Gestaltung: jens Hartmann
V.i.S.d.P.: Sr. Anna-Maria Kofler SSpS

Mitarbeit an dieser Ausgabe:
Sr. Christel Daun SSpS, Amelie Feldmann, Mirjam Gödeke, Anna Höhn, Sr. Ida Haurand SSpS, Steffi Mager, Sr. Christine Müller SSpS, Josefine Naton, Sr. Maria José Rebelo SSpS, Maria van de Sand, Lea Spinner, Sr. Imelda Taneo SSpS

Erscheinungsweise: halbjährlich
Auflage: 1500 Exemplare
Druck: dieUmweltDruckerei

Spendenkonto: Steyler Missionsschwestern e.V.
IBAN: DE04 3706 0193 4005 9820 01

STEYLER MISSIONSSCHWESTERN
Dienerinnen des Heiligen Geistes (SSpS)

klimaneutral
natureOffice.com | DE-275-KKPRE91
gedruckt

STEYLER MISSIONSSCHWESTERN
www.ssps.de/inspirit

Foto: unsplash / Markus Spiske