

Seelsorge für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen in der Diözese Regensburg

Sehr geehrte Damen und Herren!

Dieses wunderbare Bild habe ich bei einer Paddelboot-Tour im Spreewald aufgenommen. In diesem Biosphärenreservat im Südosten des Bundeslandes Brandenburg gibt es insgesamt 1.575 km an kleinen Wasserläufen, dort „Fließen“ genannt, 267 km davon sind schiffbar. Aufgrund der unbändigen Natur des Wassers wurden zu Beginn des 20. Jahrhunderts erste Stauanlagen errichtet, die den Wasserstand regulieren und Missernten vermeiden sollten. Bis heute ermöglichen sie weitgehend ungehinderte Kahnfahrten im Spreewald.

Die Tage nach Pfingsten habe ich in dieser faszinierenden Gegend sehr genossen. Es waren für mich die ersten Tage nach den langen Corona-Wochen, die sich wie unbeschwerter Freiheit anfühlten. Plötzlich war viel Zeit zu schauen und das beruhigende Grün dieses Urwaldes auf mich wirken zu lassen. Und der Theologenkopf, den ich auch immer dabei habe, legt unwillkürlich biblische Bilder zu den beeindruckenden Naturaufnahmen dazu.

Grenze

Der Fluss ist seit alters her ein Symbol für die Grenze, die Grenze des Lebens (vgl. „über den Jordan gehen“), aber auch die unterschiedlichen kleineren Grenzen im Leben. Ich denke an eine berühmte biblische Grenzgeschichte, die von Jakob am Fluss Jabbok (Gen 32,23-33). Jakob, der seinen älteren Zwillingbruder Esau um den Erstgeburtssegens betrogen hatte, erlebt an dieser Flussgrenze eine heftige Auseinandersetzung mit seiner eigenen Geschichte. Es kommt zu einer Schlägerei mit einem Fremden, den er am Ende als Gott erkennt. Aus diesem Kampf geht Jakob nicht ungeschoren hervor, er hinkt künftig, weil er auf die Hüfte geschlagen wurde. Aber der Fremde segnet ihn am Schluss auch. Grenzerfahrungen sind schmerzhaft, aber sie bringen Menschen im Leben auch weiter.

Quelle des Lebens

Die Einschränkungen und Begrenzungen dieser letzten Zeit waren für viele Menschen schwer zu ertragen. Aber vieles ist in dieser Zeit auch an Segen sichtbar geworden: Nachbarschaftshilfe, gegenseitiges Trösten und Stärken, freundliche Gesichter sogar unter der Maske, kleine Ermutigungen auf dem Weg, Wertschätzung eines einfachen Spaziergangs oder einer Tasse Kaffee mit Freunden. Von daher ist mit dem Fluss nicht nur eine Grenzer-

fahrung verbunden, sondern er gilt in der Bibel auch als Symbol für die Quelle des Lebens, wenn Gott z.B. sein Volk „mit dem Strom seiner Wonnen“ trinkt (Ps 36,9).

Vertrauen

Wenn man in dem Dschungel von Waldgebiet und verzweigten kleinen Fließen mit dem Boot unterwegs ist, braucht man auf jeden Fall eine gute Landkarte, um sich zurechtzufinden. Es gibt manche Schilder wie auf Straßen, aber manchmal muss man auch ein bisschen raten, wo es weitergehen könnte. Ich denke an die letzten Wochen und daran, dass wir alle wohl weitgehend ohne Landkarte unterwegs waren. Die Situation, vor die wir gestellt wurden, war wie ein Labyrinth: Viele Informationen von unterschiedlichen Seiten, kaum eigene Erfahrungen mit einer Pandemie, Unbehagen hinsichtlich der gesetzten Regeln und die Ungewissheit, ob man da jemals heil wieder raus kommt. Was helfen kann auf unbekanntem Terrain, ist etwas, das man „Gottvertrauen“ nennen kann. Psalm 139 spricht davon, wenn es heißt:

*„Ob ich gehe oder ruhe, es ist dir bekannt;
du bist vertraut mit all meinen Wegen.“ (Ps 139,3)*

Der Prophet Jeremia bringt mit Blick auf Gottvertrauen einen Vergleich, der zu der Spreewald-Impression oben gut passt:

„Selig der Mensch, der auf den HERRN vertraut und dessen Hoffnung der HERR ist. Er ist wie ein Baum, der am Wasser gepflanzt ist und zum Bach seine Wurzeln ausstreckt: Er hat nichts zu fürchten, wenn Hitze kommt; seine Blätter bleiben grün; auch in einem trockenen Jahr ist er ohne Sorge, er hört nicht auf, Frucht zu tragen.“ (Jer 17,7f.)

Ich wünsche Ihnen allen, dass die Grenzerfahrungen dieses Jahres Ihnen auch zum Segen werden, zur Quelle von guten Erfahrungen und von Gottvertrauen! Ich wünsche Ihnen Zeit für Erholung, für frisches Grün, Wasser, Wanderwege oder was Ihnen guttut. Und ich hoffe, dass im Herbst manche Veranstaltung auch wieder live stattfinden kann und wir uns wieder wirklich begegnen können.

Alle guten Wünsche und herzliche Grüße

Ihr

Christoph Seidl

Gelassen in der Krise

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Das Übungsprogramm des amerikanischen Arztes und Professors Jon Kabat-Zinn MBSR (mindful based stress reduction) stärkt nachweislich die Resilienz gegenüber Stress und beugt Tendenzen des Ausbrennens vor. Elemente des Tages sind: Einfache Körperübungen in Bewegung, Geh- und Sitzmeditation, Schulung der Wahrnehmung von Körper, Gedanken und Emotionen, Impulsvorträge der Kursleiterin, Erfahrungsaustausch.

Bitte bringen Sie aus Hygienegründen eine eigene Bodenmatte, 2 Decken und – falls vorhanden – Sitzkissen und Sitzhocker mit.

Montag, 14. September 2020, 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

Veranstaltungsort: Bildungshaus Schloss Spindlhof, Spindlhofstr. 23, 93128 Regenstauf

Referentin: Ulrike Simon-Schwesinger, zertifizierte MBSR-Lehrerin, Dipl.Rel.päd. (FH), geistliche Begleiterin, Kontemplationslehrerin, Mitarbeiterin in der Abteilung Schulpastoral.

Teilnehmerzahl: 9 Personen (evtl. kurzfristig auf 12 erweiterbar)

Teilnahmegebühr: 35 €

Anmeldung über unsere Dienststelle, siehe Impressum.

Exerzitien in Johannisthal

Weil Dein Wort Leben birgt -

Bibliologexerzitien mit dem Matthäusevangelium

Wenn die Texte der Bibel mich auf einmal aufhorchen lassen, mich nach meinen Erfahrungen fragen, mir einen neuen Horizont eröffnen... dann werden sie als frohe Botschaft für mich lebendig.

Beim Bibliolog (aus Bibel und Dialog) sind die Teilnehmenden in der Runde versammelt. Nach einer Hinführung wird der jeweilige Text gelesen. Wenn unterbrochen und an eine Gestalt der Bibel oder ihres Kontextes eine Frage gestellt wird, können alle aus dieser Rolle heraus persönlich antworten. Lebensgeschichte und biblische Geschichte verweben sich miteinander und legen sich gegenseitig aus. (www.bibliolog.de)

Elemente: tägliche Bibliolog, individuelle Gebetszeiten, Schweigemeditationen in der Gruppe, Austausch, Körperübungen, kreative Zeiten, Möglichkeit zum Einzelgespräch und zur täglichen Teilnahme an der Eucharistiefeier. Es werden weder Erfahrungen mit Exerzitien noch mit Bibliolog vorausgesetzt.

**Dienstag, 3. November 2020, 15.00 Uhr, bis
Samstag, 7. November 2020, 13.00 Uhr**

Ort: Haus Johannisthal, Windischeschenbach

Leitung: Maria Rehber-Graf, Exerzitienleiterin, Bibliologin, Gemeindeferentin; Bernhard Götz, Bibliologtrainer, Geistlicher Begleiter, Pastoralreferent in der Palliativseelsorge

Kosten: 228,00 €

Anmeldung bis Montag, 5. Oktober 2020 im Haus Johannisthal
Tel.: 09681/40015-0; E-Mail: kontakt@haus-johannisthal.de

44. Salzburger Pflegekongress

Angesagt statt abgesagt

Der ausgefallenste Pflegekongress des Jahres

Die Corona-Krise hat auch uns einen Strich durch die Rechnung gemacht. Wir möchten den für 2020 geplanten Kongress nach Möglichkeit im kommenden Jahr durchführen. Für dieses Jahr haben wir uns ein besonderes Angebot ausgedacht, an dem Sie via Internet live über eine Videokonferenz oder auch später über www.salzburger-pflegekongress.de kostenlos teilnehmen können.

Das erwartet Sie:

- Ein virtueller Spaziergang durch Salzburg mit guter Musik
- Reflexionen und Perspektiven aus dem Corona-Jahr
- Impulse bekannter ReferentInnen
- Möglichkeit zum Austausch in Breakout-Sessions
- Ausblick auf den Kongress 2021
- Eine abschließende Andacht mit der Gruppe Worship Oida!

**Freitag, 23. Oktober 2020,
15.00 – 18.00 Uhr Online-Kongress**

Anmeldung:

online: www.salzburger-pflegekongress.de
per E-mail: info@kathpflegeverband.de

Oasentag im Advent

Loslassen

Manchmal fühlt sich das Leben schwer an, im wahrsten Sinne des Wortes be-lastet. Nicht selten gerade dann, wenn sowie-so keine Zeit ist, wenn noch so vieles erledigt werden muss bis Weihnachten, bis zum Jahresende, am besten bis gestern.

Da gibt es die Sehnsucht, alles loslassen zu können, leicht und unbeschwert den Augenblick zu erleben nur mit dem, was dieser Moment fordert. Aber das Leben fordert scheinbar, jetzt schon an morgen oder übermorgen zu denken. Da kommt plötzlich ein Kind. Klein und verletzlich. Schutzbedürftig. Machtlos. Es sagt: „Lass los! Ich bin gekommen um Frieden zu bringen!“ Der Oasentag lädt dazu ein, etwas von diesem Frieden aufzuspüren, aufzunehmen, mitzunehmen und weiterzutragen.

**Mittwoch, 2. Dezember 2020,
Exerzitienhaus Werdenfels**

**Dienstag, 8. Dezember 2020,
Exerzitienhaus Johannisthal**

ReferentIn: Pfarrer Dr. Christoph Seidl & Christina Schrader, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Systemisches Coaching und Geriatrie-Clown

Jeweils Beginn um 9.30 Uhr (Stehkaffee)
16.00 Uhr Gottesdienst – ca. 17.00 Uhr Ende

Teilnahmebeitrag: 35 € (incl. Verpflegung)

Anmeldung über unsere Dienststelle, siehe Impressum.

Impressum:

Abbildung Titelseite:
© Dr. Christoph Seidl



Seelsorge

für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen in der Diözese Regensburg
www.seelsorge-pflege.de

Diözesanzentrum Obermünster
Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg
Tel. 0941 597 1621, Fax 0941 597 1623
info@seelsorge-pflege.de