Theresia
Hecht
Stiftung
Suche Frieden
und jage ihm nach!
(Psalm 34,15b)
Jahresthema 2024 der THS-Seelsorge
www.t-h-s.de/seelsorge
/theresia.hecht.stiftung
#mitmenschen
begleiten.

Liebe Leserin, lieber Leser,

als wir einen Wettbewerb zur Auswahl des neuen Jahresthemas der Seelsorge für 2024 ausgerufen hatten, kamen gleich mehrere Vorschläge zum Thema Frieden. Das ist nicht wirklich überraschend, denn der Wunsch nach Frieden ist ein hochaktuelles Thema. Tagtäglich bekommen wir Nachrichten aus aller Welt voll von Unfriede, Gewalt und Krieg. Nicht zuletzt ist die Sehnsucht nach Frieden durch die Kriege in der Ukraine und im Nahen Osten riesengroß. Aber unser Wunsch nach Frieden hat nicht nur mit „der Welt da draußen“ zu tun. Wir sehnen uns auch nach Frieden in unserem eigenen Umfeld. Wir suchen den Frieden mit unseren Eltern, Geschwistern, Kindern, Nachbarn, Freunden und Kollegen. Wer sich gerade mittendrin in einem Konflikt befindet, der weiß, wie schwer es ist, Frieden zu finden. Das kann manchmal zermürbend sein und setzt einen langen Atem voraus. Letztendlich suchen wir unseren *inneren Frieden*. Wir sehnen uns danach, mit uns selbst im Reinen, also *zufrieden* zu sein. Wir wünschen uns eine innere Balance, die uns die täglichen Aufgaben in Familie und Beruf gut meistern lässt. Das kann sich im besten Fall auf unser Umfeld auswirken.
Als kirchliche Stiftung verschreiben wir uns dem christlichen Gottesbild: wir glauben an einen Gott, der uns Menschen den Frieden bringt und uns auf unserer Suche nach Frieden begleitet. Das Titelbild unseres Jahresthemas zeigt eine friedliche Landschaft mit einem See in den Bergen. Es lässt an Ruhe und inneren Frieden denken. Sicherlich hängt der Friede in den Herzen mit dem Frieden untereinander zusammen. Der Friede mit sich selbst ist der Weg zum Frieden mit den Mitmenschen. Deshalb lade ich Sie dazu ein, darüber nachzudenken, was Ihnen dabei hilft, inneren Frieden zu finden.
An dieser Stelle möchte ich allen ganz herzlich danken, die einen Vorschlag für das neue Jahresthema eingereicht haben. Die Idee zu unserem Jahresthema hatte Nicola Noll von der St. Konrad Teilhabe, herzlichen Glückwunsch!
Die Aussage aus dem Psalm 34 „Suche Frieden und jage ihm nach“ ermahnt zu einer beständigen Umsetzung des Friedens. In dem Psalmtext geht es darum, hartnäckig dranzubleiben und dem Frieden nachzujagen. Tatsächlich ist das mit dem Frieden-Finden ja so eine Sache: der Friede lässt sich nicht einfach finden, wie ein verlorener Gegenstand. Und wer den Frieden gefunden hat, der kann ihn schon gar nicht festhalten. Der Friede muss immer wieder neu ins Spiel kommen. Friede muss immer wieder neu beginnen. Das setzt eine Bereitschaft zur Vergebung voraus – gegenüber unseren Mitmenschen und gegenüber uns selbst. In dieser kleinen Broschüre finden Sie verschiedene Denkanstöße zum Jahresthema; viel Freude beim Lesen!

Herzliche Grüße

Ihr Raphael Steber
Leitung Seelsorge

„Frieden ist nicht alles, aber ohne Frieden ist alles nichts.“
Willy Brandt

„Wenn jeder anstatt einem neuen Fernsehgerät Frieden verlangen würde, dann würde es Frieden geben.“
John Lennon

„Nicht der Krieg ist der Ernstfall, sondern der Frieden ist der Ernstfall, in dem wir alle uns zu bewähren haben.“
Gustav Heinemann

Die Playlist zum Jahresthema

Auch dieses Jahr gibt es wieder eine Spotify-Playlist zum Jahresthema. Dieses Jahr haben wir verschiedene Friedenslieder ausgewählt, unter anderem von Sting, Coldplay oder Udo Lindenberg. Sie möchten einen Song für die Playlist vorschlagen? Dann melden Sie sich einfach bei Raphael Steber.
Und nun hören Sie gerne rein! Einfach den QR-Code scannen oder dem Link folgen.

https://t1p.de/4wyj7

Das bedeuten die Friedenszeichen:

Friedenstaube

Die Friedenstaube ist ein biblisches Symbol. Am Ende der alttestamentlichen Sintflut schickt Noah eine Taube los, die nach dem rettenden Land suchen soll. Der Künstler Picasso zeichnete für den Weltfriedenskongress 1949 eine Friedenstaube. Seither wird sie als Zeichen für den Frieden verwendet.

Peace-Zeichen

Das Peace-Zeichen kommt aus der Hippie- und Friedensbewegung und war ursprünglich ein Symbol gegen Atomwaffen.

Regenbogen

Auch der Regenbogen ist ein biblisches Symbol: am Ende der Sintflut sahen die Menschen einen Regenbogen am Himmel. Dieser steht für die Versöhnung zwischen Gott und den Menschen. Seit den späten 1970er Jahren steht der Regenbogen auch als Symbol für die LGBTQ-Bewegung.

(Quelle: Sternsinger.de)

„Lieber 100 Stunden umsonst verhandeln, als eine Minute schießen."
Helmut Schmidt

„Stell dir vor, es ist Krieg, und keiner geht hin."
Carl Sandburg

„Wer Frieden auf Erden schaffen will, muss Frieden im Herzen gefunden haben."
Phil Bosmans

…und was bedeutet Friede eigentlich?

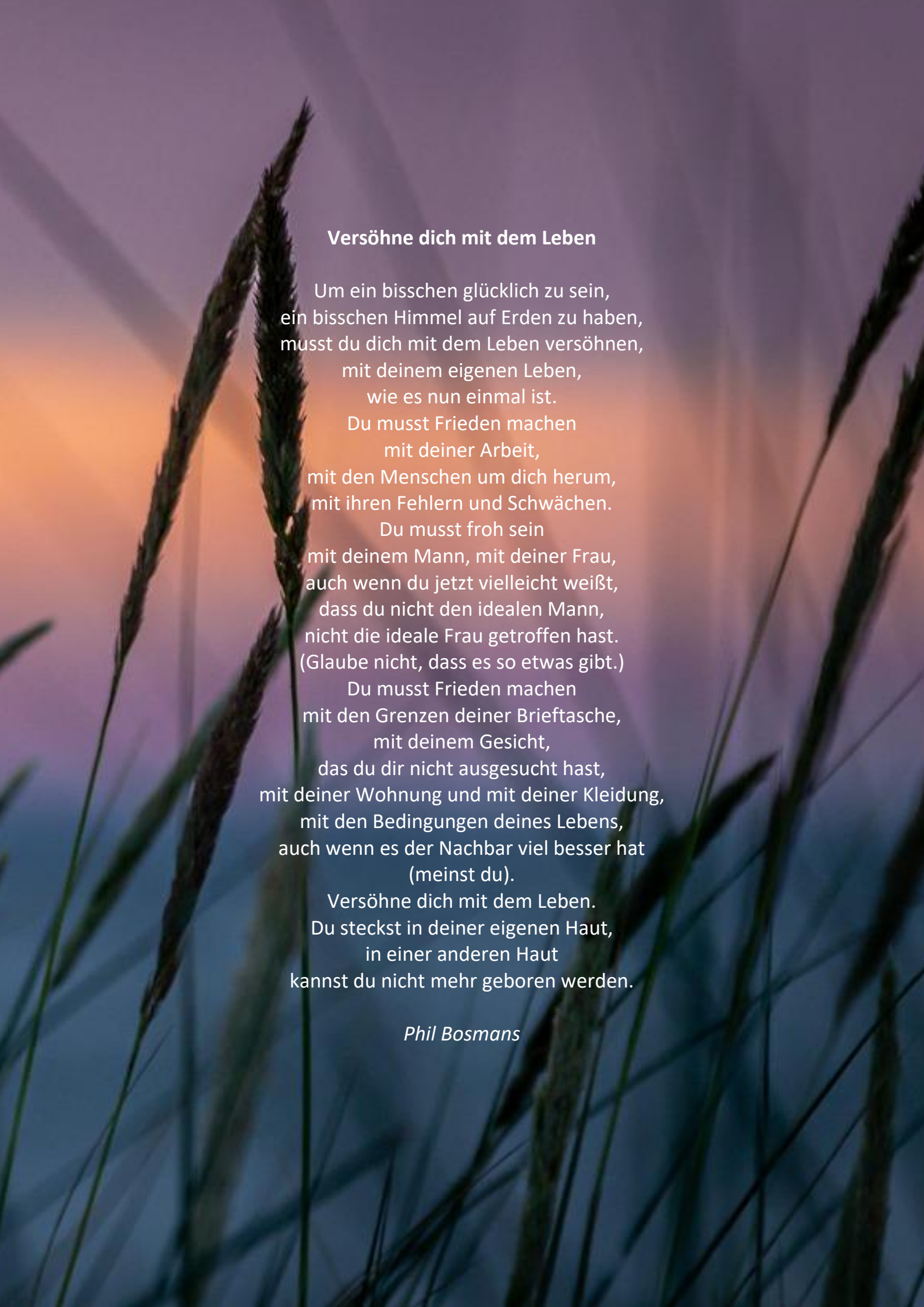
Friede spielt in allen Religionen eine wesentliche Rolle. In der Bibel bedeutet Friede, eine gute Beziehung zu Gott, zu den Mitmenschen und zu sich selbst zu haben. Im Alten Testament wird für Friede das hebräische Wort *Schalom* gebraucht. Es beschreibt einen Gruß, die Abwesenheit von Krieg und einen Zustand umfassenden Glücks. Somit stehen äußerer und innerer Friede in einem Zusammenhang. *Schalom* beinhaltet ein ganzheitliches Heilsein.
Im Neuen Testament steht das griechische Wort *Eirene* für ein friedvolles Miteinander. Gleichzeitig wird Friede als Gabe von Gott betrachtet. Jesus Christus ist der Friedensstifter schlechthin. Im Mittelalter finden wir das lateinsiche Wort *Pax* oft in Verbindung mit *Iustitia*, dem Wort für Gerechtigkeit. Frieden und Gerechtigkeit gehören zusammen und bedingen sich gegenseitig. Konflikte sollen nicht einfach „um des lieben Friedens willen“ unter den Teppich gekehrt werden: nein, es geht vielmehr darum, einen Zustand aus Frieden *und* Gerechtigkeit zu erreichen. Das deutsche Wort für *Friede* hat von seiner Wortherkunft mit Versöhnung und Beieinandersein zu tun und steht heute für Eintracht und Harmonie.
Die Verbindung mit der Harmonie lässt übrigens an die Musik denken: verschiedene Töne klingen zusammen und kommen miteinander ins Schwingen. Friede ist also kein Einheitsbrei, sondern alle können mit ihren vielfältigen und verschiedenen Gaben zu einem friedvollen Miteinander beitragen.

(Quellen: Lexikon für Theologie und Kirche, wissen.de, ekd.de)

Friedensgebet

Im Geist des Heiligen Franziskus von Assisi entstand Anfang des 20. Jahrhunderts in Frankreich ein Gebet, das die Sehnsucht nach Frieden zum Ausdruck bringt:

Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,
dass ich liebe, wo man hasst;
dass ich verzeihe, wo man beleidigt;
dass ich verbinde, wo Streit ist;
dass ich die Wahrheit sage,
wo Irrtum ist;
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;
dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.
Herr, lass mich trachten,
nicht, dass ich getröstet werde, sondern dass ich tröste;
nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe;
nicht, dass ich geliebt werde, sondern dass ich liebe.
Denn wer sich hingibt, der empfängt;
wer sich selbst vergisst, der findet;
wer verzeiht, dem wird verziehen;
und wer stirbt, der erwacht zum ewigen Leben.



Versöhne dich mit dem Leben

Um ein bisschen glücklich zu sein,
ein bisschen Himmel auf Erden zu haben,
musst du dich mit dem Leben versöhnen,
mit deinem eigenen Leben,
wie es nun einmal ist.
Du musst Frieden machen
mit deiner Arbeit,
mit den Menschen um dich herum,
mit ihren Fehlern und Schwächen.
Du musst froh sein
mit deinem Mann, mit deiner Frau,
auch wenn du jetzt vielleicht weißt,
dass du nicht den idealen Mann,
nicht die ideale Frau getroffen hast.
(Glaube nicht, dass es so etwas gibt.)
Du musst Frieden machen
mit den Grenzen deiner Brieftasche,
mit deinem Gesicht,
das du dir nicht ausgesucht hast,
mit deiner Wohnung und mit deiner Kleidung,
mit den Bedingungen deines Lebens,
auch wenn es der Nachbar viel besser hat
(meinst du).
Versöhne dich mit dem Leben.
Du steckst in deiner eigenen Haut,
in einer anderen Haut
kannst du nicht mehr geboren werden.

Phil Bosmans

Eine Geschichte vom Brückenbauen

Ein Vater und sein Sohn lebten friedlich und in völliger Eintracht. Sie lebten von dem Ertrag ihrer Felder und Herden. Sie arbeiteten miteinander und teilten gemeinsam, was sie ernteten. Alles fing durch ein kleines Missverständnis an. Dann kam es zu gegenseitigen Vorwürfen. Eine immer größer werdende Kluft bildete sich zwischen ihnen, bis es zu einem heftigen Streit kam. Fortan mieden sie jeglichen Kontakt und keiner sprach mehr ein Wort mit dem anderen. Eines Tages klopfte jemand an der Tür des Sohnes ... Es war ein Mann, er suchte Arbeit. „Kann ich vielleicht einige Reparaturen bei Ihnen durchführen?" „Ich hätte schon Arbeit für dich", antwortete der Sohn. „Dort, auf der anderen Seite des Baches steht das Haus meines Vaters. Vor einiger Zeit hat er mich schwer beleidigt. Ich will ihm beweisen, dass ich auch ohne ihn leben kann. Hinter meinem Grundstück steht eine alte Ruine, und davor findest du einen großen Haufen Steine. Damit sollst du eine zwei Meter hohe Mauer vor meinem Haus errichten. So bin ich sicher, dass ich meinen Vater nicht mehr sehen werde." „Ich habe verstanden“, antwortete der Mann. Dann ging der Sohn für eine Woche auf Reisen. Als er wieder nach Hause kam, war der Mann mit seiner Arbeit fertig. Welch eine Überraschung für den Sohn! So was hatte er nicht erwartet. Denn anstatt einer Mauer hatte der Mann eine schöne Brücke gebaut. Da kam auch schon der Vater aus seinem Haus, lief über die Brücke und nahm seinen Sohn in die Arme. „Was du da getan hast, ist einfach wunderbar! Eine Brücke bauen lassen, wo ich dich doch schwer beleidigt hatte! Ich bin stolz auf dich und bitte dich um Verzeihung." Während Vater und Sohn Versöhnung feierten, räumte der Mann sein Werkzeug auf und schickte sich an, weiterzuziehen. „Nein, bleib doch bei uns, denn hier ist Arbeit für dich!", sagten sie ihm. Der Mann aber antwortete: „Gerne würde ich bei euch bleiben, aber ich habe noch anderswo viele Brücken zu bauen."

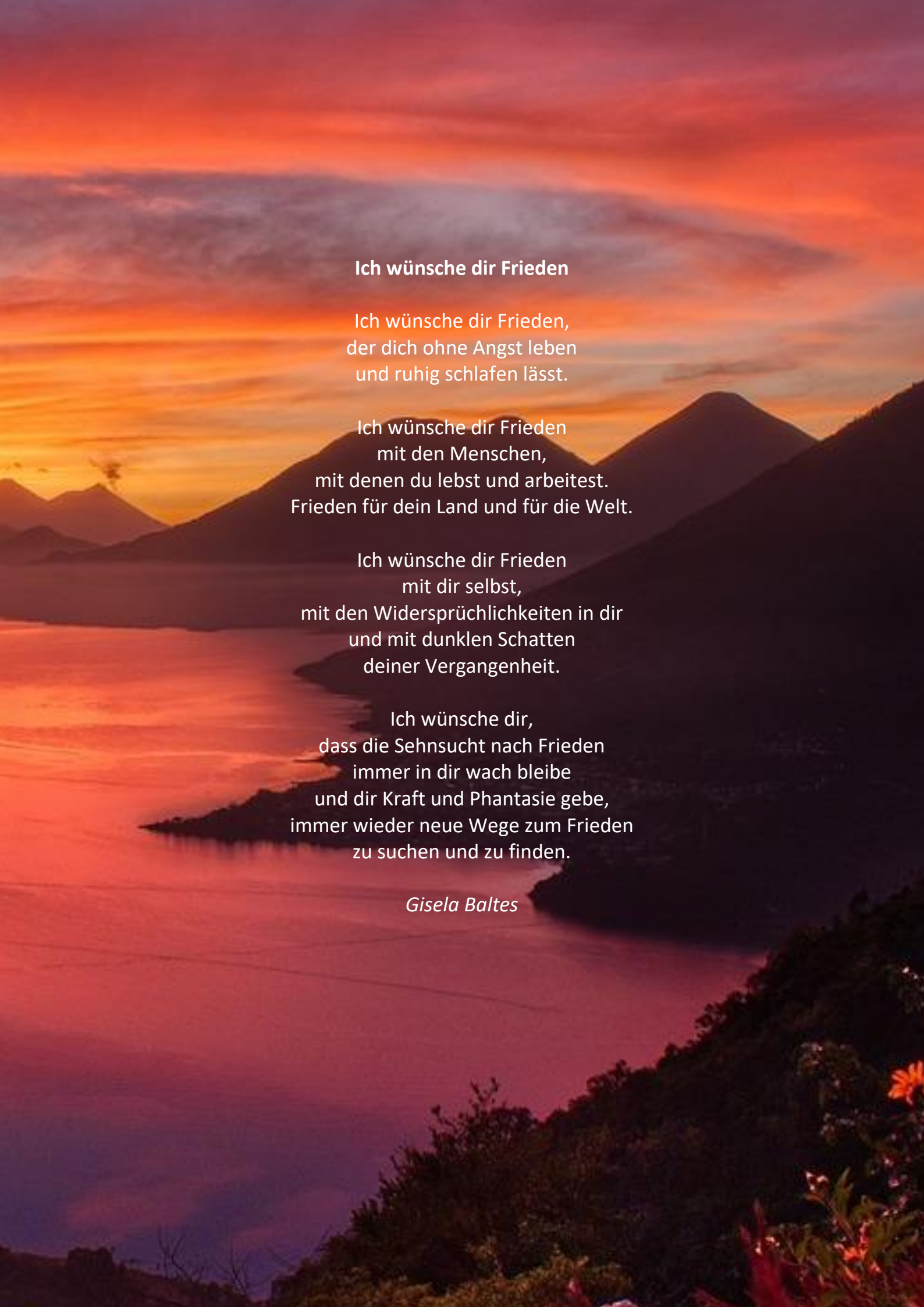
(Quelle unbekannt)

„Es gibt keinen Weg zum Frieden, denn Frieden ist der Weg.“
Mahatma Gandhi

„Einer muss den Frieden beginnen, wie den Krieg.“
Stefan Zweig

„Seien wir Menschen des Friedens - im Gebet und in der Tat!“
Papst Franziskus

„Mache deine Wohnräume zu einem Ort, an dem andere immer willkommen sind, zu einem Haus des Friedens und gegenseitigen Verzeihens.“
Frère Roger



Ich wünsche dir Frieden

Ich wünsche dir Frieden,
der dich ohne Angst leben
und ruhig schlafen lässt.

Ich wünsche dir Frieden
mit den Menschen,
mit denen du lebst und arbeitest.
Frieden für dein Land und für die Welt.

Ich wünsche dir Frieden
mit dir selbst,
mit den Widersprüchlichkeiten in dir
und mit dunklen Schatten
deiner Vergangenheit.

Ich wünsche dir,
dass die Sehnsucht nach Frieden
immer in dir wach bleibe
und dir Kraft und Phantasie gebe,
immer wieder neue Wege zum Frieden
zu suchen und zu finden.

Gisela Baltes

Wie spielt man Frieden?

Wie spielt man Frieden? Ein älterer Mann beobachtet Kinder beim Spielen. Sie hatten alle Pistolen und Gewehre in der Hand und ballerten spielend aufeinander los. Immer wieder ließ sich ein Kind fallen und spielte den Verwundeten oder Erschossenen. Der Mann ging auf die Kinder zu und fragte: „Was spielt ihr?“ – „Wir spielen Krieg“, antworteten die Kinder, „und das macht einen Riesenspaß!“ Daraufhin fragte sie der Mann: „Wie kann man Krieg spielen? Ihr wisst doch, wie schlimm ein Krieg ist. Ihr habt sicher schon Bilder davon im Fernsehen oder im Internet gesehen. Im Krieg verlieren Menschen ihr Leben, werden verwundet, Kinder verlieren ihre Väter, Frauen ihre Männer, Menschen ihre Heimat. Es ist nicht schön, Krieg zu spielen. Ihr solltet lieber Frieden spielen!“ „Das ist eine großartige Idee“, sagten die Kinder. Sie setzten sich zusammen, überlegten, schwiegen, tuschelten miteinander und schwiegen wieder. Schließlich stand ein Kind auf, ging zu dem Mann und fragte: „Wie spielt man den Frieden?“

(Geschichte nach Jörg Zink aus dem Essener Adventskalender 2011)

Und was fällt Ihnen zum Jahresthema ein? Welche Geschichten zum Thema Frieden können Sie erzählen? Welche Tipps für inneren Frieden können Sie geben? Schreiben Sie es uns!

Infos und Kontakt: Raphael Steber, Leitung Seelsorge in der Theresia-Hecht-Stiftung, Am Schlossberg 3, 89165 Dietenheim, raphael-steber@t-h-s.de, 07347 95795 265

Plakate und Postkarten zum Jahresthema sind bei Herrn Steber erhältlich. Im Jahr 2024 finden auch wieder Pilger- und Oasentage für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter statt, die Termine werden zeitnah bekannt gegeben.

© alle Bilder: pixabay.com, Titelbild erstellt von Andreas Keilholz