Theresia Hecht Stiftung

Seelsorge-Jahresthema 2025

Denn Du bist bei mir

Psalm 23,4

www.t-h-s.de/seelsorge

/theresia.hecht.stiftung

#mitmenschen begleiten.

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Denn du bist bei mir“ – das ist die Kernaussage aus dem Psalm 23. Dieser Psalm gehört zu den beliebtesten Abschnitten der Bibel, weil er vielen Menschen Trost und Zuversicht vermittelt.

Unser Jahresthema wurde wieder im Rahmen eines Wettbewerbs ausgewählt. Vielen Dank an alle, die so wunderbare Vorschläge eingereicht haben. Der Psalm 23 und der Vorschlag „Denn du bist bei mir“ wurden von Sr. Ursula und Falko Stephan eingereicht, vielen Dank dafür!

Im Folgenden finden sich Impulse und Anregungen rund um das aktuelle Jahresthema der Seelsorge. „Denn du bist bei mir“ – damit kann das Vertrauen auf Gottes Nähe gemeint sein, das für mich in schweren Momenten wichtig wird. Damit können aber auch die Menschen gemeint sein, die mich umgeben und die mir gut tun.

„Denn du bist bei mir“

Ob in fröhlichen Zeiten oder in dunklen Stunden: Du bist nicht allein!
Du bist umgeben von Menschen, die es gut mit dir meinen.
Du kannst vertrauen auf ein Netzwerk, das dich trägt; auch in schweren Zeiten.
Du darfst voller Zuversicht nach vorne schauen,
auch wenn du gerade keine Freudensprünge machen kannst.
Du kannst auf eine starke Gemeinschaft zählen, auch wenn du dich manchmal einsam fühlst.
Gott umhüllt dich mit seiner Nähe. Er ist bei dir und verlässt dich nicht.

- In welchen Momenten fühlst du dich von anderen Menschen getragen?
- Die Nähe welcher Menschen tut dir besonders gut?
- Was bedeutet Gottes Zusage „ich bin bei dir“ für dich?

Auf den folgenden Seiten befinden sich Impulse, Anregungen und Geschichten rund um das neue Jahresthema der Seelsorge. Viel Freude beim Lesen!

Herzliche Grüße

Raphael Steber
Leitung Seelsorge

Der gute Hirte
Psalm 23

Der HERR ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen.
Er lässt mich lagern auf grünen Auen und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.
Meine Lebenskraft bringt er zurück.
Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit, getreu seinem Namen.
Auch wenn ich gehe im finsteren Tal, ich fürchte kein Unheil;
denn du bist bei mir, dein Stock und dein Stab, sie trösten mich.
Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.
Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, übervoll ist mein Becher.
Ja, Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang
und heimkehren werde ich ins Haus des HERRN für lange Zeiten.

Außer dem bekannten Psalm 23 gibt es in der Bibel noch weitere 149 Psalmen. Das sind Gebete und Lieder, in denen Dank und Bitte, Klage und Not vor Gott gebracht werden. Das Buch der Psalmen war das Gebetbuch Jesu – daraus wird auch heute im Gottesdienst gelesen und gebetet.[1] In der Bibel wird die Beziehung zwischen Gott und den Menschen häufig mit der eines Hirten zu seinen Schafen verglichen. Für uns moderne Menschen mag das manchmal befremdlich klingen. Allerdings sind Schafe Herdentiere, die die Gemeinschaft untereinander benötigen. Schafe sind nicht gerne allein. Und das passt vielleicht auch ganz gut zu uns.

[1] Quelle: https://www.ekd.de/psalm-23-10786.htm

Impulsfragen zu Psalm 23

- Zu welchem Ziel sollte dich ein guter Hirte oder eine gute Hirtin führen?
- Wo fühlst du dich geborgen? Wie sieht dein sicherer Ort aus?
- Wer ist für dich ein guter Hirte oder eine gute Hirtin? Welche Menschen fallen dir ein? Hast du Gott schon einmal als guten Hirten erfahren?
- Wer sind deine „Feinde“: welche Lebensumstände, Schicksalsschläge oder Lebenserfahrungen magst du gar nicht?
- Wer oder was hat dir in schwierigen Zeiten Trost gegeben?

Kreative Ideen zum Jahresthema „Denn du bist bei mir“

- Schreibe spontan auf, welche Menschen dir dazu einfallen. In der Familie, im Freundeskreis, in der Arbeit: welche Menschen hast du gerne in deiner Nähe und warum? Auf welche Menschen kannst du dich besonders verlassen?
- Idee für Teams: Was schätzt ihr an eurem Team? Was sind eure Stärken? Worauf könnt ihr zählen? Wann seid ihr füreinander da? Schreibt es auf oder besprecht es miteinander. Ihr könnt auch eine Teamsitzung damit beginnen, dass ihr euch gegenseitig Komplimente macht.
- Schreibe deinen Lebenspsalm: beschreibe Situationen aus deinem Leben, in denen du Gott erfahren hast oder in denen andere für dich da waren und dir geholfen haben. Als Beispiel kannst du dich am Psalm 23 orientieren.

Was Menschen wissen sollten

Manche Menschen wissen nicht,
wie wichtig es ist, dass sie einfach da sind.
Manche Menschen wissen nicht,
wie gut es gut, sie nur zu sehen.
Manche Menschen wissen nicht,
wie tröstlich ihr gütiges Lächeln wirkt.
Manche Menschen wissen nicht,
wie wohltuend ihre Nähe ist.
Manche Menschen wissen nicht,
wieviel ärmer wir ohne sie wären.
Manche Menschen wissen nicht,
dass sie ein Geschenk des Himmels sind.
Sie wüssten es, würden wir es ihnen sagen.

Petrus Ceelen

Ganz ähnlich klingt ein Impuls von Michelle „Frengels“ Engels von der Diokirche Krefeld. Gemeinsam mit ihrem „Chef“ David Grüntjens betreibt sie einen erfolgreichen Instagramkanal, der zeigt, dass Kirche auch modern und lebendig sein kann:

Jemand hat durch dich gelernt zu lieben.

Jemand hat durch dich gelernt zu lieben.
Jemand erinnert sich an das Kompliment, das du ihm vor Jahren auf den Weg gegeben hast.
Jemand hört noch immer das Lied, das du ihm damals gezeigt hast.
Jemand lächelt, wenn er an einen Moment mit dir denkt.
Jemand benutzt immer noch die Wörter und Ausrücke, die du verwendest.
Die Perspektive auf das Leben hat sich von jemanden verändert durch dich.
Jemand wird von dir aus der Ferne inspiriert.
Jemand fühlt sich immer noch durch deinen Rat ermutigt.
Kurz gesagt: du bist wichtig und Gott hat dich wundervoll gemacht.

Michelle Engel

Warum hast du mich nicht gerettet?

Ein gläubiger Mensch rettet sich während einer riesigen Überschwemmung auf das Dach seines Hauses. Die Fluten steigen. Ein Rettungsboot kommt vorbei und bietet an, ihn mitzunehmen. „Nein, danke“, sagt er, „Gott wird mich retten.“ Die Nacht bricht an, und das Wasser steigt weiter. Der Mann klettert auf den Schornstein. Wieder kommt ein Boot vorbei, und die Helfer rufen: „Steig ein!“ – „Nein, danke“, erwidert der Mann nur. „Gott wird mich retten.“ Schließlich kommt ein Hubschrauber. Die Besatzung sieht ihn im Scheinwerferlicht auf dem Schornstein sitzen, das Wasser bis zum Kinn. „Nehmen Sie die Strickleiter“, ruft einer der Männer. „Nein, danke“, antwortet der Mann, „Gott wird mich retten.“ Das Wasser steigt weiter, und der Mann ertrinkt. Als er in den Himmel kommt, beschwert er sich bei Gott: „Mein Leben lang habe ich treu an Dich geglaubt. Warum hast Du mich nicht gerettet?“ Gott sieht ihn erstaunt an: „Ich habe dir zwei Boote und einen Hubschrauber geschickt. Worauf hast Du gewartet?“

Verfasser unbekannt

Seesterne retten

Ein furchtbarer Sturm kam auf. Der Orkan tobte. Das Meer wurde aufgewühlt und meterhohe Wellen brachen sich ohrenbetäubend laut am Strand.
Nachdem das Unwetter langsam nachließ, klarte der Himmel wieder auf. Am Strand lagen aber unzählige Seesterne, die von der Strömung an den Strand geworfen waren.
Ein kleiner Junge lief am Strand entlang, nahm behutsam Seestern für Seestern in die Hand und warf sie zurück ins Meer.
Da kam ein Mann vorbei. Er ging zu dem Jungen und sagte: „Du dummer Junge! Was du da machst ist vollkommen sinnlos. Siehst Du nicht, dass der ganze Strand voll von Seesternen ist? Die kannst du nie alle zurück ins Meer werfen! Was du da tust, ändert nicht das Geringste!“
Der Junge schaute den Mann einen Moment lang an. Dann ging er zu dem nächsten Seestern, hob ihn behutsam vom Boden auf und warf ihn ins Meer. Zu dem Mann sagte er. „Für ihn wird es etwas ändern!“

Verfasser unbekannt

Es erscheint manchmal klein und unscheinbar, was wir für andere tun. Aber auch die kleinste Geste kann etwas bewirken. Auch wenn sie uns nur wie ein Tropfen auf den heißen Stein erscheint.

Jeden Tag neu

Jeden Tag neu sollst du wissen:
Da ist einer, der mich hält.
Jeden Tag neu sollst du wissen:
Da ist einer, der mich versteht.
Jeden Tag neu sollst du wissen:
Da ist einer, der mich tröstet.
Jeden Tag neu sollst du wissen:
Da ist einer, der mich liebt.
Jeden Tag neu sollst du wissen:
Da ist einer, der für mich sorgt.

Verfasser unbekannt

Der Herr zieht mit

Der Herr zieht mit.
Er ist schon da!
Der dich getragen, geprägt, geführt und befreit hat.
Er ist schon dort.
Geh mit ihm.
Erfahr ihn, wie du es nie geglaubt.
Er ist schon dort.
Der dich in Ungeahntes, Neues führt.
Er ist schon dort.
Geh – du bist nicht verlassen.

Bernhard von Clairvaux

Die Playlist zum Jahresthema

Auch dieses Jahr gibt es wieder eine Spotify-Playlist zum Jahresthema. Ganz besonders passt etwa das Lied „I'll be there for you", der Titelsong der Serie „Friends". Oder der Song „Ain't no mountain high enough" von Marvin Gaye und Tammi Terrell, der von der Unterstützung eines geliebten Menschen durch alle Schwierigkeiten hindurch erzählt.
Du möchtest einen Song für die Playlist vorschlagen? Dann melde dich einfach bei Raphael Steber. Und nun: hört gerne rein! Einfach den QR-Code scannen oder dem Link folgen.

https://spoti.fi/3PBbw45

Und was fällt dir zum Jahresthema ein? Welche Geschichten zum Thema „Denn du bist bei mir" kannst du erzählen? Schreib es uns gerne.

Plakate und Postkarten zum Jahresthema sind bei Herrn Steber erhältlich.

Im Jahr 2025 finden auch wieder **Pilger- und Oasentage** für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter statt, hier sind die Termine:

03.04.2025 Kreativoasentag in Heudorf
08.05.2025 Pilgertag
25.06.2025 Oasentag im Kloster Brandenburg
29.09.-01.10.2025 Bergexerzitien im Allgäu
29.10.2025 Oasentag im Kloster Brandenburg

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

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