

ZUM SONNTAG



VON
MARTINA STOCKBURGER
.....

Einfach leben

Heißt das: Leb doch einfach? Oder: Mach es dir einfacher im Leben? Vielleicht hängt beides zusammen. Das klingt schon kompliziert, vielleicht auch, weil wir es uns selbst manchmal schwer machen. Ich beginne mit etwas Einfachem: Joghurt. Ich mag Joghurt. Ich gehe einkaufen im Urlaub in Südfrankreich in einem der riesigen Supermärkte: Ein Gang – 25 Meter Joghurt rechts von mir, 25 Meter links Joghurt von mir. Welches soll ich nehmen? Und wonach entscheiden? Ich will doch den Rest meiner Lebenszeit nicht zwischen Joghurtregalen verbringen! Das mag noch harmlos sein. Aber wie ist es mit Matratzen, Fahrrädern, Autos oder Küchen? Ständig müssen wir uns entscheiden. Wir leben aus der Fülle und das ist wunderbar – und zugleich erdrückt mich diese Fülle, macht das Leben kompliziert und belastend.

In jedem Haushalt in Europa finden sich zwischen 10.000 und 20.000 Dinge. Sie können gerne zu Hause nachzählen. Zur Zeit Jesu waren es zwischen 50 und 60 Gegenstände. Jeder Deutsche kauft allein im Schnitt etwa 60 neue Kleidungsstücke pro Jahr – und trägt diese halb so lange wie vor 15 Jahren.

Wir müssen nicht nur lernen, mit der Vielfalt klarzukommen, sondern auch Dinge sein zu lassen. Damit zu leben, dass ich vielleicht nicht das Allerbeste, aber doch ein sehr leckeres Joghurt kaufe. Mich bescheide. Was brauche ich wirklich? Was ist angemessen für mich, für andere, für die Umwelt?

Die biblische Antwort ist: Weniger ist mehr. Lebe anders, einfacher, bewusster, bescheidener. „Sammelt euch nicht Schätze auf Erden, wo Motten und Rost sie fressen und wo Diebe einbrechen und stehlen. Sammelt euch Schätze im Himmel. Denn wo dein Schatz ist, da wird auch dein Herz sein.“ Mit anderen Worten: Wenn du dir über alles so viele Gedanken machen musst, besetzt es dich. Nimm dein Denken ein. Bindet deine Kraft. Das gilt nicht nur bei materialistischen Dingen. Solche Schätze können auch Macht, Ruhm, Ehrgeiz, Gier, Aktionismus, meine starren Vorstellungen sein, die mich gefangen nehmen. Es stellt sich zwischen mich und Gott. Steht zwischen dieser Beziehung zu Gott und mir. Ich lebe aber in Beziehung. Ich bin, was ich bin, durch diese Beziehungen, wesentlich auch durch die Beziehung, die Gott zu mir hält. Nicht ich unbedingt zu ihm. Aber Gott zu mir. Weil Gott es schafft, diesen Wall, diese Mauer an Dingen und Überzeugungen zwischen mir und ihm zu durchbrechen. Einfach leben. Dafür braucht es eine bewusste Entscheidung für das, was wirklich wichtig ist. Prüft alles und behaltet das Gute. Das Gute jedoch ist dort zu finden, wo das Gute herkommt: Von Gott. Einfach leben hat für mich wesentlich mit Gott zu tun. Und mit dem Platz, den ich Gott in meinem Leben gebe.

Martina Stockburger ist Pfarrerin der evangelischen Gemeinde Steißlingen-Langenstein
singen.redaktion@suedkurier.de

Erzählcafé startet im Horizont-Hospiz

- Neues Angebot soll das Leben würdigen
- Geschichten aus persönlichen Erlebnissen



VON ULI ZELLER
singen.redaktion@suedkurier.de
.....

Singen – Ein Erzählcafé im Singener Hospiz Horizont öffnet für alle Interessierte. Gespräche mit Tiefgang sollen dabei helfen, das eigene Leben zu reflektieren und andere Menschen besser zu verstehen. Bei jeder Veranstaltung steht ein anderes Thema im Mittelpunkt. Pfarrerin Andrea Fink-Fauser von der evangelischen Lutherkirche in Singen wird gemeinsam mit Judith Müller, Gemeindeferentin im katholischen Dekanat Oberer Hegau, die Gesprächsrunden moderieren.

Das Erzählcafé sei ein Raum, in dem man gegenseitig Geschichten und Erlebnisse aus dem persönlichen Leben erzählt, sich gegenseitig zuhört, inspiriert und kostbare Momente lebendig werden lässt, heißt es auf der Einladung. Und weiter: „Da ist so vieles, was Du erlebt hast: zauberhafte Momente, Besonderes und Alltägliches, Frohes und Trauriges. Hier bei uns darfst du erzählen.“ Die Atmosphäre sei vertraulich. Man könne auch nur zuhören, statt zu erzählen. Kaffee und Kuchen gebe es im zweiten Teil der Veranstaltung auch. Die Veranstaltung sei kostenfrei, ein Spendenkässchen werde aufgestellt.

Gemeindeferentin Judith Müller ergänzt auf Nachfrage dieser Zeitung: „Jedes einzelne Menschenleben ist so reich an Geschichten – wie schade, wenn sie nicht erzählt werden.“ Im Erzählen werde Geschichte lebendig, im Erzählen könne man das, was man in sich trägt aus einer anderen Perspektive wahrnehmen, im Erzählen und Zuhören werde gelebtes Leben gewürdigt.

„Wir Moderatorinnen achten darauf, dass alle, die erzählen möchten, ihr Zeitfenster haben“, so Müller. Erzählcafés gebe es schon in anderen Städten. Sie finden gute Resonanz. Das, was erzählt wird, bleibe in der Gruppe und verlasse den Raum nicht. Pfarrerin Andrea Fink-Fauser kam auf die Idee, im wohltuenden Ambiente des Treffpunkts Horizont zum Erzählen einzuladen. Sie erklärt: „Ein Erzählcafé bietet Gelegenheit, tiefer über eigene Lebenserfahrungen ins Gespräch zu kommen.“ Es sei kein „small talk“, sondern es gehe um Dinge, die die Menschen persönlich bewegen. Durch Impulse und eröffnende Fragen bestehe die Möglichkeit, die ei-



Bald startet ein Erzählcafé in Singen. Es findet im Café des Hospiz Horizont in Singen statt. Jeder Veranstaltung stellt ein anderes Thema in den Mittelpunkt. BILD: ULI ZELLER

gene Lebensgeschichte zu reflektieren, in einem größeren Zusammenhang zu betrachten.

„Ich finde es wichtig, Begegnungsräume zu schaffen, in denen Menschen sich auf diese Weise austauschen können. In denen sie etwas von sich erzählen und gleichzeitig an anderen Erfahrungen Anteil nehmen können“, so Fink-Fauser. Die Veranstaltung starte mit dem moderierten Teil im Treffpunkt Horizont. Das sei der Raum hinterm Café, die Türen seien geschlossen, man könne also ganz in Ruhe und für sich reden. Abschluss sei dann mit einem informellen Teil im Café Horizont. „Die Kombination vom Treffpunkt-Raum und anschließendem Cafe hat für mich einen großen Charme. Zudem liegt das Café Horizont mitten in der Innenstadt, ist gut erreichbar, hat eine wunderbare Atmosphäre, wird in ökumenischer Trägerschaft geführt“, betont Fink-Fauser.

Termin und Ort: Mittwoch, 5. Februar, 13.30 bis 16 Uhr. Thema: „Verrücktes in meinem Leben“; Mittwoch, 9. April, 13.30 bis 16 Uhr. Thema: „Neuanfänge“. Anmeldungen sind telefonisch oder per Mail möglich: Evangelische Luthergemeinde Singen, 07731-62543.



Die evangelische Pfarrerin Andrea Fink freut sich auch viele Besucher des neuen Erzählcafés im Horizont. BILD: HELEN KÜMMEL



Gemeindeferentin Judith Müller engagiert sich als eine der Initiatorinnen für das neue Erzählcafé. BILD: ULI ZELLER

Hinhören und wertschätzen

Das Erzählcafé im Singer Hospizzentrum Horizont soll laut dem schweizerischen Netzwerk Erzählcafés ein niederschwelliger Bildungsanlass sein und unterscheide sich durch den explizit biographischen Bezug und der damit einhergehenden Selbstreflexion sowohl vom sachbezogenen Argumentieren und Diskutieren in Gesprächsrunden als auch vom „Reden über

andere“ oder Kaffeeklatsch. Im Erzählcafé im Horizont werden Alltagsgeschichten von gewöhnlichen Menschen in angenehmer Atmosphäre wertgeschätzt. Das Erzählcafé gilt als beliebtes Verfahren, um Menschen den Raum zu geben, ihre Erfahrungen in Bezug zu setzen mit den Erfahrungen anderer und mit geschichtlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen ihrer Zeit. Ziel ist das genaue Hinhören und die Wertschätzung jedes Einzelnen. (zel)

Die Vielfalt der Klangwelten entdecken

Tag der offenen Tür auf der Musikinsel. Die Jugendmusikschule Singen stellt sich vor und lädt zum Probieren der Instrumente ein

Singen – Das Motto „Klangwelten entdecken“ trifft für die gesamte Musikschule zu, bezeichnet jedoch auch ein neues Unterrichtsfach für Kinder ab zwölf Jahren, wie die Stadtverwaltung Singen in einer Pressemitteilung berichtet. Am Samstag, 15. Februar, findet

von 10.30 bis 13 Uhr der Tag der offenen Tür in der Jugendmusikschule Singen auf der Musikinsel statt. Um 10.30 Uhr stellen sich die Elementarklassen gemeinsam mit dem Kinderchor im Walburgis-Saal vor. Von 11 bis 12.30 Uhr ist in den Unterrichtsgebäuden Gelegenheit, alle Instrumente zu sehen und auszuprobieren und die Inhalte des neuen Unterrichtsfachs kennenzulernen. Musikalische Abenteuer für kreative Köpfe verspricht der Unterricht und beinhaltet spannende Technologien,

wie Künstliche Intelligenz, modernes Musizieren und Experimentieren mit Klängen. Hier knüpft die Jugendmusikschule an die Hörgewohnheiten der jungen Musikbegeisterten an.

Weiterhin besteht die Gelegenheit, in alle Chöre des Gesangsbereichs zu schnuppern. Ab 12.30 Uhr kann man die Bands der Jugendmusikschule im Foyer des Pavillons erleben. Während der gesamten Zeit ist das Sekretariat der Jugendmusikschule geöffnet für Informationen und Anmeldungen.

Der Elternbeirat bietet ab 10 Uhr im Foyer Kaffee und Kuchen an. Interessierte sind laut Pressemitteilung herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei. Es sind noch einige wenige Plätze frei in den Unterrichtsfächern Saxophon, Klarinette, Querflöte, Oboe und tiefe Blechinstrumente sowie Instrumentenkarussell.

Das neue Schulhalbjahr beginnt am 1. April 2025. Weitere Infos unter Telefon 07731-983640 und jugendmusikschule@singen.de

LEUTE aus dem Hegau



Deutsch-Französische Freundschaft bleibt weiterhin lebendig

Schüler der französischen Partnergemeinde Champagnele hat Bürgermeister Michael Klinger zu einem Empfang eingeladen. 27 Gäste aus der siebten, achten und neunten Klasse waren beim Austausch dieses Jahr dabei. Klinger dankte den Eltern für ihre Unterstützung durch Aufnahme der

Schüler als Übernachtungsgäste und außerdem den Organisatorinnen der Eichendorff-Realschule, Marina Schnurr und Katharina Feger, sowie auf der französischen Seite den Lehrerinnen Sylvie Souffay und Sophie-Hélène Rauch für ihren engagierten Einsatz. BILD: GEMEINDE GOTTMADINGEN



Helfende Hände der Ekkehard-Realschule in der Vesperkirche

Neuntklässler der Ekkehard-Realschule strahlen nach getaner Arbeit und ernten viel Lob, wie Schulleiterin Patricia Heller-Tassoni berichtet: Kazim Bostan, Anastasia Marinkovic, Noura Azam, Adriana Ciccarello, Soham Multani, Gwan Cheiko, Talha Yelken, Harpreet Multani, Elena Abduloski, Elda Ademi. (von rechts) haben in der Vesperkirche mitgeholfen. BILD: TANJA WILDENHOF