



EVANGELISCHE

STIMME



Loslassen ...





Liebe Leserin und lieber Leser,

gerade lernt meine Nichte das Laufen und bannt dabei immer wieder meinen Blick. Zuletzt an ihrem ersten Geburtstag. Scheinbar unermüdlich rappelt sie sich nach jedem Plumps auf ihren weichen Windelpopo wieder auf. Zieht sich mit ungeahnten Kräften am Tischbein in die Höhe, grinst und wagt es neu: das Loslassen.

Mich berührt gerade dieser Moment besonders, auch weil ich glaube, dass das Laufen lernen und das Loslassen gar keine Frage des Alters ist.

Ich falle immer mal wieder auf die Nase und brauche danach Kraft, mich hochzuziehen und so wieder auf die Beine zu kommen. Gut, dass es dann Menschen gibt, die mir unter die Arme greifen. Es kostet oft Mut, mein Gleichgewicht zu riskieren, loszulassen. Und zugleich bin ich neugierig, will mich auch gar nicht ewig festhalten und auf einer Stelle treten.

Mein Gott nimmt mir das Laufen nicht ab, aber er macht mir Mut, loszulassen. Ich brauche nicht krampfhaft an etwas festhalten, weil ich mich getragen weiß – selbst, wenn ich meinen festen Stand einmal verloren habe.

Ja, ich will euch tragen bis zum Alter hin.

Und ihr sollt einst sagen, dass ich gnädig bin.

Ihr sollt nicht ergrauen, ohne dass ich's weiß, müsst dem Vater trauen, Kinder sein als Greis.

Der Text des Liedes und meine Nichte, sie ermutigen mich, loszulassen und darauf zu vertrauen, dass ich getragen bin. Diese Zuversicht wünsche ich auch Ihnen und den kindlichen Mut, Ihren festen Stand zu riskieren.

Herzlich, Ihre Pfarrerin Stella Schu

AUF EIN WORT

Loslassen ...



4 BESCHIEDEN
*Minimalismus –
Leben ohne Ballast*



6 BEFREIT
Vom Mut loszulassen



8 GELIEBT
Es war 'ne geile Zeit!



10 GEWAGT
*Was, wenn ich
alles zurücklasse?*



12 BEHERSCHT
Sucht loslassen

KÖPFE DER GEMEINDE	14
AUS DEM KV	16
TIPPS	18
HEILIGER BIMBAM	20
GOTTESDIENSTE	21

FREUD & LEID	24
WAS UND WANN	26
WIR SIND FÜR SIE DA	27
DAS LETZTE WORT	28
IMPRESSUM	28

MINIMALISMUS – LEBEN OHNE BALLAST

„Das Glück liegt in uns, nicht in den Dingen“. Diesen und ähnliche Sprüche gibt es viele und irgendwie haben sie ja auch Recht. Dass sich Dinge in unserem Zuhause haufenweise auftürmen, macht uns nicht glücklicher. Manche haben eine Bedeutung, andere können auch zur Belastung werden.

Minimalismus ist eine Lebenseinstellung mit dem Ziel, alles Überflüssige zu entfernen, um Platz für das Wesentliche zu schaffen.

Was ist Minimalismus?

Per Definition ist Minimalismus die „bewusste Beschränkung auf das Nötigste“. Es ist ein Lebensstil, für den man sich aktiv entscheidet und der sich dadurch auszeichnet, dass nur das Minimum an Dingen besessen und verwendet wird. Äußern kann sich das auf verschiedene Weisen. Ein Mensch kann auch nur in einem ganz isolierten Aspekt seines Lebens minimalistisch sein, z.B. bei Küchenutensilien. In anderen Dingen, z.B. der Kleidung kann er maximalistisch sein. Denn ja, diese Gegenströmung gibt es auch, bei der es heißt „Es lebe der Überfluss!“. Es gibt allerdings auch Menschen, die das gesamte Wohnen und Leben minimalistisch gestalten. In sogenannten Tiny Houses wird auf höchstens 40 m² gelebt – und das auch als

Familie. Camping hat in den letzten Jahren enorm an Beliebtheit gewonnen, und auch das ist nichts anderes als minimalistisches Leben, wenn auch nur vorübergehend. Das Schöne daran: Es ist meist mit einer großen Nähe zur Natur verbunden.

Warum tut ausmisten eigentlich so gut?

Weniger zu besitzen kann befreiend sein. Weil es uns Freiraum gibt für Neues. Dagegen kann ein randvoll zugestellter Kellerraum beklemmende Gefühle auslösen und belasten, weil wir den Überblick verlieren. Bleibt es dagegen überschaulich, erfassen wir schnell die Situation und bleiben handlungsfähig. Das Äußere nimmt Einfluss auf unser Inneres und umgekehrt. Während manche unter Druck erst mal den

Schreibtisch aufräumen, um effektiver arbeiten zu können, brauchen andere das kreative Chaos als Inspiration, um loslegen zu können.

Vielleicht ist der Minimalismus eine Gegenbewegung zu unserer Gesellschaft, die grundsätzlich im Überfluss lebt.

Pragmatisch gesehen: Wer wenig besitzt, muss auch seltener aufräumen und weniger Staub wischen. Außerdem es ist viel leichter, den Überblick zu behalten. Auch finanziell macht es einen deutlichen Unterschied, wenn der Konsum materieller Dinge heruntergeschraubt wird. Das gesparte Geld kann dann z.B. in immaterielle Erlebnisse investiert werden: in Urlaube, Hobbys oder gute Lebensmittel und Sportkurse. Kurz: in Dinge, die nachhaltig gut tun.

Warum fällt Minimalismus trotzdem manchmal so schwer?

Viele Gegenstände in unserem Leben besitzen nicht nur einen materiellen Wert, sondern auch einen emotionalen. Erbstücke, Prestigeobjekte und vieles mehr liegen uns so sehr am Herzen, dass wir das Gefühl haben, uns nicht von ihnen trennen zu können, da sie einfach „zu uns“ gehören. Und dabei ist es auch nicht

nötig, sich von allem zu trennen. Doch manchmal kann genau dieser schwere Schritt eine riesengroße Erleichterung verursachen. Setzen Sie sich doch einmal hin und betrachten Sie die Gegenstände, die Sie in Ihrem Raum sehen. Nicht alle Dinge sind positiv behaftet. Und diese loszulassen kann oft erst das wohltuende Abschließen mit der Vergangenheit ermöglichen. Vieles lässt sich spenden oder verkaufen, sodass ein anderer Mensch noch Freude daran haben kann.

Klingt das für Sie auch nach einer Win-Win-Situation? Dann legen Sie los!

Lara Remler



VOM MUT LOSZULASSEN ...

Wir leben in Resonanz miteinander. Unsere Gesellschaft funktioniert mit Regeln, an die sich alle – manche mehr, manche weniger – halten. Und dann ist da noch die freie Entscheidung. Noch nie standen uns so viele Möglichkeiten offen. Und trotzdem können uns die Erwartungen – anderer an uns und unsere eigenen – manchmal im Weg stehen.

Weil wir glauben, damit andere und/oder uns selbst glücklich zu machen, oder weil wir Angst davor haben, unseren eigenen, ganz individuellen Weg zu gehen – abseits breit getrapelter Pfade.

FESTHALTEN

Alles, was ist, vergeht. Das ist manchmal schwer auszuhalten. Alles ist in ständiger Veränderung, im Fluss des Lebens. Das kann Angst machen und dazu verleiten, stehenzubleiben und festhalten zu wollen. Menschen, Tiere, Dinge, Gewohnheiten, Verhaltensweisen. Dabei sind wir heute schon nicht mehr die Menschen, die wir gestern waren. Und selbst unvergesslich geglaubte Erinnerungen verändern sich im Laufe der Jahre. Das Leben erscheint manchmal geradezu unerträglich veränderlich. In der Flut des Wandels halten wir an Vertrautem fest, das uns ein Gefühl von Sicherheit gibt. An Menschen und Dinge, auf die man sich „verlassen“ kann. Die Angst vor der – uns noch fremden – Veränderung kann uns davon abhalten zu begreifen,

dass loslassen heilsam und befreiend sein kann ...

LOSLASSEN

Loslassen ist leichter im Vertrauen und in Hingabe. Das Vertrauen in sich selbst und in die Menschen, die uns umgeben, dass sich die Dinge finden und uns das Leben leitet. Und darauf, dass es nicht nötig ist, auf alles Einfluss nehmen zu wollen – manchmal sogar auf Dinge, die wir gar nicht ändern können.

Doch wie ist das mit dem eigenen Weg? Mütter zum Beispiel erfüllen viele Rollen und unterliegen Erwartungen, die sie an ihre Grenzen führen. Sie sollen arbeiten – aber am besten nur halbtags, damit sie genug für die Kinder da sind (Buchempfehlung: „Karriere im Eimerchen?“). Sie sollen den Haushalt spielerisch tiptop

halten, unvergessliche Kindergeburtstage gestalten, Konflikte mit Leichtigkeit lösen. Sie sind 24 h / 7 Tage die Woche Ansprechpartner, Seelenröster, Problemlöser, Zeitmanager, Multitasker.

Doch was ist, wenn der Ruf der Seele kommt, dass das noch nicht alles ist? Wenn man nicht bereit ist, das eigene Potenzial nur im Mutterdasein auszuleben? Wie schafft man es, die eigenen Erwartungen und die der Kinder, des Ehemanns und der Gesellschaft loszulassen, um seinen eigenen Weg zu gehen?

Man muss es wirklich wollen! Denn man trifft auf Widerstand. Weil es ein Ausbruch aus der Norm ist, Veränderung mit Ungewissheit verbunden ist und deshalb Angst macht. Deshalb braucht man eine gehörige Portion Mut, um Selbstzweifel loszulassen,

ein offenes Herz, um seine Lieben bei dieser Reise „mitzunehmen“ und einen unerschütterlichen Willen, diesem Ruf zu folgen.

NEU ERFINDEN

„Die Definition von Wahnsinn ist, immer wieder das Gleiche zu tun und andere Ergebnisse zu erwarten.“ Dieses Zitat von Albert Einstein steht im Widerspruch zu dem, was wir meist tun. Zu oft verharren wir in einer abwartenden Position, in der Hoffnung, dass sich die Dinge mit der Zeit ändern werden. Freunde, Familie, Partnerschaften, die Situation am Arbeitsplatz. Dabei vergessen wir ganz, dass wir uns jeden Tag neu erfinden können. Und dass uns, wenn wir die Verantwortung für unser Glück übernehmen, alle Türen offen stehen ...

Gudrun Bascom-May

ES WAR 'NE GEILE ZEIT!

„Ja, ich weiß! Es war 'ne geile Zeit! [...] Du fehlst hier.“ Mit ihrem Refrain zu „Geile Zeit“ spricht die Band „Juli“ mit Sicherheit vielen aus dem Herzen. Trennungen von geliebten Weggefährten, Trauer um geschätzte Verstorbene, der Abschied von der Familie in der Heimat. Geliebte Menschen loszulassen, gehört unweigerlich zum Leben dazu und ist trotzdem immer wieder aufs Neue schmerzhaft.

Loslassen und verbunden bleiben

Erinnern Sie sich noch daran, als Sie zum ersten Mal auf Klassenfahrt gefahren sind? Ein ganz schön mulmiges Gefühl war es, erstmals alleine ohne Eltern dazustehen. Umgekehrt ist es Ihren Eltern sicherlich auch nicht leichtgefallen, ihren Schützling in die „Freiheit“ zu entlassen. Je älter das Kind wird, desto weiter schreitet der Loslöseprozess zwischen Eltern und Kind fort. Trotzdem sind Eltern und Kinder meist auf Lebenszeit verbunden. Ähnlich verhält es sich mit einigen Verwandten, Bekannten und Freunden, die wir von Kindesbein an kennen. Die Gewissheit, immer wieder aufeinander zurückkommen zu können, macht das Loslassen leichter und sorgt dafür, dass beide Seiten ihre Unabhängigkeit genießen können.

Lebensabschnitte gemeinsam meistern

Versetzen Sie sich 5, 20 oder 60 Jahre zurück. Wer hat Sie in Ihrem alltäglichen Leben damals begleitet? Vermutlich ganz andere Menschen als die, die es heute tun. Mit dem Wechsel zwischen Schule, Ausbildung und verschiedenen Arbeitsplätzen verändert sich unser soziales Umfeld insbesondere in jungen Jahren rasch. Erinnern Sie sich noch an die lustigen Freistunden in der Schule, die Sie immer mit Ihrer Klassenkameradin verbracht haben? Oder an Ihren ersten Partner, mit dem Sie verliebt Sonnenaufgänge beobachtet haben? Es ist schade, wenn das heute vorbei ist und der Kontakt nicht mehr besteht, eine Beziehung vielleicht sogar zerbrochen ist. Aber wir entwickeln uns alle weiter und setzen neue Maßstäbe, was uns im Leben und an unseren Mitmenschen wichtig ist. Teilweise

waren neuen Maßstäbe nicht mehr mit alten Kontakten kompatibel – man lebte sich allmählich auseinander oder entschied sich wegen aufflammender Differenzen fortan getrennte Wege zu gehen. Trotzdem ist es oftmals schwierig, von geliebten Lebensabschnittsgefährten loszulassen. Zu viele schöne Erinnerungen verbinden wir mit der gemeinsamen Zeit. Es ist schwer zu fassen, dass diese gemeinsame Zeit nur begrenzt war, nicht zurückkommen kann, weil wir uns mit der Zeit geändert haben. Trotzdem sollten wir dankbar dafür sein, dass wir Menschen um uns hatten, die zumindest einen Lebensabschnitt durch ihre Anwesenheit zu einem besonderen gemacht haben.

Loslassen für die Ewigkeit?

Manchmal liegt es nicht in unserer Macht, dass die gemeinsame Zeit mit einem geschätzten Menschen zu Ende geht. Der Tod rammt sich wie ein Keil zwischen uns – hart und

unumkehrbar. Dass wir der Person, mit der wir so viele lustige, traurige, glückliche Momente verbracht haben, nie mehr im irdischen Leben begegnen werden, erscheint unvorstellbar. Wie sollen wir bloß ohne sie auskommen? Vielleicht mit der Hoffnung und dem Vertrauen, dass es eines Tages doch ein Wiedersehen geben wird.

Jedem Abschied wohnt ein Anfang inne

Geliebte Menschen loslassen zu müssen ist schwer und tut weh. Was bleibt, sind unsere Erinnerungen. Das Loslassen öffnet Raum, sich auf Neues einzulassen: Auf spannende Begegnungen und intensive zwischenmenschliche Beziehungen. Deshalb sollten wir nicht zögern, spontan einer Verabredung zu folgen. Damit wir neue bleibende Erlebnisse schaffen, an die wir uns mit Freude unser Leben lang erinnern.



WAS, WENN ICH ALLES ZURÜCKLASSE?

Eine Reise in eine fremde Umgebung, die den Alltag in die Ferne rückt, tut einfach gut. Die Sonne, das Meer, die Berge direkt vor der Tür, die Luft ist so lau, die Menschen sind so nett. So eine Aussicht kann einen ins Grübeln bringen: „Was wäre, wenn ich einfach hierbleiben würde?“



Für die allermeisten bleibt es ein Traum, der nie in Erfüllung geht, und nur jeden Urlaub aufs Neue – wie eine Wolke – verheißungsvoll in der Luft schwebt: „Was wäre eigentlich, wenn ich nur nach Hause fahren würde, um meine Sachen zu packen und wieder herzukommen? Vielleicht für immer?“

Doch was wäre, wenn wir tatsächlich weggängen, um woanders von neu zu beginnen, was sind die Gründe, die uns überzeugen? Ist es unser „altes“ Leben, das wir hinter uns lassen wollen? Wollen wir unseren Alltag, der uns einengt, vielleicht sogar gefangen hält, eintauschen gegen mehr Leichtigkeit und das Gefühl, das den Urlaub so schön macht? Dann ist es vielleicht nicht unser komplettes Leben, das wir ändern wollen, aber können erst im Urlaub spüren, was sonst zu kurz kommt: die Balance zwischen Arbeit und Freizeit, die Möglichkeit, sich auch als

erwachsener Mensch immer wieder neu zu erfinden und Neues zu entdecken, die Zeit, die uns am Ende des Tages für Familie und Freund:innen übrig bleibt.

Apropos: Die meisten Menschen, die weit weg, ins Ausland ziehen, lassen ihre sozialen Netze hinter sich zurück, dann können Brücken zwischen Menschen abbrechen, die einander schon viele Jahre kennen. Natürlich können wir Beziehungen zu anderen auch über große Entfernungen aufrecht erhalten, doch es macht Arbeit, sie am Leben zu erhalten.

Es gibt keine spontanen und zufälligen Treffen mehr. Gleichzeitig sind Menschen im Ausland noch immer auf die Verbindungen in die Heimat angewiesen. Gerade dann, wenn nicht alles reibungslos funktioniert und aus dem sympathischen Wirrwarr, das im Urlaub so schön war, ein undurchdringliches Chaos wird. Dann wünsche sich viele etwas, dass

sie kennen und ihnen Halt gibt. Das kann etwas scheinbar Banales wie eine vertraute Stimme sein, die in der eigenen Sprache redet, etwa im Fernsehen oder im Radio, in Zeitungen, Bücher, ... Und auch Geschmacksnerven können Heimweh bekommen: „echte“ Leberwurst, Marmelade und Brot haben auf einmal eine Anziehungskraft, wie man es vorher für nicht für möglich gehalten hätte.

Auf der anderen Seite kann ein längerer Auslandsaufenthalt eine gute Möglichkeit sein, das eigene Leben einmal gründlich „auszumisten“ und sich wie beim Aufräumen zu fragen: Wann habe ich dieses oder jenes das letzte Mal benutzt? Brauche ich es wirklich? Und vor allem: Macht es mich glücklich?

Die Antwort ist es jetzt wohl nicht überraschend. Wir brauchen oft viel weniger, als wir glauben, um unseren

Alltag zu meistern. In einer fremden Umgebung fällt es uns nur nicht so stark auf, da wir gerade am Anfang mit Reizen überflutet werden. Nach einiger Zeit merken wir dann, dass es auch mit weniger oder ganz ohne bestimmte Dinge geht. Sich modisch kleiden funktioniert – auch mit zehn T-Shirts statt zwanzig. Und wenn wir fremde Menschen um Dinge bitten (müssen), die uns wirklich fehlen, wird die Kluft zwischen dem Alten und dem Neuen kleiner. Wir sind gezwungen, tagtäglich über unseren Schatten zu springen, wir spinnen neue Netze, knüpfen Verbindungen zwischen der alten Heimat und dem neuen Zuhause.

Und ob wir nun eine neue Heimat schaffen oder in unsere alte zurückkehren – die gewonnenen Eindrücke und Erfahrungen bleiben ...

Svenja Prust

SUCHT LOSLASSEN ...

Eine Sucht (= Abhängigkeit) ist ein Problem, das nicht die einzelne Person, sondern letztendlich uns alle betrifft.

Sucht ist kein Randproblem der Gesellschaft, sondern eine Krankheit, die in jeder Familie auftreten kann, jeden von uns treffen kann – unabhängig von Alter, Geschlecht, Ausbildung und Beruf.

Wie jede andere Erkrankung verursacht sie erhebliche gesundheitliche, soziale und volkswirtschaftliche Probleme.

Als Berufsanfängerin in der Apotheke bin ich vor vielen Jahren mit dem Thema „Sucht“ konfrontiert worden. Regelmäßig kam ein Mann in die Apotheke, kaufte eine 30er Packung Paracetamol-Tabletten, drückte sie sich aus dem Blister, und schluckte alle 30 Tabletten mit einem Becher Wasser.

Was heißt Abhängigkeit?

Es gibt verschiedene Gruppen von Abhängigkeiten: substanzgebundenen (Zigaretten, Alkohol, Medikamenten oder Drogen) und der sogenannten Verhaltensabhängigkeit (Mediensucht, Kaufsucht, verschiedenen Essstörungen, krankhaftes Computer- oder Glücksspiel). Im Allgemeinen beschreibt der Begriff Abhängigkeit

ein zwanghaftes Verlangen, eine Substanz zu konsumieren oder einem Verhalten nachzugehen, wobei einige der folgenden Kriterien erfüllt sein müssen:

- keine Kontrolle in Bezug auf den Beginn, die Beendigung oder die Menge des Konsums oder Verhaltens
- die Dosis muss gesteigert werden, damit die gleiche Wirkung erzielt wird
- der Beruf, Freunde, Partner oder Hobbys werden vernachlässigt, weil mehr Zeit benötigt wird, das Mittel zu beschaffen, dem Verhalten nachzugehen und/oder sich von den Folgen zu erholen

- eine Reduktion des Konsums oder des Verhaltens erzeugt körperliche Entzugssymptome

Warum werden Menschen abhängig?

Wir kennen alle Situationen, in denen es uns nicht gut geht, weil wir gestresst oder überfordert sind. Erbliche Vorbelastung, das soziale Umfeld und Hormone spielen hierbei zusammen. Deshalb geht jeder Mensch unterschiedlich mit Stress um. Das Glückshormon Dopamin spielt dabei eine entscheidende Rolle. Nehmen wir Substanzen ein oder gehen einem Verhalten nach, schüttet unser Gehirn Dopamin aus, das u. a. Ursache für dieses Wohlgefühl ist. Problematisch ist, dass bestimmte Sucht auslösende Stoffe und Verhaltensweisen vielfach mehr von unserem Glückshormon freisetzen, als es natürliche Anstrengung tut. Das führt dazu, dass man mit Hilfe dieser Mittel schneller glücklich und zufrieden ist und in eine Abhängigkeit gleitet.

Vorbeugen ist besser als heilen.

Den sozialen Faktor können wir beeinflussen: sich treffen, reden, tanzen, singen, musizieren.

TRIANGELIS bietet viele Angebote für Jung und Alt. Ob Gesprächsgruppen oder Gottesdienste, alle machen Mut. Aus Erfahrung kann ich sagen, dass auch die Musikgruppen einen wichtigen Wohlfühl-Faktor bieten.

Der erste Schritt zum Heilen ist die Erkenntnis, dass man sich in einer Abhängigkeit befindet. Verführungen aus dem Weg zu gehen, bedeutet einen starken Willen zu haben, denn da ist ja noch unser Belohnungssystem unseres Gehirns. Wir müssen also eine Kontrolle über unser eigenes System erlangen. Das ist nicht leicht.

Vielleicht können wir (uns) ermutigen, in unserem Umfeld Probleme anzusprechen, in größeren Lebenskrisen wie einer Trennung oder dem Jobverlust über Sorgen zu sprechen oder auf Hilfsangebote hinzuweisen oder einen Arzt in Anspruch zu nehmen?

Katrin Richter



<https://hilfe.diakonie.de/hilfe-bei-sucht>



<https://www.dhs.de>

KÖPFE DER GEMEINDE

60 Jahre Posaunenchor – mit dem Motto:
... und kein bisschen leiser!



Ein Rückblick auf 60 Jahre

1963 – also vor genau 60 Jahren – wurde der Posaunenchor ins Leben gerufen. Seitdem blieb die Chorstärke immer konstant – nicht zuletzt wegen der Nachwuchsarbeit, die stets intensiv betrieben wurde.

Leider hat der Posaunenchor damit zu kämpfen, dass die angelernten Bläserinnen und Bläser nach dem Schulabschluss für das Studium oder die Ausbildung die Heimat verlassen und somit dem Posaunenchor nicht erhalten bleiben. Der Zuzug gut ausgebildeter Bläserinnen und Bläser in den Rheingau macht den Verlust aber wieder wett. Bis vor einigen Jahren haben noch Musiker aus dem Posaunenchor selbst die Gruppe geleitet. Heute leitet der Profimusiker Andreas Sauerteig die Laienbläser, 35 an der Zahl, erfolgreich. Auch er hatte in einem Posaunenchor angefangen. Darüber hinaus unterstützen 65 inaktive Mitglieder den Posaunenchor finanziell. Mit einem breiten musikalischen Repertoire von

Choralmusik, klassischer Musik bis hin zu modernen Stücken ist der Posaunenchor bei bis zu 60 Veranstaltungen pro Jahr vertreten.

60 Jahre – ein Grund zum Feiern

Zelebriert wurde der runde Geburtstag des Posaunenchores unter anderem auf dem Jubiläumskonzert im Juli in Kiedrich. Zudem ist der Posaunenchor gemeinsam zum Deutschen Evangelischen Kirchentag gereist – schließlich ist das seit dem Jahr 1979 Tradition.

Bereits in den zurückliegenden Jahren hat der Posaunenchor auf den Kirchentagen in unter anderem Hamburg, Berlin, Hannover, Leipzig, Dresden viele schöne Erinnerungen gesammelt. In diesem Jahr fand der Evangelische Kirchentag in Nürnberg unter dem Motto „Jetzt ist die Zeit. Hoffen. Machen.“ statt. Viele musikalische Darbietungen aber auch Diskussionen mit Laien, Pfarrern und Politikern aus ganz Deutschland füllten die drei Tage. Zusammen mit

rund 1000 Bläserinnen und Bläsern spielte der Posaunenchor auf dem Nürnberger Kornmarkt. Eine Dynamik schwang durch die Stadt ... So standen zum Beispiel an einer Straßenecke mitten in Nürnberg drei Bläser und spielten einen Choral. Vorbeikommende Bläser blieben stehen, reichten sich ein und spielten mit. Der Bläserkreis wurde immer größer und auf einmal waren es 30 Bläserinnen und Bläser! So lernt man sich kennen, kommt über die Musik in Kontakt und ins Gespräch. Dass der Posaunenchor seinem Jubiläumsmotto „... und kein bisschen leiser!“ absolut gerecht wird, konnten die Musikerinnen und Musiker in den zurückliegenden Monaten in jedem Fall durch ihre engagierte Präsenz und ihre musikalischen Darbietungen unter Beweis stellen. Möge der Posaunenchor in unserer Gemeinde und darüber hinaus weiterhin erfolgreich musizieren – zur eigenen Freude und der der Zuhörer!

Horst Ritter

AUS DEM KIRCHENVORSTAND

In der letzten Stimme habe ich von den Überlegungen im Zusammenhang mit den zu bildenden Nachbarschaftsräumen berichtet. Unser Wunsch, die Verbindung zu den Nachbargemeinden im Rheingau durch eine dekanatsübergreifende Zusammenarbeit zu intensivieren, konnte leider nicht umgesetzt werden. Die EKHN-Synode hat Ende April das Regionalgesetz so präzisiert, dass ein dekanatsübergreifender Nachbarschaftsraum nicht möglich ist. Sie haben es in der Presse gelesen, TRIANGELIS wird nach dem Plan des Dekanatsynodalvorstandes zusammen mit der Heilandsgemeinde Walluf Teil des Nachbarschaftsraumes Wiesbaden West. Dazu gehören werden außerdem der Kooperationsraum West bestehend aus Dreikönigsgemeinde, Auferstehungsgemeinde, die Kirchengemeinde Schelmengraben und die Christophorusgemeinde Schierstein.

Wir haben uns sehr eingehend Gedanken gemacht über den weiteren Weg von TRIANGELIS.

Wo liegen unsere Schwerpunkte? Wie können wir trotz der unvermeidlichen Einsparungen, die EKHN 2030 für uns bringen wird, das aktive und ausstrahlungsstarke Gemeindeleben erhalten? Die Entscheidung im Dekanat Wiesbaden zu verbleiben, ist für uns nach Abwägung aller Argumente angemessen und richtig.

Ein herzlicher Gruß geht hiermit an die Gemeinden im Nachbarschaftsraum Wiesbaden West, ebenso aber auch an die Nachbargemeinden im Rheingau. Eines sei versichert: „Evangelisch im Rheingau“ lebt weiter, ebenso wie die Gemeinschaft im neuen Nachbarschaftsraum unser Anliegen sein wird. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und sehen mit Zuversicht in die Zukunft.

Wie Sie wissen, ist eine unserer Pfarrstelleninhaberinnen erkrankt und die Organisation der Vertretung erfordert viel Mühe und hat zur Folge, dass auch einmal etwas ausfallen muss und nicht alles in der gewohnten Weise stattfinden kann. Wir bitten um Ihr Verständnis und Ihre

Solidarität in dieser herausfordernden Situation. Wir sind sehr dankbar und glücklich, dass Pfarrerin Schu zentrale Aufgaben übernimmt. Wir sind froh, dass wir die wichtigsten Bereiche abdecken können. Wir freuen uns, wenn wir wieder vollzählig sein werden, wobei wir nicht wissen, wann dies der Fall sein wird.

Die Sanierung der Orgel in Eltville schreitet in der Planung voran. Wir freuen uns darauf, das historisch erhaltungswürdige Instrument wieder in Gang zu setzen und damit auch das Gemeindeleben in Eltville zu bereichern.

Die Johanneskirche soll einen barrierefreien Zugang erhalten, auch hier befinden wir uns in der aufwendigen Planung, die aber auch auf eine Umsetzung in absehbarer Zeit hoffen lässt.

Das vielfältige Gemeindeleben brachte in der vergangenen Jahreszeit nicht zu übertreffende Highlights. Die beiden Konfirmationen waren wunderschön und wir wünschen den Konfirmanden alles Gute und Gottes Segen. Das Tauffest, gemeinschaftlich mit der Heilandsgemeinde Walluf am Rhein gefeiert, war ein eindrucksvolles und schönes Fest.

Das Gemeindefest in Kiedrich war ein großer Erfolg, begleitet mit wunderbarer Musik vom Posaunenchor, Mathis und Luis und dem Singkreis. Auf Grund der guten Organisation und vieler helfender Hände wurde das Fest wieder ein schönes Stück TRIANGELIS: locker, leicht und beschwingt. Danke an alle.

Seien Sie herzlich begrüßt
Ihre Angelika Wunderlich





GOTTESDIENST MIT DEN NACHBARN

Zum Schluss der Sommergottesdienst-Reihe gehen die Heilandsgemeinde Walluf und TRIANGELIS am **17. September** auch dieses Jahr wieder gemeinsam auf Tour. Ziel ist die Bubenhäuser Höhe, wo wir um **11 Uhr** einen Open-Air-Gottesdienst feiern, den der Posaunenchor musikalisch mitgestalten wird. Im Anschluss werden wir noch eine Weile bei einem Mitbring-Picknick zusammenzubleiben.

Alle weiteren Infos zum Startpunkt für die Wandergruppen aus den jeweiligen Orten, zu Fahrgemeinschaften und allen weiteren Details werden wir zeitnah über die Homepage der Gemeinden und per Newsletter bekannt geben.

UNTERWEGS ZU NEUEN ABENTEUERN!

Von **Mittwoch, den 25.10.**, bis **Freitag, den 27.10.2023**, von **10 bis 16 Uhr** laden wir Kinder im Alter von 7 bis 11 Jahren zu den Kinderkirchentagen in den Herbstferien ins Gemeindehaus nach Erbach ein.

Morgens reisen wir in den Kindergottesdiensten auf den Spuren von Paulus, um mit ihm spannende Menschen aus den ersten christlichen Gemeinden kennenzulernen. Tagsüber gibt es viele Spiele und Lieder, Bastelaktionen und hoffentlich ganz viel Spaß – mit Dir!

Kostenbeitrag: € 45,- (darin enthalten sind Programm und Betreuung, Mittagessen, Getränke und Snacks).

Infos und Anmeldung bei Angela Weiß (weiss@triangelis.de) oder über die Homepage (www.triangelis.de).

GOTTESDIENST MIT GOSPELMUSIK

Zum zweiten Mal lädt der Projekt-Gospelchor zusammen mit der Heilandsgemeinde Walluf und TRIANGELIS am **Sonntag, 15. Oktober**, um **11 Uhr** in der Johanneskirche in Erbach zum musikalischen Gottesdienst ein. Zwei ganze Tage hat der Projekt-Gospelchor unter der Leitung von Wolfgang Wilger auf ihrem Workshop miteinander geprobt: ein zusammengewachsenes Ensemble, offen für neue Menschen, das es liebt zu experimentieren, bekannte und unbekannte Musik liturgisch in gottesdienstliches Feiern einzubinden. Rhythmisch mitreißend, aber auch sehnsuchtsvoll werden ihre Klänge zum Gebet. Liturgie und Predigt hält Pfr. Andreas Günther aus Walluf.

Lassen Sie sich hineinnehmen in Musik und Klänge, die Geschichten erzählen und Welten miteinander verbinden.

WINZERERNTEDANK IM KLOSTER EBERBACH

Es ist gute Tradition im Rheingau, den Dank für die Weinernte erst im Advent zu begehen, wenn die Arbeit der Lese abgeschlossen ist und der Wein in den Fässern reift.

In diesem Jahr findet der stimmungsvolle Festgottesdienst am **Sonntag, dem 3. Dezember** (1. Advent), um **14 Uhr** statt. In vorweihnachtlicher Atmosphäre und ökumenischer Eintracht feiern wir im Längsschiff der Basilika des Kloster Eberbachs.

Neben den Rheingauer Weinmajestäten werden auch der Posaunenchor von TRIANGELIS und der Katholische Kirchenchor St. Peter und Paul die Feier bereichern.

MUSIKALISCHE ORGEL-HIGHLIGHTS

Tag des Offenen Denkmals® & Deutscher Orgeltag

Sonntag, 10. September, 17 Uhr, Johanneskirche Erbach
Talent Monument – Das kann Orgel! Facettenreiche Musik, intim und monumental. An der Voigt-Orgel: Andreas Karthäuser.
Eintritt frei - Ausklang mit einem Glas Wein im Hof.

Gottesdienst mit besonderer Orgelmusik:

Sonntag, 05. November, 10 Uhr, Johanneskirche Erbach
Fest-Ouvertüre Tempelweihe des Wiesbadener Hofkapellmeisters Béla Kéler (1820 - 1882). Das Werk wurde 1869 zur Einweihung der Alten Synagoge am Michelsberg komponiert. Es erklingt in einem Arrangement, welches von Andreas Karthäuser speziell für die Erbacher Voigt-Orgel arrangiert wurde.

KLEIDERSAMMLUNG FÜR BETHEL

Am **Donnerstag, dem 21. September**, und **Freitag, dem 22. September**, können wieder gut erhaltene Kleidungsstücke und Schuhe im Gemeindehaus in Erbach abgegeben werden.

Die Kleidersammlung unterstützt die segensreiche Arbeit der von Bodelschwingschen Stiftungen Bethel in Bielefeld, die sich um kranke, behinderte und sozial benachteiligte Menschen kümmern.

Abgabe ist jeweils von 9 bis 16 Uhr. Kleidersäcke können bei Bedarf in unserem Gemeindebüro abgeholt werden.

Tel. 06123 622 21

HEILIGER BIMBAM

Das Taufbecken



Neues Taufbecken



Alter Taufstein

Als unsere Johanneskirche vor acht Jahren renoviert werden sollte, hat der Denkmalschutz festgestellt, dass der Taufstein nicht zur Ursprungsgestaltung der Kirche gehörte. Somit wurde entschieden, die Johanneskirche mit einem neuen Taufbecken auszustatten, das sich besser in ihr Erscheinungsbild einfügt. Es hieß also „loslassen“ und offen für etwas Neues zu sein. Das „Neue“ wurde ein außergewöhnliches schwebendes Taufbecken. „Das Loslassen“ hat sich also gelohnt.

Der eine oder andere hat sich vielleicht gefragt, was aus dem alten Taufstein geworden ist. So auch ein Mitglied des Redaktionsausschusses der Stimme. Die Taufen ihrer Kinder sind immer noch präsent.

Die Heinzelmänner* von dem „arbeitslosen“ Taufbecken erfahren und so entstand die Idee, dem Taufstein aus Sandstein im Rosarium vor dem Pfarrhaus einen neuen würdigen Platz anzubieten.

Loslassen kann also hilfreich sein, um Neues entstehen zu lassen ...

Horst Ritter

*Die Heinzelmänner sind seit 12 Jahren eine Männergruppe in TRIANGELIS. Sie haben sich die Aufgabe gestellt, kleinere Reparaturen in der Kirchengemeinde auszuführen. Horst Ritter organisiert diesen Männerkreis mit 12 Heinzelmännern.

GOTTESDIENSTPLAN

September bis November

03.09. 13. Sonntag nach Trinitatis

10.00	Erbach	Die Heilandsgemeinde besucht TRIANGELIS mit Eine-Welt-Verkauf	Pfr.in Friehmelt und Pfr. Günther
-------	--------	---	-----------------------------------

10.09. 14. Sonntag nach Trinitatis

9.30	Kiedrich	mit Abendmahl	Pfr.in Schu
10.30	Eltville	mit Abendmahl	Pfr.in Schu

17.09. 15. Sonntag nach Trinitatis

11.00	Bubenhäuser Höhe	TRIANGELIS und Heilandsgemeinde feiern unter freiem Himmel, mit Posaunenchor	Pfr.in Schu, Pfr. Günther & Team
-------	------------------	--	----------------------------------

24.09. 16. Sonntag nach Trinitatis

9.30	Kiedrich		Pfr.in Geißler
10.30	Eltville		Pfr.in Geißler

01.10. Erntedankfest

10.00	Erbach	Erntedankfest mit Posaunenchor anschließend Suppe-Essen zugunsten von „Brot für die Welt“ und Apfelkelterfest	Pfr.in. Schu
-------	--------	---	--------------

08.10. 18. Sonntag nach Trinitatis

9.30	Kiedrich		Pfr. Nose
10.30	Eltville		Pfr. Nose

15.10. 19. Sonntag nach Trinitatis

11.00	Erbach	Gospel-Gottesdienst gemeinsam mit der Heilandsgemeinde Walluf	Pfr. Günther & Team
-------	--------	---	---------------------

22.10. 20. Sonntag nach Trinitatis

09.30	Kiedrich	mit Eine-Welt-Verkauf	Pfr.in Nose
10.30	Eltville		Pfr.in Nose

29.10. 21. Sonntag nach Trinitatis (letzter So. vor dem Reformationsfest)

10.00	Erbach	Gottesdienst zur Erinnerung an die Reformation, mit Abendmahl und Posaunenchor	Pfr.in Schu
-------	--------	--	-------------

05.11. 22. Sonntag nach Trinitatis

10.00	Erbach	Gottesdienst mit Ehrung aller 80-Jährigen (Juni-Oktober) mit Tempelweihe	Pfr.in Schu
-------	--------	--	-------------

12.11. Drittlezter Sonntag des Kirchenjahres

09.30	Kiedrich		Pfr.in Schu
10.30	Eltville	mit Eine-Welt-Verkauf	Pfr.in Schu

19.11. Vorletzter Sonntag des Kirchenjahres

10.00	Erbach		Prädikantin Claaß
-------	--------	--	-------------------

26.11. Ewigkeitssonntag

10.00	Erbach	Gottesdienst mit Gedenken an die Verstorbenen, mit Singkreis und mit Abendmahl	Pfr.in Schu
-------	--------	--	-------------

Gottesdienste zu Beginn des Schuljahres

Montag, 4. September, 8.00 Uhr, Gustav-Adolf-Kirche Kiedrich, Ökumenischer Gottesdienst zum Beginn des Schuljahres für die Klassen 2 bis 4 der John-Sutton-Schule, Pfarrerin Schu und Gemeindefereferent Vogt

Dienstag 5. September, 8.30 Uhr, Kath. Pfarrkirche St. Peter und Paul Eltville, Einschulungsgottesdienst für die Schulanfängerinnen und Schulanfänger der Freiherr-vom-Stein-Schule Eltville, Gemeindepädagogin Angela Weiss und Pfarrgemeinderätin Dr. Immesberger

Dienstag, 5. September, 8.00 Uhr, Kath. Pfarrkirche St. Markus, Erbach, Einschulungsgottesdienst für die Schulanfängerinnen und Schulanfänger der Sonnenblumenschule in Erbach, Pfarrerin Schu und Gemeindefereferent Vogt

Dienstag, 5. September, 10.00 Uhr, Basilika St. Valentinus Kiedrich, Einschulungsgottesdienst für die Schulanfängerinnen und Schulanfänger der John-Sutton-Schule, KV-Vorsitzende Angelika Wunderlich und Chorregent Gabriel Heun

Kindergartengottesdienste

Jeden letzten Freitag im Monat, 11.00 Uhr in der Christuskirche Eltville

Senioren-gottesdienste

Senioren-gottesdienst im von-Buttlar-Fransecky-Stift, Eltville-Erbach: **donnerstags** um **10.30 Uhr** an folgenden Terminen: **28. September, 26. Oktober, 23. November** (mit Totengedenken), **14. Dezember.**

Senioren-gottesdienst im Haus St. Hildegard, Eltville, **dienstags** um **10.30 Uhr** an folgenden Terminen: **26. September und 24. Oktober.**



KINDER	Team der Kinderkirche Kinderkirchentage, Kinderkirchenwoche, Vater-Kind-Freizeit , Termine nach Ankündigung	Eva Bösel Tel. 06123 97 21 69 Gemeindebüro Tel. 06123 622 21
JUGEND	Teamer-Ausbildung und -Begleitung, Jugendgottesdienste, Jugendfreizeiten Termine nach Ankündigung Konfirmandenkurs Di, 15.30–17 Uhr, wöchentlich Di, 17.10–18.40 Uhr, wöchentlich sowie nach Ankündigung	Angela Weiss, Gemeindepädagogin Tel. 06123 622 21 (Gemeindebüro) weiss@triangelis.de Gemeindebüro / Pfarrerrinnen Tel. 06123 622 21 Anmeldungen jeweils im Frühjahr (s. STIMME und www.triangelis.de)
FRAUEN	Frauenkreis 3. Do im Monat, 16 Uhr, Gemeindehaus Erbach	Gudrun Helmrich Tel. 06123 625 31
MÄNNER	Heizelmänner 2. Do im Monat, 16 Uhr, Gemeindehaus Erbach Männerkochen in der Passionszeit nach Ankündigung	Gemeindebüro Tel. 06123 622 21 Gemeindebüro Tel. 06123 622 21 maennerkochen@triangelis.de
SENIOREN	Ökumenischer Seniorennachmittag 1. Di im Monat, 14.30 Uhr kath. Pfarrzentrum Eltville Ökumenischer Mittwochsclub Mi, 15 Uhr, vierzehntägig kath. Pfarrzentrum Erbach	Karin Fischer-Baumann Tel. 06123 90 07 56 Rosemarie Mayer Tel. 06123 632 51
BESUCHS-DIENSTKREIS	Eltville – Erbach – Kiedrich	Gemeindebüro Tel. 06123 622 21
STIMME	Redaktionsteam des Gemeindebriefs Termine nach Vereinbarung	Gemeindebüro, Tel. 06123 622 21 stimme@triangelis.de
MUSIK	Posaunenchor Mo, 20 Uhr, z. Zt. in Eltville Jungbläser Posaunenchor nach Vereinbarung Singkreis (Kirchenchor) Di, 20 Uhr, Erbach Singakademie Spatzen (KiTa-Kinder): Dienstag, 13.30 – 14.00 Uhr Lerchen + Füchse (1. – 3. Klasse): Dienstag, 16.00 – 16.45 Uhr Kinderkantorei (ab 4. Klasse): Dienstag, 15.00 – 16.00 Uhr Christuskirche Eltville Projektband Proben nach Vereinbarung	Winfried Henzel Tel. 06123 79 52 30 Winfried Henzel Tel. 06123 79 52 30 Dr. Stefan Pummer Tel. 0152 25 71 96 73 singkreis@triangelis.de Kontakt und weitere Infos über Monika Schmid triangelis@singakademie-wies- baden.de Michaela Schubbach Tel. 06123 49 02

Gemeindebüro und Anschrift der Kirchengemeinde	Barbara Petry Eltviller Landstraße 20, 65346 Erbach Bürozeiten: Mo, Di, Mi, Fr 10–12, Do 16 –18 Uhr	Tel. 06123 622 21 Fax 06123 812 39 info@triangelis.de
Kirchenvorstand	Vorsitzende Angelika Wunderlich Stv. Vorsitzende Bianca Schamp	Tel. 06123 910 62 wunderlich@triangelis.de Tel. 06123 934 89 18 schamp@triangelis.de
Pfarrerin	Bianca Schamp Crevestraße 12 65343 Eltville	Tel. 06123 934 89 18 Fax 06123 812 39 schamp@triangelis.de
Pfarrerin	Stella Schu Eltviller Landstr. 20 65346 Eltville-Erbach	Tel. 06123 605 441 Fax 06123 812 39 schu@triangelis.de
Kirchen	Johanneskirche Eltviller Landstraße 18 65346 Eltville-Erbach Küsterin: Michaela Schubbach Christuskirche (mit Luthersaal) Tanusstraße 21–23, 65343 Eltville Küsterin: Isolde Wende	Tel. 0177 476 78 30 schubbach@triangelis.de Tel. 06123 610 17 wende@triangelis.de
	Gustav-Adolf-Zentrum Erbacher Weg 1, 65399 Kiedrich Küsterin: Pia Fischer	Tel. 06123 90 09 09 fischer@triangelis.de
Ev. KiTa TRIANGELIS	Leiterin: Dorothea Moen Gartenstraße 12, 65343 Eltville	Tel. 06123 22 09 kita@triangelis.de
Kinder & Jugend	Angela Weiss Gemeindepädagogin	Tel. 06123 622 21 weiss@triangelis.de
Kirchenmusik	Tobias Gahntz , Orgel Andreas Karthäuser , Orgel Andreas Sauerteig , Posaunenchor Marlene Schober , Singkreis (Kirchenchor) Kantor Niklas Sikner , Singakademie	Tel. 0173 662 01 33 Tel. 0611 54 19 78 Tel. 06131 894 93 62 Tel. 06132 89 80 79 singkreis@triangelis.de triangelis@singakademie- wiesbaden.de
Spendenkonto	IBAN DE31 5109 1500 0000 0622 43 BIC GENODE51RGG	Rheingauer Volksbank
Website	www.triangelis.de	info@triangelis.de



*Was für die Raupe das Ende der Welt bedeutet,
ist für den Rest der Welt ein Schmetterling.*

LAOTSE



*evangelisch
im Rheingau*

Evangelische Kirchengemeinde *TRIANGELIS*
Eltville · Erbach · Kiedrich

Tel. 06123 622 21
www.triangelis.de

EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE
TRIANGELIS
ELTVILLE · ERBACH · KIEDRICH



Impressum: Herausgegeben vom Kirchenvorstand der Evangelischen Kirchengemeinde **TRIANGELIS** Eltville-Erbach-Kiedrich · Nächster Redaktionsschluss: 20.10.2023 · **Die STIMME im Netz:** www.triangelis.de, Dialog & Service · **Kontakt:** stimme@triangelis.de · **Redaktion:** Janica Wendt, Lara Remler, Svenja Prust, Horst Ritter, Gudrun Bascom May, Stella Schu (verantwortlich) · **Layout:** 99° GbR · **Druck:** Gemeindebrief-in-Farbe
Auflage: 2.700