

Die Botschaft

AZ 5312 Döttingen
Post CH AG
Fr. 1.80

Montag, 9. November 2020
Nr. 131

redaktion@botschaft.ch
Tel. 056 269 25 25



Die Zeitung für das Zurzibiet und angrenzende Gemeinden



Beim Workshop der interkonfessionellen Ehe- und Paarberatung wird in jeweils einer reinen Frauen- und Männergruppe gearbeitet.

Beziehungen weise leben

Die ökumenischen Glaubenstage unter dem Motto «Beziehungsweise leben» hatten zwar ein kürzeres Programm als ursprünglich geplant, waren aber nicht minder spannend.

EHRENDINGEN (sf) – Alle Menschen stehen irgendwie in Beziehung zu anderen, sei es in Freundschaften, der Liebe, in familiären oder beruflichen Situationen. Einige sind unkomplizierter und leicht, andere beladen und schwer. «Sie verankern uns im Leben, geben Halt, Geborgenheit und Verrauen. Ohne verbindliche Beziehungen können wir nicht leben», erklärt der katholische Gemeindeleiter Ottmar Strüber.

Filmischer Einstieg

«Man ist immer in Beziehung zu anderen», führt er weiter aus. Gemeinsam mit seiner reformierten Kollegin Renate Bolliger König hatte er vor eineinhalb Jahren die Idee für dieses besondere Wochenende. «Wir wollten gemeinsam etwas tun. Unsere Idee war es, nicht nur die eheliche Beziehung unter die Lupe zu nehmen, sondern uns mit jeglicher Art von Beziehung auseinanderzusetzen.» Er wünschte sich vor allem einen angeregten Austausch.

Aufgrund der aktuellen Lage musste das Programm reduziert werden, doch es

bot immer noch eine interessante Vielfalt. Die Glaubenstage begannen mit einem Filmabend, ein Porträt des Autors und Psychiaters Irvin David Yalom zeigte. In der «Anleitung zum Glücklichen» wird sein Leben porträtiert, mit Fokus auf der Führung einer glücklichen Partnerschaft. Es ist ein Schweizer Dokumentarfilm von Sabine Gisiger aus dem Jahr 2014. Der Film ist geprägt von Gesprächssequenzen, in denen Yalom über die menschliche Natur sowie über Unglück und geglückte Lebensführung spricht. Dazwischen erlebt ihn der Zuschauer schreibend, sprechend, Rad fahrend, tauchend, im Gespräch mit seiner Frau sowie im Kreis seiner Familie. In Rückblenden werden anhand von alten Fotos und Familienfilmen Yaloms Herkunft und Werdegang beleuchtet. Die Methode der Gruppentherapie, die Yalom gemeinsam mit anderen entwickelt hat, wird durch nachgestellte Therapiesitzungen erlebbar gemacht. Im Anschluss wurden Gedanken zum Film ausgetauscht.

Kontemplative Gedanken

Am Samstagmorgen gab Sales Meier unter dem Programmpunkt «Kraft aus der Stille» eine Einführung in die Kontemplation. Damit ist im weitesten Sinne das konzentrierte Betrachten gemeint, auch des eigenen Lebens. «Wir kennen das aktive und das passive Gebet», erklärte Meier. Bei ersterem ist der Betende selbst aktiv, beim passiven Gebet kommt er äusserlich und innerlich mehr und mehr zur Ruhe.

«Kein anderes Wort umschreibt die Grunderfahrung christlicher Kontemplation so treffend wie das Wort Geistesgegenwart.» Zum einen bedeute es, mit dem Geist ganz gegenwärtig zu werden und das Geheimnis des gegenwärtigen Moments auszuloten. «Zum anderen erschliesst es die Erfahrung, dass Gottes Geist auf belebende und inspirierende Weise gegenwärtig ist.» Der Weg der Kontemplation führt von aussen nach innen. Dabei kann die Natur eine grosse Lehrerin sein.

Miteinander arbeiten

Danach ging es weiter mit einem Impuls der interkonfessionellen Ehe- und Paarberatung Baden. Karinna Schärli und Heinz Bernegger führten ein in die Kunst einer zufriedenen Beziehung. Achtsamkeit und Einfühlungsvermögen sich selbst und dem Partner gegenüber sind dabei zentrale Aspekte. Es sei auch wichtig, stets an der inneren Haltung festzuhalten, dass der Partner gleichwertig ist. Auch eine Offenheit sollte einander gegenüber bewahrt werden. Ein respektvoller Umgang und Tonfall sind ebenso wichtig. In eine defensive Abwehr zu fallen und sich zurückzuziehen, kann der Beziehung schaden. Zwar brauche es manchmal Pausen oder Abstand, dies müsse aber klar kommuniziert werden. Andernfalls kann es dem Gegenüber sauer aufstossen.

Die Bedürfnisse eines jeden sind anders, und diese Unterschiede gilt es zu akzeptieren. Man muss dem anderen Rechnung und Sorge tragen. Elementar sei auch, dass man sich bewusst mache, dass das eigene Verhalten entscheidend ist – in jedem Moment. Wirksam zu reagieren in einem wichtigen Moment kann entscheidende Weichen stellen. Unerfüllte Wünsche und Bedürfnisse sollten mitgeteilt werden. Man solle mit Enttäuschungen rechnen und sich um Lösungen bemühen.

So oder so: Ohne Arbeit geht es nicht und Beziehungspflege ist davon geprägt, wie viel man bereit ist davon zu investieren.

Ideen austauschen

Beim Workshop am Nachmittag galt es, Beziehung beim Tanzen und Trommeln zu erleben. Gemeinsam mit Willi Hauenstein trommelten die Teilnehmenden und spürten dabei, wie Energien flossen.

Während des Podiumsgesprächs am Samstagabend unterhielten sich Ottmar Strüber und Renate Bolliger König über Beziehungen und Glauben. Anschliessend folgte ein offenes Gespräch über das Gehörte, an welchem es eine rege Beteiligung gab. «Es war ein guter Austausch», freute sich Strüber.

Schöner Schlusspunkt

Der ökumenische Gottesdienst zum Thema «Beziehungsweise leben» in der katholischen Kirche St. Blasius bot einen stimmungsvollen Abschluss für die Glaubenstage. Bei der Predigt handelte es sich um ein Gespräch zwischen den Pfarrern. Während dieses geschah, zeigte eine Sanduhr die noch verbleibende Zeit an.

Die musikalische Umrahmung durch Panflöten sorgte für besinnliche Stimmung, die es zulies, dass die Gedanken und Gefühle auf Wanderschaft gingen. Alle Menschen sind verschieden und es gilt, diese Unterschiede zu akzeptieren. Man müsse eine persönliche Variante finden, wie man einander verstehen kann, um gute Beziehungen zu pflegen und zu leben.



Unter der Leitung von Willi Hauenstein wird fleissig getrommelt.



Die Organisatoren Ottmar Strüber und Renate Bolliger König.