



November

2020

## Liebe Freunde,

wir grüßen euch herzlich mitten in dieser verrückten Zeit.

Unser letzter Freundesbrief ist schon ein paar Monate her und wir blicken inzwischen dankbar zurück auf eine sehr herausfordernde Zeit mit Brüchen, Abschieden, Unsicherheiten, Anstrengungen und Ringen. Wir mussten Menschen ziehen lassen, die andauernde Ungewissheit in Zusammenhang mit Corona und dem Gästebetrieb jonglieren, um Beziehungen kämpfen und Entscheidungen treffen.

### Spannungen

In all dem trösten und beruhigen mich Worte des weltweit bekannten Gründers der Arche-Gemeinschaft, Jean Vanier. In seinem Standardwerk über christliche Gemeinschaft schreibt er: „Oft bedeuten Spannungen auch notwendige Etappen zu einer tieferen Einheit, denn sie lassen Schwächen offenbar werden, die Wandlungen in der inneren Ausrichtung und der Strukturierung der Gemeinschaft erfordern - oder einfach mehr Demut. Erst wenn schon lange schwelende Spannungen brutal zutage treten, kann man versuchen, ihre wahren Gründe zu erkennen und Abhilfe zu schaffen.“ (Vanier, J. (1999). In Gemeinschaft leben. S. 158)

Es tut gut zu wissen, dass wir bei weitem nicht die ersten sind, die eine solch schwierige Situation zu bewältigen haben. Es war hart und

kräftezehrend, aber mittlerweile sind wir dabei „Abhilfe zu schaffen“. Das bedeutet, dass wir als Lebensgemeinschaft gerade viel Zeit dafür aufwenden, neue Klarheit in unsere Beziehungen und Strukturen zu bringen. Da uns bewusst ist, dass das Zeit braucht, haben wir zwei Entscheidungen getroffen.

### Entscheidungen

Zum einen treten wir inhaltlich einen kleinen Schritt kürzer. Das Jahresprogramm, das wir euch ganz freudig mit diesem Brief zukommen lassen, ist ein paar Seiten dünner.

Und wir laden das nächste Jahresteam erst ab September 2021 wieder zu uns ein.

So haben wir Zeit, uns dem Aufarbeitungs- und Klärungsprozess angemessen zu widmen.

### Unterstützung

Kein Jahresteam zu haben bedeutet natürlich auch, dass wir auf helfende Hände unserer Freunde angewiesen sind. Seit September starten wir monatliche Aufrufe und staunen über die große und fröhliche Hilfsbereitschaft, die uns entgegengebracht wird. Bis August nächsten Jahres gibt es noch viel Bedarf. Wenn ihr gerne auch mal vorbeikommen und anpacken wollt, genügt eine E-Mail.

Eine besondere Form der Unterstützung erleben wir durch ein Ehepaar, dass wir als geistliche Begleitung unserer Lebensgemein-

Die Blätter fallen,  
fallen wie von weit,  
als welken in den Himmeln  
ferne Gärten;  
sie fallen mit verneinender Gebärde.  
Und in den Nächten fällt  
die schwere Erde aus allen Sternen  
in die Einsamkeit.  
Wir alle fallen.  
Diese Hand da fällt.  
Und sieh dir andre an:  
es ist in allen.  
Und doch ist Einer,  
welcher dieses Fallen  
unendlich sanft  
in seinen Händen hält.

Rainer Maria Rilke

schaft gewinnen konnten. Sie gestalten den Prozess gemeinsam mit uns und so sind wir zuversichtlich, denn „Prüfungen, die eine oberflächliche Sicherheit zerbrechen, setzen oft verborgene Energien frei. Aus der Verletzung entsteht die Gemeinschaft in neuer Hoffnung.“ (Ebd. S. 157)

### Auf den nächsten Seiten

geht es - weil wir da gerade aus dem Nähkästchen plaudern können - um Krisen, deren positive Aspekte und Bewältigung. Es geht um Vergebung und das Recht zu richten. Und es geht um Dinge, die uns im Alltag viel Freude, aber auch manche Sorge bereiten.

Mit farbenfrohen Herbstgrüßen im Namen der ganzen Lebensgemeinschaft,

Susanne Meinel



# Krisen machen uns stärker

„Auch aus Steinen,  
die einem in den Weg gelegt werden,  
kann man Schönes bauen.“  
Johann Wolfgang von Goethe

**T**raurigkeit. Angst. Sorgen. Unmut. Ärger. Gereiztheit. Hilflosigkeit. Schlafschwierigkeiten. Müdigkeit. Sozialer Rückzug. Vielen von uns sind solche Symptome wohlbekannt. Und wir haben gemeinsam, dass wir sie alle schnellstmöglich wieder loswerden wollen. Aber was genau ist denn eigentlich los? Es geht weder vor noch zurück. Irgendwie stecke ich fest.

## Phase 1 - Schock

Empfinde ich solch ein Potpourri an Gedanken und Gefühlen stecke ich womöglich in der ersten Phase einer handfesten Krise - dem Schock. Ich merke, dass etwas ganz und gar nicht stimmt, versuche aber noch angestrengt der Situation zu entgegen. Ich will es einfach nicht wahrhaben. Vielleicht sieht mich die Problematik ja nicht, wenn ich mir die Augen zualte!?

## Phase 2 - Reaktion

Hier befinde ich mich am Höhepunkt der Krisenbewältigung. Die Emotionen kochen hoch, aber das ist notwendig. Denn, erst, wenn ich mich meinem Gefühls- & Gedankenchaos stelle und meine Ab-

wehrmechanismen aufgeben, komme ich weiter. Die Emotionen brauchen Raum und frische Luft, damit ich weiß, womit ich es zu tun habe. Ich bin herausgefordert, sie auszuhalten und anzuschauen. Das kostet Kraft, aber nur so gelingt die Bewältigung.

## Phase 3 - Bearbeitung

Wenn ich weiß, was mich aus der Bahn geworfen hat und was dadurch in mir ausgelöst wurde, kann ich mein JA dazu finden und die Situation akzeptieren. Wenn ich die Kontrolle wieder erlangt habe, kann ich meine Eigenverantwortung für mein Leben wieder ergreifen und nach Lösungen suchen - auch im Gebet. Dafür kann ich mir Unterstützung holen. Ein objektiverer Blick von außen kann enorm hilfreich sein, Klarheit schaffen und mich auf gute Ideen bringen. Indem ich mir konkrete Gedanken über meine Optionen mache, erlange ich meine Handlungsfähigkeit zurück und ich spüre die aufkeimende Erleichterung und die Freude kommt sogar zurück. An diesem Punkt ist es unerlässlich das Vergangene hinter mir zu lassen. Ich lege es zurück in Gottes wissen-

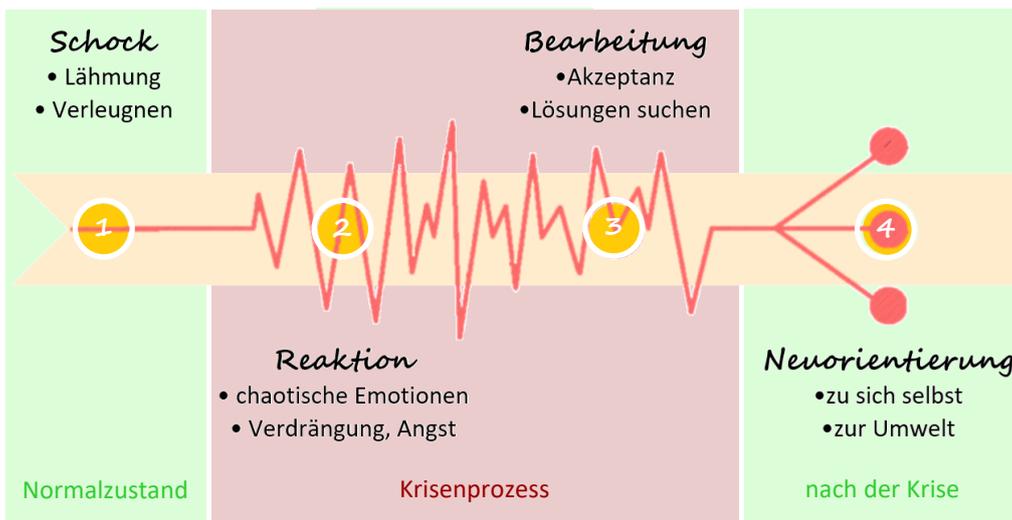
de Hände und lasse es dort.

## Phase 4 - Neuorientierung

Befreit von der Last des Vergangenen und mit vielversprechenden Lösungs-ideen im Gepäck kann ich mich nun neu ausrichten. Ich kann neue Erfahrungen machen, die mir vielleicht sogar ermöglichen, den Sinn in der Krise zu entdecken. Jetzt habe ich es geschafft. Ich habe der Krise ins Auge gesehen, mich auseinandergesetzt und wieder zusammengesetzt. Jetzt bin ich stärker als vorher.

Die Auslöser für Krisen sind vielfältig. Arbeitslosigkeit, eine Naturkatastrophe, Wirtschaftskrise, Krankheit, ein Todesfall oder ein Virus. Ganz gleich, wodurch sie ausgelöst werden, Krisen setzen uns akut unter Stress und geben uns ein mieses Gefühl. Aber, es ist gewiss, irgendwann ist jede Krise vorüber. Und: Eine Krise besteht nicht nur aus einer Komponente. Das chinesische Schriftzeichen für Krise beinhaltet nämlich zwei Silben - eine bedeutet Gefahr und eine bedeutet Chance. Das ist wichtig! Nicht vergessen!

Ich wünsche dir ein gelingendes Krisenmanagement!



Phasen der Krisenbewältigung nach Cullberg (1978) und Kast (1989)

Susanne Meinel,  
Lebensgemein-  
schaft



## Quellen

- Cullberg, J. (1978). Krisen und Krisentherapie. Psychiatrische Praxis 5. Gießen: Psychosozial.
- Kast, V., Der schöpferische Sprung: Vom therapeutischen Umgang mit Krisen. Deutscher Taschenbuch Verlag, München, 1989.



# Vergebung

## Ein Blick in unser aktuelles inneres Geschehen: wellenartige Herzensbewegungen, Fragen, Schwierigkeiten und Freiheit nach

Ein Satz, der mir beim Thema Vergebung sofort in den Sinn kommt und den ich bei TeamF gelernt habe, heißt: „Ich trete mein Recht darauf, jemand eine Verurteilung nachzutragen an Jesus ab und lasse ihn allein Richter sein.“

Ich habe also das Recht nachzutragen. Nachtragen, weil mir ein anderer Unrecht tat. Dafür kann ich ihn verurteilen. Ich kenne sie, die inneren Vorwürfe, die mir Recht geben, eben weil UN-Recht geschehen ist. Es dürfen sich heftige Gefühle bemerkbar machen - auch bei Christen.

Nachtragen, das empfundene Unrecht dem anderen vorhalten, insgeheim um Verständnis zu wecken für seine Fehler. Er soll sich ändern, damit mir diese Verletzung nie mehr angetan wird.

### Wer nachträgt, der trägt.

Ich trage und schlepe, nehme Vorwurf um Vorwurf ins Ge(h)päck, laufe dem andern hinterher. Nachtragen kann unter Umständen lange dauern. Zum Beispiel, wenn beim Gegenüber keine Einsicht geschieht, vielleicht auch gar nicht geschehen muss. Und wer ist dabei der das Leid-Tragende? Genau: ich selbst. Blöd eigentlich, ärgerlich dazu und schwupps bin ich in einer endlosen Spirale, gefangen in mir selbst. Ich bin darauf angewiesen, dass der andere sich umdreht, sich mir zuwendet, sich meiner Last annimmt. Gefangen auch darin, dass ich machtlos bin, handlungsunfähig. Ich bleibe in Abhängigkeit und das als erwachsener, selbstständiger Mensch.

Noch einmal: wer nachträgt, der trägt. Ich habe somit entschieden aktiv zu sein, nämlich nachzutragen. Ich bin also handlungsfähig. Stelle ich fest, Nachtragen schadet mir, habe ich auch die Möglichkeit mich umzuentscheiden.

Genau hier greift die Aufforderung der Bibel zu vergeben. Ich, Du, wir sind dem Unrecht, das geschehen ist, nicht hilflos ausgeliefert. Wir dürfen vergeben!

Als Gemeinschaft erleben wir, es gilt einen Weg zu gehen, jeder durchläuft seinen eigenen Prozess. Dennoch ist es für uns wichtig, auch einen gemeinsamen Weg zu gehen.

### Vergebung braucht Zeit...

...nicht damit Gras über die Sache wachse, sondern um in Ruhe die Enttäuschung, den Schmerz, meine eigenen Vorwürfe anzusehen, dabei zu entdecken, wie viel das mit mir selbst zu tun hat. Wieso konnte mich der andere so treffen? Was genau ist mein wunder Punkt? Wie sehr war der Andere nur Auslöser und gar nicht Verursacher? Wo bin ich von mir enttäuscht? Bin ich auch von Gott enttäuscht?

Vergebung braucht Zeit, um in Ruhe zu klagen, also Gott die Dinge hinzuhalten, die einfach nicht zu ändern sind. Gott hauen die Klagen nicht um. Gott hört zu, auch zum 100. Mal. Klagen heißt auch Worte finden, inneres nach außen kommen lassen, ungeschminkt.

Es braucht Zeit, um zu trauern. Was habe ich verloren? Menschen, Ideale, Wunschträume, Lebenszeit, Kraft, Werte, Geld? Vergeben braucht Zeit.

### Ganz nah bei Gott

All das verhandle ich nicht nur mit mir selber, sondern ganz bewusst vor Gott, mit ihm, bei ihm. Ich erlebe, wie ich manchmal mitten in den Situationen stecke und dann auch wieder durch das Reden mit Gott und dem Vor-ihm-sein in eine gute und heilsame Distanz komme. Das ist anders als Wegschieben, Verdrängen, krampfhaft nicht mehr daran denken. Im Anschauen, im Zulassen, entsteht ein

Raum, in dem ich zum Loslassen geführt werden kann. Und dann werde ich bereit, diesen Satz nicht nur zu kennen, sondern ihn auch zu beten: „Jesus, ich gebe mein Recht, diese Person zu verurteilen, an dich ab. Du allein sollst Richter sein.“ Ich vergebe. In der Kraft Jesu. Im Wissen und Glauben, dass ER mir auch vergibt - dass ich ohne dieses Aufgerichtetwerden von IHM, die ewig Verurteilte wäre. Indem ich vergebe, verlasse ich das selbstgewählte Gefängnis. Und dann gehe ich Schritte in die Freiheit nach vorne. Bin befreit. Was nicht heißt, dass ich glaube, dass mir das nie wieder geschieht. Es bedeutet auch nicht, dass ich das, was war, plötzlich vergesse. Es ist geschehen, nur mein Blick darauf ist ein anderer geworden, auch meine Bewertung und mein Umgang damit. Ich sage ebenso wenig, dass alles gut war, nicht so schlimm, bestimmt nicht so gemeint, oder total verständlich. Ich muss nur kein Urteil mehr darüber fällen, denn das ist in anderer Hand. In der Hand dessen, der gnädig und barmherzig ist, mit mir und mit dem anderen. Das reicht.

Ich persönlich erlebe viel Trost von Gott, zum Beispiel beim Lesen von Psalmen. Der Heilige Geist ist wirklich mein Tröster. Manchmal denke ich: jetzt hat er mich berührt.

Martina Schaaf,  
Lebensgemeinschaft



### Lesetipps

Wiedenmann, H.: Drei heilsame Worte  
<https://www.brunnen-gemeinschaft.de/berichte/drei-heilsame-worte-ich-vergebe-dir>  
Lüling, C.+D.: Ein neues Herz will ich euch geben  
Wolfers, M.: Die Kraft des Vergebens  
Stauss, K.: Die heilende Kraft der Vergebung  
Arnold, J. Chr.: Wer vergibt, heilt auch sich selbst



## Männer unter sich im Juni

zum Thema: „Zielst du noch, oder triffst du schon?“ mit Terry Moeller

Man(n) sagt:

- „Was für eine Mischung: einige alte Hasen, etliche Neue, dazu die Männer aus dem Jahresteam = ein Mix aus jungen, kraftstrotzenden Kerlen, Männern im vollen Spannungsfeld ihrer Lebensmitte und auch alten Silberrücken.“
- „Warum ich gekommen bin? Das Thema 'Lebensziele' ist für mich so aktuell und treffend.“
- „Wir sind viel als Familie auf Rüstzeiten usw. Da wollte ich auch mal was für mich ganz allein haben.“
- „Mann, was bin ich eigentlich für ein Krieger: Terry lies mich MEINE Spannungsfelder zwischen mir, Fa-

milie, Beruf, Gemeinde, Freunde, u.a. mit ALLEN Erwartungen an mich deutlich werden.“

- „Was mich motiviert? Nicht Belohnung oder Strafe. Sondern: was ICH BIN, welchen Sinn mein Leben hat, was ich durch meinen Selbstwert HABE.“
- „Cool war die Erkenntnis: Mit 20% meiner Energie, Zeit, Kraft kann ich 80% Erfolg als Ergebnis erreichen.“
- „Bisher dachte ich, es gibt zwei Sorten von Menschen: solche wie meine Frau und solche wie mich.“
- „Wenn ich weiß, wer ICH bin, dann weiß ich auch, was für mich wichtig ist. Was ich im beruflichen oder pri-

vaten Umfeld ändern sollte, was verstärken, was benutzen.“

- „Nun kann ich unterscheiden zwischen 'dringend' und 'wichtig'- und dementsprechend planen.“
- „Jesus hats vorgelebt: Ich BIN Gottes Sohn. Ich muss das NICHT beweisen, oder mir erarbeiten. Ich BIN es. Mein Wert ist nicht von Leistung oder von der Anerkennung anderer abhängig.“

... und noch mehr O-Töne findet Ihr auf unserer Homepage...

## Frauen-Wochenende im Juli zum Thema: „...und sie stand auf“

Sonntagmorgen 8.10 Uhr. Andachtszeit - und sie stand auf! Ein anregender Input einer Mitarbeiterin, nicht nur für Frauen! Wir wollen euch daran teilhaben lassen und alle Frauen, die dabei waren, nochmal erinnern: Ich bin IM STANDE - eines K(krönchen)nigskindes!

### Gedankensplitter

- Aufstehen** - Montag früh... viel zu früh.
- Vorstehen** - Mittwoch ist Kirchenvorstand. Oh nein, noch ein Termin.
- Eingestehen** - Ich muss mir eingestehen: es ist nicht zu schaffen.
- Widerstehen** - Wem? Der Versuchung? ... Oh, Schokolade. Hm.
- Verstehen** - Also, manchmal versteh ich nur Bahnhof.
- Entstehen** - Neues Leben entsteht. Wunderbar!

**Auferstehen** - Mein Jesus!

**Bestehen** - Die Prüfung! Geschafft!

**Einstehen** - Ich werde für meinen Fehler einstehen und die Sache in Ordnung bringen.

**Gegenüberstehen** - Meinem Chef? Problemen? Meinem liebsten Menschen? Und irgendwann Dir: Jesus!

**Durchstehen** - Eine Krise? Ja, mit Dir Jesus, schaff ich das!

**Ausstehen** - Sorry, die neue Kollegin... Ich kann sie nicht wirklich ausstehen.

**Rumstehen** - Es nervt mich, wenn Leute nur rumstehen und nicht sehen, dass jemand Hilfe braucht.

**Mir-selbst-im-Wege-stehen** - O ja... Immer wieder... die alten Muster! Ihr kennt das!

**Bereitstehen** - Ich stehe bereit für meine Aufgaben und Rollen, spätestens morgen früh wieder...

**Meinen Mann / meine Frau Stehen** - Ja, das muss ich, das kann ich und das werde ich! Mit Dir – Jesus!  
Ich werde: IM-STANDE-SEIN, zu tun, was Du mir aufträgst. Weil Du mich in den Stand eines Königskindes versetzt hast. Danke, dass ich Dein Kind sein darf und Du meine Stärke bist, dass ich mit allem zu Dir kommen darf, Du mir hilfst und mich liebst, so wie ich bin.  
Auch am Montag früh.  
Aufstehen! JETZT!

Romy Sch.,  
Mitarbeiterin



# Unsere Häuser erstrahlen in neuem Glanz

## Aus alt mach neu!

Im Rundbrief vom Mai 2019 haben wir berichtet, welche Baumaßnahmen anstehen und haben um fleißige, helfende Hände gebeten.

Wir sind dankbar für alles, was geworden ist und das ist nicht wenig!

Der **Südgiebel des Pfarrhauses** erstrahlt wieder in neuem Glanz. Die ausgebrochenen Gefache sind repariert und die vom Specht malträtierten Balken restauriert.

Auch die komplette **Fassade des Pächterhauses** ist wieder instandgesetzt. Sie war doch durch die extreme Trockenheit der letzten Jahre sehr in Mitleidenschaft gezogen. In einem Balken wohnt auch noch ein Insektenvolk ohne Mietvertrag! Das müssen wir noch zum Auszug bewegen :-)

Das neue Prachtstück ist der von Kopf bis Fuß renovierte **Pfarrsaal**. Der Stuck wurde ausgebessert und neu gestrichen. Die Fenster haben frische Farbe abbekommen. Der Fußboden wurde abgeschliffen und neu geölt. Der alte Türrahmen zum hinteren Teil des Raumes musste weichen und die Stühle und Bänke sind in Begriff mit neuen Polstern ausgestattet zu werden.

Die Pause des Gästebetriebs während der ersten heißen Corona-Phase haben wir genutzt, um einen **Gästezimmer-Flügel** im Pfarrhaus zu renovieren. Drei Zimmer haben einen frischen Anstrich erhalten zur Freude aller, die sie seitdem bewohnt haben.

Im **Speiseraum** ist auch endlich der Schandfleck eines leidigen Wasserschadens verschwunden.

Wir freuen uns täglich an all den frischen Farben, schönen Räumen und leuchtenden Fassaden und sind allen tatkräftigen Unterstützern von ganzem Herzen dankbar!

Ein paar Projekte stehen jedoch noch immer an:

- ✂ die Pfarrhausfassade auf der Hofseite
- ✂ das Treppenhaus im Neubau
- ✂ der Nordgiebel Scheune

Wir sind zuversichtlich, dass wir auch diese Bauprojekte in den nächsten Monaten durchführen können und freuen uns auch hier wieder über jede Hilfe.



1A  
2A  
3A  
4A  
5A

JANSON  
2.5.07.2015

0A  
1A  
2A  
3A  
4A  
5A

# Finanzen, Gebetsanliegen & Infos

## Finanzen

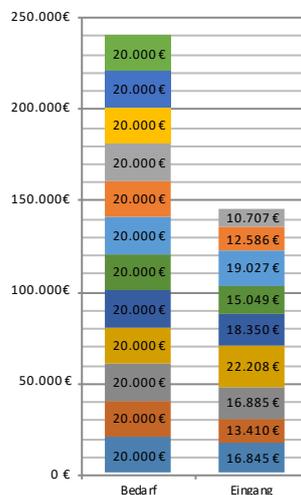
Rechts seht ihr wie immer den aktuellen Spendenstand. Dem aufmerksamen Leser fällt aus, dass wir den Bedarf bzw. unser Spendenziel im Vergleich zum letzten Rundbrief gesenkt haben. Durch weniger Mitarbeiter und das fehlende Jahresteam, sinken unsere Kosten in diesem Jahr, sodass wir mit den weniger an Spenden zurechtkommen. Dennoch ist es noch ein echtes Glaubensziel für uns, diese Summe bis zum Jahresende noch zu

erreichen.

Zu dem benötigen wir bis zum Jahresende Spenden zur Ablösung eines Darlehens über 15.000 € oder Ersatzdarlehen. Die Pacht in Höhe von 5000,- € erwartet uns auch noch. Bis Anfang 2021 brauchen wir weiteren Ersatz für die Rückzahlung zweier zinsloser Darlehen über 30.000 €.

Wir freuen uns über jede finanzielle Unterstützung!

## Spendenstand zum 30.09.20



## Wir verabschieden uns...



... von Familie Ulrich, die nach 9 Jahren des Mitlebens und Mitprägens weiterziehen möchte. Bis zum Sommer

2021 wohnen Martin & Yvonne mit ihren 3 Kindern noch in Oberalbertsdorf.

Wir wünschen Ihnen, dass sie einen guten Platz finden werden und in allem die Treue und den Segen Gottes erleben können.



... von Ehepaar Pentzek, deren Weg nach 3 Jahren nach Hessen weiterging. Sie sind im Juli diesen Jahres

umgezogen und wir wünschen Ihnen für die Zeit des Loslassens und wieder neu Einfindens viel Kraft von Gott und Segen in der neuen Arbeit.

## Gebetsanliegen

### Wir danken Gott für:

- \* die Möglichkeit in den letzten Monaten trotz Beschränkungen so viele Gäste empfangen zu dürfen,
- \* einen gesegneten Abschied des 26. Jahresteam's,
- \* viele, tolle ehrenamtliche Helfer,
- \* die vielfältigen Erntedankgaben,
- \* Bewahrung vor Corona-Fällen, sowohl bei uns, als auch bei den Gästen und
- \* die finanzielle Versorgung durch offizielle Förderstellen.

### Wir bitten Gott um:

- \* Kraft, Einheit, Gesundheit und Schutz für unsere Mitarbeiter und Mitglieder mit ihren Familien,
- \* Klarheit für Vereins- & Strukturfragen,
- \* Weisheit und Durchsicht in allen praktischen und oft kurzfristigen Corona-Fragen,
- \* gute Lösungen in allen aktuellen Personalfragen und
- \* finanzielle Versorgung trotz verminderter Einkünfte.

## BRUNNEN

Christliche Lebensgemeinschaft e.V.  
Dorfstr. 129  
08428 Langenbernsdorf

Tel: 036608/65 91 - 0

info@brunnen-gemeinschaft.de  
www.brunnen-gemeinschaft.de

### Vorstand

2. Vorsitzender:

Johannes Schaaf,  
Gemeindepädagoge,  
Niederlbertsdorf

Leiter:

Hans Gärtner,  
Kaufmann,  
Niederlbertsdorf

Wir sind Mitglied im CVJM Sachsen und im Diakonischen Werk Sachsen.

### Bankverbindung

Bank für Kirche & Diakonie  
BIC : GENODED1DKD  
IBAN.: DE95 3506 0190  
1618 4200 15

Bei Überweisungen bitte Adresse angeben. Spendenbescheinigungen werden zum Jahresbeginn versandt.

### Abo-Verwaltung BRUNNEN-Infos

unter <https://www.brunnen-gemeinschaft.de/kontakt/mailings/>