



# Emmaus

Gemeindebrief der Evang.-Luth. Kirchengemeinde München-Harlaching

## INHALT

HERBST 2013

<b>Schneller, höher, weiter</b>	<b>4</b>
<b>Entschleunigung üben</b>	<b>6</b>
<b>Alltag - Jakobsweg</b>	<b>8</b>
<b>Burn-out</b>	<b>9</b>
<b>Kurz dazwischengesagt</b>	<b>10</b>
<b>Das spirituelle Zentrum</b>	<b>12</b>
<b>St. Martin</b>	
<b>Alle Gottesdienste</b>	<b>14</b>
<b>im Überblick</b>	
<b>Der neue Vikar</b>	<b>16</b>
<b>Buchtipps</b>	<b>17</b>
<b>Musik</b>	<b>18</b>
Münchner Konzertchor	
Gospelchor	
<b>Herbstsammlung der</b>	<b>20</b>
<b>Diakonie</b>	
<b>Jahrmarkt</b>	<b>21</b>
<b>Emmaus aktiv</b>	<b>22</b>
<b>Termine</b>	<b>24</b>
Kinderbibeltage	
Adventsbasar	
Harfenmusik	
<b>Familiennachrichten</b>	<b>26</b>



## ENTSCHLEUNIGUNG

## MUTTER-KIND-GRUPPEN

Auskunft über das Pfarramt  
Tel 64 52 64

## JUGENDKREISE

### TeenSpirit-Team

Auskunft Pfarrer Degkwitz

### Pfadfindergruppen

Sara von Festenberg, Tel 0179/9970938  
Daniela Meinert, Tel 0160/97389008

## „KREATIVER KINDERTANZ“

Ab September 2013 findet das ganze Schuljahr über der „Kreative Kindertanz“ im Gemeindesaal der Emmauskirche statt.

Mittwoch, 15.00 - 15.45 Uhr für 4- bis 5-Jährige (Anfänger),

16.00 - 16.50 Uhr für 6-Jährige.

Donnerstag, 15.00 - 15.50 Uhr für 5-Jährige

Die Kurse leitet Veronique Fessler, langjährige Kindertanz-Pädagogin im Hasting-Tanzstudio München.

Info: Veronique Fessler, Tel 760 54 05

## EMMÄUSCHEN

Spielgruppe für 12 zwei- bis dreijährige Kinder. Zwei pädagogische Fachkräfte/ Pädagoginnen und je eine Mutter/Vater betreuen die Kinder Dienstag- bis Freitagvormittag im Gemeindesaal.

**Auskunft** Karen Wildauer (Vorstand)  
Tel 0176/8100 9804.

## EINE-WELT-VERKAUF



Waren aus fairem Handel  
immer nach dem Gottesdienst:

**6. Oktober, 10. November,  
1. Dezember**

Änderungen vorbehalten,  
Auskunft über Tel 64 65 90

## PARTNERSCHAFTSKREISE TANSANIA

Informationen über das Pfarramt  
[www.emmauskirche.de/Gemeindeleben/PartnerschaftskreisTansania](http://www.emmauskirche.de/Gemeindeleben/PartnerschaftskreisTansania)

## PARIS

Auskunft: Ursel Vogt, Tel 64 54 33

## EMMAUS KANTOREI

Offenes Singen zur Gestaltung der Gottesdienste in der Emmauskirche und im Altenheim,

Montag 19.30 – 21 Uhr,

Termine nach Absprache, **Auskunft**

Adelheid Olbrich, Tel 64 07 67

## MÜNCHNER KONZERTCHOR

Oratorienchor für Jugendliche und Erwachsene; donnerstags von 19.30 bis 22.00 Uhr im Gemeindesaal.

**Leitung** Robert Blank, Tel 0179/522 209

## EMMAUS-KINDERCHOR

Auskünfte und Anmeldung bei  
Ruth Kornder, Tel 79 43 01



EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser,

unser Leben ist von Stress und Hektik geprägt. Wir hecheln unseren beruflichen und privaten Verpflichtungen hinterher. Wenn wir entspannen möchten, ziehen wir die Laufschuhe an und rennen durch den Wald. Die stetig steigenden Anforderungen in Arbeit, Beruf und Familie überfordern viele Menschen. Natürliche Rhythmen gehen verloren, psychische Erkrankungen wie Burn-out und Depressionen nehmen zu.

Gleichzeitig ist überall in den Medien von Entschleunigung des Alltags, Symplify your Life, Downshifting oder dem Recht auf Faulheit und mehr zu hören. Es wird suggeriert, dass man nur ein bisschen langsamer und entspannter den Tag angehen muss, um mit sich und der Welt im Einklang zu leben. Klingt einfach, ist aber für viele schwer. Denn Entschleunigung muss man sich auch



**Dorothea  
Arenz-Drescher**

leisten können, meine ich. Nehmen wir die alleinerziehende Mutter mit drei Kindern, bei der das geringe Einkommen aus dem Teilzeitjob nicht ausreicht und die deshalb noch einen Nebenjob braucht. Oder der ehemalige Arbeitslose, der zum Beispiel täglich 60 Kilometer oder mehr zur Arbeit fährt. Der Stress im Berufsverkehr macht ihn krank, aber er will auf gar keinen Fall in Hartz-IV abrutschen. Kann sich ein Arbeitnehmer, der zum Überleben neben seinem Brotjob noch ein oder zwei Minijobs braucht, wirklich „entschleunigen“? Wie soll das gehen?

Die Politik muss die Entschleunigung mittragen. Wir brauchen eine Gesellschaft und Arbeitskultur, in der es wieder mehr selbstbestimmte und freie Zeit gibt. Nicht, dass ich gegen Entschleunigung wäre, aber für mich klingt das manchmal ein wenig nach Modetrend für Besserverdiener, die sich einen gewissen Verzicht leisten können. Für die vielen Geringverdiener mit den Nebenjobs wäre Entschleunigung der direkte Weg in die Armut. ....

Blieben Sie gesund. Einen goldenen Herbst wünscht Ihnen

*Ihre  
Dorothea Arenz-Drescher*

P.S. Dieses Jahr ist wieder Jahrmarkt in Emmaus. Mehr dazu auf Seite 21

Fortsetzung Seite 27

## VERLIEREN WIR UNS?

# CITIUS, FORTIUS, ALTIUS! SCHNELLER, HÖHER, WEITER!

Ausgerechnet ein Geistlicher, der Dominikanerpater Henri Didon, war es, der diese Devise für ein Schulsportfest vorschlug, die von Pierre de Coubertin 1894 beim Gründungskongress für die Olympischen Spiele der Neuzeit als Motto übernommen wurde. Schneller, höher, weiter hat sich seitdem nicht nur als Leitmotiv der Olympischen Spiele durchgesetzt, sondern ist quasi zum Symbol einer ganzen Epoche geworden.

Schneller zu werden wurde zum universellen Ziel und zum Kernbegriff jeglicher Modernisierung in Technik, Produktion, Verkehr und Tourismus, im Gesundheits- und Sozialwesen. Gepaart mit dem Phänomen der Globalisierung und der allgegenwärtigen Vergleichbarkeit unserer Leistungen wurde Schnelligkeit und Beschleunigung nicht nur zum dominierenden Faktor in der Außenwelt, sondern schlich sich zusehends auch ins Private ein, wohin wir uns früher doch so gut hatten zurückziehen können. Beschleunigung hieß Wachstum, Wachstum hieß Fortschritt, Fortschritt hieß Geldvermehrung, und Geldvermehrung machte wiederum neues Wachstum in Form neu geweckter Bedürfnisse möglich. Im Strudel und der Eigendynamik des damit einhergehenden technologischen Wandels kam es auch zu einem tiefgreifenden soziologischen Wandel innerhalb der Gesellschaft.

Durch den Zwang der Anpassung und durch den permanenten Druck, mithalten zu müssen, fühlt sich heute der Einzelne immer häufiger nicht mehr aufgehoben und wohl in seiner Haut, sondern sich selbst mehr und mehr fremd und falsch im eigenen Haus. Die Soziologen sprechen von der Entfremdung des Individuums durch pathologische, pervertierte Beschleunigung. Burn-Outs, Depressionen, Essstörungen, Verweigerungen aller Art und glücklose Menschen trotz aller Verfügbarkeiten des Wohlstands zeigen sich in allen Schichten und allen Altersklassen der Bevölkerung als Folge dieser Lebensbedingungen.

Gehen wir davon aus, dass dies tatsächlich alles Zeichen der Zeit, unserer Zeit sind, so stehen wir offenbar inmitten eines neuen Kulturpessimismus, genährt von dem Wunsch, so jedenfalls nicht weiter machen zu wollen.

Vielleicht muss uns aber gerade deswegen gar nicht so bange sein: Denn hatten wir das nicht schon einmal? Entstand nicht die Jugend- und Wanderbewegung im ausgehenden 19. Jahrhundert just nach der industriellen Revolution, als die Menschen begannen, sich entfremdet zu fühlen als Produktionsfaktor, wie Marx es später nannte, an immer schneller laufenden

Maschinen, mit denen sie mitzuhalten hatten, wenn sie nicht abstürzen wollten in die Verelendung? Die Lebensentwürfe der damaligen Zeit ähneln verblüffend oft den Konzepten der heutigen Kritiker. An allen Ecken der Gesellschaft regte sich Aufbruchstimmung gegen die schnelllebige Zeit auf der Suche nach dem natürlichen Lebensinn.

Und rund hundert Jahre zuvor hatte bereits Rousseau in seinem "contrat social" seine Mitbürger dazu aufgerufen, die Ketten abzustreifen, die durch Geld, Eigentum, Überbildung und übertrieben verfeinerte Lebensführung entstanden waren. Seine Forderung nach Rückkehr zu Einfachheit und den natürlichen menschlichen Wurzeln (*retournons à la nature!*) bereitete nicht nur den Weg zum Zeitalter der Aufklärung, sondern war vor allem ein großartiger Entwurf einer humanen Gesellschaft, deren Prinzipien von Freiheit und Gleichheit in der Französischen Revolution durchgesetzt wurden und heute die Grundlagen aller Verfassungen der westlichen Welt sind.

Dennoch aufgepasst: Denn wie zusehends die Werbung und die sie finanzierenden Märkte des Menschen Bedürfnis nach Entspannung (Stichwort Wellness) schon wieder zum Programm gemacht haben, so geraten wir wiederum zusehends in die Fänge dieser Gegenbewegung. Wer als Vertreter der sogenannten Slobbies (*slower but better working people*) etwas auf sich hält, fährt mit dem Hollandrad zur Arbeit, tagträumt beim Joggen, bereitet mitsamt der Familie Slow Food am hei-



mischen Herd, meditiert beim Hütten-trekking, findet im Gebet seine Balance und schweigt im Kloster oder sucht die innere Mitte in Yoga- und Entspannungskursen. Die Statussymbole der Schnelligkeit befinden sich jedenfalls im Kursverfall und statt schneller, höher, weiter zu werden und uns dabei zu verlieren, erkunden wir nunmehr, ob es Sinn macht und ob es uns genügt, dabei gewesen zu sein in diesem unserem Leben und unser Bestes gegeben zu haben. Auch das ist übrigens ein olympisches Prinzip.

*Petra Vogels-Brandt*

"EXERZITIEN IM ALLTAG"

# ENTSCHLEUNIGUNG ÜBEN

**Robert Bloching, 51, arbeitet als freier Architekt. Er ist verheiratet, hat vier Kinder und wohnt in Harlaching. Im Interview erzählt er von seinen Erfahrungen mit den "Exerzitien im Alltag".**

**Emmaus** Wo beobachten Sie Beschleunigung und hohe Geschwindigkeit in Ihrem Leben?

**Bloching** Ich bemerke die Beschleunigung in unserem Büro seit Einführung des Faxgeräts. Davor ging man freitags aus dem Büro und montags ging's wieder weiter. Nun findet man im Fax, im E-Mail und auf dem Handy auch Samstag und Sonntag etwas, was bearbeitet werden soll(te). Man ist immer erreichbar. Aber es liegt an einem selbst, ob man auch am Wochenende hingeht, wenn das Handy klingelt. Dennoch empfinde ich, es ist ein Beschleunigungsfaktor, dem man sich schwer entziehen kann. Ich beobachte außerdem an mir und anderen, dass die Menschen sich schwerer damit tun, Grenzen zu setzen. Dass man sagt: Jetzt bin ich fertig und morgen geht es weiter. Die Rhythmen des Tages, der Jahreskreis mit Feiertagen und festen Zeiten, die ich als "Junge vom Land" noch erlebt habe, haben sich aufgelöst: Morgens ging die Sonne auf, stand mittags in der Höhe und ging abends unter. Das waren auch Gebetszeiten. Aber jetzt kann jeder scheinbar alles zu allen Zeiten machen. Es liegt an dir, das zu steuern. Aber die Umwelt hat sich verändert, und man ist ihr ausge-

setzt. Übrigens ist auch die Freizeit ein Stress- und Beschleunigungsfaktor. Es gibt so viele Möglichkeiten. Die will man alle unterbringen. Auf einem Weg möglichst viel mitnehmen, in einem Quantum Zeit möglichst viel unterbringen.

**Emmaus** Kann man Ihrer Erfahrung nach das eigene Leben entschleunigen?

**Bloching** Ja, z.B. durch die "Exerzitien im Alltag". An denen habe ich nun schon zweimal teilgenommen. Wichtig an denen ist, dass man übt, ein ruhiges Umfeld und eine ruhige Atmosphäre zu schaffen. Das hilft. Ich kann mit dieser Übung auch in einer vollen U-Bahn ruhig werden. Es funktioniert aber nur, wenn ich es regelmäßig übe.

**Emmaus** Was genau tun Sie, um in diese Ruhe zu kommen?

**Bloching** Ich unterbreche mich und sage "Nein! Jetzt Stopp!" Ich stelle mir dann drei Fragen: Was mache ich da gerade? Muss das jetzt sein? Und: Was wäre jetzt angenehmer und besser? Während der Exerzitien dauert diese Übung drei Minuten. Inzwischen mache ich so einen Stopp nur für Sekunden. Diese Übung bringt mich dazu, mich zu konzentrieren und in mich hineinzuhören. Ich stelle mir vor, dass sich dabei die Schwingungen im Gehirn absenken, dass das Gehirn also "runterfährt". Und dabei geht eine innere Türe auf, da kannst du ganz tolle Wege gehen; dorthin zu kommen, das ist anstrengend. Dafür muss ich dauernd im Training sein.



**Emmaus** Wenn die innere Tür aufgeht, wohin führen dann die Wege?

**Bloching** Wenn ich in die Ruhe komme, sehe ich mich selbst gehen in einem monotonen Rhythmus, ich hänge Gedanken nach oder es kommen mir Bilder. Wenn ich in Ruhe gehe oder stehe, atme und meinen Körper fühle, lässt etwas in mir los. Das ist schön und tut gut. Während der Exerzitien habe ich das am Morgen 3 Minuten lang geübt, jetzt nur wenige Sekunden. Das wirkt aber trotzdem, weil es, so kommt es mir jedenfalls vor, durch die Exerzitien programmiert ist.

**Emmaus** Die Exerzitien sind doch keine reinen Körperübungen, sondern Gebet. Spielt das Gebet für Sie eine Rolle?

**Bloching** Ja. Ich habe im Büro und im Nachtkästchen eine Sammlung von Gebeten aus den Exerzitien. Manche von denen habe ich mir abgetippt als Merkhilfe. Im Büro ziehe ich mich manchmal zurück und lese die. Es sind verschiedene Gebete, auch Merksprüche aus einem Kalender der Schwesternschaft vom Rotkreuzkran-

kenhaus. Ich brauche das auf Papier, als Äußeres. Ich muss es sehen, dann ist es gleich wieder da.

**Emmaus** Welche Gebete sind das, und tragen sie etwas zur Entschleunigung bei?

**Bloching** Es geht zum Beispiel um das Vaterunser. Das habe ich von klein auf gelernt. Ich spreche es vor mich hin, ganz ähnlich wie ein Mantra, das ich verwende: Ich liebe, ich glaube, ich vertraue, ich bin dankbar und mutig. Aus einem Buch von Tiki Küstenmacher habe ich das Gebet übernommen: "Herr, segne mich und erweitere mein Gebiet. Lass deine Hand stets mit mir sein und halte Schmerz und Unglück von mir fern." Bei solchen Gebeten komme ich zur Ruhe. Es stellt sich ein Gefühl ein, das schwer zu beschreiben ist. Ich bin dann wie ein Ball [er macht mit den Händen eine Kreisbewegung um sich herum], wie ein Buddha: voll fett. Und wenn ich dann in dieses voll Fette hineinfrage: Ist es gut, dies oder jenes so oder so zu machen? Dann kommt in diesem Buddhagefühl ein ganz klares Gefühl zu mir: Ja, so mache ich es (oder nein, das mache ich auf keinen Fall). Das fühlt sich dann richtig an, und ich habe dann große Sicherheit, was jetzt zu tun ist.

**Emmaus** Vermutlich führen die Übungen der Exerzitien nicht immer zum Erfolg.

**Bloching** So ist es. Ich frage mich oft: Wieso lasse ich mich von Außeneinflüssen so zwingen und drängen? Manchmal kommt etwas von außen, da gehe ich ab wie eine Rakete und habe fast cholerische Anfälle. Da will ich mich ändern. Und ich bin überzeugt davon: Ich kann mein Außen ändern, wenn ich nach innen gehe. Ich muss in mich gehen und da drinnen etwas än-

dern, dann ändert sich auch das Außen. Die Exerzitien sind dafür wie eine Grundschule. Sie sind eine Schulung, hinzuhören und etwas wahrzunehmen, ohne es gleich zu bewerten und dadurch falsch zu hören. Wir üben uns darin, Dinge zu sehen, wie sie sind, komplett wertfrei. Das empfinde ich als Luxus. Aber dies auch weiterhin regelmäßig zu tun, den eigenen Rhythmus zu finden,

das muss ich immer wieder aufs Neue selbst entscheiden und weiterüben.

**Emmaus** Lieber Robert Bloching: Herzlichen Dank für dieses Gespräch!

**Bloching** Gern geschehen. Ich fühle mich jetzt, wo ich über die Erfahrungen mit den Exerzitien rede, ganz entschleunigt. Ich bin wieder in meinem Buddhagefühl. Danke!

*Das Interview führte Sebastian Degkwitz*



## DIE ENTSCHEUNIGUNG IN DEN ALLTAG RETTEN

# ALLTAG - JAKOBSWEG - ALLTAG

**Verena Degkwitz studiert auf Grundschullehramt und ist diesen und letzten Sommer in Frankreich und Spanien auf dem Jakobsweg gepilgert. Hier berichtet sie von ihren Erfahrungen.**

Klingt nicht gerade nach Entschleunigung: täglich um 5 Uhr aufzustehen, zehn Tage lang im Hochsommer jeweils 25 km bergauf, bergab zu wandern und in Betten zu übernachten, deren Besitzer sich gar nicht erst die Mühe machen, sie bequem erscheinen zu lassen. Doch genau in diesem Rahmen habe ich Entschleunigung erlebt, als ich letzten Sommer auf dem Ja-

kobsweg von le-Puy-en-Velay bis Conques gepilgert bin.

Schon den einfachen und klaren Tagesablauf habe ich als entschleunigend empfunden: aufstehen, laufen, rasten, essen, weiterlaufen, ankommen, schlafen.

Im Alltag muss ich mich beeilen, um den Bus zu erreichen. Sonst käme ich zeitlich in Bedrängnis. Im Bus plane ich Verabredungen und Veranstaltungen. Ich quetsche den Einkauf eben noch zwischen zwei Termine und denke immer einen Schritt voraus. Viele kleine Entscheidungen beherrschen die Gedankenwelt und kosten viel Energie.

Sie ermüden, und oft habe ich den Eindruck, keine Zeit zu haben.

Doch beim Pilgern gibt es das alles nicht. Es gibt Zeit und es gibt nichts zu entscheiden. Der Weg und seine Richtung sind vorgegeben. Um vieles brauche ich mich nicht zu kümmern. Ob ich alleine oder mit anderen, schnell oder langsam, viel oder wenig, schweigend oder sprechend laufen möchte, entscheide ich nach Lust und Laune. Wobei "entscheiden" eigentlich nicht stimmt. Das klingt nach rationalem Denken, Vorausplanen und Pflicht. Gerade davon habe ich mich während des Pilgerns befreit gefühlt. Ich habe mich spontanen Eingebungen hingegeben: auf der Wiese liegen, Wolken betrachten, Blumen pflücken, Kühe streicheln, Esel füttern, frisch gepflückte Brombeeren essen, einfach mal stehen bleiben - für all das war einfach Zeit.

Durch diese Freiheit habe ich einen Gang zurückgeschaltet. Zeit haben und sich Zeit lassen machen es möglich, sich innerlich zurückzulehnen. Man wird sich seines Lebens bewusst, staunt

und genießt. Während des Laufens habe ich viel nachgedacht über mich und was ich im Leben erreichen möchte. Auch wenn ich meinen eigenen Gedanken nachgehangen bin, war ich nicht allein: Mit anderen Pilgern konnte ich meine Gedanken teilen. Außerdem haben wir in der Gruppe oft gesungen: Kinderlieder, Kanons, Volkslieder, Taizélieder, Lieder in allen Sprachen. Dabei habe ich schnell vergessen, wie anstrengend oder heiß es gerade war. Denn auch hier hatte ich eine ganz einfache Aufgabe: Meine eigene Stimme singen, aber trotzdem auf die anderen hören.

Diese Art von Entschleunigung, zur Ruhe zu kommen und meine Umwelt wahrzunehmen, habe ich sehr genossen. Jetzt ertappe ich mich immer wieder dabei, viele Dinge in kurzer Zeit erledigen zu wollen. Aber manchmal schaffe ich es, dem etwas entgegenzusetzen, mir die Zeit zu nehmen, eine Strecke zu Fuß zurückzulegen und dabei ein Lied zu singen.

*Verena Degkwitz*

## DER KOPF DENKT „GEHEN“, ABER DIE BEINE MACHEN NICHTS

# BURN-OUT

Selma ist 49 Jahre alt und Mutter zweier (fast) erwachsener Söhne. Sie ist gelernte Industriekauffrau und arbeitet als Angestellte in einem großen Unternehmen. Nebenher hat sie noch einen Minijob, um als Alleinerziehende über die Runden zu kommen. Sie ist immer lustig und eine gute Kollegin.

**Emmaus** Was ist für Sie das Wichtigste im Leben?

**Selma** Gesundheit. Gesundheit ist das Allerwichtigste. Das kann ich nach meinem Burn-out nur immer wieder wiederholen. Davor habe ich anders gedacht. Aber wer das, was mir passiert ist, durchgemacht hat, versteht das.



Kein Geld der Welt kann Gesundheit ersetzen. Und ich tue alles, um meine Gesundheit zu erhalten. Ich habe gelernt, nur sehr schwer, aber ich habe tatsächlich gelernt, auch mal nein zu sagen. Ich will und kann keine 15 Stunden am Tag mehr arbeiten.

**Emmaus** Was fällt Ihnen denn beim Wort „Arbeit“ ein?

**Selma** Ich habe mein Leben lang gearbeitet. Ich hatte keine behütete Kindheit. Als ich zwölf Jahre alt war, hat mich meine Mutter nachts immer zu Putzstellen gefahren. Und später, als ich verheiratet war, habe ich neben den Kindern in vielen Jobs weitergearbeitet, um meinen Ex-Mann zu unterstützen, damit er sein Elternhaus erhalten kann. Nach der Scheidung hat er es teuer verkauft, aber ich bin leer ausgegangen. Aber was soll's. Ich hatte nie etwas und werde nie etwas haben. Aber jetzt weiß ich, dass ich, solange

ich gesund bin, mein Leben mit Freude leben und genießen kann, wenn ich bestimmte Regeln beachte.

**Emmaus** Wie kam es zum Zusammenbruch?

**Selma** Ich habe nach der Scheidung rund um die Uhr an verschiedenen Arbeitsplätzen gearbeitet. Ich musste mir eine neue Wohnung suchen und die Kinder versorgen. Ersparnisse hatte ich keine, nur Schulden. Plötzlich ging dann nichts mehr. Ich bin nachts nach Hause gekommen und habe nur noch getrunken. Ich habe die Kontrolle über mich verloren. Im wahrsten Sinne des Wortes: Nichts ging mehr. Der Kopf denkt „gehen“, aber die Beine machen nichts. Ich wollte, aber ich konnte nicht. Zum Schluss habe ich einen Suizidversuch unternommen. Ich wurde ins Krankenhaus eingeliefert und kam danach für zwei Wochen in die geschlossene Psychiatrie.

**Emmaus** Und dann? Die Entschleunigung? Das Runterkommen ärztlich verordnet? Hat das funktioniert?

**Selma** Ja, der Krankenhausaufenthalt war meine Rettung. Ich kam in eine Reha-Maßnahme und konnte mich tatsächlich „regenerieren“. Durch die Therapie habe ich gelernt, auch mal nein zu sagen, mir eine Ruhephase zu erlauben bzw. zu erkennen, dass ich ohne nicht gesund werden kann.

**Emmaus** Was ist denn Ihre persönliche Auszeit?

**Selma** Meine Auszeit sind die Wochenenden, und diese zwei Tage brauche ich auch dringend. Ich habe noch immer zwei Jobs und muss geschickt taktieren, um allen Anforderungen gerecht zu werden.

**Emmaus** Halt! Warum arbeiten Sie weiterhin so viel? Sie sagten doch gerade, Sie hätten aus dem Burn-Out gelernt.

**Selma** Leider habe ich noch immer

Schulden. Ich muss für die Pflegekosten meines verstorbenen Vaters aufkommen. Irgendwie nimmt es nie ein Ende. (*lacht*)

**Emmaus** Ja, und wie gestalten Sie ihre Wochenenden?

**Selma** Ich lehne einfach alle Verpflichtungen und Termine, die an mich herangetragen werden, ab. Ich bin für meinen Sohn da, ich treffe Freunde, ich sitze auf dem Sofa und lese. Ich kann mir mittlerweile auch die zwei Krümel auf der Arbeitsplatte in der Küche ansehen und muss nicht mehr gleich aufspringen, um sie wegzuwischen. Für mich ist das ein riesiger Erfolg, denn Sauberkeit wurde mir in meiner Kindheit eingepflegt. Ja, ich bin stolz und glücklich darüber, dass ich einfach mal sitzen bleiben kann.

**Emmaus** Wir danken für dieses offene Gespräch und wünschen Ihnen alles Gute. Bleiben Sie gesund.

*Dorothea Arenz-Drescher*

## K U R Z D A Z W I S C H E N G E S A G T

Liebe Leserinnen und Leser!

Mit so viel Freude habe ich das Lied "Jesus ist kommen" noch nie gesungen. Der Gottesdienst zu Epiphania auf dem Schwanberg geht mir näher als sonst. Vier Tage bin ich schon im Gästehaus der Frauenkommunität "Casteller Ring". Ich spanne aus, lese und zeichne, gehe lange Wege durch die Wälder und nehme viermal täglich am Stundengebet der Schwesternschaft teil. Nun spüre ich erstaunt die Wirkung und singe das bekannte Kirchenlied viel fröhlicher, ja herzlicher mit als sonst. Ich erzähle einer Schwester, wie mir das Herz aufgeht. Und sie antwortet mir lächelnd und wie im Vertrauen: "Das geht uns doch genauso."

Nur vier Tage Auszeit, ein Rhythmus aus Stundengebeten, der sich täglich wiederholt: Und schon erlebe ich gewohnte Dinge anders: voller, persönlicher, dankbarer. Ich brauche keine starken Außenreize. Die sind im Alltag nötig, weil meine Aufmerksamkeit bereits auf dies und jenes gerichtet ist. Aber auf dem Schwanberg fordert mich nichts. Ich bin zufrieden und nicht hungrig. Ich sitze lange in der Kirche und genieße es. Steht hier die Zeit still? Nein, sie vergeht gemächlich. Ich erledige nichts, sondern fülle die Zeit mit dem, was mir gerade gefällt. Ich habe Zeit und arbeite nicht gegen ihr Verrinnen an.

Man könnte sagen, ich hätte im Kloster mein persönliches Entschleunigungsprojekt erfolg-

reich durchgeführt. Aber diese Sprache passt nicht. Sie gehört zu der Welt, die ich auf dem Schwanberg hinter mir lasse. Eher gefällt mir, wie Mystikerinnen und Mystiker ihre Erfahrung beschreiben: als Frucht einer Übung, und doch als Ereignis, das überraschend über einen kommt. Entschleunigung kann man nicht machen. Aber man kann sich in ihr üben, sich auf sie vorbereiten. Dass sie sich einstellt, ist ein überwältigendes Geschenk, das man dankbar empfängt und nicht der eigenen Könnerschaft gutschreibt.

Entschleunigung berührt sich mit dem Gebot, den siebten Tag zu heiligen, da Gott an ihm geruht hat (Ex 20,8-11). Ich kann entschleunigen, weil ich zu Kräften kommen will, um dann erst recht wieder Vollgas zu geben. Oder ich entschleunige so, dass ich an Gottes Ruhe von der Schöpfungsarbeit teilnehme. Diese Ruhe ist anders. Sie ist zweckfrei, lässt sich nicht erzwingen, kommt und geht, wo und wann es Gott gefällt. Sie erfüllt einen. In ihr lässt sich erleben, dass Gott den Ruhetag gesegnet hat (Ex 20,11).

Ihr Pfarrer Sebastian Degkwitz



## DAS SPIRITUELLE ZENTRUM ST. MARTIN

# DER GOTTESDIENST ZUM BEISPIEL IST EIN ENTSCHEUNIGENDER VORGANG...



**Das Spirituelle Zentrum St. Martin** ist eine Einrichtung der Landeskirche und befindet sich im Glockenbachviertel. Seit 2004 bietet es unterschiedliche Angebote zum Thema Meditation und Spiritualität.

Schwerpunkte sind die sonntägliche Martinsmesse und die regelmäßigen Schweigemeditationen, insbesondere die Einübung in das altkirchliche Herzensgebet.

Das Zentrum ist auch Pilgerherberge und ein Ort der Orientierung auf dem eigenen geistlichen Weg mit verschiedensten Veranstaltungen (Oasentage, Männerspiritualität, Biographiearbeit, Yoga). Zudem können Ruhe und ein bewusstes Dasein zu einem sinnvollen Tun befähigen. Deshalb praktiziert das Zentrum diakonisches Handeln durch die gezielte Unterstützung von karitativen Einrichtungen.

Wir haben uns mit dem Leiter des Zentrums, Herrn Andreas Ebert, unterhalten.

**Emmaus** Wer kommt zu Ihnen in das Spirituelle Zentrum?

**Ebert** Das sind zum einen Christen aus verschiedenen Gemeinden, die ihren Glauben durch praktische Übungen vertiefen wollen. Zum anderen kommen Kirchenferne über die Schiene

Meditation, oft mit fernöstlicher oder esoterischer Erfahrung, die bei der Kirche wieder andocken wollen, ohne gleich zu einer bestimmten Gemeinde zu gehören. Aus dieser Konstellation entstehen Reibungsflächen, aber auch ein Voneinander-Lernen, ein fruchtbarer Dauerdiallog.

**Emmaus** In welcher Hinsicht ist das Thema Entschleunigung in Ihrer Einrichtung ein Thema?

**Ebert** Entschleunigung ist in St. Martin kein Thema, sondern ein Faktum. Das beginnt mit dem Ort hier. Wir befinden uns in einem Hinterhof, und es ist still, mitten in der Stadt. Letztendlich dienen alle unsere Angebote der Entschleunigung. Nehmen wir als Beispiel die "Exerzitien auf der Straße": Zehn Tage lang acht Stunden gehen, schauen, hören, wahrnehmen - ohne ein Ziel, ohne etwas zu tun. Das ist Einüben ins Dasein, das ist Entschleunigung pur.

**Emmaus** Ist Entschleunigung ein Wert an sich?

**Ebert** Wir leben hier im Spannungsfeld Stille - Stadt. Die Stadt ist laut und hektisch, es gibt eine Reizüberflutung. In der Stille gibt es wenig Worte, wenig Bilder, Langsamkeit. Beides schließt sich aber nicht aus. Stille ohne Stadt ist auch problematisch. Die Stille hilft vielmehr, in der Stadt achtsam zu leben und aus der eigenen Mitte zu agieren.

**Emmaus** Leiden die Menschen Ihrer Erfahrung nach zunehmend mehr unter der Beschleunigung unserer Zeit?

**Ebert** Beschleunigung, Hektik und Stress sind natürlich vorhanden, zum Beispiel durch Überlastung im Beruf oder in der Familie, durch finanzielle Sorgen. Aber das ist hier im Zentrum kein zentrales Thema. Der Grund, warum die Menschen kommen, ist selten explizit. Das Reden über Hektik und Stress macht letztendlich doch auch wieder hektisch. Das Zentrum stellt Räume und Methoden der Übung zur Verfügung und die Menschen machen die Erfahrung; sie kommen hier zur Ruhe.

**Emmaus** Entschleunigung ist angesagt. Wo sehen Sie Möglichkeiten, wie die

Kirche sich einbringen kann?

**Ebert** Kirche ganz generell ist Entschleunigung. Der Gottesdienst zum Beispiel ist ein entschleunigender Vorgang. Wer zum Gottesdienst geht, unterbricht seinen Alltag, weil er an etwas teilnimmt, das mit der Musik, der Predigt und dem ganzen Ablauf deutlich anders ist als das alltägliche Tun. Auch das Pilgern hat einen heilsamen Effekt. Man muss den Menschen aber sagen: Der Pilgerweg ist kein Wettrennen. Es geht nicht ums Ankommen, es ist eine Einübung in das Langsam-Gehen. Das Gleiche gilt beim Einüben ins Herzens-Gebet. Wir fangen zuerst mit Übungen an wie: Geh langsam, bleib stehen, schau nur, höre nur, sei einfach da.

**Emmaus** Möchten Sie persönlich Ihre Gedanken äußern zum Thema? Wie gehen Sie selbst damit um?

**Ebert** Früher habe ich Stress gekannt, besonders als ich noch zwei halbe Stellen zum einen als Gemeindepfarrer und zum anderen hier als Leiter des Zentrums hatte. Es war ein Spagat, dort eine Taufe, hier eine Stilleübung. Seit ich mich auf ein Thema konzentrieren kann, habe ich selbst viel mehr Ruhe gefunden, es ist das für mich richtige menschliche Maß. Ich habe genügend Arbeit und ich bin engagiert bei den Menschen, aber ich gerate viel seltener in Hektik.

**Emmaus** Vielen Dank für dieses Gespräch.

*Dorothea Schmidt*

(Spirituelles Zentrum St. Martin, Arndtstraße 8, Rückgebäude, 80469 München, Tel. 089 20244294 [www.stmartin-muenchen.de](http://www.stmartin-muenchen.de))



Sa 12.10. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle Roth

## 20. SONNTAG NACH TRINITATIS

So 13.10. 10.00 Gottesdienst Hartmann  
Sa 19.10. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle N.N.

## 21. SONNTAG NACH TRINITATIS

So 20.10. 10.00 Gottesdienst mit Abendmahl (Traubensaft) Reichenbacher  
Sa 26.10. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle Hüfner

## 22. SONNTAG NACH TRINITATIS

So 27.10. 10.00 Gottesdienst Degkwitz  
Sa 2.11. 16.30 Gottesdienst im Altenheim Reichenbacher  
19.00 Gottesdienst im Krankenhaus für Naturheilweisen Reichenbacher

## 23. SONNTAG NACH TRINITATIS

So 3.11. 9.45 Beichte in der Sakristei  
10.00 Gottesdienst mit Abendmahl Reichenbacher  
Sa 9.11. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle Hüfner

20.00 Orgelmeditation mit Texten bei Kerzenlicht

## DRITTLLETZTER SONNTAG IM KIRCHENJAHR

So 10.11. 10.00 Gottesdienst Degkwitz  
anschl.: Eine-Welt-Verkauf  
11.15 Minigottesdienst Degkwitz  
Sa 16.11. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle Roth

## VORLETZTER SONNTAG IM KIRCHENJAHR

So 17.11. 10.00 Gottesdienst mit Abendmahl (Traubensaft) Hartmann

## BUß- UND BETTAG

Mi 20.11. 19.30 Ökumenischer Gottesdienst in der Reichenbacher  
kath. Nachbargemeinde Maria Immaculata  
Sa 23.11. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle Hüfner

## EWIGKEITSSONNTAG

So 24.11. 10.00 Gottesdienst mit Gedenken der Verstorbenen Reichenbacher  
es singt der Münchner Konzertchor  
Sa 30.11. 19.00 Gottesdienst in der Krankenhauskapelle Roth

## 1. ADVENT

So 1.12. 10.00 Gottesdienst mit Abendmahl Reichenbacher/Degkwitz  
1. Abendmahl der Konfirmanden  
anschl.: Adventsbasar mit Eine-Welt-Verkauf  
11.15 Minigottesdienst Degkwitz

Das jährliche Klausurwochenende verbrachte der Kirchenvorstand der Emmauskirche im Exerzitenhaus Schloss Fürstenried zum Thema: Struktur und Geschichte der Evang.-luth. Kirche in Bayern



## Der Kirchenvorstand mit Beirat

- 1. Reihe: Gräfin Münster, Pfarrer Reichenbacher, Dorothea Schmidt, Ursel Vogt, Gabriele Unterguggenberger,
  - 2. Reihe: Iris Fischer, Stefanie Wagner, Monika Klauser, Michael Posern, Alexander Foltin, Helmut Schmidt
  - 3. Reihe: Erwin Roos, Susanne Wollmann, Christine Kronbeck, Pfarrer Degkwitz, Sabine Gaenßler, Ulrich Theilacker
- Nicht auf dem Bild: Pfarrer Reinhard Roth, Heidi Kowitz



## Liebe Gemeindeglieder der Emmauskirche,



am 1. September beginne ich mein Vikariat bei Ihnen und freue mich sehr auf eine intensive Zeit der Begegnung, des Lernens, des miteinander Feierns und Glaubens. Vielleicht sind Sie überrascht, wenn Sie auf meinem Foto hier einen 45-jährigen Mann erkennen. Ein Vikar in diesem Alter?

In der Tat steht für mich das Vikariat nicht am Anfang des Berufslebens, sondern in der Mitte. Nach meinem Studium der evangelischen Theologie in Neuendettelsau, München und Tübingen, das ich 1997 abschloss, führte mich mein beruflicher Werdegang in den letzten rund eineinhalb Jahrzehnten in den christlichen Medienbereich. Ich absolvierte ein Medienjahr beim Evangelischen Presseverband für Bayern (EPV) und war dann als programmverantwortlicher Lektor in den Buchverlagen Claudius, Kösel und Kreuz tätig.

Bei meiner Lektoratstätigkeit hat mir der intensive Kontakt mit den Autorinnen und Autoren sowie der kreative Austausch mit ihnen am meisten Freude bereitet. Ich war aber immer auch auf der Suche nach weiteren Tätigkeitsfeldern, in denen der Umgang mit Menschen noch stärker im Mittelpunkt stehen kann. Der tiefgreifende

Strukturwandel im Verlagswesen, der in besonderem Maße auch die religiösen Programme betrifft, war dann der eigentliche Auslöser für mich, einen ganz neuen beruflichen Anfang zu wagen. Nun bin ich sehr froh, einerseits zu den Wurzeln meines Studiums und meinem ursprünglichen Berufswunsch zurückzukehren, andererseits aber auch ein Stück Lebens- und Berufserfahrung in meinen Dienst mit einbringen zu können. Ich freue mich und bin gespannt auf viele Begegnungen mit Ihnen sowie Ihre wohlwollende aber auch offene Begleitung meines Vikariats.

Herzliche Grüße  
Ihr Rolf Hartmann

## Die entschleunigte Musik

## Fließender Stillstand

Vor Jahren habe ich ein Konzert mit Werken des avantgardistischen Komponisten Giacinto Scelsi gehört (1905-1988). Scelsi übte die Zen-buddhistische Meditation, was seinen Stücken anzuhören ist. In denen gibt es keine Melodien mit schnell wechselnden Tönen. Ein Ton ist hörbar. Er dehnt sich aus, wird an den Rändern um Töne erweitert, die darüber- und darunterliegen. Über einen längeren Zeitraum erhöht sich dieser Ton um einen Halbton. Es entsteht eine Klangwolke, die sich weiter entpuppt und aus sich heraus Verwandlungen des einen Grundtons setzt. Ruhe und Bewegung, Stillstand und Fluss sind in dieser Musik eins. Ihr zu folgen, führt in entspannte Konzentration. Es war eines der faszinierendsten Konzerte der letzten Jahre.

Sebastian Degkwitz



## Der entschleunigte Film

## "Die große Stille"

16 Jahre lang wartete der Regisseur Philip Gröning auf die Zusage der Kartäuser, ihren Alltag im Kloster Grande Chartreuse dokumentieren zu dürfen. 1999 zog er für sechs Monate ein und filmte die Mönche beim Schweigen, beim stillen Gebet auf der Zelle, beim stummen Holzhacken und Haarschneiden, bei der Messe in der kaum erleuchteten Kirche. Zweieinhalb Stunden lang sieht der Zuschauer in schweigende Gesichter, eine majestätische und regungslose Bergwelt, sich wiederholende alltägliche Abläufe. Im Kloster bringt die Zeit keine Veränderungen mit sich, sondern nur die Wiederkehr des Gleichen. Als ich den Film im Kino sah, war es andächtig still, so als säßen die Zuschauer mit in der Kirche der Grand Chartreuse und nähmen an den Gebeten teil. Aber dann wurde mir doch bewusst: Wir beobachten nur. Wir sehen eine ursprüngliche Welt der Stille, in die wir gerne eintauchen würden, die uns aber auch befremdet. Wir hätten gerne teil an ihr, und doch bleibt sie uns entzogen.

Sebastian Degkwitz

## Buchpräsentation zum beruflichen Lebenswerk von Architekt Franz Lichtblau

## Lichtblau-Kirchen

Kirchenräume laden seit jeher ein, sich zu besinnen, Ruhe zu finden, eine Rast auf dem Lebensweg einzulegen. Sie sind Stein und Holz gewordene Zeitzeugen der Geschichte und des gemeindlichen Lebens. In unserer schnelllebigen modernen Zeit sind sie erst recht Rastplätze für Leib und Seele, Orte der Entschleunigung. Auch der Raum der Emmauskirche wird von vielen Menschen so wahrgenommen.

Wir freuen uns deshalb, dass unser geschätzter Emmauskirche-Architekt Franz Lichtblau das Buch über sein architektonisches Lebenswerk am 1. Oktober 2013 um 19 Uhr in der Emmauskirche präsentieren wird.

Franz Lichtblau gehörte selbst viele Jahre dem Kirchenvorstand der Emmauskirche an und hat neben der Emmauskirche noch weitere 43 Kirchen gebaut und 85 Kirchen renoviert. Das Buch selbst wird herausgegeben vom langjährigen landeskirchlichen Kunstbeauftragten Andreas Hildmann. Es ist neben der Würdigung der beruflichen Arbeit von Franz Lichtblau auch ein nachträgliches Geschenk zu seinem 85. Geburtstag, den er bereits im Februar dieses Jahres feiern konnte. Alle interessierten Gemeindeglieder und Weggefährten sind zu dieser Buchpräsentation herzlich eingeladen.

Christoph Reichenbacher



## MÜNCHNER KONZERTCHOR

### Johann Sebastian Bach: h-Moll-Messe

Am Samstag, 12. Oktober 2013, 19.00 Uhr  
Nach mehr als einem Vierteljahrhundert endlich wieder einmal in der Emmauskirche: Johann Sebastian Bach, h-Moll-Messe.  
Es musizieren unter der Leitung von Robert Blank:

Münchner Konzertchor  
Cappella Istropolitana  
Solisten:  
Julia Sophie Wagner (Sopran)  
Anja Maria Luidl (Alt)  
Andrew Lepri Meyer (Tenor)  
Christian Hilz (Bass)

Kartenreservierungen unter Tel. 642 34 32  
(auch über MünchenTicket)  
Preise: 39/29/19 Euro.

#### Ewigkeitssonntag

Am Sonntag, 24. November (Ewigkeitssonntag) singt der Konzertchor im Gedenkgottesdienst für die Verstorbenen des Kirchenjahres.

#### Vorankündigung Advent

Am Samstag, 14. Dezember 2013 um 19.00 Uhr in der Emmauskirche:  
Johann Sebastian Bach, Weihnachtsoratorium Teile 1 - 3.

### Gospel in der Emmauskirche

Am Sonntag, 1. Dezember 2013, um 19 Uhr, gastiert der Gospelchor "Munich Goes Gospel e.V." in der Emmauskirche, der den Gemeindegliedern bereits durch den Auftritt beim Vorabendgottesdienst zur Konfirmation bekannt ist. Unter der musikalischen Leitung von Caroline von Brünen und begleitet von Steffen Zander am Klavier zeigt der Chor musikalische Leistung auf höchstem Niveau.

Seine Geburtsstunde feierte der Verein "Munich Goes Gospel e.V." im Mai 2012. Der Großteil der über 30 Chormitglieder hat jedoch bereits viele Jahre zusammen in namhaften Gospelchören in und um München gesungen. Daher greifen die Sängerinnen und Sänger auf die Erfahrung von über 300 Konzerten im In- und Ausland zurück. Karten zu 17 Euro (ermäßigt 12 Euro) an der Abendkasse.

### Orgelmeditationen mit Texten bei Kerzenlicht in Emmaus

Die Themenreihe 2013: Lutherlieder

*Die Orgelmeditation im Oktober entfällt.*

■ **Samstag, 9. November - 20 Uhr**  
"Mitten wir im Leben sind"

Orgel: Dr. Leopold Wittmann  
Lesungen: Wilfried Knappik

■ **Samstag, 7. Dezember - 20 Uhr**  
"Nun komm, der Heiden Heiland"

Orgel: Klaus Geitner  
Lesungen: Carola Horstmann

*Eintritt frei - Spenden willkommen!*

### Die "Ökumenische Sozialstation Giesing-Harlaching "Pflege zu Hause"

1976 wurde die Sozialstation gegründet und unterstützt seitdem zuverlässig, liebevoll und fachkundig pflegebedürftige Menschen im Raum Giesing-Harlaching. Unter dem Dach der "Hilfe im Alter gem. GmbH", eine Einrichtung der Inneren Mission München, setzt die Sozialstation ihre erfolgreiche Tätigkeit seit nun mehr als zwei Jahren fort.

Die fachkundigen und zuverlässigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter pflegen professionell, herzlich und individuell, je nach den Bedürfnissen der pflegebedürftigen Menschen und ihrer Angehörigen. Schwerpunkte unserer Aufgaben sind wie bisher:

Hilfe bei der Körperpflege, bei der Ernährung und der Mobilität sowie ärztlich verordnete Massnahmen wie z.B. Medikamente verabreichen, Antithrombosestrümpfe anziehen, Injektionen verabreichen.

Wir informieren Sie gerne über die Möglichkeiten der ambulanten Pflege, unsere Versorgungsleistungen und deren Kosten und erstellen für Sie ein individuelles Pflegekonzept.

Wir legen größten Wert auf eine transparente Kostenaufstellung.

Bei der Beantragung zur Pflegestufe beraten wir Sie fachkundig.

Nehmen Sie unverbindlich Kontakt auf mit unserer Pflegedienstleiterin:

Frau Barbara Wurzer, Martin-Luther-Str. 6,  
81539 München, Tel 089/692 72 84.

E-Mail: bwurzer@im-muenchen.de

### Dank und Bitte

Herzlich danken wir für Ihre Spenden bei unserem letzten Aufruf für unseren Gemeindebrief Emmaus. Im Namen des verantwortlichen Teams danke ich Ihnen herzlich dafür, dass Sie dieses wichtige Kommunikationsmedium in unserer Gemeinde mit insgesamt rund 1.200 Euro unterstützt haben. In dieser Ausgabe bitten wir Sie um Ihre Spenden anlässlich der Herbstsammung des Diakonischen Werkes im Oktober 2013. Diesmal geht es um die Hilfe für straffällig gewordene Menschen (siehe dazu auch die umseitig stehenden Informationen des Diakonischen Werkes Bayern).

Noch einmal weise ich darauf hin, dass die Finanzämter die Kirchengemeinden dringend darauf hingewiesen haben, keine eigenen Spendenbescheinigungen bei Beträgen bis zu 200 Euro auszustellen. In diesem Fall erkennen die Finanzämter die Banküberweisung mittels Bankauszug als Spendenquittung an. Damit soll die doppelte Spendenbescheinigung vermieden werden. Damit Sie aber wissen, dass Ihre Spende bei uns angekommen ist, erhalten alle Spender bei einem Betrag über 50 Euro einen standardisierten Dankbrief.

Barspenden werden wir selbstverständlich wie bisher mit Brief und Siegel quittieren.

Mit herzlichem Dank für Ihr Verständnis und für Ihr bisheriges finanzielles Engagement

Ihr Pfarrer Christoph Reichenbacher

## Schöne Aussichten?! - Straffälligenhilfe der Diakonie Herbstsammlung vom 14. - 20. Okt. 2013

### Diakonischer Auftrag

Evangelische Straffälligenhilfe ist getragen vom Versöhnungsgebot Gottes. Sie nimmt den Versöhnungsauftrag der Menschen untereinander ernst. Sie ermutigt zum Dialog zwischen straffällig gewordenen Menschen, ihren Geschädigten und der Gesellschaft. Ihr Engagement und Handeln sind Ausdruck menschlicher Solidarität. Auch wenn Menschen würdelos handeln, verlieren sie nicht ihre Menschenwürde. Wir setzen uns dafür ein, dass im Umgang mit Straffälligen und deren Angehörigen die Menschenwürde nicht verletzt wird.

### Ziele und Aufgaben

Evangelische Straffälligenhilfe bietet Menschen, die mit dem Gesetz in Konflikt geraten sind und strafrechtlichen Eingriffen unterliegen, Unterstützung an. Diese umfasst alle Angebote, die geeignet sind, die individuellen Fähigkeiten Betroffener und deren Angehöriger zu erweitern und zu stärken, sowie ihre Lebenssituation und ihre Lebensbedingungen nachhaltig zu verbessern. Sie möchte das Selbsthilfepotential straffällig gewordener Menschen auf Dauer so stärken, dass sich soziale und individuelle Faktoren, die Straffälligkeit begünstigen können, verändern. Ziel ist die Führung eines straffreien Lebens in der Zukunft. Sie will zudem dazu beitragen, den stigmatisierenden Status der Straffälligkeit zu überwinden und die soziale Ausgrenzung der davon betroffenen Menschen zu vermeiden.

### Angebote

Bei der Ausgestaltung der Angebote der Straffälligenhilfe der Diakonie in Bayern werden die jeweils besonderen Lebensumstände straffällig gewordener Frauen und Männer berücksichtigt.

Eine wichtige Grundlage für die Bereitstellung von Angeboten für straffällige Men-

schen ist die Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten nach § 67 Sozialgesetzbuch XII.

In Abhängigkeit vom individuellen Hilfebedarf werden zeitlich befristete ambulante, teilstationäre und stationäre Maßnahmen angeboten.

Rund 65% der Gefangenen in bayerischen Justizvollzugsanstalten sind weniger als 3 Monate inhaftiert. Speziell für diesen Personenkreis ist ein Ausbau und eine Weiterentwicklung von Alternativen zum herkömmlichen Strafvollzug und dessen bekanntermaßen nachteiligen Wirkungen dringend notwendig. Beispielhaft können hier Angebote wie Täter-Opfer-Ausgleich, Anti-Gewalt-Trainings und gemeinnützige Arbeit statt Freiheitsentzug genannt werden.

### Straffälligenhilfe in Zahlen

- 8 Fachberatungsstellen der Straffälligenhilfe
  - 4 soziale Trainingsmaßnahmen für jugendliche und erwachsene Straffällige
  - 6 Fachstellen zur Vermittlung gemeinnütziger Arbeit ("Schwitzen statt Sitzen")
  - 4 Fachstellen für Täter-Opfer-Ausgleich
  - 9 spezialisierte stationäre Einrichtungen der Straffälligenhilfe mit ca. 150 Plätzen
  - 1 teilstationäre Einrichtung (Tagesstrukturierung) für straffällige Menschen
  - 4 Dienste für ambulant betreutes Wohnen
  - 2 Psychotherapeutische Fachambulanzen für Haft-entlassene Sexualstraftäter, Ehe-, Paar- und Familienseminare für Inhaftierte und deren Angehörige
  - Mehrere Angebote und Projekte im Rahmen der ehrenamtlichen Straffälligenhilfe
- Denn intensive und konsequente Täterarbeit ist der beste Schutz vor Rückfälligkeit und neuen Straftaten.**

## Jahrmarkt mit anschließendem Bücherverkauf

Die Emmausgemeinde bittet Sie zum 21. Mal, den Jahrmarkt zu unterstützen und uns Dinge zur Verfügung zu stellen, die Sie nicht mehr brauchen, aber andere gern übernehmen. Der Erlös geht je zur Hälfte in Vorhaben der Emmausgemeinde (z.B. Renovierung des Turms und des Hofes) und diakonische Projekte (z.B. Ökumenische Sozialstation; Evangelisches Beratungszentrum München e.V.)

### Wir bitten Sie um...

... gut erhaltene Bücher, CDs und DVDs, LPs, Geschirr, Glaswaren, funktionsfähige Radios, Plattenspieler, CD-Player, Flachbildfernseher, PC-Bedarf, Flachbildschirme, Musikinstrumente, Spielzeug, Bilder, Fahrräder, Schmuck, Uhren, Tischwäsche, Koffer, Lederwaren, Gartenbedarf ... Bei Elektrogeräten bitten wir Sie, Fernbedienung und Gebrauchsanweisung mitzugeben. Wir behalten uns das Recht vor, unverkäufliche Geräte wieder an die Spender zurückzugeben.

Als Spenden nehmen wir auch gerne entgegen: Topfpflanzen, Marmeladen - und

selbstgebackenen Kuchen für die Cafeteria (bitte erst am Samstag oder Sonntag abgeben).

### Wir können nicht entgegennehmen...

... Kleidung und Schuhe, Kassetten (MC + Video), Zeitschriften, Readers-Digest (MC + Bertelsmann-Buchclub-Ausgaben, kopierte Medien, PC-Bildschirme, Schreibmaschinen, Skier und Skischuhe, Autokindersitze und Kinderwagen.

### Bitte geben Sie Ihre Sachen ab

Mo, 14.10. und Di 15.10. von 10 - 13 Uhr und 15 - 19 Uhr sowie Mi, 16.10. von 10 - 13 Uhr im Hof der Emmauskirche (Zufahrt Langobardenstr. 14).

Falls Sie uns Ihre Sachen nicht selbst bringen können, holen wir diese bei Ihnen ab. Rufen Sie dann bitte am 14. und 15.10. zwischen 15 und 18 Uhr bei uns im Pfarramt an (Tel 64 52 64).

**Verkauf** Sa, 19.10. 13 - 18 Uhr, So, 20.10. 11 - 17 Uhr, Mo, 21.10. 9 - 11 Uhr (Nachverkauf zu reduzierten Preisen)

### Bücherverkauf

Im Anschluss an das Jahrmarktswochenende wird der Bücherverkauf im großen Jugendkeller fortgesetzt: Di - Do, 22. - 24.10. von 18 - 20 Uhr, Fr, 25.10. von 18 - 22 Uhr, So, 28.10. von 11 - 13 Uhr.

### Mitarbeit Jahrmarkt

Wir freuen uns über viele tatkräftige Helferinnen und Helfer während der Vorbereitungswoche, an den Verkaufstagen und hinterher beim Aufräumen. Sie können sich dazu gerne in die Listen eintragen, die im Foyer des Gemeindesaals aushängen.





Viele Bänkeschlepper, Grasmäher und Posaunisten haben dazu beigetragen, dass der Gottesdienst am Perlarher Mugl so stimmungsvoll gelungen ist.

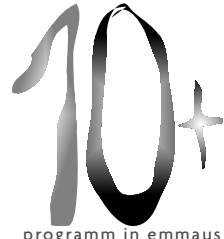


Minigottesdienst am Pfingstmontag unter freiem Himmel

Viele Kinder und ein großes Team aus Jugendlichen sind beim Kinderbibeltag im Sommer zusammen und lernen an Spielstationen die biblische Archäologie kennen.



## 10+ Das Programm für Kinder zwischen Grundschule und Konfirmation



programm.in.emmaus

Hallo Ihr Großen!  
Ihr seid herzlich eingeladen zu unseren nächsten Terminen:  
13. September - Tee-Stube

**27. September** - Kino 10+

**4. Oktober** - Tee-Stube

**25. Oktober** - Kino 10+

**15. November** - Tee-Stube

**20. November** - Ausflug

**7. Dezember** - Weihnachtsbasteln

Wir freuen uns auf euch.

Das ausführliche Herbst/Winter-Programm findet ihr nach den Sommerferien im Briefkasten oder im Vorraum der Kirche. Ihr könnt euch auch im Internet unter [www.emmauskirche.de](http://www.emmauskirche.de) informieren.

**Kontakt** Monika Klauser, Tel 64 88 57

Nicole Foltin Tel 17 83 759

Wolfgang Fischer Tel 64 20 84 07

## Offene Tanzabende für Paare

Wir spielen die Musik und laden alle tanzfreudigen Paare dazu ein, mit uns zusammen zu tanzen. Der Abend ist offen für alle, die ihr Können in Standardtänzen wieder einmal auffrischen wollen.

**Termine** Dienstag: 24. September und 22. Oktober jeweils von 20.15 bis 22.15 Uhr im Gemeindesaal

## Kinderbibeltage im Herbst

Am **Donnerstag, 10.10.**, wird von **16 bis 18.30 Uhr** ein **Kinderbibeltag** stattfinden. Pfarrer Degkwitz und ein Team von Jugendlichen werden für Grundschul Kinder ein biblisches Rollenspiel vorbereiten, Gespräche führen, singen, basteln und spielen.

Am **Buß- und Bettag, Mittwoch, den 20.11.**, haben die Kinder schulfrei, die Eltern aber müssen zur Arbeit. Deshalb bietet das Team um Pfarrer Degkwitz vormittags einen **Kinderbibeltag** an. Um 8.15 Uhr treffen wir uns in der Kirche, hören und sehen eine biblische Geschichte und erleben danach wieder viele Überraschungen in den Gruppen. Der Tag endet um 13 Uhr.

Die Kinder werden über Handzettel in der Rotbuchenschule eingeladen. Kinder von anderen Schulen bekommen einen Handzettel über den Kinderchor oder in der Vorkirche. **Anmeldung** mit Angabe des Namens, der Klasse und der Telefonnummer ist auch formlos möglich.

## Kleidercontainer

Gut erhaltene Kleidung sowie Schuhe und Textilien (z. B. Decken) können Sie in den **Kleidercontainer der Diakonie** Innere Mission München geben. Er steht in der **Hofeinfahrt der Emmauskirche** in der **Seybothstr. 4.**, das Tor ist immer geöffnet.

## Keinen Brief bekommen?

Das kann mal passieren. Der Gemeindebrief ist erschienen, aber Ihr Briefkasten bleibt leer. Bitte melden Sie sich dann im Pfarramt. Wir bemühen uns, dass Ihnen noch ein "Emmaus" zugestellt wird.

## Bibelgespräche im November

**Jeweils Mittwoch 6., 13. und 27. November** laden die Pfarrer und Vikar Hartmann zu **Bibelgesprächen** ein. Wir treffen uns um 20 Uhr im Clubraum im Keller und tauschen uns über biblische Texte aus. Das Thema ist diesmal: Biblische Berufungsgeschichten. Bitte beachten Sie die Aushänge im Schaukasten oder die Website

## Adventsbasar am 1. Advent

Wie in den vergangenen Jahren werden der **Tansania-Partnerschaftskreis** und verschiedene **Bastelteams** unserer Gemeinde am 1. Adventssonntag, 1.12., wieder den **Adventsbasar** ausrichten. Er bietet neben Eine-Welt-Waren Bastel- und Strickarbeiten, Adventskränze und weihnachtlichen Schmuck an. Auf der Bühne können die Kinder selbst ein Geschenk basteln. Für das leibliche Wohl von Kindern und Erwachsenen ist gesorgt. Wer etwas selbst Gemachtes beisteuern und verkaufen will, ist herzlich willkommen und möge sich an das Vorbereitungsteam wenden. Mit dem Erlös des Basars werden unsere Partnergemeinde in Tansania und andere Anliegen unserer Gemeinde unterstützt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Kontakt** Gabriele Unterguggenberger, Tel 64 21 859

## Einladung zur Harfenmusik im Advent

Jeweils **Mittwoch, 4., 11. und 18. Dezember** um 20 Uhr. Meditative Texte wechseln mit Harfenstücken.

**An der Harfe:** Edith Fellmann

## Geschenkebasteln vor dem 2. Advent

Am **Samstag, 7.12.**, sind die **Grundschulkinder** und die **Kinder des 10+-Programms** von **10 bis 13 Uhr** in das Gemeindezentrum eingeladen, um **Weihnachtsgeschenke zu basteln**. Ein Team aus Jugendlichen um Pfarrer Degkwitz und Monika Klauser werden wieder leichte und anspruchsvolle Basteleien anleiten. **Anmeldungen** werden über die Rotbuchenschule und den Kinderchor verteilt oder können in der Vorkirche abgeholt werden (siehe auch Programm 10+!).

## Familiengottesdienst zum 2. Advent

Für **Sonntag, den 8.12.**, bereitet das Kindergottesdienstteam einen **Familiengottesdienst** vor. Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter sind dazu besonders herzlich eingeladen. Wir singen Adventslieder, hören auch den **Kinderchor** unter der Leitung von Ruth Kornder und bekommen ein **Rollenspiel** vorgeführt.



## Bestattungen

Dr. Gerda Schneider  
 Liselotte Peters  
 Kurt Kiauka  
 Inge-Ruth von Wichert  
 Helga Hohlweg  
 Günter Pangerl  
 Elsa-Klara Siebert-Albrecht  
 Anneliese Parthier  
 Ernst Thomas  
 Gerda Koburg  
 Hans-Peter Schlumberger  
 Emilie Niederhofer



## Trauungen

Markus und Sarah Hofmeister  
 Klaus und Daphne Kretschmar  
 Jens und Mirjam Riedl



## Taufen

Titus Schmauch  
 Pauline Vosgerau  
 Liliane Dickhaut  
 Carla Baumgarten  
 Bendix Dieterle  
 Mimi Behrends  
 Felix Bergler  
 Sophie Tauber  
 Clara Meyer  
 Hannah und Jonas Lambsdorff  
 Laura Hahnzog  
 Paul Eberl  
 Charlotte Benthues  
 Liam Binz  
 Tara Riedl  
 Franziska Blobel  
 Elias und Henri Messutat

Stand 10.8.2013

# M

## onatslosung Oktober

*Vergesst nicht, Gutes zu tun und mit anderen zu teilen;  
 denn an solchen Opfern hat Gott Gefallen.  
 Hebr 13,16 (E)*

## LITERATURKREIS

Miteinander lesen und diskutieren  
**montags von 19 - 21 Uhr im Clubraum**  
 Bekanntgabe der Bücher über aktuellen Plakataushang  
**9. September**  
**7. Oktober**  
**11. November**

## OFFENE SKATRUNDE

um 19 Uhr im Sitzungszimmer  
**Montag, 23. September**  
**Mittwoch, 9. Oktober**  
**Donnerstag, 31. Oktober**  
**Dienstag, 19. November**  
**Montag, 16. Dezember**

## OFFENER GESPRÄCHS-KREIS FÜR MENSCHEN IN TRAUER

**montags 16 Uhr;**  
**Begleitung** Frau Elke Schmitter,  
 Tel 43 46 70  
**14. Oktober**  
**11. November**  
**9. Dezember**

## WANDERGRUPPE 60+

geführte Wanderungen mit Pkw oder MVV, siehe Aushang im Kirchenvorraum

## SENIORENNACHMITTAG

bei Kaffee und Kuchen  
**montags 15 Uhr**  
**Gestaltung** Frau Karin Probst  
**7. Oktober** - Paulus, sein Leben, sein Wirken, seine Theologie, mit Pfarrer Christoph Reichenbacher  
**18. November** - Träume und Wirklichkeit  
**16. Dezember** - Weihnachtsfeier

## SPIELENACHMITTAG FÜR INTERESSIERTE SENIOREN

In der Regel **jeden ersten Montag** im Monat, jeweils um **15 Uhr** im Sitzungszimmer.  
**Auskunft** Frau Behnsen,  
 Tel 64 68 81



## EVANGELISCH-LUTHERISCHE EMMAUSKIRCHE MÜNCHEN-HARLACHING

### **Pfarramtsbüro**

Evangelisch-Lutherisches  
Pfarramt Emmauskirche  
Langobardenstr. 16  
81545 München  
Tel 64 52 64, Fax 64 65 31  
pfarramt.emmauskirche-m@elkb.de  
home: www.emmauskirche.de

### **Sekretariat**

Doris Roos und Heidi Kowitz  
Bürozeiten:  
Montag - Freitag 10 bis 12 Uhr  
Donnerstag 16 bis 18 Uhr

### **Kirchenvorstand**

#### **Vertrauensmann**

Helmut Schmidt  
81547 München  
Tel 692 74 13

#### **Pfarramtskonto**

Münchner Bank eG  
BLZ 701 900 00, Konto 284 99 92

#### **Sozialstation**

"Häusliche Alten-und Krankenpflege"  
Ökumenische Sozialstation  
Giesing-Harlaching  
Martin-Luther-Str. 6, 81539 München  
Tel 692 72 84

#### **Seelsorge im Altenheim**

Pfarrer Christoph Reichenbacher

#### **Münchner Konzertchor**

Robert Blank, Bozzarisstr. 39d  
81545 München, Tel 0179/522 72 09

#### **Organistin**

Ruth Kornder, Herterichstr. 38  
81479 München, Tel 79 43 01

#### **Mesnerin**

Karin Probst, 81545 München  
Tel 64 52 64

### **Pfarrer**

Christoph Reichenbacher  
Sprechstunde: nach Vereinbarung  
e-mail: Christoph.Reichenbacher@elkb.de  
Dr. Sebastian Degkwitz  
Sprechstunde: nach Vereinbarung  
e-mail: Sebastian.Degkwitz@elkb.de

### **Vikar**

Rolf Hartmann  
Sprechstunde: nach Vereinbarung  
Tel 64 95 66 52

### **Evang. Seelsorge im Städt. Klinikum München GmbH**

Pfarrer Reinhard Roth  
Pfarrerin Anna-Leena Schulz  
Klinikum Harlaching,  
Sanatoriumsplatz 2, Zimmer E101  
81545 München  
Tel 62 10-22 39  
Fax 62 10-20 23  
e-mail: reinhard.roth@klinikum-  
muenchen.de

### **IMPRESSUM**

Gemeindebrief der Emmauskirche

**Herausgeber:** Evang.-Luth. Kirchengemeinde München-Harlaching

**Redaktion dieser Ausgabe:**

Sebastian Degkwitz

Dorothea Schmidt

Petra Vogels-Brandt

Dorothea Arenz-Drescher

**Titelfoto und Fotos:** Redaktion

**Gestaltung:** Dorothea Arenz-Drescher

**Druck:** Offprint Druckerei

**Redaktionsschluss** für die  
Winterausgabe: 15. Oktober 2013

Artikel bitte per e-mail an:  
Sebastian.Degkwitz@elkb.de