

Was die Seele berührt Hoffnung ist ein Geisteszustand, keine Prognose *(Vaclav Havel)*

„Wir schaffen das. Ich weiß noch nicht wie. Aber wir werden einen Weg finden.“ Die Frau guckt mich an, und ich spüre, dass sie meint, was sie sagt. Und es wohnt Kraft in ihren Worten. Sie nickt dabei. Auch wenn es grad schwer ist.

Mit welchem seelischen Körper gehe ich durch mein Leben? Schlurfe ich oder schreite ich? Vermutlich beides – mal so und mal so. Aber was ist meine *Grundhaltung*? Wie stehe ich, wenn mich niemand sieht? Aufrecht, gebeugt? Lasse ich meinen Kopf hängen, oder schaue ich nach vorn? Lächle ich, oder halten die andern mich für einen grimmigen Zeitgenossen? Bin ich der Skeptiker in jeder Runde, der Wasser-in-den-Wein-Gießer? Oder pulsiert Hoffnung in meinen Adern und wohnt zumindest eine Prise Zuversicht in meinem Herzen? Blühen in meinem Innern schon Bilder des Gelingens, wenn noch alles grau und unfertig ist?

Dies ist kein Plädoyer für Blauäugigkeit! Es wird nicht alles gut. Und Lebens-, Beziehungs- und Klimakrisen löst man nicht durch „Augen zu und einfach nur hoffen“. Dinge, die schlecht laufen, sollen beim Namen genannt werden. Es braucht Finger in Wunden und Kinder, die sagen, dass der Kaiser nackt ist. Es geht nicht ohne Menschen, die anpacken, die etwas zum Besseren verändern wollen, die tun, was ihnen möglich ist.

Aber wärmer, charmanter und kraftvoller wird das, wenn Hoffnung Pate steht. Lustvoller wird das Wandern, wenn ich – obwohl ganz im Hier und Jetzt die Schöpfung genießend – gleichzeitig von der Apfelsaftschorle am Ziel träume. Freundlicher wird das Leben, wenn ich aus meinen guten Erfahrungen Dünger für die Zukunft gewinne. Selbst wenn ich nicht weiß, ob meine Saat aufgehen wird.

Der beste Zeitpunkt, einen Baum zu pflanzen, war vor zwanzig Jahren. Der zweitbeste Zeitpunkt ist jetzt.



Michael Brems ist Mitglied der Fachberatung am Beratungs- und Seelsorgezentrum (BSZ) und Pastor der Koordinierungsstelle für Krankenhaus-seelsorge in der Nordkirche. Das BSZ – ein offenes Ohr für Sie, jeden Tag und anonym www.bsz-hamburg.de

Hauptamtliche Verstärkung im BSZ Wir begrüßen Petra Luck

Seit Juni ist das dreiköpfige hauptamtliche Team im Beratungs- und Seelsorgezentrum wieder komplett. Petra Luck ist erste Ansprechpartnerin für die über 100 ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen der Offenen Beratung. Die 57-jährige hat Erziehungswissenschaften und Psychologie in Marburg studiert und seitdem einen breiten Fächer an Erfahrungen gesammelt, u.a. in der Erwachsenenbildung, im Gesundheitsmanagement und der psychologischen Beratung. Heute ist sie u. a. auch Dozentin für Kommunikations-Psychologie an der Fernuniversität IU. Wir laden Sie ein zum Begrüßungsgottesdienst von Petra Luck am **Sonntag, 08.08.2021, um 10 Uhr**



Petra Luck

Klub Q jetzt wieder persönlich Begegnung und Unterhaltung

Jeden Montagabend lädt das Beratungs- und Seelsorgezentrum (BSZ) Erwachsene aller Altersstufen in den Gemeindesaal im St. Petri Haus zum Klub Q ein. Dabei wechseln sich Gesprächskreise zu Lebensfragen, die die Teilnehmerinnen und Teilnehmer persönlich berühren, mit spielerisch kreativen Abenden ab – es wird gemalt, gespielt, gestaltet, sich bewegt Seit 1988 existiert dieser für neue Gäste stets offene Kreis für Begegnung und Unterhaltung. Jeder und jede kann mitmachen. Die Teilnahme kostet nichts, doch wir freuen uns über eine Spende. Und was hat es mit dem Namen auf sich? „Q“ ist ein Phantasienamen und steht für Kunst und Unterhaltung (K und U = Q).

Jeden Mo, 19.00 bis 21.00 Uhr, Einlass ab 18.40 Uhr
www.bsz-hamburg.de

Hilfe für Helfer Ein Kurs für pflegende Angehörige

Angehörige zu pflegen, ist körperlich wie psychisch oft mit großen Anstrengungen verbunden. Manchmal nimmt die Pflege so viel Raum ein, dass die Grenze der Belastbarkeit erreicht zu sein scheint und der Blick auf die eigenen Bedürfnisse und Kräfte weitgehend in den Hintergrund gerückt ist. Einer guten Selbstfürsorge kommt da eine entscheidende Bedeutung zu – für das eigene Wohlbefinden, für die Bewältigung des Pflegealltags und für den Kontakt zum pflegebedürftigen Angehörigen selber.

Das Beratungs- und Seelsorgezentrum bietet im Rahmen der Hamburger Hospizwoche ein Seminar für pflegende Angehörige an. Weitere Infos und Anmeldung unter Tel. 040/32 50 38 75

Sa, 24., und So, 25.10.2021, jew. von 10 bis 16 Uhr