

Vorausschau auf unser Veranstaltungsprogramm 2008

8. März Jahresversammlung Förderverein
- 28.-30. März Regina Piwonka
Yoga und Feuerskulpturen
12. April Apolonia Bernabeu
Kundalini-Yoga und Klangmeditation
- 31. August 20 Jahre Mintenbecker Kapelle**
- 5.– 7. September Otto Richter
„Jump“
- 19./20. September Yeshe Udo Regel
Buddhistische Meditation
27. September Apolonia Bernabeu
Kundalini-Yoga und Klangmeditation
- 24,-26. Oktober Simran Kaur
Gewaltfreie Kommunikation
(nach Marshall Rosenberg)
30. November (1. Advent) W.Castner/R.Hollnack
Lieder des Herzens

Neubeginn e.V.

Mintenbecker Brief 57
Dezember 2007



Ausblicke auf den Frühling?
Blick aus einem Dachfenster von Haus Minte

Lüdenscheid, den 3.12.2007

Liebe Freunde und Förderer des Vereins Neubeginn!

„Verschwendungsvorwürfe ausgeräumt. Unicef-Vorstand stellt sich hinter Geschäftsführer.“

So lese ich heute früh die Zeitungsüberschrift. Mit Interesse hatte ich in den letzten Tagen in der Presse verfolgt, was über die Geschäftsführung des Kinderhilfswerks der Vereinten Nationen berichtet wurde. Ich bin ja auch „Geschäftsführer“ einer gemeinnützigen Organisation und habe schon mal an Unicef gespendet.

Mit Erstaunen hatte ich gelesen, dass u.a. ein Beraterhonorar von 280.000 € gezahlt wurde. Davon lebt eine deutsche Durchschnittsfamilie etwa 7-8 Jahre. Wie viele Stunden verbringen die ehrenamtlichen Helfer beim Kartenverkauf, um eine solche Summe für Unicef zusammen zu bringen?

Man müsse die größeren Zusammenhänge sehen, heißt es. Andere Berater wären noch teurer gekommen. Die 280 000 € muss ich also als Sonderangebot für Unicef verstehen? Da passt eine andere Zeitungs-Überschrift von heute: „*Top-Manager verteidigen Gehälter.*“ Ich lese über die Jahresgehälter der Konzern-Lenker: Porsche 60 Millionen, Siemens 4,4 Millionen, Telekom 2,6 Millionen. – und: die Ärmsten arbeiten 90 Stunden in der Woche und tragen die schwere Verantwortung! (Westfälische Rundschau 3.12.2007)

Woran denke ich bei einer 90-Stunden-Woche?

An eine Alleinerziehende mit drei Kindern in den USA, die so wenig verdient, dass sie auch noch nachts bei Mcdonald's arbeiten und ihre Kinder allein lassen muss.

Ich will hier nicht gegen Unicef Stimmung machen, denn ich bin sicher, dass über dieses Hilfswerk vielen Kindern wirklich geholfen wird.

Tensing ist ausgesprochen fleißig im Einsatz, was unser Holz und unsere Holzheizung betrifft. Das Heizen teilen wir nach Möglichkeit unter mehreren auf (je nachdem, wer da ist), aber das Holz hereinfahren, stapeln, die Asche wegfahren, den Ofen sauber machen, das hat er in seine Verantwortung übernommen. Nach einem Ofen-Einsatz kam er aus dem Keller hoch und präsentierte schmunzelnd folgendes Adventsgedicht für die Mintenbecker Briefe:

Hai-Zen

Die Holz-Hai-Zung
Die Holz-Hai-Zang
Die machen wir im Winter an.

Wir schichten Scheit um Scheit hinein,
Drum soll uns warm ums Herze sein.

Holz hinein,
Rauch hinaus:
Warm wird so das ganze Haus!

Ten-Zing

Aber mein Erschrecken ausdrücken will ich angesichts des Realitätsverlustes einer wirtschaftlichen und politischen Kaste, in der es nicht mehr „normal“ ist, von einem beruflichen Einkommen zu leben und selbstverständlich eine Beratung für Unicef ehrenamtlich zu machen, wie es die vielen Unicef-Helfer ja auch tun. Oder dass jemand viel in der freien Wirtschaft verdient über Jahre und dann ein „Sabbatjahr“ an Unicef spendet, oder – finanziert durch eine gute Rente oder Pension – sich nach Abschied vom Beruf beratend für Unicef einsetzt.

Aber vielleicht habe ich ja auch einen Realitätsverlust? Vielleicht spinnen wir hier in Neubeginn, wenn wir uns neben vollem Beruf in unserem Projekt engagieren und unser Zusammenleben sozial und hilfreich für andere gestalten wollen?

Es ist offensichtlich eine andere Realität, in der wir hier leben. Und ich will das auch so: Mein Blick auf diese Welt und meine Bezugsgröße für Vergleiche soll weiterhin der Blick auf die Ärmsten dieser Welt bleiben – und im Verhältnis zu dieser Not und Armut gehöre ich zu den reichsten Menschen auf diesem Planeten und darf mich glücklich schätzen, dass ich in einem geheizten Zimmer unter einem schönen Dachfenster sitzend diese Mintenbecker Briefe schreiben kann!

Als ich eben auf der Suche nach dem Einweihungstermin der Kapelle in alten Mintenbecker Briefen blätterte, fand ich spannende Details für den 20 Jahre zurück liegenden Herbst:

Mitte September zog Hans-Jakob Knapp ein und eröffnete seine psychotherapeutische Praxis. Ab dem 1. Oktober zog unser erster längerfristiger Gast ein. Beim Nachlesen damaliger Artikel wurden für mich die Impulse noch einmal deutlich, die der (1999 leider verstorbene) Psychotherapeut Hans-Jakob in der Anfangszeit von Neubeginn gegeben hat, mit denen er das Projekt und auch uns Gruppenmitglieder prägte. Weil seine Geisteshaltung und Einstellung zu psychischen Krisen hier im Projekt weiterlebt und unser Zusammenleben mit Menschen in Krise beeinflusst, habe ich einige seiner Ausführungen aus den Mintenbecker Briefen 9 vom Dezember 1987 in diesem Heft wieder abgedruckt.

Die Mintenbecker Kapelle hatte am 4. Oktober 1987 ihr Richtfest und wurde am 3. Juli 1988 eingeweiht. Ich habe den schönen alten Richtspruch auf die nächste Seite geschrieben – gefolgt von unseren Planungen für die 20-Jahr-Feier, so weit sie in der Gruppe schon ge-
diehen sind.

Das Zusammenleben jetzt ist geprägt vom warmen Miteinander in der großen Wohnküche, während draußen Regen und Sturm toben. Da wir so viele Musiker bzw. Musiklehrer sind, wechselt dies Mitei-
nander ab mit vielen Aufführungen, Weihnachtsvorspielen, Konzerten. Auch Linda ist ganz aktiv, hatte einen Solo-Auftritt beim Vor-
spiel ihrer Ballett-Gruppe und spielt am Samstag Flöte in der großen
Weihnachtsveranstaltung „Apfel, Nuss und Mandelkern“ der Musik-
schule. Und dann kommen auch schon unsere Feierlichkeiten: Nach
dem letzten großen Weihnachts-Konzert am dritten Advent freuen
wir uns auf unser Sonnenwendfeuer am 21. Dezember und die Weih-
nachtsfeier in der Kapelle!

Aber in dieser dunklen Jahreszeit ist es auch wichtig, sich nicht in
Hektik zu verlieren, sondern den Blick nach innen zu richten und zu
spüren, welche Energien darauf warten zu wachsen, um im nächsten
Frühjahr vorsichtig ans Licht zu kommen.

Mit vielen guten Wünschen für die Feiertage und das Neue Jahr

für die Neubegeinner
Christa Radermacher

Dies erzählte mir sinngemäß ein Freund, als ich mich mit ihm
über mein aktuelles Fotografieprojekt unterhielt.

Ich bin Fotografiestudent an der Fachhochschule Dortmund und
arbeite gerade an meinem Diplom. Es ist eine dokumentarisch-
erzählerische Arbeit, die thematisch um eine „naturnahe Lebens-
weise“ kreist. Ich habe Menschen aufgesucht, die an ländlich ge-
prägten Orten leben, arbeiten und ihren eigenen individuellen Zu-
gang zu ihrer Umwelt haben.

Ich bot an, ein paar Tage mit „anzufassen“ und mich in die Ge-
meinschaft zu integrieren. Es freute mich sehr, dass Heike, Chris-
ta, Edgar und alle anderen im Haus Minte sich das gut vorstellen
konnten und mich einluden. In einem gemeinsamen
„Arbeitseinsatz“ bearbeiteten wir Wiese und einen Weg zum Hof.
Auch die vielen kleinen Gespräche waren für mich natürlich eine
gute Möglichkeit, der Gemeinschaft näher zu kommen und
„meine Bilder“ zu finden.

Insofern war es ein sehr guter Tip meines Freundes, der vor Jah-
ren als Gast in Neubeginn gelebt hat.
Mein Diplom wächst und gedeiht. Noch mal ein großes Danke-
schön— danke für Eure Gastfreundschaft und Offenheit.

Mark Ansorg

ge zu schicken, um uns Anleitung bei Einbau und Wartung zu geben, damit wir in Zukunft selbständig beim Einbau sind.

Gesagt, getan!

Ein paar Tage später stand „Siggi“-Dachdecker vor der Tür, in seinem Transporter vier nagelneue Veluxfenster, jede Menge Ersatzteile und Werkzeug. Svend und ich standen als „Gesellen“ bereit und zügig wurden die vier defekten Fenster ersetzt. Geduldig und fast nebenbei erklärte uns der tüchtige Handwerker, wie man die o.g. Schwachstellen beseitigt. (Ganz pragmatisch: der Schwingarm erhält durch eine Zusatzbohrung eine 3. Halteschraube, die ihn wesentlich stabiler macht, und die maroden Blechsschrauben werden durch Edelstahlschrauben, die noch einen extra Dichtungsring haben, ersetzt.) Außerdem lernten wir, wie man die Fenster wartet, ein paar Spritzer Sprühfett an die richtigen Stellen, schon öffnen sie sich fast geräuschlos und leicht. Wie man die Gummidichtungen pflegt und ggf. ersetzt, hatten wir schnell begriffen.

So – zum Schluss noch eine zweite Preisfrage: Mit wie vielen Schrauben hält sich so ein Eindeckrahmen am Fenster fest? Wer's genau wissen will, muss Svend fragen, der hat nämlich in einer ungeheuren Fleissaktion alle alten durch neue ersetzt. Ich verrat's auch, 20 sind's. Macht dann summa summarum 20 Schrauben mal 30 Fenster = 600 x 2 (alte raus, neue rein) = 1200 Schraubungen. Das Ganze schreibe ich hier unter dem Küchen-Velux-Fenster, trotz des trüben Nilolaus-Vormittags brauche ich keine Zusatzbeleuchtung. Die Gewissheit, dass nun alle Fenster dicht sind, lassen mich die kräftigen Regenschauer gelassen ertragen.

Eine gelungene Aktion!

Edgar

Fotografie am Gruppenarbeitstag

„... Du, ich war da mal vor Jahren in einer Gemeinschaft bei Lüdenscheid. Die wohnen da zusammen in einem Haus. Es liegt in einem Tal mit viel Grün drum herum. Die Leute sind sehr offen. Da kannst du bestimmt mal anfragen...“

20 Jahre Mintonbecken Kapelle

RICHTSPRUCH FÜR DIE KAPELLE

Drei Dinge sind's
woraus dies Haus entstand:
Holz, Kalk und Sand.

Den Sand erschuf das große Meer
Millionen Jahre ist es her.
Der Kalk entstand im Tertiär,
wie jeder weiß: auch schon lang her.
Und für die Balken, die stolz in den Himmel sich heben,
haben die Bäume ihr Leben gegeben.

Holz, Kalk und Sand woll'n sich vermählen.
Gleichsam im Chor woll'n sie erzählen
die alte Geschichte von Mutter Erde,
den ewigen Kreislauf von 'stirb und werde'.

Und auch ihr Menschen tretet ein,
bringt eure eigne Geschichte mit rein:
das Helle, das Dunkle, das Hohe, das Tiefe,
die Tränen, das Lachen, das Gerade, das Schiefe.
Bringt alles her, laßt nichts vor der Tür,
alles ist kostbar, alles ist Zier
für den Kranz, der hier in der Stille
unsichtbar wachsen soll, so unser Wille.

Und bunt soll er werden, wie dieser da,
schöner und prächtiger noch von Jahr zu Jahr.
Das ist mein Wunsch, das ist mein Spruch,
ich denke, das ist jetzt für's erste genug.

4. Oktober
1987

Hans Jörg

Wir freuen uns auf Eure Anregungen.

die Neubeginner

Aus dem Mintenbecker Brief 9 (Dezember 1987)

Von Hans-Jakob Knapp

In dankbarer Erinnerung an den Mitbegründer von Neubeginn

Zum Verständnis von Krise

Das Leben besteht in Abfolgen von stabilen Phasen – in denen wir uns gesund erleben, weil wir uns ausdrucks- und leistungsfähig, geborgen und sicher fühlen – und labilen Phasen, in denen die zu engen Grenzen dieser personalen Welt als bedrängend, einengend, gar zerstörerisch erfahren werden.

Die erste Krise des Menschen können wir so schon im Mutterleib sehen. Während die Gebärmutter zunächst für den Fötus einen ‚paradiesischen‘ Lebensraum darstellt, ... folgt notwendigerweise die Phase der Einengung. (...) Könnten wir das Ungeborene reden hören, würde es sagen: „Ich kann nicht mehr wie ich will, es ist mir zu eng. Es ist nicht mehr auszuhalten.“ Das Paradies kann so nicht mehr erlebt und genossen werden, doch ist der Übergang in eine neue Welt durch die enge Pforte des Geburtskanals verbunden mit den furchtbaren Erfahrungen von Ohnmacht, Ausgeliefertsein, Todesangst und Höllenpein.

(...) Eine spätere Lebenskrise ist dann, wenn die Welt der Kindheit aufgegeben werden muss und eine neue Welt der Selbständigkeit und Verantwortlichkeit erobert werden soll.

Neben diesen so genannten natürlichen Lebenskrisen lassen sich viele andere – oft unvermeidbare – Krisen im Leben vorstellen: der Verlust des Arbeitsplatzes, eines Lebenspartners, einer Wohnung oder Heimat, oder der Verlust der gewohnten Form von Gesundheit und Körperlichkeit.

Und ebenso können wir auch einen Blick auf die Krisen der Menschheit werfen. Wenn Jugendliche sagen: „In dieser Welt kann man nicht mehr leben“, so ist dies auch ein Hinweis auf die umfassende Lebenskrise heute. Noch nie zuvor in der Geschichte hat die Menschheit so realistisch damit leben müssen, dass das Potential zur endgültigen

Gut bedacht

Preisfrage: Wie viele Velux-Dachflächenfenster hat Haus Minte? Also, für einen Adventskalender reicht's dicke – es sind sogar noch ein paar mehr – 30, wenn man auch die kleinen mitzählt.

Wie der Name schon sagt, sind sie wie geschaffen für eine (große) Dachfläche, sie lassen viel Licht rein und wenn es regnet, erinnert mich das Geräusch an ein Zeltdach. Wer sein Bett darunter stellt, kann nachts in die Sterne gucken. Von außen trotzen sie gemeinsam mit den Dachpfannen tapfer dem Regen, Schnee, Hagel und dem, was das Lüdenscheider Wetter noch so an Überraschungen zu bieten hat.

Die meisten unserer Dachfenster wurden vor über zwanzig Jahren eingebaut. Leider haben die älteren Fenster zwei Schwachstellen: erstens ist die Halterung des Schwingarms zu schwach konstruiert, zweitens ist der Abdeckrahmen, der den eigentlichen Rahmen vor o.g. Unbill schützen soll, mit einfachen Blechschrauben befestigt. Diese rosten natürlich im Gegensatz zu dem Rahmen, der aus Alublech gefertigt ist und leiten dann das Regenwasser in den Holzrahmen. So auch bei uns, irgendwann fing's an einem Fenster an zu tropfen – und da schrillen natürlich bei jedem Hausbesitzer die Alarmglocken.

Ein heimischer Dachdecker machte uns einen Kostenvorschlag, über den wir nicht wussten, ob wir lachen oder weinen sollten. Aber wozu gibt es das „world wide web“: unter *velux* googelte uns die Suchmaschine eine Reihe von Experten – einer erschien uns sehr geeignet, wir nahmen Kontakt auf und: Volltreffer! Wir ließen uns umfassend beraten und machten einen „Diagnose“-Durchgang durch unser Haus, um eine Rangliste zu erstellen, welche Fenster zuerst erneuert werden müssen und welche durch gute Wartung noch etliche Jahre halten können. Zudem erklärte sich der freundliche Fensterprofi bereit, uns einen seiner Mitarbeiter für zwei Ta-

klang aller wirkt sehr kraftvoll. Die Form des Trios erlaubt viel Individualität, fordert aber ebenso eine starke Einbindung in die kleine Gruppe.

Wir haben uns natürlich bei der Zusammenstellung unseres Konzertes auch danach umgesehen, was mein Vater Friedrich Radermacher (auch Mitglied des Fördervereins) für Streichtrio komponiert hat. Wir haben einen wunderschönen Satz aus seinem ersten Streichtrio gefunden, den wir gerne zur musikalischen Eröffnung der nächsten Fördervereins-Versammlung spielen möchten, zu der wir alle Interessierten herzlich einladen. Wie immer geben wir dort einen ausführlichen Arbeits- und Finanzbericht für das Vorjahr.

Christa

Wir laden ein zur

Jahreshauptversammlung des Fördervereins Neubeginn:

**Samstag
8. März 2008
11 Uhr**

Die Versammlung endet gegen 13 Uhr mit einem gemeinsamen Essen. Bitte nur kurz unter 02351/7005 anmelden, da wir für das Mittagessen planen müssen.

Vernichtung in den verschiedenen Formen sorgsam aufbereitet für alle parat liegt, ganz zu schweigen von den vielfältigen Möglichkeiten des Endes durch die wachsende Zerstörung des Gleichgewichts der Erde.

Selbstverständlichkeiten des westlichen Menschenbildes müssen hinterfragt werden, wir halten vor allem für wichtig, das Bild der individuellen Tüchtigkeit auf Kosten anderer bzw. des Ganzen zu verwandeln. Wir können nicht Individualität in Trennung von und Konkurrenz zu anderen als Entwicklungsideal immer weiter hochhalten. Es geht eher darum, den Einzelnen in Gruppen und in sein Menschsein mit Stärken und Schwächen verantwortlich zu integrieren, denn für die Menschheit und die Erde ist es nicht mehr beliebig, wie der Einzelne zum Ganzen steht.

Gewiss ist die Krise der Menschheit in ihrer Globalität neu, doch auch die alten Völker und Kulturen hatten ihre Entwicklungsdynamik und Krisen, in Märchen und Mythen können wir sinnbildlich von Schwierigem und seiner Lösung hören. Wagen wir es, uns unsere Aufgabe als Menschheit wie ein Märchenabenteuer vorzustellen: unser entscheidender Drachenkampf steht nah bevor, unser wertvoller Schatz ist lange noch nicht gefunden.. Wir müssen die Notwendigkeit dieser Krise als schwieriges Durchgangs- und Entwicklungsstadium annehmen, doch gehört dazu ebenso der klare Blick auf eine größere und umfassendere Zukunft, wenn wir unser Abenteuer bestehen wollen.

Hilfe in Krise

Auch in der individuellen Therapie ist die Einsicht in die Notwendigkeit der Krise und die Ausrichtung auf eine umfassendere Zukunft Voraussetzung für den Helfer. Wahrscheinlich kann ein Therapeut (Helfer, Berater) nur durch die Krisen begleiten, die er ansatzweise selber erlebt und bewältigt hat. So steht zu Beginn der Therapie ein Erkennen der schicksalhaften Herausforderung, in der sich ein Klient befindet sowie ein Ahnen des Weges, den er zu gehen hat. So erlebt der Klient umgekehrt – der weiß einen Weg, der kann helfen. Der Therapeut weiß und vermittelt, dass die Krise zum Leben und zum Lebbareren dazugehört. Meist ist ein

Betroffener mit seinen Energien sehr im Kopf konzentriert und versucht theoretisch zu erfassen, was es zu erleben gilt. Z.B. kann das psychische Erleben so sein, dass der Klient Panik und Fluchtgefühle spürt, aber erst einmal körperlich das „Davon-laufen“ darstellen und erproben muss, um zu verstehen, was in ihm vorgeht.

So zielt die erste therapeutische Intervention auf den Körper, auf Beruhigung und Entspannung, Arbeit mit dem Atem. Es werden Methoden der aktiven Entspannung (z.B. autogenes Training) erlernt. So erlebt der Klient statt der Katastrophenspirale Techniken und Möglichkeiten, wie er durch die Krise gehen kann. Für einen Therapeuten der humanistischen Psychologie gilt, dass der Körper und seine inneren Energien auch die Kräfte in der Krise in sich tragen, diese zu überwinden: die Raupe, die sich in den Kokon einspinnt, trägt auch in sich die Kraft, zum Schmetterling zu werden und sich zu entfalten.

Die zweite Einflussnahme des Therapeuten besteht darin, die Funktion des Kokons zu übernehmen: ein Abschirmen des Klienten von äußeren Faktoren, Beruf, Erwartungen ... („sei doch so, wie du früher warst!“). Er wird den Klienten darin bestärken, dass er Phasen der Ruhe ergreift, dass er Zeit benötigt für sich und seine Entwicklung. Hier hat auch der Aufenthalt in *Neubeginn* seinen Platz: Schutzraum und Schonraum; Beziehungen, die nicht nach alten Mustern ablaufen; Kokon für Transformation. Der dritte Arbeitsschritt in der Therapie untersucht die Lebenserfahrung (...), prägende Einflüsse auf den Klienten. Dies können Traumatisierungen, aber auch positive Haltungen und Fähigkeiten sein. In dieser Phase geht es darum, dass der Klient begreift, wie es zu dieser augenblicklichen Lebenssituation gekommen ist. (...) Es könnte deutlich werden, dass das bisherige Leben ganze Aspekte ausgeklammert hat, dass wichtige Bedürfnisse nicht gelebt worden sind oder nicht erfüllt wurden.

In der vierten Phase der Therapie geht es nun darum herauszuar-

Lüdenscheider Streich-Trio

Der Gründer der Arche-Gemeinschaften Lanza del Vasto soll einmal gesagt haben: Wenn du eine Gemeinschaft gründen willst, musst du es mit Musikern tun. Von dieser Aussage zu hören, hat ich mich immer gefreut wie ein Lob, denn ich bin Musikerin und lebe gerne in einer Gemeinschaft. Seit März nun sind mit Martin und Mara zwei weitere Musiker in unsere Gemeinschaft gezogen, und wir erleben viel gemeinsame Harmonie. Da Martin Geige, Mara Bratsche spielt, ergänzen wir uns mit meinem Cello zu einem klangvollen Streichtrio. Mit viel konzentriertem Proben und genauso viel Freude daran haben wir uns auf ein Konzert Ende Oktober vorbereitet. Wir zwei Frauen hatten ganz schön Lampenfieber, weil wir nur selten solistisch spielen. Bei Martin ist es eher umgekehrt und er hatte die Ruhe weg, machte sogar zusätzlich die Moderation. Für mich war es spannend, einen Einblick in die klassische Streichtrio-Literatur zu nehmen und zu beobachten, wie sich wechselnde „Bündnisse“ entwickeln. Vergleichbar dem Skat gibt es Solo-Passagen, während die anderen beiden dann Gegenspieler werden oder einfach nur begleiten. Schön sind auch die wirklich gemeinsamen Stellen, die manchmal auch unisono geführt werden: der dichteste Gleichklang der Instrumente in Rhythmus und Melodik. Und es kann im Proben und Spielen einiges über das menschliche Miteinander gelernt werden: wenn immer nur einer den Ton angibt, wird's langweilig. Wechselnde Führung und dabei Begleitung durch die anderen ist angenehm. Mal tut es gut, wenn einer schweigt. Kompletter Gleich-

kurzem Abstand. Auch im Freundeskreis sind mehrere Mütter und Väter gestorben, und es hat ja auch was Natürliches, dass unsere Elterngeneration (meist um die achtzig Jahre) langsam geht und uns mit dem Altwerden und der eigenen Sterblichkeit konfrontiert. Bedeutet das nicht auch, das Leben noch mal besonders wert zu schätzen und den Blick auf die wesentlichen Dinge zu lenken?

*„Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
uns neuen Räumen jung entgegenschicken,
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!“*
(aus „Stufen“ von Hermann Hesse)

Heike

beiten, was das Neue, die neue Energie, das neue Thema, die neue Lebensweise ist, die integriert werden will. (...) Es ist sehr wichtig, dass sich der Klient bewusst wird, wie seine alte Welt und seine bisherigen Einstellungen und Selbstverständlichkeiten seine Fähigkeiten und Möglichkeiten begrenzt und beengt haben. Erst dann ist ein langsamer Neubeginn möglich, in dem dann auch die Verantwortung für das innere Entwicklungspotential übernommen wird (...).

Für uns hier in *Neubeginn* ist es wichtig bewusst zu halten, dass wir alle Krisen durchlebt haben und: dass wir dies auch immer wieder tun müssen. Erst dieses innere Verständnis von Wachstum und Entwicklung gibt uns das Verständnis und die Bereitschaft, hier helfend auch für andere tätig zu werden.

Geduld

Es erblueht nicht auf einmal, das herz
oh nein
in den langen
nächten unter dem frost
muss es bangen

lange lange lange

bis unter tränen die schleier vergehn
dann blueht es dir langsam entgegen
wie ein stein der lang
in dunkler erde gelegen

Froehliche Weihnacht

Kann es denn sein
das ein stein
zur blüete kommt
nein

wie kann es dann sein
das in dunkler nacht
das licht erwacht

es liegt nicht in meiner macht
und kann doch geschehn
dass aus dunkler erde
das neue das lichte das lebende werde

Richard Beyer

Abschied nehmen

Als wir letzten Sonntag die Beiträge für den Mintenbecker Brief sammelten, kam mir spontan in den Sinn: mein Thema in diesem Jahr war Abschied nehmen. Jetzt, bei dem Versuch, dies genauer zu fassen, komme ich ins Stocken, Gefühle werden berührt, wieder aufgewühlt. Im Jahresrückblick stand zuerst noch der Abschied von unserem langjährigen Mitbewohner Johannes im Vordergrund. Sein Weggehen hat eine große Lücke hinterlassen, ein seit Jahren selbstverständlicher alltäglicher Kontakt ist nicht mehr da.

Im Herbst 2006 war mein Vater schwer erkrankt und recht bald wurde klar, dass seine Heilungschancen gering waren. Schon Weihnachten war sein Zustand so schlecht, dass mir die Notwendigkeit des Abschiednehmens vor Augen stand. Er selbst wollte so gern noch weiterleben, und es gab auch immer wieder hoffnungsvolle Tage. Mir fiel es schwer, diese Diskrepanz zwischen täglichem Leiden und der Hoffnung auf Besserung auszuhalten. Er starb dann am 14. April, für mich fast zu plötzlich. Obwohl ich in der langen Krankheitsphase oft bei ihm war, blieb in mir ein Gefühl zurück, dass ich nicht genügend Zeit hatte, Abschied zu nehmen. Ich gehe gern an sein Grab, der schön gelegene Düsseler Friedhof hat mich schon in der Jugend angezogen. So habe ich im Nachhinein noch die Möglichkeit, meinen Abschied schrittchenweise zu vollziehen. In unserer Kapelle zünde ich auch gerne Kerzen für Verstorbene an, für mich eine Möglichkeit, die Verbindung zu suchen.

In diesem Jahr sind in meinem Umfeld noch eine ganze Reihe Menschen gestorben. Kurz vor meinem Vater verließ uns unsere langjährige liebe Nachbarin Frau Fischer. Ihr war ein langes Leben vergönnt, sie wurde weit über neunzig und hat über sechzig Jahre im Mintenbecktal gelebt. Im Sommer starben meine Tante und mein Onkel in