Veranstaltungsübersicht 2026
1. Halbjahr

7. Februar **Offenes Haus 11-12 Uhr**
Wir stellen Konzept, Gruppe und Haus vor (siehe S.14)

27.-30. Februar **Yoga-Retreat**
Leitung: Aloys André
Info: yoga@schlossluentenbeck.de

Sonntag, 15. März 11-13 Uhr
Jahresversammlung des Fördervereins Neubeginn

Fr. 24. April **Therapiegruppe** (Starttermin)
Freitag 18-20 Uhr (Info u. weitere Termine siehe S.15)
Leitung: Heidrun Wendel, Thomas Schmidt

Sa./So. 25./26. April **Ausbildung Gestalttherapie**
(Info und weitere Termine siehe S. 15)
Leitung: Heidrun Wendel

Sonntag, 17. Mai 9-12 Uhr
Stabil durch die Stürme - Meditation als Lebensweg
Leitung: Christa Radermacher (Info: S.14)

Mi. 3. bis So. 7. Juni **Yoga-Retreat**
Leitung: Aloys André
Info: yoga@schlossluentenbeck.de

Offene Meditation
jeden 2. und 4. Freitag im Monat in der Kapelle
Leitung: Gabriele Spital
Info: gabrielespital@web.de

Männerrunde Lüdenscheid
jeden 1. Dienstag im Monat 19 Uhr Kapelle
maennerrunde-luedenscheid@gmx.de
Kontakt: 01601506650 oder 02351 5578931

Singen in der Kapelle an jedem Vollmondabend ab 20 Uhr
Leitung: B. Holtermann (Info: 015172903857)

www.neubeginn-ev.de
Tel.: 02351/7005

Neubeginn e.V.
Mintenbecker Brief 93

Blick in den Dachstuhl unserer Kapelle

Dezember 2025

Neubeginn e.V.
Mintenbecker Str. 16
58515 Lüdenscheid
Tel.: 02351/7005
www.neubeginn-ev.de

November 2025

Liebe Freunde und Förderer von Neubeginn!

Beiliegend übersenden wir unser neu gestaltetes Infoblatt. Wir vereinfachen und wollen in diesem Flyer das Angebot von Neubeginn kurz umreißen und weiter verweisen auf unsere Homepage, auf der bei Bedarf alles vertieft und ausführlich zu finden ist. Wir freuen uns über das Ergebnis mit den schönen Fotos und hoffen, dass es Anklang findet. Bei Bedarf schicken wir auch mehr Exemplare zum Auslegen bzw. Weiterreichen zu!

Wir haben in diesem Herbst einen Wechsel auf unserem langfristigen Gastplatz. Es gilt, einen vertraut gewordenen Menschen zu verabschieden und los zu lassen und nun im Inneren und Äußeren Raum zu schaffen, um jemand Neuen in wenigen Wochen willkommen zu heißen. Es ist gut, eine kurze Zeit die Gruppe in etwas kleinerer Besetzung zu erleben, ehe wir wieder mehr werden.
Was heißt eigentlich kleinere Besetzung? Ich rechne immer, für wie viele Menschen ich an meinem Haushaltstag koche. Das waren über das Jahr gesehen meist zehn Personen, aktuell sind wir acht. Auch das ist schon eine große Runde in der Küche.
Als Projektgruppe haben wir uns nach den Veränderungen der letzten Jahre wieder gut gefunden, Frank berichtet darüber, wie er seine erste „Patenschaft“ für unseren Gast erlebt hat (S.6).
Die Titelseite dieses Heftes zeigt den Blick in den Dachstuhl unserer Kapelle, die in Verlauf des Jahres mit mehr Wärmedämmung versehen wurde und in der Folge auch heller geworden ist (ausführlicher Bericht S.8).

Gestalt-Therapie Ausbildungsgruppe 2026

Leitung: Heidrun Wendel und Team

Ausbildung in Geschlechts-sensibler
Gestalttherapie mit beruflichem Abschluss als:

Gestaltberater*in/-pädagoge*in nach 2 Jahren (2x6 WE)
Gestaltherapeut*in nach 4 Jahren (4x6 WE)

Die Ausbildung findet in Haus Minte statt.

Termine 2026
25./26. April, 27./28. Juni, 5./6. Sept., 7./8. Nov., 12./13. Dez., 20./21.2.2027

Therapiegruppe und Nachsorge 2026

Leitung: Heidrun Wendel und Dr. Thomas Schmidt

Zukunftsängste, Depressionen, Mut– und Sinnlosigkeit, Süchte

Um das seelische Wohlbefinden ist es derzeit bei vielen nicht gut bestellt. Zukunftsängste und Lebenskrisen mit Erschöpfung und Überforderung machen oft das Leben schwer. Was können wir selbst tun, um unsere innere Balance zu finden und mehr Energie und Lebenslust?
Unser Konzept basiert auf der humanistischen Psychologie, einer Haltung den Menschen gegenüber, die im Alltag praktische Konsequenzen hat. Es geht um Beziehung und Kontakt zu sich selbst und anderen. Den eigenen Kern mehr wertschätzen und sich trauen, neue Wege zu gehen - und zwar Schritt für Schritt.
Ein Jahr bewußt zusammen zu gehen, in einer Gruppe, die Kontinuität und Sicherheit bietet, dazu laden wir herzlich ein.

Termine: Fr. 24. April, 26. Juni, 4. Sept, 6. Nov, 11. Dez, 19. Feb.2027
18-20 Uhr in Haus Minte

Ausführliche Information und Anmeldung: www.hoeferhofer-institut.de

„Offenes Haus“

Samstag, 7. Februar 2026
11-12 Uhr

Wer neugierig ist, wie unsere Gemeinschaft lebt und wissen möchte, wie unsere Hilfe funktioniert, kann unverbindlich zu diesem Termin kommen.
Wir berichten vom Alltag im Leben einer Gemeinschaft, erzählen von Idee und Geschichte des Vereins und beantworten auch gerne Fragen zu Konzeption, Finanzen, Hintergründen und Hilfen für Betroffene. Abschließend führen wir durch unser Haus, zeigen den großen Seminarbereich, die Kapelle und die Umlage.

Stabil durch die Stürme - Meditation als Lebensweg

Sonntag, 17. Mai 2026 9-12 Uhr in der Kapelle
Leitung: Christa Radermacher
1983 traf ich eine für mich wichtige Entscheidung: Nach Herumprobieren mit autogenem Training und Meditationsanleitungen wollte ich das nun richtig lernen, ohne in eine ideologische Falle oder Sekte zu geraten. Dazu musste ich natürlich eine Richtung wählen, einen Lernweg beschreiten und üben, genau wie beim Erlernen eines Instrumentes. Nach einigen Jahren in einer alten Meditationsschule fand ich zum tibetischen Buddhismus, der viel Offenheit und unterschiedliche Wege für die Verschiedenheit der Menschen bereitstellt. Nach so vielen Jahren kann ich sagen: Meditation führt zu einer Stabilität, die auf dem Lebensweg sehr hilft.
An diesem Vormittag biete ich praktische Übungen an und möchte dabei helfen, klar zu werden und Antworten zu finden auf Fragen zur Meditation wie:
Was brauche ich, was passt zu mir?
Wo will ich hin? Was sind meine Hindernisse?

Wenn du teilnehmen möchtest, melde dich an über
info@neubeginn-ev.de
oder schreibe mir persönlich.
Als Teilnahmegebühr bitte ich um eine Spende an Neubeginn, die Höhe nach Selbsteinschätzung.

Was uns sonst noch umtreibt, unterscheidet sich vermutlich kaum von dem, was Euch bewegt. Die weltweiten politischen Krisen und Kriege sowie die viel zu langsamen Veränderungen bezogen auf Klima und Umwelt lösen eher Ohnmachtsgefühle und Resignation aus. Dem versuchen wir die kleinen Schritte entgegen zu setzen und den Blick auf das zu richten, was gelingt!

- Wir freuen uns an unserem ernsthaften und guten Miteinander und Lernen in der Gemeinschaft.
- Wir freuen uns sehr darüber, einen Gast nach seiner Zeit bei uns gut in sein sich neu entwickelndes Leben verabschieden zu können!
- Jede Woche gibt es wunderbare Gemüse-Anteile aus unserem Tal aus biologischer und solidarischer Landwirtschaft! (www.biohof-woeste.de)
- Unser Haus und unsere Umlage sind in einem guten Zustand, wir sind weit gekommen mit Wärmedämmung und eigener Stromversorgung, brauchen nicht mehr viel Gas neben der Holzheizung! Und unsere Mieten bewegen sich in einem gesunden Rahmen!
- Wir lernen weiter an unserem Einstieg in die E-Mobilität…

Viele gute kleine Impulse, die nicht nur bei uns stattfinden, sondern von vielen Menschen weltweit versucht werden. Es bleibt zu hoffen, dass die großen Veränderungen auf lange Sicht aus den kleinen Veränderungen erwachsen. Machen wir das, was wir selber tun können, statt uns durch den Blick auf die große Show-Bühne dieser Welt lähmen zu lassen!

In diesem Sinne viel Freude an den kleinen Schritten und - nach schönen Feiertagen - einen guten Rutsch ins Neue Jahr!

Im Namen der Neubeginner
Christa Radermacher

Wenn der Broccoli ruft...

Sonntags abends beim Gruppentreff teilen wir uns die Woche auf und planen, an welchem Tag wer für alle kocht. Da wir meist mehr Personen als Wochentage sind, ergeben sich auch wechselnde Zweierteams. Ein Dream-Team hat sich seit längerer Zeit gefunden: Frank und Kevin.

Wenn die Beiden zusammen kochen, quillt eine große Leichtigkeit mit viel Gegiggel und Gelächter aus der Küche und hinterher gibt's tolles Essen. An einem dieser Koch-Tage komme ich mit Stift und Papier dazu und überfalle das kochende und lachende Team mit meinen Fragen.

Christa: Wenn andere kochen, ist oft viel Stress dabei, weil es ja auch nicht so einfach ist, hier für alle (von Wurstessern bis Veganer, Glutenis bis Lactosis plus diverse Allergien…) was Passendes zu zaubern. Bei euch erlebe ich viel Spaß und Partystimmung. Worüber lacht ihr?

Kevin: Viele dumme Witze! Unser Kochen ist zu 90% improvisiert. Wir schnibbeln bis die Töpfe voll sind, häufig ohne konkreten Plan. (Gelächter)
Frank: Worüber lachen wir? Gute Frage. Ich habe keine Antwort.
Kevin: Wir haben ähnlichen Humor. Der kanalisiert sich schon beim Einkauf, dann noch zusätzlich beim Kochvorgang und vorbereiten.

Frank: Immer der Intuition folgen! 95% ist reine Intuition, wir haben blindes Vertrauen in den Prozess. Und wir

…Äh: Ächtes Ährenamt

Ich liebe Fußball als Spiel zum Zugucken, aber das gesamte Drumherum aus Geld und Geschäft kann ich nur mit Spott ertragen.

Der DFB (deutsche Fußballbund) ist ja ein gemeinnütziger Verein wie Neubeginn. Die Präsidiumsmitglieder des DFB erhalten Aufwandentschädigungen, bei ca. 1,5 Arbeitstagen pro Woche gibt es aufs Jahr hochgerechnet etwa 52.000 €, das ist mehr als die meisten Normalos im vollen Beruf im Jahr verdienen. (Der DFB-Präsident erhält bei 2,5 Tagen pro Woche im Jahr 260.000 €.) Ich finde es unglaublich, was so unter „Ehre“ läuft.
Wir garantieren: Bei uns wird wirklich für die „Ehre“ aus Motiven sozialen Engagements heraus gearbeitet. Es gibt nur zwei Viertelstellen für Neubeginner im Bereich Heizung/Haustechnik, die zum Mindestlohn angestellt sind. Alle anderen setzen sich ohne Vergütung für Neubeginn ein.

Natürlich ist in unserem Gemeinschafts-Projekt das private und das Vereinsleben auf ungewöhnliche Weise miteinander verschränkt und es gilt, Interessen und Finanzen gut zu sortieren. Das gelingt in unserer Gruppe erstaunlich gut, und das hat auch damit zu tun, dass bei uns keiner sagt „me first“. Das gemeinsame Anliegen und das zusammen bewohnte Haus wird von allen sehr wertgeschätzt und in alle Überlegungen einbezogen.

Spenden, die bei uns eingehen gehen, werden zum Erhalt des Hauses eingesetzt, das niemand privat gehört, sondern nur dem Verein Neubeginn! Ebenso unterstützen wir Menschen in Krise bei uns zusätzlich dadurch, dass in besonderen Lagen ihre Psychotherapie mitfinanziert wird.

IBAN: DE63 4505 0001 0007 1003 99
Sparkasse an Volme und Ruhr

Neubeginn e.V.

mit Hunger/Ernährung vorgeben. Wir schweifen umher mit Neugier und spielerischem Ausprobieren auf der Suche nach der „Belohnung“, nach der Situation, in der unser „Belohnungssystem“ anspringt. Dabei sind unsere Gefühle intensiv beteiligt.
Wichtig ist der freie Gedankenstrom, die Fantasie, die Tagträume, die etwa 25% unserer Hirnaktivität ausmachen. In der Grauzone zwischen bewusst und unbewusst fließen fantasierte Situationen, Gespräche, die sich aus Erinnerungen oder Wünschen und Erwartungen speisen. Das System spielt immer weiter, bemerkt oder unbemerkt, in einem Freiraum, aus dem dann irgendwann eine Anregung zur Lösung kommt, neue Wege sich zeigen, in Bildern, Tönen, Ideen, Fantasien oder auch künstlerischer Betätigung.
Und hier, denke ich, ist greifbar, was auch unsere Gesellschaft für einen Weg gehen kann, muss, wird…?
Machen wir die Augen zu vor den Grenzen, die uns unser Planet setzt? Rufen wir ein trotziges „fracking, fracking“ in die Landschaft wie Trump, oder können wir unsere Kreativität wachrufen, indem wir die Grenzen akzeptieren?
Die Menschheit hat – insbesondere seit Beginn des industriellen Zeitalters – die Natur aggressiv erobert. Die Umwelt wurde rational-analytisch zerlegt und Prozessen unterworfen, die auf Geld und Gewinn ausgerichtet waren.
Wenn wir weniger zerstörerisch vorgehen wollen, müssen wir uns mit einer veränderten Haltung der Umwelt zuwenden. Wenn wir nicht mehr „Gewinn“ rein materiell betrachten, sondern Gewinn an Lebendigkeit als einen viel größeren Wert erkennen, können wir die Natur auch als „Du“, als ein lebendiges Gegenüber erfahren.
So können wir Sinn und zu einem guten Miteinander finden.
Im ganz Kleinen heißt das bei der Gartenarbeit:
Ich gestalte so, dass die Schnecken ihren Platz finden, wo sie ihre sinnvollen Aufgaben erledigen können, und ich schütze die Bereiche, die mir wichtig sind. Und ich verhandle mit der Schnecke darüber, welche Teile des Salats für sie sind, und welche ich will…

Christa

haben ein Verständnis oft ohne miteinander zu reden. Um 10 Uhr werden immer Zwiebeln geschält, um rein zu kommen und sich mental zu öffnen. Eigentlich geht der Spaß aber schon beim Einkauf los. Ich sage nur: Broccoli!
K: Ja! Das Gemüse ruft! Diesmal war es der Broccoli, der laut geschrien hat, er wolle mit! Der Broccoli ist eindeutig das lauteste Gemüse.

C: Eine boshafte Frage kann ich euch nicht ersparen, wenn eine Frau 2 kochende Männer interviewt. Bei welcher Frau habt ihr kochen gelernt?

K: Ich bei meiner Mama. Aber als Kind hat es mir nicht so viel Spaß gemacht. Später habe ich Koch-Sendungen geguckt und dann selber rumprobiert und experimentiert.
F: Ich habe die Frauen immer für mich kochen lassen! Hier erst in der Gemeinschaft bin ich in den letzten Jahren zum Kochen gelangt.

C: Hand aufs Herz, Frank! Was außer deinen fantastischen Reibekuchen kannst du denn inzwischen wirklich kochen?
F: Leider nichts dazu gelernt… Ich kann nur schnippeln und vorbereiten. Es wird wohl weitere 5 Jahre dauern… das nächste Projekt wird erstmal: Abschieds-Rouladen machen…

C: Und was wollt ihr euch selbst noch fragen?
K: …keine Frage mehr offen!
F: Was mache ich bloß, wenn Kevin im nächsten Monat weitergezogen ist? Was koche ich dann?

Meine erste Patenschaft in der Minte

Im Winter 2024 wurde ich gefragt, ob ich zusammen mit Heinz-Georg die Patenschaft für einen „Gast“ in der Minte übernehmen möchte. Als damals noch relativ frischer „Neubeginner“ war ich zunächst etwas unsicher, ob ich dafür überhaupt geeignet bin. Schließlich geht es bei der Patenschaft darum, einen Menschen, in diesem Fall war es ein junger Mann, auf seinem Weg aus einer Krisensituation heraus zu unterstützen.

Einmal pro Woche kamen K., Heinz-Georg und ich zum einstündigen Patengespräch im Seminarraum der Minte zusammen. Langweilig war keines dieser Gespräche. Viele Höhen und Tiefen galt es zu reflektieren.

Ein Beispiel: K. musste den Verlust seines Arbeitsplatzes verarbeiten. Seinen interessanten Job musste er bereits nach einigen Monaten wegen Insolvenz des Betriebes aufgeben. Wie umgehen mit den damit verbundenen Gefühlen? Und, wie kann es – ganz praktisch gesehen - beruflich weiter gehen? Heinz-Georg und ich stellten unterstützende, aber auch konfrontierende Fragen, standen K. zur Seite beim Finden von Möglichkeiten, beim nächsten konkreten Schritt auf seinem Lebensweg. Auch wenn es manchmal ein wenig stockte, in kurzen Phasen nicht eindeutig zu sehen war, wie es weiter gehen kann – zu keinem Zeitpunkt verlor ich das Vertrauen in unseren „Gast“ und in Heinz-Georg und mich als Paten.

Auch für Gespräche unter der Woche, also „zwischendurch“, standen Heinz-Georg und ich als Paten zur Verfügung. Bei guten Wetter ging es nicht selten zum Austausch raus in die Natur.

Während seines Aufenthaltes war K. auch in die Tagesstruktur der Minte eingebunden. Er half tatkräftig mit bei Arbeiten im und am Haus und bereitete mit großer Leidenschaft und Spaß einmal pro Woche das Mittagessen für alle Bewohner vor. Hier war ich sein „Assistent“. Und beim Zubereiten der Mahlzeiten konnte ich von K. Vieles dazu lernen.

So meine eher weihnachtlich-optimistische Sicht auf den Titel.
Nun aber zum Vortrag von Verena Kast, die als Wissenschaftlerin vieles vertieft ausgeführt hat und sich auch ausführlich mit den schmerzhaften Seiten des Trauerns und Abschiednehmens befasst.
Sie beschreibt den Prozess des Alterns als einen Prozess der Verlustkrisen. Viele erleben vor allem das Loslassen-Müssen und die Auseinandersetzung mit der Vergänglichkeit, erleben Trauer und Wehmut, sehen, was alles nicht mehr möglich ist, vor allem beim Verlust von nahen Menschen, die gestorben sind.
Unsere Gesellschaft, die so auf Jugendlichkeit und Erfolg, Erweiterung setzt, wehrt ab und vertuscht das Altern, die Grenzen, den Tod. Nur mit Abwehr und Verleugnung zu reagieren, reibt auf und setzt keine neuen Kräfte frei. Es gilt, in einem echten Trauerprozess das zu erinnern und neu zu erleben, was als Wesentliches zu erhalten ist.
Für einen alternden Menschen ist es auch ein schmerzhafter Verlust von Zukunft. Aufschieben geht nicht mehr, die Kreise werden kleiner, es stellt sich die Frage, was ist noch wichtig, was ist noch zu tun? Ein junger Mensch hat seine Zukunft noch vor sich, muss seine Kreise erweitern, Neues entdecken, dazulernen.
Was bedeutet es, den Trauerprozess ernsthaft zu durchlaufen? Wir müssen die Grenzen, die uns das Alter setzt, annehmen, die Vergänglichkeit akzeptieren und den Schmerz, den der Abschied von lieb gewordenen Gewohnheiten und auch von geliebten Menschen macht, fühlen und zulassen. Die verbleibende Zeit ist begrenzt. Soll wirklich Zeit und Geld (im Extrem z.B. Schönheits-OPs) in Vertuschen und Verweigern der Grenzen gehen? Wenn ich die Begrenzung annehme, kann ich entdecken, was mir wichtig ist, wofür ich die verbleibende Zeit einsetzen will. Dann kann ich mich um die Gestaltung und Entfaltung des kleiner werdenden Spielfelds kümmern. Dann erlebe ich, ob mein „Schrumpfen“ den Geschmack des Weihnachtsapfels bekommt!

Der andere Schwerpunkt des Titels ist die Kreativität. Hier trägt V. Kast einiges aus der neurowissenschaftlichen Forschung zusammen. Neu für mich war die Beschreibung des „Seeking system“, das alle Säugetiere in sich tragen. Wir sind also alle „Suchende“ von Natur aus, immer unterwegs nach neuen Anreizen, Perspektiven, Belohnungen, um die Möglichkeiten auszuloten, die uns unsere Begrenzungen

„Kreativ Schrumpfen“

Diese Überschrift begegnete mir in einem Kurz-Interview mit der Schweizer Psychotherapeutin Verena Kast, die sich mit einer Psychologie des Alterns befasst und dabei fragte, ob das nicht eine Anregung auch für die Gesellschaft sein kann im Sinne der Ökologie.
Die beiden Worte regten mich sofort an, mir viele Gedanken zu machen. Zunächst natürlich ganz persönlich: wie stelle ich mir mein weiteres Altern vor? Aber genauso gesellschaftlich: Was bedeutet es, auf Expansion zu verzichten und die *Grenzen des Wachstums* (Club of Rome, 1972) zu respektieren?
Da sich die geniale Anregung von Verena Kast nicht in einem Buch findet, sondern in einem Vortrag, den sie vor 2 Jahren auf einem Psychotherapie-Kongress gehalten hat, brauchte ich eine Weile, bis ich den Vortrag endlich per MVD und Laptop sehen konnte (weniger digital Behinderte als ich können ihn bestimmt flott runterladen: www.auditorium-netzwerk.de). So hatte ich Zeit, zunächst einmal selbst zusammen zu tragen, was die Anregung in mir auslöste.
Schrumpfen lässt mich sofort an einen Apfel auf meinem Kinder-Weihnachtsteller denken: wie fein sich die Runzeln anfühlen, nicht glatt, sondern interessant, anders als die Walnüsse, und es sind die leckersten Äpfel, intensiv, süß gereift… Weihnachtlich schön! Ich stelle mir mein Altwerden vor als: weniger werden, loslassen, frei werden, möglichst unauffällig verblassen. Da passt Schrumpfen gut. Reduzieren auf das Wesentliche. Intensität und Leuchten. Tod nicht als Cut, sondern zusammenziehen und verschwinden im inneren Rückzug.
Und das mit Kreativität verbinden? Unmögliches möglich machen, mein Spielkind wecken, das spielerische Denken freilassen, Erweiterung durch sprudelnde Ideen.
Und auf die Gesellschaft bezogen? Seit langem stört mich schon dieses Drama in den Medien um Wachstum, die Wirtschaftsdaten, alles muss mehr werden, sonst Katastrophe…und gleichzeitig zu wissen, dass das gar nicht funktionieren kann, weil es Grenzen gibt, die unser Planet setzt.
Die Titel-Wortkombination ist eine wunderbare Anregung für mich im Blick zu halten, in welchen Bereichen es für mich und die Gesellschaft gut ist zu schrumpfen, und welche Bereiche ich intensiver gestalten und leuchten lassen will.

Im Oktober dieses Jahres endete schließlich die Patenschaft. Heinz-Georg und ich sind der festen Überzeugung, dass K. seinen Weg in mehr Selbständigkeit und mit mehr Selbstwertgefühl weiter gehen wird. Ein großes Plus: unser „Gast“ verfügt über eine sehr gute Selbstreflektion und ein gutes Gespür, was für ihn richtig ist und was eher nicht.

Er fühle sich erwachsener nach seinem Aufenthalt hier in der Minte, sagt K. Es sei eine wunderbare Zeit, wertvolle Zeit in seinem bisherigen Leben gewesen.

Für mich war es eine bewegende, berührende Erfahrung, als Pate einen jungen Menschen auf diese Weise eine Zeitlang zu begleiten. Und daran, so glaube ich, bin auch ich persönlich gewachsen.

Frank

Kapelle in neuem Glanz

Aus der Bauzeit der Kapelle habe ich in Erinnerung, dass der Baumeister Hansjörg sagte: *Ich mache eine gute Dach-Isolation mit 8 cm Kork oberhalb der Sparren. Wenn in späteren Jahren zusätzliche Isolation zwischen die Sparren gemacht werden soll, wird das ein ziemlicher Fummelskram!*

Dieser Fleiß-Arbeit haben wir uns nun in diesem Jahr zugewandt! Ich habe mich der Schafswolle gewidmet, Svend war mit dem Holztäfer zwischen den Sparren beschäftigt, unzählig viele kleine Bretter, die zwischen die unterschiedlichen Maße der Sparren und in die kleinen Eckchen gebracht werden wollten. Ein Blick auf das Titelfoto dieses Heftes macht deutlich, wie viel Bastelei nötig ist, da ja die Sicht auf die Dachstuhlkonstruktion erhalten werden soll.

Zu Beginn des Jahres waren wir noch nicht klar darüber, wie lange wir benötigen würden und nahmen uns erst eine der vier Dachschrägen vor, um Erfahrung zu sammeln. Der besondere Dachstuhl fordert Einiges vom Schreiner. Die Schafswolle ist ja weich und lässt sich gut stopfen oder zurechtzupfen, aber die Holzbretter müssen genau passen.

Zunächst kauften wir ein bewegliches Gerüst, um auch sicher überall oben dran zu reichen. Dann die Bretter und Schafswolle für ein Viertel des Daches. Mein Part war, die Schafswolle einzupassen und mit Bändern fest zu tackern sowie zunächst die Bretter mit heller Lasur vorzubehandeln, damit das Holz nicht mehr nachdunkelt. Aber dann begann die komplizierte Aufgabe für Svend, die Verbretterung zwischen die Sparren zu passen, bis in die höchste Spitze und die kleinsten Ecken.

Christa: Wie hast du bloß die Geduld aufgebracht, alle diese Brettchen so genau zu zuschneiden?

Svend: Als Kind habe ich mit meiner Mutter 2000er Puzzle gemacht. Daran hat mich diese Arbeit erinnert. Das hat mir Ruhe und Ausdauer gegeben, auch wenn es manchmal mehrere Anläufe brauchte, bis es passte.
C: Ich erinnere mich an die Mühe, die du mit einer großen Schlosserschraube des Dachstuhls hattest, dass du sogar zum Einpassen Auskerbungen brauchtest…
S: Ja, das war mühsam. Ich habe im Verlauf der Arbeiten natürlich immer mehr Routine bekommen. Und es war wichtig, dass ich aus meinem Perfektionismus ein bisschen rausgegangen bin. Dann wird es natürlich einfacher.
C: Als ich das erste Mal auf das Gerüst hochgeklettern wollte, hatte ich doch noch den Bibber in den Knien und habe erstmal eine Kerze angezündet und meditiert, damit ich die nötige Klarheit und Ruhe hatte. Ich wurde natürlich von Mal zu Mal immer sicherer, aber ich habe oft meditative Pausen eingelegt. Wie ist es dir ergangen, in solch einem besonderen Raum zu arbeiten?
S: Ja, teilweise habe ich auch eine Kerze angemacht. Wenn ich in der Kapelle war, stand ich unter dauernder Konzentration. Eine besondere Herausforderung war für mich allerdings der Weg zur Werkstatt am anderen Ende des langen Hauses. Immer wieder neu gab es diesen Laufweg, um zu zuschneiden, anzupassen, wieder probieren, wieder anpassen usw. Diesen Weg habe ich dann als meinen meditativen Weg genutzt.

Das erste Viertel des Dachstuhls dauerte etwa 3 Wochen, bei den späteren Vierteln waren es nur noch zwei. Am Anfang war mir noch nicht klar, ob sich die Arbeiten über mehrere Jahre ziehen könnten, aber nun zeigt es sich, dass wir die vier Bauabschnitte in diesem Jahr geschafft haben. Tensing und sein Freund Marvin haben noch eine indirekte LED-Beleuchtung eingebaut, so dass der Dachstuhl nun auch noch ins rechte Licht gerückt wird. Wir laden herzlich zum Besuch unserer Kapelle ein, sie steht immer offen!

Christa