

„Dem Frieden Raum geben“

69 „schöne Schwestern“ – starke Frauen aus 28 alt-katholischen Gemeinden Deutschlands in Schmerlenbach, das ist die Jahrestagung des baf. Das Thema „Dem Frieden Raum geben“ hat uns gelockt und tiefgehend beschäftigt.

Das große Hallo, die Begrüßungsrituale, vertraute und neue Gesichter, die das verlängerte Wochenende feiern und gestalten, um Kraft und Freude zu schöpfen, aber auch um Denkanstöße und Ideen in dieser Tagung zu finden.

Schon am Donnerstagabend tauchten wir nach einer kurzweiligen Begrüßungsrede von Lydia Ruisch und unserem traditionellen, tanzenden Einzug zum Plenum ins Thema ein. Frieden als Weg, als Herausforderung, als Sehnsucht, als Hoffnungsbote. Die Einführungstexte machten neugierig und luden gleichzeitig zum Innehalten und Nachdenken ein. So konnten wir das Thema gedanklich mit in unsere Träume nehmen.

Der Freitag war von der Referentin Janne Ellenberger gestaltet. Sie ist Kommunikationstrainerin und Friedensaktivistin und arbeitet in vielen Friedensprojekten u.a. in Palästina. Es ging nicht nur um Frieden im Außen, sondern erweitert auch um unseren inneren Frieden, um Versöhnung, Vergebung, ohne die kein Friede möglich ist. Über eigene Erfahrungen und Erlebnisberichte brachte die Referentin uns Schritt für Schritt die Haltung der friedvollen Kommunikation näher und vermittelte uns als handfestes Werkzeug die „vier Schritte des Vergebungsprozesses“ von Desmond Tutu. Neben den theoretischen Ausführungen hatten wir Gelegenheit, paarweise auch praktische Übungen durchzuführen. Besonders hat mich beeindruckt, dass ich mit meinen Partnerinnen sofort in eine spannende Beziehung einsteigen und wir zusammen heilsame Lösungsansätze erarbeiten und wertvolle Momente erleben durften. Besonders nachhaltig bewegt hat mich ein Spaziergang über vier Stationen, bei denen es, ganz einfach und doch nicht leicht, ums Zuhören ging.

Dabei spürte ich wieder, dass wir Frauen einen ganz innigen und wertvollen Spirit teilen, bei diesen Übungen sofort hellwach bei der Sache sind und vertrauensvoll eintauchen können in schwierige Situationen unseres Lebens. Hier findet für mich immer ein Stück Heilung statt.

Der Samstagmorgen stand im Zeichen der Bibelarbeit mit unserer Bistums-Frauenseelsorgerin Brigitte Glaab. Es ging um Shalom in der Bibel, eine spannende Reise mit Brigitte unter neuen Gesichtspunkten: Shalom, verstanden nicht nur als Frieden im Gegensatz zum Krieg, sondern im Sinne einer Vervollständigung, einer Ganzwerdung. Wir erhielten ein Gespür dafür, welche weitreichende Bedeutung dieses Wort hat, durch das Kennenlernen der vielen biblischen Bilder, die Brigitte für uns

zusammengetragen hatte. Vertiefen konnten wir das Thema am Nachmittag in Workshops wie:

„Zuhören als Weg zum Frieden“ (angelehnt an den Ratgeber „Der emotionale Rucksack“ / Vivian Dittmar); „Stocktanz als Ausdruck des Friedens“; „Collagen gestalten und den Frieden kreativ zum Ausdruck bringen“; „Landart: Mit den Schätzen des Waldes den Frieden in Stilleben zum Ausdruck bringen“; „Herzen öffnen, weich werden – Partnerschaftliche Hand- Fuß- Gesichts-Massage“

Für mich ist dies immer der Zeitpunkt, an dem ich mich am liebsten fünfteilen würde, denn alle 5 Angebote reizten mich – wie immer. Und da ich eine „alte baf-Häsin“ bin, hörte ich auf meine innere Stimme: „Zuhören ist wirklich nicht meine Stärke, also ist der Workshop ‘Zuhören’ genau das Richtige für mich“. Wir übten Zuhören ohne jedes Wort! oder „Raumhalten“ - ein wertvolles Geschenk an unser Gegenüber.

Mit „friedensstiftender“ Kopfbedeckung „gut behütet“ erschienen die Frauen zum Feierabend, der sich als ein Feuerwerk an Kreativität entfaltete. Soviele Talente und Begabungen, Ideen, Inspirationen: vom baf-Raumpflegeteam, über ausstrahlungsreife Werbespots, so einige neu kreierte Friedenslieder zum Mitsingen, bis hin zu Standup-Comedy... All das ließ unsere Lachmuskeln beben und den Wunsch aufkommen, es möge nie vorüber gehen.

Der gemeinsame Gottesdienst am Sonntagmorgen brachte uns in eine sehr wohlthuende heilsame Verbindung miteinander: „Ich bin da“ mitten unter uns, Versöhnung und Vergebung, andere als Menschen wahrnehmen, selber gehört werden und da sein dürfen.

Mit so vielen wundervollen Inspirationen und guten, heilsamen Gefühlen machten wir uns nach vielen Verabschiedungsumarmungen auf den Heimweg. Der Termin für die nächste Jahrestagung - 24.-27.10.2019 - ist fest im Kalender notiert und nun kann ich mich ein Jahr vor-freuen, meinen Rucksack prall gefüllt mit Ideen, die ich in meine Frauengruppe nach Aachen tragen werde.

Pace! Peace! Salam! Shalom!

Rita Schröder