



Freireligiöse Nachrichten

Herausgegeben von der Freireligiösen Gemeinde Idar-Oberstein

Nr. 90

April 2021

*„Zu reden ist ein Bedürfnis,
zuhören ist eine Kunst.“*

Johann Wolfgang von Goethe



Foto: Catharina Rittmann

Liebe Mitglieder, liebe Freunde,

„Menschen, die ein offenes Ohr für uns haben, lassen uns aufhorchen“ ist ein bekanntes Zitat des österreichischen Lehrers und Schriftstellers Ernst Ferstl.

Und ich lerne gerade, wie viel Wahrheit in seiner Aussage steckt.

In der jetzigen Zeit, in der unsere persönlichen Kontakte doch sehr eingeschränkt sind, telefonieren wir viel mehr. Und manchmal ertappe ich mich bei längeren Gesprächen dabei, wie ich gar nicht mehr richtig zuhöre und darüber nachdenke, was ich noch zu erledigen habe oder was ich abends koche. Meistens, wenn ich bei mir dieses Verhalten bemerke, habe ich ein schlechtes Gewissen, weil ich meinem Gegenüber nicht die notwendige Aufmerksamkeit schenke.

Ich glaube, mit diesem Problem bin ich nicht die Einzige. Gibt man den Begriff „Zuhören“ in gängige Onlinesuchmaschinen ein, erscheinen unzählige Artikel mit Titeln wie „Zuhören lernen: acht einfache Tipps für besseres Zuhören“ oder „Hören ist nicht Zuhören“.

Oft ist man im Gespräch einfach zu sehr mit sich selbst beschäftigt, als mit dem oder der Gesprächspartner*in. Dabei ist gerade aufmerksames, „richtiges“ Zuhören so wichtig. Es ist ein zentraler Schlüssel unseres sozialen Miteinanders und kann unsere zwischenmenschlichen Beziehungen vertiefen und stärken. Gerade in diesen schwierigen Zeiten, in denen soziale Kontakte nur in begrenztem Maß möglich sind, gewinnt das Zuhören umso mehr an Wichtigkeit.

Aufmerksames Zuhören ist anstrengend, aber es macht glücklich. Nicht nur den Zuhörer oder die Zuhörerin, sondern auch den Erzählenden. Aktives Zuhören kann viele Probleme und Missverständnisse aus dem Weg räumen und somit Konflikten vorbeugen. Außerdem bringt man seinem Gegenüber Wertschätzung entgegen, wenn man aktiv zuhört, und kann dessen Beweggründe und Gefühlsleben besser nachvollziehen was insgesamt zu einer besseren und erfüllteren Beziehung führen kann.

Doch wie wird man nun ein guter Zuhörer? Das Schwierigste ist sicherlich, sich selbst zurückzunehmen, nicht jedem kleinen Impuls nachzugehen und gleich von den eigenen Erlebnissen zu berichten – denn das ist kein „Zuhören“. Versuchen sie für eine kurze Zeit, sich selbst zu vergessen und nur für die andere Person da zu sein. Hilfreich kann es dabei sein, sich auf die Gefühle und Bedürfnisse ihres Gegenübers zu konzentrieren und auf deren Körpersprache zu achten. Dadurch lernen Sie ganz viel über ihre*n Gesprächspartner*in. Geben Sie wieder, was Sie verstanden haben oder stellen Sie inhaltliche Nachfragen.

Natürlich habe ich Ihnen jetzt hier nichts verraten, was Sie nicht ohnehin schon wussten oder sich hätten logisch erschließen können. Doch vielleicht konnte ich ihre Aufmerksamkeit beim nächsten Gespräch auf etwas anderes lenken. Ich glaube der ganze Zauber liegt darin, sich wirklich auf seine*n Gesprächspartner*in zu konzentrieren und dabei die eigenen Bedürfnisse hintenanzustellen. Das ist nicht immer einfach oder machbar, aber wie sagt man so schön: Übung macht den Meister!

Probieren Sie es doch einfach mal aus, sie werden sehen, wie gut es Ihnen und Ihrem Gegenüber tut!

Instagram

Unsere Gemeinde erobert die soziale Medienwelt: endlich gibt es uns auch auf Instagram! Über unseren Account mit dem Nutzernamen [freireligioesegemeinde_io](#) werden wir in Zukunft in regelmäßigen Abständen Infos rund um unsere Gemeinde, kommende Veranstaltungen und frei-religiöse Inhalte posten. Neugierig geworden? Dann abonnieren sie uns!



Onlineansprache zum Thema „Angst und Mut“

Liebe Mitglieder und Freunde,
in der letzten Zeit sind viele Feierstunden entfallen. Unserem Gemeindevorstand liegt die Gesundheit unserer Besucherinnen und Besucher am Herzen und wir möchten Sie keinem Risiko aussetzen.

Für uns alle ist diese Situation schwierig und wir hoffen, dass wir uns schon bald wiedersehen können.

Bis dahin haben wir als kleines Trostpflaster eine kurze Videoansprache zum Thema „Angst und Mut“ auf unsere Homepage gestellt.

Die Ansprache soll Ihnen einen neuen Blickwinkel auf das Gefühl der Angst ermöglichen sowie Zuversicht und Mut schenken. Schauen Sie gerne vorbei, falls Sie es noch nicht getan haben sollten.

Wir werden auch in Zukunft einige Onlineansprachen aufzeichnen und für Sie auf unserer Homepage zur Verfügung stellen. Über neue Ansprachen werden Sie in der lokalen Presse informiert.

Coronabedingte Verschiebung der Jugendweihe in den Sommer

Besondere Zeiten benötigen besondere Maßnahmen. Unser Vorstand hat einstimmig beschlossen, dass wir die diesjährige Jugendweihe nicht im April feiern werden. Da wir möchten, dass die Jugendweihe für die Jugendlichen ein ganz besonderes Ereignis wird und sie gemeinsam mit ihren Familien und Freunden in einem angemessenen und festlichen Rahmen feiern können.

Wir hoffen darauf, dass die Infektionszahlen, wie im letzten Jahr, im Sommer sehr niedrig sein werden und zudem schon einige Gäste geimpft und somit geschützt sind.

Um gewährleisten zu können, dass auch die notwendigen Abstands- und Hygienemaßnahmen eingehalten werden, haben wir uns dazu entschieden, die Jugendweihe an zwei Terminen abzuhalten. Am 4. Juli wird die Jugendweihe, die letztes

Jahr nicht stattfinden konnte, nachgeholt und am 11. Juli werden die Jugendweihlinge aus diesem Jahr feierlich als vollwertige Mitglieder in unsere Gemeinde aufgenommen. Durch diese Teilung wird es hoffentlich einfacher, die jeweiligen Corona-Bestimmungen einzuhalten.

20. Juni 2020

Sonnenwende auf dem Homerich

*„Wenn der Sommer sich verkündet,
Rosenknospe sich entzündet,
Wer mag solches Glück entbehren?“*

Johann Wolfgang von Goethe (1749 – 1832)

Mitte Juni ist es soweit: die Sonne hat ihren höchsten Stand erreicht und die Natur entfaltet ihre volle Kraft! Und das möchten wir gerne als Gemeinde, wie schon die Menschen in früheren Zeiten, zusammen feiern!

Im Moment ist die Planung der Sonnenwende durch das aktuelle Tagesgeschehen etwas erschwert, aber wir sind guter Dinge, dass wir dieses Jahr wieder gemeinsam – mit den notwendigen Abstands- und Hygienemaßnahmen – feiern können.

Unsere Sonnenwendfeier findet voraussichtlich am Sonntag, dem 20. Juni auf dem Vereinsgelände des Grub'schen MGV auf dem Homerich statt.

Beginn ist um 10:30 Uhr mit einer festlichen Feierstunde. Im Anschluss soll es auch diesmal wieder leckeren Spießbraten und Kuchen, unser traditionelles Sonnenwendquiz sowie Spiele für Jung und Alt geben.

Eine Teilnahme ist auf Grund der aktuellen Lage nur mit einer Anmeldung bis Montag, den 7. Juni 2021 möglich.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Vorstand und Pfarrerin Rittmann