

Liebe Freunde und Freundinnen des Förderkreises, liebe Empfänger und Empfängerinnen unseres Newsletters,

Der Sommer ist gekommen, mit seiner Wärme, seinem Licht, seinem Flirren in der Luft. Das Leben kann so leicht sein! Doch es als leicht zu empfinden, zu fühlen, zu erleben ist auch bei strahlend blauem Himmel gar nicht immer einfach. Erst recht nicht, nach dieser langen Corona-Zeit. Das Leben lädt uns an jedem Tag ein, die Leichtigkeit wie neu zu lernen. Darauf zu vertrauen, dass das Leben neben all dem Schwierigen und Belastendem, das es wahrlich auch neben und ausserhalb von Corona gibt, auch eine leichte Seite hat. Die zwar oft verborgen und von Vielem überdeckt ist. Auf dem Grabstein der Dichterin Hilde Domin steht: «Ich setzte mein Fuss in die Luft, und sie trug». Manchmal muss ich alle Gewissheit, wie etwas ist oder zu sein hat, hinter mir lassen und bereit werden, eine ganz neue Erfahrung zu wagen. Eben den Fuss in die Luft setzen. Und dann wahrzunehmen, was an Unerwartetem und an Überraschungen geschieht. Ich wünsche uns allen gerade jetzt im Sommer solche Erfahrungen zu Hauf.

Dieser Newsletter hat zwei Themen:

1. Hinweise auf die nächsten Veranstaltungen in diesem Jahr. Wir möchten einladen, sich zu einem Seminar anzumelden, das die Stärkung von Resilienz zum Thema hat und uns anleiten will, die innere Gestaltungskompetenz zu fördern und zu festigen. Und wir wollen auf weitere Veranstaltungen 2022 einladen und hinweisen.
2. Und der Förderkreis sucht für die Zeit nach Pfingsten 2023 einen neuen Vorstand, der mit viel Entschlusskraft, Energie und einem Glauben an die Zukunft des Vereins ans Werk gehen will.

Ein Seminar für seelische Gesundheit: «Resilienz». Donnerstag, 8. September 14.00 Uhr bis Sonntag, 11. September 13.30 Uhr im Hotel Nashira Schwarzwald in Bad Herrenalb

Resilienz – Erhalten, Fördern, Stärken. Mit Maria Steiner, Konzentrative Bewegungstherapie KBT

Hart am Wind in stürmischen Zeiten. Mit Bernward Bog, Leiter des Gesundheitshauses Malmbach (RESCUE-Methode: Ressourcenorientierte Körperübungen)

Wie der Wald uns Kraft schenkt. Mit Regine Schindler, Lehrerin für Achtsamkeit MBSR

Resilienz kann mit den folgenden Stichworten umschrieben werden:

Optimismus: Vertrauen in die Möglichkeit eines positiven Ausgangs.

Akzeptanz: Das Unabänderliche annehmen.

Lösungsorientierung: Die Energie auf mögliche Lösungen richten statt auf Probleme.

Verantwortung übernehmen: Die Opferrolle verlassen. Statt Selbstmitleid oder Schuldzuweisungen die eigenen Handlungsspielräume nutzen.

Beziehungen gestalten: Unterstützung geben und von anderen annehmen.

Die Zukunft gestalten: An den eigenen Werten orientierte Ziele setzen und verfolgen.

Kosten: € 310.—(€ 275.—Mitglieder). Zuzüglich Unterkunft und Verpflegung. Möglich im Hotel Nashira. Es können auch einzelne Workshops gebucht und besucht werden .

Dr. Walther H. Lechler-Fond: Mitglieder, die nachweisen, dass sie behördliche finanzielle Unterstützung bekommen, können ein Gesuch an den Vorstand stellen, um einen Nachlass bei den Seminarkosten zu bekommen. Gilt für alle Angebote.

Das detaillierte Programm lässt sich auf unserer Homepage www.foerder-kreis.de einsehen und kann heruntergeladen werden oder wird als Flyer vom Büro des Förderkreises gerne zugesandt.

Anmeldeschluss: 10. August 2022. Das Seminar wird ab 12 Teilnehmenden durchgeführt.

Weitere Veranstaltungen 2022:

Seminar «Einstellung und Schicksal» mit Dr. Goderhard Stadtmüller am 10. September 11 Uhr bis 11. September 18 Uhr in der Evangelischen Akademie Bad Herrenalb. Kosten: € 180.—(160.— Mitglieder)

Seminar: Zeit der Selbstreflexion mit Karl-Heinz Knebel. Donnerstag 3.11. ,15 Uhr bis Sonntag 6.11., 15 Uhr. Im Hotel Waldschlösschen, Im Wiesengrund 7, Bad Herrenalb.

Kosten: € 250.—pro Person zuzüglich Unterkunft und Verpflegung im Hotel Waldschlösschen

Kontakt/Informationen: direkt bei Karl-Heinz Knebel, khknebel99@aol.com, Mobil 0179 2254394

Gemeinsam in ein neues Jahr? Ein Angebot, die emotional oft anstrengende Zeit zwischen den Jahren gemeinsam zu verbringen. Stefan Gasch organisiert dieses Treffen. (siehe unten). Es gibt kein schon im voraus bis ins Einzelne festgelegtes Programm. Alle sind eingeladen, sich selber auch nach Möglichkeit mit eigenen Angeboten einzubringen. Es gibt ein Silvesterbuffet und ein Neujahrsbrunch.

29. Dezember 2022 bis 02. Januar 2023 in der Evangelischen Akademie Bad Herrenalb.

Kosten: € 150.—für diejenigen, die gut bei Kasse sind. Zuzüglich Unterkunft und Verpflegung in der Akademie. Wer knapp bei Kasse ist zahlt € 50.--. Verbindlicher Anmeldeschluss ist der 20. September.

Kontakt/Informationen: Stefan Gasch, Annemonenweg 25 A, 95447 Bayreuth. Tel.-Nr, 0921 69922. Mail-Adresse: S. Gasch@gmx.de

Neue Vorstandsmitglieder gesucht

Wir suchen auch auf diesem Weg Menschen, denen der Förderkreis ein Herzensanliegen ist und die bereit sind, Kraft, Hoffnung und Zeit einzubringen in die Weiterführung und Weiterentwicklung des Förderkreises. Er wurde 1989 von Dr. Walther H. Lechler mit Freunden und Freundinnen zusammen gegründet nach seinem Ausscheiden als Chefarzt der sozio-psycho-somatischen Klinik Bad Herrenalb. Er besteht jetzt also 43 Jahre, eine wahrhaft lange Zeit. Und es sind immer noch um die 500 Mitglieder, die den Verein tragen, unterstützen und an den Veranstaltungen, in erster Linie am Pfingsttreffen und an der Begegnungswoche in der Faschingswoche teilnehmen. Und es gibt viele grosszügige Spender und Spenderinnen, die ebenfalls hoffen, dass der Förderkreis eine Zukunft hat.

Damit der dreiköpfige Vorstand funktioniert und er seine Ziele gemäss Satzung verfolgen kann, wäre es sehr wünschenswert, wenn in ihm folgende Fähigkeiten, aufgeteilt auf die verschiedenen Personen, vorhanden sind:

Personalführung. Kooperation mit dem Büro des Förderkreises. Aufsicht über Homepage.

Finanz-Kompetenzen und Ahnung von Betriebsführung.

Interesse und Kenntnisse an Literatur über Selbsterfahrung, Genesungswege, humanistische Medizin und Psychotherapie im Sinne von «Im Leben leben lernen» bzw. «Willst du Therapie oder dein Leben ändern?»

Schreibgewandt. Korrespondenz, vor allem im Zusammenhang mit der Planung von Veranstaltungen, Gewinnung von Seminarleitenden und Vortragenden. Herausgabe von Newslettern.

Konkrete Erfahrungen mit Spiritualität, die erdverbunden und himmelsoffen ist. Es geht um eine Spiritualität von unten (Anselm Grün), eine Spiritualität der Unvollkommenheit: In unseren Wunden wartet die Heilung. (Ernest Kurtz/Katherine Ketcham). Darin eingeschlossen, Kenntnisse und möglichst eigene Erfahrungen mit dem 12-Schritte- oder Stufen-Programm der A-Gruppen.

Erfahrungen mit Krise(n) und Wege daraus. Verständnis für oder eigene Erfahrung mit süchtigem Verhalten unterschiedlichster Art.

Man muss dies nicht alles können. In erster Linie braucht es die Bereitschaft, im Vorstand miteinander zu kooperieren und zusammenzuarbeiten. Der jetzige Vorstand hat aufgrund von Anregungen in der sogenannten Zukunftswerkstatt vorgeschlagen, zur Unterstützung und Entlastung der Vorstandsmitglieder verantwortliche Arbeitsgruppen mit Mitgliedern zu bilden, die Bereiche zu Händen des Vorstandes selbständig erarbeiten. Dieser Prozess ist erst angestossen und muss noch anlaufen.

Wer von Euch, liebe Leser und Leserinnen dieses Newsletter, sich vorstellen kann, im Förderkreisvorstand mitzuarbeiten und vor allem auch den Vorsitz zu übernehmen, ist herzlich eingeladen, sich mit den bisherigen Vorstandsmitgliedern Pfr. Alfred Meier, Dr. Harald Reinemer und Birgit Knapp in Verbindung zu treten. Wendet euch an das Büro des Förderkreises info@foerderkreis.de, das dem von euch gewünschten Vorstandsmitglied euer Interesse weiter meldet. Wir danken für jedes Interesse und werden uns raschestmöglich mit Interessierten in Verbindung setzen.

Wir hoffen sehr, dass sich unter so vielen Freunden und Freundinnen des Förderkreises sich drei Personen finden lassen, welche Zeit, Lust, Freude und Fähigkeiten haben, den Förderkreis in eine gute Zukunft zu führen.

Nachdem ein erbarmungsloser Krieg fast an unseren Grenzen Menschen in Angst und Verzweiflung und auf die Flucht treibt, möchte ich mit einem Gedicht der Selma Meerbaum-Eisinger, gestorben mit 18 J. im von der SS geführten Arbeitslager Michailowska am 16.12.1942, abschliessen:

Ich will leben.

Bruder, du auch.

Ich möchte leben.

Sieh, das Leben ist so bunt.

Es sind so viele schöne Bälle drin.

Und viele Lippen warten, lachen, glühn

und tuen ihre Freude kund.

Sieh nur die Strasse, wie sie steigt:

so breit und traut, als warte sie auf mich.

Und ferne, irgendwo, da schluchzt und geigt

die Sehnsucht, die sich zieht durch mich und dich.

Der Wind rauscht rufend durch den Wald –

Er sagt mir, dass das Leben singt.
Die Luft ist leise, zart und kalt
die ferne Pappel winkt und winkt.

Ich möchte leben.
Ich möchte lachen und Lasten heben
und möchte kämpfen und lieben und hassen
und möchte den Himmel mit Händen fassen
und möchte frei sein und atmen und schreien.
Ich will nicht sterben. Nein.
Nein....

Ich grüsse euch im Namen des ganzen Vorstandes sehr herzlich.

Wir hoffen, von vielen von euch zu hören, sei es, dass ihr euch anmeldet für ein Seminar oder das Treffen zwischen den Jahren, sei es, dass ihr euch für ein Vorstandsamt interessiert.

Alfred Meier

1. Vorsitzender des Förderkreises