



## Seelsorge für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen in der Diözese Regensburg

### Sehr geehrte Damen und Herren!

Vom Urlaub auf der Insel Amrum habe ich einen besonderen Eindruck mitgebracht. In der kunstvoll angelegten Dünenlandschaft gibt es weitläufige Heideflächen, durch die lange Holzbohlenwege führen. Zunächst scheinen diese künstlichen Wege sich nicht ganz harmonisch in die Natur einzufügen, aber bei genauerem Hinsehen sind sie gar nicht so unschön (Holz ist ja auch Natur), vor allem sind sie sehr umweltschonend. Auf diese Weise werden die Tritte der Menschen auf einen bestimmten Raum reduziert und verhindert, dass sich Trampelpfade bilden und immer mehr Lebensraum von Pflanzen und brütenden Vögel durch Touristen gestört wird. Von daher gefallen mir Plakate und Spruchkarten auf der Insel, auf denen ein Bohlenweg zu sehen ist und dazu der Schriftzug:

**„Manchmal ist der Holzweg gar nicht so verkehrt.  
Vor allem, wenn er zum Meer führt.“**

Ich bin stundenlang auf diesen Wegen gegangen und konnte mich gar nicht satt sehen an Flora und Fauna, an vielen Stellen waren lehrreiche Tafeln aufgestellt, um noch mehr über die Vielfalt der Natur zu erfahren. Und wenn der Kopf frei wird, haben die Gedanken freien Lauf: Wie ist das denn mit den Wegen meines Lebens? Die sind nicht immer so schön vorbereitet wie in dieser Dünenregion. Oft muss ich mir meine Wege erst suchen, nicht selten sind sie holprig oder ich trete in eine Pfütze. Mit Hinblick auf die Begegnung mit anderen Menschen ist es auch gar nicht so einfach – davon können alle pflegenden, sozialen und helfenden Berufe ein Lied singen: Wie schwer ist es, zu manchem Menschen einen Zugang zu finden, da tritt man schon mal schnell in ein „Fettöpfchen“. Und wie schwer ist es manchmal z.B. in Beratung und Begleitung, gemeinsam nach dem besten weiteren Stück Weg zu suchen, wenn grade alle Türen wie verschlossen scheinen oder alle bekannten Pfade wie nach einem schweren Gewitter weggespült wurden. Da würde ich mich schon gelegentlich nach so einem Bohlenweg sehnen, aber da ist anscheinend grade keiner.

Eine Zeitschrift, die ich regelmäßig bekomme, trägt den Titel „Wege zum Menschen“, es gibt sie bereits seit über 70 Jahren. Da werden Themen diskutiert, die Berufsgruppen betreffen, die gezielt mit Menschen zu tun haben, z.B. Pflege, soziale Dienste, Seelsorge etc. „Wege zum Menschen“ werden da überlegt, besprochen und gezeigt – mir kommt es so vor, als würden mit solchen Überlegungen „Bohlen“ gelegt

auf unwegsamem Gelände, können Wege eröffnet werden, wo grade keine zu sein scheinen. Dabei ist es aber dennoch wichtig zu lernen: Jeder Mensch muss seinen eigenen Weg finden – möglicherweise mithilfe anderer, die zur Seite stehen – und jeder muss seinen eigenen Weg selbst gehen.

Aber wie ist das eigentlich für gläubige Menschen, wenn es da heißt: **„Gott, zeig mir den Weg, den ich gehen soll ...“ (Psalm 25,4)** Legt Gott gleichsam Bohlen für mich aus?

Während meines Studiums gab es ein wichtiges geistliches Lesebuch des Münsteraner Spirituals *Johannes Bours*, es trug den Titel: **„Der Mensch wird des Weges geführt, den er wählt.“** Dabei handelt es sich um ein Zitat aus dem Talmud, einem jüdischen Weisheitsbuch. Gemeint ist, dass der Mensch sehr wohl von Gott geführt wird, dass er aber dennoch keine Marionette ist, sondern dass er selbst bestimmt, welchen Weg er gehen möchte. Und egal, welchen Weg er schließlich wählt: Gott begleitet ihn und führt ihn auf jeden Fall! Der persönliche Weg wird mit Gott zum Bohlenweg!

Und damit hat dieser Bohlenweg tatsächlich mit jedem und jeder von uns zu tun: Wir müssen alle täglich Entscheidungen treffen, alltägliche und auch weitreichende. Manchmal könnte einem schon Angst davor werden. Aber wofür wir uns auch entscheiden, Gott wird uns auf diesem Weg begleiten, er wird uns führen, er wird – um im Bild des Bohlenweges zu bleiben – für den Weg, den wir wählen, einen begehbaren Untergrund schaffen, damit wir nichts zertrampeln, nicht im Morast stecken bleiben und schließlich genügend Kraft haben, um an unser Ziel zu kommen. Symbolisch steht dafür auf dem Bild oben für mich der Leuchtturm. Er zeigt mir gerade in wolkigen und nebligen Phasen die Richtung an. Und besonders gut gefällt mir beim Leuchtturm der nautische Begriff der „Tragweite“: Er gibt an, wie weit ein Leuchtturm zu sehen ist. Im übertragenen Sinn könnte man sagen: Der Leuchtturm meines Lebens, mein inneres Licht sozusagen, hat für mich eine große Tragweite. Ich darf eine Kraft erleben, die mich auf unwegsamem Gebiet trägt und mich weiterführt.

Ich wünsche Ihnen in Ihrem beruflichen Tun wie auf privatem Gelände die Erfahrung, dass Sie Wege finden, die Sie gehen können, und dass Sie im Dickicht mancher Ratlosigkeit immer wieder ein Orientierungslicht entdecken. Einen farbenfrohen Herbst mit ausreichend Erholungs- und Stärkungsmomenten wünscht Ihnen

Ihr

## Stressbewältigung durch Achtsamkeit

### Freundlich und mitfühlend mit sich selbst und mit anderen umgehen

Für andere Menschen da zu sein, kann als sehr erfüllend erlebt werden. Es kann auch Zeiten geben, in denen man sich völlig überfordert und leer fühlt. Die eigenen Grenzen zu spüren, führt manchmal dazu, sich noch mehr anzustrengen, um den Anforderungen noch besser gerecht zu werden. Und schon beginnt ein Teufelskreis der Überforderung.

An diesem Tag sind Sie eingeladen, Ihre eigenen Grenzen bewusst wahrzunehmen und sich auf das zu besinnen, was Ihre Energiereserven auffüllt. Sie lernen kurze Achtsamkeitsübungen kennen, die Ihnen Auszeiten mitten im Alltag ermöglichen. Wie ein freundlicher Umgang mit sich selbst eingeübt werden kann, wird vorgestellt und auch in Übungen erprobt. Neben den Übungen helfen kurze psychoedukative Inputs, sich selbst und das eigene Stresserleben besser zu verstehen.

**Dienstag, 19. November 2024**  
**9.00 – 16.00 Uhr**  
**Exerzitenhaus Werdenfels**

**Referentin: Ulrike Simon-Schwesinger**

**Teilnahmegebühr: 40 €** (incl. Verpflegung)

Anmeldung über unsere Dienststelle, siehe Impressum.

## Oasentag im Advent

### „Heute ist euch der Heiland geboren!“

Diese Botschaft ist uns seit Kindertagen sehr vertraut, sie bedeutet aber weit mehr als nur den zentralen Satz eines Kinderkrippenspiels. Für den Evangelisten Lukas ist dieses „heute“ eine intensive Zusage, dass mir Gott im Leben stets neu und unerwartet begegnet, heute ganz aktuell, nicht irgendwann in ferner Zukunft. Das heißt für mich: der entscheidende Moment im Leben ist immer jetzt: der Mensch, der mir gegenübersteht, die Aufgabe, die jetzt zu bewältigen ist. Dass das nicht nur herausfordernd, sondern auch belebend und ermutigend, ja sogar entlastend sein will, dazu möchte dieser Einkehrtag anregende Impulse geben.

**Dienstag, 10. Dezember 2024,**  
**Exerzitenhaus Werdenfels**  
**Mittwoch, 11. Dezember 2024,**  
**Exerzitenhaus Johannisthal**

**ReferentIn: Christina Weber,** Gesundheits- und Krankenpflegerin, Systemisches Coaching, Geriatrie-Clown & Pfarrer **Dr. Christoph Seidl**

Jeweils Beginn um 9.30 Uhr (Stehkaffee)

16.00 Uhr Gottesdienst – ca. 17.00 Uhr Ende

**Teilnahmebeitrag: 40 €** (incl. Verpflegung)

Anmeldung über unsere Dienststelle, siehe Impressum.



### Seelsorge

für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen  
in der Diözese Regensburg  
[www.seelsorge-pflege.de](http://www.seelsorge-pflege.de)

Diözesanzentrum Obermünster  
Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg  
Tel. 0941597 1621 | Fax 0941 597 1623  
[info@seelsorge-pflege.de](mailto:info@seelsorge-pflege.de)

Abbildung Titelseite:  
© Dr. Christoph Seidl

## Kulinarischer Filmabend

### Kino, Kochkunst und Genuss

An diesem unterhaltsamen Abend erwartet die Teilnehmenden ein exquisites **Drei-Gänge-Menü**. Es wird umrahmt von etlichen **Filmausschnitten**, die gute Weine und exzellentes Essen vor Augen führen. Mal sitzt man gemeinsam im Vorführraum, mal gemeinsam am Tisch. Dank passgenauer und assoziativer Dialoge zwischen Leinwand und Küche ist für vielfältigen Genuss von Ohren, Augen und Gaumen gesorgt.

Franz Brunnbauer und sein Team sorgen für erlesene Speisen und Getränke, Dr. Thomas Kroll (Berlin / kath. Filmkommission) bringt passende Filmausschnitte mit, und Pfarrer Dr. Christoph Seidl ist als „spiritus rector“ mit dabei.

**Referent: Dr. Thomas Kroll,** Berlin,  
Mitglied der Katholischen Filmkommission

**Samstag, 18. Januar 2025**  
**18.00 - 22.30 Uhr**

**Ort:** Kath. Akademie für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen e.V., Ostengasse 27, 93047 Regensburg

**Kosten: 70,00 €** (inkl. 3-Gänge-Menü, Wein und Wasser, Aperitif und Digestif) – *das ideale Weihnachtsgeschenk!*

**Anmeldung:** bis zum 5. Januar 2025 unter  
[veranstaltung@katholischeakademie-regensburg.de](mailto:veranstaltung@katholischeakademie-regensburg.de)



## Trauer und Spiritualität

*Dr. Wolfgang Holzschuh*

### Trauercafé für Betroffene

**Termine: 20. September, 25. Oktober, 22. November, 20. Dezember 2024** (jeweils 15.00 - 17.00 Uhr)

**Ort:** Raum für Engagement, Regensburg, Daimlerstr. 27

### Meditationswoche –

#### Der eigenen Sehnsucht nachgehen

**21. September (18.00) - 27. September 2024 (13.00 Uhr)**

**Ort und Anmeldung:** [kontakt@haus-johannisthal.de](mailto:kontakt@haus-johannisthal.de)

### Weiterbildung in Trauerbegleitung:

#### Tod zur Unzeit – Wenn Kinder sterben

**07. Oktober (15.30) - 09. Oktober 2024 (13.00 Uhr)**

**Ort und Anmeldung:** [anmeldung@haus-wardenfels.de](mailto:anmeldung@haus-wardenfels.de)

### Begegnungstag für Trauernde

**26. Oktober 2024 (9.00 - 18.00 Uhr)**

**Ort und Anmeldung:** [anmeldung@haus-wardenfels.de](mailto:anmeldung@haus-wardenfels.de)

### Seminar für Trauernde

**07. November (18.00) - 10. November 2024 (13.00 Uhr)**

**Ort und Anmeldung:** [anmeldung@haus-wardenfels.de](mailto:anmeldung@haus-wardenfels.de)

### Fortbildung: Umgang mit Trauer

**13. November 2024 (9.30-17.00 Uhr)**

**Ort:** Haus Johannisthal Windischeschenbach

**Anmeldung:** [info@seelsorge-pflege.de](mailto:info@seelsorge-pflege.de)

### Weitere Infos zu allen Veranstaltungen:

[trauergeschichten.de/aktuelles](http://trauergeschichten.de/aktuelles)

*Dr. W. Holzschuh, 01712065741, [info@trauerpastoral.org](mailto:info@trauerpastoral.org)*