1-23

REDE MITENAND

TiefWurzler

Daniel Gruber
Wie ein Baum am Wasser
S. 6

Foto: © UhlArt Fotografie

Schweizerisches Weisses Kreuz

... teilen

Liebe Leserin, lieber Leser

Zu Beginn des Jahres startete ich mit einer belegten Stimme. Schnell griff ich zu meiner Allzweckwaffe: Ich goss etwas Honig und eine in Stücke geschnittene Zitrone mit Wasser zu einem Tee auf. Dazu durfte natürlich eines nicht fehlen: Ingwer!

Ich liebe Ingwer – und das in jeder Form! Der kratzige, brennende und doch einzigartige Geschmack hinterlässt stets ein wohliges Gefühl in meinem Gaumen und Rachen. Bestellen meine Frau und ich Sushi, so sind für mich die hauchdünnen Ingwer-Scheiben genauso ein Highlight wie die kunstvoll und präzise verpackten Reisbällchen. Kaum wunderlich, enthält mein Lieblingsdrink «Moscow Mule» eine ordentliche Portion alkoholfreies «Ginger-Beer».

Ingwer – ein Wurzelgewächs der Superlative. Trotz seiner unscheinbaren Form und Gestalt enthält es gesunde ätherische Öle und ist zudem reich an Vitamin C sowie vielen wichtigen Mineralien. Ingwer wirkt antibakteriell und entzündungshemmend. Wer hätte das gedacht?

Der Ingwer führt uns zwei Dinge vor Augen: Zum einen, wie leicht wir (unsere) Wurzeln übersehen, sie als unwichtig oder unscheinbar abtun. Zum anderen, welch grosse Kraft und Energie wir aus (unseren) Wurzeln schöpfen können. In dieser Ausgabe wollen wir zum Start in das neue Jahr daher tiefer graben und uns mit dem Thema (der eigenen) «Wurzeln» auseinandersetzen.

Wir hoffen, Sie werden durch die unterschiedlichen Geschichten und Artikel in dieser Ausgabe inspiriert und vielleicht (neu) angesteckt, 2023 als «TiefWurzler» unterwegs zu sein.

Wir wünschen Ihnen von Herzen ein segensreiches Jahr 2023!

Jonathan «Jonny» Eschmann,
Geschäftsführer
Verein Schweizerisches Weisses Kreuz

Foto: © Baitong333/istock.com

«Wer seine Wurzeln kennt, der kennt auch seine Heimat.»
Volker Harmgardt

Inhalt

Editorial 2

Verwurzelt 3

Chnöpflichischte 3

Impuls aus dem SWK 4
Wurzelwerk

Interview 6
Leben und Sein – wie ein Baum am Wasser

Zweitmeinung 8
Heimat finden

Mutmacher 10
LuftWurzler

In eigener Sache 11
Werden Sie zum SWK-TiefWurzler

Verwurzelt

In der Botanik unterscheidet man bei Bäumen zwischen vier primären **Wurzelsystemen**: Flach-, Herz-, Senker- und **Tiefwurzler**.

Die Tiefwurzler bilden, wie die Bezeichnung andeutet, tiefreichende Wurzeln, die **mehrere Meter senkrecht in den Boden** wachsen.

Vorteile von Tiefwurzeln sind die Folgenden:

- tiefergelegene Wasservorräte können erreicht werden
- trockene oder kältere Gebiete können besiedelt werden
- sind gegen Windbruch geschützt
- unterschiedliche, harte Bodenschichten können durchdrungen werden
- Wurzeln treiben aufgrund des geringen Wuchsradius nicht in Fundamente oder Keller

Schwierig hingegen dürfte es beim Umpflanzen von Tiefwurzlern werden. Kiefern zum Beispiel können in besonders trockenen Gebieten **zehn Meter lange Pfahlwurzeln** bilden, die ein Umpflanzen des Baums nahezu unmöglich machen.

Gewisse Mammutbaumarten können mit diesem Wurzelsystem **Höhen von über 100 Meter** erreichen. Denn die starke Grobwurzel mit den ausgeprägten Feinwurzeln sorgt für den nötigen **Halt** dieser Tiefwurzler.

Illu Baum: © mishkom/istock.com

Chnöpflichischte

Hu·mor[1] /Humór/

Substantiv, maskulin [der]

1. *[ohne Plural] Fähigkeit und Bereitschaft, auf bestimmte Dinge heiter und gelassen zu reagieren «er hat, besitzt einen goldenen Humor»*
2. *[Plural selten] sprachliche, künstlerische o. ä. Äußerung einer von Humor (1) bestimmten Geisteshaltung, Wesensart «der rheinische, der Kölner Humor»*

Während des Kindergartenmorgens im Wald geht es immer heiter zu und her. Die Kinder springen nach dem Holzsuchen wild herum und rutschen mit den Regenhosen den halb gefrorenen Hang herunter um anschliessend zu vergleichen, wer die dreckigsten Handschuhe hat. Am Seil, welches sie an den dicken Wurzeln der Bäume oberhalb des Hanges angeknüpft haben, klettern sie anschliessend wieder nach oben. Später werden die mitgebrachten Cervelats beim Feuer gebrätelt, das Schlangenbrot über der Glut gebacken oder einfach das mitgebrachte Znüni genossen. Dann lassen wir die Kinder wieder springen.

Meine Begleiterin und ich unterhalten uns über das kommende Wochenende. Mit meinem Mann zusammen werde ich den Zirkus Knie besuchen, wo Ursus und Nadeschkin die Zwischenunterhaltung gestalten. Ich erzähle, wie sehr mir deren Humor gefällt. Ein Junge hört uns unbemerkt zu und hat nun eine wichtige Frage: «Frau Dummermuth, was isch Humor?» Oje, wie erkläre ich ihm das auf einfache Art? «Ja weisch, das isch, wämmer öper guet chan zum Lache bringe.» Der Junge überlegt einen Moment und sagt dann: «Wänn mir nöchscht Wuche wieder im Chindsgi sind, tuen ich dich dänn chli humorä!» Wir müssen laut lachen, Kinder haben einfach immer wieder eine herrliche Ausdrucksweise! Der Junge sieht uns einen Moment an und fragt uns dann mit schelmischem Lächeln: «Han ich eu jetzt grad ghumorät?» Ja, das hatte er und ich hoffe, dass er uns noch oft «humoren» wird.

Illu Kids: © Colorfuel Studio/istock.com

Sina Dummermuth, Kindergartenlehrerin

Foto: © FatCamera/istock.com

Wurzelwerk

Heranwachsende sind neugierig und je nach Charakter etwas unterschiedlich. Sie strecken ihre Wurzeln in viele verschiedene Richtungen aus, machen ihre Erfahrungen, erleben Frust, Erfolge, Konsequenzen. Ihre Eigenkompetenz und die Selbstständigkeit erhöhen sich. Ihr Interesse an Wissen und Infos stillen sie sofort, per Google und Co. Dabei sehen sie die Dinge zuerst, die Algorithmen oder künstliche Intelligenzen für sie bereitstellen.

Immer öfter treffen sie sich mit Gleichaltrigen oder Gleichinteressierten. Die Meinungen und Trends dieser Peer-Groups werden wichtiger. Durch das Kennenlernen anderer Sichtweisen hinterfragen sie die Traditionen der Familie und Glaubenstraditionen.

Sich abzulösen, das Eigene zu finden, gehört zum Erwachsenwerden dazu. Wir haben es durchlebt, jetzt machen es die Generationen nach uns.

Eltern, wir Erwachsenen, sind aber nach wie vor am prägendsten für die neue Generation – mit unserem Vorbild. Trotz aller Abgrenzung ist es eher erstaunlich, wieviel die jungen Heranwachsenden schlussendlich von uns, der früheren Generation, übernehmen werden.

«Es braucht einen Wald, damit junge Bäume im Schutz der Grossen wachsen können.»

Es braucht ein Dorf, um ein Kind grosszuziehen. In unserem Bild: Es braucht einen Wald, damit junge Bäume im Schutz der Grossen wachsen können. Wir dürfen einander helfen, die Kinder liebevoll in gute, freiheitliche, selbständige Bahnen zu lenken.

Wir vom SWK steuern unseren Teil dazu bei, mit unseren Workshops zu Beziehung, Liebe und Sexualität, mit Aufklärungsunterricht. Was bringt dies?

Zwei Beispiele: Ein Teenager-Mädchen meint nach einer Kompliment-Übung, bei der sie auch formulierte, was sie an sich selber toll findet, sie habe vorher noch nie überlegt, was sie an sich gut fände. Oder Schüler machen die Bemerkung: «Zuhause können wir nicht über diese

Dinge reden». Wenn ich so etwas höre, dann merke ich, dass wir etwas beizutragen haben, während sich Teens und Jugendliche mit für ihre Entwicklung wichtigen Themen auseinandersetzen und einen Startpunkt für weitere Überlegungen, Entdeckungen und Gespräche finden.

Was bedeutet es in unserem Fall, als Sexualpädagogen auch Christen zu sein?

Es bedeutet zuerst, dass wir als einzelne Mitarbeiter des SWK in Gott verwurzelt sind. Dies voneinander zu wissen, gibt uns eine gemeinsame Grundlage, gibt uns Fokus und entlastet uns. Denn der Mensch denkt sich vielleicht vieles aus, aber es ist immer noch Gott, der die Geschicke lenkt. Und solange er unsere Arbeit im SWK gelingen lässt, nehmen wir dies als Anlass, weiterzumachen.

Professionellerweise, und so halten wir es auch, sind unsere christlichen Wurzeln im Schul-Unterricht nicht Thema. Manchmal werden sie jedoch als Grund für oder gegen unser Engagement herangezogen, für Qualifikation oder auch Disqualifikation benutzt. Es kommt vor, dass unsere christlichen Wurzeln nicht wahrgenommen werden und wir einfach für unsere sexualpädagogischen Angebote engagiert werden.

Von Kirchen werden wir aufgrund unserer christlichen Werte in Preteens-Weekends, Firm- und Konfklassen sowie Jugendgruppen eingeladen und dürfen da natürlich den Glauben zum Thema machen, was wir immer gerne tun. Auch wenn wir diesbezüglich ebenfalls zu einer kritischen Auseinandersetzung herausfordern.

Das brauchen Kinder, um zu wachsen:

- freisetzende Liebe
- ein Angenommensein, wie sie sind
- jemand, der an sie «glaubt»
- jemand, der ihnen zuhört
- Ermutigung und Trost
- sensible Komplimente
- eine moderate Förderung
- raumschaffende Strukturen
- Rechte (Wirksamkeit)
- Pflichten (Verantwortung)
- gewaltfreie Beziehungen
- gute Vorbilder
- gesundes Essen
- genügend Schlaf
- Chancen (auch Fehler machen dürfen)

Denn wie auch Wurzeln nur dann Stürmen oder Trockenheit standhalten, wenn sie sich genügend im festen und wasserhaltigen Boden verwurzeln, so halten Überzeugungen den äusseren Einflüssen und eigenen Empfindungen nur dann Stand, wenn sie durchdacht und begründet sind oder Ordnungen und Richtlinien in komplexere Themen installiert wurden. Diese Prozesse stossen wir gerne an und geben hilfreiche Informationen und Werte zur Prüfung weiter.

Als Pädagogen machen wir dies auf eine ergebnisoffene und wertungsfreie Art, nicht zu verwechseln mit wertefrei. Das ist eine Chance, da es die Jungen dazu einlädt, ihre Wurzeln selbst zu aktivieren und sie das suchen zu lassen, was sie als gut, wahr und wichtig erkennen.

Und wie gesagt, die Vorlagen dafür sind in erster Linie wir Erwachsenen mit unserem Vorbild. So lassen Sie uns immer wieder unsere Wurzeln ausstrecken nach dem, was wir als gut, wahr und wichtig erkannt haben. Und aus dieser Stärkung heraus, so gut es uns eben möglich ist, zu geben versuchen, was die «Pflänzchen» brauchen, um zu wachsen. Dies dürfen wir uns auch selbst gönnen. Dann haben wir eine Ausstrahlung, die andere bemerken und sehen können. Wie grüne Blätter oder Nadeln an starken Ästen, unter denen man gerne verweilt. Solche Orte können wir schaffen, können wir sein für unsere Kinder, die uns Anvertrauten.

ende

Matthias Bischofsberger
Fachperson sexuelle Gesundheit in Bildung und Beratung SGS
B.A. in praktischer Theologie

Leben und Sein – wie ein Baum am Wasser

Da es in dieser Ausgabe um das Thema «Verwurzelung» geht, hatten wir die Freude, dazu einen echten «Baum- und Wachstumsexperten» zu befragen: Daniel Gruber (Jg. 1988), Religionspädagoge, Beter, Familienvater. Er war viele Jahre einer der Leiter des Freiburger Gebetshauses, ist Mitglied im Konvent der Evangelischen Allianz Deutschland und engagiert in anderen Netzwerken. Daniel Gruber ist Autor des in 2022 in der SCM Verlagsgruppe erschienenen Buches «Wie ein Baum am Wasser. Voll Schönheit und Leben. Verwurzelt in Gott.»

Foto: © UhlArt Fotografie

E. Koll (EK): In Deinem Buch «Wie ein Baum am Wasser» ermutigst Du die Leser das «Baum-Prinzip» für sich zu entdecken. Um was geht es da genau?
Daniel Gruber (DG): Mit dem Baum-Prinzip versuche ich eine ganz persönliche Entdeckung zu beschreiben, die ich unbedingt teilen möchte. Rund um das Bild vom Baum habe ich viele lebensbringende und entlastende Entdeckungen gemacht. Im Kern steht die wilde Behauptung, dass die eine und einzige wirklich wichtige Aufgabe die Verwurzelung in Gott ist. Das einzige Must-Have des Baumes ist es, das Wasser zu ziehen. Daraus kommt alles Leben. Es ist so simpel wie tief. Jesus sagt in Lukas 10: «Nur eins ist nötig», die Verbindung mit ihm. Geistlicher Minimalismus. Alles andere kommt daraus. Im Chaos der vielen Optionen und Aufgaben hilft mir dieses Prinzip enorm. Es ist wie ein Anker, den ich auswerfe, wenn ich überfordert bin. Es führt mich in eine echte Freiheit hinein! Und in diese Freiheit möchte ich meine Leserinnen und Leser mit hineinnehmen.

EK: Was hat Dich bewogen bzw. war der Auslöser, dieses Buch zu schreiben?
DG: Auslöser waren Impulse von Bekannten und Freunden, die mich zeitgleich ermutigt haben, anzufangen zu schreiben. Ich habe sie ernst genommen und begann mit einem Handbuch für ein Schulungsformat bei uns. Das Empfinden, ich solle was schreiben, hörte aber noch nicht auf. Daraufhin hatte ich eine Zeit, in der ich Psalm 1 meditierte und gemerkt

«Im Kern steht die wilde Behauptung, dass die eine und einzige wirklich wichtige Aufgabe die Verwurzelung in Gott ist.»

habe, wie jeder einzelne kleine Teil des Psalms, bis hin zu einzelnen Wörtern, für mich eine ganze Gedankenwelt eröffnet, in der ich mich die letzten Jahre bewegt habe. Dieser Psalm hat es geschafft, ganz viel davon zusammenzubringen. Das war so reichhaltig, dass mir klar wurde: Wenn ich ein Buch schreibe, dann hat es hiermit zu tun. Daraufhin habe ich ein Konzept erstellt und es kam eins zum anderen, der Verlag hat mich gefunden und mich ermutigt, dieses Buch auch wirklich zu schreiben. Das war echt geführt.

EK: Du startest dein Buch mit dem Aufzeigen der Notwendigkeit einer tieferen Verwurzelung und dem «VUCA-Begriff». Was genau ist Dir da wichtig?
DG: Erst mal zum VUCA-Begriff: Das ist ein älterer Begriff, bestimmt schon 20 oder 30 Jahre alt, aber meiner Meinung nach sehr aktuell. Es ist ein Akronym, welches beschreibt. wie schnelllebig, unsicher und komplex unsere Zeit ist. Davon gibt es auch ein Update, das führe ich ebenfalls einmal kurz an, welches eine Steigerung von dem Ganzen ist. Ich glaube, wir befinden uns in einer Zeit, in der es so viele Optionen gibt, so viele Meinungen zu hören sind, Medien und Politik so unglaublich schnell auf Ereignisse reagieren und Veränderungen schneller kommen, als wir es

aus der Vergangenheit gewohnt sind. Um hier gute Entscheidung treffen zu können und Orientierung zu haben, müssen wir bei der Klarheit über unserer Identität und bei Sinnfragen ansetzen. Wo kommen wir her, warum leben wir, was macht mich aus, wo geht es hin? Wenn wir dann verinnerlichen, dass unser Wert von Gott gegeben und nicht durch unsere Leistung erkauft wird, oder beginnen vom Geist Gottes wahrzunehmen, wie er unserem Geist die Liebe des Vaters verständlich machen möchte, dann können wir hoffentlich mit einer größeren Klarheit, Empathie und Stabilität der Komplexität und Flüchtigkeit unserer Zeit begegnen. Es braucht diese Art von Verwurzelung, um zu wachsen und die eigenen Gaben einzubringen. Wer in dieser Zeit selber nicht gut gegründet ist, steht in der Gefahr hin- und hergeworfen zu werden. Er oder sie verliert vielleicht den Fokus im und die Freude am Leben. Verliert sich vielleicht in Ängsten und Zweifeln. Deshalb ist Verwurzelung so essenziell für uns.

EK: «Freude am (blossen) Sein» reicht das aus Deiner Sicht oder was ist der tiefere Sinn des Lebens?
DG: Da stellst Du eine gute Frage! Ich würde es eher so sagen: Eine Komponente vom Sinn des Lebens ist es, dass wir sind. Also Gott will, dass wir leben. Unser Leben hat an sich bereits Wert in seinen Augen. Wenn wir in Dankbarkeit vor Gott leben, dann denke ich, dass wir bereits das Allermeiste von dem erreicht haben, was Gott möchte. Wir leben in einer Zeit, in der es viel um Selbstoptimierung geht. Ich glaube, ganz viel der Botschaft der Bibel spiegelt sich darin wider, dass wir lernen, wirklich zu leben und wirklich zu sein und auch mit Gott zu sein. Dazu gehe ich in meinem Buch auf einen Vers aus der Apostelgeschichte ein. Da sagt Paulus, dass Gott die Welt geschaffen hat, damit wir leben und damit wir Gott vielleicht ertasten und fühlen können. Das Leben an sich ist ein ganz wichtiger Teil und wenn wir es schaffen. ihn zu finden, dann haben wir den anderen ganz wichtigen Teil. Und alles andere, ich wage es mal ganz krass zu sagen, ist Beiwerk drum herum und entsteht aus einem gegründeten Leben.

Das Interview führte Eberhard Johannes Koll.

Lesen Sie das vollständige Interview auf swk.swiss/blog

ende

Eberhard Johannes Koll
Leiter Marketing und Kommunikation
Bachelor of Arts B.A., Werbe- u. Kommunikationswirt,
Online-Marketing Manager

Foto: © UhlArt Fotografie

Lesen Sie das vollständige Interview auf *swk.swiss/blog*

Foto: © Ehsan Azimi/istock

Heimat finden

Adel N. lebt seit Dezember 2016 in der Schweiz. Von einem Tag auf den andern musste er seine Familie und sein Land Iran verlassen, da ihm die Verhaftung und eine lebenslange Haftstrafe drohte, einfach darum, weil er sich zum Christentum bekannte.

Elisabeth Gutzwiller (EG): Wie hast Du Dein Daheim im Iran erlebt?
Adel N. (AN): Ich bin in einer kleinen Stadt aufgewachsen, in einem Quartier, wo sich alle kannten. Wir Kinder spielten zusammen auf der Strasse und ich hatte viele Freunde. Wir gingen zusammen in die Schule, kannten alle Familien in der Umgebung. Die Gastfreundschaft im Iran ist sehr offen, d.h. man erlebt mit, was in anderen Familien geschieht, geht einfach vorbei, ohne sich anzumelden, ist immer willkommen.

Meine Frau habe ich am Schalter der Bank kennengelernt, wo ich arbeitete und sie meine Kundin war. So erweiterte sich die Beziehungskette noch um ihre Familie. Ich war dort wirklich sehr verwurzelt, weil für uns Iraner das Familienleben und das Leben untereinander im Allgemeinen sehr wichtig ist.

EG: Du bist in einer muslimischen Familie aufgewachsen. Wie habt Ihr Euren Glauben gelebt?
AN: Wir und auch die Familie meiner Frau waren zwar dem Namen nach Moslems, aber wir lebten das überhaupt nicht und besuchten keine Moschee. Die Religion hatte keinen starken Einfluss auf unser privates Leben, wir versuchten einfach, gute Menschen zu sein und das sollte genügen.

EG: Wie kam es, dass Du Dich für das Christentum zu interessieren begannst?
In der Schule hatte ich Klassenkameraden, die in christlichen Familie lebten. Der Friede und das schöne Miteinander dort gefielen mir sehr. Dies erlebte ich so in meiner eigenen Familie und Verwandtschaft nicht. Ich stellte viele Fragen und bekam Bücher über das Christentum zum Lesen. Das war die Zeit, wo ich mich entschied, als Christ zu leben. Meine eigene Familie akzeptierte das, mein Vater war immer der Meinung, dass man so leben und glauben soll, wie man gerne möchte. Er ist ein starker Gegner des radikalen Islams.

EG: Wie konntest Du nun als Christ in diesem Land leben?
AN: Das geschah und geschieht fast nur im Verborgenen. Ca. 70 % der Iraner sind klare Gegner des radikalen Islams und wünschen sich ein viel freieres Leben, als es in der Öffentlichkeit gelebt werden muss. Selbst wenn man nicht zum Christentum konvertiert, muss man in diesem Land immer ein Doppelleben führen. Bevor die Bank mich anstellte, musste ich nebst einer Eignungsprüfung bei der Herasat-Abteilung der Bank, eine sogenannte Sicherheitsabteilung, in einem längeren Gespräch viele Fragen zum Islam beantworten. Man wollte sicher sein, dass ich ein echter Moslem bin, zur Moschee gehe und alle Gesetze des Islam ausübe. Die jungen Leute, welche heute wieder auf die Strasse gehen, haben endgültig die Nase voll von diesen Repressalien und möchten in ihrem Land in Freiheit leben.

EG: Was geschah, dass Du nun ohne Deine Familie hier in der Schweiz lebst?
AN: Ich habe alles erreicht, was man sich eigentlich wünscht: Eine gute Arbeitsstelle, eine Frau, ein Kind, ein Haus, gute Beziehungen. In einem Nachbarort besuchte ich eine armenische Kirche und hatte auch gute Beziehungen zu anderen Christen. Da die Bank, wo ich arbeitete, eine staatliche Institution ist, wusste ich um die Gefahr, diese Arbeitsstelle zu verlieren, wenn es öffentlich werden sollte, dass ich Christ bin. Eines Tages warnte mich ein Mann vom Verwaltungsrat der Bank, welcher auch Christ ist: Der Hesarat wisse Bescheid, dass ich Christ bin und die armenische Kirche besuche. Ich musste mich sofort verstecken. Die Undercover-Agenten, Polizisten in Zivilkleidern, stürmten mein Haus und die Häuser meiner Familie. Ich flüchtete nach Teheran und tauchte dort unter. Mein Bruder, der Anwalt ist, sagte mir am Telefon, dass ich mit einer langjährigen Haftstrafe zu rechnen habe und es keine Chance gibt, dass sich etwas ändern würde. Nun, die Geschichte wäre zu lang, aber ich wusste, dass es für mich nur den Weg nach vorne gibt, ein Leben in einem freien Land. Mein Bruder hat als Anwalt Beziehungen, die mir geholfen haben, dass ich den Iran verlassen konnte.

EG: Du bist seit Dezember 2016 hier in der Schweiz. Nun gilt es, in unserem Land neue Wurzeln zu schlagen, ein neues Daheim zu finden. Wie erlebst Du das?
AN: Ich wusste von Anfang an, dass ich keine Chance habe, in den Iran zurückzukehren. So beschloss ich, alles dranzusetzen, um hier in der Schweiz Fuss zu fassen. Deutsch zu lernen war ein erstes wichtiges Ziel. Dann besuchte ich verschiedene Kirchen, wo ich trotz Sprachschwierigkeiten schnell Anschluss fand, was für meine Deutschkenntnisse eine grosse Hilfe war. Auch machte und mache ich viel Freiwilligenarbeit. Das hilft mir, mich zu motivieren und mein Ziel nicht aus den Augen zu verlieren. Joggen und wandern sind Aktivitäten, die ich alleine und mit andern zusammen unternehme. Dann besuche ich eine Trommel-Musikgruppe, wo ich mich langsam gut integriert fühle und engagiere mich im Vorstand des Vereins Solinetz, welche sich um abgewiesene Flüchtlinge kümmert.

EG: Man merkt sehr gut, wie wichtig Dir die Integration hier ist. Wie erlebst Du in all dem Deine Beziehung mit Gott?
AN: Immer wieder merke ich, dass Gott mein Schutz und Halt ist und mich besonders beschenkt. So darf ich seit dem Bescheid, dass ich ein abgewiesener Flüchtling sei, statt in einer Asylunterkunft bei einem Ehepaar der Heilsarmee wohnen. Das ist ein grosses Privileg und ich bin sehr dankbar dafür. Das Warten auf den definitiven Bescheid, ob ich nun bleiben kann, war für mich, wie für alle Asylbewerber, sehr zermürbend. Es braucht viel Motivation und Durchhaltewille, sich selber nicht aufzugeben. Sich aufzuraffen, Beziehungen zu knüpfen, freiwillige Einsätze zu machen, sich zu engagieren, immer mit der drohenden Abschiebung im Hinterkopf, das braucht viel Energie. Dass man als Asylbewerber nicht arbeiten darf, ist sehr schwer. Man fühlt sich wertlos, abgeschoben. Da erlebte ich die Kraft von Gott immer wieder und sehe, wie er viele Wunder in meinem Leben bewirkt hat.

EG: Aber nun hat sich Deine Situation glücklicherweise zum Guten gewendet.
AN: Ja, und darüber bin ich sehr glücklich. Das lange Warten hat ein Ende, ich habe nun den definitiven Bescheid bekommen, dass ich in der Schweiz bleiben darf. Seit 1. September 2022 arbeite ich in einem Altersheim und verdiene mein eigenes Geld. Das hat meinem Selbstbewusstsein enorm Auftrieb gegeben. Ich fühle mich, wie wenn ich nun mit erhobenem Haupt durch die Strassen laufen kann, bin nicht mehr abhängig vom Staat, zahle meine Steuern und trage zum Allgemeinwohl bei. Das gibt mir eine innere und äussere Sicherheit.

EG: Fühlst Du Dich nun angekommen in der Schweiz? Hast Du Wurzeln geschlagen?
AN: Das Leben hier ist so sehr anders, im Herzen bin ich noch immer Iraner, das wird wohl so bleiben. Das Daheimgefühl hier hat sich noch nicht eingestellt, Ich glaube, das braucht noch viel Zeit. Meine Frau und ich haben uns scheiden lassen. Sie wohnt mit unserer Tochter in Istanbul und dort haben sie ein eigenes, neues Leben. Ab und zu telefoniere ich mit meiner Tochter. Sie ist ein fröhliches Mädchen und ich bin froh, dass es ihr gut geht. Es wäre schön, wenn sie auch hier in der Schweiz leben könnte. Nun versuche ich, hier ebenfalls ein neues Leben aufzubauen.
So habe ich mich bereits eingeschrieben, um Sozialarbeit zu studieren und werde dies dann berufsbegleitend machen. Ich bin sehr gespannt auf alles, was noch kommt.

Danke Dir herzlich, Adel, für den spannenden Einblick in Dein Leben! Ich wünsche Dir, dass Du Dich hier in der Schweiz richtig wohl fühlen kannst!

Das Interview führte Elisabeth Gutzwiller.

ende

Elisabeth Gutzwiller
Lektorat und Redaktion

LuftWurzler

Foto © klyaksun/Istock

Im Rahmen meines Studiums besuchte ich vor vielen Jahren einen Workshop zur Kunsttherapie. Unser erster Auftrag war es, einen Baum zu malen. Ich hatte sofort ein klares Bild vor Augen, wie mein Baum aussehen sollte und zweifelte keine Sekunde daran, dass nur diese Darstellungsform in Frage kam.

Wie das in diesen Gruppen so ist, wurden die Werke am Ende gemeinsam angeschaut. Wie ich bei der Rundschau bemerkte, gab es noch sehr viele andere Varianten und Ausprägungen, aber – nicht für mich. Ich malte einen Baum mit üppiger Krone und fast genauso grossem Wurzelwerk.

Bei der Betrachtung im Anschluss wurden die Ergebnisse besprochen und jeder durfte äussern, was ihm auffiel. Dabei bemerkten die anderen Teilnehmer, dass mein Baum zwar Wurzeln hatte, aber nirgendwo verwurzelt war. Ich hatte keinen Boden, keinen Horizont, keine umgebende Erde, kein Umfeld dazu gemalt. Nur der Baum als Baum mitsamt Wurzeln. Dennoch sah mein Baum gesund und rund aus und es schien ihm an nichts zu fehlen. Am Ende kamen sie zu dem Schluss, dass ich offenbar ein zufriedener «LuftWurzler» war.

«Als Christ betrachte ich mich tatsächlich als primär in einer nicht sichtbaren, ‹geistlichen› Welt verwurzelt...»

Dieser Gedanke liess mich nicht los und gefiel mir: Als Christ betrachte ich mich tatsächlich als primär in einer nicht sichtbaren, «geistlichen» Welt verwurzelt und erst nachgeordnet in der irdischen Umgebung. Gerade in den folgenden Jahren, die von Umzügen, Umbrüchen und immer wieder auch Entwurzelung geprägt waren, hat mich dieser Gedanke gestützt: Ich bin ein «LuftWurzler», eine «unsichtbar Verwurzelte», verwurzelt in einer anderen Dimension. Meine Verwurzelung ist nicht ausschliesslich auf meine Verankerung in meiner unmittelbaren Umgebung angewiesen.

Das gibt Halt, auch wenn die äusseren Leitplanken wanken. Das gibt Stabilität, auch wenn alles rundherum in Veränderung ist. Das bleibt, auch wenn Vertrautes und Liebgewonnenes geht. Das gibt Kraft, auch wenn das Umfeld gerade nicht dazu beiträgt. Es ist wertvoll, wenn wir uns dieser Verwurzelung bewusst sein dürfen und diese spürbar im Leben Nährstoffkraft und Verwurzelungshalt gibt.

ende

Ulrike Weininger
Assistenz Bildungsangebote
Pädagogin M.A., Christliche Psychologie ICP,
Personal Coach SGD

Seit 40 Jahren macht «twogether» Paare fit für Beziehung und Ehe

Was es schon so lange gibt, muss sich bewährt haben! 1983 begann das Schweizerische Weisse Kreuz mit dem **«Ehe-Bereitschaft-Kurs»**. 40 Jahre und zahlreiche Auflagen später hat sich der **«EBK»** zu **«twogether»** gemausert. Von Paar zu Paar begleiten Mentoren Verliebte dabei, sich besser kennenzulernen. Basis für diese Treffen bilden die ausgeklügelte **«Online-Analyse»** und eine **Materialsammlung** voller **Gesprächsanregungen** und **praktischer Übungen**.

«Twogether» eignet sich deshalb ideal zur **Ehevorbereitung** oder dem **Vertiefen einer Beziehung**.

Jetzt anmelden und selbst «twogether»-Mentor werden: swk.swiss/schulungen

Werden Sie zum SWK-TiefWurzler

10 Ideen wie Sie die Beziehung und Ihren Bezug zum SWK vertiefen können:

1. **Besuchen Sie unsere Webseite.** Zu finden auf ***www.swk.swiss***

2. **Abonnieren Sie unseren Newsletter.**
→ Zu finden auf ***www.swk.swiss/newsletter***

3. **Folgen Sie uns auf Social Media.**
→ Zum Beispiel auf **Instagram**
→ Zum Beispiel auf **Facebook**
→ Zum Beispiel auf **Youtube**

4. **Lesen Sie regelmässig unsere hilfreichen Neuerscheinungen auf unserem BLOG.**
→ Zu finden auf ***www.swk.swiss/blog***
Erzählen Sie bei einem Gespräch in Ihrem Umfeld von der Arbeit des SWK.

5. **Stöbern Sie durch die interaktiven Etappen-Seiten unserer 130-jährigen Geschichte.** Zu finden auf ***www.swk.swiss/jubilaeum***

6. **Empfehlen Sie unsere Angebote Ihrer lokalen Schule und Kirch-gemeinden weiter.**

7. **Nehmen Sie an einer SWK-Leiterschulung teil.**
→ z.B. an einer **«Love-Talk»-Schulung** zum Thema **«Mit Jugendlichen über Sex sprechen»**
→ z.B. an einer **«twogether»-Schulung** zum Thema **«Paare VOR und IN der Ehe begleiten»**

8. **Werden Sie Vereinsmitglied.**

9. **Liken, kommentieren und teilen Sie unsere Beiträge auf Social Media.**

10. **Spenden Sie dem SWK und unterstützen damit unsere präventive Arbeit.**

In Verbindung bleiben

Informiert bleiben
Abonnieren Sie unseren digitalen Newsletter und bleiben Sie so immer auf dem aktuellsten Stand, was alles beim SWK läuft.

www.swk.swiss/newsletter

Veranstaltungen besuchen
4. März 2023 in Bülach – twogether Mentorenschulung
18. März 2023 in Burgdorf – twogether Mentorenschulung
11. März 2023/2. September 2023 – SWK-Leiterschulung: «LOVE TALK» – Wie spreche ich mit Jugendlichen über Sex?
06. Mai 2023 (Nachmittags) in Aarau – Mitgliederversammlung

www.swk.swiss/schulungen

Mitglied werden
Möchten Sie unsere Vereinsarbeit unterstützen?
Wir freuen uns über Ihren Beitritt.

www.swk.swiss/mitgliedschaft

Spenden
Weil Menschen wie Sie hinter uns stehen, können wir jungen Menschen den Rücken stärken.

Vielen Dank für Ihr Mittragen!

IBAN CH63 8080 8009 8267 3703 6
BIC RAIFCH22

oder auf

www.swk.swiss/spenden

IMPRESSUM

Herausgeber:
Verein Schweizerisches Weisses Kreuz
Laurenzenvorstadt 85
CH-5000 Aarau
+41 62 767 60 00
www.swk.swiss
info@swk.swiss

Redaktion:
Eberhard Johannes Koll (Ltg.), Jonathan Eschmann, Elisabeth Gutzwiller, Ulrike Weininger, Brigitte Hirzel, Sina Dummermuth

Erscheint: 4 × jährlich

Auf Bildbankbildern dargestellte Personen stehen in keinem Zusammenhang mit den redaktionellen Inhalten.

Abo-Bestellung per Post:
Schweizerisches Weisses Kreuz
Laurenzenvorstadt 85
CH-5000 Aarau

Abo-Bestellung per Web:
www.swk.swiss/shop