



Newsletter Nr.1

Liebe Gemeindemitglieder!

Veränderte Zeit bringen veränderte Maßnahmen hervor! Wie noch soziales Leben miteinander teilen? Mir als Ihrer Pfarrerin ist es ein Bedürfnis, weiterhin mit Ihnen in Kontakt zu sein und Ihnen zu sagen: **Ostern fällt dieses Jahr nicht aus, auch wenn wir keine Gottesdienste miteinander feiern können!**

So gehe auch ich neue Wege und schreibe einen Newsletter, um mit Ihnen in Kontakt zu treten. Meine Hoffnung ist, dass Gemeinde sich auch über dieses Medium neu vernetzt. Dieser erste Newsletter ist ein Versuch, Ihnen in Zeiten der Krise Gedanken zu schicken, die mir gut tun und die vielleicht auch Sie ermutigen, aufrichten und trösten, wenn Sie verzagen. Teilen auch Sie Ihre Gedanken mit mir, ich freue mich auf Ihre Rückmeldungen!

Wenn Ihnen dieser erste Newsletter gefällt, dann leiten Sie ihn doch weiter. Wer ihn gerne erhalten möchte, mag mir einfach eine kurze Nachricht zukommen lassen (monika.kreutz@ekhn.de). Wenn Sie ihn nicht weiter erhalten möchten, dann geben Sie eine kurze Nachricht und ich nehme Sie aus dem Verteiler raus.

Seien Sie behütet und bleiben Sie gesund!

Ihre Pfarrerin Monika Kreutz



Ostergruß

In den nächsten Tagen werden Sie einen Ostergruß in Ihrem Briefkasten finden, geschrieben von den Taunussteiner evangelischen Pfarrern und Pfarrern. Ostern verbindet uns mit allen Christinnen und Christen auf der ganzen Welt.



Dieses Jahr sind wir alle mit Covid 19 in besonderer Weise verbunden und erfahren, was das Leben auf einem gemeinsamen Planeten auch bedeuten kann. Lassen Sie uns Gedanken der Heilung und der Hoffnung miteinander teilen.

Glockenläuten an den Feiertagen

Jeden Abend läuten unsere Glocken um 19 Uhr in Neuhof und Orlen!

Die Glocken laden Sie zu einer persönlichen Kurzandacht ein, um vor Gott inne zu halten. Auf unserer Homepage finden Sie Gebete und einen Leitfaden zur persönlichen Andacht.

Palmsonntag: 19:30 Uhr

zum Beginn der Karwoche

Gründonnerstag: 19:30 Uhr

zur Erinnerung an das letzte Abendmahl

Karfreitag: 15:00 Uhr

zur Todesstunde Jesu Christi

Ostersonntag: 10 Uhr

mit Festgeläut zur Auferstehung



Filmtipp für Familien

für Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter: „Sengelmann sucht Ostern“. Den Film könnt ihr mit eurer ganzen Familie gucken! Hier findet ihr ihn:

www.planet-schule.de/sf/php/sendungen.php?sendung=10974

Ausgehend von der Frage, warum Ostern gefeiert wird, begibt sich der Reporter und Theologe Julian Sengelmann von Norddeutschland nach Jerusalem. Er fragt Menschen auf der Straße, feiert mit einer Hamburger Familie zu Hause und reist nach Israel, um in Jerusalem nach den Spuren der Osterereignisse vor 2.000 Jahren zu suchen. Das Reporterformat „Feiertag! Sengelmann sucht ...“ ist ein Mix aus Reportage und Animationen. Mit Kurzanimationen illustriert wird die Passions- und Ostergeschichte erklärt. Der Film dauert 30 Minuten.

Gedanken zu Palmsonntag:

Grenzmomente

Es gibt Momente, in denen ist nichts, wie es scheint. Ein fröhliches Gesicht versteckt tiefe Trauer, wer Härte zeigt, kann auch barmherzig sein und hinter einer scheinbar so düsteren Zukunft verbirgt sich eine neue Chance.

Grenzmomente sind das, unsicher und vage. Erst im Nachhinein deute ich die Zeichen richtig. Der Palmsonntag führt in eine solche Grenzzeit hinein: Die Hände, die eben noch Palmzweige schwingen, sind schon zu Fäusten geballt. Das „Hosianna“ wird zum gellenden „Kreuzige“-Ruf, fröhliche Gesichter erstarren zu Fratzen. Und doch ist es Jesu Tod am Kreuz, der den Menschen Leben bringt. Sein Weg ins Dunkel war ein Weg ins Licht, heute bekennen wir das. Im

Geschlagenen, im Verachteten war Gott ganz nah. Nur wenige erkannten das – wie die Frau, die den Todgeweihten wie einen König salbte.

Homepage

Auf unserer Homepage finden Sie täglich wechselnde Gebete, Impulse, Andachten und Informationen! Demnächst auch ein kurzes Videoclip zum Thema: Ostern fällt nicht aus!

www.Neuhof-evangelisch.de

EKHN Impulspost

Die bevorstehende Impulspost „Gottkontakt“ zum Thema Beten ist völlig neu gestaltet und vorgezogen worden. Sie geht nun in der Karwoche gewissermaßen auch als Ostergruß in der Krise an alle evangelischen Haushalte im Kirchengebiet. Ziel ist es, Gebete als tröstende Kraftquelle anzubieten.



Gottesdienste und Andachten in Rundfunk und Fernsehen!

Am Ostersonntag überträgt das ZDF ab 9.30 Uhr den evangelischen Ostergottesdienst aus Ingelheim. Er endet um 10:15 Uhr mit dem Osterchoral „Christ ist erstanden“ (EG Nr. 99). Das Zentrum Verkündigung lädt alle dazu ein, mit einzustimmen oder mitzuspielen – aus dem Fenster, vom Balkon, auf der Terrasse oder im eigenen Garten, wo auch immer es möglich ist.

www.ekd.de/kirchevonzuhause

hr2 MORGENFEIER, Sonntags 7.30 bis 8.00 Uhr

hr1 SONNTAGS- UND FEIERTAGSGEDANKEN, Sonntags, ca. 7.45 bis 7.55 Uhr

Resilienz

Damit wir durch Krisenzeiten aber auch durch unseren Alltag besser hindurchkommen, sind unsere inneren Widerstandskräfte (Resilienz) gefragt. Das Wort Resilienz bedeutet Spannkraft, sich wieder aufrichten können. Es gibt viele Faktoren, die zur persönlichen Resilienz gezählt werden können:

- 1. Akzeptanz:** Veränderung ist das Lebensprinzip schlechthin und Wandel verläuft nicht ohne Krisen.
- 2. Netzwerkorientierung:** Soziale Kontakte sowie enge und erfüllende Beziehungen werden gepflegt und gestärkt.
- 3. Realistischer Optimismus:** Optimist sein kann man lernen. Gehen Sie davon aus, dass Ihnen das Leben mehr Gutes als Schlechtes beschert und Krisen oder Niederlagen vorübergehen und zu bewältigen sind. Sie schauen auf Ihre Stärken! Sie denken positiv und sprechen positiv.
- 4. Die Opferrolle verlassen:** Sie übernehmen Verantwortung für Ihr Leben. Mit Eigeninitiative packen Sie Probleme aktiv an und sorgen gut für sich.
- 5. Flexibilität:** Fähigkeit, sich zu ändern, um neue Herausforderungen zu meistern
- 6. Lösungsorientierung:** nicht ewig in der Warum-Frage verhaften, sondern neue Ziele anstreben.
- 7. Soziale Kompetenzen:** z.B. Empathie, Kompromissfähigkeit und Hilfsbereitschaft.
- 8. Kreativität:** Frustration oder Schmerz künstlerisch ausdrücken: kreatives Schreiben, Malen, Töpfern, Plastiken erstellen, u.v.a. – das Thema ist das persönliche Anliegen.
- 9. Humor:** das Komische im Tragischen finden, über sich selbst lachen können.
- 10. Werteorientierung:** Wissen, was gut und schlecht ist, der Wille, für diesen Glauben auch Risiken einzugehen; die innere Überzeugung über die eigenen Ängste stellen und danach handeln.
- 11. Wachsen:** Auf Wachstumschancen achten: neue Herausforderungen suchen, um daran persönlich zu wachsen.



(Foto: Peter Kristen)

12. Zukunftsplanung: Sie betreiben vorausschauendes „Krisenmanagement“, denn sie rechnen mit den Wechselfällen des Lebens und sind auf Veränderungen im Lebenszyklus besser vorbereitet (Geburt, Tod, Heirat, Tod der Eltern, Berufswechsel...).

13. Der Preis der Freiheit ist die Vergebung: Dazu gehört die Akzeptanz, dass sich auf dieser Welt nichts, was geschehen ist, ungeschehen machen lässt. Darum geht es, wenn vom Loslassen die Rede ist. Der, der loslässt, nimmt dem Geschehen die emotionale Macht, die es über ihn hat.

14. Religiöse/spirituelle Haltung: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ Ein Glaube, der sich in der Alltagsspiritualität Kraft holt, stärkt den Menschen. Eine persönliche Gottesbeziehung unterstützt den Menschen darin, nicht in sich allein den letzten Halt für andere zu sehen und sich nicht allein für alles zuständig zu fühlen.

-> Vergewissern Sie sich Ihrer Resilienz-Faktoren, die Sie schon ausreichend zur Verfügung haben. Danach schauen Sie bei den anderen Elementen, welche Sie gerne mehr hätten und werden Sie aktiv, dazu Übungen, Texte und Erinnerungshilfen für sich in den Alltag einzubauen.

Seid getrost und unverzagt, fürchtet euch nicht und lasst euch nicht... grauen; denn der Herr, dein Gott, wird selber mit dir ziehen und wird die Hand nicht abtun und dich nicht verlassen. (5. Mose 31,6)