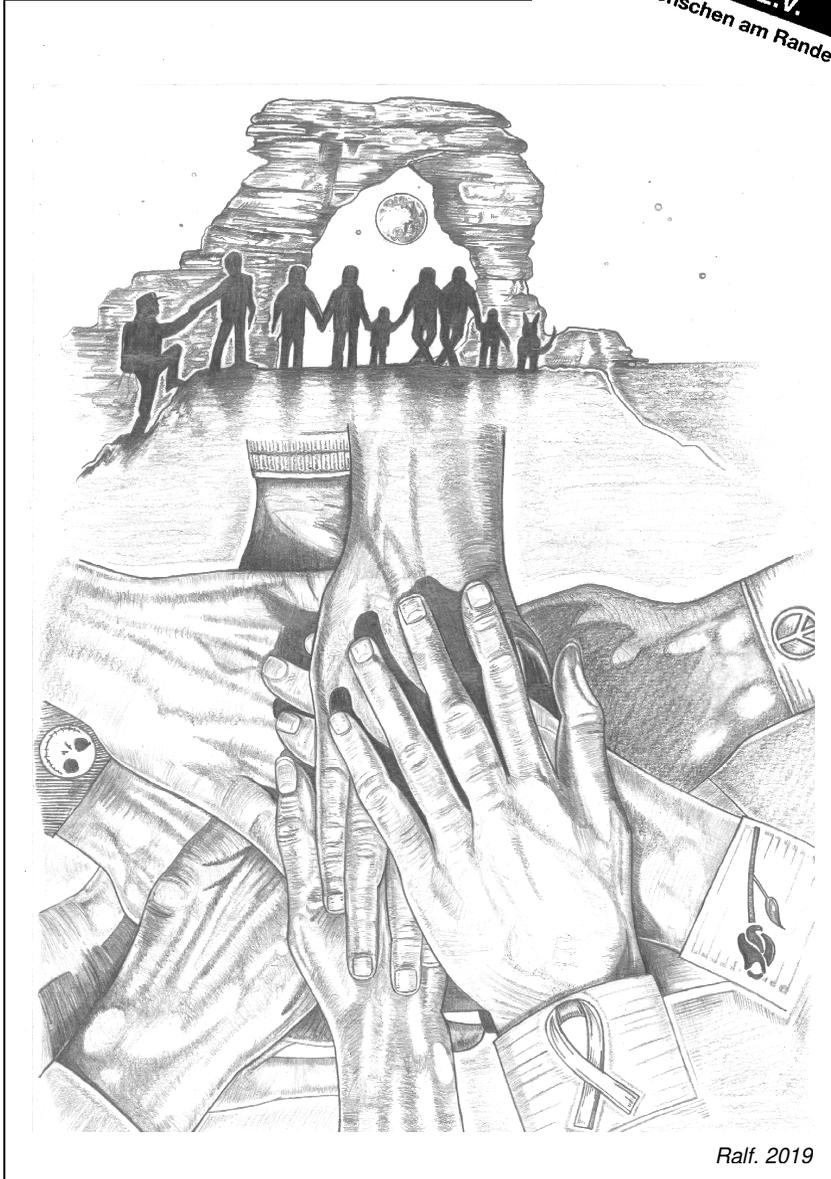


Rundbrief  
Nr. 69 Dezember 2019

# WEIHNACHTSBRIEF

**DIE  
BRÜCKE**  
DIE BRÜCKE E.V.  
Verein für Menschen am Rande



Ralf. 2019

## GRUSSWORT

Liebe Freunde, liebe Mitglieder unserer Brücke!

Und wieder neigt sich ein Jahr dem Ende zu und es ist Zeit für einen Rückblick.

An erster Stelle bedanke ich mich bei all' jenen, die auch in diesem Jahr wieder durch persönlichen Einsatz und/oder finanzielle Unterstützung die Arbeit unserer Brücke ermöglicht haben.

Danke an meine Kollegin und meine Kollegen vom Vorstand.

Mein besonderer Dank gilt den Menschen, für die wir da sind. Viel mehr, als wir geben können, bekommen wir durch ihr Dabeisein und ihre Verbundenheit sowie ihre Freundschaft zurück.

Für die verbleibenden Tage und Wochen freue ich mich auf Begegnungen wie unsere Adventsfeier am 1.12., vielleicht bei einem Besuch an unserem Stand auf dem Ludwigsburger Weihnachtsmarkt am 11.12. oder bei unserem Jahresessen am 10.1.2020 (hier bitte bei Uwe anmelden).

Nun wünsche ich uns eine gesegnete Adventszeit und ein frohes Weihnachtsfest.

Für 2020 wünsche ich uns zwei Dinge:

ALLES und NICHTS.

Alles, was uns glücklich und zufrieden macht, und nichts, was uns zweifeln lässt.

Euer  
Kurt Pfeiffer

## **RALFS GEDANKEN ZU SEINEM BILD**

Wir sind alle auf Augenhöhe miteinander.  
Da gibt es keine ersten und keine hinteren Plätze.

Alleine bleibst du auf der Strecke.  
Mit dem Rucksack, mit der Last deines Lebens kommst  
du alleine nicht hoch bis ans Ziel.

Nur gemeinsam kriegen wir was hin.

Egal wie jeder für sich ist und lebt ganz persönlich - mit  
der Aidsschleife, mit der Rose der Drogentoten, mit dem  
Symbol für Frieden oder auf der Suche danach.

Auch wenn wir keine Schwäche zeigen wollen voreinander.  
Da würde ich ja eine Angriffsfläche bieten.

## **GEDANKEN ZU UNSEREM BRÜCKE-JAHR**

Ich wünsche euch und uns allen zur besinnlichen Vorweihnachtszeit ein liebevolles Bewusstsein mit sich selber, Achtsamkeit und Versöhnung!

Jeder von uns kennt das Gefühl, wenn uns plötzlich ein nahestehender Mensch aus dem Leben gerissen wird. Die Ohnmacht im Kopf und die Leere und Zerrissenheit im Herz.

Und auf einmal erkennen wir, was wir Vieles hätten anders machen können zu Lebzeiten oder was man noch gerne gesagt hätte...

Wir verbringen unser Leben mit Schuldgefühlen und fügen uns Schmerzen zu, die sowieso immer da sind.

Deshalb wünsche ich uns allen, liebevoller zu sich selber und miteinander zu sein.

Sich gegenseitig wahr nehmen mit dem, was wirklich in uns ist.

Der Alltag mit all seinen Schwierigkeiten und was der Einzelne tagtäglich sehr kraftvoll bewältigen muss, ist sowieso immer da und stellt uns vor große Herausforderungen. Wir kämpfen tagtäglich mit Gerechtigkeiten und Ungerechtigkeiten, und vergessen dabei oft, uns selber ein gutes Wort zu sagen.

Deshalb ist es umso wichtiger unser Herz zu öffnen und Herzen anderer zu öffnen. Und uns gegenseitig das zu sagen, was uns oftmals zu uns selber nicht möglich

ist... in diesem Sinne freue ich mich auf weitere und besondere Begegnungen mit euch!

Astrid Vogel

### **Kleiner Jahresrückblick.**

Begonnen haben wir das Jahr mit dem Besuch des Christmas Garden in der Wilhelma. Eindrucksvoll die Illuminationen, untermalt mit dezenter Musik aller möglichen Stilrichtungen. Auch das historische Kinderkarussell hat selbst die Erwachsenen erfreut. Weiter unser Jahresessen. Wieder hat die Firma Looß ein super Menü gezaubert.

Im Juli 4 Tage im Bildungshaus Neckarelz. Für viele die einzige Möglichkeit, ein paar Tage auszuspannen und sich verwöhnen zu lassen. Herzliche Aufnahme, gute Unterbringung und prima Essen. Programm und Erholung. Z.B. haben wir in der KZ-Gedenkstätte viel und auch Neues aus der damaligen Zeit erfahren.

Unser Infostand beim CSD Ende Juli ist wieder gut angekommen. Zusammen mit Mitarbeitern des Gedenkzeltes der Aids Hilfe waren die Gedenkrosen für die an HIV Ver-

storbenen schnell verteilt. Gute Gespräche haben sich ergeben. Nach der Gedenkminute am Abend konnten wir die Rosen an den Gedenksteinen vor dem Staatstheater ablegen.

Unser Jahresausflug hat uns im September wieder an die Schwäbische Bauernschule nach Bad Waldsee geführt. Zwei Stadtmobile und ein PKW. Das Küchenteam der Bauernschule hat uns mit Essen wieder verwöhnt.

Nun freuen wir uns auf unseren Weihnachtsmarktstand in Ludwigsburg am Mittwoch, 11. Dezember. Wer mithelfen möchte, melde sich gerne bei Alfred oder Theo.

Wir danken allen unseren Gönnern, die dies alles überhaupt möglich gemacht haben. Unseren Spendern, die uns nicht vergessen. Außerdem der Firma Looß, dem Bildungshaus Neckarelz und der Schwäbischen Bauernschule.

Nun kommt natürlich zu dem lachenden auch ein etwas weinendes Auge hinzu. Nach der Finanzkrise sind wir lange von einem Spendenrückgang verschont geblieben. Das hat sich aber vor einigen Jahren geändert. Dank unserer Rücklagen aber konnten wir diese Veranstaltungen für unsere Betroffenen möglich machen.

*Alfred Deuschle, Kassier und Theo Düren, Schriftführer*

>>DAS HERZ EMPFINDET DINGE,  
DIE WEDER GEDANKEN NOCH WORTE  
WIEDERGEHEN KÖNNEN.  
HÖREN WIR IHM ZU!<< (Térèse von Lisieux)

Dieses Wort von hat mich in diesem Jahr besonders begleitet.

Uns dem im Inneren Verborgenen zuzuwenden. Den leisen und übersehenen Herzensregungen neu unser Gehör zu schenken. Bei uns selbst. Und dadurch auch bei anderen.

Das ist für mich Die Brücke.

Wenn ich in dieses zu Ende gehende Jahr hinein blicke, begegnet mir aus vielen Begegnungen heraus drängend eine Frage:

Wie geht das bei uns, dass wir uns zusammenführen lassen? So dass jedem sein Recht gelassen wird, da zu sein. Und wie geschieht das, dass wir einander den Platz lassen oder absprechen?

Ralf malt seine eigene Antwort dazu auf seine einmalige originelle Art:

Hände, die sich zueinander legen.

Die in Berührung kommen miteinander.

Locker und leicht liegen sie aufeinander, Handinnenseite auf Handrücken.

In der Berührung ist nichts Gewalttätiges. Keine wird erdrückt.

Vielleicht legen sie sich so segnend, bestärkend auf den Kopf oder die Schulter einer Person.

Ganz unterschiedlich sind sie.

Jede hat ihre eigene Zeichnung.

Und auch ihren eigenen Schatten – die eigene Schattenseite, das Dunkle und Verborgene.

So schlicht und einfach kommt das daher. So unscheinbar und verletzlich.

Wie kommen wir auf eine Art zusammen, die jeder und jedem den eigenen Platz ermöglicht und lässt?

Für HIV-positiv Lebende genauso wie für drogenkranke Menschen ist diese Frage im großen gesellschaftlichen Kontext drängend. Dort machen sie die Erfahrung, dass man Berührungssängste hat mit ihnen und dass man sie nicht nahe, am besten gar nicht da haben will.

Wer weiß denn auch schon, dass ein Mensch mit HIV behandelt in einer funktionierenden medikamentösen Therapie nicht mehr ansteckend ist?

Mit unserer Art in der Brücke begegnen wir der Frage nach der Aufmerksamkeit und dem eigenen Platz im konkreten Persönlichen. Da reicht das Schimpfen über die große, ungerechte Welt dann nicht mehr. Schnell wird da die andere Seite sichtbar, die auch dazu gehört: Will ich den gesehen werden? Wie und wo zeige ich mich, mit dem was ich bin? Vermeide ich es vielleicht selbst, gesehen zu werden? Ab diesem Punkt wird es im Gespräch erst lebendig und interessant. Denn wirkliche Heilung und Veränderung geschieht immer zuerst in meinem urpersönlichen Bereich. Erst von dort aus kann sie sich dann ausbreiten, auch ins Außen.

Entlang dieses Fadens möchte ich euch, liebe Freundinnen und Freunde der Brücke, mitnehmen hinein in unser Erlebtes und zu den Dingen, die ich in unserem Miteinander und in mir selbst neu gehört und entdeckt habe.

Alles, was wir euch hier schreiben, sind die Früchte unseres gemeinsamen Lebens.

Jedes Jahr aufs Neue ist es uns eine große Freude, euch davon zu erzählen. Und wir freuen uns, wenn ihr es aufnehmt und begleitend und unterstützend mit eurer Gebetskraft von eurem Platz aus mitgeht.

Der Theologe Karl Rahner schreibt, dass das ganze Menschenleben ein einziger großer Advent ist. Eine einzige Liebesgeschichte, wie GOTT - wie das UNSICHTBARE EWIGE durch jede Faser, jede Zelle, jeden Atemzug in uns Mensch ist und wird. Lebendig mit Haut und Haar, Lust und Leidenschaft, Freude und Traurigkeit, Wut und Zärtlichkeit.

Weihnachten ist danach die große Zusammenschau und Feier all dessen, was in uns geworden ist, was wir das Jahr über mit unserem Herzen gelebt, entdeckt, geschrien, gehört, und empfunden haben.

Und an der Krippe dieser Menschwerdung in uns und durch uns kommen wir an, wenn wir mit unserem Bewusstsein den Weg hin zu den Regungen und Stimmungen in unserer Herzenskrippe gehen. Dann schenken wir uns selbst, wie wir wirklich sind, Aufmerksamkeit. Bleiben nicht mehr an dem Bild hängen, das wir von uns selbst haben.

Bewusst leben mit etwas, mit dem ich mich nicht traue, mich ohne Angst offen zu zeigen oder darüber zu sprechen. Leben mit etwas, für das ich mich schäme.

Je länger ich darüber nachdenke, desto mehr wird mir klar, dass diese Frage nicht nur einige wenige, besonders kranke Menschen betrifft. Sie ist eine urmenschliche Frage und geht jeden von uns ganz persönlich an. Ja sie

geht uns bis unter die eigene Haut. Wie bin ich? Meine Zweifel an mir selbst. Meine Selbstüberschätzung. Und wo finde ich mit meinem Körper, meiner Art, meinem Wesen einen Platz, an dem ich mich sehen lasse.

Bereits das Unterscheiden in „die Kranken“ und „die Gesunden“ schafft schon eine unselige Trennung. So als ob nicht jeder, krank ist – verletzt – sich nicht richtig fühlt – zweifelnd – hungernd nach Zuwendung und Anerkennung – sehnd und suchend danach, irgendwo dazu zu gehören.

Wir sind doch alle Kranke und Verwundete an diesem Punkt.

HIV- und drogenkranke Menschen halten durch ihr Dasein der Welt den Spiegel vor, wie man bei uns mit seinen inneren Regungen umgeht.

Man kann sie verdrängen und wegschieben.

Oder man kann den mühevollen Weg auf sich nehmen, und sich dem Inneren zuwenden. Dem Unsichtbaren, was nur das Herz empfindet.

Jeden Dienstag und Freitag, wenn unser Begegnungscafé Die Brücke geöffnet ist, wollen wir daran mitwirken:

Hier kommen Menschen zusammen.

Jeder mit seiner Geschichte. Jede mit ihrem Leben.

Und jeder trägt einige Stunden das bei und bringt das mit, was sie kann.

Puh! All das Unbewusste ist manchmal schwer genug auszuhalten: das Geladensein, der Frust, die Traurigkeit ... immer in der Gefahr, sie aneinander aus zu leben.

„Jetzt hast du dich aufgereggt und beschwert und dich darin ausgelebt. Jetzt komm aber auch mal wieder zu dir.

Was ist denn los?“ So holen wir uns gegenseitig zurück.

Und auch wenn man das dann oft gar nicht gleich von sich sagen kann, so verändert sich doch die ganze Haltung.

Dann sind es wundersam verbindende Stunden, wenn aus dem kritisch beißenden Gespräch übereinander eine Runde des Erzählens von sich selbst wird. Eine erleichterte und humorvolle Stimmung stellt sich ein.

Wir verstehen uns als Ort für Menschen am Rande. Und das sind wir alle, jeder auf seine Weise und an seinem Punkt: an den Rand getrieben. Immer auch in Gefahr, uns selbst verzweifelt und beleidigt auszugrenzen und an den Rand zu stellen. Und jeder mit der Möglichkeit, mit dieser selbstzerstörerischen Dynamik aufzuhören und stattdessen zu beginnen, mit sich selbst liebevoll zu sein und bei sich selbst achtsam hinter die Dinge zu blicken.

Wenn ich das so schreibe, geht es mir nicht darum, das Leiden von HIV- und drogenkranken Menschen herunter zu spielen. Ganz im Gegenteil!

Mit dieser Haltung werden die Erfahrungen der Einzelnen endlich wirklich ernst genommen. So werden diese Menschen nicht einfach bemitleidet und bedauert, wie etwas, das die Mehrheit der Gesellschaft nicht betreffen würde. Dieser Platz tut keinem Menschen gut. Kein Mensch ist nur armes Opfer. Wirkende Hilfe versucht aus dieser Opferrolle heraus zu finden und sich als erwachsene Person zu sehen, in der alles zum Leben Notwendige angelegt ist. Echte Unterstützung zum Leben sieht sich in seiner eigenen Größe und Kleinheit zu sehen.

Gruppen, die Die Brücke besuchen und kennenlernen wollen, wünschen sich oft ein Gespräch mit einer betroffenen Person. Jojo, Charly, Rapha, Stefan und Iris sind

bei diesen Gelegenheiten immer wieder bereit aus ihrem Leben zu erzählen.

Jedes mal bin ich dabei neu berührt, wie das persönliche Erzählen und das Nachfragen und Zuhören die Stimmung im Raum verändern!

Die erste Neugier nach den unbekanntem, tabuisierten und illegalisierten Lebensbereichen und die mitleidige Bestürzung über so viel schlimmes Erleben wandeln sich im Gespräch ganz schnell in ein staunendes Erkennen: Da sitzt ja eine ganz normale Person! Mit ihren eigenen Erfahrungen und Nöten. Aber genauso vollständig, wie ich! Genauso erwachsen und mit allen Anlagen, die es braucht, dem Leben zu begegnen. Das ist mir selbst ja ganz nahe!

So wird der Platz des bemitleidenswerten Almosenempfängers geräumt. Endlich! Nur so durchbrechen wir die unsägliche Kluft zwischen hier die Schwachen und Bedürftigen und dort die Großen, Gesunden, Gebenden. Zwischen hier die Besucher der Brücke und demgegenüber die Mitarbeiter und der Förderverein. Auch wir in der Brücke sind immer in der Versuchung und angefragt, ja nicht in dieses irreführende Muster zu fallen.

Denn das ist doch nicht so, dass ich immer schwach bin und die anderen immer stark! Und genauso wenig bin ich immer stark und gebend und alle anderen schwach und bedürftig!

Mit den Frauen, die unseren „Brücke-Laden“ durch ihre vielen Stunden geschenkter Aufmerksamkeit und Arbeit am Laufen halten treffen wir uns alle paar Monate zum Austausch. Diana, Uschi, Gabi und Gudrun.



Es gibt etwas Leckeres zu essen und es werden auch organisatorische Dinge besprochen. Und wir üben, nicht dabei stehen zu bleiben. Sondern wollen uns auch etwas Persönliches, etwas von uns selbst zu erzählen. Das fällt nicht leicht. Wer zeigt etwas von sich selbst? Und wir sind darin so ungeübt. Ein Satz ist da schon viel. Und ich kann damit, für den Erzählenden umgehen, ihn sehen und vielleicht kommt mir etwas, das ich dazu sagen möchte.

Sobald einer in der Runde auf diese Weise seinen Platz einnimmt, entsteht etwas Gemeinschaftliches, das jedem hilft. Mich haben die Beobachtungen der Frauen an mir schon oft erschreckt, erstaunt und erleichtert.

Ein Gespräch beginnen miteinander.

Nicht gleich auf eine Entscheidung zu drängen, nur um ein Thema vom Tisch zu haben. Den mühevollen Prozess beginnen, einander zu Wort kommen zu lassen und zu zu hören. Das Nicht genau wissen und die Anspannung zwischen unterschiedlichen Sichtweisen einmal

aushalten. Darin da bleiben, nicht gekränkt oder beleidigt wegbleiben. So lange, bis sich der nächste Schritt herauskristallisiert und zeigt.

In der Brücke sprechen wir nicht darüber, dass es uns um Seelsorge geht und dass wir in unserer Eigenart eine Kirche sind.

Für die meisten Menschen, die bei uns zusammenkommen, ist diese Frage völlig uninteressant und unwichtig. Darauf angesprochen reagieren viele erstmal abweisend. Sie wollen nicht (mehr) zu dieser Organisation gehen oder gehören. Tief sitzen die schlimmen Erfahrungen mit kirchlichen Einrichtungen oder Personen, mit deren herablassenden Moralurteilen über Lebensformen, sexuelle Orientierung oder Lebensweise. Zu oft wird die Erfahrung gemacht, dass das persönliche Erleben nicht beachtet und nicht ernst genommen wird. Es wird nicht nachgefragt und zugehört. In dem, was wir mit Kirche verbinden, wird lieber lange und hochtrabend geredet und viel geschrieben.

Wie wunderbar, dass bei uns in der Brücke darüber nicht gesprochen wird! Wir sind es ganz einfach. Es ist nicht notwendig darüber ein Wort zu verlieren. Wir wenden uns lieber dem Konkreten zu, das da ist. Eine mit Liebe gekochte Tasse Kaffee und eine Butterbrezel freundlich hingestellt sprechen mehr von dem Grundsätzlichen, das einen am Leben hält und rettet, wenn man gerade für sich keinen Platz und keinen Sinn mehr findet. Darin wird das Entscheidende spürbar und erfahrbar: liebevoll - eine zugewandte Haltung – ein ehrliches persönliches Interesse - eine heilsame Art und Weise - ein heilsamer Geist, in dem wir einem Menschen da sein lassen und ihn wahr-

nehmen und begleiten, bis er sich selber wahrnehmen kann.

Das ist Verkündigung im urbiblischen Sinn. Die erkannt wird an der Art und Weise, wie man miteinander am Tisch sitzt, lebt und umgeht. Und erst viel später, wenn es denn sein soll, kommt es vielleicht einmal zur Frage nach dem Grund hinter all dem - zur Frage nach dem EWIGEN URGRUND, nach einem Gott. Aber selbst das muss nicht sein. Das Wirksamwerden des GEISTES ist von keinem Wort abhängig. ER wirkt längst, bevor wir darüber nachdenken.

So wie wir als Kirche im Kleinen das miteinander zu leben versuchen, wünsche ich es mir auch von der Kirche im Großen und ihrem Synodalen Weg, den sie beginnen will. Wie lebendig und bereichernd könnte das sein, wenn all die heißen Themen aus persönlicher Erfahrung zur Sprache kommen: gleichgeschlechtliche Liebe und ihre Formen von partnerschaftlichem Zusammenleben; Leben von Sexualität, Beziehung und Partnerschaft; Leben mit einer zerbrochenen Ehe; Missbrauch von Macht im sexuellen und in jedem Lebensbereich; Schuldgefühl und die Frage der Schuld im Erleben einer suchtkranken Person...

An unserem Jahresessen im Januar bei einem guten Essen, das Alfred für uns alle organisiert, das Alte ab zu schließen. Los zu lassen, was wir nicht mehr brauchen. Die Räume und alle, die das Jahr über hierher kommen, zu segnen. Uns gemeinsam zu freuen und ein zu stimmen auf das, was neu beginnt und sich zeigen möchte in so einem ganzen Jahr.

Da haben mich diese beiden Regungen schon beschäftigt und ich habe sie über unser Jahr gestellt. Damit wir sie genau beobachten und einmal im Blick behalten, wie sie sich in uns zeigen und das Dasein und Handeln der Menschen bestimmen, die in der Brücke zusammen kommen.

## UNTERLEGEN FÜHLEN - ÜBERLEGEN FÜHLEN

Man kann auch sagen:

|                          |   |                       |
|--------------------------|---|-----------------------|
| Klein fühlen und schwach | - | groß fühlen und stark |
| sich kleinmachen         | - | sich hochstellen      |
| Empfangender sein        | - | Gebender sein         |
| Gehörter                 | - | Zuhörender            |

Dahinter stecken oft urtümliche Regungen wie Ekel und Scham.

Grundlegende Gefühle, die jeder von uns genau kennt. So genau, dass wir dieses Gefühl in manchen Situationen nicht mehr haben wollen. Oder uns einreden, dass es nicht sein darf – dass wir anders sein müssen. Wir verdrängen es.

Wie immer bei inneren Regungen, die verdrängt oder unterdrückt werden, treten sie dann im übertriebenen Gegenteil doch in unserer Person ans Tageslicht.

In dem ewigen Bejammern des eigenen Leidens und der eigenen Schwäche, kann auf diese Weise eine hochmütige Ablehnung der eigenen Person stecken. Eine Gegenwehr, die eigene Art liebevoll anzunehmen und die Selbstzweifel sein zu lassen.

Oder hinter dem Rechthaberischen, Lauten, Bestimmenden, das immer lässig abgeklärt mit allem umgeht, nie wütend und beleidigt ist und auf alles eine Antwort parat

hat, steckt möglicherweise ein großes Schwächegefühl, das sich in seiner Verlorenheit nach Außen nicht anders zu schützen weiß, als durch kühle Abgeklärtheit, die nichts mehr an sich heran lässt.

Was ist es denn, das mich daran hindert, mich selbst und mein Leben liebevoll anzunehmen?

Welche Erfahrungen habe ich gemacht, dass ich mir diese Liebe nicht einmal selbst anerkennen kann?

Es ist heilsam, sich diese Fragen immer wieder einmal selbst zu stellen.

Eine große Ich-Schwäche ist die Ursache dieser Dynamiken.

Das ist die Schwäche, mich selbst und das, was ich von meinem Wesen und aus meiner Geschichte heraus bin, nicht zu kennen.

In der Begleitung sage ich lieber: „Du kennst dich noch nicht gut genug. Aber du kannst dich selbst mehr kennen lernen.“

Irene Bourhofer hat vor Jahrzehnten bereits die Elternorganisation LEDRO (Leben mit Drogenkranken) in Stuttgart mitbegründet.

Sie macht sich jetzt im Alter weiter viele Gedanken über ihr Erleben mit ihrer drogenkranken Tochter Daniela. Zu all dem sagt sie:

„Ich habe viel Schlimmes miterlebt. Oft hat es mir den Boden unter den Füßen weggezogen und ich wusste nicht wie weiter. Heute kann ich rückblickend sagen: Ich habe eine wunderbare Enkeltochter! Ich habe eine wunderbare Tochter! Durch ihre Krankheit war ich gezwungen, mich mit viel Unangenehmem auseinander zu set-

zen. Aber durch all das, habe ich mich selbst immer besser kennen gelernt. Mir ist ein viel weiteres Bewusstsein zugewachsen. Ich habe mich selbst kennen gelernt mit meinen Ängsten und allen Regungen in meinem Inneren. Habe gelernt, offen auszusprechen was ich in mir selbst finde. Das hätte ich mich früher nie zu sagen getraut. Jetzt schaue ich mit anderen Augen hinter die Dinge. Ich wäre nie zu dem geworden, wäre nie dahin gekommen, was ich heute bin, als durch alle diese Begegnungen.“

Und dazu schenkt sie uns noch eines ihrer Leitworte:

Es gibt nur eine  
Großmacht auf Erden,  
das ist die Liebe!  
Pflicht ohne Liebe macht verdrießlich  
Verantwortung ohne Liebe macht rücksichtslos  
Gerechtigkeit ohne Liebe macht hart  
Wahrheit ohne Liebe macht kritiksüchtig  
Erziehung ohne Liebe macht widerspruchsvoll  
Klugheit ohne Liebe macht heuchlerisch  
Freundlichkeit ohne Liebe macht rechthaberisch  
Macht ohne Liebe macht gewalttätig  
Ehre ohne Liebe macht hochmütig  
Besitz ohne Liebe macht geizig  
Glaube ohne Liebe macht fanatisch

Wehe denen, die in der Liebe geizen. Sie tragen

Schuld daran, wenn schließlich die Welt an Selbstvergiftung zugrunde geht.

Wozu lebst du, wenn du nicht lieben kannst?  
(Laotse)

Lasst uns die Erde durch  
L I E B E  
Erlösen!

Ein liebevoller Blick in das eigenen Leben hinein.

Am 21. Juli, beim Internationalen Gedenktag für verstorbene Drogengebrauchende in Stuttgart haben wir es so umschrieben: „BERÜHRUNGSPUNKTE in Erinnerung bringen“.

Im Außen erleben Drogengebrauchende viel Ausgrenzung und Zurückweisung schlicht aufgrund der Tatsache, dass nur Betroffene, Angehörige und wenige Personen darüber hinaus wirklich die Abgründe und Dynamiken miterleben und kennen, die eine Drogenkrankheit und die damit einhergehenden Folgeerscheinungen mit sich bringen. Eine wirkliche Verbesserung dieser gesamten Situation der Unwissenheit, der Vorurteile und der Angstbilder ist möglich nur durch Berührung, Begegnung und die Erinnerung, dass man Ähnliches bei sich selbst kennt.

Allem voran Berührung mit sich selber. Und dabei das Erkennen, dass Sucht von Suchen und Sehnsuchen kommt. Jeder in diesem Leben sucht, wie er es aushält und weiter leben kann. Süchtig darin wird, wer diese Suche und die Abgründe in sich nicht mehr aushält und die Suche deshalb abbricht. Er braucht dann einen Ersatz für das, was er nicht mehr in sich selbst sucht und findet. Im Außen wird dann ausgetragen und vordergründig gefunden, was ins Innere gehört und nur dort im mühevollen Weg suchend und sehndend zu bleiben, Heilung finden kann.

Wenn wir nicht achtsam sind und nur nach Schuldigen suchen, tragen wir alle im Außen gegeneinander die Schlachten aus, die ins eigene Innere gehören. Das Miteinander Leben wird dann zum Machtspiel. Dann erhebt sich der eine über den anderen, verurteilend. Und wir

merken nicht einmal mehr, wie sehr und an welchen wunden Punkten wir selbst durch all das berührt sind: Was uns wütend macht. Was uns schmerzt. Und wie verzweifelt deshalb unsere (unbewusste) Reaktion aussieht: Wir bekämpfen im anderen was wir an uns selbst nicht leben lassen können. Wir schotten unser Inneres ab hinter einer dicken Mauer.

In Ralfs Augen stellt es sich so dar:

Die liebevollen Hände helfen dabei, wieder hinter die Mauer um das eigene Herz zu schauen. In der Mauer entsteht wieder ein Durchlass. Nach außen kann auch ein Stück Mauer bleiben als Schutz. Aber für sich selbst nach innen hin wird der Blick auf die Weltkugel, auf das Universum der Person, auf das ganze ihres Lebens wieder frei.

Aus dem Harten und Versteinerten wird dadurch eine Brücke.

Das ist der Aufstieg heraus aus dem Abgrund, der letzte Schritt hinauf auf den Gipfel der Verklärung, wo das Innere sich zeigt. Wo alle Seelenanteile da sein dürfen, Hand in Hand beieinander.

Der Hund - die treue Freundschaft zu uns selbst lernen wir.

Auch wenn vieles überkreuzt bleibt. Auch wenn wir weiterhin krank sind oder an vielem leiden.

Zu dem hin wollen wir uns gegenseitig helfen.

Wie darf ich selbst da sein?

Ich lerne: „Ach, so bin ich halt.“

Und dann kann ich den anderen auch so sein lassen, wie er ist.

Ich lasse Vertrauen zu mir selbst in mir wachsen.

Dann kann ich auch dem anderen trauen.



Alle Besuche, Gespräche, Begleitungen, Veranstaltungen und Aktionen, Freizeiten und Ausflüge sind für mich immer das Gefährt, wie wir uns dem Eigentlichen zuwenden und nähern: Die Menschen, denen wir begegnen. Sie und ihr Erleben im Innen und im Außen, das ist der Kern, den wir suchen und um den wir kreisen. Sie und der mühevollle Weg eines jeden, die Eis- und Angstmauer um das eigene Herz, weich werden zu lassen und durchlässig. Und sich selbst eine Daseinberechtigung zu zusprechen. Und damit auch jeder und jedem anderen.

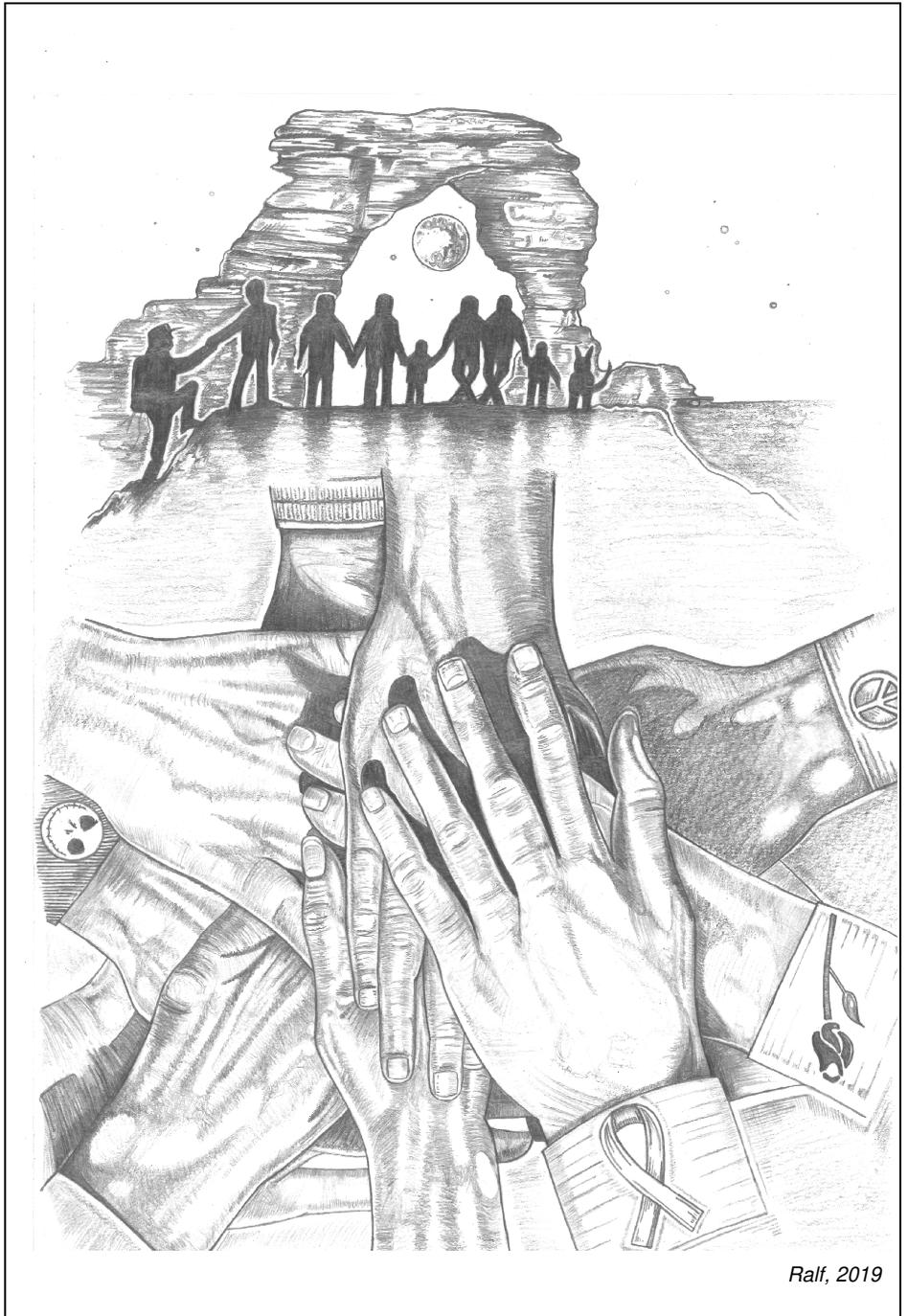
„Hände, die schenken, erzählen von Gott.  
Sie sagen, dass er mich erhält.  
Hände, die schenken, erschaffen mich neu,  
sie sind der Trost dieser Welt.“

So berührt aus diesem ganzen Jahr heraus denke ich voll Dankbarkeit an euch alle, ihr lieben Freundinnen und Freunde.

Und allen ungenannten und stillen Helferinnen und Helfern durch das ganze Jahr schenken wir eine liebevolle Umarmung.

So dass ihr alle aus der Weihenacht und aus all den dunklen Nächten im neuen Jahr neu geboren und neu erschaffen wie ein Kind immer weiter zu euch selbst hin erwachen mögt.

*Uwe Volkert*



Ralf, 2019

**ZUM GEDENKEN AUS 2019**

**Martin Palm+**

**Hartmut Moser+**

**Kosta – Thomas Koster+**

**Rotten – Roland Wrobbel+**

**Vera Ikanovic+**

**Bianka Kaai+**

**Lee – Sylvia Plutte+**

**Simone Reiner+**

**Claudia Angelozzi+**

## TERMINE

### **Vorabend zum Weltaidstag - Donnerstag, 28.11.2019**

**19:30 Uhr „KC-Abend“** – Fortbildungsveranstaltung offen für Interessierte und Betroffene im Kings Club (Gymnasiumstr., Ecke Calwer Str., Stuttgart), **Thema: HIV 2020: Was soll sich ändern, was wird sich ändern?**

### **Weltaidstag 2019 - Sonntag, 1.12.** – Wir begehen diesen Tag so:

Um 15 Uhr Adventsfeier in der Brücke in Stuttgart

Um 18 Uhr Solidarische Schleife der Aidshilfe Stuttgart an der Treppe beim Kunstmuseum am Schlossplatz, Stuttgart

Um 20 Uhr mit dem Stuttgarter Weltaidstags Gottesdienst und anschließendem Glühwein - in der Leonhardskirche, Stuttgart.

**Stand des Fördervereins Die Brücke e.V. auf dem Weihnachtsmarkt in Ludwigsburg** – Mittwoch, 11.12.2019 Stand Nr. 308 neben der Evangelischen Stadtkirche.

### *Pause zwischen den Jahren*

***Die Brücke bleibt geschlossen vom 23.12.2019 bis zum 3.1.2020.***  
*Ab dem 7.1. öffnen wir wie gewohnt.*

**Gemeinsamer Beginn des neuen Jahres und Jahresessen - Freitag, 10.01.2020 um 18 Uhr** in der Brücke. Die Brücke öffnet an diesem Tag erst um 17 Uhr. – Anmeldung unbedingt in der Brücke!!

**Stille Stunde** – Eine Lebensfeier für unsere Verstorbenen und für uns selbst, Sonntag, 19.04.2020, 16 Uhr in der Dreieinigkeitskirche, am Marktplatz in Ludwigsburg.

**Freizeit für Mütter – Kinder – Jugendliche, im Feriendorf Tübingen, 2. bis 5. Juni 2020**

**Stammtisch Ratskeller Ludwigsburg:** 11. Februar, 16. Juni, um 18h.

**Stammtisch im Ristorante Masaniello,** Königstraße 15, Degerloch (U7 Haltestelle Waldau), 10. März, 12. Mai, 21. Juli, um 18h.

### **Die Brücke e.V.,**

Büchsenstr. 35, 70174 Stuttgart, Tel.: 0711-295711

Email: [bruecke-stuttgart@t-online.de](mailto:bruecke-stuttgart@t-online.de),

Bankverbindung: Landesbank BW,

**IBAN: DE81 6005 0101 0002 5445 57 / BIC: SOLADEST600**

Homepage: [www.die-bruecke.org](http://www.die-bruecke.org)