



anker.

3/2025

wörnersberger anker e.v. | glauben • leben • lernen

In Beziehung leben



Gottesdienst am Ankertag



Bewirtungs-Team



Action am Ankertag

Rückblick Freundestreffen und Ankertag

Unser Freundestag begann mit einem Vortrag über 8 Punkte zum (Weiter-)Glauben und endete im Ankergarten mit Leckerem vom Grill und Popcorn am Lagerfeuer. Dazwischen gab es viele gute Begegnungen und Neuigkeiten aus dem Anker. Am Sonntag fand dann unser Ankertag unter dem Thema „Gesegnet Leben“

statt. Nach dem Gottesdienst auf der Ankerwiese konnten die zahlreichen Gäste verschiedene Angebote wahrnehmen. Neben einer Hausführung gab es auch eine „Segensdusche“, sowie viele Spiel- und Kreativstationen für Kinder. Wir blicken dankbar auf ein reich gesegnetes Wochenende mit Freunden zurück.



45. Jahresteam

Danke an unser tolles Jahresteam!

Mitte August ist unser 45. Jahresteam weitergezogen. Wir freuen uns, dass ihr in diesem Jahr vieles entdecken und gemeinsam erleben durftet. Ihr habt einen wesentlichen Beitrag geleistet, dass sich unsere Gäste wohlfühlt haben, und ihr habt unsere Gemeinschaft sehr bereichert. Vielen Dank für euren tollen Einsatz, eure Motivation und Freude und dass ihr diesen Lebensabschnitt mit uns geteilt habt! Seid gesegnet und behütet, bis wir uns wiedersehen!

Eure Ankergemeinschaft

Wir haben zwei Jahresteamler gebeten, kurz zu schildern, wie sie die Zeit hier erlebt haben:



Sarinah

Sarinah: Mein FSJ war mega wertvoll für mich, da ich sehr viel über mich – und wie man Glauben praktisch lebt – lernen durfte. Ich wurde herausgefordert, mich mit meiner Persönlichkeit und der der anderen auseinanderzusetzen und ich bin in diesen Bereichen gewachsen. Zudem war die Gemeinschaft sehr bereichernd für mich. Die familiäre Atmosphäre hat mir sehr gut gefallen und ich konnte neue Freundschaften schließen. Ich bin sehr dankbar, dass ich diese Möglichkeit hatte und wahrnehmen durfte.



Arne

Arne: Als ich mir während meiner Mitlebetage das FSJ angeschaut hatte, war ich mir nicht sicher, ob es das Jahr wirklich wert ist. Jetzt im Rückblick kann ich mit absoluter Sicherheit sagen: „JA, ist es“. Ich durfte neue Hobbys entdecken, Gott noch tiefer kennenlernen, an meinen Schwächen und Stärken arbeiten und noch vieles mehr. Das, was ich aber am meisten genossen habe, war die Gemeinschaft im Jahresteam.

**Ralf Armbruster**Leiter des Leitungsteams
und Geschäftsführer

Liebe Ankerfreundinnen, liebe Ankerfreunde,

laut einer Studie aus dem Jahr 2019 haben Menschen in Deutschland durchschnittlich etwa 3,4 Beziehungen im Laufe ihres Lebens. Neben diesen engen Partnerschaften gibt es noch eine Fülle anderer Beziehungen. Zuerst die Beziehung zu uns selbst. Ich erinnere mich, wie ich früher Mühe hatte, damit klarzukommen, wie ich war, und mich selbst zu akzeptieren. Doch in einer gesunden Beziehung zu mir selbst liegt ein Schlüssel für gelingende Beziehungen zu meinen Mitmenschen. In dem Maß, wie ich mich selbst liebe, kann ich auch andere lieben, und das wirkt sich auf unser Miteinander aus. Eine radikale Veränderung meines Selbstbildes geschah durch die wichtigste Beziehung in meinem Leben: die Verbindung zu meinem Schöpfer! Seine bedingungslose Liebe zu mir veränderte mich und auch meine Kontakte zu anderen Menschen.

Dadurch wurden aber nicht automatisch alle meine Beziehungen einfach und harmonisch. Nicht immer gelingt ein entspanntes Miteinander – wie auf dem Titelbild dieser Zeitschrift. Doch es gibt grundlegende Elemente, die eine gesunde und stabile Freundschaft ausmachen. Zu den wichtigsten Säulen gehören Vertrauen, gute Kommunikation, gegenseitige Wertschätzung und die Bereitschaft zu Kompromissen. Sie tragen dazu bei, dass eine Beziehung wachsen und gedeihen kann, indem sie eine solide Basis für Nähe, Verständnis und gegenseitige Unterstützung schaffen.

Eine vollkommene, von reiner Liebe geprägte Beziehung finden wir nur bei unserem dreieinigen Gott. Er offenbart sich in Gestalt von Vater, Sohn und Heiligem Geist – drei Personen in absoluter Einheit ohne Neid, Streit, Eifersucht und manch anderem, was unser menschliches Miteinander behindert. Es übersteigt meine Vorstellungskraft, wie unfassbar glücklich wir im Himmel in der Gegenwart Gottes in einheitlicher Verbundenheit leben werden. Das wird jedoch nur möglich sein, weil Gott in Christus die Welt mit sich selbst versöhnt hat und uns ein neues Beziehungsangebot macht. Warum hat er das getan? Weil er sich nichts sehnlicher wünscht, als uns zu begegnen.

Unser Leben ist geprägt von Verbindungen und vom Miteinander in den unterschiedlichsten Formen. Diese Ausgabe möchte Mut machen, in Beziehungen zu investieren.

In Christus verbunden,
mit herzlichen Grüßen von der Ankergemeinschaft

Ralf Armbruster

30.10. - 2.11.2025

**MIT SCHWUNG IN
DIE ZWEITE HÄLFTE**

FÜR EHEPAARE 50+

28. - 30.11.2025

**ADVENTSFREIZEIT
FÜR FAMILIEN**



GANZ SCHÖN SCHWIERIG

Wenn wir in die Bibel schauen, dann lernen wir dort alle möglichen Arten von zwischenmenschlichen Beziehungen kennen. Diese werden aber nicht, so wie wir es vielleicht manchmal gerne tun, idealisiert oder schöngeredet. Nein – sie sind oft sehr schwierig, und so werden sie auch überliefert. So auch die Beziehung von Jakob und Esau.

Uns wird von zwei Brüdern berichtet, die wegen langer Unfruchtbarkeit ihrer Mutter sehnlichst herbeigewünscht und erbeten werden. Doch schon im Bauch streiten sich die beiden Brüder und Rebekka bekommt, während sie schwanger ist, von Gott die Verheißung, dass sie zwei Völker in sich trägt und dass der Ältere sich dem Jüngeren unterordnen muss. Auf dieser Bruderbeziehung liegt also schon von Beginn an ein gewisses Konfliktpotential. Die Brüder werden geboren und wachsen zu Männern heran, die unterschiedlicher kaum sein könnten.

GROSSE UNTERSCHIEDE

Esau wird zum Jäger, der sich im Freien aufhält. Er macht sein eigenes Ding, ist außerhalb des Familienkreises unterwegs. Er ist ein impulsiver Mann, der sich von seinen Emotionen und Bedürfnissen leiten lässt. Als er hungrig von der Jagd heimkommt, geht es ihm um die momentane Stillung seiner Bedürfnisse, und er verkauft sein Erbrecht und alles, was damit einhergeht (Besitz und Segen) für den berühmten Teller Linsensuppe.

Jakob wird als Mann beschrieben, der in die Lebensart seiner Familie eingebunden ist. Vermutlich war er Hirte und im Haushalt tätig. Er wird mit dem hebräischen Wort „tam“ beschrieben. Dies wird oft mit häuslich und gesittet übersetzt, bedeutet aber auch untadelig und gerecht vor Gott. Das gibt einen Hinweis auf sein Streben nach Gott und dem verheißenen Segen. Um dieses Ziel zu erreichen, geht er berechnend und skrupellos vor. Er möchte unbedingt das Erstgeburtsrecht und den Segen, und als er seine Chance gekommen sieht, lässt er sich dieses von seinem Bruder verkaufen.

KEINE PERFEKTE FAMILIE

Durch ihre unterschiedlichen Charaktere sind die Brüder sicher immer wieder aneinandergeraten. Verstärkt wurde das durch die Bevorzugung seitens ihrer Eltern: Esau als der Liebling von Isaak und Jakob als der seiner Mutter.

Uns wird von einer Familie berichtet, die alles andere als ideal ist. Die Brüder unterscheiden sich in Lebensweise und Werten, und die Priorisierung durch die Eltern fördert ihre Rivalität. Dennoch ist das die Familie, die Gott erwählt hat. Mit der er seine Geschichten schreiben will. In und trotz der ganzen Beziehungswirren. Auch heute können Beziehungen in Familien sehr komplex sein. Und auch heute kann Gott in und durch Familien wirken. Auch in deiner!

ESKALATION

Der bestehende Konflikt eskaliert endgültig, als Jakob – letztlich durch Täuschung – seinen erkaufte Erstgeburtsegen empfängt. Isaak übergeht die vorgeburtliche Verheißung über seine Söhne und will dennoch seinen Liebling segnen. Esau pocht auf ein Recht, das er verkauft hat. Und Rebekka und Jakob täuschen Isaak hinterlistig und vertrauen nicht auf Gottes Führung, sondern kämpfen für ihr Recht. Dieses Drama endet damit, dass Esau Jakob hasst und ihn umbringen möchte. Und so ist nur noch Trennung möglich.

Sie dauerte ganze 20 Jahre, in denen beide Brüder reich wurden. Aber zumindest von Jakob wissen wir, dass es kein leichter Weg war und er schmerzhaft erfahren musste, was es bedeutet, betrogen zu werden.

WER KÄMPFT?

Nach 20 Jahren bekommt Jakob von Gott den Auftrag, zurück in seine Heimat zu gehen. Das bringt unausweichlich mit sich, dass er seinen Bruder wiedersehen wird. Vor diesem fürchtet sich Jakob sehr und so sucht er Zuflucht bei Gott. Dabei kommt es zu einem Kampf mit Gott und Jakob empfängt einen neuen Namen. Er heißt nun Israel – Gott kämpft. Dieser Name wird zum Programm. Jakob muss nicht mehr selbst auf sein Recht pochen und darum kämpfen, sondern Gott kämpft für ihn.

So geht er auch in die Begegnung mit Esau. Weil er weiß, dass Gott an seiner Seite ist und für ihn kämpft, kann er vorausgehen und Esau demütig begegnen. Er schenkt Esau Teile seiner Herden, einen Teil seines Segens, und wirft sich vor Esau nieder. Aber auch Esau kann von seinem Stolz und seinem Recht ablassen. Er kann auf Jakob zugehen, ihn umarmen, küssen und „mein Bruder“ nennen.

Beide sind bereit, für diesen Frieden, diese Versöhnung etwas aufzugeben und etwas hinter sich zu lassen. Während sie früher nur sich selbst und ihre eigenen Ziele im Blick hatten, können sie nun den anderen sehen. In dieser Beziehung, die durch die Differenzen, das Elternhaus und die Geschichte so zerbrochen war, hat Gott Heilung und Versöhnung geschaffen.

Gott möchte auch in deinen zerbrochenen Beziehungen und in deiner Familiengeschichte Heilung und Versöhnung schaffen. Wo möchtest du Gott ganz bewusst in deine Beziehungen mit hineinnehmen und ihn für dich kämpfen lassen? (Nachzulesen in Genesis 25-33)



Eunike Schrempf
ist theologische Mitarbeiterin
mit dem Schwerpunkt
Kinderprogramm



VOM GEHEIMNIS TIEFER FREUNDSCHAFT

„Es gibt nichts Schöneres im Leben als die Freundschaft. Du hast jemand, dem du dein Innerstes öffnen, dem du Geheimnisse mitteilen, das Verborgene deines Herzens anvertrauen kannst“, schrieb schon der Heilige Ambrosius im 3. Jahrhundert. Echte Freundschaft wird zu allen Zeiten in unzähligen Liedern und Zitaten gepriesen. Doch was ist das Geheimnis tiefer Freundschaft?

Bekannte Freundschaftspaare wie Winnetou und Old Shatterhand, Frodo und Sam, Ruth und Naomi oder David und Jonathan: Was haben sie gemeinsam? Genau! **Sie hatten ein gemeinsames Ziel.** Sie alle verband mehr als nur Sympathie und Zuneigung. Der englische Literaturprofessor C.S. Lewis meint, dass „alle lebenslangen Freundschaften in dem Moment geboren werden, in dem wir jemandem begegnen, der sieht, was wir sehen, der hört, was wir hören. ‚Liebst du mich?‘ kann in einer Freundschaft bedeuten: Beschäftigt dich dieselbe Wahrheit, dasselbe innere Thema? Wer dem zustimmt, dass irgendeine von anderen kaum beachtete Frage höchst bedeutsam ist, kann unser Freund werden. Er braucht nicht einmal dieselbe Antwort zu haben. Da ist ein Ziel, von dem er erfasst ist, das sein Herz mit Leidenschaft erfüllt.“

ICH STEHE ZU DIR

Über Jonathan und David lesen wir in 1. Sam. 18,1: „Und als er aufgehört hatte, mit Saul zu reden, verband sich die Seele Jonathans mit der Seele Davids, und Jonathan gewann ihn lieb wie seine eigene Seele.“ Wegen dieser Textstelle wird den beiden oft eine homoerotische Beziehung nachgesagt. Wie weit gefehlt! Denn ihre Freundschaft hatte ihre **Basis in gemeinsamen Zielen und Werten:** Beiden ist die Ehre Gottes wichtig. Beide lassen sich auf ein riskantes Abenteuer ein. Und beide setzen ihr Vertrauen **auf Gott** und allein auf seine Kraft (1. Sam. 17,45 + 1. Sam. 14,6). Zu den gemeinsamen Zielen kommt hier noch die Gesinnung, das Beste für den anderen zu wollen. Das wahre Bedürfnis jedes Menschen ist, zu werden wie Gott ihn im Tiefsten gemeint hat, also das Potential zu entfalten, das er selbst in ihn

hineingelegt hat. Jonathan lebt das in der Freundschaft mit David ganz praktisch. Er gibt seinen ersten Platz in der Thronfolge auf und tritt in die zweite Reihe. Was wäre geschehen, wenn Jonathan selbst die Krone begehrt hätte? Wenn er eifersüchtig auf Davids Berufung gewesen wäre? Nicht selten zerbrechen Freundschaften am Vergleichen, an sozialen Unterschieden, an Neid und Missgunst. Jonathan hilft David. Er freut sich über dessen Beliebtheit und schließt sogar einen Bund mit David zum Zeichen: „Ich stehe zu dir! Du kannst dich auf mich verlassen! Ich bin dir treu!“ Es ist ein großes Geschenk, einen solchen Freund zu haben und ihn sogar unterstützen zu dürfen. Die Freude von Jonathan ist erfüllt, indem er Wegbereiter für David sein und ihm helfen kann „die Königskrone zu erlangen“.

Was ist die Sehnsucht deines Herzens? Was hat Gott in deinen Rucksack gepackt, um sie zu verwirklichen? Und dann schaue, wie Gott den Weg bereitet und dir Reisegefährten schenkt. Ein gemeinsames Ziel und diese Gesinnung tragen in Wüstenzeiten und auch dann, wenn Freundschafts-
liebe in die Jahre gekommen ist.

FREUNDE WERDEN

Eine Freundschaft braucht Zeit und Raum zum gegenseitigen Kennenlernen. Die Trauma- und Bindungsexpertin Dami Charf schreibt: „Es ist ein gegenseitiges Offenbaren der eigenen Person, Stück für Stück. Ich zeige ein bisschen von mir und meiner Verletzlichkeit und schaue, wie du damit umgehst? (Steigst du darauf ein? – Zeigst du auch etwas von dir? – Bist du empathisch? – Kannst du zuhören?)“. In diesem Kennenlernen kannst du herausfinden: Wie wollen wir diese

Beziehung gestalten? Denn auf einer Skala von „loser Bekanntschaft“ bis zu „tiefer existentieller Freundschaft“ gibt es viele Varianten. Beides ist wertvoll: sich mit Bekannten „auf ein Glas Wein“ zu treffen – und Freunde zu haben, die mir sehr nahestehen, die ich aber nur selten sehe.

FREUNDE BLEIBEN

Freunde schleifen und formen uns, erfreuen unser Herz – und manchmal enttäuschen wir einander. Ein Geheimnis tiefer Freundschaft ist, mit stürmischen Zeiten zu rechnen. Menschen mit lebenslangen Beziehungen sind solche, die an die Beziehung glauben, sich dafür entscheiden, sie pflegen und nicht sofort die Segel streichen, wenn der Wind mal von vorne kommt. Sie bleiben. Freiwillig. Schenken ihre Liebe. Und wie bei allen Beziehungen gilt auch hier, dass Liebe den anderen erforscht und offen bleibt, ganz neue Seiten an ihm zu entdecken. Und: Freunde sind keine Selbstverständlichkeit. Ich habe kein Recht auf sie. Sie sind ein Geschenk Gottes.



Yvonne Wieland

ist theologische Mitarbeiterin und verantwortet die Familienarbeit im Anker



©: Foto von fauxels/Pexels

*Gerne laden
wir ein zur ...*

**GENIESSER- UND AKTIVWOCHE
FÜR SINGLES vom 26. – 31.5.2026**

Im Anker werden wir das Thema „Vom Geheimnis tiefer Freundschaft“ weiter vertiefen.



Infos zu weiteren Anker-Freizeiten und
Veranstaltungen findet man auf unserer
Homepage – einfach den QR-Code scannen.

Gemeinde – Veranstaltungsort oder Heimat

©: Marc Stippich

„Bei euch ist echt was los, das finde ich gut“ – so meinte ein Anwohner beiläufig zu mir, als ich noch als Student in der evang. Matthäusgemeinde Münster/Westfalen aktiv war. Ja, genau mit diesem Fokus wollte ich nach meinem Theologiestudium als Pfarrer Gemeinde leiten: ermöglichen, dass „echt was los“ ist bei uns. Das macht ja auch ein wenig stolz ...



Marc Stippich

ist Gemeindepfarrer in Stetten auf den Fildern. In den Jahren 1986 - 1987 war er im 7. Anker-Jahresteam.

In den verschiedenen Gemeinden, in denen ich seither tätig war, begleitete mich tatsächlich ein innerer Antreiber: Ich wollte Gemeinde so entwickeln helfen, dass sich Menschen – gerade auch Jüngere – wohlfühlen können. Und dazu gehörte immer neu Aufbauarbeit: die Angebotspalette vergrößern, die Veranstaltungen so attraktiv zu gestalten, dass Menschen interessiert vorbeischaun und es dann auch gut finden. Da ist an den verschiedenen Orten auch manches gewachsen. Aber eine Gefahr zeigte sich immer mal wieder am Horizont: dass der Anspruch und die Schlagzahl der Angebote die Kräfte der Mitarbeitenden übersteigen. Dass die Gemeinde zum Arbeitseinsatz-Ort für Ehrenamtliche wird und andererseits die Leute, die wir erreichen wollen, letztlich nicht wirklich bei uns andocken. Außerdem gibt es bei einer Gemeinde mit gewachsenen Strukturen neben dem Neuen noch alles Mögliche andere, was weiter bedient werden soll ...

ZU VIEL DES GUTEN

In Steinenbronn, wo ich bis 2022 als Pfarrer war, haben wir uns bei einem KGR-Klausurtag zusammengesetzt und ein paar Regeln für unsere Gemeindearbeit aufgestellt, um genau das zu verhindern: dass wir uns verzetteln in dem, was wir alles wollen. Eine hilfreiche Devise, die ich aus einer Fortbildung mitgenommen habe, lautet: „Gute Idee – machen wir auch nicht!“

Besser ist es, aus vielen guten Ideen die eine Idee herauszufiltern, die erstens an einem bestehenden Bedürfnis ansetzt, die zweitens andere motiviert mitzumachen und die drittens auch gut umsetzbar erscheint. Findet sich eine Gruppe, die sagt: „Das probieren wir!“? Wunderbar, dann stärkt es nicht zuletzt das Zusammengehörigkeitsgefühl!

BEZIEHUNG STATT AKTION

Ansonsten haben wir für uns zwei Prioritäten gesetzt:

1. Unser Fokus liegt auf Beziehungen statt auf Aktionen. Wir wünschen uns vor allem anderen, dass Menschen bei uns in der Gemeinde ankommen können. Das braucht Zeit. Und das geschieht nur dann, wenn sie sich wahrgenommen fühlen. Die Gespräche vor und nach den Gottesdiensten sind von daher genauso wichtig wie der Gottesdienst selbst. Denn wer für sich erkannt hat: Hier treffe ich nette Leute, der kommt viel eher wieder. Und irgendwann ist er/sie auch bereit, über persönlichere Dinge, auch Glaubensfragen, zu reden und ein (Glaubens)Kursangebot zu besuchen oder sich einem Hauskreis anzuschließen.

2. Unser Fokus liegt auf der Stärkung des Gemeindealltags. Es entsteht ein Fundament von Beziehungen, wenn Menschen regelmäßig zusammenkommen – in Gruppen und Kreisen, bei zielgruppenorientierten Gottesdiensten o.a. „Was nicht regelmäßig geschieht, ist in der Regel mäßig“. Leute wünschen sich, wenn sie sich irgendwo anschließen, Kontinuität. Kontinuität hat viel mit Beheimatung zu tun. Und daraus folgt auch, dass das Regelmäßige leistbar sein muss: „Was nicht einfach geht, geht einfach nicht.“

HIER KOMME ICH VOR

Als landeskirchliche Gemeinden wollen wir Menschen möglichst milieu- und generationenübergreifend ansprechen. Aktuell erweitern sich vielerorts die Gottesdienstformen – neue Lieder, kreative Elemente, mehr Interaktivität. In Stetten haben wir derzeit drei unterschiedliche Gottesdienstformate. An jedem Sonntag ist es ein wenig anders, was Ort und Zeit des Gottesdienstes und die Ausgestaltung angeht. Dabei wollen wir jedes Mal verschiedene Bedürfnisse bedienen, so dass möglichst viele Teilnehmer/innen das Gefühl haben: Hier komme auch ich vor mit dem, was mich anspricht. Wenn das wirklich gelingt, dass Menschen unterschiedlicher Generationen das Gefühl haben „Ich komme hier vor“, dann kann für sie so etwas wie Heimat entstehen.

HEIMAT FINDEN

Damit Menschen in einer großen Gemeinde trotz vieler unterschiedlicher Leute Heimat finden können, muss man immer wieder Gemeinschaftserfahrungen mit allen organisieren. In Stetten sind das die Gemeindefreizeiten und die regelmäßigen Gemeinde-Mittagessen nach besonderen Gottesdiensten. An dieser Stelle gilt: „Was aus dem Ärmel kommt, ist ärmlich.“ Hier braucht es gute Vorbereitung und sensible Durchführung.



Regelmäßiges Gemeinde-Mittagessen in Stetten

©: Marc Stippich



2024 auf der Gemeindefreizeit in Selbitz

©: Marc Stippich

Machen wir uns bei allem bewusst: Unser eigentlicher Heimatgeber ist Gott. Gott will aber weiter unterwegs sein mit uns – bis zur ewigen Heimat. Bis dahin muss Raum bleiben für Dynamik und Veränderung. Wenn unsere Gemeinde über Jahre hinweg vielen Menschen eine geistliche Heimat bieten will, wird sie sich immer wieder auf Veränderungen einlassen.

VOM ICH ZUM WIR – Beziehungsfähigkeit trainieren im Kindergarten

KINDERGARTEN-ALLTAG

Dario und Hanna spielen im Sandkasten. Hanna „backt“ konzentriert Sandkuchen. Plötzlich wirft Dario seine Schaufel weg und ruft im Wegrennen Hannas Rücken zu: „Komm, Hanna, wir gehen klettern!“ Hanna reagiert nicht, sie arbeitet vertieft an ihren Kuchen weiter.

Zwei Tage später: Dario und ein Brüderpaar sitzen in der Bauecke. Sie wissen nicht so richtig, was sie bauen wollen. Dario steht auf, schaut die Brüder auffordernd an und ruft begeistert: „Kommt, wir gehen in die Puppenecke!“ Begeistert springen die beiden auf und in der Puppenecke entwickelt sich ein fröhliches Spiel der drei Jungs.

Der gleiche Junge, zwei Situationen: einmal eine missglückte Beziehungsaufnahme, einmal eine gelungene. Das macht deutlich: Die Fähigkeit, Beziehungen aufzubauen, zu gestalten und zu erhalten ist nicht angeboren, sondern muss gelernt und geübt werden. Gerade im Kindergartenalter, wenn die sprachlichen Fähigkeiten ausgebildet sind und die

Autonomie-Phase überstanden ist, Kinder also unabhängiger von ihrer ersten Bezugsperson sind, steht das Üben von Beziehungsgestaltung im Vordergrund.

DAS ICH UND DIE ERWACHSENEN

Der Kindergarten ist für viele Kinder der erste Ort, an dem sie sich ohne Eltern außerhalb der Familie aufhalten. Dadurch öffnen sich neue Möglichkeiten, Beziehungen kennenzulernen und zu gestalten: zu ErzieherInnen und zu anderen Kindern. Sie müssen und können hier ihren eigenen Weg entdecken, wie sie Beziehungen leben wollen.

Viel Wert legen wir heute im Kindergarten auf die Eingewöhnungszeit. Kommt ein Kind neu dazu, nimmt sich die Bezugserzieherin exklusiv Zeit für dieses Kind. Sie lernt es kennen und versucht, eine verlässliche Beziehung aufzubauen. Nur in einer Atmosphäre von Geborgenheit, Sicherheit und Zuwendung ist Entwicklung möglich. Verlässliche Beziehungen kommen vor der Bildung. Eine Mutter hat mir neulich erzählt, wie wichtig ich für ihren Sohn sei. Das habe ich im Kindergartenalltag ganz anders

erlebt: ein fröhlicher Junge, der aktiv und interessiert mit anderen Kindern umgeht und von mir selten etwas wissen will. Eines Morgens gehe ich hinter ihm in den Gruppenraum. Er bleibt in der Mitte des Raumes stehen, schaut sich um, sieht meine Kollegin und fragt alarmiert: „Wo ist Caroline??“ Für ihn war nur wichtig, dass ich präsent bin. Aus dieser sicheren Beziehung heraus konnte er sich auf die anderen Kinder und die Herausforderungen des Tages einlassen.

Im Kindergarten sind wir Erziehenden die ersten Vorbilder, was Empathie und Beziehungsgestaltung angeht. Die Beziehung muss von uns ausgehen. Das Kind ist in einer unsicheren, unbekannten Situation und meine Aufgabe ist es, ihm darin Orientierung und Sicherheit zu geben.

DAS ICH UND DIE ÄLTEREN

In der Eingewöhnung versuchen wir, auch andere Kinder miteinzubeziehen. Indem wir das Kind und seine Vorlieben kennenlernen, können wir es mit anderen Kindern in Verbindung bringen, die ähnliche Interessen haben. Für die älteren Kinder gilt Ähnliches. Zunächst geht Beziehung von ihnen aus, indem sie auf die neuen Kinder zugehen. Das bietet weitere Lernmöglichkeiten: Die älteren Kinder erleben sich als Helfer, lernen, dass sie ihre Überlegenheit entweder unterstützend oder unterdrückend einsetzen können, üben, sich den Möglichkeiten der Jüngeren anzupassen, und sind in vielen Situationen Modell für die jüngeren Kinder.

Diese ermöglichen umgekehrt den Älteren Entspannung im gemeinsamen Spiel, da es in dieser Beziehung nicht um Wettkampf und Rangstreitigkeiten geht, wie bei Gleichaltrigen. Die jüngeren Kinder lernen in der Beziehung mit den älteren, um Hilfe zu bitten, und haben ein Vorbild, das sie imitieren können.

DAS ICH UND SEINE PEERS

In der Beziehung mit Gleichaltrigen wird die Entwicklung anders angeregt: Hier geht es um Kooperation und Wettbewerb, streiten und versöhnen, das Kennenlernen von unterschiedlichen Interessen und Meinungen. Hier üben die Kinder, Kompromisse einzugehen, um eine Beziehung zu erhalten, oder sie abubrechen, da die eigenen Interessen wichtiger für sie sind als die Beziehung. Mit den Peers üben sie, worauf es in Beziehungen ankommt, da nicht der Ältere Rücksicht auf den Jüngeren nimmt. Aus den beiden ersten Beispielen mit Dario lässt sich das gut veranschaulichen. Da ist zum einen das Timing: Wann ist der andere, mit dem ich in Beziehung treten möchte, dazu bereit? Hanna war es nicht. Sie war viel

zu vertieft. Dann kommt es auf Form und Inhalt an: WIE gehe ich auf die andere Person zu? Spreche ich zu ihrem Rücken oder nehme ich Blickkontakt auf? WAS biete ich meinem Gegenüber an? Eine interessante Alternative? Eine Ergänzung, Hilfe, etwas, das dem Interesse des anderen entspricht? Dazu benötigen sie genaues Hinschauen, Kompromissfähigkeit und Empathie. Unbedingt notwendig sind bei all dem kommunikative Fähigkeiten.

LERNBEGLEITER AUF DEM WEG

Ganz schön hohe Ansprüche für so kleine Menschen! Kein Wunder, braucht es Eltern und ErzieherInnen, die sie darin achtsam begleiten, anleiten und Vorbilder sind. Kein Wunder, stehen im Kindergarten das soziale Lernen, Kommunikation und das Üben von Beziehungen im Vordergrund. So entdecken viele Kinder unbezahlbare Schätze auf dem Weg vom Ich zum Wir.



Caroline Roth
Ehemalige Anker-Mitarbeiterin,
arbeitet jetzt als Erzieherin
in einem Kindergarten.



©: designed by Freepik

Beziehungen im Leib Christi

Im Lauf der Kirchengeschichte gab es zahlreiche schmerzhaft Spaltungen und Brüche. In Johannes 17,20 betet Jesus darum, dass wir alle eins sind – so wie der Vater und Jesus eins sind. Dann wird die Welt glauben, dass Gott, der Vater, Jesus gesandt hat. Von Liebe geprägte Beziehungen und die Einheit unter uns Christen ist also ein wichtiges Zeugnis für das Evangelium. In den letzten Jahrzehnten gab es viele Bestrebungen und sehr ermutigende Schritte hin zur Einheit im Leib Christi. Am 8. Dezember 2001 kamen 800 Verantwortliche von Bewegungen und Gemeinschaften in der Münchner Matthäuskirche zusammen. Nach einer sponta-



nen Anregung von Verantwortlichen dieses Treffens schlossen die Anwesenden ein *Bündnis der gegenseitigen Liebe*. Es wurde zur Grundlage von allem, was sich danach in dieser Bewegung „Miteinander für Europa“ weiterentwickelt hat. Es folgten weitere große Treffen in Stuttgart und München und diese „Ökumene der Herzen“ zog große Kreise in weitere europäische Länder und in die Kirchen hinein.

VON HERZ ZU HERZ

Vom 27.-29. Juni 2025 fand erneut ein Treffen in der Münchner Matthäuskirche statt, an dem auch eine kleine Gruppe aus dem Wörnersberger Anker teilnahm. Die Teilnehmer kamen aus unterschiedlichen Konfes-

sionen und Prägungen. Aus verschiedenen Kirchen, Gemeinschaften und Bewegungen. Es gab gemeinsame Lobpreis- und Anbetungszeiten, unterschiedliche Workshops und viele spontane Gespräche in den Pausenzeiten. In allem erlebten wir, wie der Geist Gottes in aller Unterschiedlichkeit einen Raum schuf, in dem wir uns von Herz zu Herz als Brüder und Schwestern begegneten. Diese Einheit lässt sich nicht nur auf großen Kongressen erleben, sondern beginnt da, wo wir als Christen unterschiedlichster Prägung aufeinander zugehen und Christus im anderen suchen. Als Ankergemeinschaft wollen auch wir diese Einheit in aller Unterschiedlichkeit leben und andere dazu einladen.



Ralf Armbruster

Leiter des Leitungsteams und Geschäftsführer

Ankertext 166

Katja Stöhr

In Beziehung leben



Auf der ersten Seite der Bibel lesen wir: *Und Gott sprach: Lasst **uns** Menschen machen, ein Bild, das **uns** gleich sei ... Und Gott schuf den Menschen **zu seinem Bilde**.* (Hervorhebung des Verfassers) 1. Mose 1,26+27

Gott ist nicht nur einer. Er ist vielmehr drei in eins, er ist Vater, Sohn und Heiliger Geist. Jede dieser Personen ist Gott und als Gesamtheit sind sie Gott. Die Dreieinigkeit ist ein Geheimnis, das wir Menschen mit unserem Verstand nicht wirklich erfassen können. Aber die Trinitätslehre macht mir eines deutlich: Gott ist Beziehung!

GOTT IST BEZIEHUNG

Gott ist von seinem ganzen Wesen her Beziehung, denn er ist in sich Beziehung. Er lebt nicht nur Beziehung, sondern er ist Beziehung. Er ist perfekte Einheit und Verbundenheit in Vater, Sohn und Heiligem Geist. Die drei sind eins und doch sind sie verschieden. Sie sind einzelne, voneinander getrennte Personen. Sie verschmelzen nicht miteinander oder lösen sich im anderen auf. Und gleichzeitig sind sie eins. Gott ist ein Beziehungswesen durch und durch.

Wenn wir dieses Thema „Leben in Beziehung“ in eine Suchmaschine eingeben, dann werben die verschiedensten Beziehungsexperten darum, ihre Seiten zu lesen, ihre Seminare zu besuchen und ihre Bücher zu kaufen. Daran ist auch nichts falsch. Aber der absolute Beziehungsexperte ist der dreieinige Gott – denn er hat's erfunden. Deshalb tun wir gut daran, den dreieinigen Gott, um Rat zu fragen, wenn es um unser Miteinander geht. Schließlich hat er uns Menschen ihm ähnlich geschaffen – als Beziehungswesen.

GOTT SCHUF DEN MENSCHEN ALS BEZIEHUNGSWESEN

So wie Gott durch und durch Beziehung ist, hat er uns Menschen als Beziehungswesen geschaffen, denn er schuf uns zu seinem Bilde. Wir Menschen sind praktisch auf Beziehung hin angelegt und können ohne menschliche Nähe nicht überleben. Das hat ein grausames Experiment im Mittelalter belegt. Man hat Säuglinge nach der Geburt von ihren Müttern getrennt und in getrennte Räume gebracht. Dort wurden sie von einer Pflegeperson bestmöglich versorgt. Sie wurden gefüttert, gewaschen, gebadet, gewickelt. Äußerlich fehlte es ihnen an nichts. Allerdings wurde nicht mit ihnen geredet. Niemand schaute ihnen in die Augen und sie erlebten keinen liebevollen Körperkontakt. Sie erfuhren keine menschliche Nähe und es wurde ihnen kein Beziehungsangebot gemacht. Das schockierende Ergebnis war: Alle Säuglinge der Testreihe starben, obwohl sie körperlich gesund waren! Wir Menschen brauchen Nähe und Beziehung, um leben und überleben zu können.

Als Gott die Erde geschaffen und geordnet hatte, schuf er die Tiere. Und zwar immer zwei von einer Sorte. Eine weibliche Giraffe und eine männliche Giraffe. Eine weibliche Gazelle und eine männliche Gazelle, eine Henne und einen Hahn, eine Hündin und einen Rüden, eine Stute und einen Hengst. Es ist klar – er hat sie füreinander geschaffen. Nur beim Menschen ging er anders vor. Er schuf zunächst den Menschen. Und es steht auch nicht da, dass dieser Mensch männlich war. Er schuf den Menschen. Einen. Wofür hat er ihn geschaffen? Für sich selbst.

» GOTT HAT DEN MENSCHEN ZUERST FÜR SICH SELBST GESCHAFFEN

Gott wollte von Anfang an, von der erste Sekunde an Beziehung zu seinem Menschen und er hat den Menschen als sein Ebenbild auf Beziehung hin angelegt.

Die Tiere – Männchen und Weibchen – gleichen sich. Sie sind nach einem Bild geschaffen. Gott und Mensch gleichen sich, der Mensch ist nach Gottes Bild geschaffen. Diesen einen Menschen setzte Gott in den Garten Eden, seinen Lebensraum. Dort wollte er, Gott, mit ihm Gemeinschaft und Beziehung leben. Erst dann wurde aus dem Menschen Mann und Frau und sie bekamen den Auftrag, Beziehung zueinander zu leben.

Ich finde hier die Reihenfolge wichtig. Gott hat den Menschen zuerst für sich selbst geschaffen. Du bist zuallererst für die Beziehung mit deinem Schöpfer gemacht. Er will Gemeinschaft mit dir. Kannst du das denken? Schon als Same und Eizelle in dem Körper deiner Mutter zu verschmelzen begannen, hat Gott sich schon auf die Beziehung mit dir gefreut. Er hat sich darauf gefreut, sich dir als liebender Vater, als barmherziger Erlöser und mitfühlender Heiliger Geist vorzustellen und in dir zu leben. Bei der Schöpfung wollte Gott im Garten Eden mit dem Menschen Gemeinschaft leben. Heute will er in dem Garten deines Herzens mit dir Beziehung leben durch seinen wunderbaren, nahen Heiligen Geist. Dein Herz ist der Beziehungsort mit Gott. Auf diese Beziehung hin bist du angelegt und das ist deine erste Berufung.

Gott erhebt praktisch den Anspruch, der erste Beziehungspartner in deinem Leben zu sein. Er wünscht sich Nähe und Verbindung mit dir, seiner geliebten Tochter, seinem geliebten Sohn. Und wir sind herausgefordert, Gott auf seinen Anspruch und seinen Wunsch hin eine Antwort zu geben.

Hast du schon mal darüber nachgedacht, welche die wichtigste Beziehung in deinem Leben ist? Mein Mann und ich haben eine klare Entscheidung getroffen: Die wichtigste Beziehung in unser beider Leben ist die Beziehung mit Gott. Aus dieser Verbindung leben wir. Das heißt in der Praxis, dass Gott unser erster Ansprechpartner ist. Wenn ich ein Problem habe und nicht weiterkomme, wenn ich verletzt und traurig bin, wenn meine Gefühle übermächtig sind und ich Dampf ablassen muss – mein erster Ansprechpartner ist Gott selbst. Er kennt mich durch und durch, er lebt ja durch seinen Heiligen Geist in mir. Er versteht mich immer zu 100%. Bei ihm darf ich immer sein. Er weiß, was ich brauche. Er, der Erlöser, hat Lösung für mich.

Ich komme gerade aus einer Zeit, in der sich viele meiner menschlichen Beziehungen verändert haben. Oft habe ich mich einsam, verlassen und verletzt gefühlt. Unsere menschlichen Beziehungen verändern sich, weil wir Menschen uns im Laufe unseres Lebens verändern. Auch deshalb kommt es in unserem Leben immer mal wieder zu Beziehungsbrüchen. Ich habe mich gefragt: Welche Beziehung ist eigentlich wirklich sicher?



Ich kenne keine dauerhaft sichere Gemeinschaft außer der Beziehung zu dem dreieinigen Gott. Warum? Gott verändert sich nicht, er bleibt derselbe und das für alle Zeiten. In Hebräer 13,8 sagt Gott von sich: *Jesus Christus gestern und heute und derselbe auch in Ewigkeit.*

Gott ändert seine Haltung und seine Einstellung mir gegenüber niemals. Und seine Haltung mir gegenüber hat auch nichts mit meinem Verhalten zu tun. Wenn er sagt, dass er mich schon immer geliebt hat (Jeremia 31,3), dann wird das gelten – für alle Zeiten. Das gibt mir wahre Sicherheit, Beziehungssicherheit. In der Beziehung zu Gott erlebe ich eine Verbundenheit, die mich unabhängig von menschlichen Beziehungen macht. Und das brauche ich, um gute menschliche Beziehungen leben zu können.



Gott ist mein erster Beziehungspartner und er ist mein Ansprechpartner, was meine persönlichen Bedürfnisse angeht. Keine menschliche Verbindung gibt mir das, was ich zum Leben brauche. Keine menschliche Beziehung kann mir Wert zusprechen. Aber der Gott, der mich ins Leben rief und mir seinen Lebensodem eingehaucht hat, kann mir einen tiefen inneren Wert zusprechen. Menschliche Liebe ist immer Stückwerk, sie ist nicht perfekt. Aber um mich geliebt und angenommen zu fühlen, brauche ich es, mit einer perfekten und bedingungslosen Liebe geliebt zu werden. Diese lebensnotwendige

Liebe bekomme ich nur bei meinem himmlischen Vater. Auch Bedeutung erlange ich nicht durch meine Erfolge oder durch den Applaus von Menschen. Was mir wirklich Bedeutung verleiht, ist, dass der allmächtige Gott, der Schöpfer von Himmel und Erde, mich schwache Katja gebrauchen will, um sein Reich zu bauen.

Gott hat uns zuerst für die Beziehung mit sich selbst geschaffen. Das ist unsere erste Berufung. Erst danach hat er uns für die Beziehung zu unserem Nächsten berufen.

» GOTT HAT UNS ZUR BEZIEHUNG UNTEREINANDER BERUFEN

Ein neues Gebot gebe ich euch, dass ihr euch untereinander liebt, wie ich euch geliebt habe, damit auch ihr einander liebt. Johannes 13,34

Das ist mein Gebot, dass ihr einander liebt, wie ich euch geliebt habe. Johannes 15,12

Gott möchte, dass wir uns untereinander lieben. Und zwar so, wie er selbst uns geliebt hat. Im griechischen Urtext steht an dieser Stelle für Liebe die Agape-Liebe, also die göttliche Liebe. Wir sollen unseren Nächsten mit der göttlichen Liebe lieben. Was für ein Anspruch! Aber das kann ich nur ansatzweise leben, wenn ich diese göttliche Liebe zuerst für mich selbst erlebt und in Anspruch genommen habe. Und es reicht auch nicht, von dieser Liebe zu wissen oder sie zu studieren. Ich brauche es, diese göttliche Liebe zu erfahren, zu erleben, in sie einzutauchen und von ihr durchdrungen zu werden.

Als ich mit 16 Jahren zum lebendigen Glauben kam, hörte ich von dieser Liebe, mit der Gott mich liebt. Aber ich konnte sie nicht glauben und auch nicht fassen. Zu tief saßen in mir die Verletzung der Ablehnung und das Erleben, nicht gewollt zu sein. Doch ich wollte diese Liebe Gottes erleben. Ich wollte, dass diese Liebe mein verwundetes Herz heilt. Und ich begann mich nach ihr auszustrecken. Ich betete: Gott, ich lasse dich nicht, bis ich die Liebe, mit der du mich liebst, auch wirklich fassen, begreifen und fühlen kann.

wörnersberger



anker

angebote 2025/26

NEUE ANGEBOTE

ACI Coaching Seminartage

In Persönlichkeit reifen und das Leben meistern!

● **24.1.2026**

Auf den Spuren meiner Herkunft

Meine Prägung verstehen und Herausforderungen meistern



● **21.3.2026**

Entdecke dich selbst und andere

Typen und Temperamente



● **26.9.2026**

Meine Identität finden

Entdecke, wer du wirklich bist



● **5.12.2026**

Meinen Antreiber auf der Spur

Mein Handeln verstehen und konstruktive Schritte angehen



7. - 9.11.2025

Schöpfen aus der Quelle

Als Ehepaar bei Gott auftanken



6. - 8.3.2026

Berufung im Ruhestand

Neue Wege im Reich Gottes



28. - 31.3.2026

Kinderfreizeit im Anker

Für Kids von 8 - 12 Jahre



26. - 27.9.2025
Pilgerprojekt -
24 Stunden Auszeit

Gott und Menschen begegnen



2. - 5.10.2025
Anker Ehekurs

Unsere Ehe verankert in Gott



(c) Foto: InstagramFOTOGRAFIN/ Pixabay

30.10. - 2.11.2025
Mit Schwung in die zweite Hälfte
Ehepaare in der Lebensmitte (50+)

Plötzlich stehen wir in der Lebensmitte. Die Kinder gehen aus dem Haus, die alten Eltern müssen versorgt werden, berufliche Veränderungen kommen auf uns zu. Während solcher Veränderungen kann es in der Ehe manchmal ganz schön kriseln. Es lohnt sich, in dieser Zeit in die Partnerbeziehung zu investieren.

Mit Katja und Stephan Stöhr

Preis p.P.: VP 193 Euro
Seminar 110 Euro



7. -9.11.2025
Schöpfen aus der Quelle

Als Ehepaar bei Gott auftanken

Frühbuchervorteil bei
Anmeldung bis 22.9.25



(c) Foto: Rainer Sturm/ Pixello

In unserem Alltag geben wir uns oft mit geistlichem Fastfood zufrieden. Dabei deckt uns Gott persönlich liebevoll den Tisch (Psalm 23). In diesen Tagen wollen wir uns die Zeit nehmen und direkt zur Quelle gehen – zu Gott selbst. Sein Tisch ist reichhaltig gedeckt.

Mit Katja und Stephan Stöhr

Preis p.P.: DZ/VP: 119 Euro
Seminar 95 Euro



10. - 12.10.2025
Mutter-Tochter-Wochenende

Ein Wochenende für Mutter und Tochter (8-12 Jahre), Zeit nur zu Zweit, gemeinsam einmal den Alltag vergessen, kreative schöne Mädelsachen machen, ausgiebig quatschen, um gestärkt in den Alltag zurückzukehren. Dazu laden wir euch ein.

Mit Yvonne Wieland, Caroline Roth und Team

Preis für Mu. und To.: 260 Euro



7. -9.11.2025
Anker next: Creativ
(für junge Erwachsene)

Es soll ein Wochenende sein, bei dem du die Möglichkeit hast, dich in vielfältiger Weise kreativ auszutoben. Gleichzeitig soll es auch den Freiraum geben, das zu tun, was dir guttut. Wir wollen zusammen unterwegs sein und Gott in der Kreativität begegnen und feiern.

Mit Sophia Schanz und Team

Preis p.P.: DZ/VP: 120 Euro
Seminar 40 Euro
(Freundschaftsrabatt möglich)



21. - 23.11.2025
Männerwochenende
Mal richtig genießen!

Mit Ralf Armbruster und Team

Preis p.P.: DZ/VP: 125 Euro
Seminar 120 Euro



Tagesseminar: 22.11.2025
Oh, wie peinlich! (belegt, Warteliste möglich)
Das Gefühl der Scham verstehen
und einen gesunden Umgang einüben

Mit Stephan Stöhr und Johanna Adam

Preis p.P.: 85 Euro



Tagesseminar: 6.12.2025 + 21.3.2026
Oasentag
In Gottes Gegenwart zur Ruhe kommen

An diesem Tag (9.00 - 17.00 Uhr) wollen wir in Gottes Gegenwart zur Ruhe kommen

- unter Anleitung einen Bibeltext meditieren
- hören auf Gottes Impulse
- Zeit für Bewegung und Stille in der Natur
- sich an den gedeckten Tisch des Herrn setzen und Abendmahl feiern

Mit Silke Gommel

Preis p.P.: 65 Euro (2025)
67 Euro (2026)



30.10. - 2.11.2025
Wertimagination - Nur Mut!
Mut als Türöffner zum Leben

Vielleicht wünschst du dir mehr Mut für manche Situationen in deinem Leben. Wie könnte dein Leben aussehen, wenn du mehr Mut hättest? Gedanken aus der Logotherapie und innere Bilder aus der Wertimagination zeigen dir, wie du mehr Mut entwickeln und dein Leben gelingend gestalten kannst.

Mit Cornelia und Jürgen Hieber

Preis p.P.: DZ/VP 193 Euro
Seminar 140 Euro



(c) Foto: Mimansak-nepal/ Unsplash

28. - 30.11.2025
Adventsfreizeit für Familien

Adventsfreizeit für Familien und Alleinerziehende: Bewusst ruhig starten in die betriebsamste Zeit des Jahres, denn Gott möchte bei uns ankommen, mitten in unseren Familienalltag. (Kinderprogramm von 3-12 Jahre, Kinderbonus: Kinder bis 12 Jahre übernachten kostenlos!)

Mit Yvonne Wieland und Team

Preis p.P.: DZ/VP 122 Euro
Seminar 95 Euro
Kinder (2-5 J.) 34 Euro,
(6-12 J.) 46 Euro,
(13-15 J.) 98 Euro



Tagesseminar 13.12.2025
Du bist gesehen
Befreit leben unter Gottes liebevollem Blick

Gott ist ein Gott, der dich sieht. Und doch leben wir oft unter den Blicken von Menschen und werden von ihnen abhängig. Gott lädt uns ein, uns unter seinen liebevollen Blick zu stellen und das zu leben, was er in uns hineingelegt hat.

Mit Katja und Stephan Stöhr

Preis p.P.: 65 Euro



28.12.2025 - 1.1.2026

Urlaubstage über Silvester

Entspannt und ermutigt ins Neue Jahr



(c) WarrenWong/ Unsplash

Urlaubstage über Silvester: Mit Gott „Entspannt“ das Alte Jahr beenden und „Ermutigt“ ins Neue Jahr starten in einer bunten Gemeinschaft von Familien, Singles und Ehepaaren (Kinderprogramm 3-12 Jahre).

Mit Yvonne Wieland und Team

Preis p.P.: DZ/VP: 242 Euro

Seminar 95 Euro

Kinder (2-5 J.) 90 Euro,

(6-12 J.) 120 Euro,

(13-15 J.) 230 Euro



Tagesseminar: 7.2.2026

Starke Familie werden & Liebespaar bleiben

Ihr seid in das Abenteuer Familie gestartet. Bei all dem Trubel merkt ihr, dass es herausfordernd ist, das Leben aktiv zu gestalten und nicht vom Alltag überrollt zu werden. Wie können wir eine starke Familie werden und Liebespaar bleiben?
Kinderbetreuung für Kinder von 3-9 Jahren.

Mit Sarah und Andreas Lauser

Preis p.P.: 69 Euro



6. - 8.3.2026

Das Enneagramm - eine faszinierende Typologie

Grundlagenseminar

Das Enneagramm ist ein Modell der Selbsterkenntnis, das zur Eigenreflexion einlädt und die Persönlichkeitsentwicklung fördert. Es unterscheidet neun Persönlichkeitstypen und ist überall dort anwendbar, wo Menschen miteinander leben, lernen, arbeiten, führen und feiern.

Mit Martin Günther, Systemischer Coach (CAS), Christlicher Coach (ACI), Begleiter für Persönlichkeitsentwicklung (ICL) **und Christa Günther**, Individualpsychologische Beraterin und Begleiterin für Persönlichkeitsentwicklung (ICL)

Preis p.P.: DZ/VP 130 Euro

Seminar 190 Euro



Tagesseminar: 24.1.2026

Ermutigungstreffen für Lehrer- und ErzieherInnen

Eine Stunde in Gottes Gegenwart ist besser als Jahre des eigenen Abmühens. Dieses Treffen in Kooperation mit LET möchte LehrerInnen und ErzieherInnen in ihrer Berufung stärken, ermutigen und in Kontakt bringen. Damit jeder Schüler einen Lehrer kennt, der für Jesus Christus brennt.

Mit Hartmut Weber

Preis p.P.: 47 Euro



18. - 22.2.2026

Oasentage

Ankommen - Aufatmen - Weitergehen

In diesen Tagen laden wir ein, bewusst innezuhalten und anzukommen bei sich selbst. In Andachten, Lobpreis und Zeiten der Stille dürfen wir in Gottes Gegenwart aufatmen und einmal nur SEIN, ohne etwas leisten zu müssen. Neu gestärkt dürfen wir dann weitergehen und unseren Alltag wieder in Angriff nehmen. Im Preis enthalten ist ein Begleitergespräch mit einem Mitarbeiter.

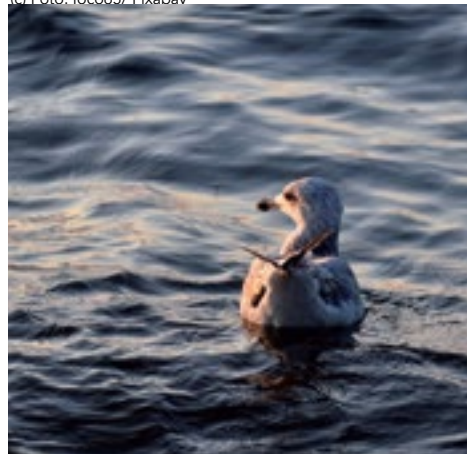
Mit Katja und Stephan Stöhr

Preis p.P.: DZ/VP 265 Euro

Seminar 150 Euro



(c) Foto: loco65/ Pixabay



13. -15.3.2026

Wochenende für Pflege- und Adoptiveltern

Niemals allein!

Oft fühlen wir uns im herausfordernden Familienalltag allein gelassen, doch wir dürfen mit Gottes Eingreifen rechnen. Wir wollen einander Mut machen, miteinander ins Gespräch kommen und Gott begegnen, um neue Kraft zu schöpfen. Kinder- und Teenieprogramm von 2-15 Jahren.

Mit Yvonne Wieland und Team

Preis p.P.: DZ/VP 130 Euro

Seminar 90 Euro



30.1. - 1.2.2026

Wertimagination: Versöhnt leben

Wer wünscht sich nicht in Frieden mit sich selbst und anderen zu leben! Stattdessen kämpfen wir immer wieder mit Unzufriedenheit und Enttäuschungen. Impulse aus der Logotherapie und innere Bilder zeigen uns Wege, wie wir versöhnt leben können und was die Versöhnung durch Gott damit zu hat.

Mit Cornelia und

Jürgen Hieber

Preis p.P.: DZ/VP 130 Euro

Seminar 119 Euro



27.2. - 1.3.2026

Resilienz -

Krisen und Stress meistern

Stärken Sie Ihre seelische Widerstandskraft

Stark und standhaft wie ein Baum, auch bei kräftigem Gegenwind - wer wünscht sich das nicht? Bei diesem Seminar werden Sie Ihren „Resilienz-Tank“ anhand der „Schlüsselfaktoren der Resilienz“ auffüllen, um Herausforderungen und Stress durch den Glauben gelassener und stärker begegnen zu können.

Mit Stefan Schmid,

Pastor, Resilienz-Experte, Krisen- & Stressmanager, BurnoutCoach, Individualpsychologischer Berater

Preis p.P.: DZ/VP 130 Euro

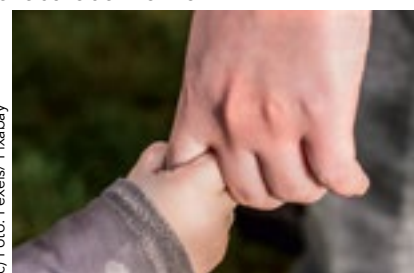
Seminar 135 Euro



Tagesseminar: 18.4.2026

Vaterherztag

An der Hand von Abba-Vater geliebt leben lernen



(c) Foto: Pexels/ Pixabay

An der Hand unseres himmlischen Vaters wollen wir Geheimnisse der Bibel entdecken und diese in unserem Leben wirksam werden lassen. Wenn sich dein Herz nach Herzensbegegnung sehnt und du dich durch kreative Elemente bereichern lassen möchtest, dann sei herzlich willkommen.

Mit Martina und Michael

Kinzel mit Team von

Geliebt Leben e.V.

Preis p.P.: 49 Euro



Tagesseminar: 18.4.2026

ZuFRIEDENheit finden

Gottes Ziel für dich

Wenn unsere Grundbedürfnisse auf gute Weise befriedigt sind, stellt sich innere Zufriedenheit ein. Gott hat sich dieses lebensförderliche Gefühl ausgedacht und wir können daraus unser Leben gut gestalten.

Wenn wir unzufrieden sind, sollten wir nach der Erfüllung unserer Bedürfnisse fragen.

Mit Johanna Adam und Stephan Stöhr

Preis p.P.: 89 Euro



24.- 26.4.2026

Frauenwochenende

Herzheimat - Bei Gott zuhause sein

Wir alle brauchen einen Ort, den wir unsere Heimat nennen. Bei Gott zuhause sein bedeutet, dass ich diese Heimat in meinem Herzen finde und trage, denn Gott wohnt in meinem Herzen. Über dieses Thema wollen wir miteinander ins Gespräch kommen und ein Wochenende voll wertschätzender Frauengemeinschaft erleben.

Mit Katja Stöhr und Team

Preis p.P.: DZ/VP: 143 Euro

Seminar 95 Euro



Weitere Termine 2026 (Mai bis Dezember)

- | | |
|-------------------|--|
| 26. - 31.5. | Genießer- und Aktivwoche für Singles |
| 4. - 7.6. | Anker next Connect Freizeit (für junge Erwachsene) |
| 27. + 28.6. | Ankernetzfreundes- und Ankertag |
| 3. - 5.7. | Mutter-Tochter Wochenende |
| 17. - 19.7. | Vater-Teenie Wochenende |
| 1. - 8.8. | Sommerwoche für Familien |
| 25. - 26.9. | Pilgerprojekt |
| 1. - 4.10. | Anker Ehekurs |
| 16. - 18.10. | Enneagramm Aufbau 1 |
| 17.10. | Hören auf Gott |
| 29.10. - 1.11. | Mit Schwung in die zweite Hälfte |
| 29.10. - 1.11. | Wertimagination |
| 6. - 8.11. | Zeit zu zweit |
| 13. - 15.11. | Männerwochenende |
| 20. - 22.11. | Anker next Creativ (für junge Erwachsene) |
| 20. - 22.11. | Gefühle - die Sprache der Seele |
| 27. - 29.11. | Adventsfreizeit für Familien |
| 5.12. | Oasentag |
| 12.12. | Du bist gesehen |
| 28.12.26 - 1.1.27 | Urlaubstage über Silvester |



(c) Foto: Wörnersberger Anker

**ANKERZEIT
GOTTESDIENSTE**

Die Ankerzeit wird von der Ankergemeinschaft gestaltet:

nächste Termine:

24.9. / 15.10. / 12.11.

jeweils 20.00 bis 21.30 Uhr

10.12. Taizé-Abend mit

Waffeln+Punsch, ab 19 Uhr

Gut zu wissen

Infos zur Anmeldung und unseren Angeboten finden Sie auf unserer Homepage.



Unsere Seminare starten, wenn nicht anders angegeben, um 18.30 Uhr mit dem Abendessen und enden ca. 13.30 Uhr nach dem Mittagessen.

Hier finden Sie Informationen und Bedingungen zu unseren Seminaren.



Gruppen/Einzelgäste

Gerne begrüßen wir Sie als Gast in unserem Haus.



Unsere Angebote für Gemeinden

Gerne lassen wir uns zu Gemeindeabenden für Erwachsene, Ehepaare und junge Erwachsene einladen. Ebenso zu Predigtstunden, Impulsen für Gruppen ...

Mach dein FSJ/BFD mit MEHRWERT!



*** in deiner Persönlichkeit wachsen *** deinen Glauben vertiefen *** neue Fähigkeiten lernen *** Gemeinschaft (er)leben ***

Werde Teil der Lebensschule im Wörnersberger Anker.

Deine Aufgaben:

- praktische Mitarbeit in Haus, Küche oder/und Technik, Kinderprogramm
- Einsatz bei einer Begegnungsreise nach Rumänien
- 31 Studientage



Scan den QR Code oder informiere dich unter Lebensschule@ankernetz.de

glauben. leben. lernen

wörnersberger anker



Wörnersberger Anker e.V. | Hauptstraße 33 | 72299 Wörnersberg
Tel. 07453/9495-0 | info@ankernetz.de | www.ankernetz.de

Anschrift

Wörnersberger Anker e.V.
Hauptstr. 32, 72299 Wörnersberg
Tel: 07453/94950
Mail: info@ankernetz.de
Homepage www.ankernetz.de

Bankverbindung

Volksbank Nordschwarzwald
DE77 6426 1853 0061 9320 00
BIC: GENODES1PGW

wörnersberger  **anker**

Das ist nun Jahrzehnte her. Ich weiß nicht genau, wann es passiert ist. Und ich ahne, dass es mit dem geduldigen und liebevollen Wirken Gottes an meinem Herzen zu tun hatte, denn eines Tages konnte ich sagen: Ich bin geliebt. Ich konnte Gottes Liebe zu mir fassen und auch fühlen. Gottes Agape-Liebe ist nicht in erster Linie für unseren Kopf gedacht. Sie will in unser Herz und in unseren Bauch. Sie will erlebt und gefühlt werden. Denn dann kann sie weiterfließen zu meinem Nächsten.



©: Von Bastian Gläßer - own work, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=1085548>

Zu diesem Thema gefällt mir das Bild vom römischen Brunnen, nach dem ich schon seit vielen Jahren mein Leben ausrichte. In diesem Bild kommt Wasser zum Fließen. Aber das, worauf es dabei ankommt, „produziert“ der Brunnen nicht selbst. Das Wasser kommt von außen oder von oben. Auch wir müssen die Liebe für unsere Beziehungen nicht selbst produzieren. Wir dürfen sie uns schenken lassen von dem, der die Liebe selbst ist. Ich merke, ich habe eindeutig nicht genug menschliche Liebe, noch nicht einmal für meinen Ehepartner. Aber Gott ist die Quelle der Liebe. Er hat genug. Und so gehe ich immer wieder im Gebet zu dieser Quelle und bitte Gott um Liebe für meinen Partner und meine Beziehungen. Ich gebe zu, das kostet eine Portion Stolz, aber ich habe noch

nie erlebt, dass Gott mir diese Bitte nicht erfüllt. Und somit ist das Bild des Brunnens auch ein Bild des Empfangens. Man kann sich die Schalen auch als zwei geöffnete Hände vorstellen.

Die oberste Schale des Brunnens steht für meine persönliche Beziehung zu Gott. Hier fängt alles an. Das finde ich das Wunderbare an diesem Bild. Erst wenn meine Schale voll ist, fließt sie über. Hier, in der Beziehung zu Gott, darf ich empfangen und voll werden. Hier bekomme ich alles, was ich brauche. Hier darf ich bedürftig sein, hier darf ich schwach sein, hier darf ich Kind sein und mich lieben lassen. Und wenn meine erste Schale voll ist, dann fließt sie über – dann fließt sie in die nächste Schale.

Die zweite Schale steht für die Person, mit der ich am nächsten verbunden bin. Das kann mein Ehepartner, mein Freund oder meine Freundin oder auch ein naher Verwandter sein. Und das Großartige beim Fließen ist, dass die erste Schale beim Überfließen nicht leerer wird!

Ich habe mich manchmal schon dabei ertappt, dass ich bildlich gesprochen in meiner obersten Schale stehe und versuche, das bisschen Wasser, das sich darin befindet, für meinen Partner nach unten zu schöpfen. Doch das ist unfassbar anstrengend und es geht einem schnell die Puste, die Kraft und das Durchhaltevermögen aus. Wenn dagegen meine Schale voll ist, dann fließt es automatisch. Ich merke das auch im negativen Sinn. Wenn meine Beziehung zu Gott nicht stimmt, wenn ich mich z.B. nicht von ihm lieben lasse, sondern ihm beweisen will, dass ich es wert bin, geliebt zu werden, dann bleibe ich nicht im Empfangen. Und das hat dann Auswirkungen auf meine Beziehungen. Dann fordere ich z.B. von meinem Mann oder von anderen Menschen, was mir an Wert und Anerkennung fehlt, und schon läuft etwas schief und ich werde abhängig. Wenn aber mein Bedürfnis nach Wert und Anerkennung, sowie andere tiefe, innere Bedürfnisse zu einem guten Teil gestillt sind, dann fließt die Liebe, mit der Gott mich liebt, wie von selbst weiter.

Das ist mein Gebot, dass ihr einander liebt, wie ich euch geliebt habe. Johannes 15,12

WAS HILFT MIR, GUTE BEZIEHUNGEN ZU LEBEN?

» DIE BEZIEHUNG ZU MEINEM SCHÖPFER

Durch die Beziehung zu meinem Schöpfer kommen die anderen Beziehungen in meinem Leben ins Gleichgewicht. Ich erwarte nicht von ihnen, was mir nur Gott geben kann. Johannes Hartl hat einmal gesagt: „Die Lösung für 90 % deiner Beziehungsprobleme lautet: Hör auf, darauf zu warten, dass ein anderer Mensch dich glücklich macht.“

Ich habe einmal die Entscheidung getroffen: Ich entlasse Menschen aus meiner Forderung, mich zu lieben. Diese Entscheidung macht mich wunderbar unabhängig von Menschen und ich stehe auch nicht in der Gefahr, Menschen von mir abhängig zu machen.

In der Beziehung zu meinem Gott, der durch und durch Beziehung ist, lerne ich, in meinen Beziehungen zu leben. Er steht mir zur Seite und ist mein bester Ratgeber. Er hilft mir auch, Beziehungsbrüche in meinem Leben zu verarbeiten und mich immer wieder neu auf Beziehungen einzulassen, trotz Verletzung und Enttäuschung. Er hilft mir neu zu vertrauen.

» EINE GESUNDE EIGENBEZIEHUNG

Unser Beziehungs-Gott hat uns ein dreifaches Gebot von Liebe gegeben. Es steht in Matthäus 22, 37-39: *Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele, mit allen Kräften und von ganzem Gemüt, und deinen Nächsten wie dich selbst.*

Hier ergibt sich eine wunderbare Reihenfolge, und wenn wir weise sind, versuchen wir danach zu leben. Unser erstes Beziehungsauge merk liegt auf der Beziehung mit Gott. Davon habe ich schon geschrieben. Das zweite Beziehungsauge merk liegt auf der Beziehung zu mir selbst. Denn nur, wenn ich weiß, wie es ist, mich selbst zu lieben, dann weiß ich auch, wie ich meinen Nächsten lieben kann.

Von Johannes Hartl stammt der Satz: Ich liebe meinen Nächsten nur so gut oder schlecht, wie ich mich selbst lieben kann.



Ich konnte mich selbst viele Jahre nicht lieben. Das hat meine Beziehungen stark belastet, denn ich war nicht wirklich fähig, die Menschen, die mir wichtig waren, zu lieben. Es drehte sich immer alles um mich selbst. Erst als ich mehr und mehr zulassen, fassen und fühlen konnte, dass Gott mich liebt, bekam ich die Sehnsucht, mich auch selbst zu lieben. Aber wie macht man das? Ich war so sehr an Ablehnung gewöhnt, dass ich angefangen hatte, mich auch selbst abzulehnen. Wie soll ich mich nun lieben können? Schließlich ging ich zu Gott und betete: Also, du behauptest mich zu lieben und ich will lernen, von dieser Liebe zu leben. Kannst du mir dann nicht auch von deiner großen Liebe für mich etwas abgeben in der Form, dass ich mich selbst lieben kann?

Mit diesem etwas ungewöhnlichen Gebet lag ich Gott eine lange Zeit in den Ohren. Und das, was ich nicht tun konnte, das hat er mir schließlich geschenkt. Er beschenkte mich damit, dass seine Liebe mein Herz erreichte und ich mich auch selbst lieben konnte.

Diese Entwicklung machte ganz viel mit meinen Beziehungen. Ich war nun geliebt – von Gott höchstpersönlich und auch von mir selbst. Also musste es in meinen Beziehungen und Freundschaften nicht immer um mich gehen und darum, dass mein leerer Liebestank gefüllt wurde. Ich konnte mich endlich ehrlich für mein Gegenüber interessieren und mich investieren.

Eckhart von Hirschhausen hat einmal gesagt: Liebe dich selbst, dann können die anderen dich gernhaben.

Dieser Satz ist doppeldeutig und stimmt in doppelter Hinsicht: Nur wenn ich mich selbst liebe, kann ich Liebe von anderen Menschen auch empfangen. Mein Mann kann ein Lied davon singen. Ich würde noch dazufügen: Nur wenn ich mich selbst liebe, kann ich mein Gegenüber lieben. Die zweite Bedeutung dieses Satzes ist, wenn ich mich selbst liebe, ist es mir egal, was andere Menschen von mir denken und halten. Sie können mich sprichwörtlich gernhaben. Auch diese Bedeutung stimmt für mich. Genau so habe ich es erlebt.

Eigenliebe – und hier meine ich nicht Egoismus oder Narzissmus – ist eine wichtige Grundvoraussetzung für gesunde Beziehungen.

» DAS LEBEN IN EIGENVERANTWORTUNG

Das Leben in Eigenverantwortung ist eine weitere Grundvoraussetzung, um in gesunden Beziehungen zu leben. Wofür bin ich in meinem Leben und in meinen Beziehungen verantwortlich?

Ich trage die Verantwortung für mein Tun, mein Lassen, mein Reden, für meine Bedürfnisse, meine Gefühle und meine Reaktionen. *Ich* trage dafür Verantwortung – und nicht mein Gegenüber, egal wie nah mir dieser auch steht. Um es ganz klarzumachen, beschreibe ich es noch einmal anders: Mein Gegenüber ist **nicht** dafür verantwortlich, wie ich mich fühle. Er ist nicht dafür verantwortlich, dass es mir gut geht. Er ist nicht dafür verantwortlich, wie ich auf ihn reagiere, selbst wenn er mich verletzt hat. Ich bin für mich verantwortlich.

Eigenverantwortlich leben bedeutet auch, dass ich lerne, schulfähig zu sein. Es gibt keine menschliche Beziehung, in der die Beziehungspartner nicht aneinander schuldig werden. Und eigenverantwortlich leben heißt, dass ich lerne, zu meiner Schuld zu stehen und dann auch mit ihr umzugehen. Wenn ich eigenverantwortlich

lebe und schulfähig bin, kann ich die Verantwortung für meine Reaktionen auf meinen Beziehungspartner übernehmen. Ich muss mich dann nicht mehr herausreden mit: „Du hast mich verletzt, deshalb habe ich dich angeschrien.“ Oder „Du bist nicht zu mir gestanden, deshalb rede ich jetzt schlecht über dich.“

Eigenverantwortliches Handeln führt zu klaren Ich-Botschaften wie „Ich bin wütend“, „Ich bin verletzt“, „Ich bin enttäuscht“. Es muss den Grund für die eigenen Gefühle nicht in dem Verhalten des Gegenübers rechtfertigen oder die eigene Schuld auf den anderen schieben.

Es gibt aber auch Menschen, die fühlen sich für alles und für jeden verantwortlich und auch an allem schuldig. Wenn der Partner achtlos und lieblos mit ihnen umgeht, dann meinen sie, daran schuld zu sein. Sie fühlen sich verantwortlich dafür, dass es dem Partner gut geht, dass er eine gute Beziehung zu Gott hat, dass er gut angezogen ist, dass Menschen gut von ihm denken ...

Sie fühlen sich für alles und jeden verantwortlich, können aber zu ihrer tatsächlichen Verantwortung und Schuld oft nicht stehen. Solche falschen Schuld- und Verantwortungsgefühle basieren meist auf einer Lüge. Zum Beispiel habe ich nahezu mit der Muttermilch eingetrichtert bekommen: „Du bist dazu da, dass es anderen gut geht.“ Im Umkehrschluss heißt das: Wenn es anderen in meiner Nähe nicht gut geht, dann trage ich dafür die Verantwortung, dann bin ich schuld. Solche Lügen gilt es aufzudecken und mit der Wahrheit Gottes zu überschreiben.

BUCH-TIPP

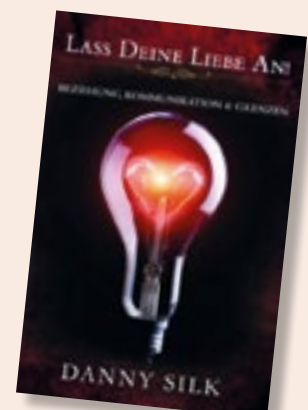
DANNY SILK

LASS DEINE LIEBE AN!

Beziehung, Kommunikation & Grenzen

ISBN-Nr.: 9783944794082

Grain-Press Verlag





Ich schließe mit einem positiven Bild über Eigenverantwortlichkeit, das sich mir tief eingepägt hat. Es ist das Bild der Holländischen Brücke. Die Holländische Brücke ist eine Kanalbrücke. Und das Besondere an ihr ist, dass sich beide Brückenteile unabhängig voneinander heben und senken lassen. Die gesamte Brücke steht für eine Beziehung. In dieser Beziehung gibt es zwei unabhängige Teile: meine Beziehung zu dir und deine Beziehung zu mir. Verantwortlich bin ich aber nur für den einen Brückenteil, nämlich meine Beziehung zu dir, unabhängig von deiner Beziehung zu mir.

Ich bin für meinen Teil der Beziehung verantwortlich und lasse den anderen los in seinen Teil der Beziehung. Ich bin nicht dafür zuständig, dem anderen zu sagen, wie er mir seine Zuneigung und Liebe zeigen soll. Ich bin nicht dafür zuständig, wie sich der andere verhält – auch nicht, wie er sich mir gegenüber verhält.

Dieses Konzept entdecke ich für meine Beziehungen immer mehr und immer tiefer. Und es hilft mir, nicht in falsche Erwartungen zu geraten, sondern die Verantwortung für mein eigenes Leben zu übernehmen. Dieses Konzept hilft mir, auf Schuldverschiebung und Manipulation zu verzichten und schuldfähig zu werden. Denn dann kann ich meine Schuld bekennen und Gott wird mir vergeben. Ich habe entdeckt, so ungewöhnlich dieses Konzept auch auf den ersten Blick scheint, es führt in meinen Beziehungen in eine Freiheit, in der Liebe fließen kann.

Nur lasst uns auf die richtige Reihenfolge in der Liebe achten!



Katja Stöhr
ist Teil des Anker-
Leitungsteams, Ehearbeit,
Seminare, Seelsorge



Toxische Beziehungen hinter frommen Fassaden

ECHT JETZT?! Kürzlich wurde ich in skeptischem Tonfall gefragt: „Toxische Beziehungsmuster hinter frommen Fassaden ... Begegnest du dem Problem so häufig, dass du dich gezwungen fühltest, dich mit einem Buch an die Öffentlichkeit zu wenden?“

Ich atmete tief durch. Gezwungen? Nein, ich fühlte mich geführt. Meinem Gegenüber antwortete ich: „Ja, ich erlebe in der Beratung tatsächlich häufig, dass Christen in der Beziehung mit anderen Christen suggeriert wird, dass sie geliebt und wertgeschätzt würden, der Umgang mit ihnen aber eine andere Sprache spricht.“

TOXISCHE BEZIEHUNGEN UND NARZISSTISCHER MISSBRAUCH

Mein Gegenüber war noch nicht überzeugt und meinte: „Den Begriff 'toxische Beziehungen' hör ich an jeder Ecke. Ist das nicht eine Modeerscheinung?“

Ja, viele Begriffe werden tatsächlich inflationär benutzt. Die Begriffe „toxische Beziehungen“ oder „narzisstischer Missbrauch“ sind zwar neu, aber was sie beschreiben, gab es schon immer. Toxisch bedeutet einfach vergiftend. Toxische Beziehungen sind solche, die zersetzen und nicht dem Leben dienen, sondern krank machen – oft verknüpft mit „narzisstischem Missbrauch“. Dieser Begriff steht für Verhaltensweisen, die (bewusst oder unbewusst) zum Ziel haben, das Gegenüber herabzusetzen und zu beherrschen, um den eigenen Selbstwert zu erhöhen.

SARAJ STUTZ DAMIT SICH DER NEBEL LICHTET

Toxische Beziehungsmuster hinter frommen Fassaden erkennen und heil werden



Verlag: Hänssler
ISBN: 978-3-7751-6241-8

Kennst du das Gefühl: Irgendetwas stimmt nicht in dieser Beziehung ... aber wenn du versuchst, es zu beschreiben, ist es ein Griff ins Leere? Toxische Beziehungen sind geprägt durch Verhaltensweisen, die bewusst oder unbewusst zum Ziel haben, das Gegenüber herabzusetzen, um den eigenen Selbstwert zu erhöhen. Aber wie dieses Unfassbare benennen? Im Nebel der Manipulation bleiben oft nur Verwirrung oder gar Verzweiflung zurück.

Saraj Stutz erklärt auf verständliche und nahbare Weise die Abläufe, Taktiken und Rollenverteilungen in destruktiven Beziehungen. Einfühlsam zeigt sie den Weg aus den Mustern des narzisstischen Missbrauchs auf in ein neues Beziehungsland, in dem dein Leben wieder blühen darf.



©: Erik Pabst

Psychische Gewalt ist immer schwer zu fassen. Deswegen beschreibe ich in meinem Buch die fünf Stimmungen, die in narzisstisch-missbrauchenden (Familien-)Strukturen immer anzutreffen sind.

STIMMUNG 1:

DAS SCHEINWERFERLICHT DER ÖFFENTLICHKEIT

Im Scheinwerferlicht der Öffentlichkeit zeigen sich manipulative Personen aufgeschlossen, interessiert, möglicherweise sogar als einfühlsame Persönlichkeiten. Sie glänzen in der Rolle, die im jeweiligen Kontext am meisten Anerkennung verspricht. Doch Manipulierer – ob männlich oder weiblich – benehmen sich eklatant anders, wenn niemand anwesend ist, den sie beeindrucken wollen. Früher oder später zeigen sich die Gesichter, die sie normalerweise gekonnt vor der Öffentlichkeit zu verbergen wissen.



©: Erik Pabst

STIMMUNG 2:

ES KIPPT! DER SABOTAGE-AKT

Sobald das Licht der Öffentlichkeit erlischt, wird es für das nahe Umfeld von narzisstisch-verbogenen Personen gefährlich. Denn es ist nur eine Frage der Zeit, bis Manipulatoren den Sabotage-Akt starten. Sie verunsichern das Gegenüber, um sich mächtiger zu fühlen und die Beziehung zu kontrollieren.

Manchmal verunsichern Manipulierer, indem sie eine bleierne Stimmung verbreiten oder den Selbstwert des Partners/ Kindes untergraben mit Sätzen wie: „Mir ist aufgefallen, dass du immer so nervös lachst, vielleicht solltest du etwas selbstsicherer auftreten.“ „Ich weiß nicht, ob die Leute gemerkt haben, dass deine Argumente völlig undurchdacht sind.“ „Was hast du dir nur dabei gedacht, dich so kindisch zu benehmen!“

Dadurch werden Partner/ Partnerinnen oder die Kinder in Bezug auf ihr Verhalten tief verunsichert. Sie fangen an, sich vor Austausch zu fürchten, denn sie erleben, dass alles gegen sie verwendet wird.



©: Erik Pabst

STIMMUNG 3:

ENTLADUNG BIS HIN ZU PSYCHISCHER VERNICHTUNG DES GEGENÜBERS

Manipulierer verarbeiten ihre Gefühle nicht wie gesunde Menschen, sondern missbrauchen das Gegenüber, um sich selbst zu „stabilisieren“. Das machen narzisstisch-verbogene Menschen, indem sie das Gegenüber angreifen, falsch beschuldigen, erniedrigen und demütigen. Das Verheerende daran: Betroffene verlieren jegliches Vertrauen in sich selbst.

STIMMUNG 4:**ES LIEGT AN DIR**

Nach der Entladung (psychischen Vernichtung) lassen stark manipulative Menschen jemanden (in der Familie) die Rolle übernehmen, alles wieder zu richten. Irgendjemand muss das Chaos ordnen, den Manipulierer beschwichtigen, seinem Ego huldigen und die Beziehung kitten. Und weil es auch die guten Zeiten gibt, glauben Betroffene: *Ich muss nur herausfinden, was ich falsch gemacht habe, und es das nächste Mal besser machen.*

Der Effekt von Stimmung 4 (Es liegt an dir) ist, dass Manipulierer mit der Verweigerung der Verantwortungsübernahme durchkommen, während sich die Betroffenen, trotz enormer Anstrengungen, die Beziehung zu retten oder es „gut zu machen“, schuldig fühlen und dabei komplett ausbrennen.

STIMMUNG 5:**ALLES WUNDERBAR! DER TANZ UM ROHE EIER**

Sobald die vermeintlich „Schuldigen“ benannt sind, geht es der manipulativen Person wieder gut. Sein / ihr Wunschbild von Familie oder Partnerschaft ist wiederhergestellt. Aber wie toll die Fassade nach außen aussehen mag: Dahinter gilt es, den diffizilen Eiertanz um die Launen des Manipulators zu meistern. Betroffene sind ständig angespannt und auf die Befindlichkeit der narzisstisch-verbogenen Person fixiert – bedacht darauf, ihr alles recht zu machen. Diese Anspannung verhindert Erholung und bewirkt, dass keine eigene Meinung oder Persönlichkeit entwickelt wird.

FROMME MANIPULATION

Wir Christen scheinen von der Pflicht zu vergeben und grenzenlose Barmherzigkeit zu üben, oft so hypnotisiert, dass wir gegen Manipulation, destruktive Verhaltensweisen und Missbrauch kaum je Stellung beziehen. Wenn Betroffene es wagen zu erzählen, was ihnen widerfährt, erleben sie nicht selten, dass Bibelstellen (oft aus dem Kontext gerissen) dazu missbraucht werden, Unterordnung und (willenlosen) Gehorsam wiederherzustellen. Betroffene glauben, sie würden sich gegenüber Gott versündigen, wenn sie sich gegen die destruktiven Menschen in ihrem Umfeld wehren. Was natürlich völliger, aber leider schwer durchschaubarer, Unfug ist.

MEIN WUNSCH

Mein Wunsch ist es, dass Betroffene verstehen, was ihnen widerfährt, und dadurch handlungsfähig werden. Das Buch ist mein Beitrag, den Unterschied zwischen echtem Glauben und instrumentalisierendem (religiösem) Machtmissbrauch in nahen Beziehungen für Betroffene und Begleitpersonen verständlich zu machen.

Mein Anliegen ist es, dass wir hinschauen. Dabei hilft mir der Vers aus dem ersten Johannes-Brief: „Meine Kinder, unsere Liebe darf nicht nur in schönen Worten bestehen; unser Tun (und Verhalten) muss ein echter Beweis dafür sein.“ 1. Johannes 3,18 (NEÜ)

© Erik Pabst



© Erik Pabst



©: www.janstoller.ch

Saraj Stutz

verheiratet, ein Sohn; christlich-psychologische Beraterin und Autorin, lehrt über narzisstischen Missbrauch und psychische Gewalt. Schwerpunkt: Behandlung posttraumatischer Belastungsstörungen durch körperzentrierte, gestalterische Therapieformen. Lebt und praktiziert im Raum Thun, Schweiz.

¿Hablamos español?
Ich spreche auch deutsch!

SPANIER, DEUTSCHER – ODER WAS?

©: Foto von fauvels / Pexels



Benaya Keppler

Leitung FTHkolleg & FTH-Interessenten (FSJ),
Freie Theologische Hochschule Gießen

Bis zu meinem zwölften Lebensjahr bin ich in Spanien aufgewachsen. Eigentlich kommt mein Vater aus Deutschland und meine Mutter aus Luxemburg, doch hatten sie schon früh eine gemeinsame Berufung in die Mission. So kam es, dass sie fünfzehn Jahre in Spanien in unterschiedlichen Gemeindediensten arbeiteten. Beide meiner älteren Schwestern und ich wuchsen dabei in Spanien als waschechte Spanier auf: Wir waren an öffentlichen Schulen, hatten hauptsächlich spanische Freunde und unser Spanisch war ohnehin besser als unser Deutsch. Unser einziger Bezug zu Deutschland bestand aus unseren jährlichen Besuchen der erweiterten Familie, KiKa und SuperRTL, die wir per Satellitenfernseher empfangen, sowie die Kassetten und CDs der großen Koryphäen der christlichen Kindermedien: Eckart zu Nieden und Daniel Kallauch.

STREITEN AUF SPANISCH

Eigentlich fühlte sich meine Kindheit deswegen zunächst ganz normal an. Ich war halt ein spanisches Kind mit deutschen Macken, die ich mit meinen Schwestern teilte. Wir haben genauso wie viele andere spanische Familien zusammen den Alltag gelebt, Ausflüge gemacht, Weihnachten gefeiert (wobei wir den 24. Dezember statt wie in Spanien den 6. Januar feierten), Filme geschaut und uns über Kleinigkeiten gestritten

(Spanisch bietet sich zum Streiten übrigens sehr an – es klingt leidenschaftlicher). Das wäre auch alles, was ich hierzu sagen könnte, wenn meine Eltern nicht aufgrund ihrer Arbeit dreimal innerhalb von Spanien umgezogen wären. Während meiner elf Jahre in Spanien habe ich nicht länger als vier Jahre an einem Ort verbracht. Das bedeutete für meine Schwestern und mich, dass wir jedes Mal in einer neuen Schule zurechtkommen mussten und neue Freunde

finden sollten. Aber auch das fand ich als Kind eigentlich gar nicht so schlimm. Schließlich kannte ich es ja nicht anders. Umzüge waren für mich einerseits traurig, andererseits aber auch sehr aufregend – bis heute. In all den Veränderungen wurde dabei das, was beständig war, immer wichtiger: meine Familie.

ZURÜCK IM (AUS-)LAND

Als wir „zurück“ nach Deutschland zogen, waren wir plötzlich nicht mehr Spanier mit deutschen Macken, sondern Spanier im deutschen (Aus-)Land. Alle innerspanischen Umzüge hatte ich bislang ziemlich gut weggesteckt, doch der Kulturwechsel nach Deutschland erwies sich als riesige Herausforderung. Es gibt unzählige ungeschriebene Regeln in Deutschland, die ich einfach nicht kannte. So musste ich zum Beispiel schnell lernen (was ich leider nicht schnell genug schaffte), dass der pechschwarze spanische Humor in einer deutschen Schule einfach nicht so gut ankommt. Der einzige Ort, an dem wir Geschwister „den Spanier so richtig raushängen lassen“ konnten, war untereinander. Spanisch wurde unsere Geheimsprache, um uns über „all die komischen Deutschen“ lustig zu machen. Trotz der normalen Dynamiken unter Geschwistern – wir waren, wie gesagt, Profis im Streiten – war meine Familie der sichere Ort für den spanischen Teil meiner Identität.

Fast vierzehn Jahre später wohnen meine Schwestern beide wieder in Spanien. Ich bin in Deutschland geblieben. Während meine Schwestern nie aufhörten, sich spanisch zu fühlen, wurde ich langsam zur deutschen Kartoffel (ich war schließlich auch jünger, als wir umgezogen sind). Dennoch sage ich immer wieder Sachen, die meine deutschen Freunde komisch finden. Auf manche Dinge reagiere ich unerwartet und weiß selbst gar nicht wieso. Bis ich dann mal wieder meine Schwestern treffe und merke, dass der Spanier in mir nie ganz verschwunden ist. Schließlich bin ich ein Deutscher mit spanischen Macken, was mir die Zeiten mit meinen Schwestern klarmachen.

IDENTITÄT DURCH JESUS

Es ist so wichtig, Menschen zu haben, die dieselben Erfahrungen und Identität teilen. Manch-



©: designed by wirestock / Freepik.com

mal versteht man sich selbst erst dann richtig, wenn man mit solchen Menschen zusammen ist. Über das normale Geschwisterverhältnis hinaus und trotz der Tatsache, dass wir zu unterschiedlichen Erwachsenen geworden sind, verbindet meine Schwestern und mich die gemeinsame Erfahrung, als Spanier in Deutschland gelebt zu haben.

Über die Jahre habe ich aber auch gelernt, dass es nicht nur eine soziale oder kulturelle, sondern auch eine geistliche Identität gibt. Erst wenn wir mit Menschen zusammen sind, die die gleichen Erfahrungen mit Jesus gemacht haben und deren Identität genauso von seiner Vergebung und Liebe bestimmt ist, verstehen wir wieder, wer wir wirklich sind. Für diejenigen, die in verwirrenden Zeiten ihre Identität suchen, kann ein einfacher Gottesdienst zum Familientreffen mit den unterschiedlichsten Menschen werden, die dieselben „Macken“ verbindet: unsere Erfahrungen mit Jesus.

Buch-Tipp zum Thema:

**GARY CHAPMAN
DIE FÜNF
SPRACHEN DER LIEBE**

Wie Kommunikation in
der Partnerschaft gelingt

Verlag: Francke-Buch GmbH
ISBN: 978-3-8612-2126-5



BEZIEHUNGEN ALS SINGLE

... wie ich sie lebe und was mich hindert

Manchmal bin ich frustriert, warum das Miteinander unter uns Menschen so kompliziert ist. Wir können scheinbar nicht miteinander, aber auch nicht ohneeinander. Ich glaube an einen Gott, von dem es heißt, dass er schon in sich Gemeinschaft ist als Dreieiniger Gott: Vater, Sohn und Heiliger Geist. Ich bin zur Gemeinschaft geschaffen. Menschen sollen in Beziehungen leben. Durch Beziehungen werden wir im besten Fall auch heil. Für mich als introvertiert veranlagtem Menschen ist dieses Wissen manchmal eine Selbstmotivation. Also rein in das komplizierte Beziehungsgeflecht – als alleinlebende Person. Denn auch ohne Partner gibt es jede Menge Beziehungen, die es zu pflegen, zu leben, zu genießen, zu feiern und zu gestalten gibt.

BEREICHERND

Beziehungen beruhen ja meist auf einem Hin und Her, auf Geben und Nehmen, welches sich immer wieder abwechselt. Speziell bei Freundschaften zu verheirateten Personen, zudem mit Kindern, habe ich in meiner persönlichen Statistik den Eindruck, dass ich mich eher öfter selbst einladen muss, denn im Familientrübels geht das manchmal unter. Verständlich. Da muss ich mich meist etwas reinquetschen. Eine Freundin sagte mir sogar, dass sie mich durch ihren Lebensstil nicht neidisch machen möchte. Doch ich empfinde den Austausch und das unterschiedliche Leben als Bereicherung. Mir ist bewusst, dass

jeder Lebensstil und jedes Leben seine eigenen Herausforderungen hat. So werden manche romantisch verklärten Vorstellungen beim Blick hinter die Kulissen schnell wieder relativiert. Und ich bin tatsächlich schon so manches Mal auch wieder dankbar gewesen, in meine ruhige Wohnung zurückzudürfen.

Freundschaften zu Menschen mit mehr Lebenserfahrung sind mir ebenfalls wichtig. Menschen, die mir auch im Glauben ein Vorbild sind, weil sie ihn in besonderer Weise leben. Ich möchte von ihnen lernen. Manchmal finde ich Antworten auf Lebensfragen, die sie sich auch schon gestellt hatten. Ich möchte Beziehung zu kleinen Menschen pflegen. Jesus waren die Kinder besonders wichtig. Mich auf ihre Welt einzulassen, erweitert meinen Horizont. Etwa wenn Hüpfspiele selbst entwickelt werden und keiner mehr eine Ahnung hat, welche Regeln es jetzt gibt und nur noch die Freude am Hüpfen da ist. Das fühlte sich tatsächlich befreiend an. Oder einfach bei einer Ameise zu verweilen und sie zu beobachten. Was gab es in diesem Moment schon Wichtigeres, als einfach zu sein!

IM WANDEL

Freundschaften verändern sich, wenn sich die Lebensumstände verändern. Das muss ich immer wieder neu akzeptieren. Wenn Freunde einen Lebenspartner finden und die Freundschaften sich dann dem geänderten Beziehungsnetz unterordnen, ist das nur natürlich. Und doch schmerzt es immer wieder. Oder wenn eine räumliche Entfernung entsteht: Es ist nicht mehr dasselbe, wenn eine Distanz von einer Stunde statt 5 Minuten zu überwinden ist.

In allem Wandel habe ich gemerkt, wie gut es ist, Jesus an meiner Seite zu haben. Ich werde von ihm als Freund bezeichnet. Er ist immer da. Doch so einfach ist es nicht. Denn ich bin meist leider ganz weit weg und komme schwer zur Ruhe vor Jesus, bei und in ihm. Auch die Beziehung zu ihm will gestaltet werden. Und es erfordert immer wieder ein Überdenken meiner Prioritäten. Starte ich gleich in den Tag oder komme ich erst zu Jesus.

Die Zeit ist da ein wichtiger Faktor, in allen Beziehungen. Ein Faktor, der zum Gelingen beiträgt, aber auch ein Hindernis sein kann. Und aus Jesus heraus zu leben und mit ihm Dinge zu besprechen und sie in seinem Licht zu sehen, das unterstützt mich und wirkt sich positiv auf alle anderen Beziehungen aus. Ich habe auch gemerkt, dass es mir hilft, mir selbst eine gute Freundin zu sein. Mir zuzuhören, mich zu achten und auch ernst zu nehmen. Dass ich in erster Linie selbst meine Grenzen achte und nicht von anderen erwarte, dass sie die Verantwortung dafür übernehmen. Manches Mal habe ich schon entdeckt, dass mein Stolz oder Neid eine Beziehung belastet hat und nicht die andere Person das Problem war.

Ich denke, das Thema Beziehungen wird auch immer ein Thema voller Veränderung sein, an die man sich anpassen muss. Kreativ sein, neue Wege gehen, sich selbst kennen und wissen, was einem gut tut, was ich brauche. Kompromisse eingehen, aber seine eigenen Werte nicht verleugnen. Und einen Weg aus der Komfortzone heraus. Da sein für mein Gegenüber. Es ist ein Balanceakt. Ein Weg, den es sich zu gehen lohnt. Denn zur Beziehung sind wir geschaffen.

Die Autorin des Artikels ist der Redaktion bekannt.



LIEBE DAS LEBEN

Hier geht's zur Internetseite:



Unser Tipp:

SOLO&CO – mehr Gemeinschaft für Singles

Als christlicher Single findest Du im Internet auf www.soloundco.net bestimmt die richtige Community.



©: Foto von Pixabay / Pexels

Was bewegt die junge Generation?



Sie sind „Multitasker“, engagiert, digital vernetzt, politisch aktiv – und zugleich geprägt von Unsicherheit und Krisenerfahrungen. Doch was genau bewegt sie wirklich? Und welche Werte zählen für junge Menschen heute? Das ist eine zentrale Frage für uns als Anker-Next-Generation-Team bei der Entwicklung unserer Angebote.

WER IST DIE GENERATION Z (1997-2012)?

Jede Generation ist von einer Leitfrage geprägt. Während die Babyboomer-Generation (geb. zwischen 1946 – 1964) fragen „Was ist richtig?“, steht „Wie gehöre ich dazu?“ im Mittelpunkt von Gen Z. Die aktuelle SHELL Jugendstudie zeigt, welche Werte, Einstellungen und Herausforderungen junge Leute bewegen. Ganz oben stehen „feste und stabile Beziehungen“. 90 % der Befragten nennen als wichtigstes Lebensziel „gute Freunde, die einen anerkennen und akzeptieren“. Diese Beziehungen sind wichtig für das eigene Wohlbefinden. Aber auch Toleranz und „Erleben“ (Spaß und Abwechslung) stehen hoch im Kurs. Junge Leute möchten zudem gesundheitsbewusster leben. Auch mentale Probleme und Krankheiten werden in Gen Z ernster genommen.

Die Gen Z ist mit der Herausforderung konfrontiert, in einer von Unsicherheit und Krisen geprägten Zeit ihre Identität zu finden. Zukunftsängste seien so hoch wie noch nie. Obwohl Beziehungen einen so hohen Wert haben, ist Gen Z dennoch einsam. Das liegt am zunehmenden Konsum Sozialer Medien, virtuellen parasozialen Beziehungen und an der Isolation während der Pandemie. Depressionen und Angststörungen entstehen zwar nicht durch den Konsum von Social Media, können aber dadurch verstärkt werden.

BEZIEHUNG ANBIETEN

Doch wie können wir dieser Generation begegnen? Anker Next möchte die Werte und Herausforderungen von Gen Z in ihren Angeboten thematisieren und dadurch in diese Generation investieren. Das gelingt durch das Angebot von Beziehung, Vermittlung von Annahme und Identität und dem Gefühl von „Erleben“ – inmitten von Unsicherheit und Zukunftsängsten. Wir möchten digitale Plattformen ausbauen und effektiv nutzen. Die Angebote sollen Raum für persönliche Spiritualität und individuelle Ausdrucksmöglichkeiten bieten, z.B. durch abwechslungsreiches Programm, Freiraum, Kreativität und Action. Junge Leute stehen religiösen Institutionen oft kritisch gegenüber. Sie bevorzugen spirituelle Vielfalt und den Austausch über persönliche Glaubensfragen, statt festgelegter Dogmen. Wir möchten Räume schaffen, in denen Teilnehmende durch Impulse von Gott inspiriert und ermutigt werden und durch kreative Zugänge eigene geistliche Erfahrung machen.



Hanna Bellezer

Du willst mehr über unsere Arbeit mit Gen Z erfahren? Dann check unbedingt unsere Angebote und lade junge Menschen dazu ein.

scan to
Anker-Next-
Angebote



Folge uns auf
instagram

Herzlich



Familie Mutamba – Michael, Milena und Zoey.

Lieber Michael, liebe Milena, ihr seid zusammen mit eurer 3-jährigen Tochter Zoey im September vom Erzgebirge nach Wörnersberg gezogen und bereichert unsere Gemeinschaft.

Michael, du hast deine Stelle als Referent mit Schwerpunkt junge Erwachsene angetreten. Was ist dir im Blick auf die junge Generation wichtig?

Ich liebe es, wenn bereits junge Menschen ihre Potentiale entdecken und entwickeln können.

Was sind deine Stärken und wie möchtest du sie einbringen?

Meine größte Stärke ist es, dass ich in der Regel nicht verstehe, warum etwas nicht funktionieren sollte, wenn Gott gesagt hat, dass es klappen wird. Wodurch ich oft in lustige Situationen komme, die am Ende bewahrheiten, was Gott von Anfang an gesagt hat. Diese Stärke möchte ich einbringen, indem ich anderen dazu ver helfe, zu erleben, wie die Verheißungen, die Gott ihnen geben wird und gegeben hat, erlebbare Realität werden.

willkommen ...



Milena, für was schlägt dein Herz?

Ich liebe es zu sehen, wie Kinder und Familien wachsen und sich zu Jesus hin entwickeln. Menschen, besonders Kinder und Mütter, zu ermutigen, das Bewusstsein von Gottes Gegenwart in den Alltag zu integrieren und darüber zu staunen, wie sich dies auswirkt auf persönliches Wachstum im Glauben, auf die individuellen Stärken und Gaben, sowie auf den Umgang miteinander in Liebe, Weisheit und Sanftmut.

Was wünscht ihr euch für die kommende Zeit im Anker?

Wir wünschen uns, dass wir als Ankerfamilie gemeinsam wachsen und das, was wir alle an Stückwerk empfangen haben, weitergeben. Mein Wunsch ist, dass wir zusammen leidenschaftlich an dem Ziel arbeiten, Gottes Reich zu bauen – in all seinen vielfältigen Bereichen und Facetten, die ER uns zeigt.

Zoey (3 Jahre), was magst du am liebsten?

Ich hüpfе gerne.

Liebe Carola, du bist seit September Teil des Anker-Teams und wir freuen uns, dass du jetzt mit uns auf dem Weg bist.

Wie hast du den Anker kennengelernt?

Mein erster Kontakt war mit Hanna Harr bei einem Freundestag. Dann hatte ich den Sommerurlaub im Anker verbracht und bei einem Familiencamp die Hauswirtschaft unterstützt. Darauf folgte 4x pro Jahr PEP (Persönlich wachsen, einander fördern, Perspektiven gewinnen). Im Anker sah ich für mich persönlich so viel Entwicklungsmöglichkeiten, dass ich von 2001 – 2003 als 2-Jahres-Mitarbeiterin eingestiegen bin, um bei Andrea Birk in Edelweiler mitzuarbeiten und auch weitere Ankerjobs auszufüllen.

In welchem Bereich wirst du arbeiten und was interessiert dich besonders an dieser Stelle?

Meine Stelle wird allgemeine Büroaufgaben und auch Öffentlichkeitsarbeit beinhalten. Ich freu mich darauf, den Anker mit meinen Möglichkeiten noch weiter bekannt zu machen und dafür die neuen Medien zu nutzen.

Was hast du auf dem Herzen für die Zeit im Anker, die vor dir liegt?

Den Auftrag des Ankers (Jüngerschaft, Anbetung, Hoffnung) halte ich nach wie vor – oder mehr denn je – für gesellschaftlich relevant. Gerade in dieser Zeit braucht es solche Oasen, Orte der Besinnung und des Trainings im Miteinander.

Ein Bibelwort, das dir viel bedeutet ...

Alle meine Sorgen werfe ich auf IHN, denn ER sorgt für mich! (nach 1. Petrus 5,7). Da bin ich immer wieder neu herausgefordert und am Üben.

Was tust du gerne in deiner Freizeit?

Schneeschuhwandern, Natur erleben – u.a. mit dem Rad, schwimmen, lesen in der Hängematte oder ein Bummel durch Tübingen.



Carola Spengler



Tabea Oberacker

WIR SAGEN DANKE ...

Liebe Tabea,

du warst nun fast zwei Jahre Teil der Ankergemeinschaft und hast uns mit deiner freundlichen, ehrlichen und ruhigen Art gutgetan und bereichert. Auch auf deiner Stelle im Büro hast du so manches grafisch gestaltet und zuverlässig deine vielfältigen Aufgaben erledigt. Herzlichen Dank für alles, was du in den Anker investiert und eingebracht hast. Wir wünschen dir auf deinem weiteren Weg beim Besuch der Bibelschule viel Kraft und Freude.

Wir werden dich hier vermissen!

Deine Ankergemeinschaft



Verstärkung in unserer Küche

Du hast Freude am Kochen und kannst Mahlzeiten für Gruppen von 10 bis 50 Personen zubereiten? Es fällt dir leicht, Freiwillige als Mitarbeiter in der Küche anzuleiten?



**Hier gibt es Infos zur
Anstellung in Teilzeit:**



... und hier als Minijob:



Mitarbeiter(in) im Büro

Dein Aufgabenbereich ist vielfältig und umfasst allgemeine Büroarbeiten, organisatorische Tätigkeiten und auch den Kontakt zu Seminarteilnehmern und Gästen. Dazu gehören unter anderem auch die Seminarverwaltung und die Kommunikation per E-Mail und Telefon.



**Hier findest Du weitere Infos
zur Stellenausschreibung:**





Neu bei uns erhältlich:

Sneaker- und Tennis-Socken
mit Ankerslogan und Logo.
Eine perfekte Geschenkidee!

Preis pro Paar 9,90 € bzw. 11,90 € · Bestellhotline 0 74 53 / 94 95 - 0

UNSERE NÄCHSTE
**ANKERZEIT-
SCHRIFT**
ERSCHEINT IM NOVEMBER 2025
ZUM THEMA „LEBENSWEGE“

ÜBRIGENS:
Auf unserer Homepage gibt es unter „Medien“ die Zeitschrift als PDF. Dazu weitere Artikel, Vorträge und Anker-Impuls Kurzandachten.

Herausgeber

Wörnersberger Anker e.V.,
Christl. Lebens- und Schulungszentrum,
Hauptstraße 32, 72299 Wörnersberg,
Tel. 07453/9495-0,
E-Mail: info@ankernetz.de,
Internet: www.ankernetz.de

Bankverbindung:

Volksbank Nordschwarzwald eG,
IBAN: DE77 6426 1853 0061 9320 00,
BIC: GENODES1PGW

Wir sind Mitglied in bzw. kooperieren mit:

Evangelische Allianz in Deutschland |
ejw und CVJM Württemberg |
Netzwerk m | Miteinander für Europa |
Diakonisches Werk

Redaktion: Ursula Kohler,
Bettina Schaal, Markus Gebbe,
Janna Bergmeier, Tabea Oberacker
und Ralf Armbruster

Design: waterproof grafikdesign,
Ingo Riecker

Layout & Druck: Steeb Druckpartner,
72285 Pfalzgrafenweiler

Erscheinungsweise: 4x jährlich an
alle Interessierten unserer Dienste
und Angebote. Der Zusendung kann
jederzeit widersprochen werden.

Copyright: Die Beiträge und die
grafischen Darstellungen unterliegen
dem Urheberrecht. Nachdruck und
Vervielfältigung jeglicher Art bedürfen
der schriftlichen Genehmigung.

Der Wörnersberger Anker ist ein
überkonfessionelles Werk, welches
auf der Grundlage der Evangelischen
Allianz in Deutschland einem weiten
Reich-Gottes-Horizont Raum geben
möchte. Daher spiegeln die Beiträge
externer Autorinnen und Autoren in
der Ankerzeitschrift nicht immer den
offiziellen Standpunkt des Wörners-
berger Ankers wider. Auch innerhalb
der Kerngemeinschaft, welche die
Berufung des Ankers trägt, sind wir
entsprechend unserer jeweiligen
Prägungen nicht in allen Fragen
gleicher Meinung. Wir wollen uns aber
dieser Unterschiedlichkeit bewusst
stellen und sie als Bereicherung und
Korrektur untereinander leben.

BITTE BETET ...

- um ausreichende Unterstützung
in der Ankerküche.
- dass Gott einen guten Start für
unser neues Jahresteam schenkt.
- um die notwendigen finanziellen
Mittel für unseren Dienst.
- um ein gutes Miteinander in
allen Herausforderungen unserer
Dienst- und Lebensgemeinschaft.
- dass sich Carola und Familie
Mutamba gut in Dienst und
Gemeinschaft einfinden.
- dass unsere Angebote vielen
Menschen zum Segen werden.
- um Gottes Schutz und dass
sein Wille im Anker geschieht.

WIR SIND DANKBAR ...

- dass die Stelle für Öffentlichkeits-
arbeit und die inhaltliche Stelle mit
Schwerpunkt junge Erwachsene
sehr gut besetzt werden konnten.
- dass viele Menschen im Anker Gott
begegnen und von ihm ermutigt
und neu ausgerichtet werden.
- für viele Freunde, die in Küche
und bei Seminaren mitarbeiten,
finanziell unterstützen und im
Gebet unseren Dienst mittragen.
- für unser neues Jahresteam und
dass wir junge Menschen begleiten
und prägen können.
- für Gottes Schutz und
seine treue Versorgung.

SEPA-Überweisung/Zahlschein

Name und Sitz des Überweisenden Kreditinstituts: BIC:

Für Überweisungen in Deutschland und in andere EU-/EWR-Staaten in Euro.

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)
W O E R N E R S B E R G E R A N K E R E . V .

IBAN **D E 7 7 6 4 2 6 1 8 5 3 0 0 6 1 9 3 2 0 0 0**

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)
G E N O D E S 1 P G W

Betrag: Euro, Cent

Kunden-Referenznummer - Verwendungszweck, ggf. Name und Anschrift des Zahlers

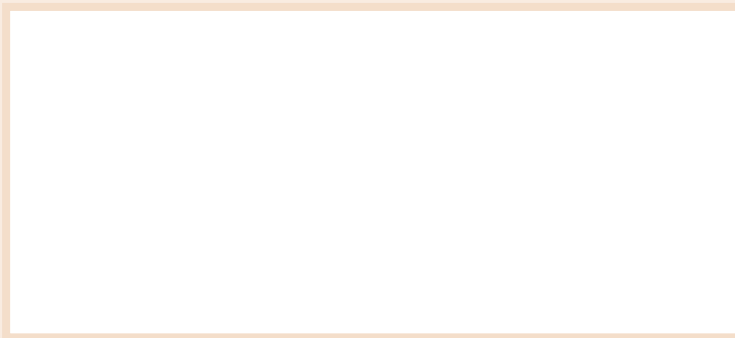
Noch Verwendungszweck (insgesamt max. 2 Zeilen à 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 2 Zeilen à 35 Stellen)
S P E N D E W A - 2 5

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)
D E

IBAN

Datum Unterschrift(en)

06



E 10342

Was wir gesehen
und gehört haben, das
verkünden wir euch, damit
ihr in Gemeinschaft mit uns
verbunden seid. Und die Gemein-
schaft, die uns miteinander ver-
bindet, ist zugleich Gemeinschaft
mit dem Vater und Jesus Christus,
seinem Sohn. Das erfüllt uns
mit großer Freude.

1. Johannes 1,3-4a

©: designed by Freepik

www.ankernetz.de

Wörnersberger Anker e.V.
Christliches Lebens- und
Schulungszentrum

E 10342