

NEBEL LEBEN



Die Zeitung der

brücke
dithmarschen e.V.

Ausgabe 1/2024

I N H A L T

Rose (Aquarell)	Marianne Streblow	01
„Schäffsache“	Uli Juhl	03
Frieden	Sigrid	04
Abschied von Sigrid Stiegler	Uli Juhl	04
Zum Tod von Anneliese Wolfmeier	Heike Neumann	05
Abschied von Anneliese	Uli Juhl	05
Trauerlied: So nimm denn meine Hände	Monika Matera	06
Johanns Einwurf: Glaube, Liebe Hoffnung	J.T.	07
Gedicht von Johannes Trojan	Monika Matera	07
Gedanken aus dem Café Olé	Susann	08
Vier Kerzen	eingereicht von Susann	08-09
Danke für das Osterfrühstück, Frühling	Vera Warnke	09
Mein Baum	Gisela Freese	10-11
Am Ende eines Regenbogens	Vera Warnke	11
Brautpfadlegen	Heike P.	12-13
Der Apfelbaum ist aufgeblüht	eingereicht von Susann	13
Goldene Regel	Monika Matera	13
Wie ich das Wacken Open Air lieben gelernt habe	Ilse Jordan	14-16
Buchvorstellung „Aprikosenküsse“	Heike P.	17
Maiglöckchen , Baum des Jahres: Die Buche	Monika Matera	18
Auch mal über sich selbst lachen...Frühjahrsputz	Heike P.	19
Wortsuchspiel zum Thema Glaube, Liebe, Hoffnung	Heike P.	20
Aus unserem Archiv 2014	Redaktion	21
Lieblingsrezepte	Redaktion	22-24
Auflösung des Wortsuchspiels	Heike P.	24
Plattdüütsch is in	Heidi	25
Witze	Redaktion	25
„Die Haiiopeis“	Thomas Siemenssen	26
Impressum	Redaktion	27
Offene Angebote	Redaktion	28

„Schäftsache“

Liebe Leserinnen und Leser der
NEBEL LEBEN,

für diese Ausgabe der NEBEL LEBEN hat sich die Redaktion für das Thema „Glaube, Liebe, Hoffnung“ entschieden. Erst mal waren wir sehr angetan von der Idee. Als es dann in die Umsetzung ging, stockte es doch etwas. Aber das kennen wir schon, haben wir schon mal bei einem anderen Thema erlebt. Irgendwann kamen wir dann in den Flow, dann lief es.

„Glaube, Liebe, Hoffnung“ ist so ein spannendes Thema, aber eben auch so umfassend. An was, an wen glauben wir? Den religiösen Glauben, den Glauben an das Gute? Daran schließt sich die Hoffnung an. Was gibt mir Hoffnung, gerade wenn die Zeit(en) für mich düsterer wirken, als für andere Menschen oder in anderen Lebensphasen? Wem gebe ich Liebe, wie erfahre ich Liebe? Sie werden sehen/lesen, was wir da zusammengetragen haben....

Leider, leider und mit schwerem Herzen müssen wir uns in dieser Ausgabe von zwei geschätzten Redaktionsmitgliedern verabschieden. Es ist dieser endgültige Abschied, der immer irgendwie weh tut.

Anneliese, unser BG-Urgestein und langjähriges Redaktionsmitglied und auch Sigrid, die ebenfalls lange die NEBEL LEBEN mitgestaltet hat, sind im Januar und Februar überraschend verstorben. Ein bisschen tröstlich finde ich, dass wir von Sigrid noch einen Beitrag einfügen, den sie für diese Ausgabe geschrieben hat. Und Anneliese wird mit einem Beitrag aus dem Archiv präsent sein. Es bleibt die Hoffnung, dass nun beide dort, wo sie sind, auf uns blicken, ein Lächeln ihre Münder umspielt, wenn sie uns zusehen, wie wir an der neuen Ausgabe schrauben, diskutieren, abwägen, basteln und das alles tun, um sie schön zu gestalten. Ob es uns aus ihrer Sicht gelungen ist, werden wir nicht erfahren. Aber wir glauben daran....



„Acrylpouring“, Jürgen Piechottka

Es fällt mir gerade schwer, nun wieder in den „Alltagsmodus“ umzuschalten. Trotzdem gehört der für mich auch in die „Schäftsache“.

Was gibt es Neues? Personell gibt es keine Veränderungen, wir können unser Angebot trotz gestiegener Inanspruchnahme weiter versorgen. Die Belastungen sind zwar gestiegen, da das Team aber menschlich sehr harmonisiert, wuppen wir das.

Zur Mitte oder zum Ende des Jahres wird erstmals eine Stelle für eine Selbstvertretung geschaffen. Das heißt, es wird jemand eingestellt, der die Interessen von Menschen mit Einschränkungen vertritt, der sie in den Einrichtungen besucht, mit Werkstattträten oder Bewohnerbeiräten in Kontakt tritt. Finanziert wird die Stelle über Fördermaßnahmen und Beiträge beteiligter Einrichtungen, wird also nicht unser Budget belasten. Ob die Stelle hier oder bei der Lebenshilfe angebunden wird, klärt sich noch.

Unsere neue Homepage ist, da diese Ausgabe erscheint, nun hoffentlich online. Es war ein langer Weg dahin. Zum Glück haben wir mit Lars Krause jemanden im Team, der sich mit der Materie deutlich besser auskennt als ich.

Und nun, wie immer am Schluss der „Schäftsache“, Liebe LeserInnen, Glaube ich Hoffnungsvoll an einen schönen Moment für Sie beim Lesen der Ausgabe.

Uli Juhl



Frieden

Gute Vorsätze für das Jahr 2024 möchte ich teilen.

Alle reden von Frieden in der Welt. Dabei vergessen sie, dass Frieden in mir selbst wächst. Diese Friedensgrüße kann jeder, der es möchte, mit anderen Menschen teilen und somit weitergeben.

Hoffnung – positive Gedanken zulassen, damit ich den Alltag meistern kann.

Freude – ist es nicht schön, wenn ich anderen Menschen eine Freude bereiten kann? Sich an einfachen Dingen zu erfreuen und lachen zu können.

Wertschätzung – für mich selbst und für andere. Freundlichkeit gegenüber jeder Person.

Mut – Schwierigkeiten anzunehmen und Veränderungen, die das Leben mit sich bringt, vernünftig zu meistern.

Gesundheit – wir können sie nicht verschenken, aber wir können für die Gesundheit eines anderen beten und an ihn denken.

So zart und verletzlich wie die Flügel eines Schmetterlings sind, so ist auch die Seele eines Menschen. Daran sollten wir alle im Umgang mit anderen Menschen denken. Wir benötigen gute Augen, die sehen und ein Herz, das alles versteht.

Füreinander – Miteinander!

(Sigrid)



Abschied von Sigrid

Am 09.02. rief mich der Sohn von Sigrid an und teilte mir mit, dass Sigrid am Dienstag verstorben sei.

Diese Nachricht hat uns alle, Team, Besucherinnen, Redaktion sehr getroffen.

Im Dezember nahm Sigrid noch an unserem gemeinsamen Redaktionsfrühstück teil.

Ich habe bewundert, wie sehr Sigrid positiv in die Zukunft sehen konnte. Sie hat in ihrem Leben viele schwere, schlimme Dinge erleben müssen, viel Leid erfahren. Trotzdem fand sie Kraft, Zuversicht, nicht zuletzt durch ihren Glauben.

In den letzten Jahren ging es ihr körperlich nicht gut, sie wurde dialysepflichtig. Auch das trug sie, nahm es hin und versuchte, ihren Weg zu finden. Sigrids Weg eben....

Nun ist ihr Weg hier zu Ende, möge sie ihn dort fortsetzen, wo sie nun ist. Und möge sie dort Frieden finden.

Uli Juhl



Zum Tod von Anneliese Wolfmeier

Unser letztes Treffen – unser erstes Treffen

Ich erinnere mich an so viele Details. Du warst von Anfang an ein Bestandteil der Brücke, und ich erinnere so wie wohl viele andere an so manchen Moment.

Die Helfende, intensiv auch im Streit.
Immer wieder intensiv.
Du hast zuerst den Begriff 2. Zuhause geprägt.
Mich persönlich hast du immer wieder herausgefordert.
Das war vielleicht so was wie Liebe:
Ich fühle Abschiedsschmerz und wünsche mir sehr, dass du jetzt deinen Frieden gefunden hast.

Anneliese war:
Rebellion
Dichterin
Interesse
Pfeiler und Grundstein der
Brückengemeinschaft
äußerst sensibel
stark
trat aber auch anderen gewaltig auf die Füße und hatte es nicht so mit Entschuldigungen.
Aber wenn, dann waren die viel wert – sie waren ehrlich, denn in ihr steckte so viel Liebe.

Deine Freundin Heike Neumann



Abschied von Anneliese

Anneliese war nicht nur das „Ur-Gestein“ der Brücke Dithmarschen. Gerne erzählte sie von den Anfängen noch in der Stettiner Straße, von besonderen Erlebnissen hier. Die meisten Geschichten hat von den anderen BesucherInnen niemand erlebt, weil sie später dazu kamen. Auch war sie das „Ur-Gestein“ der Zeitungsgruppe, von Beginn an dabei mit vielen Beiträgen.

Leider wurde es für sie während der Pandemie zunehmend schwieriger, an den telefonischen oder Video-Redaktionssitzungen teilzunehmen. Hier war ihre Schwerhörigkeit eine unüberwindbare Hürde.

Ich habe Anneliese in vielen Facetten ihrer Art erleben dürfen. Mürrisch grunzelnd, liebevoll lächelnd, aufgebracht und unzufrieden, ruhend und dankbar.

Als es ihr gesundheitlich nicht mehr möglich war, in die BG zu kommen, fehlte hier etwas. Und es wird weiter fehlen, aber wir werden dies und sie selbst in Erinnerung behalten.

Ruhe in Frieden, Anneliese.

Uli Juhl

So nimm denn meine Hände Trauerlied

So nimm denn meine Hände und führe mich bis an mein selig Ende und ewiglich. Ich mag allein nicht gehen, nicht einen Schritt:
Wo Du wirst gehen und stehen, da nimm mich mit.

In Dein Erbarmen hülle mich ein mein schwaches Herz, und mach es gänzlich stille in Freud und Schmerz.
Lass ruhn zu Deinen Füßen dein armes Kind: es will die Augen schließen und glauben blind.

Wenn ich auch gleich nichts fühle von Deiner Macht, du führst mich doch zum Ziele auch durch die Nacht:
So nimm denn meine Hände und führe mich bis an mein selig Ende und ewiglich.

Julie von Hausmann

Tröstlich und einprägsam von Julie von Hausmann geschrieben 1862. In diesem Lied verarbeitete sie ihr persönliches Leid. Theologen kritisierten den darin propagierten Glauben.

Julie von Hausmann war eine Baltik-Deutsche, sie lebte in Riga und Sankt Petersburg. Ihr Leben war kränklich, Migräne und Schlaflosigkeit, manchmal kamen ihr solche Verse in den Sinn in der Nacht.

Die volkstümliche Melodie dazu kam vom Schwaben Friedrich Silcher. Gelegentlich ist das Lied kritisiert worden von Kirchenmusikern, die Melodie wäre zu sentimental.

So fand es keine Aufnahme in das Evangelische Kirchengesangsbuch von 1949.

Theologen haben Anstoß daran genommen, dass das Lied den "blinden Glauben" preist.

Das 19. Jahrhundert war die große Zeit des Geistlichen Volksliedes.

Solche Lieder waren in der Regel nicht für den kirchlichen Gottesdienst bestimmt. Eher sollten sie bei den damals gefeierten Jahresfesten gesungen werden.

Auch für Versammlungen in den Häusern und für die Familienandachten waren sie bestimmt.

Aber auch der Einzelne konnte sie singen bei einfacher Arbeit oder unterwegs.

Die Lieder mussten denkbar einfach sein; kurz und knapp, eine schlichte Sprache, einprägsame Bilder, vielleicht ein Kehrreim, der Kerngedanke in immer neuer Wiederholung dem Herzen eingeprägt.

Ist wahrer Glaube nicht immer auch verstehender Glaube?

Aber Kritiker haben wohl übersehen, dass die Dichterin sich mit den Worten „und glauben blind“ aber auf einen Bibelvers bezieht, „Selig sind, die nicht sehen und doch glauben.“ (Johannes 20, 29).

Text von Reinhard Deichgräber
Quelle: Liederschätze Google

(Monika Matera)



„Stiefmütterchen“ (Pastellkreiden),
Barbara Struve

Johanns Einwurf

LEBEN mit der BIBEL



Glaube, Liebe, Hoffnung

Diese drei Dinge spielen im Leben eines Christen eine gewichtige Rolle.

**Glaube – dem Thema möchte ich mich widmen –
Was ist Glaube?**

Der christliche Glaube definiert sich so: Man hält fest an seiner Zugehörigkeit zu Gott, dem Herrn Zebaoth, der uns in Jesus Christus seine liebevolle Zuwendung, d.h. die Zusage seiner Liebe, Gnade und Fürsorge durch Christi Blut schenkt. In ihm haben wir die Vergebung der Sünden, die Erlösung und das ewige Leben.

Im Hebräischen heißt „Glauben“ „gewiss sein“, „trauen“, „ja sagen“, der griechische Ausdruck „pistis“ bedeutet „Treue“, im Deutschen ist „glauben“ verwandt mit „geloben“.

Im Glauben kommt Gott dem Gläubigen nahe, er offenbart sich ihm, sei es in der Erleuchtung, in Träumen oder Visionen oder auch dem Wort.

Dabei ist wichtig: Christus ist die „Tür“, der Eingang zum Gottesreich, im Erdenleben zum Glauben, der Verbundenheit zu Gott, und im Himmel zur ewigen Seligkeit sowie ewiger Präsenz bei Gott.

Wenn ich etwas über meinen Glauben aussagen sollte, dann etwa wie folgt:

Ich glaube an Gott, denn ich habe mit ihm gute Erfahrungen gemacht. Ja, Gott ist ein

nahbarer Gott, der mir oft geholfen hat. Wenn ich mich ihm betend anvertraue, erlebe ich es nicht selten, dass Probleme und Sorgen geringer werden. Auch Schuld, die man auf sich geladen hat, wird getilgt.

Im Psalm 40 heißt es: „Wohl dem, der sein Vertrauen auf den Herrn setzt.“

Im Glauben kann ich gewiss sein, dass Gott für mich Fürsorge trägt.

(J.T.)



„Ruhepause“, Vera Warnke

Gedicht von Johannes Trojan

„Wenn der Winter von
dannem scheidet
und die Blumen im Grase blühn,
wer ist lieblicher gekleidet,
als die Birke im lichten Grün.“

Quelle:
Johannes Trojan
war ein deutscher
Schriftsteller
1837-1915.

Wikipedia-
Baumkunde:
Moorbirke, Baum
des Jahres 2023.
Bild:
Jürgen Jaeger

(Monika Matera)



Glaube, Liebe, Hoffnung – Gedanken aus dem Café Olé

An einem Freitag im Februar haben wir uns im Café Olé Gedanken zu den Themen Glaube, Liebe und Hoffnung gemacht. Zuerst stellte uns Ute Lohse ein Gedicht aus ihrem letztjährigen Adventskalender vor, was sie sehr passend fand. In dem Gedicht geht es um die vier Kerzen Glauben, Frieden, Liebe und Hoffnung. Anstelle der vier Adventskerzen kann man sich dies ja auch mit vier normalen Kerzen vorstellen. Ihr könnt das Gedicht hier auf der Seite nachlesen.

Bei dem Begriff Liebe kamen wir unter anderem auf den Valentinstag, dass man sich vielleicht mal Gedanken darüber machen kann, woher dieser ursprünglich kam. Beim „Die Hoffnung stirbt zuletzt“, was wiederum zu Utes Gedicht passte.

Ute sprach einleitend darüber, dass es auch in der Bibel um Glauben, Liebe und Hoffnung geht. So steht im 1. Korinther 13 unter anderem: Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei; aber die Liebe ist die größte unter ihnen.“ Manche Besucherinnen des Café Olé meinten aber, dass die Hoffnung das Wichtigste sei. Wenn man die nicht hätte, wäre es sehr schwer.

Irgendwann kam dann der Gedanke, dass man doch vieles im Überfluss habe und gar nicht alles benötige. Viele können mittlerweile auch mit Langeweile nichts mehr anfangen und suchen sich unbedingt eine Beschäftigung, und sei es das „Daddeln“ am Smartphone, wie man es oft an Bahnhöfen, in Bussen und Zügen, in Parks etc. sehe. Dass es auch anders geht, erzählte uns Conny. Sie war mit einem sechsjährigen Mädchen, der Tochter ihres Partners, zum Picknick an den Strand gefahren. Sie wollten wohl auch baden. Leider war gerade Ebbe. Also setzten sie sich mit den Picknick-Sachen ins Watt und das Mädchen spielte mit allem, was sie hier fand

und interessierte. Es muss also gar nicht immer viel sein. Insgesamt haben sie drei Stunden auf dem Wattboden verbracht. Diese Geschichte fand ich sehr interessant.



(Aufgeschrieben von Susann)

Vier Kerzen

Am Adventskranz brannten vier Kerzen. Draußen lag Schnee, und es war ganz still. So still, dass man hören konnte, wie die Kerzen miteinander zu reden begannen.

Die erste Kerze seufzte und sagte: „Ich heiße **FRIEDEN**. Mein Licht gibt Sicherheit, doch auf der Welt gibt es so viele Kriege. Die Menschen wollen mich nicht.“ Ihr Licht wurde kleiner und kleiner und verglomm schließlich ganz.

Die zweite Kerze flackerte und sagte: „Ich heiße **GLAUBEN**. Aber ich fühle mich überflüssig. Die Menschen glauben an gar nichts mehr. Was macht es für einen Sinn, ob ich brenne oder nicht?“ Ein Luftzug wehte durch den Raum, und die zweite Kerze verlöschte.

Leise und sehr zaghaft meldete sich nun die dritte Kerze zu Wort: „Ich heiße **LIEBE**. Mir fehlt die Kraft, weiter zu brennen; Egoismus beherrscht die Welt.

Die Menschen sehen nur sich selbst, und sie sind nicht bereit, einander glücklich zu machen.“ Und mit einem letzten Aufflackern war auch dieses Licht ausgelöscht.

Da kam ein Kind ins Zimmer. Erstaunt schaute es die Kerzen an und sagte: „Warum brennt ihr nicht? Ihr sollt doch brennen und nicht aus sein.“ Betrübt ließ es den Blick über die drei verloschenen Kerzen schweifen.

Da meldete sich die vierte Kerze zu Wort. Sie sagte: „Sei nicht traurig, mein Kind. So lange ich brenne, können wir auch die anderen Kerzen immer wieder anzünden. Ich heiße **HOFFNUNG**.“

Mit einem kleinen Stück Holz nahm das Kind Licht von dieser Kerze und erweckte Frieden, Glauben und die Liebe wieder zu Leben. (*Elsbeth Bieler, 1997*)

(eingereicht von Susann)

Danke für das Osterfrühstück

**Habt ihr es schon
vernommen,**
die Brücke Dithmarschen
hat einen neuen Stern bekommen

Das 5-Sterne-Frühstück
gibt es nur in der Brücke,
du kannst es nicht buchen,
einfach nur die Brücke besuchen.

Die Belegschaft war so engagiert,
fast alles war selbst gemacht,
die Tische toll dekoriert.

Wer hat sich das nur ausgedacht,
auf jeden Fall toll gemacht.

Für jeden war etwas dabei,
mit oder ohne Ei.

(Vera Warnke)



Fr ü h l i n g

Mit langen Beinen
und großen Schritten läuft Johann
in den Frühling hinein.
Vorbei sind Sturm und Regen.
Jetzt kommt
der Sonnenschein.



Die Sonne hat den Frühling gebracht,
endlich ist er aufgewacht.

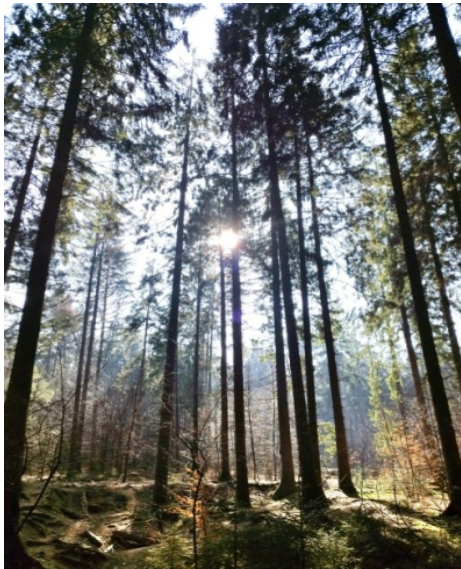
Die Farben wurden neu vermischt,
und der Winter ist vom Tisch.
Nein, es ist kein Geist erwacht,
der die Welt jetzt bunter macht,
es ist die Sonne, die das schafft.

Schneeglöckchen läuteten
den Frühling ein,
sie haben ihren eigenen Duft.
Ja, es liegt etwas in der Luft.

Lasst die Blumen sprießen,
wir alle werden es genießen.

(Bild und Text von Vera Warnke)

Mein Baum



„Forst Christianslust“
2 Fotos von Gisela Freese

„**Mutti**“, sprach mich mein Sohn eines Tages an. „Es ist zwar ein unangenehmes Thema, aber was möchtest du eigentlich?“ Ich wusste sofort, was er meinte, war jedoch in keinsten Weise vorbereitet. Wer kümmert sich schon gerne um sein Ableben?

„**Ähm...am besten anonym**“, antwortete ich spontan. „Ihr sollt keine Arbeit mit der Grabpflege haben.“

Doch dieses Gespräch hatte ein Gedankenkarussell in meinem Kopf ausgelöst.

Fühlte es sich für mich richtig an? Nein!

Sollte es mir egal sein? Nein!

Würde es sich für meinen Sohn und Familie richtig anfühlen, keinen Zulaufort zu haben? Nein!

Wie viele Menschen sind ratlos, wenn jemand aus der Familie verstirbt, weil dieses Thema nie angerührt wurde. Dabei ist es für die Hinterbliebenen tröstlich, den letzten Wunsch eines lieben Menschen erfüllen zu können.

Mein Sohn hat durch seine Frage erreicht, dass ich meine letzte Ruhestätte gefunden habe und damit sogar noch glücklich bin.

Ich kann heute gar nicht mehr sagen, wie ich darauf kam. War es meine Liebe zur Natur, zum Wald, zu Bäumen? Kurzum: Ich fand den Weg zum Sternenwald im Forst Christianslust. Mit Handy bewaffnet für die Online-Suche durchstreifte ich den Wald. Natürlich sollte es eine Rotbuche sein, denn dieser Baum symbolisiert das Leben selbst. Ein kräftiger Baum mit einem stabilen Rückgrat, der sich so schnell durch nichts erschüttern lässt. Eine sehr alte Baumart, denn unsere Buchstaben verdanken der Buche ihren Namen. Die ersten Schriftzeichen, die Runen, ritzen die alten Germanen nämlich in Buchenstäbe.

Inspiriert von der Kraft der Natur fand ich meinen einzigartigen Baum: „Meine“ Buche! Relativ allein stehend reckte sie ihren Wipfel gierig gen Himmel und ließ sich von der Sonne die Krone kitzeln. Die Online-Suche ergab, dass noch Grabstellen frei waren. Und ich hatte noch mehr Glück: Eine Forsthelferin war gerade dort am Arbeiten und befugt, Anträge anzunehmen. Mithilfe eines Kompasses wurde schnell eine gewünschte Grabstelle gefunden. Wenige Tage später erhielt ich von der Friedhofsverwaltung die Urkunde mit einem Nutzungsrecht bis 2121. Klingt etwas wie Endzeitdatum.



Auch habe ich zu dem Ort eine besondere Verbindung. Mein Vater ist mit mir als Kind oft im Christianslust spazieren gegangen. Damals befand sich dort ein Forsthaus, welches auf mich wie ein Schloss wirkte. Vor Jahren ist es abgebrannt. Und genau auf diesem Areal befindet sich der heutige Sternenwald. Nur der alte, von Moos und Pflanzen überwachsene Friesenwall erinnert noch an alte Zeiten. Ich habe mich schon als Kind an diesem Ort wohl und behütet gefühlt.

Ich fahre oft dorthin, gehe spazieren und begleite meine Buche durch die Jahreszeiten. Dabei hoffe ich, über die Jahre mich noch lange an ihrem Wachstum erfreuen zu können, bis ich irgendwann unter ihren ausladenden Zweigen meine letzte Ruhe finden werde.

Ich bin meinem Sohn sehr dankbar, dass er den Mut bewies, dieses Thema anzusprechen. Wir sind alle endlich, verdrängen diese Tatsache aber wie einen dunklen Schatten. Dazu gehörte auch ich. Ich bin ein lebensfroher Mensch und deshalb mag es paradox klingen, dass mir diese Suche nach meiner letzten Ruhestätte sogar Freude bereitet hat, dass ich gerne bei meiner Buche verweile, dass ich als alter Mensch zu den Spuren meiner Kindheit zurück kehren darf und dass mein Sohn weiß, wo seine Mutter künftig ihr Unwesen treiben wird – gemeinsam mit Gnomen und Waldwichteln.

Und wer weiß: Vielleicht kehre ich irgendwann als kleines Pflänzchen zurück, wenn meine Asche über die Erde und Wurzeln in den Kreislauf der Natur gelangt ist.

Bäume sind Gedichte, die die Erde in den Himmel schreibt. (Khalil Gibran)

(Gisela Freese)



„Baum“ 3D Effekte, (Mischtechnik),
Martina

Am Ende eines Regenbogens

sehen wir uns wieder.
Dort singen wir unsere eigenen Lieder,
und wir sind wieder zusammen.

Wir haben unseren eigenen Stern,
der Wind zieht an uns vorüber,
die graue Welt von uns so fern,
und wir sind wieder zusammen.

(Vera Warnke)



Brautpfadlegen

Das Brautpfadlegen hat in Ostfriesland eine lange Tradition. Bereits einige Tage vor Himmelfahrt ziehen Kinder mit Körben los, um die Blüten von Wiesenblumen, wie Gänseblümchen, Butterblumen und Löwenzahn zu sammeln. Die Umrandung des Brautpfades besteht meist aus Moos, das im Wald gesammelt wurde. Für den Untergrund des Brautpfades wird Kiessand genommen.

Am Himmelfahrtsmorgen werden dann wahre Kunstwerke, wie beispielsweise Mühlen, Kirchen, Schiffe, Leuchttürme und Wappen aus diesen Blüten auf die sandige „Palette“ an die Straße gelegt. Aber auch noch vielfach die Zeichen für Glaube, Liebe und Hoffnung – also Kreuz, Herz und Anker, wie es in meiner Kindheit noch Brauch war. Eine „Kommission“ fährt dann die Straßen ab und bewertet und prämiiert die Brautpfade. Die schönsten werden dann in der Zeitung veröffentlicht.



Bild: Brautpfadlegen Gemeinde Großefehn

Als ich noch in der Grundschule war, hatten meine Eltern sich in den Kopf gesetzt, dass ich doch auch mal Brautpfade legen sollte. Ich hatte nicht so wirklich Lust darauf, schon gar nicht aufs Wiesenblumensammeln.

Am Himmelfahrtsmorgen hatte ich also nichts zum Auslegen. Meine Eltern waren eher so semi-begeistert und ließen nicht



Bild: Schottjer-Dreesche e.V.

Also haben wir unsere Rhododendren, die gerade in Blüte standen, kurzfristig geplündert und daraus die drei Symbole in den Sand gelegt. Gerade noch rechtzeitig, bevor die Bewertungskommission um die Ecke gefahren kam. Diese kam dann zu dem Schluss, dass die Blumen zwar nicht „regelkonform“ waren, meine Mühe aber doch mit einer Tafel Schokolade prämiert werden müsse.

Meine Eltern haben danach nie wieder versucht, mich zum Brautpfadlegen zu animieren.

Als Erklärung für diese Tradition wird auf eine in etwas unterschiedlichen Variationen überlieferte Geschichte verwiesen, nach der eine Tochter des ostfriesischen Fürstenhauses der Cirksena in Aurich auf ihren Bräutigam wartete. Der aber wurde auf dem Wege zur Hochzeit von einem Rivalen überfallen und ermordet. Als die wartende Braut die Nachricht von diesem Verbrechen erhielt, starb sie infolge des Schocks auf der Stelle. Nach einer anderen

Version versank sie in solche Trauer, dass sie wenige Tage später durch Gram und Entkräftung starb. Man trug die Brautleute zur gleichen Zeit zu Grabe, wobei der Trauerzug über die zwischenzeitlich verwelkten Blumen schritt, die eigentlich dem Hochzeitspaar gegolten hatten. *Quelle: „Moden un Maneren - Ostfrieslands Bräuche, Traditionen und Besonderheiten“ von Katrin Rodrian.*

Ein historischer Kern dieser Geschichte ist nicht belegt.

(Heike P.)

Der Apfelbaum ist aufgeblüht

Der Apfelbaum ist aufgeblüht.
Nun summen alle Bienen.
Die Meise singt ein Meisenlied.
Der Frühling ist erschienen.

Die Sonne wärmt den Apfelbaum.
Der Mond scheint auf ihn nieder.
Die kleine Meise singt im Traum
Die Apfelblütenlieder.

Die Bienen schwärmen Tag für Tag
Und naschen von den Blüten.
Mag sie der Mai vor Hagelschlag
und hartem Frost behüten.



Foto: Susann

Der Apfelbaum ist aufgeblüht.
Der Winter ist vorbei.
Mit Blütenduft und Meisenlied
Erscheint der junge Mai.
James Krüss

(eingereicht von Susann)

GOLDENE REGEL

Wir alle brauchen Regeln im gesellschaftlichen und zwischenmenschlichen Leben, und es gibt genug Herausforderungen im Leben, die überwunden werden müssen. Dieser kleine Artikel könnte uns Hoffnung bringen.

In einem alten Philosophie-Buch ohne ISBN Nr. habe ich über die „Goldene Regel“ gelesen, die der griechische Philosoph Aristoteles niedergeschrieben hatte:

GOLDENE REGEL

R-e-z-i-p-r-o-z-i-t-ä-t

Abgeleitet wird der Begriff aus dem Lateinischen (reziprocare), es bedeutet Wechselseitig und Wechselbezüglichkeit. Sie besagt, dass der Hauptgedanke hinter der goldenen Regel ist, dass man mit anderen so umgehen sollte, wie man es auch selbst gerne hätte.

Aristoteles sagte in seiner Nikomanischen Ethik dass alles – jede Entscheidung und jede Handlung nach dem GUT , einem Ziel strebe!

Nikomanische Ethik besteht in der Zählung und Steuerung des irrationalen triebhaften Teils der Seele, es ist eine Ethik des Maßhaltens. Reziprozität bedeutet das GUTE, was wir von anderen erhalten, zurückgeben.

Quelle:
Google.Books
Online Lexikon für Psychologie/Philosophie und Aristoteles
Carl Jung/Sigmund Freud

(Monika Matera)

Wie ich das Wacken Open Air lieben gelernt habe



„Heilig-Geist-Kirche in Wacken“ (Acryl), gemalt von Ilse Jordan

Seit 2013 nehmen mein Lebensgefährte und ich regelmäßig am WOA teil.

Mein Lebensgefährte ist großer Anhänger von den vielen Metal Stilrichtungen, die seit Anfang der 70er Jahre entstanden sind und hat diese Musik zu einem für ihn wichtigen Lebensinhalt erhoben.

Da das WOA wiederholt jedes Jahr in unmittelbarer Nachbarschaft stattfindet, fragte mich mein Lebensgefährte, ob wir nicht auch einmal Tickets besorgen sollten, um dieses Festival zu erleben.



„Das sind die Gründer von Wacken“ (Acryl), gemalt nach einem Kalenderblatt aus dem Jahr 2019 von Ilse Jordan

Ich stimmte zu, und mein Lebensgefährte erwarb über Umwege unsere ersten

3 Days Tickets, denn das WOA war, wie immer schon seit Jahren, Monate vorher ausverkauft.

Musikalisch war ich immer vielseitig interessiert und war nun sehr gespannt, diese doch etwas laute Musikrichtung und ihre Anhängerschaft live erleben zu können.

2013 bot sich auch gleich das extreme Programm wie z.B. die provozierende Band Rammstein mit dem Volksliedvertreter Heino zusammen auf einer Bühne an.

Da meine Lieblingsfarbe ohnehin schwarz ist, hatte ich genügend passende Kleidungsstücke, um mich der Wacken „Gemeinde“ anzupassen.

Auf dem Gelände angekommen, war ich sehr beeindruckt von den Menschen und deren vielfältigen Schwarz.

Äußerlich passten alle gut zusammen, und die Stimmung war großartig, ich sah nur glückliche Menschen um mich herum.

Ich erwarb gleich ein paar Wacken T-Shirts, und damit war unser Outfit ziemlich perfekt geworden. Die Sonne schien, und es war recht warm. So wie das Wetter, waren auch die Menschen um uns herum, warm und herzlich.

Nachdem die Feuerwehrkapelle aus Wacken (Wacken Fire Fighters) das Festival, wie jedes Jahr, eröffnet hatte, erkunde-

ten wir das Gelände und machten halt vor einer Bühne. Hier wollten wir gerade eines unserer ersten Fotos von mir machen, aber sofort war ein junger Mann freudig motiviert mit im Bild. So ist Wacken eben, und so entstand ein schönes Foto zur Erinnerung an die ersten Stunden auf dem WOA. Als die bekannte Metal-Queen „Doro“ am Abend auftrat, erlebten wir eine Begeisterung, die bei uns Gänsehaut erzeugte. Ihr Auftritt ließ die textfesten Fans mitsingen, tanzen oder einfach nur zu einer ihrer Metal-Balladen schunkeln.

Am nächsten Tag regnete es etwas, aber der Weg von einer Bühne zur anderen war nicht beschwerlich, da jeder auf den anderen achtete und Rücksicht nahm.

Wir erlebten nun, was sich hinter der Bedeutung „WOA Rain or shine“, welche auf vielen T-Shirts gedruckt zu lesen ist, verbirgt. Das Wetter ist egal, Regen oder Sonne, wichtig ist das Gefühl der Zusammengehörigkeit – Alle sind gleich betroffen, und deswegen geht man die Umstände gemeinsam an. Es ist für uns einfach erstaunlich zu erleben, dass bei niemandem eine schlechte Laune bei widrigen Umständen aufkommt. Es ist der Spirit (Geist), der über dem ganzen Gelände wie eine undurchdringliche Glocke schwebt und jegliche negative Energie abwehrt.



Auch die meisten ansässigen Wackebewohner freuen sich jedes Jahr auf das W.O.A, wenn ihr Dorf mit den 1000 Seelen wieder Schwarz sieht. Da es Ihnen erlaubt ist, in ihren Vorgärten Biergärten zu errichten, Bier und andere Alkoholika über den Gartenzaun an die Metalheads zu ver-

kaufen, verwandelt sich die Dorfstraße zu einer großen Partymile. Hier feiern auch Menschen, die nicht zwangsläufig über ein Festivalticket verfügen.

Auch die Kirche mit ihren vielfältigen Angeboten, konnte im Laufe der Festivalentwicklung vor Ort, eine auf Akzeptanz beruhende Stellung beziehen.

So stellt die Kirche im Ortskern von Wacken auch eine Bühne für die Künstler direkt in der Kirche bereit. Inspiriert durch die kirchliche Festivalfürsorge, die direkt auf dem Festivalgelände ihre Hilfe für in psychische Notlage geratene Menschen anbietet, habe ich ein Bild entworfen, welches die Kirche von Wacken mit christlicher Historie in Verbindung bringt. Zu sehen ist das Bild dann auch während der Festivalzeit im Zelt der psychologischen Beratung und Hilfe.

Besonders beeindruckend ist auch der Mittelalter-Markt auf dem offiziellen Festivalgelände mit den vielen Kunsthandwerkern, denen man beim Herstellen ihrer Kunstwerke zuschauen kann. Man nimmt mittelalterliche Musik wahr, erzeugt von alten historischen Instrumenten und den dazu passenden Gesängen.

Leckere Speisen werden über offene Feuerstellen zubereitet und frisch für ein paar „Taler“ zum Verzehr angeboten.

Wer möchte, kann sich dann gestärkt an mittelalterlichen Spielen beteiligen. Der Kampf mit dem Schwert oder der Wurfaxt ist sehr beliebt, wie auch der Versuch, sich im Umgang mit Pfeil und Bogen zu beweisen.

Das WOA bietet auch täglich ein Rahmenprogramm mit vielen Aktivitäten an.

Unter anderem finden hier Lesungen, unterhaltsame Quizshows, sportliche Aktivitäten und andere Workshops im Bereich von Musik statt. Mehrmals hatten wir die Möglichkeit, an einem Back- und Kochkurs gemeinsam mit bekannten Künstlern bzw. Musikern teilzunehmen.



Das WOA verfügt über mehrere Bühnen, die von ihrer Größe unterschiedlich sind. Aber nicht nur auf den großen und kleinen Bühnen treten die Musiker auf, sondern auch auf freien Plätzen mitten auf dem Gelände. Hier trifft man auf Kleinkunstgruppen und anderen vielfältigen Darstellern, die zum Verweilen animieren.

Ein spezieller Künstler, der jedes Jahr wieder die Metaler-Gemeinde zu Jubelrufen und Begeisterungstürmen veranlasst, ist: „Mambo Kurt“, der auf einer kleinen Bühne mit seiner Heimorgel Baujahr 1968 geniale Metalklänge ertönen lässt und auch mit dazugehörigem Gesang nicht hinter dem Berg bleibt.

Wenn man über die Felder (Campingplätze) wandert, findet man fast die ganze Welt dort versammelt.

Viele haben das ganze Jahr über Kontakt miteinander und verabreden sich wieder für das kommende Jahr auf den Campingplätzen. Einige von ihnen verbringen die gesamten Tage des Festivals auf dem Campground an ihrem Wohnmobil, Wohnwagen oder Zelt, ohne sich auch nur einmal ein Konzert anzusehen. Trotzdem sind sie der Philosophie nach auch Heavy Metaler, denn sie genießen das Miteinander bei jedem Wetter, grillen, lachen, tanzen auch im Schlamm, schmücken und dekorieren sich und bauen aus leeren Bierdosen Figuren aus der Metal Mythologie.

Alle Generationen sind vertreten mit den unterschiedlichsten gesellschaftlichen Hintergründen, und es spielt keine Rolle, wer was ist, wenn Wacken zu Ende ist und der Alltag wieder das Sein bestimmt. Alle freuen sich gemeinsam auf das nächste

Jahr, wenn sie als Heavy Metal Gemeinde wieder zueinander finden.

Die Musik ist ein wichtiges Instrument und verbindet zigtausend Menschen für eine Woche auf dem heiligen Acker von Wacken. Ein elementares Zitat aus einem Buch zum WOA, welches in reichlich bebilderten Aussagen Organisatoren, Künstler und Fans zu Wort kommen lässt:

„Das Wacken Open Air ist eine Art Lebenseinstellung. Es ist nicht nur die Musik oder das Zelten, es geht um Loyalität, Ehre, Stärke. Es ist etwas Besonderes, das man heute nur noch selten findet. Und in Wacken bekommst du alles zusammen einfach dazu“ (Das Buch: *The People's Republic of Wacken* ist incl. DVD im HEEL-Verlag unter der ISBN: 9783958430549 oder im Wackenstore in Wacken erhältlich)

Das trifft den Kern des WOA, und in all den Jahren haben wir nie Streitigkeiten erlebt – nur harmonisches Miteinander, Rücksicht, Toleranz und aufeinander Achtgeben.

Wenn man diesen Lebensstil mag und Musikrichtung liebt, dann ist man auf dem Wacken Open Air richtig aufgehoben und erfährt eine Art von Heilung vom schönsten Alltag.

Man könnte auch von Urlaub sprechen!

Und somit freuen wir uns auch schon wieder auf

dieses Jahr und hoffen auf viel Sonnenschein und nur zur Erfrischung ein wenig Regen

(Ilse Jordan)



Buchvorstellung: „Aprikosenküsse“ von Claudia Winter

Ein absoluter Verriss des italienischen Restaurants „Tre Camini“ in einer Gourmet-Zeitschrift sorgt dafür, dass dessen Gutsherrin im Wartezimmer eines Berliner Herzspezialisten einen Herzinfarkt erleidet und stirbt.

„Wir haben uns mit Ihrem Artikel eine Klage eingehandelt. Der Kläger, ein gewisser Signor Camini, stellt eine Schadensersatzforderung im fünfstelligen Bereich. Und er will Ihren Kopf.“

Die Worte ihres Chefs, der sie ins Restaurant des Berliner Flughafens zitiert hat, lösen bei Hanna Philipp – Foodjournalistin und Kleptomane – ein unheilvolles Prickeln in den Fingerspitzen aus... Ihrem Chef kann sie schlecht den Löffel vom Unterteller mopsen. Stattdessen bleibt ihr Blick an einem Fenstersims kleben, auf dem eine gestreifte Porzellanvase steht.

„Ich verlange Folgendes von Ihnen, Frau Philipp: Sie setzen einen freundlichen Widerruf Ihres Artikels in die Juliausgabe und entschuldigen sich für den Irrtum. Anschließend bringen Sie Signor Camini dazu, dass er die Klage zurücknimmt, und wenn Sie auf Knien vor seiner Stalltür darum betteln müssen. Ein Gang nach Cannossa, und ich lege im Gegenzug beim Vorstand ein gutes Wort für Sie ein.“ Als der Chef sich kurz abwendet, um sein Sakko zu anageln, greift Hanna blitzschnell zu. Nur gut, dass die hässliche Vase, die zudem auch noch schwer ist, millimetergenau in ihre Henkeltasche passt.

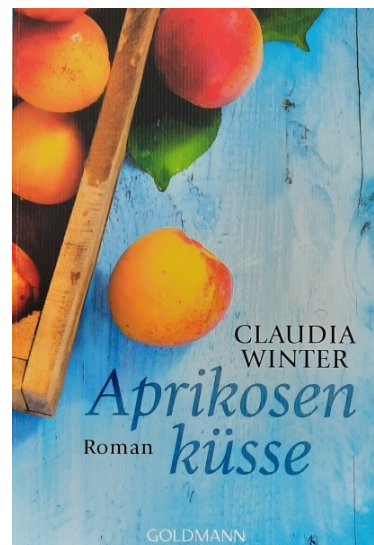
Zurück in der Redaktion stellt Hannas Praktikantin Sasha fest, dass es sich bei der Vase um die Urne handelt, in der sich die Asche der verstorbenen Signora Camini befindet!

Fabrizio Camini, der Enkel der Verstorbenen, war zur gleichen Zeit wie Hanna im Flughafenrestaurant gewesen und hatte die

Urne nur kurz auf dem Fenstersims abgestellt, während er auf den Abflug seiner Maschine nach Italien wartete, um seine geliebte Nonna heimzubringen.

Hanna muss nun notgedrungen nach Italien reisen, um das ungewöhnliche Diebesgut zurückzugeben und sich für den Artikel entschuldigen. Fabrizio verlangt von Hanna jedoch erst mal einen zweiwöchigen Frondienst auf dem Gut, bevor er die Urne zurücknimmt.

Damit noch nicht genug: Fabrizios Nonna hat in ihrem Testament verfügt, dass er in den Hafen der Ehe einlaufen muss, bevor er das „Tre Camini“ erbt. Das alles bringt nicht nur gehörigen Trubel in das ansonsten eher beschauliche toskanische Dorf, sondern wirbelt auch Hannas Gefühlsleben ganz schön durcheinander.



„Aprikosenküsse“ ist trotz des traurigen Intros ein humorvoll geschriebener Liebesroman, ohne schnulzig daherzukommen. Er ist von Anfang an gespickt mit vielen Irrungen und Wirrungen und hält einen bis zum Schluss in Atem. Einfach herrlich!

Der Roman ist im GOLDMANN Verlag unter der ISBN 978-3-442-48390-7 erschienen und kostet 9,99 €.

Viel Spaß beim Schmökern!

(Heike P.)

MAIGLÖCKCHEN



Die Bedeutung von Maiglöckchen ist vielfältig in der Blumensprache, die zarte Blume symbolisiert mehrere Dinge. Die feine Pflanze erblüht im Maianfang und läutet den Frühling ein.

Generell aber drücken die weißen Glocken „Glück kommt zurück“ aus.

Damit steht die Blume für Glück, Liebe, Ende allen Leidens, einen glücklichen Neuanfang und Herzensstärke. Durch die durchgehende weiße Blüte drückt die Blume auch Seelenreinheit und Sittsamkeit aus.

Ein Schenken des Maiglöckchens symbolisiert den Wunsch, Freude zu schenken oder drückt seine innige Liebe gegenüber dem Anderen aus.

Die Bedeutung nach einkkehrendem Heil geht damit einher, dass das Maiglöckchen in der frühen Neuzeit als Attribut der Heilkunde galt.

Berühmte Ärzte wurden damals mit verschiedenen Attributen dargestellt. Der

Wissenschaftler Kopernikus (1473-1543) wurde beispielsweise mit Maiglöckchen abgebildet.

Christliche Bedeutung des Maiglöckchens

Das Maiglöckchen nennt man auch „Marienblume“ und ist an eine christliche Legende gebunden.

Dieser zufolge sollen Maiglöckchen auch an der Stelle zum ersten Mal gewachsen sein, wo Maria neben dem Christus-Kreuz weinte.

Damit kommt dem Maiglöckchen auch eine religiöse Bedeutung zu und symbolisiert im Sinne Reinheit, Demut und Bescheidenheit.

Anmerkung:

Das Maiglöckchen ist schön anzusehen, aber es ist eine giftige Pflanze.

Quelle:

[Praxistipps.focus.de/maiglöckchen](https://praxistipps.focus.de/maiglöckchen)

Freies Foto Pixabay

(Monika Matera)

Baum des Jahres 2022



Die Buche: Was bedeutet sie spirituell:

Die Buche steht für die Ewigkeit, andererseits will sie auch gezielt dazu auffordern, im HIER und JETZT zu leben und nicht beim Schmerz der Vergangenheit oder etwaigen Zukunftsängsten zu sein, die dem Erleben in der Gegenwart im Wege stehen.

(Monika Matera)

Auch mal über sich selbst lachen...

Frühjahrsputz

Höchste Zeit, mal wieder den Wollmäusen zu Leibe zu rücken. Diese lästigen Biester sind schneller wieder da, als einem lieb ist. Ich frage mich immer wieder, wie es sein kann, dass man sich ein paar Tage in Sicherheit wiegt, sie erst mal wieder bekämpft zu haben, und am nächsten Tag - zack! - liegen sie wieder in Kolonien im Bad.

So auch an diesem Samstag. Also, den Staubsauger - mit dem ich sowieso auf Kriegsfuß stehe - geschnappt und das Badezimmer einmal durchgerüsselt. Ach, wenn ich schon mal dabei bin, mache ich auch noch gleich einen Abstecher in die anderen Zimmer oben.

Als ich gerade so langsam den Abstieg über die Treppe machen will, fällt mir ein, dass ich vor ein paar Tagen vor dem Zubettgehen so eine winzig kleine Spinne oben in einer Ecke des Badezimmers habe sitzen sehen.

Auch so ein Phänomen: Wie kann so ein Mini-Tier, mit dem bloßen Auge kaum erkennbar, so viel Spinnweben produzieren?

Ich also noch mal zurück ins Bad, um dem Tierchen den Garaus zu machen. Ich stehe mit der "Waffe im Anschlag" in der Ecke und halte nach dem Tierchen Ausschau. Allerdings kann ich an der Decke nichts erspähen, als plötzlich mein Staubsauger laute, schnorchelnde Geräusche macht. Ich schaue auf die Düse und sehe, wie Meter um Meter Toilettenpapier rasend schnell von der Rolle, neben der ich stehe, eingesogen wird!

Oh nein! Bitte nicht die ganze Rolle! Ich versuche, das Toilettenpapier festzuhalten, was mir auch so einigermaßen gelingt. Das Papier reißt und ich wickle erst mal die Meter, die sich im Bad weiterhin abgerollt

haben, mehr schlecht als recht wieder auf. Egal, soll ja keinen Preis für Ästhetik gewinnen, sondern nur wieder einsatzbereit sein. Okay, trotzdem will ich noch die Weben, die die Minispinne fabriziert hat, wegsaugen.

Dieses Mal halte ich die Düse des Staubsaugers immerhin in die richtige Richtung. Aber, hä? Was ist das denn, der Staubsauger zieht ja nicht mal mehr die Spinnenweben von der Wand! Ich halte die Hand vor die Düse: wo ich sonst Not habe, die Hand wieder loszukriegen, spielt sich nichts ab. Was ist das denn jetzt schon wieder?

Staubsauger aus. Staubsauger wieder an. Nix... Vielleicht ist irgendwas kaputt an dem Ding? Ich öffne die Kammer zum Staubsaugerbeutel und staune nicht schlecht: aus dem Staubsaugerrohr schlängelt sich das eingesogene Toilettenpapier in den Staubsaugerbeutel. Ich ziehe und ziehe und ziehe. Und Meter um Meter kommt wieder zum Vorschein... Tja, und jetzt, wo der Beutel wieder leer ist, funktioniert auch die Ansaugung wieder perfekt!

Aber es muss schon ein Bild für die Götter gewesen sein, als ich panisch und hektisch versucht habe, dem alles verschlingenden Monster seine Beute zu entreißen...

(Heike P.)



„Kreise“ (Acryl auf Leinwand), Tatjana

W o r t s u c h s p i e l zum Thema Glaube, Liebe, Hoffnung

Finden Sie die im Buchstabensalat versteckten Wörter. Sie sind sowohl horizontal, vertikal und diagonal versteckt. Kleiner Tipp: Auch rückwärts und von unten nach oben suchen.

N	L	E	M	M	I	H	N	A	V	D	L	Y	S	S	J	N
E	S	M	U	H	T	I	E	K	G	I	M	M	E	O	R	F
K	J	R	E	S	Q	W	E	W	O	N	V	O	D	M	E	U
N	V	E	O	P	T	I	M	I	S	M	U	S	L	X	L	K
E	N	A	J	U	E	N	H	B	C	Y	W	B	Z	Y	I	C
D	B	W	E	R	T	S	C	H	A	E	T	Z	U	N	G	B
H	F	S	K	N	B	S	T	E	H	N	Y	Q	A	Z	I	N
C	D	N	V	G	I	L	B	H	H	P	D	C	N	T	O	H
S	G	E	Y	B	T	A	Z	O	G	K	A	A	T	B	E	C
N	H	Z	W	D	G	I	V	F	C	B	G	O	C	T	S	D
U	E	R	O	N	U	A	I	F	B	X	R	G	X	H	I	P
W	N	E	I	Z	Z	F	G	N	K	X	U	R	C	C	T	K
U	E	H	C	G	E	W	S	U	A	F	G	R	D	I	A	X
P	A	G	N	U	G	I	E	N	U	Z	N	A	R	S	E	P
F	L	E	L	E	D	U	A	G	L	A	U	B	E	R	T	B
Z	P	M	C	A	H	G	P	S	I	J	N	U	C	E	F	G
N	S	E	T	W	E	L	O	S	E	R	F	J	D	V	A	H
Y	T	I	I	G	R	U	F	C	B	A	F	B	C	U	H	I
K	F	N	E	U	Z	H	B	H	E	Z	O	G	E	Z	C	A
O	N	S	H	E	L	Z	B	I	O	P	H	W	U	Y	S	R
U	U	C	N	G	I	X	D	M	G	L	L	S	N	B	D	G
G	K	H	E	U	C	F	V	M	F	K	A	S	Z	S	N	B
N	U	A	G	T	H	H	Z	E	I	M	E	D	D	N	U	H
U	Z	F	O	E	K	S	G	R	M	M	T	I	E	H	E	E
R	N	T	W	Q	E	T	W	E	W	F	I	O	T	Y	R	U
H	K	Y	E	E	I	M	N	U	S	O	G	A	L	N	F	U
E	L	R	G	T	T	H	Z	Z	T	K	L	G	W	M	G	G
R	S	C	H	W	A	E	R	M	E	R	E	I	I	P	V	X
E	M	J	Q	L	E	B	E	I	L	R	E	T	T	U	M	T
V	E	R	T	R	A	U	E	N	B	K	P	K	O	C	U	T

Viel

Spaß

wünscht

Heike P.

Rätselauflösung

S. 24

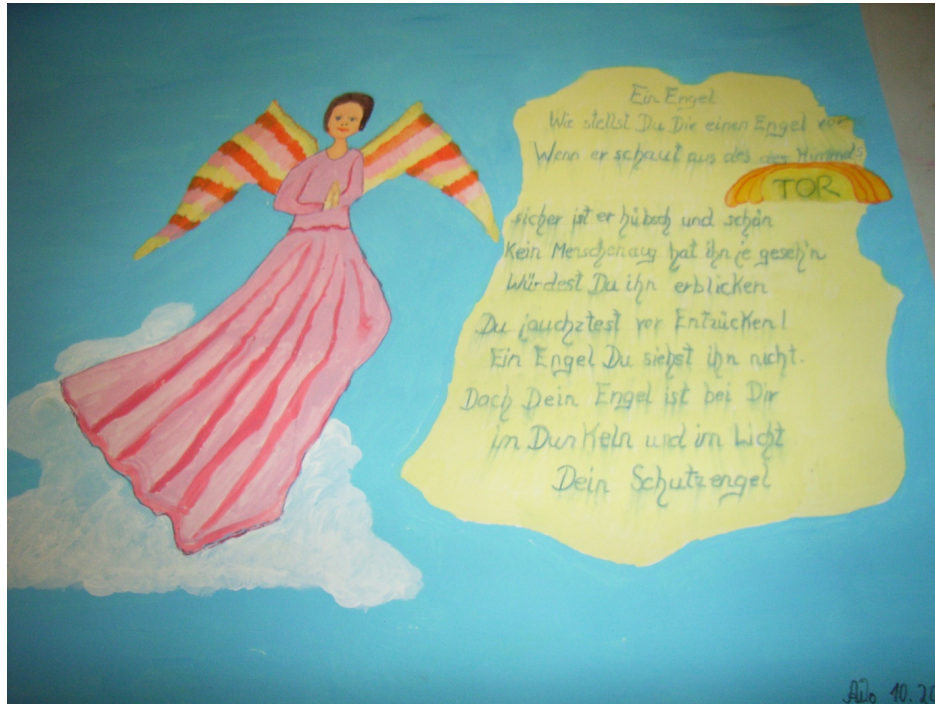
ANDACHT
ANHIMMELN
AUSWEG
FREUNDSCHAFT
FROEMMIGKEIT
GEMEINSCHAFT
GEWOGENHEIT
GLAEUBIGKEIT
GLAUBE

HERZENSWAERME
HERZLICHKEIT
HINGABE
HOFFNUNG
HOFFNUNGSSCHIMMER
LIEBE
MUTTERLIEBE
OPTIMISMUS
RELIGIOESITAET

SCHWAERMEREI
VEREHRUNG
VERTRAUEN
WERTSCHAETZUNG
WUNSCHDENKEN
ZUKUNFTSPLAENE
ZUNEIGUNG
ZUSAMMENHALT
ZUVERSICHT

Aus
unserem

2013



(Anneliese Wolfmeier)

Ein Engel

Wie stellst Du Dir einen Engel vor,
wenn er schaut aus des Himmels Tor?

Sicher ist er hübsch und schön,
kein Menschaug' hat ihn je geseh'n.

Würdest Du ihn erblicken,

Du jauchztest vor Entzücken.

Ein Engel, Du siehst ihn nicht.

Doch Dein Engel ist bei Dir im Dunkeln und im Licht.

Dein Schutzengel.

(Anneliese Wolfmeier)

Lieblingsrezepte



Bild: „Blumenfee“ (Aquarell),
Heidrun Klisch

Folgende 3 Rezepte schickte uns Heike P.:

(Fit in den Frühling...) Sattmacherbrot

Bitte beachten: das Brot muss über Nacht quellen!

Zutaten für 1 Brot: 135 g Sonnenblumenkerne, 90 g Leinsamen, 65 g Haselnusskerne, 145 g Haferflocken, 4 EL Flohsamenschalen, 1 TL Salz, 1 EL Ahornsirup, 5 EL Öl

Zubereitung:

1. Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel vermengen. Ahornsirup, 350 ml Wasser und Öl zugeben und gründlich mischen. Nussmasse in einer Kastenform (ca. 8 x 25 cm) verteilen, die Oberfläche mit einem Löffel glatt streichen. Die Form mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken und den Teig über Nacht quellen lassen.
2. Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze 180 °C/Umluft: 160 °C). Brot ca. 20 Minuten darin backen, bis die Oberfläche leicht gebräunt ist. Herausnehmen,

aus der Form lösen und vorsichtig auf ein mit Backpapier belegtes Blech stürzen. Weitere 30 – 40 Minuten backen, bis sich von allen Seiten eine schöne Kruste gebildet hat. Brot aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Und daraus basteln wir uns dann ein:

Kraftbrot!

Zutaten für 1 Brot: 1 Scheibe Sattmacherbrot (alternativ: Vollkornbrot), Frischkäse, 1 Tomate, 1 Stück Gurke, 1 hartgekochtes Ei, Rucola oder auch Bärlauch (je nach Saison), Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung:

Brot mit Frischkäse bestreichen (gern auch ein wenig dicker), Rucola- oder Bärlauchblätter darauflegen. Dann Gurke und Tomate in Scheiben und zu guter Letzt das Ei in Scheiben. Mit Salz und Pfeffer würzen und schmecken lassen!

Wir basteln weiter...:

„FAKE“-Chicken-Wings mit Dip



Bild: „Kampfhähne“ (Pastellkreiden),
Sielke Sjut

Zutaten:

Für die „Wings“: 800 g Blumenkohl, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Misopaste (z. B. rote), 2 EL Ahornsirup, 2 EL Sriracha (asiat. Chilisoße), 1 TL edelsüßes Paprikapulver, 1 TL Zwiebelpulver, Cayennepfeffer, Saft von ½ Limette, 5 EL Öl.

Zutaten:

Für die „Wings“:

800 g Blumenkohl, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Misopaste (z. B. rote), 2 EL Ahornsirup, 2 EL Sriracha (asiat. Chilisoße), 1 TL edelsüßes Paprikapulver, 1 TL Zwiebelpulver, Cayennepfeffer, Saft von ½ Limette, 5 EL Öl

Für den Dip:

200 g Schmand, 1 EL Sojasoße, 1 TL Olivenöl, Saft von ½ Limette, Salz, Pfeffer, 2 Lauchzwiebeln



Bild: „Zitronen“, (Pastell), Irina Lück

Zubereitung:

1. Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 180 °C. Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen teilen. Knoblauch schälen und grob hacken (oder durch die Presse drücken), mit allen übrigen Zutaten für die „Wings“ zu einer Marinade verrühren. Blumenkohlröschen darin wenden.
2. Blumenkohl samt Marinade auf ein mit Backblech belegtes Blech verteilen. Im heißen Ofen 20 – 25 Minuten backen, zwischendurch einmal wenden.
3. Inzwischen Schmand, Sojasoße, Olivenöl und Limettensaft verrühren. Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Dip damit bestreuen.

(Guten Appetit wünscht Heike P.)

2 Rezepte schicken uns Susann:

Spiegeleikuchen

(ausreichend für ein Blech)

Zutaten für den Rührteig:

250 g weiche Butter oder Margarine
175 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
1 Päckchen geriebene Zitronenschale oder alternativ 2 bis 3 Spritzer Zitrone
1 Prise Salz
4 Eier (Größe M)
300 g Weizenmehl
3 TL Backpulver

Zutaten für die Schmandcreme:

1 Packung Vanille-Puddingpulver
100 g Zucker
500 ml Milch
600 g Schmand

480 g Aprikosenhälften (Abtropfgewicht)

(alternativ Pfirsichhälften oder Mandarinstücke)

Zum Verzieren:

1 Päckchen klaren Tortenguss
2 EL Zucker
Gehackte Pistazien (lassen wir gern auch mal weg)

Zubereitung

Aprikosenhälften in einem Sieb abtropfen lassen und Flüssigkeit auffangen. Backblech einfetten oder mit Backpapier auslegen. Backofen auf 160 Grad Umluft oder 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den Rührteig Butter bzw. Margarine mit dem Handmixer geschmeidig rühren. Dann Zucker, Vanillezucker, Zitrone und Salz hinzufügen, bis die Masse gleichmäßig ist. Nun jedes Ei einzeln hinzugeben und etwa eine halbe Minute auf hoher Stufe unterrühren. Das mit Backpulver vermischte Mehl abwechselnd mit 100 ml Aprikosenflüssigkeit auf mittlerer Stufe kurz unterrühren. Den Teig auf dem Blech verteilen und etwa 20 Minuten im mittleren Einschub backen. Danach den Teig mitsamt Blech auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Nun wird die Schmand-Creme zubereitet. Dazu den Pudding nach Packungsanleitung zubereiten, ihn danach in eine Rührschüssel umfüllen und ca. 5 Minuten abkühlen lassen. Nun den Schmand unter den noch warmen Pudding heben und die so entstandene Creme auf dem abgekühlten Boden verteilen.

Jetzt die Aprikosen mit der Wölbung nach oben gleichmäßig auf der Schmand-Creme verteilen.

1. **Zuletzt noch den Tortenguss** nach Packungsanleitung zubereiten. Statt Wasser kann man auch den Aprikosensaft verwenden. Den Tortenguss nach dem Aufkochen sofort mit einem Esslöffel über die Aprikosen verteilen und den Kuchen nach Wunsch mit Pistazien verzieren. Vor dem Essen sollte er mindestens 1 Stunde kaltgestellt werden. Noch besser schmeckt er, wenn er einige Stunden ziehen konnte.

Spekulatius-Mandarinen-Dessert (nicht nur für Weihnachten)

Zutaten:

100 g Schlagsahne
250 g Magerquark oder Joghurt
250 g Mascarpone
2 Päckchen Vanillezucker
50 g Zucker
1 Dose Mandarinen (175 g Abtropfgewicht) oder alternativ frische Mandarinen
150 g Spekulatius

Zubereitung:

Alles für die Creme zusammenrühren. Spekulatius zerkrümeln. Mandarinen abtropfen lassen und die schönsten Stücke beiseite legen. Alles abwechselnd in Trinkgläser oder Kompottschälchen schichten. Zum Schluss ein oder zwei Mandarinenstückchen und Spekulatiusbrösel obendrauf geben.

(Viel Spaß beim Nachbacken wünscht
Susann)

Auflösung des Wortsuchspiels von S. 20

N	L	E	M	M	I	H	N	A	V	D	L	Y	S	S	J	N
E	S	M	U	H	T	I	E	K	G	I	M	M	E	O	R	F
K	J	R	E	S	Q	W	E	W	O	N	V	O	D	M	E	U
N	V	E	O	P	T	I	M	I	S	M	U	S	L	X	L	K
E	N	A	J	U	E	N	H	B	C	Y	W	B	Z	Y	I	C
D	B	W	E	R	T	S	C	H	A	E	T	Z	U	N	G	B
H	F	S	K	N	B	S	T	E	H	N	Y	Q	A	Z	I	N
C	D	N	V	G	I	L	B	H	H	P	D	C	N	T	O	H
S	G	E	Y	B	T	A	Z	O	G	K	A	A	T	B	E	C
N	H	Z	W	D	G	I	V	F	C	B	G	O	C	T	S	D
U	E	R	O	N	U	A	I	F	B	X	R	G	X	H	I	P
W	N	E	I	Z	Z	F	G	N	K	X	U	R	C	C	T	K
U	E	H	C	G	E	W	S	U	A	F	G	R	D	I	A	X
P	A	G	N	U	G	I	E	N	U	Z	N	A	R	S	E	P
F	L	E	L	E	D	U	A	G	L	A	U	B	E	R	T	B
Z	P	M	C	A	H	G	P	S	I	J	N	U	C	E	F	G
N	S	E	T	W	E	L	O	S	E	R	F	J	D	V	A	H
Y	T	I	I	G	R	U	F	C	B	A	F	B	C	U	H	I
K	F	N	E	U	Z	H	B	H	E	Z	O	G	E	Z	C	A
O	N	S	H	E	L	Z	B	I	O	P	H	W	U	Y	S	R
U	U	C	N	G	I	X	D	M	G	L	L	S	N	B	D	G
G	K	H	E	U	C	F	V	M	F	K	A	S	Z	S	N	B
N	U	A	G	T	H	H	Z	E	I	M	E	D	D	N	U	H
U	Z	F	O	E	K	S	G	R	M	M	T	I	E	H	E	E
R	N	T	W	Q	E	T	W	E	W	F	I	O	T	Y	R	U
H	K	Y	E	E	I	M	N	U	S	O	G	A	L	N	F	U
E	L	R	G	T	T	H	Z	Z	T	K	L	G	W	M	G	G
R	S	C	H	W	A	E	R	M	E	R	E	I	I	P	V	X
E	M	J	Q	L	E	B	E	I	L	R	E	T	T	U	M	T
V	E	R	T	R	A	U	E	N	B	K	P	K	O	C	U	T

Plattdüütsch is in



„Das ist Leben“ (Acryl auf Karton),
Conny Fischer

Energiesporen

Dat weet wi: Nich so dull inböten, wenn dat buten kold is. Mit Pullover und Handschuh an, in de Wohnstuvv sitten. Mit Handschuh de Drinkenbuddel opmoken kanns nie. Also am besten Mehrweg-Buddels kaupen, am besten mit Schruuvdeckel – sport Energie.

Un wenn dat kold is in de Stuvv, bruukst Du ok keen Drinken kold to stellen. Also kanns Du den Stromfreeter Köhlschrank ok afstellen – sport veel Energie.

Dor fällt mi noch in: Kolt duschen, Teen putzen: brbrbrbr.

Un wi is dat mit Autofohrn? Ik heff dat Auto



stohnloten, bin mit de Bohn no Hamborg fohrt: Ik heff doppelt so lang bruukt wi sunst. Un överhaupt "Dat Düütschland-Ticket": „Dor hett doch een Uhl seeten“. Wenn de Bohn ni streikt, sünd dor Buuarbeiten, oder se kummt to loot.

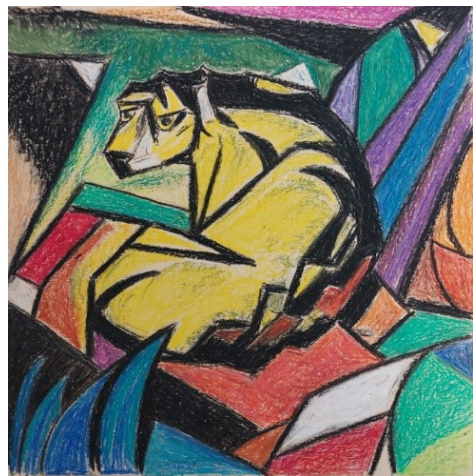
Also behool ik doch min Auto und versöök nich so gau to fohrn und de Bremsen to schonen.

Ik heff den Indruck, dat manche Autofohrer meent, Blinken kost Energie. Se vergeet dat eenfach. Oder se blinkt, wenn se schon afbogen sünd. Denn künnt se sik dat ock ganz sporen. Dat kunn sogor angohn, dat unnödig Energie frie sett ward: „**Bi´n Blechschoden**“.

(Heidi)

Witze

Etwas für die Bauchmuskeln



„Tiger“ (Öl Pastellkreiden),
Sielke Sjut

Sandra schreibt im Diktat „Tiger“ immer klein. Die Lehrerin gibt ihr einen Tipp: „Was man anfassen kann, schreibt man groß.“ Sandra antwortet: „Probieren Sie mal, einen Tiger anzufassen!“

Warum müssen Autofahrer tierlieb sein? ...Schlange vor sich, weiße Mäuse hinter sich, Tiger im Tank, Pferde unter der Haube, dufte Biene neben sich und einen Drachen zu Hause...

Welche vier Tiere sind die Lieblingstiere...

...jeder Frau?

Ein **Jaguar** – poliert in der Garage

Ein **Nerz** – im Schrank

Ein **Tiger** – im Bett

und ein **Esel** – der das alles bezahlt

„Die Haiopeis“ von Thomas Siemensen



Impressum NEBEL LEBEN Impressum

NEBEL LEBEN ist eine Zeitung der Besucher*innen der Brücke Dithmarschen.

Redaktionsanschrift:

Brücke Dithmarschen e.V.

Tel.: 0481 - 684940

-Redaktion NEBEL LEBEN-

Fax: 0481 - 6849444

Neue Anlage 23 – 25, 25746 Heide, e-mail: Ulrich Juhl [u.juhl@bruecke-dithmarschen.de]

Redaktion: Susann Heinze-Wallmeyer, Ulrich Juhl, Monika Matera, Heike Preitauer, Sigrid Stiegler, Heidi Stender, Johann Treplin, Anneliese Wolfmeier.

V.i.S.d.P.: Ulrich Juhl, Brücke Dithmarschen, Neue Anlage 23 – 25, 25746 Heide

Freie Mitarbeiter*innen dieser Ausgabe: Conny Fischer, Gisela Freese, Gerd, Ilse Jordan, Heidrun Klisch, Irina Lück, Martina, Heike Neumann, Jürgen Piechottka, Thomas Siemenssen, Sielke Sjut, Marianne Streblow, Barbara Struve, Tatjana, Vera Warnke.

Gestaltung des Titelblatts: Marianne Streblow

Druck: Kreis Dithmarschen April 2024

Preis: kostenlos.

Gern nehmen wir Spenden entgegen. Auf Wunsch stellt die Brücke Dithmarschen auch eine Spendenbescheinigung aus.

Vereins- und Spendenkonto, Inhaber Brücke Dithmarschen e.V.:

Sparkasse Westholstein

IBAN: DE47222500200084500011

BIC: NOLADE21WHO

Bildnachweise:

Brücke-Archiv, www.google.de, www.ixquick.de

Einsendungen: Bitte haben Sie Verständnis, dass wir nicht alle Beiträge berücksichtigen können. Wir behalten uns die zweckmäßige und sinnvolle Kürzung der Beiträge vor. Selbstverständlich veröffentlichen wir je nach Wunsch anonym, mit Namenskürzel oder mit vollem Namen. Diese Zeitung wird an diversen Orten im Kreis Dithmarschen ausgelegt. Sie ist erhältlich in der Begegnungsstätte der Brücke Dithmarschen.

Wir danken allen, die beim Erarbeiten dieser Ausgabe mitgeholfen haben.

Mitgliedschaft in der Brücke Dithmarschen e.V.: Antragsformulare sind direkt in der Brücke erhältlich. Jährlicher Mitgliedsbeitrag: Euro 25,--.

„Brücke Dithmarschen“ e.V. Heide, Neue Anlage 23 – 25

Offene Angebote zurzeit:

In der Brücke Heide:

Mo+Mi:	14.00 – 16.00	BEGEGNUNGSSTÄTTE (BG) GEÖFFNET
Freitag:	14.00 – 17.00	BG GEÖFFNET (mit Fahrdienst)
Mo bis Frei	8.00 – 16.00	Telefonisch erreichbar: 0481-684940: Psychosoziale Beratung Re-Start Wohnungslosen-Auswegberatung Alltagshilfe
Montag:	10.00 – 11.30 13.00 – 16.00 14.00 – 16.00	Zeitungsgruppe Malgruppe BG geöffnet
Dienstag:		BG geschlossen
Mittwoch:	9.30 – 11.00 10.00 – 13.00 14.00 – 16.00 14.15 – 15.30 16.00 – 17.00	Café Caramba (Frühstück für Männer) alle 4 Wochen, Termine nach Aushang, um Anmeldung wird gebeten. Kochgruppe (alle 14 Tage mit Anmeldung) BG geöffnet Entspannungsgruppe Singen
Donnerstag:	18.00 – 20.00	BG geschlossen Jeden letzten Donnerstag im Monat Treff der Angehörigen psychisch kranker Menschen / Selbsthilfegruppe
Freitag:	10.00 – 12.00 13.00 – 16.00 13.00 – 16.00	Café Olé (für Frauen) Malgruppe BG geöffnet / Mit Fahrdienst
Samstag:		derzeit keine Angebote

In der Brücke Brunsbüttel

Montag	9.30 – 11.30	Wurtleutetweute 54 Frühstück und Gespräch (Termine bitte anfragen)
Dienstag	14.00 – 16.00	Begegnungsstätte (BG) geöffnet / mit Fahrdienst
Donnerstag	14.00 – 16.00	Begegnungsstätte (BG) geöffnet

Im Kunsthaus Heide:

Montag	10.30 – 13.30	Markt 19 Arbeiten mit Holz
Dienstag	13.30 – 16.30	Arbeiten mit Holz
Mittwoch	10.30 – 13.30	Pastellmalerei + Pappmache´
Donnerstag	13.30 – 16.30	Glas, Ton, Malerei

Projekte:	Ausdruckszentriertes Malen Schnupperzeit Weitere Infos und Termine zu den Projekten bitte tel. erfragen in der Zeit von 8.30h-12.30h
------------------	---