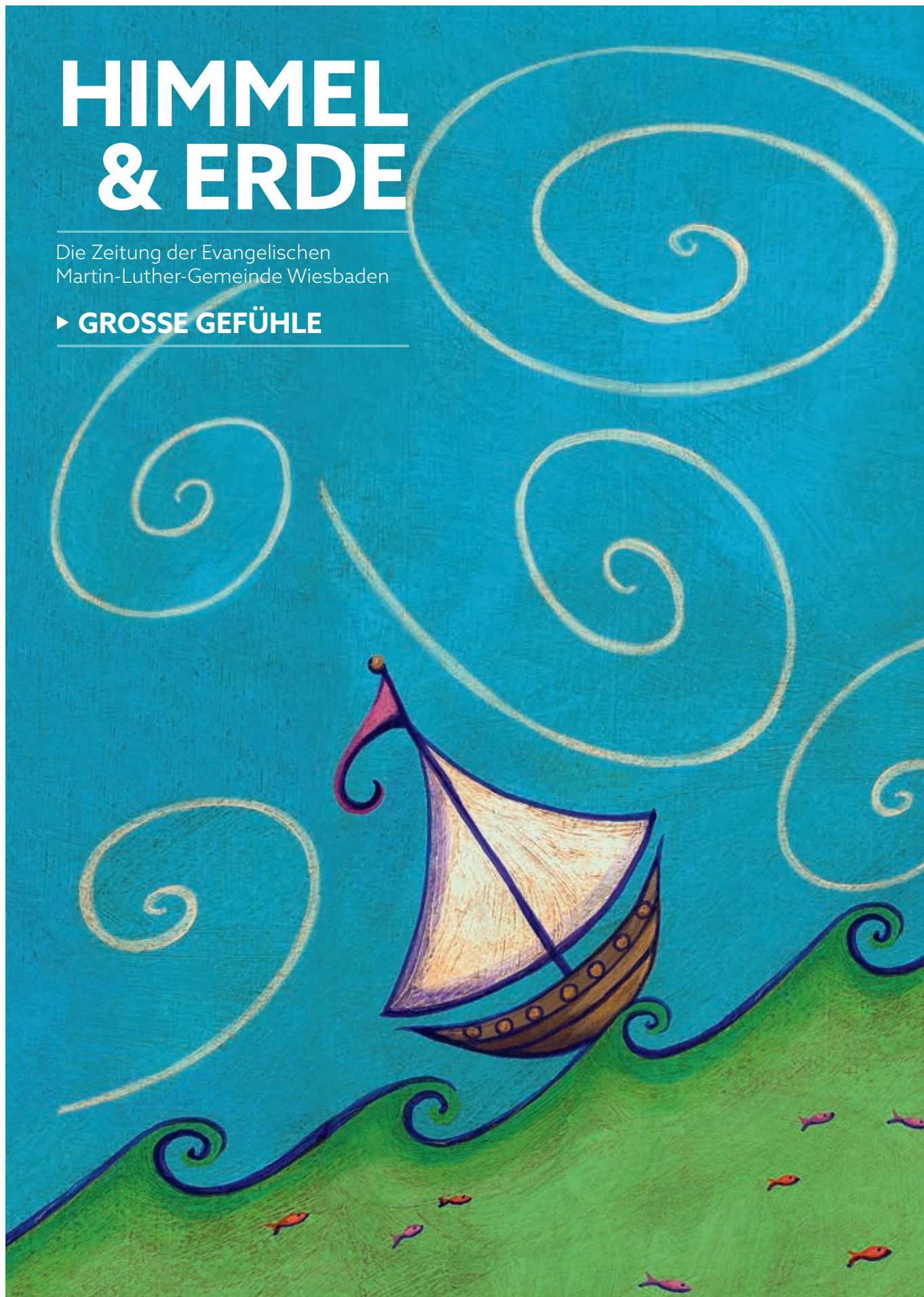


HIMMEL & ERDE

Die Zeitung der Evangelischen
Martin-Luther-Gemeinde Wiesbaden

► **GROSSE GEFÜHLE**

Abb: © Wendy Morris & Linda Bronson_Artville LLC, bearb. rsrdesign



EVANGELISCHE
MARTIN-LUTHER-GEMEINDE
WIESBADEN

April-August | 2026
luther-wiesbaden.de









SOMMERKIRCHE „GROSSE GEFÜHLE“

Wir freuen uns sehr, wenn Sie, unsere Leser:innen, Ihre ihre Eindrücke zum Heft und ihre Ideen für die Zukunft mit uns teilen! Eine Rückmeldung war: Warum bringt ihr die tollen Themen aus HIMMEL & ERDE nicht auch darüber hinaus in die Gemeinde ein und macht zum Beispiel Veranstaltungen zum Thema oder zu einzelnen Artikeln?

Das wollen wir gerne tun! So stellen wir unsere diesjährige „Sommerkirche“ ebenfalls unter das Thema „Große Gefühle“. An den Wochenenden in den großen Ferien (und eins danach) wird es jeweils nur einen Gottesdienst in unserer Gemeinde geben. Reihum und immer um 10 Uhr beginnend werden wir dabei an all unseren vier Kirchorten in den Gottesdiensten den „Großen Gefühlen“ auf den Grund gehen. Ihnen nachspüren, biblische Resonanzen dazu aufgreifen. Seien Sie gespannt!



| | | |
|----------------------------|---|---|
| So. 28.06. Luther |  10 Uhr Sommerkirche „Abschied und Neuanfang“, Pfrn. Oehler |  |
| So. 05.07. Johannes | 10 Uhr Sommerkirche „Wut“, Pfr. Merkel |  |
| So. 12.07. Markus |  10 Uhr Sommerkirche „Freude“, Pfrn. Kuhn | |
| So. 19.07. Heilig Geist |  10 Uhr Sommerkirche „Liebe & Mitgefühl“, Vikarin Greb |  |
| So. 26.07. Luther | 10 Uhr Sommerkirche „Scham“ mit der Dortmunder Chorakademie, Pfr. Lösch |  |
| So. 02.08. Johannes |  10 Uhr Sommerkirche „Staunen“, Prädikantin Schmidt |  |
| So. 09.08. Markus | 10 Uhr Sommerkirche „Verzweiflung & Hoffnung“, Vikarin Greb | |
| So. 16.08. Heilig Geist | 10 Uhr Sommerkirche „Angst und Vertrauen“, Pfrn. Kuhn |  |



Möchten Sie der Redaktion gerne etwas mitteilen? Welche Ideen, Anmerkungen oder auch Kritik haben Sie? Sprechen Sie uns an. Das Verzeichnis der Redaktionsmitglieder finden Sie auf Seite 31 im Impressum. Oder schreiben Sie uns über das Gemeindebüro. Wir sind gespannt!



Liebe Leserinnen und Leser,

an was denken Sie bei „Großen Gefühlen“: Hollywood, Bollywood, Herzschmerz, ganz großes Kino, Gänsehautmomente oder auch im Jugendsprech: krasse vibes, emotional damage, mad happy/sad/excited oder einfach „triggern“? Darum soll es in dieser Ausgabe nicht nur gehen.

„Große Gefühle“ haben wir aus vielleicht ungewohnten Blickwinkeln und unterschiedlichen Lebensbereichen beleuchtet. Was sind Gefühle eigentlich biologisch; wie merken wir Gefühle – das ordnet Oberarzt Ralph Bitzer mit seinen Antworten auf unsere 5 Fragen ein. In welchen Bereichen des Lebens spielen Gefühle, positiv wie negativ, eine große Rolle, ohne dass es uns immer bewusst ist? Angerissen aus dem Inhalt seien hier nur der Alltag, musikalische Aufbruchsgefühle unserer Konfi-Teamer:innen bis zu den Empfindungen unserer „Glöckner“ beim Treppensteigen der vielen Stufen.

Das letzte Editorial für H&E hat sie geschrieben, leider verlässt Marianne Sengebusch nach acht Jahren die Redaktion. Wir werden die lebendigen und humorvollen Diskussionen mit ihr sehr vermissen, sie sprudelte vor spannenden Ideen und ihre teilweise sozialkritischen Texte enthielten wertvolle Anregungen; vielleicht bekommen wir ja noch mal einen Gastbeitrag von ihr. Für ihre vielfältigen Aktivitäten in der Großfamilie, rund um Kinder und die Singakademie wünschen wir ihr alles Gute und Gottes Segen.

Dieses Heft umspannt die Osterzeit mit dem Wechselbad der Gefühle von Palmsonntag über Karfreitag zu Ostern und schließt den Sommer bis zum Ende der Ferien ein. Unter dem Titel dieses Heftes steht auch die diesjährige Sommerkirche.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und vielleicht Reinhorchen in die eigenen Gefühle in der kommenden Frühlings- und Sommerzeit.

Ihre Heike Paul-Guerdi und das Redaktionsteam von HIMMEL & ERDE

- 2 Sommerkirche
- 3 Editorial & Inhalt
- 4-5 5 Fragen an Ralph Bitzer
- 6-7 Himmelhochjauchzend und zu Tode betrübt
- 8-9 Ein Wechselbad der Gefühle
- 10-11 Vereint in Ekstase und Depression
- 12-13 Musik als Sprache der Herzen
- 14-15 Große Gefühle im Alltag
- 18 Aufbruchsgefühle
- 19 Gibt es ein Rezept für Glück?
- 20 Wie aus drei Kitas eine wurde
- 21 Aus dem Kirchenvorstand
- 22 Gesichter der Gemeinde
- 23 Blick in die Gemeinde
- 32 Morgenwonne

Termine und Veranstaltungen

- 15-17 Gottesdienste in der Martin-Luther-Gemeinde Wiesbaden
- 24-26 Musik in der Martin-Luther-Gemeinde Wiesbaden
- 27-29 Termine im Überblick
- 30 Werbung
- 31 Impressum

FÜNF FRAGEN AN RALPH BITZER

Ralph Bitzer ist Oberarzt an der Klinik für Neurologie im Joho. Die letzte Frage hatte er selbst mit in die Lutherkirche gebracht und Pfarrer Johannes Merkel fand sie so passend, dass er sie gern übernahm.



H&E

Was passiert biologisch, wenn jemand große Gefühle empfindet?

RB

Starke Gefühle beruhen auf komplexen neuronalen Aktivitätsmustern und einem Cocktail aus Botenstoffen, die Körper und Wahrnehmung messbar verändern. In emotional bedeutsamen Situationen werden vor allem Strukturen der ältesten Regionen in unserem Gehirn aktiv. Diese Netzwerke bewerten Reize, verknüpfen sie mit Erinnerungen und steuern unser Verhalten ohne dass darüber reflektiert wird. Durch die Ausschüttung von Hormonen und Neurotransmittern entstehen typische körperliche Reaktionen wie Herzrasen, schwitzige Hände, weiche Knie, Hitze im Gesicht – also das, was umgangssprachlich als großes Gefühl erlebt wird.



H&E

Kann man ein Gefühl also belegen oder nachweisen?

RB

Biologisch lassen sich Emotionen indirekt nachweisen: über die genannten Stoffe im Blut, Gehirnaktivität in der Bildgebung (z.B. MRT), oder die beschriebenen körperlichen Reaktionen. Diese Marker zeigen zuverlässig „da passiert emotional etwas“, aber sie sagen nicht eindeutig, wie die Person dieses Gefühl subjektiv erlebt. Die bewusste Qualität („das fühlt sich nach ... an“) ist ein inneres Erleben, das man nur über die Selbstausskunft erfassen kann.

H&E

Wäre es trotzdem denkbar, Gefühle auch gesteuert zu provozieren?

RB

Psychopharmaka, Alkohol, Drogen, aber auch Alltagsstoffe wie Koffein verändern Stimmung und emotionale Reaktionsbereitschaft, indem sie die genannten Botenstoffsysteme anregen. Reize wie Schmerz, Musik, Gerüche oder soziale Interaktionen, aber auch die elektrische Stimulation von bestimmten Hirnarealen können Emotionen triggern. Das wird etwa in der Psychotherapie oder der Werbung gezielt genutzt.

Aber: Vollständig „fernsteuerbare“ Gefühle im Sinne von: „Knopf drücken und sicher echte Liebe zu Person X auslösen“ sind nach heutigem Wissensstand nicht möglich, weil immer individuelle Bewertungen, Lernerfahrungen und Kontexte mitwirken.

H&E

Wie beurteilen Sie Gegensatz von Gefühlen und rationalem Denken?

RB

Aus neurobiologischer Sicht ist diese Aussage irreführend. Gefühle und Denken sind keine getrennten Welten, sondern unterschiedliche Funktionen in eng verknüpften Netzwerken. Emotionen beeinflussen, worauf unsere Aufmerksamkeit gelenkt wird, was zum Beispiel als wichtig erscheint. Umgekehrt können kognitive Bewertungen Emotionen dämpfen oder verstärken. Evolutionär war es wichtig, schnell und ohne großes Nachdenken reagieren zu können. Aus unserem Alltag wissen wir aber, dass Nachdenken oft weiterhilft und ohne Reflexion schnell etwas zu Bruch geht.

H&E

Was würden Sie zum Gefühl der Nächstenliebe sagen?

RB

Nächstenliebe hat messbare Effekte im Gehirn und Körper. Aber im vollen Sinne, also als Tugend oder religiöse Haltung, ist sie mehr als nur diese Muster. Man kann „Nächstenliebe“ also wie alle Gefühle neurobiologisch beschreiben, aber nicht vollständig definieren oder erklären. Sie bleibt ein Schnittpunkt von Biologie, Psyche, Freiheit und Kultur.

HIMMELHOCHJAUCHZEND UND ZU TODE BETRÜBT

von Vikarin Paula Greb

1. Als Freude Kummer brauchte

Gefühle gehören zu uns dazu. Wir leben, lieben und leiden – weil wir empfinden und fühlen. Manchmal himmelhochjauchzend. Und manchmal auch zu Tode betrübt.

Das erinnert mich an einen meiner Lieblingsanimationsfilme „Alles steht Kopf“. Darin zieht die 11-jährige Riley mit ihren Eltern an einen neuen Ort. Durch den Ortswechsel und die neue Schule werden ihre Gefühle ganz schön auf den Kopf gestellt. Der Film zeigt große Gefühle als Schaltzentrale in ihrem Kopf. Ihre fünf Hauptgefühle: Freude, Kummer, Angst, Wut und Ekel. Sie müssen zusammenarbeiten, um Riley zu helfen.

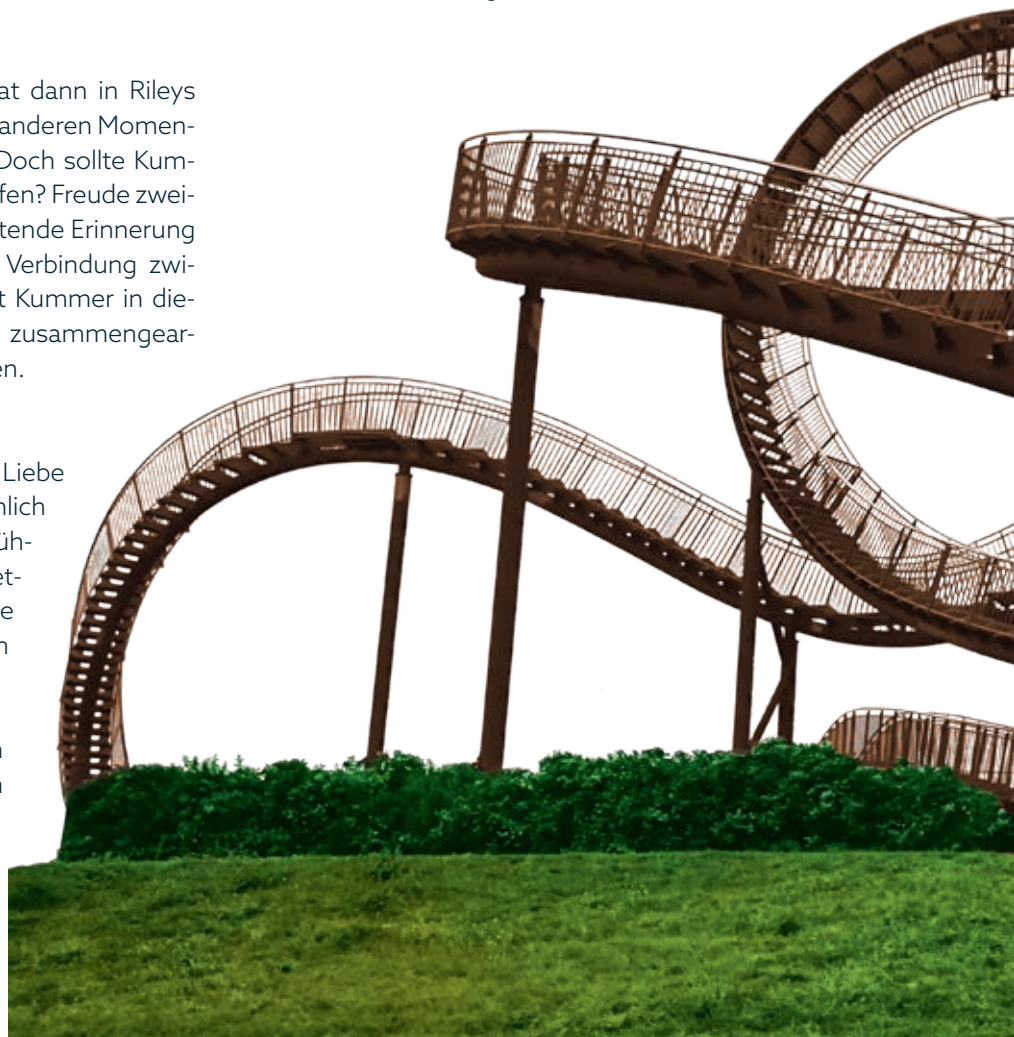
Manchmal überwiegt die Freude. Sie hat dann in Rileys Schaltzentrale das Steuer in der Hand. In anderen Momenten steuern eher Kummer oder Angst. Doch sollte Kummer wirklich das Steuer übernehmen dürfen? Freude zweifelt daran. Doch als Kummer eine bedeutende Erinnerung beeinflusst, schafft Kummer eine tiefe Verbindung zwischen Riley und ihren Eltern. Freude hat Kummer in diesem Moment gebraucht und sie haben zusammengearbeitet, um Riley in ihrer Situation zu helfen.

2. Große Gefühle – Fluch oder Segen?

Große Gefühle wie Freude, Staunen oder Liebe sind ein Segen, da sind sich wahrscheinlich schnell alle einig. Doch mit großen Gefühlen wie Zorn, Wut, Angst oder Trauer setzen sich die wenigsten Menschen gerne auseinander. Diese Gefühle können sich wie ein Fluch anfühlen.

Aber ist es nicht genauso wichtig, auch diese Gefühle anzunehmen? Sie gehören genauso zu uns dazu und möchten gefühlt werden! Trauer muss nicht immer bedeuten, dass man sich traurig fühlt, sondern kann zum Beispiel auch bedeuten, freudig auf die gemeinsam verbrachte Zeit zurückzublicken.

Die Gefühl-Schaltzentrale in uns hat eine große Bandbreite an Gefühlen, die uns in unserem Leben als Kompass oder Warnsystem Orientierung geben kann. Dabei sind es nicht nur die „positiven Gefühle“, sondern auch – vielleicht sogar besonders – die vermeintlich „negativen Gefühle“ wie Verzweiflung oder Trauer. Trotzdem ist es nicht immer leicht, diese großen Gefühle auszuhalten. Sogar für Jesus Christus. Denn wer hat so viel erlitten wie Jesus Christus? Besonders in der Zeit, die wir heute Ostern nennen, erlebte er diese Bandbreite an großen, vielleicht nicht immer eindeutigen Gefühlen.



3. Eine Achterbahnfahrt der Gefühle

Jesus selbst durchlebte während dieser Zeit eine Achterbahnfahrt der Gefühle.

Im Garten Gethsemane suchte Jesus Halt bei seinen engsten Freunden, weil er sich ängstlich fühlte. Er rief die drei dazu auf: „*Bleibet hier und wachet mit mir!*“ Er zitterte und betete dennoch zu Gott „*dein Wille geschehe*“. Da ist aber auch noch das Gefühl der Enttäuschung als seine Freunde einschlieften, obwohl sie mit ihm hätten wachbleiben sollen. In der Situation spricht Jesus seine Gefühle offen an und teilt sie mit seinen Freunden. Er überspielt sie nicht, sondern kommuniziert mit ihnen, was er in diesem Moment von ihnen braucht und was er fühlt. Dazu kommt dann noch das Gefühl des Verratenwerdens durch Judas, seinen Freund. (vgl. Mt 26, 36–56 / Mk 14, 32–42 / Lk 22, 39–46)

Am Kreuz erlitt Jesus unvorstellbare körperliche Qualen. Verzweifelt und verlassen hing er am Todesstamm und starb dort. Doch damit hört es nicht auf. Jesus ist nach drei Tagen wieder auferstanden! Leider erfahren wir in der Bibel nicht, wie Jesus sich dabei gefühlt hat.

Aber es gibt unterschiedliche Berichte von Menschen, die große Gefühle hatten, als sie den auferstandenen Jesus sahen. So auch die der Frauen, die am Ostermorgen zum Grab gingen, um Jesu Leichnam einzuölen. In Matthäus 28,8 heißt es „*und sie gingen eilends weg vom Grab mit Furcht und großer Freude und liefen, um es seinen Jünger:innen zu verkündigen*“. Bestimmt hatten die Frauen beim Anblick des leeren Grabes auch eine Achterbahnfahrt der Gefühle in sich.

Im Text steht, dass ihre Gefühle von Furcht bis hin zu großer Freude reichten. Neben der Furcht haben sie sich vielleicht schockiert, ängstlich oder verzweifelt darüber gefühlt, dass der Leichnam verschwunden ist. Aber dann kommt die große Freude, als sie realisieren, dass Jesus lebt. Sie erzählen es allen weiter.

Die Auferstehung Jesu war und ist also ein Ereignis von großer Freude und Hoffnung! Für Jesus selbst und für uns alle. Und diese Freude dürfen wir auch heute noch miteinander teilen – so wie die Frauen als erste Zeuginnen der Auferstehung. So können wir bald an Ostern einander zurufen: „*Er ist auferstanden. Er ist wahrhaftig auferstanden.*“

Dann überwiegt in unserer Gefühl-Schaltzentrale hoffentlich die Freude. Himmelhochjauchend und zu Tode betrübt. Das heißt Ostern.

Wir sehen: Sowohl Freude als auch Kummer dürfen den Schalter in der Hand haben. Jesus kann uns in so vielen Dingen ein Vorbild sein, sogar wie wir unsere Gefühlzentrale benutzen.

EIN WECHSELBAD DER GEFÜHLE: GESCHWISTERLIEBE

von Rosemarie Döllinger

Geschwisterliebe gehört zu den intensivsten Beziehungen unseres Lebens. Sie beginnt früh, oft noch bevor wir sprechen können, und begleitet uns – manchmal ein Leben lang. Kaum eine andere Beziehung ist dabei so widersprüchlich: Nähe und Rivalität, Fürsorge und Eifersucht, tiefe Verbundenheit und schmerzhaftes Konflikte liegen oft erstaunlich nah beieinander. Geschwisterliebe ist ein echtes Wechselbad der Gefühle. Schon im Alltag zeigt sich diese Ambivalenz. Geschwister teilen Erinnerungen, Geheimnisse und eine gemeinsame Herkunft. Gleichzeitig konkurrieren sie um Aufmerksamkeit, Aner-

kennung und Liebe – besonders in der Kindheit. Ein harmloser Streit kann schnell eskalieren, doch ebenso schnell folgt oft die Versöhnung. Gerade diese Mischung aus Vertrautheit und Reibung macht die Beziehung so prägend.

Auch die Bibel verschweigt diese Spannungen nicht. Ganz im Gegenteil: Sie erzählt offen von den hellen und dunklen Seiten geschwisterlicher Beziehungen. In der Geschichte von Kain und Abel (1. Mose 4,11-16) begegnen wir der wohl erschütterndsten Zuspitzung von Geschwisterkonflikt. Aus Neid und verletztem Stolz heraus wird

Kain zum Mörder seines Bruders. Diese Erzählung zeigt drastisch, wohin ungeklärte Gefühle führen können, wenn Eifersucht und Kränkung das Herz beherrschen. Zugleich bleibt Gott Kain trotz seiner Schuld zugewandt – ein Zeichen dafür, dass selbst Schuld und Versagen nicht das letzte Wort haben müssen.

Ein anderes, hoffnungsvolleres Bild zeichnet das Gleichnis vom verlorenen Sohn (Lukas 15,11-32). Während der jüngere Sohn scheitert und reumütig zurückkehrt, bleibt der ältere Bruder zurück – pflichtbewusst, aber innerlich voller Groll. Seine Eifersucht und sein Gefühl der Ungerechtigkeit sind gut nachvollziehbar. Auch hier prallen Gefühle aufeinander: Freude über die Rückkehr des einen, Bitterkeit beim anderen. Die Geschichte lässt offen, ob der ältere Bruder sich versöhnen kann – und fordert uns damit heraus, unsere eigenen Haltungen zu prüfen.



Geschwisterliebe ist keine heile Idylle. Sie kennt Verletzungen, Konkurrenz und Enttäuschung. Aber gerade darin liegt ihre Tiefe. Wo Konflikte ausgehalten und Wege zur Versöhnung gesucht werden, kann sie wachsen und reifen. In diesem Wechselbad der Gefühle liegt eine große Chance: zu lernen, zu vergeben, ehrlich zu sein und einander trotz aller Unterschiede anzunehmen. Vielleicht ist genau das eine der größten Lektionen, die Geschwister uns fürs Leben mitgeben.

Im Laufe der Lebensphasen ändern sich Art und Intensität der Gefühle: Während der Kindheit können sich Geschwister in der Regel nicht aus dem Weg gehen und verbringen häufig mehr Zeit miteinander als mit den Eltern, konkurrieren aber auch gleichzeitig um die Liebe der Eltern.

In der Zeit als junge Erwachsene mit Phasen der Berufsausbildung und Familiengründung, die häufig mit Umzügen einhergehen, wird das Verhältnis oft distanzierter und reduziert sich auf ritualisierte Treffen wie Geburtstage oder Feiertage.

In der Lebensphase mit alternden Eltern ist man froh über Geschwister, die gemeinsame Aufgaben und Hilfen übernehmen und Absprachen treffen. Es kann aber auch gerade in dieser Phase zu schweren Zerwürfnissen bis hin zu Erbstreitereien kommen.

Im Alter findet eine Rückbesinnung auf die Geschwister statt, denn diese sind die längsten Lebensbegleiter, wenn Lebenspartner und Weggefährten verstorben sind und der Lebenskreis sich verengt – teilt man doch die Erinnerungen des ganzen Lebens!

Ich sehe meinen 96-jährigen Vater noch mit dem Telefonhörer in der Hand, vertieft in ein Gespräch mit seinem drei Jahre jüngeren Bruder. Unter dem Motto „Weißt Du



noch ...?“ wurde herzlich über die Streiche der Kindheit auf dem elterlichen Bauernhof gelacht, die Jugend in den 30-er/40-er Jahren thematisiert, auch die schrecklichen Erlebnisse während des Krieges wurden nicht ausgelassen. Diese wöchentlichen Telefonate haben die beiden durch das hohe Alter mobil eingeschränkten, räumlich getrennten und jahrzehntelang verwitweten Brüder stets sehr bereichert und erfreut. Die unterschiedlichen Lebenswege waren rückblickend Thema, aber es wurde sicher auch offen über die Ängste vor weiteren Krankheiten, Immobilität und über den Tod gesprochen. Als sein jüngerer Bruder vor ihm selbst starb, war mein Vater mit Sicherheit neben den Kindern des Verstorbenen der traurigste Hinterbliebene über den Verlust seines längsten Lebensbegleiters.

Fazit: Geschwisterbeziehungen haben einen großen Einfluss auf das Lebensglück im Alter – ein positives Verhältnis zu Geschwistern kann eine Quelle tiefer Zufriedenheit und Sicherheit im Alter sein. Diese lebenslangen sozialen Bindungen bieten hauptsächlich emotionale Unterstützung, reduzieren Einsamkeit und sind ein wichtiger Faktor für das Wohlbefinden.

VEREINT IN EKSTASE UND DEPRESSION

von Stefan Brings



Ich bin passionierter Langstreckenläufer, schon seit meiner frühen Jugend. Meine immer noch regelmäßigen Joggingrunden helfen beim Abschalten und verschaffen mir ein Gefühl der Zufriedenheit. Und ja, wenn der Blick auf die Uhr zeigt, dass die Zeit für die Runde etwas schneller war als sonst, dann weckt das auch Glücksgefühle.

Zur Leichtathletik bin ich nach einer kurzen Fußballkarriere gekommen. Bis dahin hatte ich schon einige Altersklassen des Jugendfußballs durchlaufen, die immer aus zwei Altersjahren bestehen. Dementsprechend gehörte ich in den Jugendmannschaften unseres Dorfvvereins abwechselnd mal zur jüngeren und mal zur älteren Hälfte. Da der Altersjahrgang über mir einige wirklich gute Fußballer hatte, war meine Mannschaft in den Jahren, in denen ich zur jüngeren Hälfte gehörte, sehr erfolgreich. Im dann jeweils folgenden Jahr, in dem ich zum älteren Mannschaftsteil gehörte, folgten regelmäßig deutliche Niederlagen.

Dabei war ich – alleine wegen meines Alters – in diesen Jahren fester Bestandteil der Mannschaft, während ich in den erfolgreichen Jahren häufig zuschauen musste. In sportlicher Sicht hat sich mein Wechsel zur Leichtathletik daher uneingeschränkt gelohnt. Trotzdem habe ich dabei die Emotionen meiner aktiven Vereinsfußballzeit, vor allem bei Siegen, aber auch in Niederlagen, vermisst. Denn diese wurden gemeinsam errungen oder erlitten und ich habe sie daher viel intensiver erlebt als einsame Erfolge auf der Laufbahn.

Ersatzweise wurde ich zum Fußballfan und habe zahlreiche erstklassige Fußballspiele mit entsprechend erstklassiger Stimmung und großen Emotionen erlebt. Selbstverständlich haben sich dabei Siege der von mir



präferierten Teams besser angefühlt als Niederlagen. Aber die Stärke des Gefühls wurde vom Ergebnis kaum beeinflusst – sie war immer am Anschlag, weil die Freude oder Trauer von den anderen Fans, die es miterlebt haben, geteilt wurden.

Alleine vor dem Fernseher entstehen selten echte Emotionen, selbst wenn der eigene Verein gewinnt. Mit Freunden vor dem Fernseher wird das gleiche Spiel schon viel emotionaler erlebt. Noch viel intensiver sind die Gefühle aber live im Stadion.

Ich will gar nicht abstreiten, dass beim Fußball auch negative Emotionen freigesetzt werden, dem Schiedsrichter und insbesondere den gegnerischen Fans oft Häme, Hass oder auch Gewalt entgegengebracht werden. Und doch möchte ich die Stadion-Atmosphäre, die Begeisterungsfähigkeit, das gemeinsame Aufstöhnen und den gemeinsamen Jubel nicht missen.

Noch immer wird mir warm ums Herz, wenn ich an die Fußball-WM 2006 zurückdenke, als zahlreiche Spiele live vor der Konzertmuschel im Wiesbadener Kurpark übertragen wurden und dort eine große Zahl von Menschen aus vielen Teilen der Welt die Spiele ihrer jeweiligen Teams gemeinsam verfolgt haben. Nachher gab es bei den Fans der einen Mannschaft ausgelassenen Jubel, bei den Fans der anderen Tränen, bei allen aber große Gefühle.

Zuweilen gibt es Freud und Leid gleichzeitig bei den Fans derselben Mannschaft. Am letzten Spieltag der Drittliga-

Saison 2022/2023 habe ich im Stadion an der Berliner Straße bereits mit den anderen glückseligen Fans des SV Wehen Wiesbaden den direkten Aufstieg in die 2. Bundesliga gefeiert. Mitten in den Jubel platzte dann jedoch die Nachricht, dass der direkte Aufstiegs konkurrent im schon abgepfiffen geglaubten Parallelspiel mit einem Tor in der letzten Minute Wiesbaden auf den Relegationsplatz verwiesen hatte. Wahrlich keine schöne Erfahrung, aber echte Gefühle.

In den Schatten gestellt wird diese Erfahrung für mich nur durch ein Spiel, das ich einige Jahre zuvor im Wiesbadener Stadion erleben durfte. Am Ende der Saison 2015/2016 stand Wiesbaden unmittelbar vor dem Abstieg aus der 3. Bundesliga. Um den zu verhindern, hätte es einen deutlichen Sieg im eigenen Heimspiel und die gleichzeitige Niederlage mindestens eines Konkurrenten gebraucht. Bis kurz vor Schluss sah es nach beidem aber nicht aus. Entsprechend hatte sich auf den Rängen Frust und Ärger breitgemacht. Dann kam plötzlich die Kunde, dass ein Konkurrent doch noch durch ein spätes Gegentor sein Spiel verloren hatte.

Wiesbaden fehlte noch ein Tor, es waren nur noch Sekunden zu spielen. Ich werde wohl nie den Moment vergessen, als der Spieler Alf Mintzel quasi mit dem Abpfiff dieses erlösende Tor noch erzielt hat. In einer wahren Explosion von Glücksgefühlen lagen sich alle in den Armen. Die Freude war nochmal intensiver, weil eigentlich niemand mehr geglaubt hatte, dass der Abstieg noch verhindert werden könnte. Einfach ganz große Gefühle.

MUSIK ALS SPRACHE DER HERZEN

„Singet dem Herrn ein neues Lied – und ein altes dazu“

von Pfarrerin Ursula Kuhn

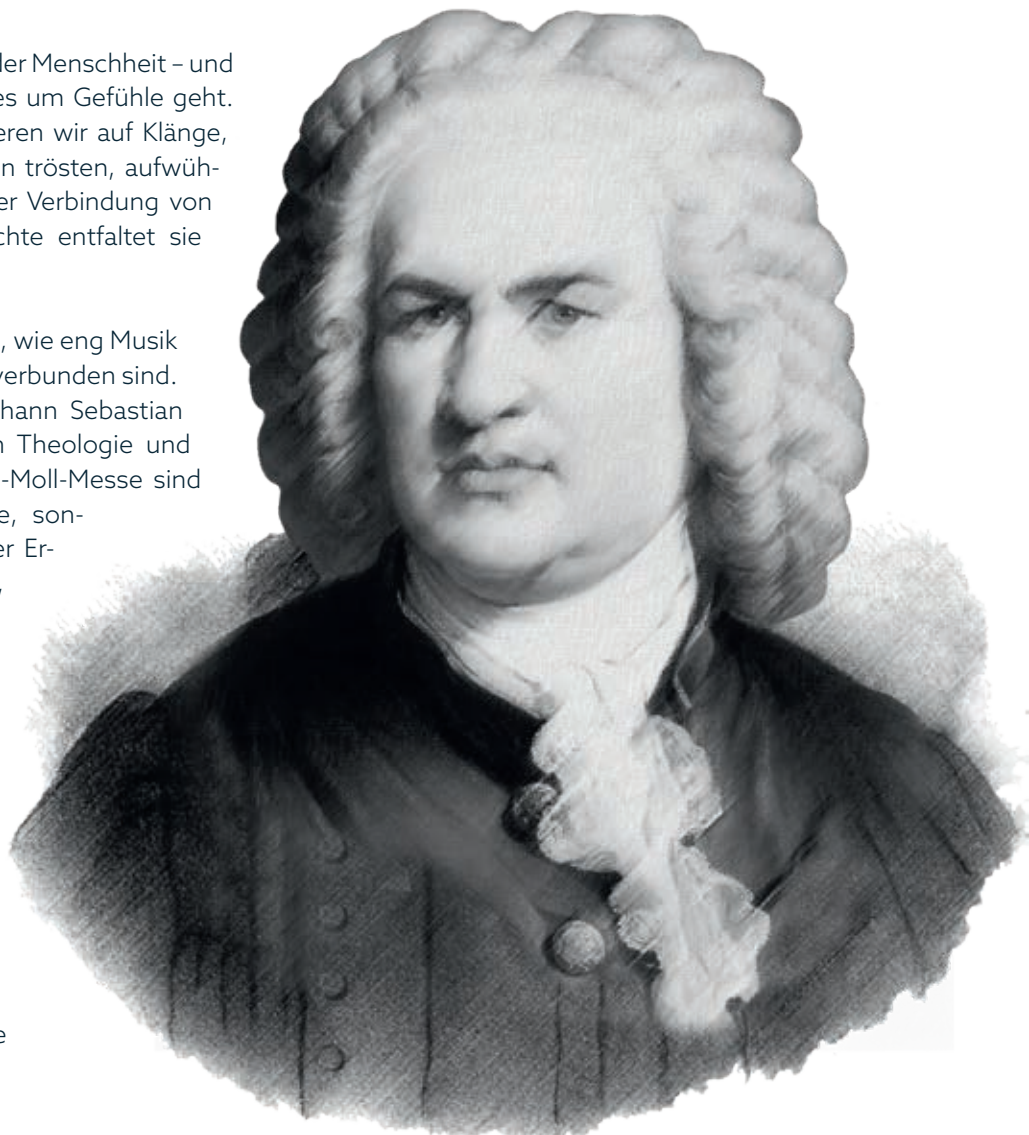
Wann hat Musik Sie zuletzt wirklich berührt? Vielleicht bei einem Konzert, im Gottesdienst, im Auto auf dem Heimweg – oder ganz still mit Kopfhörern am Abend. Ein Lied, das plötzlich Erinnerungen weckt. Eine Melodie, die tröstet. Ein Chor, der Gänsehaut macht. Kaum eine Kunstform ist unseren Gefühlen so unmittelbar verbunden wie die Musik.

Musik ist eine der ältesten Sprachen der Menschheit – und vielleicht die unmittelbarste, wenn es um Gefühle geht. Noch bevor wir Worte finden, reagieren wir auf Klänge, Rhythmen und Melodien. Musik kann trösten, aufwühlen, erinnern, befreien. Gerade in der Verbindung von Musik, Glauben und Lebensgeschichte entfaltet sie eine besondere Kraft.

Ein Blick in die Musikgeschichte zeigt, wie eng Musik und Emotion seit jeher miteinander verbunden sind. In der Barockzeit finden wir bei Johann Sebastian Bach eine tiefe Durchdringung von Theologie und Gefühl. Seine Passionen oder die h-Moll-Messe sind nicht nur musikalische Monumente, sondern zugleich Ausdruck existenzieller Erfahrungen: Klage, Schuld, Hoffnung, Trost. Wenn in der Matthäuspassion der Chor „O Haupt voll Blut und Wunden“ singt, wird Leid nicht abstrakt beschrieben, sondern hörbar, beinahe körperlich erfahrbar.

Diese Verbindung von Musik und Gefühl begegnet uns nicht nur in großen Oratorien, sondern ebenso im gottesdienstlichen Alltag. Unsere Lieder im Kirchenjahr nehmen Stimmungen auf, tragen sie

mit, deuten sie im Licht des Glaubens. Die alten Choräle – etwa von Paul Gerhardt – besitzen bis heute eine erstaunliche Trag- und Strahlkraft. Worte und Melodien, die Generationen vor uns gesungen haben, werden zu Gefährten durch eigene Lebensphasen.



Daneben stehen neuere Kirchenlieder, die andere Klangfarben und Sprachformen einbringen – und doch dasselbe tun: sie geben Gefühlen Raum. Advent und Weihnachten, Passion und Ostern, Pfingsten und Erntedank – jedes Fest hat seinen eigenen Ton. Wer aufmerksam singt, merkt schnell: Das Kirchenjahr ist auch ein Weg durch die großen Gefühle des Lebens.

In späteren Epochen tritt das subjektive Empfinden noch deutlicher hervor. Die Romantik entdeckt die Musik als Ort innerer Seelenlandschaften: Sehnsucht, Melancholie, Aufbruch. Diese Linie wird bis heute fortgeführt. Eric Claptons „Tears in Heaven“, geschrieben nach dem Tod seines Sohnes, zeigt eindrücklich, wie persönliche Trauer in ein Lied verwandelt wird, das Menschen weltweit berührt. Musik wird hier zur Form der Verarbeitung – und zugleich zur Einladung an andere, mitzufühlen.

Auch in meinem eigenen Leben spielt Musik von Kindheit an eine große Rolle. Schon früh habe ich vor allem gesungen. Ein Lied begleitet mich dabei bis heute besonders: „Geh aus, mein Herz, und suche Freud“ von Paul Gerhardt. Gelernt habe ich es im Kindergarten – und seitdem ist es mir ein treuer Weggefährte geblieben. Erstaunlich ist, wie sich ein solches Lied im Lauf der Jahre immer wieder neu erschließt.

Noch vor nicht allzu langer Zeit habe ich in Strophe fünf innegehalten: „... die Wiesen liegen hart dabei und klingen ganz vom Lustgeschrei der Schaf und ihrer Hirten.“ Was für eine sinnlich-bewegende Strophe!

Überhaupt liebe ich die Lieder Paul Gerhardts. Sie schöpfen aus der Fülle des Lebens, sind voller Licht, Dankbarkeit und Hoffnung – und das mit dem Dreißigjährigen Krieg im Nacken. Gerade dieser Hintergrund macht sie für mich so eindrücklich: Hier schreibt einer nicht aus ungetrübter Idylle, sondern aus durchlittenem Leid heraus – und hält dennoch am Lob fest.

Als Jugendliche hörte ich sehr unterschiedliche Musik – je nachdem, wie mir gerade zumute war. Musik wurde zur Sprache meiner Stimmungen, manchmal auch zu einem Schutzraum, in dem ich mich sortieren konnte.

Besonders eindrücklich erlebe ich bis heute, wie Musik in gemeinsamer Aufführung wirkt. Vor kurzem durfte ich mit dem Kammerchor unseres Bachchores die h-Moll-Messe von J. S. Bach singen – emotional äußerst aufregend, getragen von einem Publikum in höchster Aufmerksamkeit. Ähnlich bewegend ist für mich das „Stabat Mater“ von Antonín Dvořák, das am Karfreitag bei uns erklingen wird: eine Musik voller Schmerz und Zärtlichkeit, die das Leiden Marias ernst nimmt und zugleich in Hoffnung öffnet – und damit den Blick auf Ostern.

Und dann gibt es jene stilleren, fast intimen Formate, die eine ganz eigene Tiefe entfalten: unsere Choral-Even-Songs. Wenn Menschen nach einem solchen Abend erfüllt und gesammelt nach Hause gehen, spürt man, was Musik vermag. Sie ordnet nicht nur Gefühle – sie verwandelt sie. Sie schafft einen Raum, in dem wir uns selbst und Gott neu begegnen können.

Vielleicht liegt darin eines ihrer größten Geheimnisse: Musik erlaubt uns, große Gefühle zuzulassen, ohne sie erklären zu müssen. Sie schenkt Form, wo Worte fehlen. Und sie erinnert uns daran, dass wir mit unseren Empfindungen nicht allein sind – getragen von Klängen, die uns über Zeiten und Lebensgeschichten hinweg verbinden.



GROSSE GEFÜHLE IM ALLTAG

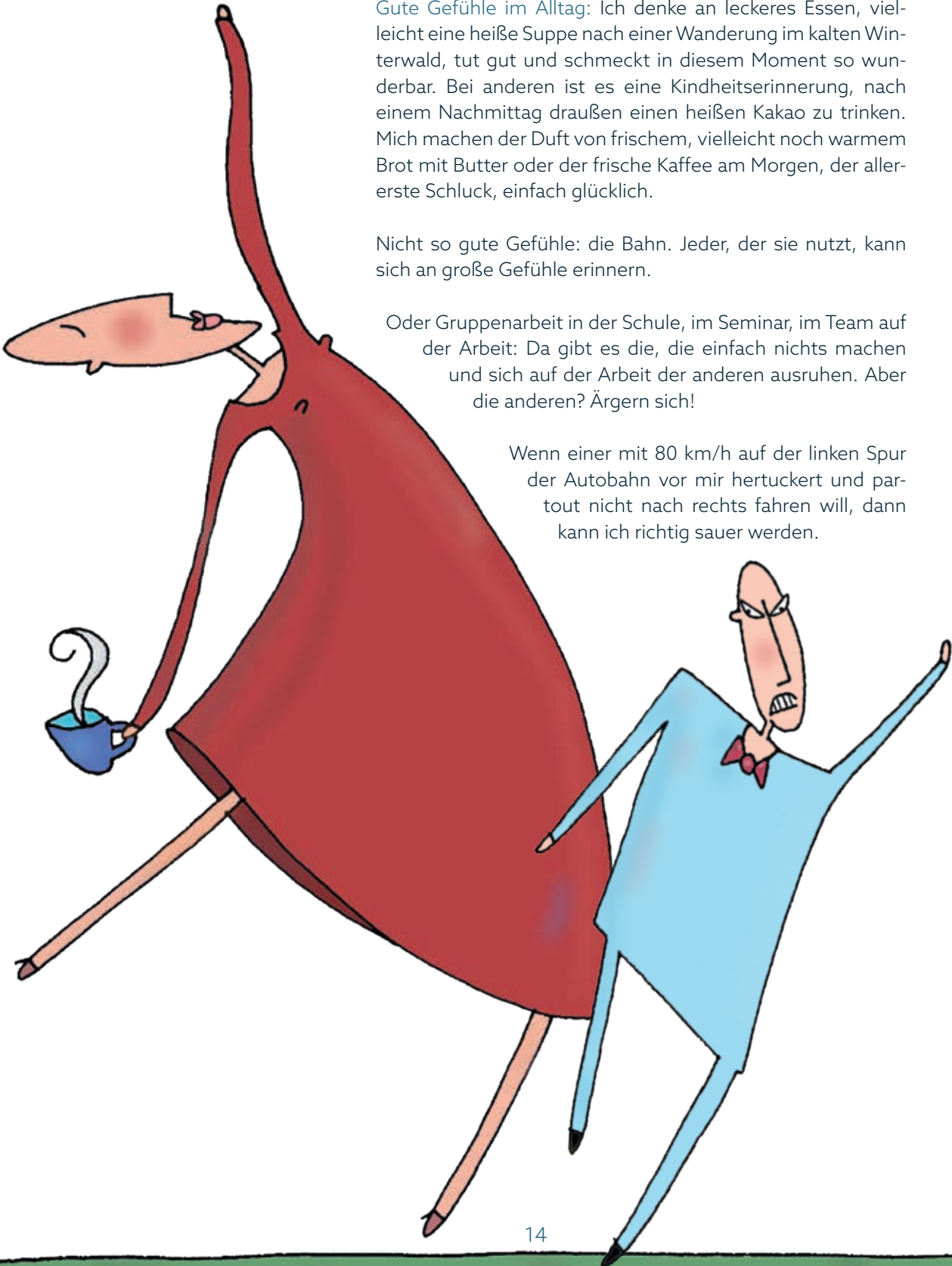
von Christine Mencke

Gute Gefühle im Alltag: Ich denke an leckeres Essen, vielleicht eine heiße Suppe nach einer Wanderung im kalten Winterwald, tut gut und schmeckt in diesem Moment so wunderbar. Bei anderen ist es eine Kindheitserinnerung, nach einem Nachmittag draußen einen heißen Kakao zu trinken. Mich machen der Duft von frischem, vielleicht noch warmem Brot mit Butter oder der frische Kaffee am Morgen, der allererste Schluck, einfach glücklich.

Nicht so gute Gefühle: die Bahn. Jeder, der sie nutzt, kann sich an große Gefühle erinnern.

Oder Gruppenarbeit in der Schule, im Seminar, im Team auf der Arbeit: Da gibt es die, die einfach nichts machen und sich auf der Arbeit der anderen ausruhen. Aber die anderen? Ärgern sich!

Wenn einer mit 80 km/h auf der linken Spur der Autobahn vor mir hertuckert und partout nicht nach rechts fahren will, dann kann ich richtig sauer werden.



IN DER MARTIN-LUTHER-GEMEINDE

Oder ich bin eh schon viel zu spät und alle Ampeln rot: keine Chance. Wut und Ohnmacht breiten sich aus.

Jede und jeder ist mit solchen Alltags-Gefühlen sehr vertraut. Sind das große Gefühle? Oder kleine?

Wenn es mir gelingt, in diesen Situationen neben mich zu treten, finde ich es meistens auch ein wenig lustig.

Vielleicht ist es so, dass ein Gefühl dann groß ist, wenn es uns ganz erfasst. Wenn es mir nicht gelingt, einfach so neben mich zu treten. Wenn es mich so erfüllt, dass ich davon überzulaufen scheine. Glück ist so ein Gefühl: wie stark, wenn es uns ganz erfüllt und trägt. Die Schönheit eines Augenblicks: den wir dann halten möchten, an den wir uns gerne erinnern, der mit seiner Schönheit nicht sofort verblasst, sondern mit uns geht, und dann auch im Alltäglichen hervorsticht und es hell werden lässt. Vielleicht ein wenig wie das Licht des Weihnachtsbaumes noch im kargen, kalten Februar.

Und umgekehrt: wenn Schmerz alles überschwemmt. Wenn ein Kind hinfällt, schreit es zum Steinerweichen. Aber wenn ich ein wenig puste, es auf den Arm nehme, Geborgenheit schenken kann, dann schwupsdiwups ist der Schmerz weg, der Riss in der kleinen Welt geheilt.

So viel schwerer, wenn wir Großen trauern. Alles um uns herum grau wird und weder Sinn noch Freude macht. Dann kommen wir nicht so leicht heraus, aus diesem großen Gefühl, oft braucht es Zeit, ja regelrecht Arbeit, um solcher Gefühle Herr zu werden oder mit ihnen leben zu lernen.

Nur positiv sind sie also nicht, die großen Gefühle im Alltag! Aber was wäre unser menschliches Leben ohne sie? Wenn wir nicht leiden würden unter Verlust und Mangel und nicht selbstvergessen singen und tanzen vor lauter Freude.

Und so ragen große Gefühle hinein in meinen Alltag wie kleine Spitzen – und ich tue wohl gut daran, sie wahr- und ernst zu nehmen, bei mir selbst und bei anderen.

Freuen Sie sich auf vielfältige Gottesdienste mit unterschiedlichen Pfarrpersonen, Prädikant:innen und Gottesdienstformaten.

Damit Sie sich gut orientieren können, finden an jedem Kirchort zu verlässlichen Zeiten Gottesdienste statt.

Am **12. April** feiern wir unseren vierten **Theatergottesdienst** zu „Schneeflöckchen“, einer Produktion des Hessischen Staatstheaters Wiesbaden in der Lutherkirche.

In den Sommerferien und am Sonntag danach gibt es wieder die **Sommerkirche**, dieses Jahr zum Thema „**Große Gefühle**“. **ACHTUNG:** Vom 28.06. bis 16.08. feiern wir deswegen in unserer Gemeinde jeweils nur einen Gottesdienst am Wochenende, immer am Sonntag um 10 Uhr, wechselnd an unseren Kirchorten (s. auch Seite 2)

Kirchort Heilig Geist | Am Kupferberg 2

1. Sonntag im Monat Gottesdienst um **11 Uhr** mit Abendmahl und „Auf ein Wort“

3. Sonntag im Monat Gottesdienst um **11 Uhr**

Kirchort Johannes | Hauberrisserstr. 17

1. Sonntag im Monat Abendgottesdienst um **18 Uhr**

3. Sonntag im Monat Gottesdienst um **10 Uhr** mit Abendmahl und Kirchenkaffee

Kirchort Luther | Mosbacher Str. 2

jeden Sonntag um **10 Uhr** Gottesdienst

am 1. Sonntag im Monat mit Abendmahl

am 2. Sonntag im Monat mit Kirchenkaffee und

anschließend um **11.30 Uhr** Sonntagsmatinee

in **unregelmäßigen** Abständen am **Samstag**

um **18 Uhr** Evensong oder ein anderes Format

Kirchort Markus | Waldstr. 85

2. Samstag im Monat um **18 Uhr** besonderer Gottesdienst (Ausnahmen möglich)



4. Sonntag im Monat Gottesdienst um **11 Uhr** mit Abendmahl




Kurzfristige Änderungen sind manchmal nicht zu vermeiden. Informieren Sie sich gerne auf unserer Website luther-wiesbaden.de, oder in den Aushängen über den aktuellen Plan.

Oder abonnieren Sie unseren Newsletter – dann bleiben Sie immer auf dem Laufenden. Einfach QR-Code scannen.



GOTTESDIENSTE MARTIN-LUTHER-GEMEINDE WIESBADEN

| | Kirchort Heilig Geist Am Kupferberg 2 | Kirchort Johannes Hauberrisserstr. 17 | |
|-----------------------------|---|--|--|
| APRIL | Do. 02.04. Gründonnerstag |  19 Uhr Tischabendmahl, Pfr. i.R. Kreuzberger |  19 Uhr Feierabendmahl, Pfrn. Oehler und Pfr. Merkel |
| | Fr. 03.04. Karfreitag |  11 Uhr Gottesdienst, Pfr. Lösch | |
| | So. 05.04. Ostersonntag | | 10 Uhr Familiengottesdienst mit Ostereiersuche, Pfrn. Oehler  |
| | Mo. 06.04. Ostermontag | | |
| | Sa. 11.04. | | |
| | So. 12.04. | | |
| | So. 19.04. | 11 Uhr Gottesdienst, Prädikantin Seip |  10 Uhr musikalischer Gottesdienst, Pfr. Lösch  |
| | So. 26.04. | | 15.30 Uhr Krümelgottesdienst für 0-6jährige, Pfrn. Oehler |
| MAI | So. 03.05. |  11 Uhr Gottesdienst, Prädikantin Seip  | 18 Uhr Abendgottesdienst, Prädikantin Schmidt |
| | Sa. 09.05. | | |
| | So. 10.05. | | |
| | Do. 14.05. Himmelfahrt | | |
| | So. 17.05. | 11 Uhr Gottesdienst, Pfr. Merkel |  10 Uhr Gottesdienst mit Bibliolog, Pfrn. Oehler   |
| | Sa. 23.05. | | |
| | So. 24.05. Pfingstsonntag | | |
| Mo. 25.05. Pfingstmontag | | | |
| So. 31.05. | | | |
| JUNI | So. 07.06. |  11 Uhr Gottesdienst, Prädikantin Dietz  | 18 Uhr Abendgottesdienst, Prädikant Scholz |
| | Sa. 13.06. | | |
| | So. 14.06. | | |
| | Sa. 20.06. | | |
| | So. 21.06. | 11 Uhr Gottesdienst, Prädikantin Seip |  10 Uhr Familiengottesdienst zum Johannesfest, Pfrn. Oehler  |
| So. 28.06. | | | |
| JULI | So. 05.07. | | 10 Uhr Sommerkirche „Wut“, Pfr. Merkel   |
| | So. 12.07. | | |
| | So. 19.07. |  10 Uhr Sommerkirche „Liebe & Mitgefühl“, Vikarin Greb  | |
| | So. 26.07. | | |
| AUGUST | So. 02.08. | |  10 Uhr Sommerkirche „Staunen“, Prädikantin Schmidt  |
| | So. 09.08. | | |
| | So. 16.08. | 10 Uhr Sommerkirche „Angst und Vertrauen“, Pfrn. Kuhn  | |

| Kirchort Luther Mosbacher Str. 2 | Kirchort Markus Waldstr. 85 | |
|--|--|------------------------------|
| | | Do. 02.04. Gründonnerstag |
|  10 Uhr Gottesdienst, Pfrn. Oehler | 15 Uhr Andacht zur Sterbestunde, Pfr. Lösch | Fr. 03.04. Karfreitag |
|  6 Uhr Osterfrühgottesdienst mit Taufmöglichkeit, Vikarin Greb und Pfrn. Kuhn, im Anschluss Frühstück im Luthersaal  | 6 Uhr Osterfrühgottesdienst, Pfrn. i. E. Mich, im Anschluss gemeinsames Frühstück  | So. 05.04. Ostersonntag |
|  10 Uhr Gottesdienst mit Mitgliedern des Bachchores, Pfr. Merkel | | |
| 10 Uhr Familiengottesdienst mit Ostereiersuche, Vikarin Greb und Pfr. Lösch | | Mo. 06.04. Ostermontag |
| | 18 Uhr Abendgottesdienst mit Bibliolog, Pfrn. Kuhn | Sa. 11.04. |
| 10 Uhr Theatergottesdienst, Pfarrerin Kuhn   | | So. 12.04. |
| 10 Uhr Gottesdienst, Pfr. Merkel | | So. 19.04. |
| 11 Uhr Vorstellungsgottesdienst der Konfirmand:innen  |  11 Uhr Gottesdienst, Prädikantin Schmidt | So. 26.04. |
|  10 Uhr Gottesdienst, Pfrn. Kuhn | | So. 03.05. |
| | 18 Uhr Ein Abend zum Beten, Pfrn. Kuhn | Sa. 09.05. |
| 10 Uhr Gottesdienst, Pfr. Merkel   | | So. 10.05. |
| 11 Uhr Familiengottesdienst auf dem Spielplatz Grillparzerstr., Vikarin Greb und Pfr. Lösch | | Do. 14.05. Himmelfahrt |
| 10 Uhr Gottesdienst, OKR Pfr. Dr. Mencke | | So. 17.05. |
| 18 Uhr Evensong zum Pfingstfest, Pfrn. Kuhn | | Sa. 23.05. |
|  10 Uhr Gottesdienst, Dekanin Neumann  |  11 Uhr Gottesdienst, Prädikantin Dietz | So. 24.05. Pfingstsonntag |
| 11 Uhr Familiengottesdienst zur Tauferinnerung mit Spatzen, Vikarin Greb und Pfr. Lösch | | Mo. 25.05. Pfingstmontag |
|  11 Uhr Konfirmationsgottesdienst, Vikarin Greb, Pfr. Lösch, Pfrn. Oehler | | So. 31.05. |
|  10 Uhr Gottesdienst mit Begrüßung der neuen Konfirmand:innen, Pfr. Lösch, Pfrn. Oehler | | So. 07.06. |
| | 18 Uhr Abendgottesdienst, Pfrn. i. E. Mich | Sa. 13.06. |
| 10 Uhr Gottesdienst, Dekanin Neumann   | | So. 14.06. |
| 18 Uhr Evensong, Pfr. Merkel | | Sa. 20.06. |
| 10 Uhr Gottesdienst zum 350. Todestag von Paul Gerhardt, Pfr. Merkel | | So. 21.06. |
|  10 Uhr Sommerkirche „Abschied und Neuanfang“, Pfrn. Oehler  | | So. 28.06. |
| | | So. 05.07. |
| |  10 Uhr Sommerkirche „Freude“, Pfrn. Kuhn | So. 12.07. |
| | | So. 19.07. |
| 10 Uhr Sommerkirche „Scham“ mit der Dortmunder Chorakademie, Pfr. Lösch  | | So. 26.07. |
| | | So. 02.08. |
| | 10 Uhr Sommerkirche „Verzweiflung & Hoffnung“, Vikarin Greb | So. 09.08. |
| | | So. 16.08. |

AUFBRUCHSGEFÜHLE

von Victoria und Corinna

(Konfi-Teamerinnen)

Große Gefühle – das ist ein ganz schön starker Ausdruck und, als wir gefragt wurden, ob wir einen Text dazu schreiben könnten, war für uns sofort klar, dass wir dieses Thema einschränken müssten.

Da wir Teamerinnen sind und viel mit Konfirmand:innen zu tun haben, haben wir uns für Aufbruchsgefühle entschieden. Konfirmand:innen gehen mit der Konfirmation in einen neuen Lebensabschnitt: Wir sind in der Oberstufe und müssen uns entscheiden, was danach kommen soll und auch im späteren Leben, wird immer wieder ein „Aufbruch“ kommen. Egal, ob man eine Ausbildung, oder ein Studium abschließt, seinen Job wechselt, sich weiterbildet oder wegzieht – in jedem Fall beginnt ein neues Kapitel, was Unsicherheit und Ängste mit sich bringt.

Unsicherheit, ob das „wirklich das Richtige ist“ und ob man sich wohl fühlen wird. Will man das vielleicht doch nicht? Man hat Angst vor dem Ungewissen und davor, etwas „falsch“ zu machen.

Da man gespannt auf ein neues Kapitel guckt, sind da aber vielleicht auch Mut, Euphorie und Vorfreude und nehmen im besten Fall sogar den Großteil dieser Gefühle ein. Vielleicht begleiten einen Freunde und Familie, oder man macht bewusst etwas alleine. Man ist zusätzlich also gegebenenfalls sogar noch stolz auf das „Ungewisse“, vor dem man vorher noch so viel Angst hatte.

Wie Sie sehen, lassen sich zu einer so spezifischen Situation schon so viele Gefühle zuordnen – und das waren sicherlich noch nicht alle, was oft schwer in Worte zu fassen ist. Wie drückt man seine Gefühlswelt so aus, dass man verstanden wird?



Eva, Victoria, Corinna, Carla (v. li.)

Manche Leute versuchen das mit Musik, weswegen wir uns dazu entschieden haben, auf Spotify eine Playlist zum Thema „Aufbruch“ zu erstellen.

Wenn Sie also auch gerade in so einer „Aufbruchsphase“ sind oder vielleicht Lust auf „Aufbruchsgefühle“ haben: Hören Sie doch gerne mal rein!



QR-Code zur Playlist

GIBT ES EIN REZEPT FÜR GLÜCK?

von Dorothe Stuhl

„Es sind nur fünf Buchstaben: **GLÜCK**, die jedoch ein Wort ergeben, das große Gefühle auslöst. Bücher füllen sich zu diesem Thema. Wissenschaftler forschen darüber. Songwriter schreiben Lieder, Musiker komponieren Sehnsuchtsmelodien. Es entstehen Lieder, die einen so berühren, weil sie just das widerspiegeln, was einem gerade auf der Seele oder im Herzen brennt.

„Die schönen Momente im Leben sind nicht die, in denen man atmet, sondern die, die einem den Atem rauben“, schrieb der Lyriker Rainer Maria Rilke.

Atem raubend und auch beraubend war es tatsächlich jüngst im großen Kinosaal Arkaden in der Wiesbadener Bleichstraße, als dort die European Outdoor Filmtour 2025 gezeigt wurde und jeder Platz besetzt war. Kurze oder längere Filme berichteten über Touren von Sportlern und auch über Personen, die mit Leidenschaft sportliches Zubehör handwerklich anfertigen und alle nach eigenen Aussagen ihr Glück gefunden haben.

Der eine junge Schweizer stürmte in kürzester Zeit die Gipfel aller Schweizer Kantone und erreichte die jeweiligen Basisorte immer mit dem Fahrrad, wo es für ihn dann zu Fuß zum Gipfelsturm losging. Sein Gepäck war minimalistisch, er schlief wenig und wenn nur draußen und bei jeder Witterung. Sein Glück äußerte sich nicht nur in dem Gebäck Gipfeli, das er sich in jedem Kanton nach der Besteigung gönnte und testete, sondern in seiner ganzen Ausstrahlung.

Eine junge Engländerin war glücklich, wenn sie mit ihrer Freundin die steilsten Bergwände kletterte. Dem Kinobesucher blieb der Atem fast stehen bei der Kletterei der jungen Frauen. Die Kletterin war das Jahr zuvor bei solch einer Tour gestürzt und hatte sich den Rücken gebrochen. Dass sie nur ein Jahr später wieder in der Wand hing, hätte sie selbst nicht gedacht. Sie sei jetzt sicherer und glücklich, sagte sie.

Oder vier Freunde aus Frankreich begaben sich auf eine Abenteuerreise nach Alaska, wo sie eine wilde Schneelandschaft querten, nebenbei einen 6.000 Meter hohen Berg bestiegen, mit Skiern abfuhren, außerdem noch viel Gepäck mitschleppten, um schließlich nach mehr als 40 Tagen mit Schlauchbooten auf einem Fluß zurück zu ihrem Ziel zu rudern.

Auch, wenn jeder von ihnen mal an seine Grenzen gestoßen ist, waren sie nach eigenen Worten glücklich.

Eine Kanadierin, die in jungen Jahren gerne Ski fuhr und auch begeistert nähte, schneiderte ihre Skisachen immer selbst. Als ihr Sohn später gerne kombinierte Ski- und Bootstouren machte, entwickelte sie das passende Boot dazu. Jetzt ist sie 74 Jahre alt und glücklich, weil sie weiterhin in ihrer Werkstatt tüftelt und designt.

„Gibt es ein Rezept für Glück?“, fragte der Moderator im Kino das Publikum und gab gleich selbst die Antwort. Es sei doch sehr individuell, was jeder unter Glück versteht.

WIE AUS DREI KITAS EINE WURDE

von *Susanne Finn* (Kitaleiterin der Ev. Kita Dichterviertel)

Eine Kita-Fusion ist mehr als ein organisatorischer Vorgang. Sie ist ein emotionaler Prozess – für Kinder, Eltern und besonders auch für die pädagogischen Fachkräfte. Irgendwann war klar: Die Kitas Käthe, Sternzelt und Regenbogenkinder werden zu einer „Kita Dichterviertel“. Und die erste Reaktion war bei vielen ein innerer Schock: Was kommt da auf uns zu?

Viele Kolleginnen und Kollegen waren verunsichert, einige traurig. Manche hatten viele Jahre – ja Jahrzehnte – in „ihrer“ Kita gearbeitet und mussten diese nun verlassen. Vertraute Räume, eingespielte Abläufe, die eigene Konzeption: all das stand plötzlich infrage. Ängste tauchten auf. Was, wenn die eigene pädagogische Haltung keinen Platz mehr hat? Was, wenn man sich neu behaupten muss – vielleicht sogar in einer anderen Altersgruppe?

Besonders herausfordernd war das Aufeinandertreffen von drei gewachsenen Konzeptionen. Jede hatte ihre Stärken, jede ihre Geschichte. Schnell bauschten sich Gefühle auf: ein Hadern, ein inneres Kämpfen um den Erhalt des Vertrauten. Welche Konzeption ist die bessere? Oder gibt es diese Frage vielleicht gar nicht?

Hinzu kam, dass viele Dinge nur sehr langsam vorangingen. Entscheidungen zogen sich hin, der Zusammenzug wurde mehrfach verschoben. Diese Ungewissheit stellte



Eltern und Mitarbeitende gleichermaßen auf eine harte Probe. Gefühle schwappten über – Erleichterung wechselte sich mit Frust ab, Hoffnung mit Erschöpfung.

Der Umzug am Nikolaustag war schließlich ein emotionaler Höhepunkt – im doppelten Sinne. Während draußen die Weihnachtszeit begann, standen Kistenpacken und Abschiednehmen im Vordergrund. Die Frage „Wo schmücken wir jetzt – in der alten oder in der neuen Kita?“ stand sinnbildlich für das innere

Hin und Her zwischen Loslassen und Ankommen. Jetzt, da wir endlich gemeinsam in einem Haus sind, zeigen sich neue Gefühle. Bei den Kindern entstehen neue Freundschaften, ganz selbstverständlich und offen. Gruppen wachsen zusammen, besonders die Vorschulkinder erleben gemeinsame Projekte und entdecken neue Gemeinsamkeiten.

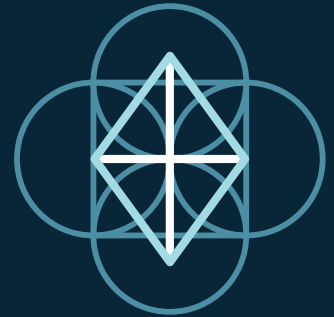
Auch im Team ist ein neues Miteinander spürbar. Aus Unsicherheit wächst Vertrauen, aus Unterschiedlichkeit etwas Neues. Noch läuft nicht alles reibungslos – und das muss es auch nicht. Standards entstehen Schritt für Schritt.

Was bleibt, ist die Erkenntnis: Große Veränderungen bringen große Gefühle mit sich. Doch genau darin liegt auch die Chance – für Erneuerung, für Wachstum und für einen gemeinsamen Neuanfang.





von Andreas Keller
(Vorsitzender des Kirchenvorstandes)



Liebe Leserinnen und Leser von **HIMMEL & ERDE**

Kollektenmittel des vergangenen Jahres

Die Menschen unserer Gemeinde und jene, die uns verbunden sind, haben im letzten Jahr die großartige Summe von insgesamt 54.102,66 Euro an Kollekten aufgebracht. Dafür danken wir als Kirchenvorstand ganz herzlich!

Für die Aufgaben unserer eigenen Gemeinde kamen 20.289,14 Euro zusammen, der andere Teil wurde an ganz unterschiedliche Kollektenzwecke nach den Vorgaben unserer Landeskirche weitergegeben, darunter wunderbare 15.141,25 Euro für die inzwischen 67. Aktion von Brot für die Welt an Heilig-Abend.

Übrigens liegen wir bei einem Anteil von 12,2% Online-Kollekten. Der Vorteil dieser Variante für Sie ist: Sie erhalten unmittelbar eine Bestätigung Ihrer Spende automatisiert als E-Mail, auch eine jährliche Sammelbescheinigung ist möglich, wenn Sie uns Ihre postalische Anschrift mitteilen. Probieren Sie es doch einfach mal aus.

Der QR-Code hier führt Sie zu unserer Kollekten- und Spendenseite. Gott segne die Gebenden und ihre Gaben!



Reformprozess ekhn2030

Der Reformprozess unserer Landeskirche gibt vor, Kirchen und Gemeinderäume auf den künftigen Bedarf hin zu untersuchen und zuzuschneiden. Auf der Frühjahrs-synode des Dekanats wurden erste Entscheidungen zur künftigen Nutzung von Kirchengebäuden und Gemeindeflächen getroffen. Unmittelbar bevor diese Entscheidungen fertig gereift sind, hat der Kirchenvorstand im März zur Gemeindeversammlung in die Heilig-Geist Kirche eingeladen und den Stand der Dinge erläutert. Aktuell sieht es so aus, als könnten hier schon sehr bald erste Umbaumaßnahmen beginnen. Gerne halten wir Sie dazu weiterhin auf dem Laufenden.

Mit unserem Gemeindegemeinschaft zur Martin-Luther-Gemeinde sind wir gut aufgestellt, nicht nur für diese strukturellen Prozesse. So haben wir mit derzeit vier Pfarrpersonen unsere 3,5 Stellen wirklich gut besetzt: zwei 100%-Stellen und zwei jeweils 75%-Stellen. Pfarrerin Ursula Kuhn und Pfarrerin Nicole Oehler sind in diesem Jahr jeweils drei Monate in Freistellung. So lässt sich die Stellenreduzierung gut realisieren. Und mit Kantor Niklas Sikner komplettiert sich unser Verkündigungsteam.

Wir wünschen eine segensreiche Osterzeit, bleiben Sie hoffnungsvoll und zuversichtlich. Gott selbst sagt: „Siehe, ich mache alles neu.“ und versichert ... ich mache alles gut.

DIE GLÖCKNER VON DER LUTHERKIRCHE

vom Uhr-Aufzieh-Team



Georg, Dorethée, Elisabeth, Michael, Magnus (v. li nach re),
Beate, Edith, Kai, Timur (nicht im Bild)



Doch tut sich die Frage auf, warum man eine solche Anstrengung auf sich nimmt, wenn ein Elektromotor das einem alles abnehmen könnte. Zudem benötigt heutzutage doch sowieso keiner mehr Turmuhren, um die Uhrzeit zu Wissen.

In einer Kirche gibt es viele Aufgaben, manche außergewöhnlicher als andere. Klassisch denkt man an Pfarrer:in, Küster:in, Musiker:in oder die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Doch unsere kleine Gruppe hat eine Aufgabe, die in Deutschland selten und in Wiesbaden einzigartig ist. Früher wurden alle Turmuhren manuell mit einer Winde aufgezogen, heute übernehmen meist Elektromotoren diese Arbeit. Die Turmuhr der Lutherkirche wird jedoch seit über hundert Jahren jeden Tag von Hand aufgezogen.

Jede Woche übernimmt ein anderes Teammitglied diese Aufgabe. Durch eine unscheinbare Holztür gelangt man zur Wendeltreppe, die in den Hauptturm führt. Danach folgen Stahltreppen, die den 50 Meter hohen Turm hinaufführen. Oben wird die große Kurbel in die Hand genommen, um die Uhr aufzuziehen. Die Turmuhr besteht aus zwei Segmenten: der mechanischen Uhr und den Pendeln. Diese funktionieren wie eine alte Pendeluhr – ein Pendel für den Minutenschlag, eines für den Viertelstundenschlag und eines für den Stundenschlag. Die Pendel sind schwere Betonzylinder, ummantelt mit Metall, die sich bei jedem Schlag nach unten bewegen, um die Uhrzeiger anzutreiben. Nach etwa zehn Minuten ist die Arbeit erledigt.

Uns geht es darum, eine kleine Tradition in einer Welt mit großer Veränderung aufrecht zu erhalten. Beim Aufziehen findet man im Holzrahmen der Uhr Schnitzereien und handschriftliche Nachlässe wie Namen, Daten oder versteckte Botschaften, die von unseren Vorgänger:innen stammen, manche vom Zahn der Zeit schon ganz verblasst. Die Handwerkskunst der Uhr und der Mechanismus beeindrucken jedes Mal aufs Neue und durch die kleinen Fenster im Kirchturm blickt man über ganz Wiesbaden. Und wenn man mal etwas mehr Zeit hat, steigt man noch etwas höher auf die Aussichtsplattform und genießt den besten Ausblick auf die Stadt.

Das alles hat eine wunderbare entschleunigende Wirkung und reißt einen manchmal aus dem hektischen Alltag heraus. Aber vor allem gibt es immer etwas Neues zu entdecken. Sei es ein Mechanismus in der Uhr, der einem noch nicht aufgefallen ist, eine Gravierung, die man noch nicht gesehen hat oder ein Gebäude, welches man aus der Ferne wiedererkennt. Oder einfach nur die wunderbare Einsamkeit über der Stadt. Wir fänden es sehr schade, wenn diese kleine Tradition verloren geht, und versuchen, sie mit jedem Tag weiter aufrechtzuerhalten.

MIT KONFIS AUF GOTTSUCHE!

Sich gemeinsam mit Jugendlichen auf die Suche zu machen: nach Gott. Und danach, welche Bedeutung Gott, Glaube und Kirche für ihr Leben haben kann ...
... das ist das Ziel der Konfirmationskurse in der Martin-Luther-Gemeinde.

1

So geht's los

- Gemeinsames Kennenlernen
- Begrüßungsgottesdienst
- Konfi-Camp mit dem StaJuPfa
- Diakonische Aktionen

2

Konfi Jahreskurs

Juni 2026 bis Mai 2027

Kosten insgesamt: 200,- €

- Monatliche Treffen (ca. 6h) nach gemeinsamem Gottesdienstbesuch
- Chillen und Essen ...
- ... und danach Themen wie:
Auf dem Friedhof überlegen, was das eigentlich heißt „Ewiges Leben“ und „Auferstehung“
Beten – bringt das eigentlich was?
Wer ist Gott für mich?
Was heißt es, getauft zu sein und zur Kirche zu gehören?
Woran glaube ich – und warum?
Wie können wir uns für benachteiligte Menschen einsetzen?
- Frühjahr 2027: Konfifreizeit zur Vorbereitung des Vorstellungsgottesdienstes
- Mai 2027: KONFIRMATION

Johanna:
„Das ist hier wie
in einer großen
Familie“

das ist
soooo geil hier.
Wir wollen
bleiben!!

Unsere Sportler: innen:
ohne den Kompaktkurs hätte ich
Konfi nicht machen können – und da
hätte mir echt was gefehlt

Milo:
super toll! –
tolle Gemeinschaft in
der kleinen Gruppe
tolle Möglichkeit, Konfi
in so kurzer Zeit
zu machen

die Spiele am
ersten Nachmittag waren
einfach super, um die Gruppe
kennenzulernen



3

KonfiKompakt

(maximal 15 Teilnehmer:innen)

hauptsächlich in den Herbstferien 2026

Kosten insgesamt: 450,- €

- 04.10.2026 Bahnfahrt nach Nordstrand (Nordsee), wir wohnen in einem Haus direkt hinterm Deich
- Gemeinsam leben, essen, spielen, beten, singen ...
- Jeden Tag auf Gott-Suche gehen
Unterwegs mit Psalm 23
Taufe und Konfirmation – was ist das?
Gottes Schöpfung – und wir!?
Was glaube ich eigentlich?
und noch viel mehr ...
- 12.10.2026 Rückfahrt nach Wiesbaden
- 18.10.2026 Vorstellungsgottesdienst
- 25.10.2026 KONFIRMATION

4

Wer? Wie? Was?

- Alle Jugendlichen, die nach den Sommerferien in der 8. oder 9. Klasse sind.
- Alle, die sich ganz sicher sind, dass sie konfirmiert werden wollen – und auch die, die noch nicht so genau wissen, ob das mit Konfi was für sie ist. Wer es nicht ausprobiert, wird es auch nicht erfahren.
- Auch Nicht-Getaufte sind herzlich willkommen.
- Finanzieller Engpass? Dann gerne melden.
Wir finden eine Lösung!



QR-Code zur Anmeldung

Lust bekommen? Dann schnell noch anmelden!
Einfach mit nebenstehendem QR-Code
unser Anmeldeformular aufrufen und loslegen.
Wir freuen uns!

Kirchenmusik

Ansprechpartner: Niklas Sikner

Bachchor Wiesbaden

Do 19.45–22 Uhr

Ev. Singakademie Wiesbaden

Jugendkantorei (ab 14 Jahren)

Mi 17–19 Uhr

Kinderkantorei (10–13 Jahre)

Mi 15.15–16.45 Uhr, Gruppe 1

Do 15.00–16.30 Uhr, Gruppe 2

Lerchen/Füchse (7–9 Jahre)

Di 17.00–17.45 Uhr, Gruppe 1

Di 17.45–18.30 Uhr, Gruppe 2

Do 16.45–17.45 Uhr, Gruppe 3

Spatzen (5–6 Jahre)

Di 16.00–16.30 Uhr, Gruppe 1

16.30–17.00 Uhr, Gruppe 2

Ansprechpartnerin: Monika Schmid

singakademie.wiesbaden@ekhn.de

April

Karfreitag, 3. April

17 Uhr **Lutherkirche**

Antonín Dvořák:
Stabat Mater

Inna Fedorii, Sopran

Silvia Hauer, Mezzosopran

Sung Min Song, Tenor

Thomas Faulkner, Bass

Bachchor Wiesbaden

Bachorchester Wiesbaden

Leitung: Niklas Sikner

Zu Karfreitag erklingt Dvořáks „Stabat Mater“, ein beeindruckendes Werk über die Trauer der Mutter Christi am Kreuz. Bei dem zugrundeliegenden Text handelt es sich um eine mittelalterliche Sequenz, in der sich Marias Schmerz über den Tod ihres gekreuzigten Sohnes ausdrückt. Ausführende und Hörende nehmen Anteil und leiden mit.

Dvořák verarbeitet in der Vertonung seinen eigenen Schmerz über den Tod gleich mehrerer seiner Kinder, darunter einer erst zwei Tage alten Tochter. Das Stabat Mater entstand von 1876 bis 1877. Es stellt Dvoraks erstes geistliches Werk dar und wurde 1880 uraufgeführt; bis heute ist es eines seiner beliebtesten Werke.

Tickets erhältlich über reservix.de (9 bis 59 €) und an der Abendkasse

Ostersonntag, 5. April

10 Uhr **Lutherkirche**

Festgottesdienst am Ostersonntag

Mitglieder des Bachchors Wiesbaden und der Evangelischen Singakademie

„Der Herr ist auferstanden! Halleluja!“ Vielfach vertont bricht sich Osterfreude Bahn, mit strahlenden Fanfaren und fröhlichen Lobgesängen. Auch ein paar musikalische „Überraschungseffekte“ dürfen nicht fehlen.

Ostermontag, 6. April

11 Uhr **Lutherkirche**

Familiengottesdienst am Ostermontag

Lerchen und Füchse der Evangelischen Singakademie

Leitung: Sebastian Möller

Sonntag, 12. April

11.30 Uhr **Lutherkirche**

Sonntagsmatinee: Junges Stimmen

Die Sonntagsmatinee im April wird von Gesangsstudierenden der Region gestaltet. Die offene Einladung ergeht an die Hochschulen und Musikakademien in Wiesbaden, Mainz und Frankfurt – das Programm wird bunt gemischt.

Eintritt frei, Spende erbeten

Sonntag, 26. April

11 Uhr **Lutherkirche**

Vorstellungsgottesdienst der Konfirmanden

Jugendkantorei der Evangelischen Singakademie

Leitung: Niklas Sikner


Der Vorstellungsgottesdienst der Konfirmanden wird musikalisch begleitet von der Jugendkantorei der Singakademie. Zu hören ist klassisches und modernes Repertoire.

wvb.de

Genossenschaftlich heißt, sich für die Gemeinschaft vor Ort starkzumachen.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wiesbadener Volksbank 



 **Rembser's**
Wurst- und Fleisch-Center

Das Beste vom Erzeuger für den Verbraucher
Qualität aus Tradition

Gewerbegebiet Petersweg · Peter-Sander-Straße 9 · 55252 Mainz-Kastel
Tel. 0 61 34 / 71 94-0 · Fax 0 61 34 / 71 94-17 · info@rembser-gmbh.de

Mai

Sonntag, 3. Mai
10 Uhr **Lutherkirche**

*Festgottesdienst am
Sonntag Cantate*

*Kinderkantorei der Evangelischen
Singakademie
Bachchor und Bachorchester
Wiesbaden
Leitung: Niklas Sikner*

Am Sonntag des Singens hören wir Dietrich Buxtehudes Kantate „Alles, was ihr tut“. Das Sopransolo übernehmen die Kinder der Kinderkantorei. Auch wenn J. S. Bach als Vollender der Gattung Kantate gilt, sind doch die Werke seiner Zeitgenossen Telemann und ganz besonders Buxtehude nicht zu verachten. „Alles, was ihr tut“ ist fröhlich, lebhaft und musikantisch – singet dem Herrn ein neues Lied!

Sonntag, 10. Mai
11.30 Uhr **Lutherkirche**

Sonntagsmatinee: Toccata!

Niklas Sikner, Orgel

Die gemeinsame Konzertreihe der Wiesbadener Kantoren steht 2026 unter dem Motto „Toccata“. Gleich sechs Toccaten erklingen in der Mai-Matinee; das Repertoire reicht vom italienischen Frühbarock über den großen Bach mit seinen beiden bekanntesten Toccaten bis in die französische Romantik und die englische Moderne.

Girolamo Frescobaldi: Toccata Quinta
Johann Sebastian Bach: Toccata in d-Moll BWV 565

Dorische Toccata BWV 538

Theodore Dubois: Toccata in G-Dur

John Rutter: Toccata in Seven

Alexandre Guilmant: Final der 1. Symphonie

Eintritt frei, Spende erbeten



Sonntag, 17. Mai
11.30 Uhr **Johanneskirche**

*Uraufführung: Accordion
Book 2025*

*Burkhard Mohr, Komponist
Michael Enders, Akkordeon*

Das Akkordeon ist Instrument des Jahres 2026. Aus diesem Anlass komponierte der Wiesbadener Komponist Burkhard Mohr 12 Werke für den kirchlich-konzertanten und gottesdienstlichen Gebrauch. Er arbeitete dazu mit dem Kirchenmusiker Michael Enders zusammen, der bereits seit seiner Kindheit neben der Kirchenorgel begeistert Akkordeon spielt. Beide Künstler erhoffen sich eine große Verbreitung dieser Werke vor allem überall dort, wo keine Orgel zur Verfügung steht.

Eintritt frei, Spende erbeten

Sonntag, 17. Mai
15.00 Uhr **Lutherkirche**

Gastkonzert: Lyrik & Lieder

Michael August Schmidt ist ein Singer-Songwriter aus Wiesbaden, der in seinen Kompositionen Lyrik mit modernen und zugänglichen Melodien verbindet. Beeinflusst von Heinrich Heine, Rainer Maria Rilke und Mascha Kaléko lädt er zu einer lyrisch-musikalischen Reise ein.

Eintritt frei, Spende erbeten

Samstag, 23. Mai
18 Uhr **Lutherkirche**

Evensong

*Pfarrerin Ursula Kuhn, Liturgie
Mitglieder des Bachchors Wiesbaden
und der Evangelischen Singakademie
Manuel Pschorn, Orgel
Musikalische Leitung: Niklas Sikner*

Im Evensong am Samstag vor Pfingsten hören wir Edward Elgars große Hymne „Great is the Lord“ und den Evening Service in B von Charles V. Stanford. Die anglikanische Tradition der Evensongs funktioniert auf der Sängerbühne der Lutherkirche analog zu den Chorgestühlen der englischen Kathedralen, die vielfache und kunstvolle Musik rahmt die beiden Lesungen zum anbrechenden Sonntag.

Montag, 25. Mai
11 Uhr **Lutherkirche**

*Familiengottesdienst
am Pfingstmontag*

*Spatzen der Evangelischen
Singakademie Wiesbaden
Leitung: Lena Naumann*



Juni

Donnerstag, 11. Juni
19 Uhr **Heilig-Geist-Kirche**
Young Rising Stars

Schon seit längerer Zeit arbeiten wir an der Idee, junge Musikerinnen und Musiker in der Heilig-Geist-Kirche vorzustellen. Der einzigartige Raum verfügt seit Sommer 2025 über einen kleinen aber sehr feinen Yamaha-Flügel. Nach einem ersten gemeinsamen Versuchsball in Zusammenarbeit mit der Wiesbadener Musik- und Kunstschule im Februar diesen Jahres präsentieren wir heute das zweite Konzert der Reihe.

Herzliche Einladung!

Sonntag, 14. Juni
11.30 Uhr **Lutherkirche**
Sonntagsmatinee

In der Juni-Matinee lässt der junge Wiesbadener Organist und frisch examinierte A-Kirchenmusiker Manuel Pschorn die beiden Orgeln der Lutherkirche zum Leben erwachen.

Eintritte frei, Spende erbeten

Samstag, 20. Juni
18 Uhr **Lutherkirche**
Evensong

Pfr. Johannes Merkel, Liturgie
Bachchor Wiesbaden
Manuel Pschorn, Orgel
Musikalische Leitung: Niklas Sikner

Am letzten Wochenende vor den Sommerferien verabschiedet sich der Bachchor traditionell mit einem Evensong in die chorprobenfreie Zeit. Auf dem Programm steht nach dem Weihnachtskonzert 2025 noch einmal Gerald Finzi (diesmal mit „God is gone up“); der Evening Service stammt von Thomas Tertius Noble und steht in h-Moll.

Sonntag, 21. Juni
17 Uhr **Lutherkirche**
Sommerkonzert der Singakademie

Alle Gruppen der Evangelischen Singakademie Wiesbaden
Leitung: Lena Naumann, Sebastian Möller, Niklas Sikner

Auch die Evangelische Singakademie verabschiedet sich in die Sommerferien – mit einem großen Sommerkonzert aller Gruppen. Unglaublich schön, die Entwicklung der Kinder über die Jahre zu beobachten. Beim Sommerkanon singt die ganze Kirche – Ohrwurmgarantie!

Juli

Wiesbadener Orgelsommer 2026

Donnerstag, 2. Juli
20 Uhr **Lutherkirche**
Eröffnungskonzert

Während die Chöre in der Sommerpause sind, klingen die beiden großen Orgeln durch die Lutherkirche. Immer donnerstags um 20 Uhr laden wir zum Konzert; im Anschluss an die Konzerte laden wir zu Laugengebäck und unseren Orgelweinen unter die Linden des Kirchhofs.

Im ersten Konzert wird wieder ein Stummfilm gezeigt und live mit einem improvisierten Soundtrack untermalt, im letzten Konzert erklingen traditionell beide Orgeln gleichzeitig; das Publikum sitzt sozusagen mittendrin im „Surround-Sound“.

2. Juli: *Prof. Christiane Michel-Ostertun, Mannheim: Stummfilm*

9. Juli: *Studierende der Orgelklasse Prof. Kaiser (Musikhochschule Mainz)*

16. Juli: *N.N.*

23. Juli: *Prof. Carsten Wiebusch, Karlsruhe: Goldberg-Variationen*

30. Juli: *Dr. Johannes Schröder, Wiesbaden: Benefiz-Konzert*

6. August: *Maria Mokhova, Frankfurt; Niklas Sikner, Wiesbaden: Doppelkonzert*

Sonntag, 5. Juli
11.30 Uhr **Johanneskirche**
Orgelmatinee „Summer-Cocktail“

Zu Beginn der Sommerferien lädt Sie unser Organist Michael Enders zu einer musikalischen Rundreise zu unseren liebsten Urlaubsorten ein. Eintritte frei, Spende erbeten

Forum Lutherkirche: Lebenslüge Pazifismus?

Die Friedensdenkschrift der
Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD)
als Antwortversuch

Zwei Abende gemeinsam im Gespräch

**Mittwoch 29.04. und 06.05., jeweils 19 Uhr im
Luthersaal der Lutherkirche (Sartoriusstr. 16)**

Nicht zuletzt wegen der dramatischen geopolitischen Veränderungen fand die im November 2025 veröffentlichte Friedensdenkschrift „**Welt in Unordnung – Gerechter Friede im Blick. Evangelische Friedensethik angesichts neuer Herausforderungen**“ ein sehr breites öffentliches Echo.



Im Rahmen des „Forum Lutherkirche“ widmen wir uns an zwei Abenden einer gemeinsamen Auseinandersetzung mit diesem Papier: Welche Aussagen trifft die Denkschrift und wo stehen wir selbst angesichts der angesprochenen Themen? Welche Fragen haben wir? Am ersten Abend (29.04.) soll es dabei schwerpunktmäßig um den mehrdimensionalen Friedensbegriff der Denkschrift und die zu-

gleich würdigende aber auch Distanz markierende Sicht auf die pazifistische Traditionen innerhalb der Kirche(n) gehen. Am zweiten Abend (06.05.) wollen wir uns mit den Folgerungen für die drängenden aktuellen Fragen beschäftigen.

Die Denkschrift, eine Zusammenfassung und Kommentare sind hier kostenlos abrufbar:

www.ekd.de/friedensdenkschrift-2025-91393.htm

(oder QR-Code)

Es wäre schön, wenn man diese vor den Veranstaltungen liest, damit wir auf einer gemeinsamen Basis miteinander sprechen können. Das Vorbereitungsteam freut sich über eine Anmeldung (über den QR-Code), auch falls wir vorher noch Information etwa in Form aktueller Stimmen zur Denkschrift zur Vorbereitung zugänglich machen wollen.



QR-Code zur
Denkschrift



QR-Code zur
Anmeldung



Heiraten. Einfach so, spontan, ohne lange Vorbereitung.

Das ist die Idee hinter der Aktion „#einfachheiraten“ der Evangelischen Kirche. Auch in Wiesbaden ließen sich in den vergangenen beiden Jahren dutzende Paare bei „#einfachheiraten“ segnen – 2026 findet das Hochzeitsfest des Dekanats bei uns in der Lutherkirche statt. Man kann spontan vorbeikommen, wer sich anmelden will, tue dies bei Stadtkirchenpfarrerin Bettina Friehmelt!



Kleidersammlung für Bethel

vom 27. April bis 03. Mai 2026

Bitte geben Sie nur gut erhaltene Oberbekleidung und Schuhe, Handtaschen Federkissen und -betten ab! Leider können wir keine Säcke zur Verfügung stellen und auch nur zu den angegebenen Zeiten Spenden entgegennehmen.

Ev. Heilig-Geist-Kirche, Unterkirche

Drususstr. 26, 65187 Wiesbaden

Mo, 27.04.26 u. Di, 28.04.26 jeweils von 10.00–17.00 Uhr

Mi, 29.04.26 u. Do, 30.04.26 jeweils v. 15.00–19.00 Uhr

Sa, 02.05.26 von 10.00–12.00 Uhr

Ev. Johanneskirche, Foyer

Hauberrisserstr. 17, 65189 Wiesbaden

So, 03.05.26 v. 17.00–18.00 Uhr

Ev. Lutherkirche, Garage

Sartoriusstr. 14, 65187 Wiesbaden

Mo, 27.04.26–Fr, 01.05.26 jeweils von 8.00–16.00 Uhr

Ev. Markuskirche, Gemeindehaus

Waldstr. 85, 65187 Wiesbaden

Sa, 02.05.26 von 10.00–16.00 Uhr

Wir danken für Ihre Unterstützung!

Geistliche Angebote

Bibliolog-Reihe

Drei Abende im Dialog mit der Bibel

Wir laden Sie ein, an diesen drei Abenden (die alle oder auch einzeln besucht werden können) mit uns über „Beziehungskisten“ in der Bibel ins Gespräch zu kommen:

5. Mai, 19.30 Uhr, Luthersaal

mit Pfarrerin Ursula Kuhn

Jesus und die Schwestern Maria und Marta – Lukas 10,38–42

12. Mai, 19.30 Uhr, Luthersaal

mit Pfarrer Stephan Da Re

12-jähriger Jesus im Tempel – Lukas 2,41–52

19. Mai, 19.30 Uhr, Luthersaal

mit Pfarrerin Nicole Oehler

Jesu wahre Verwandte – Markus 3,31–35

Bibelgesprächskreis

mit Pfr. i. R. Kreuzberger

3. Mittwoch im Monat, 18 Uhr

Heilig-Geist-Kirche, Unterkirche

„Luft Nach Oben“ –

Morgenlauf mit Sinn

Sonntag, 12.04., 17.05., 21.06. und 23.08.

Start um 9 Uhr

an der Lutherkirche

Ansprechpartner: Pfarrer Johannes Lösch (Telefon 89067325)

Übrigens: Wir nehmen auch in diesem Jahr am 25-Stunden-Lauf der Wiesbadener Sportförderung teil.

Interessierte Mitläufer:innen

(jeden Leistungsniveaus)

für den 12.–13.09. melden

sich bitte bei Pfarrer

Lösch.



Lebendiger Mittagstisch

Dreierlei

Lebensmittel verwerten und Menschen zusammenbringen – bei „Dreierlei“ gibt es in der Regel am **1. Freitag im Monat, 12 Uhr** einen kostenlosen Mittagstisch aus geretteten Lebensmitteln.

„Horizonte“, 10.04.

Brunhildenstr. 43

Sankt Michael, 08.05.

Burgunderstr. 11

Johanneskirche, 05.06.

Hauberrisserstr. 17

„Horizonte“, 03.07.

Brunhildenstr. 43

Sankt Michael, 07.08.

Burgunderstr. 11

Reisen mit dem Stadtjugendpfarramt



Mehr Infos gibt es auf der Website vom Stadtjugendpfarramt stajupfa.de/freizeiten/uebersicht/ E-Mail: info@stajupfa.de

Kinder, Jugendliche und Familien

Allen, die an Angeboten für Kinder und Familien interessiert sind, empfehlen wir unseren dafür eingerichteten WhatsApp-Kanal! Gleich abonnieren:



Offener Spielkreis für 1–3-Jährige

dienstags, 15.30 Uhr

Lutherkirche, Linnemannsaal

Spielenachmittag in der Lutherkirche

Samstag, 18. April, 11–18 Uhr,

in Kooperation mit dem Verein „Spiel und Kultur“

An diesem Tag geht es nicht ums Gewinnen, sondern um das gemeinsame Erleben, Lachen und Begegnen. Mit Karten, Würfeln und Brettspielen kommt man leicht ins Gespräch, lernt neue Menschen kennen und spürt Gemeinschaft. Wir freuen uns auf alle Personen ab vier Jahren!

Kinderkirche

für 3–12-Jährige und ihre Familien

Samstag, 02.05. und 06.06., 10 Uhr

Lutherkirche, Luthersaal

Im April, Juli und August findet wegen der Ferien **keine** Kinderkirche statt.

Joha-Kids

für Grundschul Kinder

Spielen, Basteln, Toben, Reden,

Zuhören, ... (außer in den Ferien)

21.04., 05.05., 19.05., 02.06.,

16.06., 16.15–17.45 Uhr

Johanneskirche

Sport und Fitness

Gymnastik für Damen

dienstags, 18 Uhr

Heilig-Geist-Kirche, Unterkirche

Bauch, Beine, Po

Derzeit keine freien Plätze!

Senior:innengymnastik

donnerstags, 10.30 Uhr

Lutherkirche, Linnemannsaal

Kontakt: Annette Aschenbrenner:

06196 83560

Fitness zum Wochenende für Frauen

freitags, 17 Uhr

Heilig-Geist-Kirche, Unterkirche

Frauen

Frauenfrühstück

immer am 2. Samstag,
9.30 Uhr

Lutherkirche (Linnemannsaal)

Infos bei Marie-Luise Stoll-Steffan,
Mobil 0178 9807005

11.04., 09.05., 13.06., 11.07.
und 08.08.

Kunst und Kultur

Offene Lutherkirche

täglich (ohne Gewähr), 15–17 Uhr

Besichtigung und Gebet

vgl. auch den Terminkalender auf
luther-wiesbaden.de

„Die Kreativen“

1. Mittwoch im Monat,
19.30 Uhr

Heilig-Geist-Kirche, Unterkirche

Besondere Veranstaltungen am Standort Heilig-Geist

Samstag, 25.04., ab 20 Uhr

DISCO 80/90/2000 ROCK/POP

Musik für Erwachsene

Eintritt frei

Samstag 20.06., ab 16.30 Uhr

Grillen & mehr ... auf dem Kirchplatz

... mit Flohmarkt und Musik

(um Flohmarktspenden wird

gebeten,

Annahme ab 08.06. Mo, Di, Fr)

Kinderkirchentag

Das Evangelische Dekanat lädt am Sonntag, **19. April, 11 Uhr**, zum **Kinderkirchentag** in die Evangelische Thomasgemeinde (Richard-Wagner-Straße 88, 65193 Wiesbaden). Die Heilige Geistkraft steht unter dem Motto „*Heiliger Geist – Power von oben*“ im Mittelpunkt des kurzen Kinder- und Familiengottesdienstes, der um 11 Uhr beginnt (Einlass ab 10.30 Uhr). Danach gibt es Essen und Getränke und verschiedene Workshops, Bewegungsspiele, Bastel- und Kreativangebote auf dem Gelände der Thomasgemeinde. Die Teilnahme ist für alle Kinder, egal welcher Konfession, ab vier Jahre ohne Anmeldung möglich. Jüngere und ältere Geschwisterkinder sind herzlich willkommen. Kosten für Kinder: 5 Euro.

Kreativtreff

2. Mittwoch im Monat,
17.15 Uhr

Lutherkirche, Café Luther

Begegnungscafé Ukraine- Deutschland

samstags, 15 Uhr

Markuszentrum, Gemeindehaus
1. OG

Senior:innen

Ökumenischer Ruheständlertreff

Lutherkirche (Luthersaal)

Anmeldung bei Familie Jeske:

Telefon 0611 87549

Montag, 13.04., 15 Uhr

Frühlingsfest

Montag, 04.05., 15 Uhr

Hofleben in Wiesbaden-Biebrich

Dr. Brigitte Streich

Montag, 01.06., 15 Uhr

„Meine Reise ins Baltikum“ mit Pfarrer Johannes Lösch

Montag, 10.08., 15 Uhr

Sommerfest

Ökumenischer Senior:innenkreis

donnerstags, 15 Uhr

Johanneskirche, Foyer

Kaffeetrinken, Gymnastik und Gedächtnistraining

dienstags, 15 Uhr

Heilig-Geist-Kirche, Kaffeeraum

Kirchkaffee für Senior:innen

mittwochs, 15 Uhr

Markuskirche, Vorraum der Kirche

Beratung Selbstständiges Leben im Alter ab 60

1.+3. Donnerstag im Monat,
11.00 Uhr

Markuskirche, Vorraum

Theater-Gottesdienst „Schneeflöckchen“

kommt am **12. April** um
10 Uhr in die Lutherkirche!

Wir setzen unsere Kooperation
mit dem Hessischen Staatstheater

Wiesbaden fort und feiern den
nächsten Theatergottesdienst.

Die selten gespielte Oper von
Nikolai Rimski-Korsakow erzählt

von einem Volk im ewigen Winter.
Regisseur Maxim Didenko liest

Rimski-Korsakows „Schneeflöck-
chen“ als düstere Parabel auf

Klimakrise, Macht und menschliche
Grausamkeit.

Im Gottesdienst nehmen wir die
Sehnsüchte in der Oper auf

Erlösung auf und suchen im Licht
von Ostern nach christlichen

Antwortversuchen.



BESTATTUNGS-INSTITUT
FINK †
gegr. 1893
**Wiesbadener
 Familientradition
 in 5. Generation**

FON 0611 40 53 36 / WEB bestattungen-fink.de
Frankenstraße 14 | 65183 Wiesbaden
MAIL mail@bestattungen-fink.de

**Gut beraten in Sachen
 Sicherheit**

Ihre bekannte Adresse
 in Wiesbaden:

Moritzstraße 9
 65185 Wiesbaden
 Telefon 0611/39696
 Fax 0611/309676



Alles für Haus,
 Hof und Garten



Huber Gemüse
Aus gutem Grund

Saarstraße 118
 65201 Wiesbaden
info@huber-gemuese.de
 Telefon 0611/25 25 0

Öffnungszeiten
Di, Do, Fr
 9.00 – 13.00 Uhr
Freitag
 15.00 – 18.30 Uhr
Samstag
 9.00 – 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns!

Unsere Angebote

- Eigener Anbau
- Saisonale Angebote
- Regionale Produkte
- Lieferung an KITAS und Schulen
- Präsentkörbe
- Feinkost




www.huber-gemuese.de

FISCHER & JOST BESTATTUNGEN

In unserem Bestattungshaus möchten wir Ihnen Mut machen, den Abschied von Ihren Verstorbenen zu gestalten, Begegnungen und Erfahrungen zu machen, die nicht mehr nachgeholt werden können.

Wir sind persönlich für Sie erreichbar, überall dort zur Stelle, wo Sie uns brauchen.

Häusliche Aufbahrung, Totenwaschung, Totenwache, Totengebet, **unterstützende christliche Rituale.**

Zeit und Raum für den Abschied in der besinnlichen und wohlthuenden Atmosphäre unseres Hauses.

Individuelle und würdevolle **Trauerfeiern**, gerne auch in unserem Haus.

Wir beraten und unterstützen Sie bei Ihrer persönlichen **Bestattungsvorsorge.**

Wir schicken Ihnen gerne das vielseitige **Veranstaltungsprogramm** unserer Begegnungsstätte.

FISCHER & JOST BESTATTUNGEN Im Grohenstück 13 65396 Walluf **Telefon 06123-709912** info@fischer-jost.de
www.fischer-jost.de

form+ funktion
 ZAHNMEDIZIN

**Deine Praxis für Zahnerhaltung
 in Wiesbaden**

Minimalinvasiv Schonend Modern

Was uns besonders macht:

- Professionelle Zahnreinigung nach dem GBT-Konzept (Guided Biofilm Therapy) für Kinder und Erwachsene
- Minimalinvasive Teilkronen statt klassischer Vollkronen wo immer möglich
- Wurzelkanalbehandlung am Mikroskop



Termin jetzt online vereinbaren oder per Telefon 0611 205 615 10

Biebricher Allee 39, 65187 Wiesbaden

GEMEINDEBÜRO

Sartoriusstraße 16
65187 Wiesbaden
Telefon 890673-0
martin-luther-gemeinde.
wiesbaden@ekhn.de

Sprechzeiten:

Montag 15-17 Uhr
Dienstag 10-12 Uhr
Donnerstag 10-13 Uhr

SELSORGER:INNEN

PfarrerIn Ursula Kuhn
Telefon 890673-26
ursula.kuhn@ekhn.de
(Freistellung: 16.05.-28.06.)

Pfarrer Johannes Lösch
Telefon 890673-25
johannes.loesch@ekhn.de

Pfarrer Johannes Merkel
Telefon 16889764
johannes.merkel@ekhn.de

PfarrerIn Nicole Oehler
Telefon 16889852
nicole.oehler@ekhn.de
(Freistellung: 01.07.-31.08.)

Vikarin Paula Greb
paula.greb@ekhn.de

KIRCHENVORSTAND

Andreas Keller
Telefon 890673-0
andreas.keller@ekhn.de

KÜSTER UND HAUSMEISTER

Lutherkirche: Lothar Dittmar
Mobil 0177 6570882

Heilig-Geist-Kirche: Hanna Hanna
Mobil 0152 53003425

KIRCHENMUSIK

Niklas Sikner
Telefon 890673-13
niklas.sikner@ekhn.de
luther-wiesbaden.de/musik

SINGAKADEMIE

Monika Schmid
Telefon 890673-13
singakademie.wiesbaden@ekhn.de

MARTIN-LUTHER-STIFTUNG

Andreas Keller, Ursula Kuhn
martin-luther-stiftung.wiesbaden@
ekhn.de

SPENDENKONTO

Wiesbadener Volksbank
IBAN: DE56 5109 0000 0000 2638 18
BIC: WIBADE5WXXX
Für eine Zuwendungsbescheinigung
geben Sie bitte Ihre Adresse an.

KINDERTAGESSTÄTTEN

Kindertagesstätte Dichterviertel
Leitung: Susanne Finn
Telefon 840065
Roseggerstraße 6
kita.dichterviertel.wiesbaden@ekhn.de

Kindertagesstätte Heilig-Geist
Leitung: Christina Frambach
Telefon 86730
Am Kupferberg 2A
kita.heilig-geist.wiesbaden@ekhn.de

Kindertagesstätte Johannes
Leitung: Nicole Rößler
Telefon 702373
Hauberrisserstraße 17
kita.johannesgemeinde.wiesbaden@ekhn.de

Kindertagesstätte Pauline
Leitung: Sebastian Häuser
Telefon 97689-140
Schiersteiner Straße 48
kita.pauline.wiesbaden@ekhn.de

luther-wiesbaden.de

 [YouTube /@luther-wiesbaden](https://www.youtube.com/@luther-wiesbaden)

 [luther_wiesbaden](https://www.instagram.com/luther_wiesbaden)

EHE- UND FAMILIENBERATUNG

Rheinstraße 65
Telefon 3609125

HAUS FÜR FRAUEN IN NOT

(Frauenhaus)
Telefon 806050

WOHNGEMEINSCHAFT FÜR

MUTTER UND KIND

Kapellenstraße 82
Telefon 51886

TEESTUBE FÜR WOHNSTIZLOSE

Dotzheimer Straße 9
Telefon 445660

TELEFONSELSORGE

Telefon 0800 1110111 oder
0800 1110222

„NUMMER GEGEN KUMMER“

Kinder- und Jugendtelefon
Telefon 0800 1110333
Mo-Sa 14-20 Uhr



Kirchenfenster Schwalbe 6
Schwalbacher Straße 6
65185 Wiesbaden

Öffnungszeiten:
Mo - Do von 10-16 Uhr
Fr von 10-13 Uhr

Telefon 0611 1409740
E-Mail: schwalbe6@web.de

Stadtkirchenpfarramt

PfarrerIn Bettina Friehmelt
Mobil 0177 8545176
E-Mail: bettina.friehmelt@ekhn.de

Was Sie bei uns finden:

Informationen rund um Kirche,
Cappuccino und mehr, Kirchen-
eintrittsstelle, Rat und Hilfe und
spezielle Veranstaltungen.

Impressum: Die Kirchenzeitung der
EVANGELISCHEN MARTIN-LUTHER-
GEMEINDE WIESBADEN erscheint
drei Mal im Jahr im Auftrag des Kirchen-
vorstandes (Postanschrift: Gemeindebüro,
Sartoriusstraße 16, 65187 Wiesbaden)
Redaktion: Stefan Brings, Rosemarie
Döllinger, Pfarrerin Ursula Kuhn, Christine
Mencke, Pfarrer Johannes Merkel,
Christoph von Opel, Heike Paul-Guerdi,
Dorothe Stuhl.

Namentlich gekennzeichnete Artikel
geben nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion wieder.

Layout|Herstellung: rsrdesign Reckels &
Schneider-Reckels, Guntersblum,
www.rsrdesign.de

Druck: Print Pool GmbH|FSC-zertifiziert
Nachhaltiger Druck auf umweltfreundli-
chem Papier aus verantwortlichen Quellen
mit mineralölfreien Biodruckfarben auf
Pflanzenölbasis|Klimaneutral|Ökostrom



MORGENWONNE

von Joachim Ringelnatz

Ich bin so knallvergnügt erwacht.
Ich klatsche meine Hüften.
Das Wasser lockt. Die Seife lacht.
Es dürstet mich nach Lüften.

Ein schmuckes Laken macht einen Knicks
Und gratuliert mir zum Baden.
Zwei schwarze Schuhe in blankem Wachs
Betiteln mich „Euer Gnaden“.

Aus meiner tiefsten Seele zieht
Mit Nasenflügelbeben
Ein ungeheurer Appetit
Nach Frühstück und nach Leben.

