

A group of people is gathered around a long table in a church, likely for a meal or service. The scene is dimly lit, with vibrant, multi-colored spotlights (green, orange, purple) illuminating the background. A large, simple wooden cross stands prominently in the center background. The people are mostly seen from the back or side, and the foreground is slightly blurred, focusing attention on the central cross and the overall atmosphere. The text "Die Liebe Gottes erleben" is overlaid in a white, cursive font across the middle of the image.

*Die Liebe Gottes erleben*



(an) 1      bei den Menschen 3  
 (am) 1

**Nah bei Gott, nah beim Menschen**

⇒ Nah bei Gott, nah beim ~~Menschen~~ <sup>Haus!</sup>



Vorschlag: Liebe Gottes leben + erleben - als Satz ✓

**Liebe Gottes (er)leben**  
 | für Gott (er) Leben

Gottes Liebe erleben

Wir sind berufen, eine von Liebe geprägte  
Beziehung zu Gott, zueinander innerhalb der Kirche  
und zur Welt um uns herum zu pflegen.



Wir sind berufen, eine von Liebe geprägte Beziehung zu Gott, zueinander innerhalb der Kirche und zur Welt um uns herum zu pflegen.

Jesus: „Ich gebe euch jetzt ein neues Gebot: Liebt einander! So wie ich euch geliebt habe, so sollt ihr euch auch untereinander lieben.

An eurer Liebe zueinander wird jeder erkennen, dass ihr meine Jünger seid« (Bibel, Johannes 13,34-35).



**HINAUF**

**HINEIN**

**HINAUS**



Wir sind berufen, eine von Liebe geprägte Beziehung zu Gott, zueinander innerhalb der Kirche und zur Welt um uns herum zu pflegen.

**HINAUF**  
GOTT IST LIEBE!  
Gottes Liebe  
erleben!

**HINEIN**  
Gottes Liebe  
erleben in der  
Glaubensfamilie  
(Gemeinde)

**HINAUS**  
Gottes Liebe  
erleben in der  
Welt



Wir sind berufen, eine von Liebe geprägte Beziehung zu Gott, zueinander innerhalb der Kirche und zur Welt um uns herum zu pflegen.

## GOTT IST LIEBE!

Hinauf zu Gott  
Persönlicher Glaube durch  
Christus

## HINEIN (zueinander)

Liebevolle  
Glaubensge-  
meinschaft leben als  
Ausdruck des Wesens  
Gottes

## HINAUS

(zu den anderen)  
Gottes liebevolle  
Absichten in der Welt  
leben  
als Ausdruck des  
Wesens Gottes



Wir sind berufen, eine von Liebe geprägte Beziehung zu Gott, zueinander innerhalb der Kirche und zur Welt um uns herum zu pflegen.

# Reden ist die beste Medizin

Viele Menschen gehen nur deshalb zum Arzt, weil sie einsam sind. Das belastet das Gesundheitssystem. In Großbritannien gibt es deshalb nun eine neue Therapie: soziale Kontakte auf Rezept

VON STEVE PRZYBILLA

Irgendwann ging es einfach nicht mehr. Die Panikattacken. Die Schlaflosigkeit. Die ständige Angst zu versagen. Sarah Smith, deren Namen wir auf eigenen Wunsch geändert haben, konnte nicht mehr klar denken. „Ich ging über die große Hängebrücke, die es hier in Bristol gibt“, erzählt die 35-jährige Britin. „Ich fragte mich: Was passiert, wenn du jetzt springst? War's das dann? Oder brichst du dir nur die Beine, damit du endlich nicht mehr zur Arbeit musst?“

## Am Rand der Verzweiflung

Ihr neuer Job hatte die junge Frau an den Rand der Verzweiflung getrieben: eine Stelle als Marketing-Managerin in einem renommierten Unternehmen; genau das, was sie immer wollte. Aber die Verantwortung überforderte Smith. „Auf einmal war ich für 5000 Mitarbeiter zuständig“, sagt sie. „Viele Kollegen waren deutlich älter und erfahrener als ich. Ich fühlte mich wie eine Versagerin, die sich ihren Job erschlichen hatte.“ Dass ihre Chefs sie lobten und sie über tadellose Qualifikationen verfügte, schob Smith gedanklich zur Seite. „Ich war am Ende. Und mir war klar, dass ich es ohne Hilfe nicht schaffen würde.“

Ihr Hausarzt verschrieb ihr zunächst Schlaftableten, Anti-Depressiva und eine Verhaltenstherapie, die auch Wirkung zeigte. Doch obwohl Smiths Panikattacken zurückgingen, fühlte sie sich noch immer rastlos. Ein weiterer Monat verging, bis ihr Arzt ihr schließlich eine Broschüre für ein neuartiges Angebot in die Hand drückte: „Social Prescribing“. Seit Kurzem können Mediziner in Großbritannien nämlich nicht nur Medikamente verordnen, sondern auch soziale Teilhabe.

Geselligkeit auf Rezept? Das mag esoterisch klingen, hat aber einen ersten Hintergrund, den nahezu alle westlichen Gesellschaften kennen: Viele Menschen gehen nur deshalb zum Arzt, weil sie einsam sind. Vor allem

Service (NHS), leidet unter chronischer Unterfinanzierung. Seit Jahren berichten Medien über Patienten, die monatelang auf Operationen warten oder in Krankenhaus-Fluren schlafen müssen, weil alle Betten belegt sind. Allein dieses Jahr muss der NHS über 205 Millionen Pfund (ca. 241 Mio. Euro) an die britische Regierung zurückzahlen – Zinsen für gewährte Kredite. Sogar in der Brexit-Debatte spielte das kranke Gesundheitssystem eine Rolle.

Die britische Regierung hofft nun, mithilfe von „Social Prescribing“, das System zu entlasten, vor allem bei psychischen Erkrankungen. Was genau man allerdings unter dem Begriff versteht, ist bis heute nicht klar definiert. Für manche ist es schlicht ein Treffen des städtischen Seniorenclubs, für andere ein Alkohol-Entzug oder ein Fußball-Training im sozialen Brennpunkt. Manche Ärzte verschreiben ihren Patienten auch eine Haushaltshilfe oder einen Berater bei finanziellen Problemen.

Bei Sarah Smith war es ein mehrwöchiger Kurs zum Gärtnern, konzipiert für Menschen mit psychischen Problemen. „Wir lernten, Unkraut zu jäten, Bäume zu fällen und Blumen zu pflanzen“, erinnert sich Smith. „Es klingt verrückt, aber ich habe mich besser gefühlt als jemals zuvor in meinem Büro.“ In ihrer Gruppe hätten sich ganz unter-

„Ich habe mich besser gefühlt als jemals zuvor in meinem Büro.“

Sarah Smith, nach einem Gärtnerkurs

schiedliche Personen befunden: „Manche litten unter Depressionen, andere unter Einsamkeit. Ein Mann hatte seit Wochen nicht mehr das Haus verlassen.“ Ob die Arbeit im Freien ihnen allen half, kann die 35-Jährige nicht beurteilen. „Ich hatte aber schon das Gefühl, dass es den meisten danach besser ging.“

Der Gärtnerkurs gehört zum Avon Wildlife Trust, einer lokalen Umwelt-

NHS England bis 2021 eintausend sogenannte „Link Worker“ einstellen. Diese Berater sollen an Gemeinschaftspraxen andocken und das Bindeglied zwischen Patienten, Ärzten und Anbiestern bilden. Die Erwartungen sind hoch. Der Berufsverband der Psychiater in Großbritannien sprach sich klar für Social Prescribing aus. Sogar Prinz Charles lobte die Idee in einer Videobotschaft.

Noch aber gibt es dazu viele offene Fragen – nicht nur zur Umsetzung, sondern auch zur Wirkung. So einleuchtend das Konzept nämlich klingt, so unklar ist, ob das Gesundheitssystem am Ende wirklich entlastet wird. Vom individuellen Nutzen ganz zu schweigen: Ist ein Kaffeekränzchen tatsächlich immer besser als ein Besuch beim Arzt? Oder könnten Mediziner in überfüllten Krankenhäusern gar dazu verleitet werden, ihre Patienten schnell zu Dritten „abzuschleichen“, um Zeit und Geld zu sparen? Alles noch unklar.

Richard Kimberlee, Gesundheitsexperte an der UWE University in Bristol, berät den NHS bei der Umsetzung der sozialen Rezepte. In einem Feldversuch hat er 128 Patienten über einen Zeitraum von einem Jahr zu ihren Erfahrungen befragt. Das Ergebnis: Gefühlt litten alle Teilnehmer am Ende deutlich weniger unter Depressionen und sozialer Isolation. Und: 60 Prozent von ihnen gingen nach Abschluss ihrer Workshops seltener zum Arzt als zuvor. Kimberlee schätzt, dass für jedes Pfund, der in Social Prescribing investiert wird, die Gesellschaft am Ende einen Gegenwert von 2,90 Pfund zurückerhält.

Freilich: „Man kann viele Faktoren einfach nicht messen. Was ist, wenn die Leute immer mehr Antidepressiva verschrieben bekommen und am Ende viele Medikamente in der Toilette landen?“ Er ist unabhängig vom Geld von der Grundidee überzeugt: „Wir schauen uns an, was Menschen wirklich brauchen. Ist es ein Kochkurs? Oder ein Gruppentreffen gegen Einsamkeit?“ Doch es brauche Zeit, bis sich Ärzte auf diese Idee eingestellt hätten: „Das ist nichts Geringeres als ein komplet-

**Liwi** KIRCHE  
LINDENWIESE



letten. „Social Prescribing“ könnte genau diesem Personenkreis helfen und gleichzeitig unnötige Arztbesuche verhindern. Denn – so die Idee – wer genug soziale Kontakte hat, dem geht es auch gesundheitlich besser. Gerade in Großbritannien ist eine solche Entlastung dringend nötig. Das staatliche Gesundheitssystem, der National Health

sation seit Neuestem einen Kurs speziell für Demenz-Patienten ins Leben gerufen. „Unsere Teilnehmer blühen da richtig auf“, schwärmt Bray. Die Natur sei „ein sehr guter Heiler“.

Schon jetzt tummeln sich auf dem Markt unzählige Anbieter, die vom Social Prescribing profitieren. Um den Durchblick zu behalten, will allein der

bin, gehe ich jetzt öfter in die Natur“, sagt die 35-Jährige. „Ich habe gelernt, wie ich abschalten kann und was gut für mich ist.“ Ihren Job in der Agentur hat sie gegen eine Ausbildung zur Hebamme eingetauscht: ein anstrengender Beruf, obendrein noch schlechter bezahlt. „Aber er gibt meinem Leben Sinn. Und genau das ist mir wichtig.“

## Einsamkeit und was dagegen hilft

**1 Die Seuche des 21. Jahrhunderts:** Einsamkeit gilt als großes Problem vieler westlicher Staaten. Ein Grund dafür ist die Auflösung der Großfamilien, aufgrund derer die Kinder oft in weit entfernten Städten leben. Ein Besuch „ebenso schnell“ um die Ecke ist schwierig. Im Jahr 2017 fühlten sich 9,2 Prozent der Deutschen zwischen 45 und 84 immer oder häufig einsam. In Deutschland gibt es 17,3 Millionen Ein-Personen-Haushalte; mehr als ein Drittel aller Menschen über 70 lebt allein.

**2 Die Folgen:** Einsamkeit ist gesundheitspolitisch eine echte Herausforderung, denn sie macht nachweislich krank. Soziale Isolation und Einsamkeit erhöhen die Wahrscheinlichkeit, an chronischem Stress sowie an Herz-Kreislauf-Erkrankungen, einer Depression oder Demenz zu erkranken.



**Mit sich im Reinen:** eine zufriedene ältere Frau. BILD: DUNDANIM - STOCK.ADOBE.COM.

**3 Einsamkeits-Telefon:** 1500 Anrufe aus allen Bundesländern haben zwischen Weihnachten und Neujahr das Berliner Einsamkeits-Telefon „Silbernetz“ erreicht. Vor allem abends und nachts war die Nummer, die über die Feiertage erstmals bundesweit geschaltet war, stark frequentiert. Die längsten Gespräche gab es nach Mitternacht. Die

große Mehrheit der Anrufer war über 60 Jahre alt, über 85 Prozent lebten allein. Themen waren Einsamkeit, dazu gesundheitliche Beschwerden, depressive Stimmung und der Alltag.

**4 Wie man aus der Einsamkeit findet:** Gehen Sie unter Leute. Schon beim Einkaufen im kleinen Laden um die Ecke, sofern noch vorhanden, kommt man leicht ins Gespräch. Pflegen Sie Ihre Hobbys. Mögen Sie Konzerte? Kunstausstellungen? Sport? Reisen? Dann nichts wie hin! Bei kleinem Budget: Ab in die Bibliothek. Auch Ehrenämter bringen soziale Kontakte.

**5 Wie das Internet helfen kann:** Bei Plattformen wie [www.nebenan.de](http://www.nebenan.de) finden Sie Menschen aus Ihrer Stadt und der nahen Umgebung, die gern neue Kontakte knüpfen möchten. (bea/dpa)

**Liwi** KIRCHE  
LINDENWIESE





**Liwi** KIRCHE  
LINDENWIESE

<https://www.youtube.com/watch?v=UZdbZWLd0ZM>