

# Mit Humor und Gottvertrauen Kränkungen überwinden

## Schwester Teresa begeistert ihre Zuhörer im Buchloer Kolpinghaus

Buchloer Zeitung 15 May 2018



Der Präsident des Buchloer Rotary Clubs, Helmuth Geppert (rechts), bedankte sich mit einem Präsent bei Schwester Teresa (links). Sie hatte die Zuhörer mit einem herzlichen und aussagekräftigen Vortrag in ihren Bann gezogen.

### Buchloe

Gut besucht war der Vortrag von Schwester Teresa im Kolpinghaus Buchloe. Nicht zum ersten Mal war sie an der Gennach zu hören: Bereits beim ökumenischen „Frauenfrühstück“ hatte sie vor einigen Jahren für ein volles Haus der Begegnung gesorgt. Dieses Mal stand Schwester Teresas Vortrag unter dem Motto „Jeder ist normal – bis du ihn kennst“. Eingeladen hatten der Rotary-Club Buchloe und die Buchloer Zeitung zu der Benefizveranstaltung.

Die frühere Leistungs-Turnerin und spätere Diplom-Religionspädagogin arbeitete unter anderem auch als Komponistin, Musikerin und Chorleiterin. Heute ist sie als Vortragsreisende mit klar christlich-katholischem, dabei sehr lebens- und menschenzugewandtem Profil und Temperament unterwegs.

Schwester Teresa ist zudem Begründerin der im fränkischen Weisendorf ansässigen Kleinen Kommunität der Geschwister Jesu.

In ihrem Vortrag benannte die Referentin ohne große Umschweife den Grund für das Scheitern von Beziehungen bis hin zu ernsthaften psychologischen Problemen: Den Umgang vieler Menschen mit unvermeidlichen Kränkungen. Diese beantworteten viele ihrerseits mit erneuten Kränkungen – obwohl in jedem die „tiefe Sehnsucht nach Geborgenheit, Zugehörigkeit und Frieden steckt“. Zugleich habe jeder Mensch seine Macken, Ticks und Fehler. „Normalität ist deshalb eine

Illusion“, sagte Schwester Teresa. In der konkreten Beziehungsarbeit bleibe nur die Möglichkeit, den anderen – so wie er eben ist – anzunehmen und zu akzeptieren, oder aber: sich trennen.

Mit dieser Situation gehen laut Schwester Teresa die einen extrovertiert um, die anderen introvertiert. Sie ziehen sich zurück in die Einsamkeit. Oft sei dann der Typ des „Jammerers“ oder „Schmollers“ zu beobachten. Hilfreich sei hier eine Einstellungsänderung. „Ab heute kränkt mich keiner mehr“ – sollte es dann heißen. Damit könnten die zwangsläufigen Handlungsmuster von gegenseitigen psychischen Verletzungen durchbrochen werden, meinte die Referentin. Denn niemand sei ausschließlich Opfer, sondern stets auch Täter – vorausgesetzt, man lernt die eigenen Gefühle zu verstehen.

Viele Faktoren beeinflussten, wie stark sich Menschen getroffen fühlen. Menschen, die einander verletzen, kennen in der Regel den „wunden Punkt“ des anderen nur zu gut. Helfen, kann laut Schwester Teresa eine klare Analyse der Situation, der eigenen Wahrnehmung und der daraus resultierenden Gefühle. So könne man vermeiden, dass aus negativen Gedanken keine schlechten Gefühle entstehen; sondern positive oder zumindest neutrale.

Wertvoll auf diesem Weg seien Strategien wie Vergebung, Perspektivwechsel, Hoffnung und Gottvertrauen – vor allem aber: die gesunde Kraft des Humors als Lebenseinstellung. Genau deshalb konnte und durfte an diesem Abend trotz des durchaus ernsten Themas herzlich und viel gelacht werden.

Zur musikalischen Einstimmung spielte die Jugendkapelle Gennach Lamerdingen unter Leitung von Alexandra Rest engagiert auf. Die Jugendbeauftragte des Musikvereins, Karola Schenk, nutzte die Gelegenheit und stellte das Projekt vor, das durch die Benefizveranstaltung finanziert werden soll: Die Anschaffung von Gebrauchsinstrumenten für die Jugendkapelle zugunsten der beiden syrischen Zwillingmädchen Fatima und Kauthar. Die beiden hatten sich bei einem Schnuppernachmittag der Kapelle sehr für das Tenorhorn und das Saxofon interessiert.

Die andere Hälfte des Erlöses aus dem Vortragsabend soll dem Kinder-Leseclub der Buchloer Kolpingfamilie zukommen. (Ib)