



Erfrischung gefällig?

September 2025

Je nachdem, wo ihr euch gerade befindet und wann ihr diesen Newsletter lest, habt ihr den Sommer brüllend heiß, warm, mittel, kalt, regnerisch... erlebt oder erlebt ihr den Sommer gerade so.

Bei uns im Süden war es Anfang August irgendwann richtig heiß. Die Hitze war erdrückend und wir haben nach Kühlung und Erfrischung gelehzt; jeden Schattenplatz gesucht, uns im Haus verkrochen und gewartet, dass es kühler wird. Mir ging es zwischendurch in diesem Sommer auch emotional so. Trotz einem sehr gefüllten und auch erfüllten Leben mit tollen Freude moments bin ich umständehalber in der Hitze gelandet und lechzte nach Erfrischung. Manchmal kommt diese dann ganz unverhofft, auf andere Weise als gedacht.

Nicht im Suchen Gottes, sich Zeit nehmen für die Beziehung und Stille mit ihm, oder selbst zur Quelle gehen...–

sondern **im Gefunden werden, Beschenkt werden** –

weil **ER selbst auftaucht** und sein Wasser über uns und in uns hineingießt.
Weil Gott sieht und weiß, was wir brauchen, bevor wir es wissen und sagen können.
Ja, ich sehne mich nach Gott – wie ein Hirsch lechzt nach frischem Wasser – und
ER kommt und erfrischt mich.

Dafür bin ich dankbar und das wünsche ich uns allen immer wieder – dass wir
erleben dürfen: **DAS Wasser des Lebens kommt zu uns** –
da, wo wir gerade sind –
ob an der Quelle sitzend oder ohnmächtig der Hitze des Lebens ausgeliefert.
In Offenbarung 21,6 heißt es: Jesus ist gekommen, um das Wasser des Lebens zu
geben, ganz umsonst!
Wie wäre es, wenn ihr euch jetzt ein kaltes Glas Wasser einschenkt,
es genüsslich trinkt,
in dem Wissen, dass Gott uns gerne erfrischt!

Gesegneten Start in den September!

Damaris Friedrich



Vorstandwechsel im Förderkreis

Am 24. Juli verabschiedeten wir bei der Hauptversammlung Renate Vogt als 1. Vorstand. Wir taten dies mit dankbaren und lachenden Augen – denn Renate hat in den mehr als 10 Jahren, verantwortlich viel gewirkt.

Betend und tuend hat sie ihr Amt ausgefüllt.

Wir sind froh, dass sie uns weiterhin unterstützend uns im Büro zur Hand geht – als „Messnerin“, wie sie es sagt.

Warum lachend, fragt ihr euch vielleicht?

Lachend, weil eines der größten Geschenke für Renate und uns ist, dass sie eine Nachfolgerin gefunden hat: Anja Braun.

Lachen – als Ausdruck der Erleichterung, der Freude und des Miteinanders.

In den nächsten Monaten werden die beiden zusammen mit Sabine Kasten, die weiterhin den 2. Vorstand übernimmt – HERZLICHEN DANK DAFÜR!!!! – die Übergabe der vielen großen und kleinen Dinge vollziehen.

Nach der ersten Vorstandssitzung werden wir euch den ganzen Vorstand, der nun für 3 Jahre gewählt ist, vorstellen. Das Schöne ist, dass bis auf Renate, alle Mitglieder des vorherigen Vorstands sich wieder haben aufstellen lassen und gewählt wurden. DANKE euch allen dafür!!!

Wir danken Euch für alle finanzielle und betende Unterstützung unserer Arbeit – auch DANKE, wenn ihr für uns um Spenden und Mitglieder werbt.

Im Folgenden stellt sich der neue 1. Vorstand, Anja Braun, vor:

Mein Name ist Anja Braun. Ich bin 48 Jahre alt und bin wohnhaft in Stuttgart. Ursprünglich komme ich aus dem Kochertal, genau genommen aus dem kleinen Örtchen Criesbach, dem ich mich noch sehr verbunden fühle.

Ich bin noch ein ziemlicher „Stufen – Neuling“ und vielleicht fragt sich der ein oder andere, wie ich dazukomme, für den ersten Vorsitz des Förderkreises zu kandidieren.

Dass es „Reli für Erwachsene“ gibt, habe ich schon ziemlich früh erfahren. Wie gesagt, komme ich ja aus dem Kochertal und auch dort haben wir mitbekommen, dass es im Weinsberger Tal etwas gibt, was ziemlich gut ist. Waltraud Mäschle war damals bei einem Frauenabend in Ingelfingen und ich weiß noch, wie begeistert meine Mutter damals nachhause gekommen ist...

In der 12. Klasse habe ich Damaris Friedrich kennengelernt. Wir waren zusammen in einem Schülerbibelkreis und habe uns seither nicht aus den Augen verloren. Im Jahr 97 oder 98 kam ich so als Mitarbeiterin der Familienfreizeit des Reli nach Ralligen. Zu dieser Zeit hatte ich eine Ausbildung als Erzieherin gemacht und war prädestiniert dafür beim Kinderprogramm zu helfen. Auch war ich bei einer Familienfreizeit in Triefenstein mit dabei und manche Namen sind mir von damals so noch ein Begriff.

Letztes Jahr hat mir Damaris erzählt, dass Renate den Vorsitz altersbedingt abgeben möchte und sie eine Nachfolge suchen. Diese Info ist dann nicht spurlos an mir vorbeigegangen, da ich mich zu dieser Zeit gefragt habe, was ich ehrenamtlich noch für Gottes Reich tun kann. Ich bin als Sozialarbeiterin tätig und mag meinen Beruf und die Menschen, die mir anvertraut sind. Aber manchmal ist es auch emotional sehr herausfordernd, so dass mich die Vorstellung, mich mehr den Zahlen zu widmen, sehr angesprochen hat.

Eine Stärke von mir ist auch das strukturierte und genaue Arbeiten, was ich hier sicherlich auch gut einbringen kann.

Kaum war der Gedanke ausgesprochen, hat er immer mehr Gestalt angenommen. Ich konnte beten, überlegen, mit Damaris und Renate reden und so wurde es immer mehr zu Gewissheit, dass es ein nächster Schritt sein kann.

Ich habe noch nie einen Vorsitz für einen Förderkreis gehabt und manchmal wird mir auch etwas flau bei dem Gedanken, was da wohl auf mich zukommen kann.

Gleichzeit spüre ich, dass Gott mitgeht und es ist auch gut zu wissen, dass ich auch menschliche Ratgeber zur Seite habe.

Ich bin froh, dass Renate nicht aus der Welt sein wird und ich auch immer wieder fragen kann. Ich freue mich auch, dass Sabine weiterhin den zweiten Vorsitz übernimmt und schon Erfahrung mitbringt. Die anderen Beisitzerinnen und Akteure konnte ich kennenlernen und ich habe mich immer gut aufgenommen und wohl gefühlt.

Somit habe ich mich gerne zur Wahl für den ersten Vorsitz gestellt und freue mich auf eine neue und herausfordernde Aufgabe.



Kursleiterkurs PLUS – ein Experiment

Es war das erste Angebot vom neuen
„Österreichteam II“
(Multi Christian Kohl und Co-Multi
Barbara Kadan)
und als Test- und Erprobungsraum
geplant.

Was war das „Plus“?

Ein etwas längeres Format (aber weiterhin aus Kostengründen nur mit 2 Übernachtungen) und so die Möglichkeit, zwei Einheiten zur Selbstreflexion sowie eine abschließende gottesdienstliche Segensfeier unterzubringen (Elemente aus TIMEOUT). Dazu kam eine Austauschrunde zum Thema „Seelsorge“ und ein Infoblock über die Zukunftsüberlegungen von Stufen des Lebens.

Außergewöhnlich war auch der Tagungsort: Unterbringung in einem rustikalen und preiswerten Dorfgasthaus und dafür die gemeinsamen Zeiten in einer großzügigen privaten Parkanlage, wobei bis auf eine Einheit alles im Freien stattfand.

Selbst im Schatten alter Bäume zu sitzen und in der Wiese den „Baum am Wasser“ im Bodenbild zu legen, das ist stark.

Das kompakte Bodenbild von der Frau am Brunnen“ haben wir am Tisch erlebt, für alle ein Experiment und eine spannende neue Erfahrung.

In kleiner Runde (2 MA, 5 TN) haben wir die erfüllte „Auszeit“ bei intensiven Gesprächen, aber auch im Gespräch mit sich selbst, sehr genossen und waren dankbar, dass das Wetter „mitgespielt“ hat.

Stufen des Lebens: Raum sich selbst und Gott zu erleben.

Christian Kohl

Bilder von Barbara Kadan und Ursula Hörtnagel



**Vater unser erleben-
mit dem Bodenbild für geöffnete Kirchen**

Eine Schale mit Wasser steht bereit. Auf kleine Zettel kann mit wasserlöslichem Stift aufgeschrieben werden, wo Vergebung im eigenen Leben ganz konkret Raum finden darf. Berührend zu sehen, wie sich da etwas (auf)löst.

Und führe uns nicht in Versuchung - Ich kann nicht widerstehen.

Gott sagt: Ich halte dich.

erlöse uns von dem Bösen. - Ich bin dem ausgeliefert.

Gott sagt: Ich befreie dich.

Mitten im Gottesdienst steht ein kleines Mädchen auf, läuft zum Brot-Teller hin und nimmt sich seelenruhig ein weiteres Stück Brot.

Es kommt noch einmal.

Und noch einmal. Und noch einmal.

Und ich denke: Ist nicht genau so Gott?

Er versorgt. Nicht nur einmal, sondern immer und immer und immer wieder.

Da stelle ich mich gerne drauf.

Spö, Bad Schönborn



Familienfreizeit von Stufen des Lebens im Dekanat Weinsberg-Neuenstadt

Die **Freizeit für Groß und Klein** war durch Stufen des Lebens ausgeschrieben und viele Familien und Freunde ließen sich einladen, die Pfingstferien im Kloster Triefenstein zu verbringen. Das Kloster wird von der CT-Bruderschaft geführt, der sich seit einiger Zeit zur Unterstützung eine Weggemeinschaft angeschlossen hat.

(www.christustraeger-bruderschaft.org)

Es war eine bunte Zusammenstellung von Teilnehmenden, vom Kleinkind bis zu Großeltern.

Für alle war bei dem tollen Programm etwas dabei: morgens begann der Tag mit dem Morgengebet in der Kirche, danach gab es ein reichhaltiges Frühstück. Im Saal der Bibliothek fanden sich alle zusammen, um miteinander zu singen und zu beten. Die Kids

verabschiedeten sich dann zu ihrem eigenen Ferienprogramm, das die Jugendmitarbeitenden zusammengestellt hatten. Die Erwachsenen blieben zu Bibelarbeiten und bibl. Impulsen beieinander.

Ein leckeres, reichhaltiges und abwechslungsreiches Mittagsbuffet führte dann alle wieder zusammen.

Das Team um die Leiterin Rebekka Gebert bot nachmittags und abends ein vielfältiges und unterhaltsames Programm, z.B. wandern, Workshops, Sportangebote, Infos über die Arbeit der Brüder, Spieleabend, bunter Abend, Gottesdienst und Abendmahl ect.

Den Glauben in einer Gemeinschaft zu erleben, war eine Bereicherung. Es waren super Tage, in denen wir viel Zeit hatten, Gott näher zu begegnen und neue Freundschaften zu schließen.

Der Dank gilt den CT-Brüdern, die ihr Haus für Menschen öffnen, die sich selbst und Gott begegnen wollen.

Ein ganz großes DANKESCHÖN aber gilt dem Freizeitteam. Sie haben Großes geleistet. Alle waren begeistert und freuen sich schon auf die nächste Freizeit vom 30.5. - 6.6.2026

Ich kann nur sagen, da muss man dabei sein.
Hilde Ebel



Mitmachen und Weitersagen

TAG des OFFENEN DENKMALS - am

14. September - das ist **EINE CHANCE** - um vielleicht in einer Kirche eurer Nähe ein Bodenbild auszulegen - Erntedank bietet sich da an, aber egal welches - es ist eine Möglichkeit, um einen Raum zu gestalten für Menschen, um sich selbst und Gott zu begegnen.

Alle Bodenbilder für geöffnete Kirchen könnt ihr hier downloaden:

<https://www.stufendeslebens.de/unsere-formate/geoeffnete-kirchen/>

Infos zu diesem Tag findet ihr hier: <https://www.tag-des-offenen-denkmals.de>

Es gibt **SO VIELE MÖGLICHKEITEN**, mit Menschen über den Glauben ins Gespräch zu kommen!

Stufen des Lebens- Kurse sind eine davon!

Am **20. Oktober** ist wieder die Möglichkeit, einen kleinen Einblick in verschiedene Glaubenskurse zu bekommen - online von zu Hause aus - ganz bequem von 20-21.30 Uhr. Vertreter verschiedener Glaubenskurse sind mit dabei und stellen in 20 min ihren Kurs vor und kommen gern ins Gespräch. Vielleicht kennt ihr jemanden, für den das gerade passt.. dann gern den Flyer aus dem Anhang weitersenden! DANKE EUCH!

Oder hier findet man die Veranstaltung, wenn man etwas runterscrollt:

<https://www.gem-wue.de/veranstaltungen>



Miteinander vor Gott kommen

Danke für alles Beten in unserem Weitergehen, Leiten des Werkes, leiten von Schulungen und leiten von Kursen!

Die Sommerzeit ist immer etwas ruhiger - da alle irgendwann im Urlaub sind - das wird auch so im Büro sein... Meist startet dann wieder alles im September - auch Schulungen für Kurse, die du hier findest:

<https://www.stufendeslebens.de/kursangebote/kursleitende/>

Kennst du schon das Stufen.aufs.Ohr - ein 3 Minuten Impuls jeden Montag?

Nein - dann melde dich doch an - über What'sAPP oder youtube...

<https://www.stufendeslebens.de/unsere-formate/stufen-aufs-ohr/>

*Wir sind wieder auf der Suche nach EUREN Berichten und Erlebnissen aus den Kursen! Schreibt ein paar Zeilen: was euch in den Kursen und durch die Kurse bewegt hat, warum ihr Kurse anbietet... und seid ERMUTIGER!!!
an <mailto:vorstand@stufendeslebens.de>*



Ein kleines Wort zum Schluss...

Gern bleiben wir - Christina und Damaris - mit euch verbunden - durch das Stufen.aufs.Ohr, Instagram und auch durch das Kursangebot auf der Website.

Schickt uns doch eure Daten zu eurem Kurs - wir stellen diese gern auf die Website. Schickt alles an

kurse@stufendeslebens.de

ODER via Google Formular:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSePnUgmUsA2mBkb4Etbznool_L1H7012w9knSRA8sUnJ1KuOQ/viewform?usp=sf_link

Flyer bitte als pdf per Email schicken, dann fügen wir ihn ein.

Einen gesegneten Sommer wünschen

Damaris und Christina

Vorstände Stufen des Lebens

Förderverein Stufen des Lebens e.V.

Brückenstraße 21 , 74182, Obersulm-Willsbach

Diese E-Mail wurde an {{contact.EMAIL}} gesendet.

Sie haben die E-Mail erhalten, weil Sie sich für den Newsletter angemeldet haben.

[Abbestellen](#)

