

## Sonnenstrahlen auf allen deinen Wegen!

Dieses Sonnenstrahlengefühl hatte am Samstag sicherlich Fußball-Gastgeber Brasilien nach dem aufsehenerregenden Achtelfinalspiel am 28. Juni 2014 gegen Chile. Sonnenstrahlen im Stadion Belo Horizonte vor allem in allen Gemütslagen für den Sieger Brasilien. „Sonnenstrahlen auf allen deinen Wegen“. Unter diesem Motto stand auch der DJK Diözesanfrauentag am selben Tag in Rütschenhausen. An einer wunderschön gelegenen Fischerhütte trafen sich 32 Frauen aus dem DJK Diözesanverband Würzburg und wurden dort gleich mit einer kleinen Stärkung empfangen.

Begrüßt wurden die Damen von der stellv. DJK Diözesanvorsitzenden, Karin Müller, mit einem Tagesspruch von Anselm Grün: „Ganz im Augenblick sein: Mich vergessen können, das ist die Gnade aller Gnaden. Das ist der körperliche Weg zum Glück.“ Danach erzählte uns der Vorstand der DJK Rütschenhausen, Matthias Kippes, einiges über seinen Heimatort und seinen Verein. Von 185 Einwohnern sind 145 Mitglieder bei der DJK. 2006/2007 hatte Rütschenhausen seine große 1100-Jahr-Feier. Es wurde drei Tage gefeiert und das ganze Dorf hat mitgeholfen. Ein guter Gastgeber zu sein, ist für diese kleine aber feine Gemeinde kein Problem. Viele helfende Hände machten den Diözesanfrauentag zu einem weiteren Höhepunkt in Rütschenhausen und einen besonderen für die DJK.

Auch der Kreisvorsitzende von Schweinfurt, Herr Adolf Weber, wünschte viel Spaß und Freude, vor allem für das Trainingsprogramm am Nachmittag, das wir da alle in bewegter Form erfahren durften.

Maria Blum, die Frauenbeauftragte des Kreisverbandes Schweinfurt, sorgte dann dafür, dass wir ein Stück Entspannung in unserem Lebensalltag fanden. Zuerst lernten wir uns in spielerischer Form ein bisschen kennen. Ein Tau wurde auf den Boden gelegt und dann stellte uns Maria Blum folgende Fragen:



„Wie seid ihr heute in den Tag gestartet? Das Seil hat zwei Enden – ein Ende steht für entspannt, angenehm – das andere Ende für hektisch, aufregend.“ Wir stellten uns neben das Seil je nach beschriebener Stimmungslage.

„Wie weit war euer Weg hierher? Für manche glücklicherweise ganz nah, für manche leider ganz weit. Und dazwischen liegen ja Kilometer – also bitte in der richtigen Reihe aufstellen und wichtig: miteinander reden.“

Die dritte Frage: „Aus welchem Ort komme ich?“ Jede Frauengruppe stellte ihren DJK-Verein vor. Unter anderem kam der schöne Ausspruch von der ältesten Teilnehmerin: „Ich bin halt a olds Fräle aus Rütschenhausen.“ Und die letzte Frage: „Wie oft warst du schon beim Frauentag?“ Für viele Teilnehmerinnen war dieser Tag schon eine beliebte Gewohnheit geworden.

Alle waren guter Stimmung und Maria Blum startete mit uns allen gemeinsam aktiv – wir stellten uns im Kreis auf - mit dem Morgengruß: „Öffne deine Tore und schau um dich. Über dir der Himmel, unter dir die Erde, dazwischen du. Feuer, Wasser, Luft, nimm, was du brauchst. Umarme deinen Schatten. Lass dein göttliches Licht wachsen. Öffne dich und sei ganz hier. Sei voll mit dem Herzen dabei und erlebe heute schöne Begegnungen.“ Maria Blum schenkte uns allen eine Karte mit dem Thema des heutigen Tages, dem Morgengruß und einem Spruch zum Sommer und den Sonnenstrahlen.

Der erste Vorstand Matthias Kippes, gewährte uns dann einen Einblick in das geschmackvoll ausgestattete DJK-Heim in Rütschenhausen. Es ist besonders zu Weihnachten ein außerordentlich schönes Gebäude. Alles wird dort schön und stimmungsvoll geschmückt – es ist dann immer ein richtig einmaliges „Weihnachtshaus“. Früher war es die alte Schule, 1982 wurde es der DJK als Heim zur Verfügung gestellt. Der alte Schulsaal von 1953 ist jetzt der kleine Vereinsabendraum. Jeden Jahresabschluss gibt es hier eine deftige Schlachtschüssel, die innerhalb von fünf Minuten ausverkauft ist. Auch treffen sich alle im Schulsaal, um hier die Fußballspiele der WM gemeinsam

zu verfolgen. Ebenfalls gibt es hier eine Bücherei, die jeden Sonntag nach der Kirche geöffnet ist und von den Kindern und Jugendlichen gerne besucht wird.



Neben dem DJK-Heim, befindet sich die Kirche, die wir kennen lernen durften. Toni Blum, geistlicher Beirat der DJK Rütschenhausen und des Kreisverbandes Schweinfurt und seit 1979 Kirchenpfleger in dieser Gemeinde, gab uns einen persönlichen, fundierten Einblick. Zur Einstimmung sangen wir gemeinsam das Lied: „Lobet den Herren.“ Das Gotteshaus „Maria von der Tann“ war in früheren Jahren eine Wallfahrtskirche, Patrozinium ist an Maria Geburt.

Er fügte hinzu: „Besonders stolz sind wir auf die Gnadenmadonna. Diese stammt aus der Riemenschneider-Schule und befindet sich über dem Tabernakel am Hochaltar. Bis zur Renovierung in den 60er Jahren war diese Madonna an einem der beiden Seitenaltäre. Am Hochaltar war bis zu dieser Zeit die Madonna, die jetzt am Aufgang zur Empore zu sehen ist. Dieser Aufgang wurde erst vor etwa 50 Jahren geschaffen, vorher war die Empore nur von außen zugänglich. Über dem Hochaltar ist das Wappen von Bischof Josef Stangl, der von 1958 bis 1978 Bischof von Würzburg war. Die Figur des Heiligen Josef steht vor der Empore, er stand früher am Seitenaltar.“

„Der Kreuzweg stammt aus den 60er Jahren. Auch die Sandstein-Kanzel aus dem Jahr 1593, die das Echter-Wappen trägt, ist eine Besonderheit. Der Turm zeugt davon, dass Julius Echter die Kirche renoviert hat. Dies ist auch auf einer Tafel über dem Eingang zur Kirche dokumentiert.“ Zum Abschluss sangen wir alle das Lied: Maria wir rufen zu dir!

Um den wunderschönen Blumenschmuck in der Kirche kümmert sich stets liebevoll „Anita“. Wöchentlich neu stellt sie die Arrangements zusammen. Anschließend durften wir uns alle im Gasthaus Frankentor stärken.

Um 13 Uhr erwartete uns am Gelände der Fischerhütte die Tanzpädagogin Hanneli Saar, um mit uns meditativ zu tanzen. Frau Saar absolvierte eine Ausbildung für Meditation und Tanz. Sie leitet und betreut seit 1990 verschiedene Tanzgruppen. Es ist ihr persönlich wichtig Mädchen und Frauen ein Stück auf ihrem Lebensweg zu begleiten. Durch die Tänze lernten wir das Gleichgewicht zu stärken, die eigene Spiritualität und Lebensfreude wieder entdecken und pflegen. Alle Tänze, die mit Untermalung von meditativer Musik eingesetzt wurden, können heilende und spannungsabbauende Wirkung entfalten. Auch dienen sie der Verarbeitung von Wut, Angst, Schmerz und Trauer, hauptsächlich aber bezwecken sie, pure Lebensfreude zu vermitteln. Im Tanz können wir die eigene Bewegung kreativ gestalten und kommen so mit unserer inneren Mitte in Berührung. Wir finden die innere Balance und bekommen neue Kraft und Energie für unseren Körper, unseren Geist und unsere Seele.

Als kurz die Sonnenstrahlen hinter einigen Wölkchen verschwanden begannen wir in einem Zelt mit einer Bewegungsübung im Sitzen. Dann ging es weiter mit Musik und folgenden Tänzen:

- Tanz für nach dem Mittagessen – bringt uns wieder Energie.
- Tanz Mütter und Töchter
- Tanz Sonnenstrahlen auf allen unseren Wegen – hier konnten wir schon wieder unter freiem Himmel unseren Tanz genießen.
- Tanz mit Tüchern zum Lied: Es ist Sommer ...



Während einer kurzen Pause wurde uns ein Besinnungstext über „Sonnenstrahlen“ vorgetragen. „Die Freude und das Leben sind die Sonne des Lebens“, von dem aus Wunsiedel im Fichtelgebirge stammenden Theologen, Philosophen und Schriftsteller Jean Paul (1763 bis 1825). Zum Abschluss tanzten wir noch einmal gemeinsam und sangen dazu: „Gib uns die Kraft ...“

Um auf irdische Weise Kraft zu tanken ließen wir uns alle den selbst gebackenen Kuchen schmecken mit einer Tasse duftendem Kaffee. In gemütlicher Runde und regem Gedankenaustausch beendeten wir diesen interessanten und wunderbaren Tag.

Besonders bedanken möchte ich mich beim Vorstand Matthias Kippes, der uns das Gelände der DJK zur Verfügung stellte; ebenso herzlichen Dank an alle fleißigen Helferinnen und Helfer der DJK Rütschenhausen.



Liebe Maria Blum und lieber Toni Blum herzlichen Dank für die Organisation und die von euch an uns gegebenen Impulse. Insgesamt war es für uns ein sehr harmonischer Frauentag in perfekt familiärer Atmosphäre. Ich freue mich schon heute mit euch im nächsten Jahr neue und anregende Erfahrungen zu erleben.

Karin Müller  
stellv. DJK Diözesanvorsitzende Würzburg  
(Bilder von Karin Müller und Toni Blum)

Die Verantwortlichen des Frauentages von links:  
Toni Blum, Hanneli Saar, Maria Blum, Karin Müller, Matthias Kippes