

SELA*NEWS 1*20

*Stiftung für Seelsorge, christliche Lebensberatung und Ausbildung



Aufbruch

Text **Theddy Probst**



Unsere Begleiter wischten die Tränen aus den Augen. Der Abschied stand kurz bevor. Wegen vereisten Pisten und Schneegestöber wurde der Abflug auf den Abend verschoben. Plötzlich hatten wir viel Zeit, um über gemeinsam Erlebtes und über das Bevorstehende zu reden. Die Eltern und ein paar Freunde begleiteten uns, sie stimmte der Abschied traurig. Ich dagegen freute mich auf das Neue, das es in den nächsten zwei bis drei Jahren zu entdecken gab. Mit Frau, achtmonatigem Töchterchen und vier vollgepackten Segeltuchtaschen brach ich auf. Mich berührte die Liebe der Angehörigen und Freunde, die Tränen, welche über die Wangen kullerten. Ich versuchte zu trösten, aber mein Blick war in die Zukunft gerichtet. Natürlich wusste ich noch nichts von der verspäteten Landung um ca. 02.00 Uhr in Philadelphia und auch nichts vom Extraaufwand des befreundeten Paares,

das uns am Flughafen abholte und uns für die ersten Tage in ihrer Wohnung aufnahm. Wir hatten noch gar keine Ahnung vom pensionierten Rechtsanwalt, der uns einige Monate in seinem Haus mitleben liess und unsere Kultur ab und zu als fremd empfand ...

«Hey du! Lass mal das Land hinter dir, in dem du jetzt wohnst! Zieh bei deinen Eltern aus und verabschiede dich auch von deinen Freunden. Ich will dich woanders hinführen, in ein neues Land.» Fünfundsiebzig Jahre alt war Abraham, als Gott ihn aufforderte aufzubrechen (1. Mose 12, Volxbibel). Er wurde von Gott in die Fremde geschickt, wir brachen zu einem Weiterstudium auf. Andere müssen fliehen, suchen Arbeit, packen eine Weiterbildung an, träumen vom besseren Leben.

Was wird uns das neue Jahr bringen und was werden wir anpacken?

Was gibts Neues?

Text **Theddy Probst**



25 Jahre Stiftung Sela!

Sehr glücklich blicken wir auf unseren Jubiläumstag Ende Oktober zurück. Am Nachmittag trafen Altbekannte und Interessierte in den Räumen der Sela zu «Kaffee und Kuchen», zu Gesprächen und und zum munteren Austauschen von Erinnerungen ein. Auch die Versteigerung von Bildern der Zofinger Künstlerin Susanne Lemberg war ein Erfolg. Über die Feier in der Stadtkirche Aarau schrieb Monika Probst einen Bericht, den wir auf der nächsten Seite abdrucken.

Brand in der Rathausgasse!

Am 3. September 2019 brannte es in der Altstadt von Aarau. Bei den zwei neu renovierten Häusern 6 und 8 an der Rathausgasse loderten gegen 17.00 Uhr hohe Flammen aus den beiden Dachstöcken! Die Feuerwehren von Aarau, von umliegenden Dörfern und von Zofingen versuchten den Brand zu löschen und das Übergreifen auf die Nachbarhäuser in der schönen Altstadt zu verhindern.



Am 3. September 2019 brannte es lichterloh in der Aarauer Altstadt.

Auch die Sela war vom Brand betroffen. Unsere Räume befinden sich in den Häusern Rathausgasse 2 und 4. Während das Haus 2 ausser von Rauch und Räumungsarbeiten kaum betroffen ist, brannte im Haus 4 eine Dachwohnung aus und eine andere brannte teilweise. Allerdings floss in Haus 4 der Häuserreihe 2-10 sehr viel Löschwasser in die Wohnungen, Büroräume und bis in den Keller. Wasser rann in unserem Warte- und Sekretariatsraum aus der Lüftungsanlage, den Stromleitungsanlagen, durch die Decke und den Wänden entlang, so dass der Teppich durchnässt und auch unser Mobiliar in Mitleidenschaft gezogen wurde. Hier entstanden Schäden, die nun repariert werden müssen.

Adieu, Beat Reichenbach

Vor einem Jahr begrüßten wir Beat Reichenbach im Beratungsteam der Sela. Wir freuten uns über seine Mitarbeit! In den letzten Monaten realisierte Beat immer deutlicher, dass er lieber in einer stationären Institution arbeiten möchte, als in einer ambulanten Beratungsstelle. Zu diesem Zweck bewarb er sich um einen Studienplatz für angewandte Psychologie und wird nun im Frühling mit dem Studium beginnen. Zusätzlich zu seiner Arbeit als Sozialdiakon in einer Kirchgemeinde und zu seiner Familie lässt sich nicht beides – Studium und Sela – unter einen Hut bringen. So entschloss er sich, seine Mitarbeit in der Sela abzuschliessen.

Wir danken Beat herzlich für seine Präsenz, die er in Projekte und in die Teamarbeit einbrachte. Wir haben ihn sehr geschätzt! Für seinen weiteren Weg wünschen wir ihm viel Erfolg und Gottes Segen!

Willkommen, Philipp Müller!

Seit 1. Dezember 2019 gehört Philipp Müller neu zum Beraterteam der Sela. Nach seinem Studium der Theologie in Bern und Tübingen liess er sich als begleitender Seelsorger für Persönlichkeitsentwicklung und Sozialkompetenz ausbilden und schloss im Jahr 2019 sein CAS in lösungsorientierter Seelsorge ab. Er bringt einen reichen Erfahrungsschatz an Gemeindeführung von seinen Pfarrvertretungen mit. Er stellt sich in dieser Ausgabe der Sela News vor.

Wir heissen Philipp Müller in der Sela herzlich willkommen und freuen uns auf die Zusammenarbeit!

Gesprächsgruppen und Kurse

Das Beraterteam der Sela regte eine neue Form der Ausschreibung unserer Kurse und Gesprächsgruppen an. Neu werden die Angebote in den Sela News und auf der Homepage angekündigt. Auf der Homepage werden Flyer aufgeschaltet und in den Räumen der Sela und an andern Orten, wo dies möglich ist, werden kopierte Flyer aufgelegt. Die Flyer werden neu gestaltet. Wir legen nur ausnahmsweise einen Kursflyer den Sela News bei.

Diesen Sela News liegt der Flyer des ersten Kurses von Philipp Müller bei. Dieser befasst sich mit dem Thema Glück!

Die aktuellsten Informationen erhalten Sie weiterhin auf der Sela Homepage www.sela.ch, wo Sie sich auch anmelden können.



Das Sela-Team beim Fürbittegebet.



Jubiläumsfeier in der Aarauer Stadtkirche.



Grusswort an Festgemeinde: Gottfried Locher.

Sela – ein Ruhepunkt in Aarau

Dieser Artikel wurde anfangs November 2019 im «idea spektrum» publiziert

Seit 25 Jahren bietet die Stiftung Sela in Aarau christliche Beratung an. Am 26. Oktober wurde das Jubiläum gefeiert. Die Feier stieg in der Aarauer Stadtkirche. Unter den rund 60 Interessierten befanden sich auch zwei bekannte Gesichter: Gottfried Locher, Präsident des Schweizerischen Evangelischen Kirchenbundes, und Daniel Zindel, Leiter der Stiftung «Gott hilft». Sie richteten je ein Grusswort an die Festgemeinde.

Locher gratulierte den Gründern der Stiftung für die treffende Namenswahl: Das biblische Zeichen «Sela», erläuterte er, sei ein Ruhepunkt, bei dem der Leser innehalten und dem Echo lauschen soll. Genau das also, was auch die gleichnamige Stiftung sein wolle: Ein Ort des Innehaltens und der Reflexion. Und das zu sein, gelinge der Sela, sagte Locher: «Christlich pointiert – und ohne dass alle gleich davonrennen.»

GOTTFRIED LOCHER GRATULIERTE DEN GRÜNDERN DER STIFTUNG FÜR DIE TREFFENDE NAMENSWAHL: DAS BIBLISCHE ZEICHEN «SELA», ERLÄUTERTE ER, SEI EIN RUHEPUNKT, BEI DEM DER LESER INNEHALTEN UND DEM ECHO LAUSCHEN SOLL.

Daniel Zindel berichtete, wie die wenige Jahre jüngere Beratungsstelle von «Gott hilft» in Zizers massgeblich von der Sela profitiert habe.

Hauptattraktion der Feier war allerdings das Referat von Sara Michalik, der Leiterin von »Psy4Asyl« zum Thema Trauma. Anschaulich erzählte sie von ihren Erfahrungen mit traumatisierten Flüchtlingen. Und zeigte auf, wie viel Kraft Gedanken haben und dass man sie manchmal stoppen muss.

Die 1994 gegründete Stiftung Sela entwickelte ihr Angebot von Seelsorge in Richtung christlich geprägter Beratung, mit jährlich zwischen 450 und 900 Beratungsgesprächen.

Peter Bosshart präsidiert die von Pfarrer Theddy Probst geleitete Stiftung Sela seit ihrem Anfang.

Theologie, Seelsorge, Pilze und Jazz

Text **Philipp Müller**



Der neue Berater in der Sela bin ich. Ich freue mich sehr über meine neue Aufgabe! Ich bin seit 2011 Pfarrer der reformierten Landeskirche und konnte bereits in verschiedenen Kirchgemeinden tätig sein. Ich bin verheiratet mit Corinne. Unsere gemeinsame Tochter heisst Amelia und ist gut 3,5 Jahre alt. Wir wohnen in Grüt bei Wetzikon im Zürioberland. In der Freizeit spiele ich Gitarre, lese gerne und liebe es, Gemeinschaftsspiele zu machen. Weiter schätze ich es zu kochen und mit Freunden zu essen. Interessensgebiete von mir sind neben Theologie und Seelsorge, Ernährung, Pilze und Geologie. Es ist für mich ein Vor-

recht und gleichzeitig eine grosse Verantwortung, Menschen in herausfordernden Situationen oder gar Krisen zu begleiten und ihnen beizustehen. Es berührt mich immer wieder, vertieften Einblick in einzelne Lebensgeschichten zu erhalten. Nicht wenige Ratsuchende erleben Gott als weit weg. Zu bezeugen und freizulegen, dass Gott dennoch ganz nahe ist und seine Menschen nicht vergessen hat, ist für mich eine Lebensaufgabe. Ich bin immer wieder dankbar, dass ich in der Beratung nicht allein bin, sondern mit Gott rechnen darf. Es ist ungemein entlastend, für die ratsuchende Person beten zu dürfen; sei es für mich allein oder auch in der Beratung, falls

gewünscht. In meinem Seelsorgeverständnis wurde ich geprägt vom Theologiestudium an den Universitäten Bern und Tübingen, dann vom ICL (Institut für christliche Lebens- und Eheberatung) und von der lösungsorientierten Seelsorge. Im Studium und im Vikariat erhielt ich einen guten Überblick über verschiedene Seelsorgeansätze und konnte Grundlagen erarbeiten. Bereits während des Studiums fing ich mit der Ausbildung beim ICL an, welches sich an der Individualpsychologie Alfred Adlers orientiert und diese mit Gesichtspunkten des christlichen Glaubens verbindet. Kennzeichnend für diesen Ansatz ist die Finalität. Es wird nicht gefragt, warum man so reagiert oder handelt, sondern wozu, mit welchem Ziel. Der Individualpsychologe schaut also nicht vor allem zurück in die Vergangenheit, sondern mehr vorwärts in die Zukunft. «Wozu mache ich das? Was will ich damit erreichen?» Solche Fragen sind wir uns nicht so gewohnt. Mit etwas Übung können wir sie aber nach und nach verinnerlichen. Eine solche Herangehensweise eröffnet ganz neue Möglichkeiten und Perspektiven in der Beratung. Die lösungsorientierte Seelsorge ist eine Weiterbildung der reformierten Landes-

kirche. Ich absolvierte dieses Jahr das CAS (Certificate of advanced studies) und bin somit berechtigt, in der Spezialseelsorge (z.B. Spital-seelsorge) tätig zu sein. Lösungsorientierte Therapien sind beliebt und daher gibt es heute viele davon. An der lösungsorientierten Seelsorge von Pfrn. Verena Meyer schätze ich besonders, dass sie auch tiefenpsychologische Aspekte miteinbezieht.

GRUNDSÄTZLICH IST MIR WICHTIG, DASS ICH MICH NICHT VON EINEM EINZIGEN THERAPIE-ANSATZ LEITEN LASSE.

Grundsätzlich ist mir wichtig, dass ich mich nicht von einem einzigen Therapieansatz leiten lasse. Ich verfolge einen integrativen Ansatz und beziehe sowohl theologische als auch therapeutische Erkenntnisse mit ein. Im Gespräch ist mir die Begegnung zu meinem Gegenüber wichtig. Gerne gehe ich auf mein Gegenüber ein und suche zusammen mit ihm Wege zur Verbesserung der Situation.

trag die Erde zu bebauen, zu gestalten und über die Tiere zu herrschen. Der Mensch wird als wirkmächtig beschrieben. Einer der an Hand seiner Vorstellung etwas entstehen lässt, ein Visionär.

Im Coaching werden Veränderungsprozesse oft auf der Grundlage des Resilienzmodells angegangen. Veränderungen werden dabei als normale, positive Prozesse angesehen, in denen eine Person die Chance hat, sich weiter zu entwickeln und sich in ihrer Umgebung besser zu situieren. Die vorhandenen Ressourcen einer Person spielen in der Entwicklung einer passenden Lösung eine zentrale Rolle. Dazu gehören nicht nur materielle oder finanzielle Aspekte. Als Ressourcen werden ebenso kognitive, emotionale und körperliche Fähigkeiten und Veranlagungen aufgenommen. Weiter gehören soziale Verbindungen sowie die persönliche Motivation, Vision dazu. Aus diesen Quellen kann eine Person schöpfen, wenn sie in ihrem Leben eine Veränderung gestalten will. Die Motivation, Vision spielt dabei, wie bereits beschrieben, eine wesentliche Rolle. Was wir anstreben, definiert wie wir uns verhalten, was wir machen und auch wie wir uns erleben.

«WENN DU EIN SCHIFF BAUEN WILLST, DANN LEHRE DIE MÄNNER DIE SEHNSUCHT NACH DEM WEITEN ENDLOSEN MEER.»
Antoine de Saint-Exupéry

In Johannes 2,13-17 wird beschrieben, wie Jesus den Vorplatz des Tempels räumt, weil das Haus Gottes kein Marktplatz ist. Der Mensch in der Beziehung zu Gott kann sinnbildlich ebenso als Haus Gottes bezeichnet werden. Wie sehe ich mich darin? Sehe ich mich eher als Marktplatz auf dem gefeilscht, abgewogen und präsentiert wird in der Beziehung zu Gott? Oder sehe ich mich als einen offenen, von Gottes Gegenwart erfüllten Tempel in der Beziehung zu Gott? Je nachdem wie mein Selbstbild ausfällt, erlebe ich die Beziehung zu Gott sehr unterschiedlich. Damit aus der Marktplatzbeziehung eine von Gott geprägte Beziehung werden kann, braucht es einen Aufbruch. Das Bild wird verändert und daraus wird ein anderer Umgang in der Gottesbeziehung erwachsen. Nötig ist dabei, zu erkennen, welches Bild ich von einer gelingenden Gottesbeziehung in mir trage. Wenn das erkannt ist, habe ich die Möglichkeit zu entscheiden, ob dieses Bild auch tragfähig für die Zukunft ist. An diesem Punkt kommen die anderen Ressourcen zum Zug, damit wir konkrete Handlungen planen und vollziehen, vielleicht mit einer anderen Person über unser Anliegen austauschen oder uns physisch an einen anderen Ort begeben können, um neue Wirkweisen zu entfalten.

In der Bibel finden wir diverse Bilder zu dieser Thematik, die heilsam und tragfähig sind und uns helfen, unsere eigenen Vorstellungen zu überdenken und neu zu justieren oder zu definieren. Es ist Gott scheinbar wichtig, dass wir verstehen, wie er sich die Beziehung vorgestellt hat. So nimmt das Vater - Kind - Bild die Intimität und Nähe in der Beziehung auf. Gott als ein Fels, der in stürmischen Zeiten, Sicherheit, Schutz, einen festen Grund bietet wenn das Leben verrückt spielt oder uns sogar der Boden unter den Füßen zu entgleiten droht. Gott, der Weingärtner, bringt uns, die Reben, in Form, damit in unserem Leben Früchte seiner Liebe reifen können. Oder auch das Bild des andächtigen Ruheortes von Gottes Gegenwart, eines Tempels, das uns auffordert zu überdenken, womit wir unser Herz und Leben füllen.

IN DER BIBEL FINDEN WIR DIVERSE BILDER, DIE UNS HELFEN, UNSERE VORSTELLUNGEN ZU ÜBERDENKEN UND NEU ZU JUSTIEREN.

Finden wir neue Bilder, wenn alte nicht mehr passend sind, und wagen in diesem Jahr neue Schritte.



Die Kraft innerer Bilder im Aufbruch

Text **Andrea Schweiber**



Was hilft uns, damit ein Aufbruch gelingt und wir das neue Ziel erreichen, auch wenn der Weg dahin eventuell länger wird? Welche Rolle spielen dabei innere Bilder? Eine interessante Antwort finden wir bei Antoine de Saint-Exupéry. «Wenn du ein Schiff bauen willst, dann trommle nicht Männer zusammen, um Holz zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben und die Arbeit einzuteilen, sondern lehre die Männer die Sehnsucht nach dem weiten endlosen Meer.»

Die Vision oder die Sehnsucht ist die treibende Kraft hinter der Arbeit. Grundloses Arbeiten macht letztlich keinen Sinn und ebenso wenig Freude. Veränderung ist das Mittel auf dem Weg zum Ziel.

Aufbrechen oder ein Aufbruch wird allgemein mit etwas Neuem, etwas das beginnt, sich Bahn bricht in Verbindung gebracht. Bekanntes wird verändert, neu angegangen oder es werden ganz neue Strukturen aufgebaut. Et was am Alten passt nicht mehr zu dem, was man will, was einem nützt. Die bekannten Teile des Neuen verleihen Kraft, Hoffnung und Zuversicht aufzubrechen, das Neue Realität

werden zu lassen. Andere Bereiche sind noch unbekannt und warten darauf, entdeckt zu werden. Meistens spornen die unbekannt Anteile zu einer weiteren Entdeckungsreise an. Hinter einem Aufbruch steht meistens eine Vorstellung, ein Bild von dem, wie es sein könnte. Damit verbinden wir positive Erwartungen sowie eine Aussicht auf eine bessere, passendere Situation. So lohnt es sich aufzubrechen! Wenn dagegen keine Aussicht auf ein lohnenswertes Ziel vorhanden ist, wird auch kein Aufbruch gewagt. Vielleicht werden zwar einzelne Schritte in die neue Richtung unternommen, aber entscheidende Punkte, die zum Gelingen des Veränderungsprozesses beitragen, bleiben offen. Es fehlen die Vision und damit die Kraft, wirklich aufzubrechen und den Weg unter die Füsse zu nehmen. Zweifel, Unsicherheit und unbeantwortete Fragen, wirken wie Bremsklötze. Und kommt es schliesslich zu einem Abbruch, reagieren wir mit Enttäuschung, Frustration oder fühlen uns als Versager, da wir das Erhoffte nicht zuwege bringen konnten. Es ist deshalb eine so intensive Erfahrung, weil unsere eigene Schaffenskraft mit dem Abbruch in Frage gestellt wird. Selber etwas erschaffen definiert und erfüllt uns Menschen zutiefst. In der Bibel gibt Gott den Menschen den Auf-



Wohin aufbrechen?

Text **Theddy Probst**



«**W**ozu sind wir auf diesem kümmerlichen Dreckhaufen, der sich endlos im Weltall dreht? Ich habe keine Ahnung davon und bin überzeugt, dass niemand auch nur die geringste Ahnung davon hat.» Was André Maurois – er lebte von 1885 bis 1967 und war Historiker und Literaturwissenschaftler – da mit dem «kümmerlichen Dreckhaufen» meint, ist nichts anderes als unsere Erde. Wenn wir auf die Plastikhaufen im Meer und alle anderen Klima- und Umweltprobleme fokussieren, finden wir einen gewissen Zugang zu Maurois Denken. Wenn wir uns aber an die erholsamen und beeindruckenden Erlebnisse in die Natur erinnern, möchten wir widersprechen und die Schönheit unseres blauen Planeten betonen. Der Gedanke von Maurois aber greift tiefer: Unsere Existenz macht keinen Sinn und wir sind im endlosen Drehen der Erde alleingelassen.

Wo das Leben den Sinn verliert, da brechen Menschen auf. So war das im ersten Viertel des 19. Jahrhunderts als rund um Aarau die wirtschaftliche Situation viele Menschen ins Elend trieb. Einige brachen auf, wie aus vielen anderen Gegenden und Ländern auch, um in Amerika neue und vor allem bessere Lebensumstände zu finden. So brechen auch heutzutage Menschen aus dem Nahen Osten und Afrika auf, in der Hoffnung in Europa ein besseres Leben zu finden. Wissenschaftler

und Weltraumfreaks beschäftigen sich sogar mit Plänen, auf den Mond oder auf den Mars auszuwandern oder in anderen Galaxien einen geeigneten neuen Planeten zu finden. Überleben wollen alle! Ist das die Lösung: weg vom kümmerlichen Dreckhaufen hinein in ein besseres Leben?

«WO DAS LEBEN DEN SINN VERLIERT, DA BRECHEN MENSCHEN AUF.»

Wenn nur die anderen anders wären, dann könnte man sich das Bleiben ja nochmals überlegen! Maurois schreibt nichts über die Konflikte, welche uns aufwühlen, nichts über Egoismus, Ausnützen, Beherrschen, Unterdrücken und nichts von Krieg. Für all das ist ja nicht unsere Erde verantwortlich sondern wir selber. Wenn wir aber auswandern, dann nehmen wir uns mit! Was für eine eigenartige Hoffnung, dass mit dem Weggehen alles besser werde! Klar, wir sagen gerne ja zu einer zweiten Chance, wir können ja auch lernen und müssen alte Fehler nicht zweimal machen. Und doch beschleicht uns das nebulöse Gefühl, dass andere, neue Fehler die alten Geister heraufbeschwören und alles vielleicht noch schlimmer machen könnten. Landen wir so nicht bei einer ähnlich deprimierenden Weltsicht?

Der Realität müssen wir in die Augen schauen, «so tun als ob» hilft nicht weiter. Aber da um uns ist noch eine andere Realität: von der ewigen Welt Gottes her leuchtet Licht in unser Leben hinein, das unser ganz normales Leben in ein unerwartet schönes und begeisterndes Licht hüllt. Unser Bemühen, unsere Sache recht zu machen, unser Ärger über Ungerechtigkeiten und unser Bestreben, mit den Mitmenschen ein anständiges Verhältnis zu pflegen, wird in ein neues Licht getaucht. Wir sind eben gerade nicht wie die kleinen, fleissigen Ameisen, die emsig hin und her laufen, immer auf Trab, immer beschäftigt. Wir sind nicht einfach ins Räderwerk der Arbeit und der Leistung eingespannt. Wie durch den Aufgang der Sonne am frühen Morgen, die Natur in anderen Farben erscheint als in der dunkeln Nacht, so sehen wir uns, unsere Mitmenschen und die Welt um uns in einem neuen Licht. Auf einmal stehen wir im Rampenlicht! Wir sind gemeint! Das Licht möchte sogar in uns hineinleuchten und in uns ein Licht anzünden!

«WIR BRECHEN NICHT UNBEDINGT ZU EINEM NEUEN ORT AUF, WIR BRECHEN ABER SEHR WOHL AUF, UM UNS VERÄNDERN ZU LASSEN UND AM NEUEN ZU BAUEN, DAS MIT DEM REICH GOTTES IN UNSERER WELT ANGEFANGEN HAT.»

«SEINE LIEBE ZU UNS IST SO RIESENGROSS, DASS ER BEREIT WAR, UNSERE FREIHEIT MIT DEM TOD SEINES SOHNES ZU BEZAHLEN, DAMIT WIR UNSEREN DRECK LOS WERDEN.»
Volxbibel

Dieses Licht ist in seinem Wesen nicht traditionell oder konservativ, sondern es lässt uns aufbrechen, allerdings nicht weg von hier in eine andere Planetenwelt sondern zu Neuem im alten Umfeld! Die Volxbibel gibt die Einsichten von Paulus, die er im Epheserbrief festhielt, so wieder: «Leute, Gott hat uns durch Jesus alle möglichen geistlichen Gaben geschenkt. Schon bevor die Welt entstanden ist, hat Gott uns extra ausgesucht. Er wollte, dass wir ihm ganz nahe sind, dass wir etwas Besonderes sind, dass wir heilig und sauber bei ihm sein können! Es war sein Plan, dass wir durch Jesus seine Kinder werden können. Das wollte er so, weil er uns so sehr liebt. Darum freuen wir uns voll. Wir danken ihm für seine Liebe, mit der er uns durch seinen Sohn Jesus freigesprochen hat. Seine Liebe zu uns ist so riesengross, dass er bereit war, unsere Freiheit mit dem Tod seines Sohnes zu bezahlen, damit wir unseren Dreck los werden» (Epheser 1,3b-7).

Unser Aufbruch geht also nicht vom Dreck weg, sondern uns wird der Dreck weggenommen. Von innen heraus - dank dem Licht von Gott - entsteht in und um uns Neues. Der Aufbruch wendet sich zuerst dem Licht zu und dann den Menschen um uns herum und der Mitwelt. Wir brechen nicht unbedingt zu einem neuen Ort auf, wir brechen aber sehr wohl auf, um uns verändern zu lassen und am Neuen zu bauen, das mit dem Reich Gottes in unserer Welt angefangen hat.

Der griechische Philosoph Seneca bezeichnete die Menschen als unerträgliche Wesen, die ihre Schwächen ebenso liebten, wie sie diese auch hassten. Seneca strich heraus, dass die Menschen eine starke Hand bräuchten, die sie aus all dem emporheben würde, weil sie sich daraus selber nicht befreien könnten. In Christus geschieht genau das mit uns: Wir werden aus den Kreisläufen von Verletzen und Verletztwerden, von unter Schuld leiden und selber schuldig werden herausgenommen und frei gemacht.

Der Glaube an Gott gibt uns eine neue Sicht! Der «kümmerliche Dreckhaufen» ist geliebt! In Gott und dank Gott macht das Leben Sinn!



Kurse und Gesprächsgruppen

**Detaillierte Angaben finden
Sie auf unserer Website
info@sela.ch, wo Sie sich auch
anmelden können.**

KURS 2010

Die Kraft innerer Bilder im Aufbruch

Die Kraft innerer Bilder beschreibt bereits Anselm Grün als heilsam und stärkend. Innere Bilder verleihen uns die nötige Kraft, Veränderungen im Leben erfolgreich durchzuführen und mit neuer Motivation vorwärts zu gehen.

Daten: 5.3./12.3./19.3./26.3.2020

Jeweils 19.30 – 21.30 Uhr

Leitung: Andrea Schweiher

Kosten: 200 Fr. pro Person

Anmeldeschluss: 22. Februar 2020.

Ab 4 Anmeldungen wird der Kurs durchgeführt.

KURS 2011

«Hans im Glück!»

Glück! Alle streben nach Glück. Menschen erbringen Höchstleistungen, um glücklich zu sein. Und wenn sie das erreicht haben, was sie wollten, merken sie auf einmal, dass sie trotzdem noch nicht glücklich sind. Wie wird man glücklich?

Daten: 24.3./31.3./7.4.2020

Jeweils 19.00 – 21.00 Uhr

Leitung: Pfr. Philipp Müller

Kosten: 110 Fr. pro Person.

Ab 4 Anmeldungen wird der Kurs durchgeführt.

Anmeldeschluss: 22. März 2020

KURS 2012

«Zusammen sind wir stark!»

«Wir haben entdeckt, dass wir zusammen stark sind und viel erreichen können!», sagte ein Paar vor der Hochzeit. Jetzt sind sie Eltern von Teenagern und trotz Hochs und Tiefs glücklich. Im Kurs gehen wir der Frage nach: «Was stärkt Paare?» oder persönlicher: «Was macht uns stark?»

Daten: 24.2./2.3./9.3./16.3.2020

Jeweils 19.30 – 21.30 Uhr

Leitung: Pfr. Teddy Probst

Kosten: 200 Fr. pro Paar/150 Fr. pro Person.

Ab 4 Anmeldungen wird der Kurs durchgeführt.

Anmeldeschluss: 8. Februar 2020

KURS 2013

Träume aufschreiben, lesen und verstehen

Wir träumen jede Nacht, manches bleibt, anderes verschwimmt. Träume sind verschlüsselte Nachrichten aus dem unbewussten, transzendenten Teil unseres Lebens. Wenn wir uns auf den Weg zu diesen Botschaften machen, braucht es ein wenig Übung.

Daten: Melden Sie sich, wenn Sie das Thema interessiert, direkt bei Pfrn. Susanne Ziegler:

susanne.ziegler@sela.ch

Der Kurs wird ausgeschrieben, wenn 4 Personen ihr Interesse angemeldet haben

Leitung: Pfrn. Susanne Ziegler

Kosten: 200 Fr., 3 Abende inklusive

Selbsterfahrungs-Teil

Anmeldeschluss: offen

TEAM DER BERATUNGSSTELLE SELA

info@sela.ch, 062 823 10 04



Pfr. Teddy Probst, VDM, D. Min., teddy.probst@sela.ch

1984 Doctor of Ministry in Counseling, Westminster Theological Seminary, Philadelphia USA

1979-2011 Pfarrer in Bern, Aarau und Zürich

1987-2004 Dozent für Seelsorge und Psychologie

2002-2011 Führungsaufgaben als Vorstandsmitglied des reformierten Stadtverbandes

der Stadt Zürich und in verschiedenen diakonischen Werken

Seit 2011 Pfarrer der Reformierten Kirchgemeinde Wildberg (70%)

Seit 1994 Berater und Leiter der Sela



Andrea Schweiher, andrea.schweiher@sela.ch

1998 Hochbauzeichnerin

2006 Berufsmatura, AKAD Bern

2009 Bachelor of Arts and Christian Education B.A.C.E, Chrischona

2009-2015 Pastorin und Gemeindepädagogin

2011-2017 Studium Master of Theology, IGW

2020 Betrieblicher Mentor mit eidg. FA/CAS Coaching

Seit 2018 Beraterin der Sela



Pfrn. Susanne Ziegler, lic. theol, VDM, susanne.ziegler@sela.ch

1990 Lizentiat in Theologie, Studium in Tübingen, Jerusalem und Bern

1992-1998 Pfarrerin in Port und Bellmund BE

1993 Diplom Seelsorge im Straf- und Massnahmenvollzug, Universität Bern

Seit 1998 Pfarrerin der reformierten Kirchgemeinde Lenzburg-Hendschiken AG

2008 Zertifikat in Schicksalsanalytischer Beratung und Therapie SGST, Szondi-Institut, Zürich

Seit 2016 im Team der Sela



Alexander Haus, alexander.haus@sela.ch

1997-1999 Certificates in Church Ministries, European Theological Seminary

und in Discipleship Training, University of the Nations

2002-2008 Produktmanager und Wertschriftenhändler bei einer Schweizer Bank

2005/2008 Trainer für das Persolog Persönlichkeitsprofil (DISG), Berater für PST-R

2006-2012 Freiberuflicher Berater und Coach

2009 Diplomierter Lebens- und Sozialberater BTS

2018 Diplomierter logotherapeutischer Berater NDS HF

Seit 2013 Berater der Sela



Pfr. Philipp Müller, lic. theol., VDM, philipp.mueller@sela.ch

2007 Lizentiat in Theologie, Studium in Bern und Tübingen

2013 Begleitender Seelsorger und Begleiter für Persönlichkeitsentwicklung

und Sozialkompetenz ICL (Institut für christliche Lebens- und Eheberatung, individual-

psychologische Seelsorgeausbildung)

Pfarrvertretungen in diversen Kirchgemeinden

2013-2016: Swiss Jazz School in Bern auf Gitarre

2019 CAS in lösungsorientierter Seelsorge

Seit 2019 Berater der Sela und freischaffender Pfarrer



IMPRESSUM STIFTUNG SELA

Herausgeber Sela, Stiftung für Seelsorge, christliche Lebensberatung und Ausbildung, Rathausgasse 2, 5000 Aarau, Telefon 062 823 10 04, E-Mail info@sela.ch, sela.ch, facebook.com/sela.beratung

Bankverbindung Clientis Sparkasse Oftringen, 4665 Oftringen, PC-Nr. 30-38149-0 (zu Gunsten der Stiftung Sela), IBAN Nr. CH55 0642 8016 3200 94710

Redaktion Teddy Probst; **Lektorat** Beat Amrein; **Gestaltung** Frédéric Giger; **Versand** Versandteam

Erscheinungsweise 3x pro Jahr; **Nächste Ausgabe** Mai 2020; **Fotografie** 1: Unsplash;

6: Unsplash, Martijn Baudoin; 2: Dieter Hauser; 3: Christoph Metzler, Teddy Probst; 5: Pixabay; 7: Pexels

Die Stiftung Sela ist eine gemeinnützige Stiftung.

Spenden für die Sela sind steuernabzugsberechtigt.

Die Stiftung Sela hat den Ehrenkodex unterzeichnet.

