

ZUG ZUM ZIEL

AUSGABE 2/2016

Pause



**Arbeiten bis zum Umfallen?
Mach mal Pause!**

Bitte einsteigen!

Aufstehen, schnell das Frühstück einwerfen, dann in die Bahn springen, um zur Arbeit zu kommen. Unterwegs werden noch ein paar Nachrichten geschrieben und dann geht's los mit dem Alltagsstress.



bringen, Elternabende, eigentlich sollte man dringenden Sport machen und Freunde besuchen, aber die 24 Stunden reichen einfach nicht aus.

Der Dauerstress kann zermürben. Burnout, Herzinfarkt oder Schlaganfall sind im Extremfall Folge dieses Stresses.

Verantwortung, als Lokführer der Kampf mit der Uhr, hunderte E-Mails als Büroangestellter, eigentlich immer im Stress, weil immer mehr Arbeit auf immer weniger Arbeitnehmern lastet.

Ist das unser Leben – Arbeiten bis zum Umfallen? Wie kann man in unserer Arbeitswelt (besser) leben?

Und dann noch der Stress zu Hause. Die Kinder wollen auch noch Zeit mit ihren Eltern ver-

Wir laden Sie ein, in dieses Thema einzusteigen und Tipps zu finden.

Armin und Anke Martsch

Bitte einsteigen!2
 Arbeit und Ruhe3
 Modernes Arbeiten: Faszination der Geschwindigkeit. 4
 Work-Life-Balance6
 Wie eine gute Lok...10
 «Die ganze Welt» zu Gast bei der CVDE12
 Kurzporträt Burkhard Lienau14
 Infos und Termine15

ZUG ZUM ZIEL

IMPRESSUM

Herausgeber:

Christliche Vereinigung
 Deutscher Eisenbahner
 -Eisenbahnermission-
 (CVDE)

Vorsitzender:

Jochen Geis
 Im Löken 60
 44339 Dortmund
 jochen.geis@cvde.de

Redaktion:

Armin und Anke Martsch
 armin.martsch@cvde.de
 und Mitarbeiter

Adressänderungen/Versand:

Auf den Hüpperpaulen 9
 37194 Bodenfelde
 wolfgang.borchert@cvde.de

Gestaltung, Layout, Satz:

Hanna Kimpel,
 Bischofsheim

Konto der CVDE-Kassenstelle:

Sparda-Bank Hessen eG
 IBAN DE54 5009 0500
 0000 9503 29

Bildnachweis:

Titel, S. 4, 5, 8, 12 – 15:
 Daniel Saarbourg
 Titel, S. 6, 9, 15:
 Hanna Kimpel
 S. 3: DB AG/Christoph
 Müller
 S. 7: Michael Engeler
 S. 10, 11: Bernd Mettelsiefen
 S. 12, 13: Ueli Berger (2)

Textnachweis:

Der Text im Kasten auf S. 5 wurde entnommen aus „Das Wort für Heute“ mit freundl. Genehmigung der Christl. Verlagsgesellschaft Dillenburg

INHALT

Arbeit und Ruhe

Der Regionalexpress muss weiterreisen. Der Bauer, der das Feld bearbeitet hat, das man im Vordergrund des Bildes sieht, ist schon wieder weg und wahrscheinlich bei den nächsten Arbeiten.

Und doch lädt mich dieses Bild zum Verweilen ein. Ich möchte am liebsten

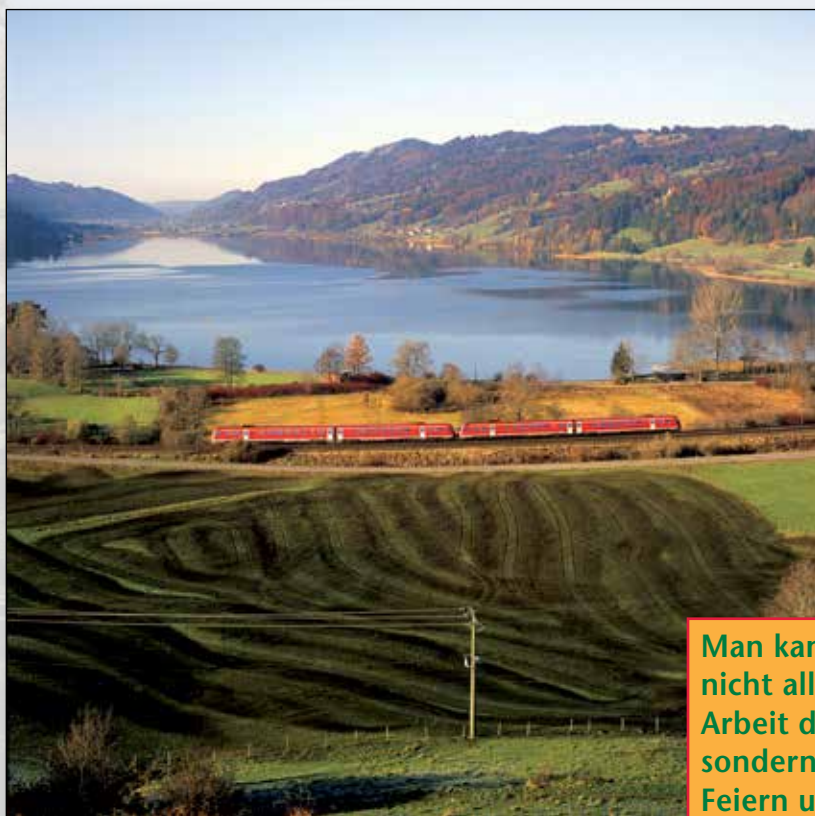
da bleiben. Am See sitzen und träumen. Vielleicht wandern oder mit einem Boot über den See gleiten. In der Ferne entdecken, wie das Tal dort weitergeht.

Solche Zeiten brauchen wir. Wir möchten Sie ermutigen, doch mal den „Schritt zurück“ zu machen, ihren Alltag mit allen

dort enthaltenen Dingen ein wenig ruhen zu lassen.

Ein wenig Erholung – das können auch wenige Minuten des Abschaltens sein. Gleichzeitig hilft mir das auch, darüber nachzudenken, wie ich mit all den Anforderungen umgehe, die auf mich einströmen.

Hanna Kimpel, Bischofsheim 



Man kann Gott nicht allein mit Arbeit dienen, sondern auch mit Feiern und Ruhen.

Martin Luther

Modernes Arbeiten – die Faszination der Geschwindigkeit

Ob beim Frühstück, in der Bahn, beim Mittagessen oder nach der Arbeit zu Hause, das Büro begleitet uns auf Schritt und Tritt. E-Mail, Messenger oder Smartphone machen uns ständig erreichbar – das Büro, Nachrichten, Freunde, Probleme und Termine sind allgegenwärtig.

Beim Frühstück schreibt man mal eben noch kurz eine Mail, auf dem Weg zur Arbeit kann man schon mal ein Protokoll des letzten Meetings tippen oder die Nachrichten checken.

Beim Mittagessen werden Anfragen von Kunden bearbeitet und beim Fußball schauen am Abend wird nebenbei nochmals das geplante Projekt überflogen. Wir können überall online arbeiten und viele tun das auch – was erledigt ist, ist erledigt. Ist das wirklich ein Fortschritt? Die Work-Life-Balance gerät bei Vie-

len aus dem Gleichgewicht. Doch welchen Effekt hat es auf unser Leben, welchen Preis hat es, wenn wir vom Urlaub aus E-Mails schreiben, trotz Krankheit online von zuhause aus Projekte bearbeiten und quasi immer zur Verfügung stehen? Unser Lebens-ICE rast durch die Welt.

Geschwindigkeitsrausch

Geschwindigkeit macht süchtig – schnelle Autos, schnelle Züge, schnelle Internetverbindungen – Ge-

schwindigkeit ist ein tolles Gefühl. Effektivität bei der Arbeit, optimale Organisation und gute Qualifikation ermöglichen ein Hochgeschwindigkeitsarbeiten. Schleichend kann so auch die Arbeit zur Sucht werden. Sie bekommt einen immer höheren Stellenwert, kommt vor Familie, Freunden und Freizeit – eine schleichende Isolation vom sozialen

Umfeld beginnt. Erschwert wird das rechtzeitige Ziehen der Notbremse dadurch, dass Arbeiten sehr positiv bewertet wird in unserer Gesellschaft. Wenn die Karriere gelingen soll, ist es nicht schick, vor dem Chef das Büro zu verlassen. „Freiwillige“ Überstunden scheinen den eigenen Wert zu erhöhen. In Deutschland werden europaweit am meisten Überstunden geleistet.

Wozu?

Aber warum arbeiten Menschen bis zum Umfallen? In den wenigsten Fällen geht es bei dieser Art des Überarbeitens ums Geld. Vielmehr ist es der Versuch, seinen Wert über den Erfolg im Beruf zu definieren. Wie ein ICE, der beweisen will, dass er ein Hochgeschwindigkeitszug ist und seine Geschwindigkeit immer weiter steigert und dabei vergisst, an den Bahnhöfen anzuhalten und Fahrgäste einsteigen zu lassen. Er verfehlt seine

Bestimmung, nämlich Menschen von einem Ort zum anderen zu bringen. Genau so kann Hochgeschwindigkeitsarbeiten dazu führen, dass Familie und Freunde auf der Strecke bleiben.


Und das Ziel oder die Bestimmung unseres Lebens? Ist das tatsächlich der Erfolg, der Karrieresprung, Gesundheit, eine Vorzeigefamilie, ein Eigenheim? Versicherungen reden uns das gerne ein: Berufsunfähig-

keitsversicherung, Krankenversicherung, Haftpflicht.

Andere Werte

Im Gegensatz zu diesen versicherbaren Lebensbereichen, definiert Gott die Bestimmung und den Wert unseres Lebens ganz anders und völlig unabhängig von äußeren Gegebenheiten. Die Bestimmung unseres Lebens ist es, im Frieden mit Gott zu leben, weil wir für ihn kostbar und wertvoll


sind, ganz unabhängig von unserer Leistungsfähigkeit, unserem Einkommen und unserer Gesundheit. Sein Ziel ist es, dass wir – übertragen gesagt – unseren Stromabnehmer ausfahren und in ständiger Verbindung mit der Oberleitung bleiben.

Damit ist der Kontakt zu Gott gemeint, den wir durch Jesus Christus bekommen können. In seiner Nähe können wir auch zu seiner Ruhe kommen. 

▼ *Mit teilweise über 300 km/h rauscht der ICE durch die Lande. Da kommt Begeisterung auf – und manchmal auch ein Geschwindigkeitsrausch.*

Unser Leben gestaltet sich auch oft in einem Hochgeschwindigkeitsmodus.

Der „Stromabnehmer“: Wie man mit Gott in Kontakt kommt:

1. Wenden Sie sich an Jesus Christus und sagen Sie ihm alles im Gebet. Er versteht und liebt Sie. (Matthäus 11,28)
2. Sagen Sie ihm, dass Sie bisher in der Trennung von Gott gelebt haben und ein Sünder sind. Bekennen Sie ihm Ihre Schuld. Nennen Sie konkret, was Ihnen an Sünden bewusst ist. (1. Johannes 1,9)
3. Bitten Sie den Herrn Jesus Christus, in Ihr Leben einzukehren. Vertrauen und glauben Sie ihm von ganzem Herzen. Wenn Sie sich ihm so anvertrauen, macht er Sie zu einem Kind Gottes. (Johannes 1,12)
4. Danken Sie Jesus Christus, dem Sohn Gottes, dass er für Ihre Sünde am Kreuz gestorben ist. Danken Sie ihm, dass er Ihre einzelnen Sünden vergeben hat (Kolosser 1,14).
5. Bitten Sie den Herrn Jesus Christus, die Führung in Ihrem Leben zu übernehmen. Suchen Sie den täglichen Kontakt mit ihm durch Bibellesen und Gebet. Der Kontakt mit anderen Christen hilft, als Christ zu wachsen. 

Work-Life-Balance

Wie kann man ein gesundes Gleichgewicht für Beruf und Familie finden? In der Bibel, die schon einige Jahrtausende auf dem Buckel hat, bekommt man wertvolle Tipps zur Arbeits- und Ruheorganisation.

„Dampflokzeiten“

Auch einige Dampfloks fahren und fahren hohe Geschwindigkeiten, aber wir nehmen sie hier einmal als Inbegriff der Ruhe.

„Dampflokzeiten“ können helfen, bewusst „runterzukommen“ vom Hochgeschwindigkeitsleben. Wer Dampflok fahren will, muss erst einmal aus dem ICE aussteigen. Wer abends eine

Dampflokzeit einrichten möchte, muss also erst einmal aus dem Hochgeschwindigkeitsleben aussteigen, das Laptop zuklappen, das Smartphone beim Abendspaziergang zu Hause lassen und die E-Mails auf den nächsten Tag verschieben. Sport, Spaziergänge, Gartenarbeit, Musik... jeder muss da wohl selbst herausfinden, was ihm gut tut. Es ist wichtig, die Entscheidung für solche „Dampflokzeiten“ zu treffen und diese konsequent umzusetzen, vor allem am Feierabend und im Urlaub. Die Welt dreht sich trotzdem.

Fahrpläne – Pausenzeiten

Jeder Lokführer kennt sie – Dienstpläne mit Schichtbeginn, Einsatzort, Pausenzei-

ten und Schichtende. Klare Vorgaben über die einzelnen Arbeitsabläufe geben vor, was wann wo und wie zu geschehen hat. Klare Strukturen und Zeitpläne helfen dabei, die Abläufe zu organisieren. Es ist auch wichtig, Pausen in den Tagesplan zu integrieren. Das ist bei manchen Berufen einfacher, andere Arbeitsstellen sind so eng getaktet, dass Pausen nur schwer zu integrieren sind. Auch wenn es schwierig ist, versuchen Sie kleine Unterbrechungen bewusst einzuplanen.

In der Bibel finden wir einen guten Tipp zu diesem Thema. Als Jesus mit seinen Jüngern unterwegs war, gab es jede Menge Stress, weil es pausenlos Menschen gab, die irgendetwas von Jesus wollten. Sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen. Daraufhin sagte er (Markus 6,31): **„Kommt, wir ziehen uns an einen einsamen Ort zurück, wo ihr euch ausruhen könnt.“** Überlegen Sie, wohin Sie sich zurückziehen können, um eine kurze Zeit der Ruhe im Alltag zu finden.

Mehrfachtraktion

Mose, der langjährige Anführer Israels, arbeitete bis zum Umfallen. Von mor-

„Dampflokzeit“: Aussteigen aus dem „ICE des gehetzten Alltags“ und zur Ruhe kommen. Hier das Alb-Bähnle bei einer CVDE-Sonderfahrt am 2.5.2009.





Gemeinsam sind wir stark! Bei einer Doppeltraktion verteilen sich die Lasten auf zwei Maschinen. So können längere oder schwerere Züge über steilere Strecken gefahren werden.

gens bis abends kamen die Menschen zu ihm, damit er Recht sprechen und ihre Probleme lösen sollte. Als sein Schwiegervater Jitro zu Besuch kam, hinterfragte er Mose, warum er ganz alleine von morgens bis abends präsent sein müsse. Sehr interessant ist seine Analyse der Situation: „Du machst dich zu müde, dazu auch das Volk, das mit dir ist. Das Geschäft ist dir zu schwer; du kannst es allein nicht ausrichten“. (2. Mose 18) Überarbeiten führt folglich zu Burnout und ist auch für das soziale Umfeld eine Belastung. Jitro gibt Moses den Rat: „Delegiere!“ Lass andere mitarbeiten! Mach

***Es ist wichtig,
Pausen in den
Tagesplan zu
integrieren.***

nicht alles alleine – sozusagen eine Empfehlung zur „Mehrfachtraktion“.

Schlaf- und Speisewagen

Der Prophet Elia wird uns als sehr engagierter Mann im Dienst für Gott vorgestellt. Er gerät durch seinen pausenlosen Einsatz für Gott und seine Sache in eine Art Burnout-Depression. Er ist überarbeitet und körperlich völlig am Ende. Total gefangen in seinem Denken und eingeschüchtert durch die damalige Regierung, ist er verängstigt, depressiv und will nur noch sterben (1. Könige 19).

Da begegnet ihm Gott.

Gott holt Elia behutsam aus seiner Depression, zuerst mit ganz banalen Dingen wie Schlaf und Essen. Danach öffnet er ihm den Blick und sortiert sein Weltbild. Stress und Depression hatten dafür gesorgt, dass Elia nur noch sich sah und alles auf sich bezog. Gott begegnete ihm in seiner Macht und Größe aber auch in großer Behutsamkeit und baute ihn neu auf. Manchmal brauchen wir wie Elia in unserem ICE ein Bordbistro und einen Schlafwagen. Und eine Begegnung mit Gott. Sucht man in der Bibel das Wort „ausruhen“, so findet man den Hinweis: „**Sechs Tage sollt ihr arbeiten, am siebten Tag aber sollt ihr ausruhen, auch während der Zeit des Pflügens und Erntens**“ (2. Mose

34,21). Also auch in Stresszeiten gibt uns Gott den Rat, einen Tag in der Woche auszuruhen, Zeit mit ihm zu verbringen, neu aufzutanken, Essen und Ruhe zu genießen. Ablenkung und Ruhe sind zweierlei! Leider – so ist das oft bei uns – verplanen wir freie Zeiten mit schönen Dingen, die aber durch die Menge schon wieder zum Stress ausarten. Wirkliche Ruhezeiten sind in unserer Gesellschaft voll attraktiver Angebote eher selten. Wir müssen aktiv Freiräume schaffen, um zur Ruhe zu kommen.

Wartungsintervalle

Wie jeder ICE regelmäßig in ein ICE-Werk zur Wartung muss, so ist es auch für uns wichtig, regelmäßige Wartungsintervalle einzurichten. Nur so sind wir wirklich einsatzfähig.

Jesus, der Sohn Gottes, der einen überaus vollen Terminplan hatte, lebte seinen Jüngern vor, wie man Prioritäten richtig setzt. Er nahm sich frühmorgens eine Zeit zur Stille mit Gott, seinem Vater. Er plante mit ihm den Tag und erst danach startete er durch. Martin Luther hat gemerkt, wie wichtig das Gebet im Alltag ist. Zu seinem Stress im Alltag bemerkte

er: „Ich habe soviel Arbeit, dass ich nicht auskomme ohne täglich mindestens drei Stunden meiner besten Zeit dem Gebet zu widmen“. Drei Stunden sind vermutlich für die meisten von uns unrealistisch, aber eine Viertelstunde am Morgen zur „Wartung bei Gott“ ist möglich. Ein Gespräch mit ihm über den Tag und all seine Herausforderungen. Wartung bedeutet auch, Fehlerbehebungen vorzunehmen – Schuld bei Gott abzuladen und befreit in den Tag zu starten.

Zeit zur Inspektion

Arbeit ist wichtig und gut. Allerdings ist es äußerst gefährlich, seinen Wert nur über die Arbeit zu definieren. Letztendlich ist es Gott, der unseren Wert bestimmt und nicht das Maß unserer Arbeit, unseres Wissens oder unseres Erfolgs. Immer wieder ist es wichtig, innezuhalten und unsere Einstellung zur Arbeit zu reflektieren – eine Inspektion vorzunehmen – ein Hineinsehen in mich bzw. ein Hineinsehenlassen in mich.

Wer bin ich? Bin ich das, was mein Gehaltszettel sagt? Oder das, was meine Position über mich sagt? Wer bin ich, wenn ich

nicht mehr arbeiten kann, wenn ich „umfalle“, krank oder behindert bin? Die Zusage von Gott ist entspannend: Leben ist mehr als Arbeit. Gott definiert Reichtum und Anerkennung ganz unabhängig vom Geld, von der Position auf der Karriereleiter oder dem Erfolg. Der Prophet Habakuk formulierte es so: „**Nur der wird Gottes Anerkennung finden und leben, der ihm vertraut. Wer aber hochmütig und unaufrichtig ist, verfehlt sein Ziel.**“ (Habakuk 2,4)

Ruhe: mehr als eine Pause

„Mach mal Pause“ ist ein guter Tipp. Pausen sind wichtig, damit wir wieder genug Energie zum Arbeiten haben. Ein Kaffee zwischendurch im Büro, ein belegtes Brötchen in der Frühstückspause, ein Powergel beim Sport. Pausen haben meist das Ziel, kurz zu Verschnaufen und sich dann wieder ins Getümmel zu stürzen.

Interessanterweise verspricht Jesus Menschen, die mit dem Stress des Alltags und ihren Problemen herausgefordert sind keine Pause, sondern „**RUHE**“. Jesus lädt gestresste Menschen ein mit den Worten: »**Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken.**“ (Matthäus 11,28). Jesus will

Letztendlich ist es Gott, der unseren Wert bestimmt.

uns nicht kurz mit einem geistlichen Energieriegel „schnellregenerieren“, sondern er will wirklich Frieden und Ruhe schenken.

Aber wie bekommt man diese Ruhe? Das Gegenteil kennen wir vermutlich alle. Tausend Gedanken, Pläne und Probleme kreisen in unserem Kopf und wir sind unruhig. Ruhe und innerer Frieden im Beruf, im Alltag, in der hochtechnisierten und schnellen Arbeitswelt – ist das nicht nur ein schöner Traum? Was meint Jesus mit dieser Ruhe – was muss ich dafür tun, damit ich sie bekomme?

Der erste Schritt, den wir tun müssen ist die Aufforderung umzusetzen **„Kommt zu mir“**. Wie macht man das? Wie kann ich zu Jesus kommen? Eigentlich ist es ganz einfach – Jesus ist immer und überall ansprechbar im Gebet. Zu ihm kommen heißt, ihn ansprechen, ihm einfach erzählen, was uns stresst, herausfordert, nervt.


Er hört zu, er nimmt uns ernst, er hat immer Zeit, Ruhe und Frieden. Die Bibel ist knallvoll mit Zusagen, dass Gott immer gegenwärtig ist, bei uns ist in guten und schwierigen Situatio-

nen. Er ist da – wir vergessen das nur allzu oft und verrennen uns im Alltag.

Jesus will uns wieder den Blick öffnen aus dem Hamsterrad der Hektik heraus. Paulus gibt den Christen in Philippi den Rat: **„Sorgt euch um nichts, sondern betet um alles. Sagt Gott, was ihr braucht, und dankt ihm. Ihr werdet Gottes Frieden erfahren, der größer ist, als unser menschlicher Verstand es je begreifen kann“** (Philipp 4,6+7).

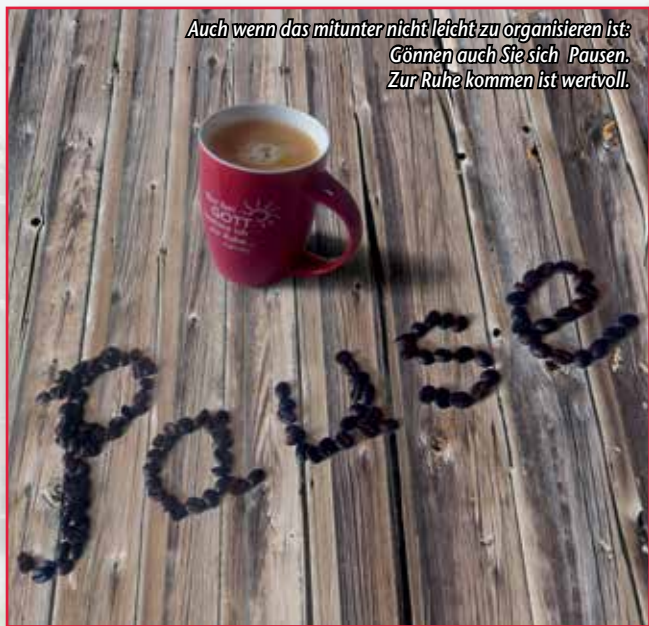
Das Angebot von Jesus ist, dass er mit uns geht, in den Stress von viel zu eng gestrickten Dienstplänen, in

das nächste Projekt, durch die Hektik. Jesus verspricht, dass er uns nie verlässt.

Aber er möchte uns auch zeigen, was wirklich wichtig ist. Jesus lädt uns ein, unseren Stress, unsere Arbeitssituation, die Situation in der Familie und alle anderen Stressfaktoren mit ihm zu besprechen. Die Herausforderungen sind dadurch nicht weg, aber die Gewissheit, dass Jesus an meiner Seite ist, dass er mich nicht im Stich lässt, gibt Ruhe und Geborgenheit. Er möchte, dass wir innerlich zur Ruhe kommen, seinen Frieden finden. Das zu erleben bringt eine unglaublich tiefe Ruhe und Sicherheit in mein Leben. Eine Ruhe, die Jesus jedem geben will, der zu ihm kommt. 

Jesus sagt: „Ich will euch Ruhe schenken.“

*Auch wenn das mitunter nicht leicht zu organisieren ist:
Gönnen auch Sie sich Pausen.
Zur Ruhe kommen ist wertvoll.*



Wie eine gute Lok...

Die Urlaubssaison steht wieder unmittelbar vor der Türe, und wohl jeder freut sich auf ein paar relaxte Tage fernab aller Arbeit. Könnte man doch immer nur Ferien haben! Aber ist dieser Zustand auf Dauer wirklich so erstrebenswert?

Vergangenen Herbst hatten wir eine kleine Feier in unserem Bahnwerk. Unter anderem war dort auch eine auf alt restaurierte 140 zu sehen, fast genau

ein halbes Jahrhundert das typische Arbeitstier auf den Gleisen der DB. Ich gehöre zu der Generation von Lokführern, die in etwa genauso alt sind wie diese Triebfahrzeuge. Einen erheblichen Teil unserer bisherigen Arbeitszeit haben wir auf den Führerständen einer dieser Einheitslokomotiven verbracht, und das zu allen möglichen Zeiten, bei Hitze, Kälte, Unwetter, mitten in der Nacht, am

Tag und mit allen denkbaren Zugattungen.

Dass diese Fahrzeuge so alt werden konnten und sich bis in diese Tage hinein mit den Neubaufahrzeugen messen konnten, liegt zu einem erheblichen Teil daran, dass sie in regelmäßigen Abständen in die Werkstatt geholt wurden. Dort überprüften die Kollegen alle sicherheitsrelevanten Bauteile, und gegebenenfalls wurden diese



Frisch restauriert und „auf Alt gemacht“:
Eine 140er Lok im Bw Köln.



▲ *Beim Sommerfest mal die Füße ins angenehme Nass stecken. Da kann man die Seele baumeln lassen!*


auch vorsorglich gegen neue oder überarbeitete Teile ausgetauscht.

Auch wir Menschen – wie übrigens die gesamte Schöpfung – brauchen von Zeit zu Zeit Ruhepausen und Erholungsphasen, und manchmal müssen auch wir quasi in die Werkstatt, zum Beispiel zur Kur oder Reha, um dann wieder mit neuen Kräften an die Arbeit gehen zu können. Ein Zustand wie ein Dauerurlaub macht auf die Dauer nicht wirklich glücklich. Gerade junge Menschen, die arbeitssuchend sind, werden früher oder später unzufrieden, wenn sie nur noch rumhängen.

Dabei darf man den Begriff Arbeit nicht nur auf den beruflichen

Sektor beschränken. Jeder von uns hat Ziele in seinem Leben, auch im privaten Leben, die er erreichen will. Einiges davon ist nur durch harten Einsatz erreichbar. Es fällt dann aber auch eine große Last von einem ab, wenn man es dann endlich erfolgreich geschafft hat.

Unsere Gott selber hat uns Menschen den Auftrag von Anfang an gegeben, die Erde zu bebauen und zu gestalten, das heißt letztlich zu arbeiten. Und er selbst machte es uns im Zuge seiner Schöpfungsgeschichte symbolisch vor: Nach getaner Arbeit, als die Schöpfung fertig war, legte er selber den siebten Tag als Ruhetag ein.

Bernd Mettelsiefen, Köln 

Aus dem Büro-Alltag

Ein Kollege nach dem anderen wird krank, es gibt sowieso schon einige Langzeitkranke. Und dazu noch die berechtigete Urlaubszeit. Arbeit ist ohne Ende da, die termingerecht fertig sein muss.

Ich arbeite mehr als normal, den einen Tag mit viel Freude, aber auf Dauer wird alles zur Last – man steht mit wenigen Kollegen vor dem riesigen Berg. Ich merke Herzbeschwerden, Angespanntheit, ein Nicht-zur-Ruhe-kommen – und im Gespräch höre ich das auch von meinen Kollegen.

Wie sehne ich das Wochenende herbei – und da versuche ich mir Zeit zu nehmen für mich und das Gespräch mit Gott. Aber auch am Wochenende erwarten mich Aufgaben, die sich in der Woche angestaut haben. Ein Spaziergang tut gut, Reden mit Freunden, dem Ehepartner.

Meine ich, ich könnte ‚die Welt retten‘? Mir hat geholfen über mich hinaus zu sehen auf Gott – der versprochen hat mir seine Kraft zu geben, der alle Dinge kennt, auch meine Arbeitssituation. Ich lerne meine Gedanken von mir und den Umständen weg auf Jesus zu lenken. Und ich spüre, wie wieder Ruhe in mich kommt. Mein Wert liegt nicht in meinem geschafften Arbeitspensum, sondern darin, dass Gott zu mir steht und mich kennt und liebt.

Petra Hagel, Buchholz 

Konferenz der «International Railway Mission» in Goslar:

«Die ganze Welt» zu Gast bei der CVDE



▲ Alle drei Jahre lädt die Dachvereinigung von «Christen bei der Bahn» (CVDE), die «International Railway Mission» (IRM) zu einer Konferenz- und Freizeitwoche ein. Nach 21 Jahren war wieder mal die CVDE an der Reihe, diese auszurichten. Im 90. Jahr nach der Gründung der IRM lautete das Motto der Tagung: **Unterwegs mit Gott in Kraft, Liebe und Besonnenheit** (aus 2. Timotheus 1,7). Gemeinsames Singen und wBeten, ermutigende und inspirierende Referate und interessante Ausflüge in die Umgebung standen auf dem Programm – ergänzt durch persönliche Begegnungen und Gespräche zwischen Eisenbahnerinnen und Eisenbahnern aus aller Welt. Einer der Höhepunkte war der Extrazug mit der ältesten Dampflokomotive der Harzer Schmalspurbahnen (99 5901, Baujahr 1897) von Wernigerode zum Brocken, der höchsten Erhebung Norddeutschlands. (Für das Gruppenfoto war das mittlere Gleis gesperrt.)



▲ Die CVDE-Band: begeisterte mit ihrem Lied- und Musik-Repertoire alle Konferenzteilnehmer.



▲ Eröffnungsveranstaltung mit vielen bunten Fahnen im großen Saal des Kongress-Hotels «Achtermann», Goslar



▲ Auch die junge Generation war zahlreich vertreten: Teilnehmerinnen aus Indien, der Schweiz und Großbritannien.



▲ Besichtigung und Führung durch das IC-Instandhaltungswerk Hannover-Pferdeturm.



▲ DB Netz Vorsitzender Frank Sennhenn bei seinem Vortrag über die Deutsche Bahn.



▲ Neues IRM-Mitglied Südafrika: Repräsentantin Hazel Govender (li.) mit IRM Präsident Ueli Berger (re.)



▲ Die Sonderausgabe 2016/17 des CVDE-Kalenders, gültig ab August 2016, wurde verschenkt.



▲ Fast 200 Teilnehmer aus 13 Nationen bzw. vier Kontinenten sind der Einladung der CVDE zur diesjährigen IRM-Konferenz- und Freizeitwoche gefolgt.



▲ Berührende Lebensgeschichte des NSB-Lokführers Børge Salte

KURZPORTRÄT

Z *Mein Lebensmotto:*

„Lass dich nicht vom Bösen überwinden, sondern überwinde das Böse mit dem Guten.“

Z *Ein wichtiger Wert ist...*

der Glaube an Jesus Christus.

Z *Freude macht mir...*

wenn sich ein Fahrgast sich bei mir bedankt, für die schöne Fahrt (auch wenn es nicht so optimal gelaufen ist).

Auch wenn man das eigentlich ganz gerne hätte, ist mir bewusst, dass ich als Lokführer die Menschen sicher und pünktlich ans Ziel bringe, aber selten ein „Danke“ höre, weil jeder wieder weiter muss.

Z *Angst macht mir...*

die jetzige Situation der politischen Entwicklungen. Es beunruhigt mich besonders die Gewalt in den Zügen und auch die Sparpolitik um jeden Preis (z. B. beim Fahrpersonal).

Z *In meinem Alltag beschäftigt mich...*

die Sendereihe „Durch die Bibel“. Das ist ein Radiopro-



Burkhard Lienau
Lokführer

Jahrgang:

1975

wohnhaft in:

Schwalbach
am Taunus

arbeitet bei:

DB Fernverkehr als
Lokomotivführer

Hobbys:

Fahrrad fahren, fotografieren, Eisenbahn,
werken mit Holz, in der
Bibel forschen

gramm, bei dem die Bibel Kapitel für Kapitel und Vers für Vers gelesen und erklärt wird. Damit werden mir Zusammenhänge innerhalb der Bibel klarer und ich kann die Erkenntnisse im Alltag besser umsetzen.

Z *Wenn ich bei der Bahn etwas ändern könnte...*

Oh weh, es gäbe in vieles zu ändern! Zum einen haben wir oft ein Schmuttel-Image, das muss geändert werden, z.B. durch Ausstattung mit ordentlichem Arbeitmaterial.

Aber das Wichtigste wäre, dass das Fahrpersonal in der DB AG mehr Anerkennung bekommt. Und noch wichtiger ist, das man nicht nur von familienfreundlichen Dienstplänen spricht, sondern diese auch tatsächlich familienfreundlich umsetzt.

Z *„Christen bei der Bahn“ bedeutet für mich...*

ein Netzwerk von Arbeitskollegen, die für einander Verständnis aufbringen können, weil sie die Probleme der Eisenbahn kennen. Es tut gut füreinander und miteinander beten zu können.



CVDE Regelmäßige Treffen			
Zeit Time/Tempo	Über Via	Ziel Destination	Orts Platform/via
16:15	monatl. Di	Hamburg	
19:00	monatl. Di	Berlin	
16:30	monatl. Do	Essen	
fragen	verschieden	Kassel	Mailverteiler
07:30 / 17:30	wöchentl./monatl Mi	Frankfurt am Main	(Mailverteiler)
fragen	verschieden	Vogtlandbahn	
13:00	monatl. Do	Leipzig	
fragen	monatlich	WEG	Mailverteiler
06:30	monatl. Do	Stuttgart	Mailverteiler
16:45	monatl. Di	Plochingen	
07:15	wöchentl. Di	Nürnberg	
11:30	wöchentl. Di oder Do	München	Mailverteiler

Kontaktadressen

Norden: Peter Hagel

Pütjerweg 10 • 21244 Buchholz
Tel.: 041 81-29 32 19 • peter.hagel@cvde.de

Berlin: Hans-Jürgen Schwarze

Theodorstraße 18 • 12623 Berlin • Tel.: 030-99 28 52 06 • hans-juergen.schwarze@cvde.de

Nordrhein-Westfalen: Ralf Koch

Hundhauser Berg 2 • 51570 Windeck-Imhausen
Tel.: 02292-72 57 • ralf.koch@cvde.de

Sachsen/Thüringen: Christof Sommer

Nordstr. 13 • OT Kühren • 04808 Wurzen
Tel.: 03 42 61-6 20 96 • christof.sommer@cvde.de

Pfalz/Saar: Klaus Walper

Franz-Werfel-Straße 7 • 55122 Mainz
Tel.: 061 31-38 40 40 • klaus.walper@cvde.de

Hessen: Helmut Hosch

Lupinenweg 59 • 61118 Bad Vilbel
Tel.: 061 01-80 20 63 • helmut.hosch@cvde.de

Baden-Württemberg: Hartmut Berner

Alexanderstr. 3/1 • 73733 Esslingen
Tel.: 07 11-37 55 12 • hartmut.berner@cvde.de

Bayern: Roland Fröhlich

Rosenstraße 28a • 85521 Riemerling
Tel.: 089-60 60 05 01 • roland.froehlich@cvde.de

Geschäftsstelle: Im Löken 60 • 44339 Dortmund
info@cvde.de • www.cvde.de

International: www.railway-mission.eu

CVDE-Termine

12. – 18. September 2016 Bibel- und Erholungsfreizeit im Christlichen Erholungshaus Johanngeorgenstadt, Am Wäldchen 13, 08349 Johanngeorgenstadt. Infos und Anmeldung: Tel. 0 37 73-88 27 06 oder kontakt@ceh-johannstadt.de

20. – 23. September 2016 Innotrans in Berlin, Halle 11.1, Stand 228 Wir freuen uns, Sie auf unserem gemeinsamen Stand mit dem DCTB begrüßen zu dürfen!

15. Oktober 2016 CVDE-Treffen NRW in Hagen, 11:00 Uhr bis 17:00 Uhr, Freie evangelische Gemeinde Hagen, Märkischer Ring 39, 58097 Hagen, Infos bei Ralf Koch

29. Oktober 2016 Regionaltreffen Hessen und Pfalz/Saar in Frankfurt am Main mit CVDE-Geschäftsversammlung, 10:30 Uhr bis 16:30 Uhr in den Räumen der Gemeinde „Christen am Güterplatz“, Güterplatz 4, 60327 Frankfurt am Main (Nähe Hbf), Infos bei Helmut Hosch

22.10.2016 Baden-Württemberg-Tag in Herrenberg, 10:00 Uhr bis ca. 16:00 Uhr im Haus der Süddeutschen Gemeinschaft Herrenberg, Kalkofenstr. 55 (Nähe S-Bahn), Infos bei Hartmut Berner

Vorschau 2017: 21. – 23. April 2017 CVDE-Jahrestagung in Kaub (Mittelrhein)

**Wenn Arbeit
alles wäre,
gäbe es keinen
Lebenssinn für
Behinderte,
keinen mehr für Alte
und noch keinen
für Kinder.**

Norbert Blüm

