

Literaturwettbewerb 2024

„Anfang & Ende – Alt & Neu – Stillstand & Veränderung“

Dieses Jahr interessiert uns alles rund ums Anfangen und Beenden, um Abschied & Neubeginn, Geburt & Tod, Altes & Neues, Stillstand & Veränderung.

Sie können etwas aus Ihrem Leben erzählen oder sich Geschichten ausdenken.

Schildern Sie uns, welche **Erfahrungen** Sie mit Abschieden haben. Wie ist es für Sie, wenn Sie auf der Stelle treten oder wenn Sie sich etwas Neues trauen? Wie wäre es mit einer **Liste** von Sachen, die Sie in Ihrem Leben oder auf der Welt verändern möchten? Oder Sie machen ein **ABCdarium** zu Gefühlen rund um Neuanfänge (von **Angst**, weil man nicht weiß, was auf einem zukommt ... bis **Zuversicht**, dass es schon klappen wird). Ein **Drama** über das Ende einer Ehe erfreut uns ebenso wie ein **Märchen**, bei dem die Beteiligten am Ende glücklich (oder auch unglücklich) bis an ihr Lebensende leben, ein **Krimi** mit einem überraschenden Ende oder eine **(Abenteuer-) Geschichte, die von Anfang bis Ende gelogen ist. Beobachten und beschreiben** Sie Veränderungen in der Natur. Verfassen Sie eine **Geschichte mit Happy End** und wenn Sie mögen, dieselbe Geschichte noch mal mit einem ganz anderen Ende. Sie können auch eine **altbekannte Geschichte ganz neu erzählen**. Sammeln Sie schöne Anfangssätze für ein Buch. Und schöne Schlussätze gleich dazu. Eine **Gebrauchsanleitung** fürs Altern, **philosophische Gedanken** über Leben und Sterben, **Wortspielereien** ... Alles ist uns willkommen.

Auch über ein **Gedicht** zum Thema des Wettbewerbs, bei dem sich die Endwörter **reimen** freuen wir uns. Das Ende im Gelände, die scheue Neue, der durchgeknallte Alte ... Das Gedicht kann **sinnvoll** sein oder auch **kompletter Unsinn**.

Wortneuschöpfungen, also Worte, die Sie erfunden haben, würden uns auch gefallen. Natürlich gerne mit einer Erklärung, was diese Worte bedeuten.

Sie können auch einem **Dialog** zwischen einem Neugeborenem und einem Sterbenden verfassen. Oder lassen Sie doch mal einen alten Hasen und einen jungen Bullen miteinander sprechen. Wie wäre es mit einem **Brief** von der Veränderungslust an das tägliche Einerlei? Oder einer Neujahrs**ansprache**?

Schreiben Sie erste Worte aufs Papier, denken Sie eine Idee bis zum Ende durch. Experimentieren Sie, lassen Sie Ihren Gedanken freien Lauf – es gibt kein Richtig und kein Falsch.

Gerne dürfen Sie Ihre Texte auch in **Dialekt** schreiben.

Auch „**Schriftkunst**“ erfreut uns sehr! Schreiben Sie, stempeln Sie, schneiden Sie Wörter aus, kritzeln Sie kreuz und quer aufs Papier. Machen Sie Veränderungen mit der Schrift sichtbar, gestalten Sie aus Buchstaben das dicke Ende, stempeln Sie das Licht am Ende des Tunnels ... Ihrer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wir freuen uns auch über ungewöhnliche, eigenwillige Arten zu schreiben, Geheimschriften sozusagen.

Wer mag, darf seinen Text gerne durch eine dazu passende **Schwarz-Weiß-Zeichnung** (max. DIN A4) ergänzen! Zeichnen Sie die spektakuläre Neuentdeckung, den alten Menschen, das neugeborene Kind. Skizzieren Sie passend zu Ihrer Geschichte neue Wege. Wie wäre es mit einer Bildergeschichte über einen Menschen, der Neues wagt? Oder zeichnen Sie die alten Römer im Neuschnee ...

Wir haben für Sie auf den folgenden Seiten zahlreiche weitere Schreib Anregungen zusammengestellt.

Bitte beachten Sie auf jeden Fall die Teilnahmebedingungen!

Wir freuen uns auf Ihre Beiträge und wünschen Ihnen

viel Freude beim Schreiben!

Schreibanregungen zum Wortfinder-Literaturwettbewerb 2024

Erzählen Sie von sich, berichten Sie aus Ihrem Leben

- * Welche Erfahrungen haben Sie mit Anfangen und Aufhören?
- * Fällt es Ihnen manchmal schwer, mit etwas anzufangen?
- * Wie ist das für Sie beim Schreiben, die ersten Worte aufs Papier zu bringen?
- * Wollten Sie schon mal mit etwas aufhören und haben es nicht geschafft?
- * Haben Sie schon mal einen Neuanfang gewagt? Welchen? Wie war das?
- * Sind Sie neugierig? Was bedeutet neugierig sein?
- * Kennen Sie Angst vor Neuem? Erzählen Sie davon!
- * Soll in Ihrem Leben alles so bleiben wie gehabt? Warum?
- * Gibt es ein Verhalten oder eine Gewohnheit in Ihrem Leben, die Sie ändern möchten?
- * Fallen Ihnen Veränderungen schwer?
- * Vor welchen Veränderungen haben Sie Angst?
- * Sind Sie schon mal doch lieber im alten Trott geblieben, weil sich das vielleicht sicherer anfühlte?
- * Macht es einen Unterschied, ob Sie selbst eine Veränderung wollen oder sie Ihnen auferlegt wird?
- * Haben Sie schon mal ganz neue Seiten an sich entdeckt?
- * Wie ist das für Sie, wenn etwas Neues in der Luft liegt?
- * Verlassen Sie gerne vertraute Bahnen?
- * Welche Veränderungen wünschen Sie für die Welt?
- * Kennen Sie Abschiedsschmerz? Oder Abschiedsfreude? Wovon fiel Ihnen der Abschied leicht oder schwer?
- * Mit welchen Abschieden wurden Sie im Lauf des Lebens schon konfrontiert?
- * Wie war der Abschied von der Schulzeit? Oder von der Berufstätigkeit? Vom Elternhaus?
- * Manchmal muss man sich auch von der eigenen Gesundheit und körperlichen Leistungsfähigkeit verabschieden? Haben Sie damit Erfahrungen?
- * Mussten Sie sich schon Mal von einem wichtigen Menschen verabschieden?
- * Was sind für Sie die größten Unterschiede zwischen Ihrer Jugend und Ihrem Alter?
- * Wie blicken Sie dem eigenen Altwerden entgegen? Oder wie ist es für Sie, alt zu sein?
- * Haben Sie Angst vor dem Tod?
- * Waren Sie schon mal mit Ihren Nerven am Ende?
- * Besitzen Sie einen uralten Lieblingspulli oder ein ganz altes Schmusetier?
- * Was hätten Sie gerne neu? Eine neue Frisur? Einen neuen Job? Eine neue Freundin? ...
- * Haben Sie alte Freundschaften von ganz früher und/oder neue Freundschaften? Was unterscheidet die?
- * Welche alten Sachen finden Sie toll?
- * ...

Philosophieren Sie, machen Sie sich Gedanken, schreiben Sie uns Ihre Meinung!

Stillstand & Veränderung

- * Gibt es ein Leben ohne Veränderung?
- * Kann man im Leben noch einmal neu anfangen?
- * Bleib' so wie du bist! – ist das ein guter Wunsch?
- * Warum wollen sich Menschen verändern?
- * Wie kann man Mut für Veränderungen bekommen?
- * Kann man lernen, sich zu verabschieden?

Geburt & Tod, Leben und Sterben

- * Warum müssen alle Menschen sterben?
- * Was passiert, wenn man stirbt?
- * Muss man vor dem Tod Angst haben?
- * Was kommt nach dem Tod? Gibt es ein Leben nach dem Tod? Einen neuen Anfang?
- * Wie wäre es, wenn das Leben kein Ende hätte, man also ewig leben würde?
- * Wo sind wir, bevor wir geboren werden?
- * Wann fängt das Leben an?
- * Gibt es Ähnlichkeiten zwischen Geborenwerden und Sterben?

Anfang und Ende

- * Wie fing die Welt an?
- * Hört die Welt irgendwann auf?
- * Hat alles einen Anfang und ein Ende?
- * Ist anfangen oder aufhören einfacher?

Jung & Alt, Alt & Neu

- * Was unterscheidet Alt und Jung?
- * Was verändert sich mit dem Älterwerden?
- * Was haben alte Menschen im Idealfall gelernt?
- * Ist man eigentlich irgendwann zu alt für irgendwas?
- * Ist alt sein oder jung sein besser? Begründen Sie Ihre Meinung.
- * Wie kann man in Würde altern?
- * Ist neu grundsätzlich besser als alt?

Hier einige mögliche Titel für Geschichten

- * Der neue Anfang
- * Als die Welt einmal stillstand
- * Das Ende eines Traums
- * Die Jungfernfahrt
- * Das erste Mal
- * Die spektakuläre Neuentdeckung
- * Wie neugeboren!
- * Alles neu, macht der Mail!
- * Der alte Teddybär
- * Die Endlosschleife
- * Das Endspiel
- * Abenteuer an der Endhaltestelle
- * Das Ende eines Sommers
- * Das verrückte Schlemmerwochenende
- * Ende gut, alles gut!
- * Bis ans Ende der Welt
- * Wie der Spuk ein Ende fand
- * Das Spiel ist aus
- * So alt wird doch kein Schwein
- * Romanze bei Neumond
- * Abschied und Neubeginn
- * Am Ende der Straße
- * Immer dasselbe!
- * Auf zu neuen Ufern!
- * Der neugierige Esel
- * Der Anfang einer wunderbaren Freundschaft
- * Der neue Haarschnitt
- * Von Anfang an verkorkst
- * Aus Alt mach Neu!
- * Der Jungbrunnen
- * Stromausfall – alles steht still
- * Wissen Sie schon das Neueste?
- * Alte Liebe rostet nicht
- * Der alte Geizkragen
- * Alte Wunden
- * Das Chamäleon, das die Farbe nicht wechseln möchte

Wie wäre es mit einem Märchen?

- * Der Prinz, der nie zum Ende kam
- * Die junge Königin und der alte Diener
- * Die unsterblichen sieben Krähen
- * Das Land, in dem alles stillstand
- * Der Tod und die junge Bäuerin
- * Der alte Mann und der Berg
- * Der böse Hexerich und die Jungfrau
- * Die Mädchen, für das alles immer neu war

Orte, an denen Ihre Geschichte spielen könnte

- * Ostende
- * Altstadt
- * Altrhein
- * Altötting
- * Altmühltal
- * Altona
- * Neu-Delhi
- * Neufundland
- * Neuseeland
- * Neuguinea
- * Neuschwanstein
- * Neusiedler See
- * Neuwied
- * die Neue Welt (Amerika)
- * Jungferninseln
- * Jungingen
- * Alte und neue Bundesländer

Jahreszeiten, Tageszeiten ..., die mit Anfang und Ende, alt und neu zu tun haben

- * Tagesanfang
- * Tagesausklang
- * Wochenanfang
- * Wochenende
- * Monatsanfang
- * Monatsende
- * Jahresanfang
- * Jahresende
- * Neujahr
- * Altertum
- * Altsteinzeit
- * Mittelalter
- * Neuzeit
- * Neusteinzeit
- * Jungsteinzeit
- * Sommeranfang
- * Herbstanfang
- * Winteranfang
- * Frühlingsanfang
- * Altweibersommer
- * Altweiberfasnacht
- * Altweibermühle in Tripsdrill

Im Folgenden haben wir zu den verschiedenen Themen Material zusammengestellt. Gedanken, Wörter, in denen der Begriff vorkommt, Redewendungen, Zitate. All dies kann Sie zu eigenen Gedanken anregen, kann Erinnerungen wecken, als Idee für eine Geschichte dienen oder Sie zu einem Gedicht inspirieren.

Anfang

Eine Geburt, eine neue Liebe, ein neuer Job. So schön das ist, ein neuer Anfang es geht nicht immer mit ungetrübter Freude einher. In jedem Anfang stecken Hoffnungen und Chancen, aber anfangen heißt auch: man muss handeln. Und das bedeutet Aufbruch ins Unbekannte. Das ist manchmal ein Wagnis. Und es kann sein, dass man Fehler macht. Oft begleiten sowohl Freude und Neugier als auch Angst den Beginn.

Anfangsbuchstabe – Wie wäre es mit Sätzen, in denen alle Wörter mit demselben Buchstaben anfangen.

Anfangswort – Oder ein Text, in dem alle Sätze mit demselben Wort/denselben Worten anfangen.

Anfangsphase	Anfangserfolg	Lebensanfang
Anfangszeit	Anfangseuphorie	Schulanfang
Anfangsbuchstabe	Anfangsverdacht	Berufsanfang
	Anfangsschwierigkeiten	Rentenbeginn

- * einen Streit anfangen
- * einen neuen Anfang machen
- * von Anfang an
- * jetzt kann man wieder von vorne anfangen
- * den Anfang nicht finden
- * den Anfang verpassen
- * ein vielversprechender Anfang
- * es war der Anfang einer ...
- * etwas steckt noch in den Anfängen
- * einer muss ja den Anfang machen!
- * jeder hat mal klein angefangen!
- * Müßiggang ist aller Laster Anfang
- * aller Anfang ist schwer
- * Das fangen wir erst gar nicht an!
- * Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne
- * Anfangen ist leicht, beharren eine Kunst.
- * anfangen zu weinen
- * die Anfangsscheu verlieren

- * am falschen Ende anfangen
- * ganz klein anfangen
- * wieder bei null anfangen
- * bei Adam und Eva anfangen
- * Im Anfang schuf Gott Himmel und Erde
- * Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott
- * Der Anfang der Welt (vielleicht wollen Sie die Schöpfungsgeschichte neu erzählen?)
- * Der Anfang ist die Hälfte des Ganzen. (*Aristoteles*)
- * Eine Reise von tausend Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. (*Laotse*)
- * Nicht den Tod sollte man fürchten, sondern dass man nie beginnen wird, zu leben. (*Marcus Aurelius*)
- * Versagen ist schlichtweg die Möglichkeit, neu zu beginnen, diesmal klüger. (*Henry Ford*)
- * Jeder Tag ist ein neuer Anfang. (*George Eliot*)
- * mit etwas nichts anfangen können
- * Wenn man erst einmal angefangen hat, geht es wie von allein

Ende

Jeder Mensch macht Erfahrungen wie das Ende einer Beziehung, vorübergehende Abschiede, den Abschied aus dem Arbeitsleben, das Jahresende, den Verlust eines Angehörigen, den Abschied von Träumen und Wünschen. Das sind Erfahrungen, mit denen man manchmal schlecht fertig wird. Verglichen mit dem Tod mögen andere Endsituationen weniger dramatisch sein. Doch ein bisschen Wehmut oder Traurigkeit ist fast immer dabei. Vielleicht erinnert jedes Ende auch an die Begrenztheit unserer Existenz, an die Endlichkeit des Lebens.

Endphase	Enddarm	Endzeitstimmung
Endreim	Endlager	
Endstation	Endlosgeschichte	endlos
Endzeit	Endrunde	endlich
Endergebnis	Endspurt	
Endlichkeit	Endstück	
Filmende	Weltende	Ende der Kindheit
Kopfende	Lebensende	Ende der Schulzeit
Saisonende		Ende einer Ära
		Kriegsende

- * bis zum bitteren Ende
- * Ende gut, alles gut
- * Licht am Ende des Tunnels sehen
- * ein böses Ende nehmen; böse enden
- * das dicke Ende kommt noch
- * er sah sein Ende nahen
- * bis an sein seliges Ende
- * mit jemandem geht es zu Ende
- * er hat seinem Leiden ein Ende gesetzt
- * am Ende sein
- * mit seinem Latein am Ende sein
- * mit den Nerven am Ende sein
- * mit seiner Weisheit am Ende sein
- * mit seinem Verstand am Ende sein
- * das Ende meiner Geduld
- * kein Ende finden/nehmen
- * jemand kommt einfach nicht zum Ende
- * etwas muss ein Ende haben
- * Das nimmt und nimmt kein Ende!
- * etwas zu Ende führen/bringen
- * einer Sache ein Ende bereiten
- * etwas ist ergebnislos zu Ende gegangen
- * dem Spuk ein Ende machen
- * der Spuk hat ein Ende
- * Kohle ohne Ende haben
- * zu Ende gehen
- * Ein jähes Ende finden
- * etwas, eine Ära geht zu Ende
- * es endete in einem Desaster
- * das wird tödlich enden
- * Ende der Veranstaltung!
- * Schluss, fertig, aus!
- * Aus ist die Maus
- * Ende Gelände
- * Es ist aus und vorbei!
- * einen Schlusstrich unter etwas ziehen
- * einen Streit beenden
- * Aus, aus, aus, aus, das Spiel ist aus!
- * am falschen Ende sparen
- * am / bis ans Ende der Welt
- * das Ende vom Lied
- * am Ende des Tages

- * bis ans Ende der Zeiten
- * etwas am richtigen Ende anfassen
- * Das Ende der Fahnenstange ist (noch nicht) erreicht
- * Das Spiel endete ...
- * Viele Hände, schnelles Ende
- * Lieber ein Ende mit Schrecken, als ein Schrecken ohne Ende
- * Alles hat ein Ende, nur die Wurst hat zwei.
- * Am Ende sind wir alle gleich
- * Am Ende wird alles gut. Wenn es noch nicht gut ist, ist es noch nicht das Ende.
- * Was lange währt, wird endlich gut
- * Was die Raupe Ende der Welt nennt, nennt der Rest der Welt Schmetterling.

Anfang und Ende

- * von Anfang bis Ende
- * das ist der Anfang vom Ende
- * Das ist von Anfang bis Ende gelogen!
- * Alpha und Omega – Weltentstehung und Weltuntergang
- * Ich bin das A und O, der Anfang und das Ende, spricht Gott der Herr
- * Ausgang und Eingang, Anfang und Ende, liegen bei dir, Herr, füll du uns die Hände.

Alt, Alter

Manche Dinge sind wertvoll, weil sie alt sind. Und manche sind nichts mehr wert, wenn sie alt sind. Und was für den einen nichts mehr wert ist, weil es alt ist, kann für den anderen viel wert sein, da er sonst gar nichts hat. Der uralte Stoffhase wird, obwohl er schon fast das Fell verloren hat, heiß und innig geliebt, das andere alte Spielzeug wird achtlos auf den Müll geworfen. Etwas Altes kann auch zu etwas Neuem umgearbeitet werden.

Mit dem Altwerden der Menschen ist es auch zweiseitig. Es ist niemand gern alt, und doch will jedermann gern alt werden. Alt werden ist also etwas Wertvolles und gleichzeitig auch etwas Ängstigendes, weil das Alter auch manchmal mit Verlust einhergeht: Verlust von körperlicher Gesundheit, von Freunden ... Man schätzt die Weisheit des Alters und andererseits redet man manchmal abfällig über die Alten: Was will denn der Alte noch da ...

Es gibt viele alte Rituale. Manche geben uns Halt und Sicherheit. Andere sind vielleicht überholt und passen nicht mehr in das heutige Leben.

Altenheim	Ältestenrat	altansässig
Altenpflege	Altbier	alteingesessen
Alterswohnsitz	Altflöte	altbewährt
Altenteil	Altkleidersammlung	altbekannt
Altenclub	Alteisen	altgewohnt
Altersmilde	Altglas	altvertraut
Altersstarrsinn	Altgold	alterslos
Altersbeschwerden	Altpapier	altersschwach
Altersdemenz	Altschnee	altbacken
Alterserscheinung	Altbau	altersbedingt
Altersfleck	Altlasten	altjüngferlich
Altersunterschied	Altkanzler	altklug
Altenteil	Altweibergeschwätz	altrosa
Altersklasse	Alt68er	altehrwürdig
Alterssicherung	Altherrenmannschaft	altertümlich
Altersarmut	Altertumsforscher	altmodisch
Altersdiskriminierung	Altes Testament	

- * Im Alt singen
- * zum alten Eisen gehören
- * Hier werde ich nicht alt!
- * Bis dahin kann ich ja alt und grau werden!
- * alt und klapprig
- * alt wie Methusalem
- * alt aussehen
- * da hat er alt ausgesehen!
- * zu alt sein für ...
- * ganz der Alte!
- * die alte Leier
- * veraltet sein
- * der alte Fritz
- * Alter Ego
- * Alter Schwede!
- * die alten Römer, Griechen
- * die Erfahrungen haben ihn frühzeitig alt gemacht
- * ein altgermanischer Brauch
- * er ist immer noch der Alte
- * es bleibt alles beim Alten

- * alles beim Alten lassen
- * am Alten hängen
- * So alt wird kein Schwein
- * Der ist noch von altem Schrot und Korn
- * Ins Schwabenalter kommen
- * Das ist doch ein alter Zopf
- * eine Mischung aus Alt und Neu
- * aus Alt mach Neu
- * ein Fest für Alt und Jung
- * Man ist so alt, wie man sich fühlt
- * Alter schützt vor Torheit nicht
- * Einem alten Gaul schaut man nicht ins Maul
- * Ein alter Mann ist doch kein D-Zug!
- * Nichts ist so alt wie die Zeitung von gestern
- * Alter geht vor Schönheit
- * Alte Liebe rostet nicht
- * Einen alten Baum verpflanzt man nicht
- * Wie die Alten sunen, so zwitschern auch die Jungen

Neu

Nicht immer ist alles, was neu ist, auch besser, oder?

Manch einer will immer neue Erfahrungen machen oder immer neue Sachen kaufen, der andere bleibt lieber bei alten Gewohnheiten und will nichts Neues haben.

Man kann ein neues Rezept ausprobieren, sich eine neue Frisur zulegen, ein neues Hobby entdecken, neue Freunde finden ...

Neubeginn
Neustart
Neuanfang
Neuwagen
Neubau (-gebiet)
Neugier
Neuzugang
Neuzüchtung
Neuerscheinung
Neuentwicklung
Neuentdeckung

Neuigkeit
Neuankömmling
Neubürger
Neuanschaffung
Neueröffnung
Neumond
Neuschnee
Neues Testament
Neuer Wein

neuerdings
neulich

Neujahrsgruß
Neujahrsansprache
Neujahrsempfang
Neujahrsglückwunsch

neureich
neuartig
neuwertig
nigelnagelneu
neuvermählt

Neue Medien

- * die Karten werden neu gemischt
- * wie ein neues Leben
- * nochmal neu durchstarten
- * etwas Neues wagen
- * die neueste Mode
- * der neueste Klatsch
- * Nichts Neues!
- * es aufs Neue versuchen
- * seit Neuestem
- * etwas Neues liegt in der Luft
- * sich wie neugeboren fühlen
- * Das ist Neuland für mich!
- * das Rad neu erfinden

- * sich (selbst) neu erfinden
- * neuer Wein in alten Schläuchen
- * eine neue Liebe ist wie ein neues Leben
- * Platz für Neues schaffen (ausmisten)
- * neue Besen kehren gut
- * da sagen Sie mir nichts Neues!
- * offen sein für Neues
- * in neuem Glanz erstrahlen
- * eine neue Herausforderung
- * neue Gedanken wagen
- * auf ein Neues!
- * eine neue Zeit ist angebrochen
- * das Leben hat einen neuen Sinn bekommen

Jung(sein)

Jungsein, Jugendlichkeit scheint für viele Menschen erstrebenswert. Die Jugendlichkeit der Haut und ein junges Aussehen hofft man durch Kosmetik- und andere Lifestyle-Produkte zu erlangen. Ist ewige Jugend denn so erstrebenswert? Oft verbindet man jung und schön oder spricht davon, dass jemand beneidenswert jung ist. Hat Jungsein nur Vorteile?

Jungchen	Junggesellenbude	Jünger
Jungfer	Junggesellenabschied	der Jüngste Tag
Jungfernflug	Jüngling	jungverheiratet
Jungfrau	Jungspund	jung geblieben
jungfräulich	Jungvieh	junges Gemüse!
Junggeselle	Jungbulle	junger Hüpfer

- * Jung gefreit, hat nie gereut
- * So jung kommen wir nicht / nie mehr zusammen
- * Du bist nur einmal jung.
- * Wie die Jungfrau zum Kind kommen
- * Er gehört nicht mehr zu den Jüngsten
- * Das ist ein wahrer Jungbrunnen

Stillstand

Stillstand wird oft negativ bewertet. Etwas stockt, geht nicht mehr voran: der Motor steht still, jemand hat einen Herzstillstand, die Verhandlungen zwischen Arbeitgeber und Gewerkschaft sind zum Stillstand gekommen. Lähmung, Pause, Stau, Stagnation, Stockung, , toter Punkt, Flaute ... sind Worte, die in dem Zusammenhang auftauchen.

Oftmals will man einen Stillstand überwinden. Oder muss es im medizinischen Bereich, damit der Patient weiterleben kann. Denn wenn das Herz stillsteht, folgt das Ende, der Tod

Stillstand kann man auch im eigenen Leben erleben. Man tritt auf der Stelle, nichts geht voran.

Herzstillstand	Stillgestanden!	ein Tag ist wie der andere
Kreislaufstillstand		tagaus, tagein dasselbe
Atemstillstand	das tägliche Einerlei	Eintönigkeit
Geburtsstillstand	Alltagstrott	alte Gewohnheiten
Waffenstillstand	der graue Alltag	

- * In einem wankenden Schiff fällt um, wer stillsteht und sich nicht bewegt. (*Ludwig Börne*)
- * Glück zeigt sich im Stillstand der Zeit. (*Dietrich Grönemeyer*)

Veränderung

Veränderungen gibt es immer und überall. In der Natur, im eigenen Leben, auf der Erde.

In der Natur verlieren im Herbst die Bäume ihre Blätter, die Wolken am Himmel verändern sich, das Chamäleon wechselt seine Farbe, das Klima wandet sich, aus der Raupe wird ein Schmetterling, aus Wasser wird Eis ...

Auch im Leben gibt es immer wieder Veränderungen. Wenn man sich dafür entscheidet, keine Veränderung zuzulassen, dann verändert man seine Einstellungen nicht, man lernt nichts Neues hinzu und man schließt sich von neuen Erlebnissen und Erfahrungen aus.

Kleine und große Abschiede begleiten unser Leben. Da sind zum Beispiel die vorübergehenden, freiwilligen Abschiede am Bahnhof, wenn jemand für zwei Wochen eine Reise macht oder wenn das Kind sich im Kindergarten von seiner Mutter verabschiedet. Aber es gibt auch große, aufgezwungene, manchmal sehr unschöne Veränderungen, mit denen man leben muss. Der befristete Arbeitsvertrag läuft aus und wird nicht verlängert. Das Wohnhaus wird abgerissen und man muss umziehen. Man bekommt eine Krankheit und muss fortan mit Einschränkungen leben oder das Alter geht mit einem Verlust an körperlicher Leistungsfähigkeit einher ... Auch die Welt um uns herum verändert sich rasant und bedingt Veränderungen in unserem Leben. Manches verändert sich drastisch, anders langsam und schrittweise.

Manchmal hat man Angst vor möglichen Veränderungen. Alles soll so bleiben, wie es ist, denn das fühlt sich bekannt und sicher an. Manchmal bedeutet das auch, lieber das bekannte Unglück als das unbekannte Glück. Denn oft spürt man Schmerz, Angst und Wut, wenn man von lieb gewonnenen Menschen oder Gewohnheiten Abschied nehmen muss. Leben heißt stete Wandlung und Veränderung, Loslassen und Neues beginnen. Eine Krise birgt immer auch Chancen für die Zukunft. Wir brauchen die Veränderung, um zu wachsen. Und es kann ein großes Glück sein, wenn man es schafft, negative und schädliche Denk- und Verhaltensweisen zu verändern. Und dass man zwischendurch auch mal in alte Gewohnheiten zurückfällt gehört dazu, Verändern läuft nicht reibungslos.

Ein paar andere Worte, die mit Veränderung zu tun haben: Entwicklung, Wechsel, Wandel, Metamorphose, Erneuerung, Umgestaltung, Bewegung, Prozess, Umbruch ...

Erbgutveränderung	Ortsveränderung	Sinnesänderung
Klimaveränderung	Veränderungswille	Aufbruchsstimmung
Luftveränderung	Veränderungsbereitschaft	Mut zur Veränderung

- * Das Barometer steht auf veränderlich
- * Veränderung tut weh. Aber nicht so weh, wie dort zu bleiben, wo man nicht hingehört.
- * Wer loslässt, hat die Hände frei für Neues.
- * Wir müssen der Wandel sein, den wir in der Welt zu sehen wünschen. (*Mahatma Gandhi*)
- * Wandlung ist notwendig wie die Erneuerung der Blätter im Frühling. (*Vincent van Gogh*)
- * Wir staunen über die Schönheit eines Schmetterlings, aber erkennen die Veränderungen so selten an, durch die er gehen musste, um so schön zu werden. (*Maya Angelou*)
- * Du bist nie zu alt, um dir ein neues Ziel zu setzen oder einen neuen Traum zu träumen. (*Staples Lewis*)
- * Ich weiß nicht, ob es besser wird, wenn es anders wird. Ich weiß nur, dass es anders werden muss, wenn es besser werden soll. (*Georg Christoph Lichtenberg*)
- * Ein Schiff im Hafen ist sicher, doch dafür werden Schiffe nicht gebaut. (*John Augustus Shedd*)
- * Wenn der Wind der Veränderung weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windmühlen (*chin. Weisheit*)
- * Nichts ist so beständig wie der Wandel. (*Heraklit*)
- * Fürchte dich nicht vor Veränderung, eher vor dem Stillstand. (*Laotse*)
- * Wer ständig glücklich sein möchte, muss sich oft verändern. (*Konfuzius*)

Lebensanfang/Geburt

Die Geburt ist, wie auch das Sterben ein Wechsel, ein Übergang. Beides sind Erfahrungen, die einen an und über Grenzen führen, die erschütternd, beängstigend und unendlich schmerzhaft sein können, aber auch total beeindruckend, erfüllend und schön. Beides, die Geburt und das Sterben verändert unser Leben ganz grundlegend.

Wir werden alle mithilfe unserer Mutter und den Menschen, die ihr zur Seite stehen, geboren. Und fast alle von uns brauchen auch wieder ein wenig Hilfe und Menschen, die für sie da sind, wenn sie sterben.

Bei der Geburt und beim Sterben steht man auf einer Schwelle, deren ‚Dahinter‘ man nicht kennt. Man muss einen Schritt wagen, von dem man nicht weiß, wohin er führt.

Geburtstag	Frühgeburt	Geburtenkontrolle
Geburtsdatum	Geburtsfehler	Wiedergeburt
Geburtsjahr	von Geburt an behindert sein	das war eine schwere Geburt!
Geburtsanzeige	Geburtshelfer*in	vor und nach Christi Geburt
Hausgeburt	Geburtsvorbereitung	
Totgeburt	Geburtserlebnis	
Fehlgeburt	Geburtshelferkröte	

- * Mit jedem Menschen ist etwas Neues in die Welt gesetzt, was es noch nicht gegeben hat, etwas Erstes und Einziges. (*Martin Buber*)
- * Welch wunderbares Geheimnis ist der Eintritt eines neuen Menschen in die Welt. (*Leo Tolstoi*)

Lebensende/Tod

Wann wir sterben, weiß keiner. Aber dass wir irgendwann sterben, das ist sicher. Irgendwann ist unser Leben zu Ende. Dies zu Wissen, kann ängstigen, kann aber auch beruhigen.

Manchen Menschen fällt es schwer, die Endlichkeit des Lebens zu akzeptieren. Sie wünschen sich Unsterblichkeit, ewige Jugend. Das Wissen um die Endlichkeit des eigenen Lebens kann aber auch dazu führen, dass man das Leben, welches man hat, mehr genießt und wertschätzt.

Die Menschen haben unterschiedliche Vorstellungen darüber, was nach dem Tod kommt. Für die einen ist einfach alles vorbei, man wird wieder zu Erde. Andere glauben an eine Wiedergeburt. Wieder andere daran, dass man in den Himmel oder in die Hölle kommt.

Es gibt viele Ausdrücke für das Sterben: Ableben, hinscheiden, sein Leben verlieren, heimgehen, entschlafen, von der Erde scheiden, den Löffel abgeben, ins Gras beißen, über den Jordan (oder über die Wupper) gehen, sich die Radieschen von unten ansehen, das Zeitliche segnen, abkratzen, die Augen für immer schließen, seine letzte Reise antreten, die ewige Ruhe finden, sein Leben aushauchen ...

Andere Ausdrücke für den Tod: Freund Hein, Schlafes Bruder, Gevatter Tod, der Schnitter, Hein Klapperbein, Sensenmann

Todesbotschaft	Todestag	todlangweilig
Todesanzeige	Todfeind	todunglücklich
Todesengel	Freitod	todesmutig
Todesnähe	Kindstod	todeselend
Todesfurcht		todernst
Todesnachricht	todsckick	Totenreich
Todesstunde	todmüde	Unsterblichkeit
Todesfall	todtraurig	Fegefeuer
Todesgefahr	todkrank	Reinkarnation

- * ein Tier einschläfern
- * zu Tode erschreckt
- * den Tod fürchten
- * einen schweren, leichten Tod haben
- * jemandem den Tod wünschen
- * sich zu Tode arbeiten, schuftten
- * sich zu Tode ärgern
- * sich zu Tode langweilen
- * jemanden auf den Tod nicht ausstehen können
- * dem Tode von der Schippe springen
- * dem Tod entfliehen, trotzen
- * mit dem Tod/Tode ringen
- * jemand sieht aus wie der leibhaftige Tod
- * jemand ist bleich, blass wie der Tod
- * tausend Tode sterben
- * jemanden in den Tod treiben
- * Tod und Teufel in Bewegung setzen
- * weder Tod noch Teufel fürchten
- * dem Tod ins Auge schauen
- * für seine Überzeugung in den Tod gehen
- * seinen Leichtsinn mit dem Tode bezahlen
- * Gegen den Tod ist kein Kraut gewachsen
- * Nun hat die liebe Seele endlich Ruh'
- * Umsonst ist nur der Tod und der kostet das Leben

Und zum Abschluss noch ein Gedicht

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

(Hermann Hesse)