

**KESS** heißt „losgehen“, „mich auf den Weg machen“, trotz aller Bedenken und der Ungewissheit was mich auf diesem Weg erwarten könnte. KESS heißt „einen Schritt nach dem anderen tun“, „mich in Geduld üben“ auch wenn es steinig und mühsam wird und nur langsam vorangeht. KESS heißt „innerlich gerüstet sein“ für steile Passagen und kritische Momente in denen ich das Gefühl habe den Halt zu verlieren. Nicht annähernd so hätte ich es formulieren können als ich 2014 meine Anmeldung zum Kurs beim Kursleiter in den Briefkasten geworfen habe und die Sorge, den Ansprüchen des Kurses nicht gerecht zu werden, wie ein großer Berg vor mir dominierte. Kess bedeutet aber ebenso mich in Begleitung Anderer und unter der kompetenten und sensiblen Führung der Kursleiter in einer Gemeinschaft zu wissen, die Sicherheit gibt und Schutz bietet. Gemeinsam auf dem Weg, voneinander lernen, ausgerüstet mit Gottes Kraft und getrieben von der Neugierde was mich auf diesem Weg alles erwarten wird, hoffnungsvoll nach vorne blickend. Wo komm ich her? Wo geh ich hin? Vertrauensvoll Schritt für Schritt Gefühle in mir entdecken, wahrnehmen und zulassen. Begrüßen, dass das was war, heute ist und sein darf. Ist Freiheit und Unabhängigkeit ein Gefühl? Wie gehe ich mit meiner Wut um? Wie fühlt sich eigentlich Trost an, Geborgenheit oder Enttäuschung. Dass eigene existentielle Lebenserfahrungen bereichernd sein können wenn es darum geht empathisch mit meinem Gegenüber zu sein habe ich erst nach und nach begriffen. KESS ist mehr als Wissensvermittlung! Das, was es während KESS für mich zu entdecken gab, lag teilweise tief in mir verborgen, mich dem zu nähern benötigte Zeit. Wie dankbar war ich, dass nach KESS noch das Angebot der Supervisionsgruppe stand und dass nach diesem weiteren Jahr noch ein KESS Aufbaukurs folgte. Ja, ich habe mich auf den Weg gemacht, „wann“, das weiß ich nicht mehr aber es hat sich gelohnt. Dabei hat KESS einen Teil meines (Lebens-) Weges entscheidend geprägt und Spuren hinterlassen. Neben dem Besuchsdienst in meiner eigenen Gemeinde bin ich seit 2017 als erste KESS-Ausgebildete im Dekanat Esslingen in der Notfallseelsorge tätig.

*Ein Bericht von Uta Techt – Oktober 2017*