Quelle: Schwarzwälder Bote

Orientierungen 01 vom 14. Januar 2023

Impulse für den Alltag

Treffpunkt | Im »Cafe der Fragen«

• Von Peter Müller

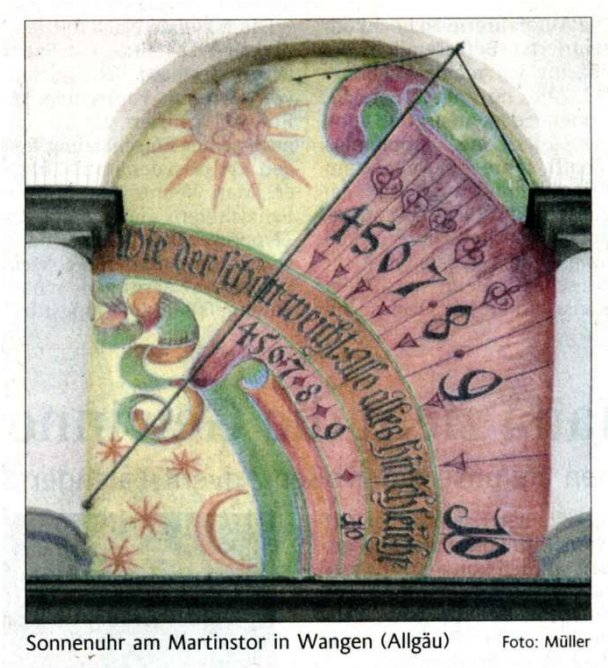
Das neue Jahr ist die Zeit guter Wünsche und Vorsätze. Daher wünsche ich Ihnen, dass Sie Ähnliches erleben wie der Werbefachmann Günther. Auf seiner Fahrt in den Urlaub will er dem Stau entgehen. Er verlässt die Autobahn und landet in einem Cafe. Dort entdeckt auf der Rückseite der Imbisskarte den fettgedruckten Hinweis: »Nutze deine Wartezeit! Wir laden dich ein, über dein Leben nachzudenken«.

Zwei Fragen sprechen ihn besonders an: Wozu lebst du? Führst du ein erfülltes Leben? Günther kommt mit anderen Gästen darüber ins Gespräch. Dabei muss er sich gestehen, dass er sich bisher darüber kaum Gedanken gemacht hat. Nachdenklich verlässt er das »Cafe der Fragen«.

Wie geht es uns mit diesen Fragen? Wozu lebst du? Das ist die Frage nach dem Sinn des Lebens. Was gibt mir Halt im Leben? Welche sinnvolle Aufgabe könnte in dieser konkreten Situation, in der ich gerade bin, enthalten sein? Was könnte Gott jetzt von mir erwarten? Sinn liegt nicht auf der Straße, Sinn finde ich nur, wenn ich aufbreche und nach Sinn suche, etwa in Begegnungen, Gesprächen, in meiner Lebensgeschichte, in Freude und Leid, in der Begeisterung für eine Aufgabe.

Sinn finde ich, wenn ich mir Zeit nehme für mich und andere und mich frage: Wozu lebe ich? Welche Werte sind mir wichtig? Wie kann ich meine Lebenswelt menschlicher gestalten? Führst du ein erfülltes Leben? Freue ich mich am Morgen auf den Tag? Bin ich offen für neue Erfahrungen? Nehme ich mir Zeit für stille Zeiten?

Das »Cafe der Fragen« hat zahlreiche »Filialen«, in denen wir nach unserem Sinn im Leben suchen können.



Sonnenuhr am Martinstor in Wangen (Allgäu) Foto: Müller

Sehnsucht etwas neu zu beginnen

Vorsätze | Das Leben selbst in die Hand nehmen

• Von Peter Müller

Das neue Jahr ist noch so jung wie unsere Vorsätze. Haben wir schon begonnen sie zu verwirklichen oder sie bereits vergessen? Eventuell kann da der rätselhafte Spruch von Leonardo da Vinci weiterhelfen: »Binde deinen Karren an einen Stern!« Wäre das für mich ein Leitsatz fürs neue Jahr?

»Karren« könnte bedeuten, auf ihm liegt alles, was ich jetzt schon und im neuen Jahr herumtrage: Arbeit, Erwartungen und Verpflichtungen, die neu auf mich zukommen wie Ärger und Ängste. Ich will regelmäßig innehalten, das Belastende auf diesem Karren ansehen, prüfen und

fragen: Was kann ich abwerfen? »Stern«, da könnte ich fragen: Was gibt mir Orientierung und Halt? Was ersehne, erhoffe, erträume ich für dieses Jahr?

»Binde deinen Karren an einen Stern« könnte heißen - halte inne und frage: Was tut mir gut, was belastet mich, was ist mir wichtig? Ich erleichtere meinen Karren, finde ein Ziel, binde es an einen Stern und arbeite daran. Doch ich weiß aus Erfahrung, aller Anfang ist schwer. Oft finde ich Ausreden etwas nicht zu beginnen, zu verschieben oder es zu lassen. Habe ich zu hohe Erwartungen oder Angst zu versagen, oder fehlt mir die Motivation? »Anfangen« - das heißt: »anfassen, anpacken, in die Hand nehmen«. Wenn ich anfange, einen Vorsatz zu verwirklichen, dann nehme ich mein Leben selbst in die Hand. Ich höre auf, über andere oder die Bedingungen zu jammern. Ich wage es, Neues zu beginnen, denn »jedem Anfang liegt ein Zauber inne« (Hermann Hesse). Das gilt auch für meine Vorsätze. Ich spüre eine Sehnsucht, etwas neu zu beginnen. Meine Vorsätze richtet den Blick in die Zukunft. Sie wollen, dass ich selbst aktiv werde, die neuen Ideen und Vorsätze hege, pflege und achtsam ein neues Denken und Verhalten einübe. Oder wie Jesus auf die Frage: »Kann ein Mensch sich verwandeln?« dem Pharisäer Nikodemus antwortete: »Ja! Du musst neu anfangen, so wie wenn du neu geboren wärest«. (Joh. 3,3).

Die Gegenwart von Gott

- Von Michael Becker

Vinzenz Palotti, 1795 bis1850, geboren und gestorben am 22. Januar in Rom. Die Zeit damals wie heute eine Zeit des Umbruchs, Napoleon hatte Papst Pius VII inhaftieren lassen, sodass viele dachten, mit der Kirche sei es nun vorbei. Vinzenz, Priester, Seelsorger, Ordensgründer war unkonventionell, machte eine verwahrloste Kirchengemeinde zum spirituellen Zentrum Roms, ermutigte Laien dazu, sich ihrer Bedeutung als Mitarbeiter Christi bewusst zu werden, und starb mit 55Jahren an einer Lungenentzündung, weil er einem Bettler seinen Mantel geschenkt hatte und sich deshalb frierend im Beichtstuhl erkältete. Was hat ihn getragen, was war seine Quelle? Überliefert ist von ihm folgendes Zitat: »Ich möchte Brot werden, um die Hungernden zu sättigen; ich möchte Kleidung werden, um die Nackten zu bekleiden; ich möchte Getränk werden, um die Durstigen zu tränken« oder dieses: »Wir müssen Gott einatmen und Gott ausatmen, Gottes Gegenwart ausstrahlen«. Dafür bezahlte er mit seinem Leben, das inspirierte die Menschen aber auch, weil Vinzenz war, was er gesprochen hat. Aufschlussreich auch sein Kirchenbild: »Wir sind alle verpflichtet, uns gegenseitig zu helfen, den Himmel zu erlangen.«

Impulse für den Alltag

Achtsam l Zeit für heilenden Kräfte

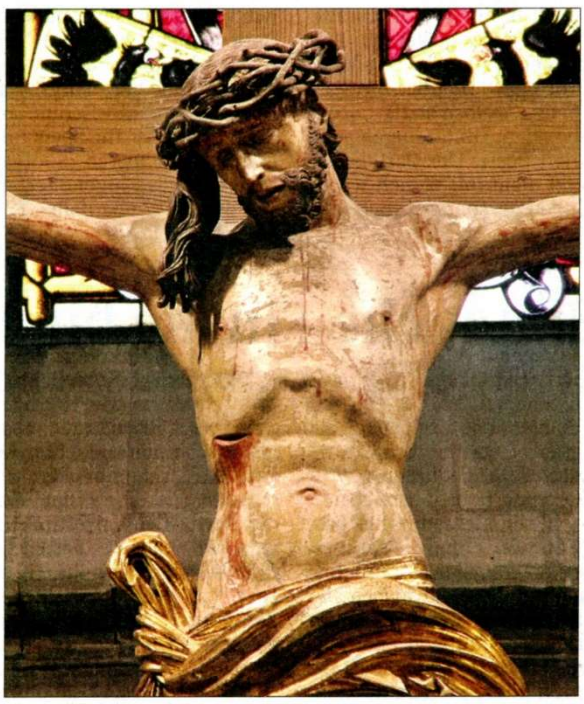
• Von Peter Müller

Auf die Frage: »Was ist die Zeit?« antwortetet schon im 5. Jahrhundert der Kirchenvater Augustinus: »Wenn mich niemand danach fragt, weiß ich es; will ich einem Fragenden es erklären, weiß ich es nicht«.

Was ist also die Zeit? Ich lebe in einer bestimmten Zeit und kenne viele ihrer Geheimnisse nicht. Die »Zeit« ist mein Leben. Von Beginn bis zum Ende meines Lebens kommt es nicht darauf an, wie viele Stunden ich am Arbeitsplatz, im Büro oder auf Reisen verbracht habe. Wichtig ist »die Qualität der Zeit, also das, was für ein gutes Leben Bedeutung hat: Zeit für uns, Zeit für andere, Zeit miteinander« (A. Grün).

Ich erinnere mich an den Roman Momo von Michael Ende. Geheimnisvolle graue Herren schleichen sich in das Leben der Menschen ein und bedrängen sie. Viele lassen sich von ihnen täuschen und bemerken nicht, wie ihnen Zeit gestohlen wird. Nur wenige fühlen, dass ihr Leben immer hektischer und freudloser wird. Je mehr Zeit sie anhäufen, umso mehr spüren sie, dass die Menschen sich immer fremder werden. Sie haben keine Zeit mehr füreinander. Zusammen mit Meister Hora, dem Verwalter der Zeit, gelingt es Momo, den Zeitdieben das Handwerk zu legen.

Diese Zeitdiebe existieren auch in unserem Alltag. Wir kennen sie: Zeit ist knapp. Sie muss gespart werden. Zeit ist Geld. Raffiniert treiben sie ihr Unwesen. Einer jagt uns Angst ein, der nächste arbeitet mit falschen Versprechungen, einer ist sehr ehrgeizig, ein anderer sucht ständig Anerkennung. Mit diesen Erfahrungen geraten wir, ohne es zu merken, in ein Hamsterrad. Unser Alltag wird durch die Zeit vielfältig geordnet. Kommen wir damit nicht zurecht, dann müssen wir lernen, »verlorenen« Zeit zu vermeiden, Zeitdiebe auszuschalten und Zeit für uns zu, »gewinnen«. Der Jahresanfang bietet sich dazu an.



»Der leidende Christus«, ein Kruzifix im Rottweiler Heilig-Kreuz-Münster Foto: Hildebrand

Das abgehängte Symbol

Diskussion l Antworten aus dem Berliner Außenministerium

• Von Gerd Lassak-Baumann

Im Anschluss an den sonntäglichen Gottesdienst in Göllsdorf im November haben rund 20 Besucher über die Frage diskutiert, warum beim Treffen der G7-Außenminister in Münster das Kreuz im Saal der Begegnung abgehängt wurde. Außenministerin Annalena Baerbock hatte zu der Konferenz eingeladen, der Ort war bewusst ausgewählt worden, denn genau an dieser Stelle wurde 1648 der Dreißigjährige Krieg, der verheerende und sehr lang andauernde Folgen für Mitteleuropa hatte, mit dem Westfälischen Frieden beendet.

Um die Gründe zu erfahren, warum das Kreuz an diesem

geschichtsträchtigen Ort entfernt wurde, habe ich eine Anfrage nach Berlin geschickt. Mitarbeiter des Außenministeriums haben geantwortet: Im Rahmen des Treffens der Außenminister der G7 in Münster seien im Friedenssaal eine Reihe temporärer Veränderungen vorgenommen worden. Diese Umgestaltung der Einrichtung sei grundsätzlich üblich bei Konferenzen dieser Art und zur Erfüllung der technischen Anforderungen an eine multilaterale Konferenz notwendig. Sie umfasse beispielsweise das Mobiliar oder die Beleuchtung.

Die Entscheidung, das Ratskreuz temporär zu entfernen, habe weder einen politischen noch einen religiösen Hintergrund. Ziel sei es gewesen, einen funktionalen Ort für die Beratungen zu gestalten.

In der Wochenzeitschrift Christ in der Gegenwart, Ausgabe Nr. 46/2022, schrieb Heinz Schilling folgenden, gekürzten Kommentar: »Den eigentlichen Skandal an der Entfernung des historischen Kreuzes aus dem Friedenssaal der Stadt Münster sehe ich nicht in der Verachtung des christlichen Kreuzes, sondern in der rein performativspektakulären Nutzung hoch symbolischer Räume. Das Kreuz bringt wie kein anderer Gegenstand die geistig-kulturelle Tiefe der europäischen Friedensidee und Friedensverpflichtung zum Ausdruck. Es wurde in der ersten Hälfte des 17. Jahrhunderts zu einem Symbol der staatlich-gesellschaftlichen wie individuellen Versöhnung.«

Und Sie, liebe Leserin, lieber Leser der Orientierung: Wie denken Sie darüber?

Was das Kreuz bedeuten kann

• Von Gerd Lassak-Baumann

Es ist das Zeichen des Christentums, doch war der Anfang sehr schwierig. Die Römer haben tausendfach gekreuzigt, um die Bevölkerung abzuschrecken und die Opfer zu entwürdigen; sie wurden entkleidet und starben meist qualvoll durch Ersticken. Demzufolge war der Tod Jesu für seine Anhänger ein Schock. Diesem stellte sich Paulus in 1. Kor 1,23-24: Wir verkünden Christus als den Gekreuzigten, für Juden ein Ärgernis, für Heiden eine Torheit, für Christen Gottes Kraft und Weisheit. Im Laufe der Jahrhunderte gab es unterschiedliche Hervorhebungen vom Kreuz: als Zeichen des Sieges, Christus als König, Richter und Weltenherrscher und andere. Die Gotik entdeckte neu die Menschlichkeit Jesu, etwa gemalt von Mattias Grünewald im Isenheimer Altar: Gott leidet mit den Leidenden. Das 20. Jahrhundert bietet viele ungewöhnliche Darstellungen, die auch zum Widerspruch reizen. Da Kreuze unterschiedlich gestaltet wurden und werden, immer bleibt die Einladung zur persönlichen Betrachtung, wie es die mystische Tradition vermittelt: Du in mir, ich in dir, wir sind eins. In Rottweil laden dazu etwa das Kreuz im Münster, die Darstellung von Siegfried Haas in Auferstehung Christi oder die Christusdarstellungen in den Kirchen der Nachbarschaft ein.

Impulse für den Alltag

Erinnerungen-Fasnet geht unter die Haut

• Von Karl Lambrecht (gest. 2013)

Auf den ersten Blick scheint die Fasnet die schönste Nebensächlichkeit der Welt zu sein. Singen, Tanzen, Narren ist angesagt. Doch hinter diesen tollen Tagen steckt noch mehr.

Fasnet zu halten, ist ein Recht und eine wichtige Zäsur im Jahreslauf. Einen Geburtsschein kann sie nicht vorzeigen. Bekannt ist nur, dass Fasnet stark von der Kirche geformt wurde. Anfang und Ende eines Fasnetstages werden vom Morgen- und Abendläuten bestimmt, und der Aschermittwoch macht dem tollen Treiben den Garaus. Die fasnachtlichen Formen sind vielfältig. Aus vielen örtlichen Necknamen wurde eine Fasnetsfigur, die man dann als „historisch" bezeichnet. Es zählt der alte Spruch: „Jedem Narren gefällt seine Kappe!"

Wer einen Blick auf den Menschen wirft, der hinter der Narretei steht und sie trägt, wird staunen, dass gerade in unserer hochtechnisierten Welt bei vielen das Verlangen da ist, für kurze Zeit ein anderer zu werden; vielleicht auch das Bedürfnis, wieder einmal man selbst sein zu dürfen...

Alte Fasnachten, wie Rottweil, lärmen nicht. Sie kommen leise, sie gehen unter die Haut, sie rühren an. Otto Wolf sagt dies in seinem Narrenmarsch trefflich: „All Euch Narren könnt' ich umarmen, seufzt laut die Lene, schluckt die Träne ..." Dies ist die Situation, in der dem fremden Fasnetsgast beim Anblick der Narren das Humbatäterä im Halse stecken bleibt und einer freudigen Furcht weicht.

Die Fasnet, wie wir sie leben und lieben, ist ein unerschöpfliches Thema. Am glücklichsten wird sein, wer die Fasnet als Frau sieht, die man mögen, aber von der man nicht alles wissen muss... *Aus „Orientierung" vom 10.02.2007*

Ein Kindertrauerbrief. Foto: privat

Abschied nehmen ist wichtig

Wie sollte man trauernden Kindern und Jugendlichen helfen?

• Von Ulrike Wolf

Wenn Kinder trauern, werden wir Erwachsene oft sprach- und hilflos. Die Schwere, die in der Trauer von Kindern liegt, ist fast nicht auszuhalten.

Viele versuchen Kinder zu trösten durch Ablenkung von der Schwere des Schmerzes, manchmal durch Verharmlosung, oder sogar Lügen. Aber Kinder müssen genauso trauern wie Erwachsene. Sie machen es zwar anders, aber immer dann, wenn sie es mit ihrem Verstand erfassen können, gehen sie wieder einen Schritt auf ihrem Trauerweg. Was sie dazu brauchen, sind ehrliche, aber kindgerechte Erklärungen für ihre Fragen. Wenn man einem Kind sagt der Verstorbene ist eingeschlafen, kann es Schlafstörungen bekommen - weil wer schläft, wird beerdigt.

Was wirklich hilft, und das gilt sowohl für Kinder als auch für Jugendliche, ist miteinbezogen zu werden in die Vorgänge rund um Sterben, Tod und Beerdigung. Durch aktives Tun wird die Realisierung des Todes einfacher. Man soll Kindern jeden Alters die Möglichkeit geben, sich von den Verstorbenen zu verabschieden. Es geht um das Begreifen, etwa durch Anfassen, Streicheln. Es soll freiwillig sein, aber es ist wichtig Kinder zu ermutigen, sich zu verabschieden. Auch den Sarg oder die Urne zu bemalen, Musik oder Kleidung aussuchen, Briefe schreiben, helfen, den Abschied sehr persönlich und liebevoll zu gestalten.

Es ist also besonders wichtig schon vor der Beerdigung Unterstützung für die ganze Familie zu suchen, nicht erst wenn „alles" vorbei ist. Das gilt vor allem wenn Jugendliche betroffen sind. Diese verschließen sich direkt nach der Beerdigung oft für lange Zeit und lassen niemanden mehr an sich heran.

„Unter dem Regenbogen" Trauerberatung für Kinder, Jugendliche und deren Angehörige Rottweil, Tel: 074l/34853342, trauer_beratung@keb-rottweil.de

---

Valentin -Patron der Liebenden

- Von Jürgen Rieger

Valentin lebte im 3. Jahrhundert und war der Überlieferung nach ein ehrsamer Priester, der ein blindes Mädchen geheilt haben soll. Trost Suchenden schenkte er eine Blume aus seinem Garten. Trotz Verbotes traute er Liebespaare nach christlichem Zeremoniell und half in Partnerschaftskrisen; deshalb wurde er enthauptet und seitdem als Märtyrer verehrt. Unter einer Basilika seines Namens an der Via Flaminia in Rom befinden sich die Katakomben des Valentin mit einer Grabinschrift aus dem 4. und 5. Jahrhundert. Reliquien liegen in den Kirchen Santa Maria in Cosmedin und Santa Prassede in Rom. Schon im Altertum wurde Valentin in Mittelitalien verehrt. Den Valentinstag als Tag der Liebenden zu begehen, geht zurück auf den Festtag für die römische Göttin Juno, der Schützerin von Ehe und Familie; den Frauen schenkte man an diesem Tag Blumen. Valentin zählte bald zu den volkstümlichsten Heiligen, vergleichbar mit Nikolaus oder Martin. Der 14. Februar war auch Tag großer Festmahlzeiten von Seefahrern, Gilden und Bruderschaften. Im deutschsprachigen Raum verbreitete sich der Brauch der Blumengeschenke nach dem Zweiten Weltkrieg durch Einfluss aus den USA.

Bereit für die Feier

Fasten heißt: umkehren, einkehren, ankommen.

• Von Peter Müller

„Es goht dagega" - Menschen zeigen mit diesem Spruch ihre Vorfreude auf die Fasnet, doch gleiches gilt für die Aussage: „Alles hat seine Zeit". Das gilt auch für den Aschermittwoch, denn da beginnt die Fastenzeit.

Für viele ist die Fastenzeit die Zeit des nahen Frühlings und das erste Aufbrechen in der Natur. Doch dabei bleibt es nicht, sie sehen die Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostern als Chance, sich mit Leib, Geist und Seele zu erneuern.

Zur Einstimmung heute drei Anregungen:

❖ **Umkehr**

An Fasnet verkleide ich mich und spiele eine andere Rolle als im Alltag. Ich zeige: Ich kann, ich will einmal anders sein. Am Aschermittwoch lege ich die Verkleidung ab und schaue in den Spiegel. Ich frage mich: Wer bin ich wirklich? Was gibt meinem Leben Sinn? Was will ich in diesen Tagen dafür tun? Die Fastenzeit regt mich an, mich intensiver um mich, meine Beziehungen zu Mitmenschen und zu Gott zu bemühen. Vor Gott brauchen wir keine Larve, er kennt uns und lädt „entlarvte Sünder" zur Umkehr ein.

❖ **Einkehr**

Wenn ich meine Verkleidung ablege, lasse ich sie und mich los. Ich kehre bei mir ein. Konkret wird das im Verzichten auf etwas, was mir schwer fällt oder wenn ich mir Zeit nehme, mich für andere Menschen zu engagieren. Dadurch achte ich auf mich, werde aufmerksamer für tägliches Tun, die Not anderer und erlebe darin einen Sinn. Was werde ich konkret tun?

❖ **Ankommen**

Der Weg durch die Fastenzeit hat ein Ziel, nämlich Ostern. Dort begegne ich dem Kreuz und dem auferweckten Jesus. Nach alter kirchlicher Lehre werden wir durch ein bewusstes Fasten „durchlässig für Gott" (A. Grün) und bereit für die Feier des Osterfestes.

Eine heilsame Auszeit

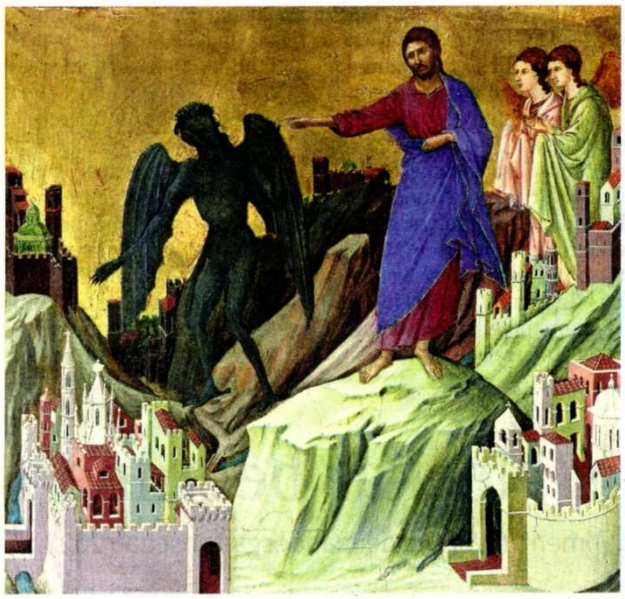
Die Bedeutung der drei Versuchungen Jesu.

• Von Peter Müller

Es gibt Sportarten, da kann der Trainer eine „Auszeit" anmelden. Er nimmt sie, wenn seine Spieler die Übersicht verlieren, er Fehler erkennt, wenn er spürt, die innere Einstellung stimmt nicht mehr. Wird das Spiel unterbrochen, hat er die Möglichkeit, auf Fehler und Spielvarianten hinzuweisen und Aufgaben neu zu verteilen.

„Auszeit" ist eine heilsame Pause, um Atem zu holen und sich neu zu motivieren. Wäre das nicht etwas für mich in der Fastenzeit? Für alle, die im Alltagstrott erstarren? Für alle, die ihre Einstellungen überprüfen und sich an Leib und Seele Gutes tun möchten?

Zu Beginn der Fastenzeit werden wir in einer biblischen Erzählung mit drei Versuchungen Jesu konfrontiert (Mt 4,1-6). Auch wir erleben Versuchungen.



Ein Bild von Duccio di Buonsegna: die Versuchung Jesu. Foto: Web – Gallery of Art

In der ersten Versuchung sollte Jesus Steine in Brot verwandeln.

Brot ist ein Bild für alles, was verfügbar sein kann: Nahrung, Kleidung, Informationen, Kultur und Freizeit. Verzichten auf Konsum könnte heißen, eigene Ansprüche zurückzuschrauben, sich Zeit für sich zu nehmen, auf Menschen zuzugehen, die aufbrechende Natur wahr zu nehmen und seine Beziehungen zu Gott zu klären.

In der zweiten Versuchung soll sich Jesus von den Mauern des Tempels stürzen, um Gott zu prüfen, ob er ihn wirklich durch Engel auffangen werde. Diese Versuchung warnt uns. Schnell sind wir in der Gefahr, nach Anerkennung, Stolz und Leistung zu streben und andere Menschen zu erniedrigen. Fasten dagegen, als Weg zu sich selbst, zu den Mitmenschen und der Suche nach Gott, schenkt uns Halt im Leben.

In der dritten Versuchung wird Jesus die Macht über alle Reiche der Welt versprochen, wenn er den Teufel anbete. Wäre dann Jesus mächtig? Nein, er wäre total abhängig vom „Diabolos". So wie wir oft abhängig sind von Politikern, Vorgesetzten, Kirchenvertretern, von Trends, Konsum und denen, die ihre Macht nutzen. Doch wir sollten auch an uns denken, wenn wir ehrgeizig oder selbstsüchtig andere unter Druck setzen oder durch Worte und Taten verletzen. Fasten fordert uns auf, den Versuchungen zu widerstehen und unser Leben neu auszurichten.

Fasten ist kein Gebot

Kirchenlehrer Thomas von Aquin (13. Jh.) antwortete auf die Frage „Ist Fasten ein Gebot?" mit „Gebote werden nicht für freiwillige Werke gegeben: diese fallen vielmehr unter den Rat. Das Fasten ist ein freiwilliges Werk, denn sonst müsste es überall und gleichmäßig beachtet werden. Also fällt das Fasten nicht unter ein Gebot." Fasten ist eine Einladung, meine tägliche Maske abzunehmen, in den Spiegel zu schauen, einen Weg zu finden und ihn zu gehen. Fasten ist eine Chance, auf meinem Weg mich neu zu entdecken, zu orientieren und mein Leben neu zu ordnen sowie loszulassen, mir Zeit zu nehmen, aufzubrechen, still zu werden, zu entspannen. Fasten - dazu gehört auch das Verzichten. Es ruft mich auf, Bilanz zu ziehen, mich zu öffnen, in mich hineinzuhören, anderen zuzuhören, ihnen zu vertrauen, Grenzen zu erproben und achtsam zu leben. Fasten ist eine Herausforderung zu schauen und zu hören, zu tasten und zu fühlen, zu danken, sich zu freuen und zu beten. Fasten heißt aber auch, „es genügt nicht, nur einen Entschluss zu fassen, denn nur durch Selbstüberwindung gelangt man zum Ziel" (Vinzenz von Paul). Fasten und Essen gehören zum Leben. Ich bevorzuge das sanfte Intervallfasten (vgl. Peter Müller, „Fasten -Zeit für mich. Ein spiritueller Begleiter zum Intervallfasten", Münsterschwarzach, 2019).

Orientierungen 05 vom 11. März 2023

Impulse für den Alltag

Verzicht nimmt nicht, Verzicht gibt: Durch Fasten werden Körper, Geist und. Seele erneuert.

• Von Peter Müller

„Fasten ist ein freiwilliges Werk." Diese Erkenntnis lebte Jesus von Nazareth. Er sprach wenig vom Fasten. Ihm ging es nicht um ein verordnetes Fasten, sondern um die rechte Gesinnung eines freiwilligen Fastens. „Wenn ihr fastet, dann macht kein finsteres Gesicht, wie die Heuchler... und wasche dein Gesicht, damit die Leute nicht merken, dass du fastest" (Mt 6,16 f). Richtschnur dafür ist für ihn das Gebot der Selbst-, Nächsten- und Gottesliebe.

Fasten ist die Zeit, in der wir die Larve der Fasnet abnehmen, um uns selbst im Spiegel anzuschauen, uns zu „entlarven" indem wir fragen: Wer bin ich mit meinen Stärken und Schwächen? Was gibt meinem Leben Sinn? Die Zeit des Fastens bietet die Chance mich um mich selbst, meine Beziehungen zu den Mitmenschen und zu Gott zu bemühen. Fasten fordert mich heraus, körperliche, geistige und seelische Müllhalden abzubauen und mich spirituell zu erneuern.

Zum Fasten gehört das Verzichten. „Verzicht nimmt nicht. Verzicht gibt. Er gibt die unerschöpfliche Kraft des Einfachen"(M. Heidegger). Wer fastet, verzichtet freiwillig eine gewisse Zeit auf etwas. Die einen verzichten auf feste Nahrung, andere auf Genussmittel, Vergnügen oder Gewohnheiten. Nicht wenige setzen ihre freie Zeit ein, um sich in der Nachbarschaft oder sozialen Einrichtungen zu engagieren.

Äußerer Verzicht bringt inneren Gewinn - wer es nicht glauben kann, muss es erleben. Die befreienden Wirkungen von Verzicht und Fasten erfahre ich nur, wenn ich mich darauf einlasse. Wenn ich erlebe: Es geht auch mit weniger, es geht auch anders und es geht mir dabei gut. Ich bin davon nicht abhängig, sondern innerlich frei. Nur wer loslässt, hat seine Hände frei, nur wer sich auf den Weg macht, kann Neues erfahren.

„Bei dir selbst muss also die Besinnung anfangen".

Bernhard von Clairvaux

Leib und Seele reinigen

Fasten - die Zeit der äußeren und inneren Reinigung

• Von Peter Müller

Fällt es Ihnen schwer, Ihren Kleiderschrank, das Bücherregal oder ein Zimmer zu entrümpeln, Dinge loszulassen, zu verschenken oder wegzuwerfen? Oder denken Sie, das und jenes könnten Sie noch brauchen? Doch bekanntlich benutzen wir die Dinge kaum noch. So füllen sich Schränke, Regale und Schubladen mit Erinnerungsstücken. Wenn wir dann etwas suchen, schichten wir um, brauchen viel Zeit, ärgern uns und sind frustriert. Die abgelagerten Dinge blockieren, sie lassen wenig Raum für Neues und haben seelische Auswirkungen.

Gilt das nicht auch für unsere körperlichen Fettpolster, für die Gedanken und Vorurteile, für den unsere

Seele belastenden Unrat (Klatsch, Neid, Zorn, Maßlosigkeit...)? Fasten ist die Zeit der äußeren und inneren Reinigung.

Mit der Kraft des Wassers entrümpeln und reinigen Foto: Müller

In der Erzählung von der „Tempelreinigung"(Joh 2, 13 -22) vertreibt Jesus die Händler mit ihren Rindern, Schafen und Tauben aus dem Tempel. Voller Zorn stößt er die Tische der Geldwechsler um. Er reinigt das „Haus Gottes", das sie als Markthalle benutzten.

Der Tempel ist ein Bild für den Menschen. Wir gleichen oft einer Markthalle. Da gibt es lärmende Händler und schreiende Geldwechsler. Sie entsprechen unseren lärmenden Gedanken und der Art, wie wir uns darstellen. Die Rinder sind ein Bild für die triebhaften Kräfte in uns, die Schafe für das oberflächliche Dahinleben und die Tauben für unsere unruhig hin- und herflatternden Gedanken. Als Markthalle tobt in uns oft ein Kampf unserer Gedanken, Bedürfnisse und Gelüste und der Suche nach Anerkennung.

Für Jesus gilt: Gott will im Menschen wohnen. Zu ihm kann man kostenlos kommen, ohne vorher zu opfern. Seine Zuwendung wird uns geschenkt. Doch wenn wir innerlich mit all den „Geldwechslern, Rindern, Schafen und Tauben" voll besetzt sind, ist für Gott kein Platz.

Fasten könnte die Zeit sein, ein Schrank, Regal... zu entrümpeln und zu erleben, wie befreiend das ist. Doch sie lädt uns auch ein, unsere innere Markthalle zu reinigen, damit aus der lärmenden Markthalle eine "Wohnung" wird, in der wir und Gott gerne wohnen.

Wer bin ich?

Ich bin des Maskentragens so müde, mein Gott, und doch kann ich mich meiner Maske nicht entledigen.

Wie oft sieht es so ganz anders aus in mir, als ich mich nach außen hin gebe. Ich habe Angst, mich dem Nichtverstehen auszusetzen, dem Nichtangenommen sein, wenn ich mich schwach zeige. Ich fürchte, ganz allein dazustehen mit meiner Art, Menschen und Dinge zu sehen. Mir ist bange vor dem unbarmherzigen Zugriff derer, die vorschnell mit starren Urteilen bei der Hand sind. Du weißt, dass ich in so vielem nicht der bin, für den meine Umwelt mich hält. Mich zu verbergen, verleiht mir ein Stück Sicherheit, aber es macht mich auch einsam. Manchmal frage ich mich, ob ich mir nicht selber ein falsches Bild von mir mache. Ich kann eine Rolle spielen und zugleich mein eigener Zuschauer sein. Was ist echt? Was ist gespielt? Oft weiß ich es selber nicht. Du siehst mich an, Du kennst mich. Wer bin ich?

Quelle unbekannt, Peter Müller

„Wenn alle Völker den Rat des Fastens annähmen, um ihre Fragen zu regeln, würde nichts mehr verhindern, dass tiefster Friede in der Welt herrsche, die Völker würden nicht mehr gegeneinander aufstehen und die Heere würden einander nicht in Stücke hauen...."

Basilius der Große (4. Jh)

Impulse für den Alltag

Gott - sein Name ist Barmherzigkeit

• Von Peter Müller

„Barmherzig handeln" ist, neben fasten und beten, ein Grundpfeiler christlichen Lebens. Alle drei sind freiwillige Werke und es ist wichtig, mit welcher Gesinnung wir sie leben. Papst Franziskus stellt daher in seinen Predigten oft den Weg der Barmherzigkeit ins Zentrum, denn „der Name Gottes ist Barmherzigkeit".

Das Herz öffnen

Barmherzigkeit heiße, „das Herz für die Not zu öffnen". Gott liebe die Menschen und zeige sich in ihrer Schwäche und Armut. Jesus habe mitten unter den Menschen, den Leidenden, Ausgestoßenen, den Kranken und Armen diese barmherzige Liebe verkündet und vorgelebt.

Es gebe heute drei Arten der Not: eine materielle Not, die wir als Armut bezeichnen, eine moralische Not, das sei die innere Abhängigkeit in Form einer Sucht wie Alkohol, Drogen, Glücksspiele, eine spirituelle Not, in der wir uns von Gott entfernten und den Sinn des Lebens verfehlten. „Vergessen wir nicht", so mahnt uns Franziskus, „dass Armut schmerzt. Almosen geben allein genügt nicht. Fasten zielt auf eine innere Umkehr und fordert uns heraus, Zeugnis zu geben von der Liebe Gottes zu den Menschen".

Dazu eine Geschichte: Eine jüdische Gemeinde wunderte sich, dass ihr Rabbi jede Woche am Vorabend des Sabbats verschwand. Sie hatten ihn in Verdacht, sich heimlich mit dem Allmächtigen zu treffen, und beauftragten daher einen aus ihrer Mitte, ihm zu folgen. Und das sah der Mann: Der Rabbi zog sich wie ein Bauer an und versorgte eine gelähmte, nichtjüdische Frau in ihrer Behausung, indem er putzte und ein Essen für sie vorbereitete. Als der Spion zurückkam, fragte die Gemeinde: „Wohin ging der Rabbi? Fuhr er gegen den Himmel? „Nein", erwiderte der Mann, „er stieg noch höher." (Anthony de Mello)

Beten mit den Füßen

Zwei Pilgergruppen begegnen sich in Rottweil: Um das Misereor-Hungertuch zu übergeben und um Abgeschlossenes mit Neuem zu verbinden.

• Von Jürgen Rieger

Im frühen Nachmittag des Aschermittwochs trafen 20 Pilger der Misereor-Hungertuchwallfahrt vor der Kirche Auferstehung Christi ein, vorneweg das diesjährige Misereor-Hungertuch. Sie begegnen hier in Rottweil einer weiteren Pilgergruppe, die nach einem kurzen Gottesdienst das Hungertuch übernimmt und zur nächsten Station - in Burladingen weiterzieht.

Die fundamentale Frage

Beten mit den Füßen - Bereits zum 38. Mal war die Wallfahrt unterwegs, um den Eröffnungsort der Misereor-Fastenaktion des Vorjahres mit dem aktuellen zu verbinden. In Stafette laufen sie Tag und Nacht von Freiburg bis nach Augsburg.

Das vom nigerianischen Künstler Emeka Udemba geschaffene Hungertuch steht unter dem Motto: „Was ist uns heilig?" Klima, Kriege, Pandemien: Die komplexen Multikrisen unserer Tage fuhren uns vor Augen,

wo die Schwachstellen unserer politischen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Strukturen liegen. Auch wenn Krisen immer verzahnter werden und sich gegenseitig verstärken, ist und bleibt die Klimaveränderung die fundamentale Frage unseres Überlebens.

Fastenaktion, Misereor und Hungertuch 2023 „Was ist uns heilig?“ erschaffen von Emeka Udema Foto: Härtl,/Misereor

Vielschichtig

Dieses Szenario zielt mitten in das Hungertuch von Emeka Udemba. Sein farbenstarkes Bild ist als Collage aus vielen Schichten ausgerissener Zeitungsschnipsel, Kleber und Acryl aufgebaut: Nachrichten, Informationen, Fakten, Fakes. In einen freien rötlichen Raum ragen zwei Unterarm- und Hand-Paare offen in die Fläche hinein. Sie gehören zu einem dunkelhäutigen Mann und einer weißen Frau. Ihre Hände berühren gemeinsam sacht die Erdkugel, die sie gemeinsam halten, aber auch Spielraum lassen. Die Kugel bleibt in der Schwebe von Halten und Loslassen, Schutz und Preisgabe. Wird sie kippen wie das Klima?

Die Erdkugel, gute Schöpfung und Heimatplanet oder Spielball verschiedener Interessen? „Vom Anfang" lesen wir im Zentrum des Hungertuchs. Lassen wir uns zurück zu diesem Anfang führen: Von Schöpfung zu sprechen ist mehr, als nur Natur zu meinen. Es hat mit einem Plan der Liebe Gottes zu tun, in dem jedes Geschöpf einen Wert besitzt und nicht verfügbar ist.

Gott segne und begleite dich

Der Herr sei mit dir zu Beginn deines Fastens, dass du dich offen einlässt, was dir das Fasten abverlangt und was dir geschenkt wird. Der Herr sei mit dir während deines Fastens, dass du mit Körper, Geist und Seele achtsam dein Fasten gestaltest und seine heilsamen Wirkungen spürst. Der Herr sei mit dir in den schwierigen Zeiten, wenn dich der Mut verlässt, wenn du dich sorgst um die anderen und damit wieder keine Zeit findest für dich, wenn seelische Altlasten entsorgt werden müssen, dass du ruhig und geduldig damit umgehst und in dir neue Kräfte wachsen, deinen Weg weiter zu gehen. Der Herr sei mit dir, wenn du dein Fasten beendest, wenn du dankbar zurück schaust auf die Lust und Last dieser Zeit, deiner Stärken, deiner Schwächen und Grenzen, wenn du Energie spürst für deinen Vorsatz. Der Herr sei mit dir und segne dich, er schenke dir die Gewissheit: Er ist bei dir und begleitet dich.

Peter Müller

„Fasten heißt, lernen, mit einfachen Dingen glücklich zu sein. Fasten heißt, sich frei machen von den tausend Fesseln der tausend toten Dinge, die man dir angepriesen und aufgedrängt hat, als seien sie unerlässlich für des Leben. Fasten heißt, die einfachen, kleinen Freuden in Dankbarkeit zu genießen."

Phil Bosmans

Impulse für den Alltag

Unterwegs -Kreuzungen und Kreuze

• Von Peter Müller

Wie oft haben wir es schon erlebt: Wir wandern, kommen an ein Wegkreuz und stehen ratlos davor. Keine Wegweiser sind zu sehen. Wohin führt mein Weg? Solchen Fragen begegnen wir nicht nur beim Wandern oder Pilgern, sondern auch im Alltag.

Im Schnittpunkt des Kreuzes

Wie oft wurden unsere Lebenspläne durchkreuzt? Solche „Kreuze" tragen Namen: schwere Krankheit, Sinnverlust, Berufswechsel, Verlust durch Tod, Scheidung, ... Auch an solchen Kreuzungen muss ich mich entscheiden.

Manchmal steht an einer Wegkreuzung oder entlang eines Weges ein Kreuz. Es ist das christliche Symbol des Leidens und Scheiterns, der Hoffnung und der Auferstehung. Im Schnittpunkt des Kreuzes treffen sich Horizontale und Vertikale, Höhe und Tiefe, rechte und linke Seite. Es ist daher ein Symbol der Begegnung und des Zusammenführens, des Vermittelns und der Mitte, aber auch des Auseinanderstrebens und der Entscheidung. Das Kreuz verbindet spannungsreiche Gegensätze zu einer Einheit und wird so zum Symbol des Menschen, der eingebunden ist zwischen oben und unten, rechts und links, Kopf und Füßen, Gefesseltsein und Freiheit, Geist und Körper, Geburt und Tod, ... Es erinnert auch daran, dass sich Jesus oft Menschen zuwandte, die »ihr Kreuz« zu tragen hatten, bis zum Tod am Kreuz. In ihnen weckte er neue Lebenshoffnung.

Bereit für neue Möglichkeiten?

Das Symbol des Kreuzes regt uns an, unser Leben zu betrachten. Die Vertikale steht fest in der Erde und lädt uns ein zu fragen: Auf welchem festen Grund steht mein Leben? Und nach oben zu schauen und zu fragen: Was gibt mir Hoffnung, mein Leben neu auszurichten? Der horizontale Kreuzesbalken ist Zeichen der Offenheit und der Mitte. Er regt an, zu fragen: Bin ich bereit, mich neuen Lebensmöglichkeiten zu öffnen? Was gibt mir Hoffnung und Halt?

Wie oft haben wir es schon erlebt: Wir wandern, kommen an ein Wegkreuz und stehen ratlos davor. Keine Wegweiser sind zu sehen. Wohin führt mein Weg? Solchen Fragen begegnen wir nicht nur beim Wandern oder Pilgern, sondern auch im Alltag.

Im Schnittpunkt des Kreuzes

Wie oft wurden unsere Lebenspläne durchkreuzt? Solche „Kreuze" tragen Namen: schwere Krankheit, Sinnverlust, Berufswechsel, Verlust durch Tod, Scheidung, ... Auch an solchen Kreuzungen muss ich mich entscheiden.

Manchmal steht an einer Wegkreuzung oder entlang eines Weges ein Kreuz. Es ist das christliche Symbol des Leidens und Scheiterns, der Hoffnung und der Auferstehung. Im Schnittpunkt des Kreuzes treffen sich Horizontale und Vertikale, Höhe und Tiefe, rechte und linke Seite. Es ist daher ein Symbol der Begegnung und des Zusammenführens, des Vermittelns und der Mitte, aber auch des Auseinanderstrebens und der Entscheidung. Das Kreuz verbindet spannungsreiche Gegensätze zu einer Einheit und wird so zum Symbol des Menschen, der eingebunden ist zwischen oben und unten, rechts und links, Kopf und Füßen, Gefesseltsein und Freiheit, Geist und Körper, Geburt und Tod,... Es erinnert auch daran, dass sich Jesus oft Menschen zuwandte, die »ihr Kreuz« zu tragen hatten, bis zum Tod am Kreuz. In ihnen weckte er neue Lebenshoffnung.

Bereit für neue Möglichkeiten?

Das Symbol des Kreuzes regt uns an, unser Leben zu betrachten. Die Vertikale steht fest in der Erde und lädt uns ein zu fragen: Auf welchem festen Grund steht mein Leben? Und nach oben zu schauen und zu fragen: Was gibt mir Hoffnung, mein Leben neu auszurichten? Der horizontale Kreuzesbalken ist Zeichen der Offenheit und der Mitte. Er regt an, zu fragen: Bin ich bereit, mich neuen Lebensmöglichkeiten zu öffnen? Was gibt mir Hoffnung und Halt?

Ostersignale im Alltag

Anderen Orientierung schenken - auch darum geht es in diesen Tagen.

• Von Peter Müller

Vor einigen Tagen begegnete mir der Satz: „Die beste Predigt ist ein österlicher Mensch." Wenn wir uns dann erinnern, dass die Jünger und Anhänger Jesu vor allem mit dem Ruf „Er wurde auferweckt" und dem Bekenntnis „Jesus lebt" von seiner Auferstehung erzählten, dann fragen wir: Woran erkennen wir einen österlichen Menschen? Woran spüren wir seine Hoffnung und Zuversicht, aus der er lebt? Woran merken wir, dass „Jesus lebt" für ihn kein leeres Wort ist?

„Emmauserzählung“, gemalt von Otto Gillhausen, Friedrichshafen 2003, Bild in Besitz von P.Müller Foto: Müller

Wichtige Hinweise finden wir in der Apostelgeschichte. Sie erzählt, wie die „Anhänger des neuen Weges" - so nannten sich die ersten Christen zunächst - miteinander umgegangen sind, denn dort heißt es: „Seht wie sie einander lieben". Fragen wir also: Wo entdecken wir im Alltag „Ostersignale", bei denen auch uns Augen, Ohren und Herz aufgehen? Was könnte für uns „österlich zu leben" heißen?

Zum Beispiel: Wir könnten Ostern in den Beinen haben, das heißt: so wie Jesus auf Menschen zugehen, einfühlsam den ersten Schritt tun, mit ihnen suchen, ihnen zuhören, sie ein Stück Weg begleiten, offen und aufrichtig. Aufstehen für das Leben, das, was mich und andere bedrückt oder in die Knie zwingen will.

Wir könnten Ostern in den Händen haben, das heißt: Jemand die Hand entgegenstrecken und sich mit ihm versöhnen, untereinander Frieden stiften, andere trösten, sie an der Hand nehmen, begleiten, ihnen im Gespräch und durch Handeln Orientierung schenken.

Wir könnten Ostern in den Augen haben. Das heißt: Die Augen offen halten und wach sein für die Zeichen des Augenblicks, der Not und Freude, der Bitte um Anerkennung und Hilfe. Wie Jesus den Menschen begegnen: sie offen und respektvoll wahrnehmen, sie ansehen und ihnen so Ansehen schenken.

Wir könnten Ostern im Herzen tragen, das bedeutet: Menschen herzlich begegnen, sie ermutigen, Freude und Zuversicht ausstrahlen.

Leid, Krankheit und Tod nicht verdrängen, den Karfreitag nicht totschweigen, sondern Ostern im Herzen tragen und im Alltag leben. Einfach mit Beinen, Händen, Augen und Herz als „österlicher Mensch" unspektakulär handeln, wie es uns der zunächst unerkannte Jesus auf dem Weg nach Emmaus (Lk 24, 13-35)

vorlebte.

Anselm von Canterbury

Wenn ein Theologe den Namen Anselm von Canterbury hört, denkt er sofort an zwei Begriffe: den ontologischen Gottesbeweis und die Satisfaktionstheorie. Anselm starb am 21. April 1109, deshalb ist er hier und heute Thema. Wir stehen vor Ostern, so soll die Satisfaktionstheorie hier im Vordergrund stehen. Hintergrund ist die Frage: Wie kann eine Sünde wieder gut gemacht werden (satisfacere)? Jede Sünde beleidigt den allmächtigen Gott, verletzt seine Ehre. So muss ein Gott würdiges Opfer her, um Gottes Ehre wieder herzustellen. Und Gott allein würdig ist nur Gott selbst. So musste sein Sohn Jesus geopfert, gekreuzigt werden, alle Sünden der Menschen tragend, damit die Ehre Gottes wiederhergestellt wird. So dachte man damals, im 11. Jahrhundert. Geschah etwa ein Mord, so war dadurch die gesellschaftliche Ordnung gestört, es brauchte einen Geständigen, der dafür bezahlt, egal ob er den Mord getan hatte oder nicht. In unserer individualisierten Gesellschaft ist dieses Denken völlig fremd. Der einzelne ist Maßstab und Mittelpunkt. Zu mir muss es passen, mir muss es gut gehen. Folge sind zunehmender Egozentrismus, Verrohung und Vereinzelung. Jesu Weg war seine Hingabe für etwas, das größer ist als er selbst. Darum bleibt er Orientierung und Leuchtturm über die Jahrtausende hinweg. Nicht Ehre, nicht Egoismus, Liebe ist es. *Von Michael Becker*

Impulse für den Alltag

Immer wieder neu auferstehen•

Von Peter Müller

Aufwachen am Morgen ist ein Geschenk. Leib und Seele konnten sich ausruhen, ein Ärger des Vortages hat sich beruhigt, ein neuer Gedanke ist aufgetaucht...

Jeder Morgen ist eine neue Einladung, seine erfrischende Kraft zu spüren, den Tag mit seinen Aufgaben anzunehmen und ihn verantwortlich zu gestalten.

Da kann es hilfreich sein, bewusst aufzuwachen, eine kurze Zeit ans Fenster zu stehen, tief ein- und auszuatmen, die Umgebung wahrzunehmen und zu sagen: Ich bin wach, ich stehe hier, ein neuer Tag liegt vor mir. Dafür danke ich. Ich beginne mutig meinen Tag.

Jeder neue Morgen ist auch ein „Bild" für die Erfahrung der Auferstehung, von der die Evangelien erzählen. So wird zum Beispiel bei Johannes (21, 1-14) berichtet, dass die Jünger nach den Tod Jesu wieder in ihrem alten Beruf als Fischer tätig waren. Vergeblich hatten sie die ganze Nacht gearbeitet und nichts gefangen. So ruderten sie enttäuscht ans Ufer zurück. Dort stand ein Mann, der ihnen zurief nochmals hinaus zufahren und ihre Netze auf der anderen, der rechten Seite auszuwerfen. „Sie warfen das Netz aus und konnten es nicht wieder einholen, so voller Fische war es" (21,6). Da erkannten sie den Mann und sagten: „Es ist der Herr" (21,7). Sein Dasein hatte sie ermutigt, es entgegen all ihre Berufserfahrung erneut zu versuchen.

Was könnte das für uns heißen? Der Mönch Anselm Grün meint dazu: „Wenn ich mir diesen Satz „Es ist der Herr" mitten in meiner Arbeit, in einer ermüdenden Besprechung, am Schreibtisch oder anlässlich eines unlösbaren Konflikts vorsage, ... weiß ich ... der Auferstandene ist bei mir, (er) schenkt mir Hoffnung, dass mein Leben gelingt,..".

Nun lebt nicht jeder als Mönch, doch er kann aus dieser Hoffnung neu Mut und Kraft schöpfen.

Immer hart erkämpft

Der 1. Mai steht dieses Jahr unter dem Motto: „Ungebrochen solidarisch!"

• Von Beate Scholz

In den zurückliegenden Wochen jagte ein Streik den anderen. Zuletzt blieben Züge im Bahnhof, Schiffe im Hafen, Flugzeuge am Boden. Und sogar auf Autobahnen drohe der Stillstand, denn zwei Gewerkschaften bündelten ihre Macht, um den Verkehr in Deutschland fast völlig lahmzulegen. Trotz der Einführung des Mindestlohns 2015 und der jüngsten Anhebung auf zwölf Euro brutto pro Stunde bleibt die Lohnuntergrenze eine Armutsfalle für die Beschäftigten im Niedriglohnbereich.

Die derzeitigen Krisen, die Teuerungen und der Inflationsanstieg haben zu einem Realverlust insgesamt und besonders für die unteren Lohngruppen zu existenziellen Sorgen und Nöten geführt. Bessere Arbeitsbedingungen und gerechte Löhne sind noch nie einfach vom Himmel gefallen, sondern mussten stets hart erkämpft werden. Nur durch Zusammenhalt und Solidarität, durch starkes gewerkschaftliches Handeln war

dies möglich, und das gilt auch heute.

Dieses Jahr steht der I. Mai, der Tag der Arbeit, unter dem Motto: „Ungebrochen solidarisch!" Letztlich können wir nur bestehen, wenn wir solidarisch miteinander leben. Wenn der Starke dem Schwächeren hilft, der Gesunde dem Kranken, der Junge dem Alten.

Ja, Streiks tun auch manchmal weh. Wenn ich auf Grund eines Warnstreiks meine geplante Reise nicht antreten kann, vielleicht zu spät zur Arbeit komme oder auch gar nicht. Mein Kind nicht in die Kita kann oder die Warteschlange an der Supermarktkasse gefühlte 50 Meter beträgt.

Aber ohne diese schmerzhaften Einschnitte wird es uns wohl nicht gelingen, dafür zu sorgen, dass jeder Mensch von seiner Arbeit in einem wahrhaft menschlichen Lebensniveau im Heute und auch im Alter leben kann.

Die Gewerkschaften rufen am 1. Mai wieder zum Tag der Arbeit auf. Foto: Betriebsseelsorge

---

Katharina von Siena

- Von Mirjam Benz

Am 29. April ist der Gedenktag der heiligen Katharina von Siena, Mystikerin und Kirchenlehrerin. Sie wurde 1347 als 24. Kind in eine wohlhabende Familie geboren. Nach einer Vision, in der ihr Jesus segnend erschien, legte sie mit sieben Jahren das Gelübde der Jungfräulichkeit ab und lebte als Kind asketisch. 1363 trat sie gegen den Willen ihrer Eltern in den Dritten Orden der Dominikaner ein. Ihre Gottessuche in asketischer Strenge faszinierte andere Männer und Frauen, die sich ihr anschlossen. Nach einer Vision gab sie ihr zurückgezogenes Leben auf und widmete sich mit Hingabe der Pflege von Kranken und Armen. In Trostgesprächen kümmerte sie sich um Gefangene und begleitete Todeskandidaten zur Hinrichtung. Ein anderer Schwerpunkt ihres Wirkens stellten die theologischen und kirchenpolitischen Gespräche und Briefwechsel mit Laien und' Ordensleuten dar. So bewirkte Katharina, dass der Papst von Avignon wieder nach Rom zog, um so die Einheit der Kirche zu sichern. Nach schweren Leiden stirbt Katharina am 29. April 1380 in Rom. 1461 spricht Papst Pius II. Katharina heilig und 1970 erhebt Papst Paul VI. Katharina in den Rang einer Kirchenlehrerin. Papst Johannes Paul II. ernennt 1999 Katharina zu einer der sechs Patrone Europas.

Die Bäume und das Leben

Die symbolische Sprache verrät viel über uns.

• Von Peter Müller

„Bäume sind wie Heiligtümer. Wer mit ihnen spricht, wer ihnen zuhört, der erfährt die Wahrheit, ... sie verkündigen das Urgesetz des Lebens." (Hermann Hesse). Wir sind eingeladen, die Botschaft der Bäume wahrzunehmen und ihre Botschaft zu erahnen.

Ein Baum ist mehr als Holz, Wurzeln oder Blätter. Schönheit, Geborgenheit, Schutz und Lebenskraft strahlt er aus. Wir entdecken eine geschwisterliche Beziehung zu ihm. Wir sehen in ihm unser Wachsen und Werden.

Bäume sind ein Bild, ein Symbol, unseres wachsenden Lebens. Sie können uns viel erzählen, sie haben viel erlebt, sie tun es heute noch in allen Wetterlagen.

Zwischen Bäumen und menschlichem Leben gibt es vielfältige Beziehungen. Doch jeder Baum und jeder Mensch ist anders und auf seine Art einmalig. Es ist nicht leicht mit einem Baum ins Gespräch zu kommen. Erst wenn wir mit ihm vertraut werden, können wir seine Sprache verstehen.

Dafür müssen wir uns Zeit nehmen. Lassen wir uns auf die symbolische Sprache der Bäume ein, dann erfahren wir viel über sie und uns. Wir sind eingeladen zu Begegnungen mit einigen Aspekte des Symbols „Baum". Öffnen wir unsere Sinne, um die Botschaft eines Baumes wahrzunehmen und uns zu begegnen. Fragen wir immer wieder: Was hilft mir mein bisheriges Leben zu verbessern, zu verstehen und anzunehmen? Was bedeutet seine Botschaft für meine zukünftige Lebensgestaltung?

Eine alte biblische Weisheit ruft uns zu: „Der Mensch ist wie ein Baum, der an Wasserbächen gepflanzt ist, der zur rechten Zeit Frucht bringt und dessen Blätter nicht welken. Alles, was er tut, wird ihm gut gelingen" (Ps 1,3).

Bis zur kalten Sophie

Für die Winzer und Bauern sind es bange Tage, wenn die Maifröste die jungen Rebentriebe oder Blüten beschädigen oder völlig absterben lassen.

•Von Jürgen Rieger

„Eisheilige" - In den vergangenen Jahrhunderten gab es Mitte Mai oft große Kältezeiten. Deswegen sind diese Tage nach den jeweiligen Heiligen benannt, auch „Eisheilige" genannt.

Vor Katastrophen verschont

In Norddeutschland beginnt der Heilige Mamertus die Reihe. Er war ab 461 Bischof von Vienne an der Rhone. Er ließ vor Christi Himmelfahrt drei Bittprozessionen zum Schutz seiner Stadt abhalten. Die Stadt wurde daraufhin vor Wetterkatastrophen verschont.

Frost oder Schnee kann im Mai Pflanzen noch zusetzen. Die Tage werden deshalb „Eisheilige“ genannt. Foto: Hildebrand

Pankratius war der verwaiste Sohn eines reichen Phrygiers und ließ sich in Rom taufen. Er geriet um das Jahr 254 in die Christenverfolgung unter Kaiser Valerian und wurde, nur 14-Jährig, enthauptet. Über seinem Grab wurde die Kirche San Pancrazio fuori le mura erbaut und der Kult um den jugendlichen Märtyrer fand weite Verbreitung. Pankratius wurde in Verbindung mit dem Wachstumsmonat Mai zum Beschützer der Saaten und Blüten.

Servatius war Mitte des vierten Jahrhunderts Bischof von Tongern in Belgien. An seinem Gedenktag gab es Flurprozessionen im Feld oder Weinberg. Eine Legende berichtet, dass sein Grab in Maastricht niemals von Schnee bedeckt war, selbst wenn die gesamte Umgebung in Frost und Schnee lag.

Mit dem Heiligen Bonifatius ist nicht der große Apostel Deutschlands gemeint, der im siebten Jahrhundert missionierte, sondern ein Oberaufseher der Güter einer reichen Gutsbesitzerin aus Rom. Zum christlichen Glauben gekommen, geriet er auf einer Pilgerreise in die Verfolgung und starb in Tarsus um das Jahr 290. Sein Tod und sein Name (bonifacere bedeutet wohltun) waren die Gründe, ihn als Schutzpatron und letzten Eisheiligen einzusetzen. Und am Schluss fehlt nie: die Kalte Sophie! Von ihr weiß man nur, dass sie eine jungfräuliche Märtyrin war, die in der Zeit Diokletians den Tod fand. Die Eisheiligen sind nun vorbei: „Vor Servaz kein Sommer, nach der Sophie kein Frost."

Gartenputz in Tagesstätte Arche Noah

In der katholischen Kindertagesstätte Arche Noah ist die Gartenputz-Aktion schon fast eine Tradition. Auch in diesem Jahr wurde von Einrichtungsleitung Miriam Walter mit Team und Elternbeirat die Gartenputz-Aktion geplant. Es hat sich in den vergangenen Jahren bewährt und ist für die Kinder wie auch die Erwachsenen eine tolle Eltern-Kind-Aktion und nicht mehr wegzudenken.

Im Moment laufen noch die Planung und die Vorbereitung. In diesem Jahr sind verschiedene Projekte geplant. Jeder kann sich sein Wunschprojekt nach Interesse und Stärken aussuchen.

Geplant sind der Bau einer Matschküche für die Kinder, der Aufbau und Bepflanzung von Hochbeeten und diverse Streicharbeiten. Es wird auch kreativ: Bunt bemalte Zaunlatten und Futterstellen für die Vögel sollen für einen Farbklecks im Garten sorgen. In der Krippe wird der Eingangsbereich neu gestaltet.

Die Kinder, Eltern und Erzieher und Erzieherinnen packen alle kräftig mit an. Am Ende können die Ergebnisse bei einer Roten Wurst, Butterbrezel und Getränken begutachtet werden.

Impuls für den Alltag

Mein Name ist Baum, mein Vorname ist.

• Von Peter Müller

Mein Name ist Baum, mein Vorname zum Beispiel: Eiche, Tanne, Buche, Fichte. Ich habe viele Geschwister und Verwandte. Ich bin nicht allein. Ich bin schon einige Jahrzehnte alt und habe Geschwister, die sind viel älter als ich. Da kann ich nur staunen.

Ich bin ein richtiges Großunternehmen und erzeuge viele Produkte. Das Top-Management sitzt bei mir ganz unten. Ich wurzele tief, um zu überleben. Die Menschen regieren von oben, um etwas für mich zu leisten.

Meine Wurzeln versorgen mich mit Wasser und lebenswichtigen Mineralien für meine Geschäftsbereiche wie „Stamm", „Äste" und „Blätter".

Meine Blätter bestehen aus Milliarden von biologischen Solarzellen. Ich produziere damit lebenswichtigen Sauerstoff und bin als Luftreiniger ein Arzt für die Atemwege der Menschen.

Ich biete jede Menge Arbeitsplätze für Insekten, Würmer und Vögel.

Jährlich empfange ich in meinen Ästen und Zweigen die unruhigen, aber lustigen Vögel als meine Gäste.

Im Umkreis meiner Wurzeln verrichten Regenwürmer ihre Erdarbeiten, und mein Laub bietet Kleingetieren eine ideale Wohnung.

Von vielen Menschen werde ich in „Brennholzwerten" berechnet und benutzt. Je nach Jahreszeit wechsele ich mein Aussehen. Die Farben reichen vom hellen und satten Grün über die bunten Blüten und Früchte bis zu den herbstlichen Blättern, die später vergehen zu einem wertvollen Humus.

Meine wichtigste Aufgabe ist es jedoch, Gott, den Schöpfer durch mein Dasein zu loben, denn mein Dasein ist verwurzelt im Geheimnis Gottes. In einem eurer Lieder heißt es: „Mein Freund, der Baum". Ich freue mich, wenn wir uns in Freundschaft begegnen.

Der Geist der Freiheit

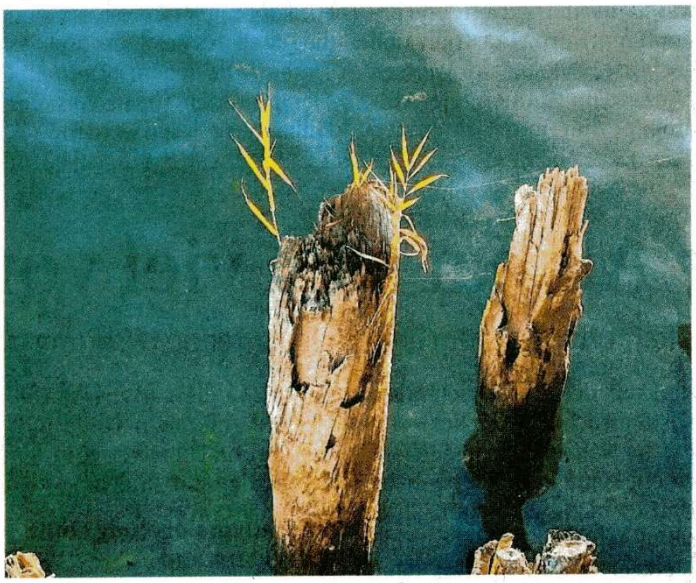
Die zwei Gesichter der Religion: Spielwiese von zwanghaften Menschen und der Heilige Geist, der frei ist, um sich in jeder Situation neu zu binden.

• Von Michael Becker

Ich bin ein großer Fan der amerikanischen Rockgruppe „Imagine Dragons". Ich höre gerne ihre Musik und schaue mir gerne ihre Konzertvideos auf You-Tube an.

Nur an einer Stelle gibt es mir immer einen Stich ins Herz. Der Sänger Dan Reynolds engagiert sich sehr für Minderheiten, für Akzeptanz und Freiheit. Bei der Einführung zum Lied „It's time" lädt er die Zuhörer ein, Politik, Druck, Vorschriften und Religion beiseite zu lassen und sich ganz auf Gleichheit und Freiheit zu konzentrieren. Religion als Verhinderer von Freiheit, Akzeptanz und Toleranz und als Ursache von

Engstirnigkeit und Unfreiheit? Dan Reynolds brauchte eine Psychotherapie, um seine Zeit bei einer amerikanischen Kleinkirche zu verarbeiten. Und auch bei uns verbindet man Religion und Kirche eher mit lust- und lebensfeindlichen Einstellungen - Spaßverderber und Gefängniswärter eben.



Wie in der Natur aus scheinbar Totem neues Leben erwächst, kann der Geist auf toten Strukturen neues Leben erschaffen. Foto: Becker

Dann lese ich auf der anderen Seite, wie frei und den Menschen zugewandt Jesus war und dass ihn genau das sein Leben gekostet hat. Es gibt wohl tatsächlich diese zwei Gesichter von Religion: Sie ist eine Spielwiese von zwanghaften Menschen, die feste Strukturen benötigen, von Manipulatoren und Machthungrigen, aber zumindest im Christentum ist das nicht ihr Kern. Schiebt man all diese Vergewaltiger des Reiches Gottes beiseite und gräbt sich durch bis in die Mitte, stößt man auf Jesus, der sagte: Das eine Gebot gebe ich euch: Liebt einander. Oder auf Paulus: Zur Freiheit hat euch Christus befreit. Oder auf Ignatius: „Wahre dir in allen Dingen die Freiheit des Geistes... halte deinen Geist innerlich so frei, dass du auch stets das Gegenteil tun könntest."

Keine kalte Bevormundung, sondern sich Einlassen auf jeden Einzelnen, jede einzelne Situation, denn was vorher angemessen war, kann jetzt unangebracht sein.

Wir Christen nennen dies den Heiligen Geist, der frei ist, um sich in jeder Situation neu zubinden.

Neue Sprache zu Pfingsten

Pfingsten ist die Erzählung vom Kommen des heiligen Geistes in der Apostelgeschichte (2,1-13). Dort werden Bilder für dieses Geistereignis verwendet - Sturm, Feuer und Menschen, die in fremden Sprachen reden und verstehen.

Ein Sturm bringt frische Luft und lässt uns befreit atmen. Papst Johannes XXIII. eröffnete das II. Vatikanische Konzil mit dem Bild: „Macht die Fenster auf! Lasst frischen Wind herein!" Übersetzt heißt das: Traut dem heiligen Geist zu, dass er verstaubte Strukturen durcheinander wirbelt, dass frischer Wind uns und die Kirche erneuert. Letztlich geschieht das immer durch konkrete, vom Geist bewegte Menschen. Vertrauen wir heute noch auf diesen Geist Gottes, der Neues bringt?

Feuer meint Wärme, Lebendigkeit und Begeisterung für Menschen und Gott. Vom Heiligen Geist erfüllt zu sein, könnte heißen, Wärme auszustrahlen, sich engagieren, damit die Botschaft Jesu überspringt.

In der Erzählung überwinden die Jünger ihre Angst, verfolgt zu werden, öffnen sich und wenden sich den Menschen zu. Sie sprechen eine neue Sprache, die alle verstehen. Sie treffen den richtigen Ton, sie ermutigen und schaffen ein „Modell" für ein neues Miteinander im Heute.

Impuls für den Alltag

Wurzeln - nährender Halt und wachsende Kraft

• Von Peter Müller

„Bäume sind Gedichte, die die Erde in den Himmel schreibt" (Kahil Gibran). Diese sichtbaren „Gedichte der Schöpfung", an denen wir uns erfreuen können, werden getragen und ernährt von meist unsichtbaren Wurzeln. Aus ihnen wächst der Baum in seiner sichtbaren Form. Schon von Beginn an bleiben die Wurzeln meist unsichtbar.

Wurzeln brauchen auch Pflege

Im Schutz der Dunkelheit und Stille treiben sie, strecken sich aus, wachsen in die Tiefe, halten sich fest an Steinen und Felsen und verankern sich im Boden.

Im zurückgezogenen Alleinsein nähren sie sich von der Mutter Erde und entwickeln wachsende, tragende, blühende, fruchtbringende und heilende Kräfte. Durch die Wurzeln wird der Baum nicht nur zum „Gedicht", durch sie gewinnt er Stand und festen Halt, durch sie lebt er den Rhythmus der Jahreszeiten.

Bäume sind Gleichnisse meines Lebens. Auch wir brauchen wachsende und tragende, nährende und Halt gebende Wurzeln. Nur wer verwurzelt ist, zum Beispiel mit seinen zwischenmenschlichen Beziehungen, in seiner Familie, im Beruf, Freizeit, ... nur er oder sie, steht auch im Leben fest, kann sich im Alltag orientieren und weiterentwickeln. Sie halten die Hitze und Kälte, den Regen und die Stürme des Lebens aus, blüht auf und trägt Früchte. Wurzeln brauchen Pflege. Da muss der Boden gelockert, Wasser und Humus müssen zugeführt werden. Wurzeln brauchen Zeiten der Ruhe, um neue Kräfte zu sammeln. Bäume laden mich ein, die Wurzeln meines Lebens zu pflegen.

„Wie vielfältig sind deine Werke, o Herr! Alles hast du geschaffen in Weisheit, erfüllt ist die Erde von deinen Geschöpfen. Dem Herrn will ich singen mein Leben lang,.. solange ich bin." (Psalm, 104,24.33)

Der liebende Vater

Jesus erzählt Geschichten von Gott - aus Mangel an Beweisen.

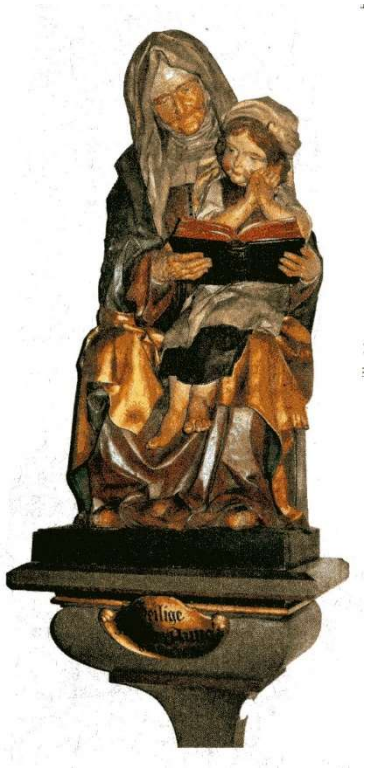
• Von Klemens Dieterle

Kann man beweisen, dass es Gott gibt und er in unser Leben eingreift? So fragen Jugendliche manchmal im Religionsunterricht. Im Allerletzten gehen mir hier auch die Argumente aus, vor allem, wenn nach (natur)wissenschaftlichen Beweisen gefragt wird.

Vor der gleichen Herausforderung stand auch Jesus mit seiner ganz anderen Reich-Gottes-Botschaft, in der Gott als ein liebender Vater vorgestellt wird, der die Menschen für sich gewinnen will. Damals stand das im Gegensatz zu einer Gottesverehrung, die sich in strenger Gebotseinhaltung oder in geregelten Verehrungen am Tempel zeigte. Sie wurde von einer religiösen Führerschaft bestimmt.

Diese Pharisäer nahmen für sich in Anspruch, genau zu definieren, wann Gott als würdig oder unwürdig zu verehren sei. Jesus reagiert darauf mit Geschichten. Weicht er damit schwierigen Fragen aus?

Die Geschichten, die Jesus erzählt, sind oft aus dem alltäglichen Leben gegriffen. Im Kern geht es aber in den meisten Geschichten um ein Beziehungsgeschehen. Sie erzählen im übertragenen Sinn davon, dass jeder Mensch für Gott wichtig ist, eine Würde hat und ein Recht auf ein lebenswertes Leben - selbst wenn er Schuld auf sich geladen hat.



Die Mutter Anna liest Maria aus der Heiligen Schrift vor.

Foto: Kirche in St. Georg, Hardt

Die Geschichten fordern den Zuhörer heraus, eine eigene Position im erzählten Geschehen zu finden. Wie würde ich handeln? Worauf hoffe ich? Unter diesen Fragen werden Geschichten zur Anfrage an mein Leben. Spannend finde ich zum Beispiel die Geschichte vom verlorenen Sohn bzw. vom barmherzigen Vater, die meist dahingehend ausgelegt wird, dass Gott als Vater verzeiht.

Spannender finde ich die Deutung, dass sich beide Söhne verrechnet haben. Der Sohn, der das Erbe verprasst hat, sieht sich als Verlierer, der keine Chance mehr bekommt.

Umso mehr erfährt er, dass das Beziehungsangebot des Vaters so viel größer ist als die Angst, nicht mehr zu genügen. Der zweite Sohn, der treu beim Vater bleibt, ist sich sicher, dass er sich seinen Platz verdient hat und seine Gefühle schlagen in Neid und Wut um.

Jesus zeigt uns mit seinen Geschichten: Mit Gott ist zu rechnen, vielleicht jedoch mit einem anderen Ergebnis als mein Horizont es zulässt. In welcher Weise rechne ich mit Gott?

Johannes der XXIII.

- Von Jürgen Rieger

Nie zuvor seit der Kirchenspaltung im 11. Jahrhundert und der Reformation im 16. Jahrhundert hatte ein Papst so viel Zustimmung, Anerkennung und weltweite Beachtung gefunden: Angel Roncalli, Johannes XXIII., wurde als Sohn einer einfachen Landwirtsfamilie geboren. 1904 Priester und als Bischof ab 1925 Gesandter des Vatikanstaates in Bulgarien, in der Türkei, in Griechenland und in Paris. Das Erleben der Orthodoxie schuf in ihm erhöhtes Verlangen nach Einheit der Kirchen. 1953 Kardinal und Patriarch von Venedig, wurde er 1958 im Alter von 77 Jahren zum Papst gewählt und nahm den Namen Johannes XXIII. an. Er wollte kein großer Redner, Diplomat, Wissenschaftler oder Organisator sein, sondern ein guter Hirte nach dem Vorbild Jesu. Schon 30 Tage nach seiner Wahl kündigte er die Einberufung des 2. Vatikanischen Konzils an, das grundlegende Neuerungen in der katholischen Kirche hervorbrachte. In der Kubakrise konnte er vermitteln. Aufgrund seiner persönlichen Ausstrahlung, seines Engagements für den Frieden, seiner Toleranz und seines Optimismus wurde er nicht nur innerhalb der katholischen Kirche hoch verehrt. Johannes starb am Pfingstmontag 1963. 2014 erfolgte die Heiligsprechung durch Papst Franziskus.

Impuls für den Alltag

Verletzungen - Wunden heilen und wachsen

• Von Peter Müller

Jeder Baum hat seine eigene Lebensgeschichte. Dazu gehören auch Verwundungen. Gehen wir durch einen Wald, dann begegnen wir der schleichenden Erkrankung vieler Bäume durch die Schadstoffe aus der Umwelt, aber auch vielen Verletzungen durch Stürme, Trockenheit, Gewitter und menschliche Eingriffe: abgebrochene oder dürre Äste, gebogene und geknickte Bäume, verharzte Wunden, ausgehöhlte Astlöcher, von Schädlingen befallene Stämme, von Rinde überzogene Narben. Und doch lebt der Baum, wächst, blüht und trägt oft mit seinen gesunden Teilen Früchte. Bäume sind verwundet, leben weiter... und sterben.

Alles was lebt, trägt Wunden davon, auch wir. Kein Mensch bleibt unverletzt: Enttäuschungen, zerbrochene Beziehungen, Ablehnung, Verlust, Verleumdung, ausgenützt werden, Schicksalsschläge, zurückgesetzt werden. Alles schlägt Wunden, hinterlässt psychisch Spuren. Oft entstehen dadurch Verbitterung, Angst, Zorn, ein sich Zurückziehen verbunden mit einer sehr eingeschränkten Lebensweise. Soll es dabei bleiben? War das dann mein Leben? Ein hilfreicher Weg ist es, sich Verwundungen zu stellen und aktiv damit auseinander zu setzten, dann kann heilen, was verwundet ist.

Was hat mich innerlich in letzter Zeit verletzt? Wie gehe ich zur Zeit mit diesen Wunden um? Welche sollte behandelt werden? Was kann ich zum Heilungsprozess beitragen? Zum Beispiel: mit einer vertrauten Person darüber reden, ein klärendes Gespräch suchen, im Gebet das Problem vor Gott hinhalten, eine neue Kraftquelle erschließen?

Notieren Sie Ihre Gedanken und legen Sie fest: Was tue ich als nächsten Schritt, damit meine Verwundungen heilen?

Vom Dunkel zum Licht

„Turning darkness into light" heißt eine Biografie über die Sängerin Tina Turner. Das ist es, was Glaube bewirken kann.

• Von Michael Becker

Tina Turner - wegen ihr habe ich vor 30 Jahren Saxofon spielen gelernt. Bei jedem ihrer Lieder konnte ich mitsingen. Und auch ihr Leben hat mich beeindruckt: Wegen ihrer Kreativität aus dem Chor geflogen, dann als Sängerin berühmt geworden, von ihrem Ehemann vergewaltigt, Scheidung, Sozialhilfe, neu entdeckt worden, wieder steile Karriere.

Jetzt ist sie mit 82 Jahren in ihrer Villa am Zürichsee gestorben. Trotz ihrer Tiefpunkte und Schicksalsschläge sprühten ihre Konzerte von Lebensfreude und Zugewandtheit. Sie hat im Buddhismus Kraft gefunden, um in dunklen Stunden nicht zu verzweifeln und daran zu glauben, dass alles gut wird.

Kreuzskulptur in St.Gerold, Österreich, dort gefunden von Michael Becker:„Der gekreuzigte Christus umspannt die Welt“. Foto: Becker

Viele werden nicht erhört

Als ich in den vergangenen Monaten Probleme mit meinem Auge hatte, haben viele für mich gebetet, damit es wieder gut wird. Es hat mich tief bewegt, wie viele Freunde, Bekannte und Kollegen Anteil genommen haben. Gott macht, dass es wieder gut wird, aber leise schwingt immer die Sorge mit: Was ist, wenn es nicht gut wird? So viele Menschen beten in Krankheit und schwierigen Zeiten und werden eben nicht erhört. Gottes Wille? Gar eine Strafe? Nicht genug gebetet?

Freiheit und Vertrauen

Da bin ich auf einen Satz von Ignatius gestoßen: „Nur wenige Menschen ahnen, was Gott mit ihnen machen würde, wenn sie sich ihm ganz überließen." Da gingen mir ganze Horizonte auf. Aus diesem Satz sprechen nicht Hoffen und Bangen, sondern Freiheit und Vertrauen. Ich verstand, dass die Bitte nicht heißt, mach es so, wie ich will, mach es so wie du es willst, ich vertraue es dir an. Dann kann Großes daraus werden.

„Sich Gott überlassen" schenkt uns einen hellen festen Kern, der alles verwandelt. „Turning darkness into light", hat ein Autor über Tinas Leben geschrieben. Da ist was dran.

Der heilige Petrus

Wer die Reihen der Apostel im Münster betrachtet, dem fällt auf, dass an vorderster Stelle direkt beim Altar die beiden als Apostelfürsten bezeichneten Petrus und Paulus stehen. Ihnen wurde bereits im vierten Jahrhundert ein eigenes Hochfest gewidmet, das am 29. Juni begangen wird.

Petrus, der ursprünglich Simon hieß, stammt aus Bethsaida am See Genezareth. Dort arbeitete er als Fischer, bevor er als einer der Ersten von Jesus zu dessen Jünger berufen wurde und ihm nachfolgte. Jesus gab ihm auch den Namen Petrus, was übersetzt „Fels" bedeutet und auf Petrus' besondere Stellung als „Fundament" der Kirche anspielt. Und er erhielt die Schlüssel zum Himmelreich. (Mt 16,18-19).

Nach dem Tod Jesu am Kreuz gehörte Petrus zu den ersten Zeugen der Auferstehung. Als Sprecher der Apostel sorgte er dafür, dass sich die Jünger bald wieder in Jerusalem sammelten und die Botschaft von der Auferstehung verkündeten. Sicher ist sein späterer Aufenthalt in Rom, wo er unter Kaiser Nero den Märtyrertod (64 oder 67) erlitt.

Petrus gilt als Gründer und Haupt der Kirche von Rom. Von ihm leitet sich bis in die heutige Zeit das Papstamt des römischen Bischofs ab.

Impuls für den Alltag

Hoffnungszeichen des Lebens

• Von Peter Müller

Von Hiroshima wird erzählt, dass nach dem Abwurf der Atombombe am Südrand der Stadt einige schwarzverkohlte Kirschbäume stehen blieben. Man sah in ihnen ein Mahnmal der Vernichtung allen Lebens. Doch wenige Jahre danach, in einem Frühjahr, geschah das Unerwartete. Aus den schwarzen Zweigen brachen die hellen Farben der Kirschblüte hervor. Viele Menschen pilgerten zu den Bäumen und begannen nun wirklich zu glauben, dass auch ihre Stadt wieder neu aufblühen werde.

Ähnliches erfahren wir jedes Frühjahr, wenn aus den Knospen der Bäume die ersten Blüten aufbrechen und später Früchte wachsen. Die Zeit der Kälte und Dunkelheit, der Zurückgezogenheit und des Wartens ist vorbei. Neues Leben tritt hervor, ein Zeichen der Hoffnung und der Ermutigung für neues Leben. Solche Hoffnungszeichen sind Energiequellen für einen Neubeginn, aber auch für schwierigere Zeiten mit ihren Sorgen, Ängsten und Problemen.

Ein Hoffnungszeichen finden wir auch im Evangelium des Lukas (13,3 - 9). Dort wird erzählt von einem „unfruchtbaren Feigenbaum". Er trägt seit drei Jahren keine Früchte mehr.

Der Gärtner kämpft um eine neue Chance für den Baum und will ihn weiter pflegen

Der Besitzer will ihn umhauen. Doch sein Gärtner bittet darum, ihn noch ein Jahr stehen zu lassen: "Ich will den Boden um ihn herum aufgraben und düngen. Vielleicht trägt er doch noch Früchte." Der Gärtner kämpft um eine neue Chance für den Baum, er will sich ihm neu zuwenden und ihn pflegen. Für ihn gilt: Lehre uns den rechten Umgang mit allem, was du uns anvertraut hast. Falle uns in die Arme, wo wir deine Ordnung zerstören und hilf uns, deine Schöpfung zu achten und zu bewahren." (Hildegard von Bingen).

Sehnsucht - unterwegs

Menschen sind auf der Suche nach dem Sinn und einem gelingenden Leben.

• Von Peter Müller

Sehnsucht - da geht es um mich, meine Gefühle, Hoffnungen und Fragen. Augustinus umschreibt das im 4. Jahrhundert: „Im Menschen lebt eine Sehnsucht, die ihn hinaustreibt aus dem Einerlei des Alltags und aus der Enge seiner Umgebung."

Im Zeichen der Muschel unterwegs – zu mir selbst, zu anderen, zum Sinn meines Lebens. Foto: Müller

Das gilt auch heute. Mitten in einer satten Wohlstandsgesellschaft oder Krisensituation, gegen Hektik und Stress, gegen den Trott des Alltags und Leistungserwartungen, hält die Sehnsucht im Menschen die Fragen nach Sinn und Gelingen seines Lebens wach:

Wozu lebe ich? Wie will ich leben? Die Sehnsucht ist mehr als ein konkreter Wunsch. Wie oft erleben wir, dass

die Dinge, die wir uns wünschen, nicht unbedingt diejenigen sind, die wir auch brauchen. Wer von Wunsch zur Wunscherfüllung eilt, verfällt leicht einer krankhaften Sucht.

Sehnsucht ist ernsthafter, sie fragt nach dem, was mich innerlich bewegt, trägt und vorwärts drängt. Dabei kann sie eine kreative Energie hervorbringen, Ideen entfalten und zu Aktivitäten führen, die andere als unrealistisch, naiv oder unsinnig beurteilen. Nicht wenige Menschen werden daher verachtet, gehasst oder bezahlen ihre Sehnsucht mit dem Leben.

Sehnende Menschen wollen eine konkrete Situation oder sich selbst verändern und sich nicht mit der anscheinend unveränderbaren Realität abfinden.

Doch jeder weiß auch, Sehnsucht ist nie total zu verwirklichen. Aber in ihr steckt eine starke Kraft und der Anfang aller Veränderung.

Worauf immer wir sie richten, sie will wahrgenommen, beachtet und geprüft und aktiviert werden.

Wenn zurzeit wieder zahlreiche Menschen nach Santiago de Compostela aufbrechen, dann lockt sie ihre Sehnsucht nach Sinn und Freiheit. Ihr Verstand fragt, zweifelt und prüft, die Seele sucht und bekommt Beine, der Mensch wird zum Pilger.

Seine Sehnsucht begleitet ihn, denn sie ist „die charmante Art Gottes, sich bei uns in Erinnerung zu halten" (Erich Purk), sei es auf Jakobuswegen oder bei der alltäglichen Suche nach einem gelingenden Leben.

Der ungläubige Thomas

Der Apostel Thomas (+ um 72 in Mailapur, Indien,) ist einer der zwölf Jünger, die Jesus drei Jahre lang als Freunde und Schüler begleiteten. Als die Jünger ihm erzählten, der auferstandene Jesus sei ihnen in einem verschlossenen Raum erschienen, ist Thomas ungläubig und fordert eine persönliche handgreifliche Bestätigung.

Jesus lässt ihn mit dem Finger in die Wunde seiner linken Seite greifen. Da antwortet Thomas: „Mein Herr und mein Gott." Thomas ist der erste, der im Evangelium in einer absoluten Weise bekennt, dass Jesus Christus Gott ist. Er konnte nun den Glauben an die Auferstehung des Sohnes Gottes beweisen.

Bis ans Ende der Welt

Der heilige Thomas bekennt es ausdrücklich. Er sah und glaubte. Er missionierte bis ans Ende der damaligen Welt die Parther, Meder und die Inder. Überall verkündet er, was er geleugnet hatte; und er sagt allen das, was ein anderer Apostel so ausdrückte: Was wir mit unseren Augen gesehen, was wir geschaut und was unsere Hände angefasst haben, das verkünden wir."

Auch wir heutigen Men-. sehen sind in der Situation des Thomas von damals. Wir müssen glauben, was die Evangelien uns von Jesus erzählen:

Phil Bosmans

Impuls für den Alltag

Jeder ist einmalig.

• Von Peter Müller

Alles, was die Natur hervorbringt ist einmalig. Ein Original, keine Kopie. Das gilt für Bäume, das gilt für Menschen. Schaue ich mir einen Baum genauer an, dann finde ich das bestätigt in Aussehen, im Stamm, Rinde, in den Strukturen und Adern seiner Blätter oder, wenn er gefällt wurde, in seinen nun sichtbaren Jahresringen, in denen sich sein einmaliges Leben abbildet.

Ebenso der Mensch. Jeder ist einmalig. Dieser Gedanke kann zunächst erschreckend sein. Ich bin einzig in meiner Art fröhlich, traurig, ängstlich, aggressiv, offen, zurückhaltend und... Ich bin als Person einzigartig und habe eine unverwechselbare Lebensgeschichte. Dennoch brauche ich Mitmenschen, die mich in meiner Art -und ich sie in ihrer - verstehen und annehmen.

Einmalig sein - diese Erkenntnis stärkt mich. In der biblischen Schöpfungserzählung wird der Mensch als Abbild Gottes bezeichnet, ihm ähnlich, nicht gleich. Geboren als Mensch, als Original, hat Gott jedem eine Vielfalt von Anlagen geschenkt. Diese zeigen sich in ähnlichen und unterschiedlichen körperlichen Entwicklungen, vor allem aber in der Entfaltung der Persönlichkeit.

Einmalig sein - das ist vor allem der Auftrag meine geschenkten Fähigkeiten zu leben, ein Original zu werden. Das ist nicht leicht, denn immer wieder sind wir in Gefahr, uns den Lebensbedingungen unterzuordnen oder anderen Menschen anzupassen, also zu denken, zu tun und zu leben wie andere.

Mein Lebensgestaltung vor Gott und den Menschen wird zur Kopie und ich zum Mitläufer. Vor Gott und den Menschen einmalig zu sein, ist eine Einladung, Aufforderung und Ermutigung ein Original zu werden.

Gott, ich danke dir, dass ich so wunderbar erschaffen wurde, ich bin einmalig mit Leib und Seele gibt mir die Kraft, bewusst als Original zu leben.

„Brigida, bewahre uns"

Neukirch feiert am Sonntag eine hier eher unbekannte irische Nationalheilige.

• Von Timo Weber

„O heilige Brigida, uns tue bewahren vor allen Seel- und Leibsgefahren: allzeit deine Augen auf uns wend; und uns beistehe im letzten End; für deinen Schutz versprechen wir, allzeit getreu zu dienen dir." Dieses Gebet findet sich auf dem sogenannten Brigidenschild, das aus der Zeit um 1600 stammt.

In Neukirch wird dieses Schild aufbewahrt und immer am Brigidenfest bei der Prozession mitgetragen. Das Brigidenfest in diesem Jahr feiern wir an diesem Sonntag. Um 9 Uhr beginnt die Eucharistiefeier in der Pfarrkirche in Neukirch. Anschließend macht sich die Gemeinde auf zur Prozession, die an zwei Altären Station macht.

Neukirch, Brigidenschild Foto: Hildebrand

An einer Station wird das Brigidengebet gesprochen. Alle sind herzlich eingeladen, mit der Kirchengemeinde Neukirch dieses besondere Fest zu feiern. Es ist deshalb besonders, weil es in Neukirch bis ins Jahr 1600 zurückreicht -und weil ich keine weitere Gemeinde kenne, welche die heilige Brigida verehrt. Für uns ist sie eine eher unbekannte Heilige. In Irland, ihrem Heimatland, sieht das anders aus: Brigida war um 500 Äbtissin des Klosters Kildare und zählt auf der „Grünen Insel" zu den Nationalheiligen. Sie wird als Ordensfrau dargestellt, oftmals mit einer Kuh als Attribut. Die Kuh verweist darauf, dass die heilige Brigida als Schutzpatronin vom Vieh und von Haustieren gilt.

Mit dem Brigidenfest tauchen wir ein in die christliche Vergangenheit unserer Heimat. Das Leben der heiligen Brigida, das altertümlich anmutende Gebet vom Brigidenschild, die traditionelle Form der Prozession am Festtag - da fällt so manchem der Zugang vielleicht eher schwer.

Gemeinsam haben diese Elemente aber, dass sie suchende, fragende und glaubende Menschen in deren Suchen, Fragen und Glauben begleiten und hinführen möchten zu dem, der unsere Sehnsucht und unseren Lebensdurst stillen kann: Jesus Christus. Jede Zeit hat ihre Formen und ihre Sprache. Für viele stiftet dies Heimat und Geborgenheit. Ich wünsche Ihnen, dass Sie Ihre ganz persönliche Form finden, die Ihnen eine Gottesbegegnung ermöglicht. Diese Begegnung möge Ihnen guttun!

Der Riese, der Jesus trägt

- Von Jürgen Rieger

Von Christophorus erzählt die Legende, er sei ein Riese gewesen. Rebrobus, wie dieser Riese hieß, war auf der Suche nach dem mächtigsten Gott; ein Einsiedler wollte ihm Beten und Fasten beibringen, doch er lehnte diesen Weg als zu einfach ab und arbeitete dafür, Menschen über einen gefährlichen Fluss zu tragen, wobei er sich nur mit einer riesigen eisernen Stange abstützte. Als er eines Nachts ein Kind trug, offenbarte sich dieses ihm als Christus, drückte ihn unter Wasser und taufte ihn zum „Christophorus", den Christusträger. Als Bestätigung der Taufe begann die in den Boden gesteckte Eisenstange zu blühen und Früchte zu bringen. Im Jahre 250 soll Christophorus in Lykien oder Sizilien den Märtyrertod durch das Schwert erlitten haben. Früh schon setzte seine Verehrung ein, eine 452 in Chalkedon erbaute Kirche zeugt davon. Christophorus wurde das Symbol urwüchsiger, zerstörerischer Kraft, die durch den Glauben gebändigt wird. Vielfach entwickelten sich die Patronate des Heiligen, der zu den Vierzehn Nothelfern gehört: für Wanderer und Reisende (heute für die Autofahrer), der Brücken und Schiffe, der Lastträger und wegen des blühenden Stabes der Obst- und Blumenhändler. Viele Menschen bringen eine Medaille mit dem Abbild des Heiligen in ihrem Auto an.

Impulse für den Alltag

Der Mann und sein Schatten

• Von Peter Müller

„Es war einmal ein Mann, den verstimmte der Anblick seines Schattens so sehr, dass er so unglücklich war über seine eigenen Schritte. Er beschloss, sie hinter sich zu lassen und sagte zu sich: Ich laufe ihnen einfach davon. So stand er auf und lief davon.

Aber jedes Mal, wenn er seinen Fuß aufsetzte, hatte er wieder einen Schritt getan, und sein Schatten folgte ihm mühelos. Da sagte er zu sich: Ich muss schneller laufen. Also lief er so lange schneller, bis er tot zu Boden sank. Wäre er in den Schatten des Baumes getreten und hätte sich hingesetzt, wäre er seinen Schatten losgeworden. Aber daraufkam er nicht." (Dschuangdse)

Es wäre so einfach gewesen, ... doch auf diese Idee kam der Mann nicht. Kennen wir, kenne ich das nicht auch? Ja, manchmal ist es zum Davonlaufen: vor dieser Arbeit, vor meinen Sorgen und Ängsten, diesem Termin, diesem Ärger in der Familie, den Erwartungen an mich, der eigenen Inkonsequenz, dem Stress am Arbeitsplatz, dem eigenen Versagen,... Doch wer flüchtet, der läuft nicht nur vor etwas, sondern vor allem vor sich selbst, seinem eigenen Schatten davon. Er kommt nicht zur Ruhe, wird eingeholt, rennt wieder und läuft sich „zu Tode".

Dem eigenen Schatten zu begegnen heißt, sich die unangenehmen Seiten seines Lebens, seine Schwächen, Tricks und Unsicherheiten offen und ehrlich anzuschauen.

Ein erster Schritt dazu: anhalten und sich im Schatten eines Baumes niederzulassen, tief einzuatmen und ruhig zu werden.

Hier ist ein Schutzraum, ein Rückzugsplatz, ein Ort der Kraft, um die eigenen Schatten anzusehen und damit konstruktiv umzugehen. Was bietet sich mir noch als Schutzraum oder Kraftort an und kann ich sie nutzen?

Freude und heißes Bad

Der Kirchenlehrer Thomas von Aquin und seine Ratschläge gegen Traurigkeit.

• Von Thomas Böbel

Die Ereignisse und Entwicklungen in Welt, Gesellschaft und Kirche bedrängen viele. Sie sind geeignet, das seelische Gleichgewicht durcheinander zu bringen und uns die Freude zu trüben. Ganz neu scheint das Phänomen nicht zu sein. Denn schon im 13. Jahrhundert hat der Dominikaner und Theologe Thomas von Aquin (+ 1274) fünf Medikamente gegen die Traurigkeit empfohlen.

Das erste Heilmittel ist die „delectatio". Das ist nicht nur Freude, sondern auch Genuss. Genießen gegen die Traurigkeit. P. Karl Wallner OCist nennt als Beispiele für solchen Genuss: eine Wallfahrt, Exerzitien, einen christlichen Vortrag oder auch eine Viertelstunde vor dem Allerheiligsten.

Thomas von Aquin, Altarbild von Meinrad v. Au,1762 Predigerkirche, Rottweil Foto: Hildebrand

Als zweites Medikament empfiehlt Thomas die Tränen. Das Weinen kann befreien und innere Verspannungen lösen. Wir dürfen dem Herrgott sagen, was uns quält und Sorge macht. Und dabei dürfen wir auf seine Hilfe vertrauen. Das dritte Heilmittel ist die „amicitia", die Freundschaft. „Freundschaft besteht dort, wo es einen gewissen Gleichklang in den Einstellungen und Zielen gibt" (P. Karl Wallner). Suchen wir solche freundschaftliche Gemeinschaften oder eine Gebetsgruppe.

Das vierte Mittel ist der Realismus: die Wirklichkeit wahrzunehmen, wie sie ist. Es gibt im Alltag unserer Welt und der Kirche so vieles, was gut und schön ist, was uns aufbaut und Freude macht.

Und schließlich nennt Thomas „ein heißes Bad und gesunden Schlaf", also etwas, was dem Körper gut tut. Im Sommer sollte man sich vielleicht eine Alternative zum heißen Bad suchen. Wie sagte schon die hl. Teresa von Avila? „Tu deinem Leib des Öfteren etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat.

Ignatius von Loyola

- Von Michael Becker

„Ein Jesuit fragt einen anderen: Darf man beim Beten rauchen? Antwortet der andere: Auf keinen Fall! Fragt der eine: Darf man beim Rauchen beten? Antwortet der andere: Auf jeden Fall." Ich mag diese Geschichte. Sie erhellt einen wichtigen Punkt der ignatianischen Spiritualität: Jeder Mensch und jede Situation ist einzigartig. Was für den einen gilt, kann für den anderen ganz anders sein. Am Montag begehen wir den Todestag des Hl. Ignatius von Loyola, Begründer der Jesuiten. Auf heiligenlexikon.de können Sie sein Leben und Wirken nachlesen. Deshalb möchte ich Ihnen hier einige Eckpunkte seiner Spiritualität weitergeben: Am bekanntesten sind wohl die Exerzitien: acht Tage im Schweigen mit Gebet, Gottesdienst und Begleitungsgesprächen. Ich durfte das im Haus Lebensquell in Heiligenbronn bereits erleben. „Gott in allen Dingen suchen und finden". Jede Begegnung, jeder Zufall, alles ist geeignet, dass Gott mir darin begegnet. .„Das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit". Sich täglich 10 Minuten Zeit nehmen und im Wissen um die liebende Anwesenheit Gottes auf den Tag zurückblicken. Und die geistliche Begleitung: Dass ich mich auf dem Weg der Nachfolge von einem ausgebildeten Mann oder Frau begleiten lasse.

Impuls für den Alltag

„Sei ein Türhüter deines Herzens"

• Von Peter Müller

Jeder hat seine Türerfahrungen. Die einen, die vor verschlossener Tür standen oder eingeschlossen waren, andere kennen Türen in Märchen oder Träumen, in denen es verboten war, eine verschlossene Tür zu öffnen.

Verbote machen neugierig oder ängstlich. Was ist wohl hinter der Tür? Türen können offen oder geschlossen sein, einladend oder abweisend, sie sind die Verbindung zwischen innen und außen, und an Kirchenportalen erinnern sie uns an den Übergang vom profanen zum sakralen Bereich einer Kirche. Türen sind sprechende Symbole.

Jesus von Nazareth sagt von sich: „Ich bin die Tür, wer durch mich hineingeht, wird gerettet werden" (Joh. 10,9). Er beansprucht, dass er die Tür sei, durch die wir Zugang haben zum Sinn unseres Lebens und zu Gott. Damals und heute spricht er damit eine Not vieler Menschen an. Wir sind in Gefahr, zwischen den äußeren und inneren Ansprüchen unseres Alltags die Balance zu verlieren. Er lädt uns ein, sie wieder zu finden. Dazu bietet uns der Mönch Evagrius Pontikus (345 - 399) das „Bild des Türhüters" an. Er schlägt uns vor: „Sei ein Türhüter deines Herzens und lasse keinen Gedanken ohne vorhergehende Prüfung herein. Befrage jeden Gedanken und sprich zu ihm: Bist du einer der unseren oder einer unserer Gegner? Zu wem gehörst du? Prüfe seine Antwort, lasse dich nicht durch Ärger verwirren oder Begierde erregen."

Jesus als Tür öffnet mir den Zugang zu mir selbst. Er lädt mich aber auch ein, nach außen . zu gehen, denn nur der, der innen und außen lebt, findet Sinn. Wer nur innerlich lebt, erstarrt, wer sich nur am Äußeren orientiert, lebt oberflächlich. Hinein- und herausgehen hält lebendig, lässt uns den Alltag gut gestalten und in Balance leben.

Sara - die kluge Frau

In der Zwiesprache die eigenen Sorgen und Nöte Gott anvertrauen können. Ein Beispiel aus der Bibel zeigt, dass dies eine heilende Wirkung haben kann.

• Von Mirjam Benz

Im Buch Tobit begegnet uns Sara, eine junge und kluge Frau, die sich in tiefer seelischer Not befindet. Sie war sieben Männern zur Frau gegeben worden, aber der böse Dämon Aschmodai hat diese jeweils in der Hochzeitsnacht getötet. Dies raubt Sara jede Hoffnung auf eine Ehe und Kinder, sie fühlt sich sozial ausgegrenzt und fürchtet sich vor Altersarmut. Auch hört sie das Gespött und die Verurteilung ihrer Dienerin (Tob3,8b-9).

In ihrer Not flüchtet sie sich mit Selbstmordgedanken in ihr Zimmer. Doch der Gedanke an ihren Vater Raguel bringt die Wende: Sie kann von ihrem Leid weg zu ihm hinschauen: Ihr suizidaler Ausweg würde in ihm großes Leid und Trauer auslösen. So wendet sie sich von ihren suizidalen Gedanken ab und kann sich im Gebet Gott anvertrauen (Tob 3,11 -1 S).

Im Gebet löst sich die Enge des Herzens •

Dies tut Sara sowohl innerlich wie auch äußerlich. Sie wendet sich dem Fenster zu, durch das Licht in ihr dunkles Zimmer und in ihre dunklen Gedanken fällt. :

Im Gebet lösen sich die Verkrampfungen und Enge ihres Herzens, ihre Haltung verändert sich und sie kann ihre Hände zu Gott erheben. Sara blickt von sich zu Gott, sie sucht seine Hilfe. Nun schaut sie nicht mehr gedemütigt nach unten, sondern mit erwachender Hoffnung geht ihr Blick nach oben. Sie traut Gott zu, dass er ihr in ihrer Not helfen und sie erlösen wird.

Durch Gottes Hilfe wird Sara geheilt

Durch und in dem Gebet kann Sara zum einen geduldig ihren Schmerz ertragen, andererseits schenkt ihr das Gebet Hoffnung, dass Gott sie erhören wird. Er wird ihr aus der schwierigen Situation auf seine Weise helfen. Gott hört ihr Gebet und sendet seinen Engel Rafael, der Tobias, dem Sohn des Tobit, hilft, sie zu heilen.

Sara konnte sich der Gnade Gottes öffnen, schafft es in tiefer Verzweiflung ihren Blick wieder neu auf Gott zu richten und sich ihm anzuvertrauen. Im Gebet findet sie Trost und Kraft. Sara zeigt uns einen Weg, unser Herz in der Not für Gottes Trost und Beistand zu öffnen und uns ihm im Gebet anzuvertrauen.

Der Heilige Laurentius mit dem Rost in der Hand Foto: hil

Der Heilige Laurentius

- Von Berthold Hildebrand

Laurentius (deutsch: Lorenz) wurde vermutlich in Huesca in Spanien geboren und starb am 10. August 258 in Rom. Er wurde einer der sieben Diakone der Christengemeinde in Rom und war als solcher für die Finanzen und die Sozialarbeit der Kirche von Rom zuständig. Als der römische Bischof Sixtus II. unter dem Christenverfolger Valerian verhaftet und hingerichtet wurde, war sein Diakon Laurentius der Überlieferung nach verzweifelt, dass er nicht wert erachtet wurde, diesen Tod zu teilen. Sixtus tröstete ihn mit der Verheißung, dass er ihm in drei Tagen nachfolgen werde, und erteilte ihm den Auftrag, den Kirchenschatz an die Leidenden und Armen zu verteilen. Doch Kaiser Valerian erhob Anspruch auf diese Schätze. Um Laurentius zu Herausgabe zu zwingen, wurde dieser mehrfach gegeißelt. Er erbat sich drei Tage Bedenkzeit und verteilte während dieser Frist das gesamte Vermögen an die Armen. Danach präsentierte er diese dem Kaiser „als die wahren Schätze der Kirche." Valerian ließ daraufhin Laurentius auf einem Rost über Feuer langsam zu Tode zu martern. Selbst unter diesen Qualen soll er seinen Humor behalten haben. Er bat seinen Henker, ihn auf dem Feuer zu wenden, denn der Braten sei auf der einen Seite schon gar.

Rhythmen des Lebens

Das innere Gleichgewicht muss in der Balance sein.

• Von Peter Müller

Rhythmen bestimmen unser Leben: Tag und Nacht, ein- und ausatmen, anspannen und entspannen, Arbeit und Freizeit, wachen und schlafen. Einige Rhythmen nehmen wir wahr, andere beachten wir nicht oder leben sogar gegen sie, sei es aus Gewohnheit, aus innerem Drang oder erzwungen durch äußere Bedingungen wie Zeitdruck.

Pause zu nutzen für mediale Kontakte.

Manche Menschen sind Nachtschwärmer andere sind Schichtarbeiter, dem nächsten diktieren der PC oder steigende Erwartungen der Vorgesetzten und Kunden das Arbeitstempo. Zeit ist Geld, kurze Pausen und schnell etwas „dazwischen essen" bestimmen den Lebensalltag vieler. Hinzu kommt die steigende Erwartung, überall und zu jeder Zeit auf dem Handy erreichbar zu sein.

Für viele ist das selbstverständlich und (noch) nicht belastend. Doch wer seine natürlichen Rhythmen ständig missachtet, stört sein inneres Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele.

Natürliche Rhythmen sind wichtig

Wir achten leider erst dann auf den Herzrhythmus, wenn unser Herz „sticht" oder „stolpert". Wir essen erst dann bewusster und langsamer, wenn der Magen schmerzt. Natürliche Rhythmen sind wichtige „Ordnungsprinzipien" gesunden Lebens.

Wer heute im Getriebe des Alltags keine Ruhe-Inseln für sich findet, sollte daher immer wieder die Rhythmen seiner Tages-, Freizeit- und Arbeitsgestaltung überprüfen und fragen: Welchen Rhythmus will ich in Zukunft beachten? Wie beginne ich meinen Tag? Wann gönne ich mir Zeit für mich? Wie beende ich meinen Tag?

Blickwechsel angesagt

Das „violette Vogelhäuschen" in Balingen ist ein Ort zum Innehalten.

• Von Hans-Peter Mattes

Dreimal habe ich sie nun besucht, die Gartenschau in Balingen, und immer wieder kann man Neues entdecken. Da ist zum einen die freundliche Begrüßung und so das Engagement vieler Ehrenamtlicher, aber eben auch die bunte Vielfalt zum Erleben für Jung und Alt. Nicht zuletzt ist es die Kunst mit ihrer Botschaft. Immer wieder setzt sie ein Zeichen, mal nach oben, grell und bunt, oder sinnlich am Weg, als Plastik, Skulptur oder Graffiti, natürlich in der Floristik.

In den Erlebnisauen findet sich gleichsam in einem „Nest" behütet ein etwas anderes Vogelhäuschen. Kinder klettern darauf, das Violett schenkt einen besonderen anderen Durchblick in die Natur. Auf jeden Fall bleibt man stehen und schaut hindurch, und...

Manches kann uns da bewusst werden. Einen Augenblick innehalten tut immer gut, jetzt in den Sommerferien, wo man etwas mehr Zeit dafür hat, aber eben auch immer wieder mitten im Alltag. Da wird mir klar, es braucht Orte, wo ich mich freuen kann, andere treffe, mal etwas ausprobiere und so bei mir vielleicht eine neue Perspektive entsteht. Violett ist übrigens aus dem französischen Wort violette gleich Veilchen entstanden. Hier geht der Blick hindurch in eine wohltuende Landschaft mit Bäumen und Pflanzen, zum nahen Fluss, mitten in das Leben von Industrie, Verkehr, Sport und urbaner Vielfalt.

Verweilen an einem Ort, der gut tut. Foto: Mattes

Aber vielleicht ist es ja das eine kleine, so oft unbeachtete „Lebewesen", das plötzlich entdeckt, wahrgenommen, ja liebgewonnen wird. Da ist eine fleißige Biene aus dem nahen Bienenstock, der sich erholende Mensch in der Wiese oder eben der kunstvoll vorbeifliegende Vogel. Es tut gut, sich dafür Zeit zu nehmen, um dann vielleicht ein wenig die so wohltuende Nestwärme zu spüren, das Verweilen an einem Ort, der gut tut, positive Erinnerungen wachruft und einfach nur Freude schenkt. Dann kehren wir gewiss anders zurück in den Alltag.

Ich wünsche uns dies mit neuen Ausblicken für eine hoffentlich friedliche Zukunft und als Einladung für die LGS 2028 in Rottweil.

Trauern um ein Kind

Wenn ein Kind stirbt, ist es für Eltern und Geschwister unfassbar schwer. Vom noch nicht geborenen bis zum erwachsenen Kind - es ist immer hart, weil die „Reihenfolge" nicht stimmt. Fast ausnahmslos höre ich: „Ich wäre lieber selbst gegangen, das ist doch nicht richtig...". Die Familien kämpfen mit wechselhaften Gefühlen wie Trauer, Schmerz, Ohnmacht, Sehnsucht, Wut. Dabei ist wichtig, dass jeder so trauern darf, wie er kann. Es gibt kein Richtig und kein Falsch. Auch die Geschwister haben einen geliebten Menschen verloren. Es braucht Mut zu fragen wie es geht, weil man nichts falsch machen will. Aber die Frage: „Wie geht es dir heute?" zeigt, es ist kein gedankenloses Erkundigen, sondern echtes Interesse. Dann können Betroffene ehrlich sagen: „Überhaupt nicht gut". Letztlich geht es für alle darum, ihre Trauer in den Alltag zu integrieren, dass sie weiterleben können. In dem Vertrauen, dass das „Kind" an einem sicheren Ort ist und es ein Wiedersehen gibt. Trauergruppen können helfen, weil man sich nicht so alleine fühlt.

- Ulrike Wolf, Trauerberatung für Kinder, Jugendliche und deren Angehörige Rottweil, 01573/2774244, www.mit-kindern-trauern.de

Laden Gottes neu entdecken

Welche Fragen stellt das Leben?

• Von Peter Müller

Welche Fragen hat dir dein Leben in letzter Zeit gestellt? Wie hast du geantwortet? Wie hast du dich gefühlt, als über dich bestimmt wurde oder als du mitbestimmen konntest?

Auf die Fragen des Lebens zu hören und zu antworten, das sind zwei wichtige Fähigkeiten. Doch genügt das? Eine Antwort gibt uns eine Geschichte: „Ich trat ein und sah einen Engel hinter dem Verkaufstresen. Verwundert und überrascht sagte ich: Heiliger Engel des Herrn, was verkaufst du? Das sind alles Gaben Gottes, antwortete er mir. Sind sie teuer? Nein, es ist alles kostenlos.

Ich sah mich aufmerksam im Laden um. Es gab Krüge voll Glück, Päckchen mit Hoffnung, Körbe, die mit Zufriedenheit überquollen, Schachteln, gefüllt mit Hinweisen und Weisheiten, zudem Tüten mit Vertrauen und vieles mehr. Mut fassend bat ich: Ach, bitte, ich möchte gerne ein Glas Glauben, viel Glück und Frieden für mich und meine Familie, meine Nachbarn und Freunde. Reichlich Dankbarkeit auch, Vergebung und eine große Liebe zu allen. Eilfertig bereitete mir der Engel eine kleine Packung vor, die leicht in meiner Hand Platz hatte.

Den Samen säen, hegen und pflegen

Überrascht fragte ich: Hast du alles, um das ich dich gebeten habe in dieses winzige Päckchen getan? Lächelnd antwortete der Engel: Mein lieber Mensch, im Laden Gottes verkaufen wir keine fertigen Früchte, es gibt bei uns nur Samen" (nach einer Idee von Anthony de Mello). Vielleicht möchtest du diese Geschichte spontan fortsetzen, zum Beispiel indem du dafür sorgst,, deine Samen zu suchen, zu säen, zu hegen und zu pflegen, damit deine Samen reifen und gedeihen und Früchte tragen.

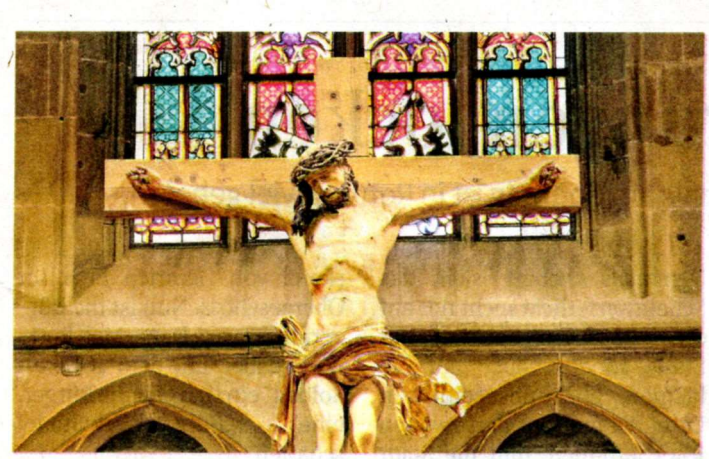
Zeichen der Auferstehung

Das Zeichen des Kreuzes und seine Verwandlung für uns.

• Von Jürgen Rieger

Am 14. September 335 vollzog sich in Jerusalem ein feierlicher Akt: Man zeigte der großen Zahl von Gläubigen, die zur Weihe der Grabeskirche nach Jerusalem gekommen waren, zum ersten Mal das Holz des Kreuzes Christi. Also jenes Kreuzesholz, das nach einer teils legendären, aber doch sehr ehrwürdigen Tradition von der Kaiserin Helena aufgefunden und als das wahre Kreuz Christi erkannt wurde.

Der Tag der ersten öffentlichen Ausstellung wurde zu unserem Fest Kreuzerhöhung. In seiner ursprünglichen Bedeutung als Zeichen des Leidens und der Schande, der Grausamkeit und des Todes kann man zum



Kruzifix im Rottweiler Münster. Foto: Hildebrand

Kreuz nicht aufblicken - man muss es wegschieben. Es drückt uns nieder und zieht unsere Gedanken nach unten. Wer zum Kreuz aufschaut, an dem ein Mensch grausam starb, kann nur von Schrecken und Furcht erfüllt sein.

Plötzlich war also ein Wandel eingetreten. Das Kreuz drückte nicht mehr das Empfinden nieder. Das von kirchlichen Autoritäten erhöhte Kreuz zog die Blicke und Hoffnungen an sich. Zum Kreuz konnte man jetzt aufschauen und von ihm Heilung und Rettung erwarten.

Das Zeichen hatte eine Wandlung erfahren, und in dieser Wandlung ist die Verheißung einer Wandlung unserer elenden menschlichen Verfassung in eine neue und hoffnungsvolle Existenz hineingelegt.

Das Kreuz strahlt, und das Leben grünt und blüht am dürren Holz des Kreuzes, wie es viele Hymnen besingen. Der Grund für diese Verwandlung liegt freilich nicht in der glanzvollen Erhöhung des Kreuzesholzes im Jahre 335 in Jerusalem. Der wahre Grund für diese Verwandlung ist derjenige, der. an diesem Kreuz grausam starb. Nur aus dem Blick auf Jesus Christus und seine Auferstehung ist jener Wandel zu erklären, der das finsterste aller Zeichen zu einem strahlenden Siegeszeichen macht, auf das man nun in aller Welt blicken wollte. Im Blick auf Jesus Christus, der nicht im Grab blieb, ist allen, die zum Kreuz aufblicken, nicht nur eine neue und befreite Existenz in einem künftigen Leben verheißen, sondern schon jetzt eine Verwandlung der elenden Verfassung menschlichen Lebens ermöglicht und die uns hineinfuhrt in eine neue Lebensweise, die von Hoffnung getragen ist.

Einblicke in das KiFaZ

- *Von Jessica Mayer, Damaris Wochner*

Das Kinder- und Familienzentrum Himmelreich bietet im ganzen Jahr Aktionen für Groß und Klein, für ganz Rottweil und Umgebung an. Auch dieses Kindergartenjahr wurde mit vielseitigen Aktionen für die ganze Familie ausgefüllt. Zweimal wöchentlich wurde ein Still-Treff angeboten. Monatlich fanden offene Gartennachmittage statt. Das Familienzentrum bietet Veranstaltungen mit Fachkräften aus dem Team, in enger Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern und engagierten Eltern an. Es fand eine zauberhafte Stunde mit einer Märchenerzählerin der Stadtbücherei statt und ein Theaterprojekt. In der Abenteuerturnhalle der TGA durften die Kinder mit viel Spaß und Mut über sich hinauswachsen. Bei der Eselwanderung durften die Esel kennengelernt und gefüttert werden. In Kooperation mit der katholischen Erwachsenen Bildung konnte ein aufschlussreicher Vortrag, geleitet von Frau Eyrich zum Thema „Wüten, Trotzen, Traurig sein" stattfinden. Das aktuelle Halbjahresprogramm ist auf der Homepage zu finden. Das Kinder- und Familienzentrum Himmelreich freut sich über viele Anmeldungen und neue Gesichter.

Impuls für den Alltag

Der Mut des kleinen Samens

• Von Peter Müller

Es waren einmal zwei kleine Samen, die tief in der Erde steckten. Ihre innere Stimme sagte ihnen, dass es Zeit sei, einen Sprössling zu bilden und zu wachsen. Das taten sie dann auch.

Nach einigen Tagen stießen sie beide mit dem Kopf an etwas Hartes und - wie es schien - Undurchdringliches. „Ach", seufzte der eine Samen, „hier geht es nicht weiter" und resignierte nach einigen Versuchen. Der andere Samen wollte nicht aufgeben. „Ich finde einen Weg!" dachte er bei sich und ließ seinen Sprössling einfach an der harten Decke entlang laufen und wachsen. Das war mühsam, anstrengend, und immer wieder kam der Gedanke, aufzugeben. Aber innerlich war er sich sicher, dass irgendwo etwas Wunderbares auf ihn warten würde.

Und tatsächlich spürte er nach einigen Tagen, wie die harte Decke über ihm endete. Er mobilisierte nun noch einmal alle Kräfte und wuchs nach oben. Neben der Straße durchbrach er die Erde, wo die Sonne auf ihn wartete, es Wasser gab und genügend Erde.

So konnte er sich entfalten und wuchs zu einer leuchtenden und beachteten Blume am Wegesrand.

Irgendwo muss es einen hellen Ausgang geben

Der kleine Samen ist mutig, indem er nach vorne blickt und sich selbst zuversichtlich anspornt. „Ich finde einen Weg", das heißt, es muss doch irgendwo einen hellen Ausgang, eine Lösung geben.

Kennst du auch solche Reaktionen bei dir? Manchmal hilft es auch, nicht zu schnell aufzugeben und sich einen ermutigenden Satz zuzusprechen: Ich finde einen Weg!" Oder: „Ich habe Zeit und bin geduldig! Ich schaffe das!" Oder ganz einfach: sich bei einem spirituellen Wegweiser informieren oder sich von einem spirituellen Begleiter begleiten lassen.

Ich gehe, daher bin ich

Im bewussten, zweckfreien Gehen liegt eine Quelle seelischer Kraft verborgen. Es tut Geist und Körper gut

• Von Gerhard Huber

In unserem Park des Hospitals ist es herrlich zu wandeln und zu verweilen, überhaupt nach einem heißen Sommertag am Abend. Unsere Patientinnen und Patienten, Schwestern und andere nutzen diese Gelegenheit.

Gehen ist etwas ganz Banales, könnte man jedenfalls denken. Und doch ist es mehr, es hat eine Mischung von Aktivität und Loslassen, ein „Sich gehenlassen". Im bewussten, zweckfreien Gehen liegt eine Quelle seelischer Kraft verborgen.

Unterwegs den Weg zu mir selbst finden Foto: Klinikseelsorger Gerhard Huber

In alten christlichen Klöstern gibt es den Kreuzgang. Schritt um Schritt bewegt man sich in ein ruhendes Schreiten hinein und durchbricht den Alltagstrott. Man nimmt in Ruhe das Leben wahr, man bezieht sich auf die höhere Macht Gottes und kommuniziert mit ihr, atmet das Leben heilsam auf, findet neue Kraft und Weite.

Spazierengehen ist ein altmodisches Wort. Spazieren kommt aus dem Lateinischen „spatium", was „freie und offene Zeit" bedeutet. Es gehörte zur Lebensqualität der Reicheren, die sich den zweckfreien Gang leisten konnten. Spazieren zu gehen war ein Hinweis darauf, dass man im Leben einen guten Status hatte.

Viele Menschen behalten diese althergebrachte Gewohnheit bei, weil sie spüren, dass es Körper und Seele gut tut. Heutzutage wird Spazieren durch „Walken" ersetzt und damit wieder unter Leistungsdruck gesetzt. Die Botschaft, keine Zeit zu haben, scheint die Menschen zu adeln. Wer etwas sein will, geht nicht spazieren, sondern ist immer „busy".

Mein Hiersein als Klinikseelsorger hat mich gelehrt, in unserem Park mit den Menschen zu spazieren und zu entdecken, dass Depressive leichter aus ihren Gedankenfängen raus kommen und heilsame Impulse sich wie Weggefährten dazu gesellen.

Wer neugierig geworden ist, mehr über das Gehen zu erfahren, dem empfehle ich das Buch von Detlef Wendler, Vom Glück des Gehens.

Patienten als Abbild Gottes

Das Vinzenz-von-Paul-Hospital feiert in diesem Jahr sein 125-jähriges Bestehen. 125 Jahre wirken Schwestern aus Untermarchtal in Rottenmünster. Wo früher viele Schwestern in der Pflege und in der Verwaltung arbeiteten, sind heute nur noch ein paar Schwestern tätig. Seit letzten November gehöre ich, Sr. Maria Regina Stütz, als Seelsorgerin mit dazu. Nach 33 Jahren in der Gemeindeseelsorge geht es auch hier um das Wohl und Heil von Menschen. Unser Ordensgründer Vinzenz von Paul und Mitbegründerin Luise von Marillac waren Menschen der Tat, die auf die Nöte ihrer Zeit reagierten. „Liebe sei Tat", sagte der heilige Vinzenz, und „Erbarmen ist das innerste Geheimnis Gottes"! Diese Worte haben mich so angesprochen, dass sie mir zum Lebensmotto wurden, das ich in der Gemeinschaft der barmherzigen Schwestern verwirklichen wollte. Die Bodenständigkeit des heiligen Vinzenz und der Untermarchtaler Schwestern haben mich sehr angesprochen. Hier im Hospital gilt es zuzuhören, Menschen so wie sie sind anzunehmen, ihnen Trost und Ermutigung zuzusprechen, und sie im Gebet zu begleiten. Mir ist es wichtig, allen auf Augenhöhe zu begegnen und die Patientinnen nicht von ihren Schwächen her zu sehen, sondern als Abbild Gottes mit vielen wertvollen Gaben.

Impuls für den Alltag

Kränkende Worte stecken im Herzen fest wie Angelhaken.

• Von Peter Müller

Ich kenne Menschen, die bewerten die anderen, über die sie sprechen und zu denen sie sprechen. Oft entwerten sie die anderen dabei. Weil sie an ihrem eigenen Wert zweifeln, können sie sich selber aufwerten. Solche Worte tun weh.

Wir sehnen uns jedoch nach Menschen, die zu und mit uns sprechen, ohne zu werten. Denen wir alles sagen können, ohne jedes Wort auf die Goldwaage zu legen. Nur dort, wo der Wert eines Menschen gesehen wird, kann ein gutes Gespräch gelingen.

Bei jedem Wort klingt mit: Du darfst so sein wie du bist. Du darfst so denken wie du es tust. Und auch ich darf sagen, was ich spüre. Nur so entwickelt sich ein Gespräch, das alle bereichert. Jeder von uns hat schon Worte gehört, die verletzt und gekränkt haben. Wir werden sie oft nicht mehr los. Sie haben sich wie Angelhaken in unserem Herzen festgehakt.

Doch wir kennen auch Worte, die uns ermutigen und stärken, die uns aufrichten und die Balsam sind für unsere Seele. Jesus hat solche Worte gesagt.

„Wenn dein Alltag dir arm erscheint, klage ihn nicht an; klage dich an, weil du nicht stark genug bist, seine Reichtümer zu wecken."

Reiner Maria Rilke

Dichter

Eine Frau hatte sich völlig verausgabt, weil sie endlich von den Menschen gesehen werden wollte. Ihr ging es aber immer schlechter, weil sie nicht bekommen hatte, was sie wollte. Zu ihr sagte Jesus: „Meine Tochter, dein Glaube hat dir geholfen. Geh in Frieden! Du bist geheilt von deinem Leiden." (Mk 5,34) Sie brauchte nichts zu leisten, um anerkannt zu werden.

Am Arbeiten gehindert

Inklusion kennt kein Limit. Die Würde des Menschen ist keine Leistungsfrage.

• Von Beate Scholz

Zu allen Zeiten lebten Menschen mit Behinderungen. In der Bibel finden sich Zeugnisse, wie Behinderte und Nichtbehinderte gemeinsam lebten. Denn es ist normal, verschieden zu sein. Etwa jeder neunte Mensch in Deutschland hat eine Behinderung. Per Gesetz haben alle das Recht, ihr Leben so zu gestalten, wie sie es möchten.

Aber noch immer haben Menschen mit Behinderung das Nachsehen auf dem Arbeitsmarkt. Dass Menschen mit Behinderung länger keine-Arbeit finden, liegt vor allem an den Unternehmen. Eigentlich sollten

die 173000 Firmen in Deutschland mit mehr als 20 Beschäftigten fünf Prozent ihrer Arbeitsplätze mit behinderten Mitarbeitenden besetzen. Doch nur 40 Prozent erfüllen diese Vorgabe.

Ein Viertel der Unternehmen beschäftigt gar keinen Menschen mit Behinderung und zahlt lieber die sogenannte Ausgleichsabgabe in voller Höhe. Unverständlich, denn 80 Prozent der Chefs sehen keinen Leistungsunterschied zwischen Mitarbeitenden mit oder ohne Behinderung. Im Gegenteil, die Beschäftigung von Menschen mit Behinderung ist ein Gewinn für alle. Denn sie sind oft überdurchschnittlich qualifiziert und hochgradig motiviert. Trotzdem sind sie wesentlich öfter von Arbeitslosigkeit betroffen.

Jeder Mensch ist von Gott, so wie er ist, nach seinem Bild geschaffen. Dies begründet seine unantastbare Würde. Sie ist eine unverfügbare und unverlierbare Gabe Gottes, nicht abhängig von Eigenschaften oder Lebensbedingungen. Die Würde des Menschen muss nicht erleiste oder verdient werden. Sie ist ein Geschenk. Gottes Geschöpfe sind gut, sehr gut sogar (1 Mose 1,31).

Es ist an der .Zeit, dass wir den Menschen mit einem Handicap ihre Würde wiedergeben und sie in unser gemeinsames Leben integrieren. Und das nicht nur in der Arbeitswelt!

Nur 40 Prozent der Unternehmen in Deutschland beschäftigen Behinderte. *Foto: Scholz*

Mut zur eigenen Armut

Manchmal kommen Schüler zu mir und zeigen mir stolz ein Foto ihres Motorrades oder Autos und wollen anerkennende Worte hören. Besonders Jungs und Männer leben manchmal ihr ganzes Leben lang mit Statussymbolen, Gegenständen, Posten oder auch Menschen, die ihren Stand symbolisieren.

Ich denke, jeder Mensch hat einen wunden Punkt, wo er mangelndem Selbstvertrauen auf die Sprünge hilft.

Wenn wir uns hier ein wenig hineinfühlen, spüren wir das Tiefere, das in der Armut des Franziskus von Assisi (gestorben am 3. Oktober 1221) verborgen liegt.

Bis heute hat der Nationalheilige Italiens nichts von seiner Faszination eingebüßt. Berühmt die Szene, als er nackt vor seinem Vater steht und sich von ihm und dem Erbe lossagt. Von nun an wolle er nur noch seinem himmlischen Vater folgen.

Verzicht auf den materiellen Besitz ist das eine. Aber der Verzicht auf Statussymbole, Ersatz-Ichs und das Vertrauen auf die Liebe Gottes zu mir, wie ich bin, das ist der tiefere Sinn dieser Geste und die Aktualität franziskanischer Spiritualität bis heute. So gesehen war der Arme aus Assisi der reichste Mensch seiner Zeit. Mut zur eigenen Armut macht reich.

Michael Becker

Wer ist mein Nächster?

Der Mensch lebt im Miteinander.

• Von Peter Müller

Wir leben nicht allein, wir sind auf Kontakte, Anerkennung und Hilfe unserer nächsten Mitmenschen angewiesen und sie auf uns. Was so selbstverständlich erscheint, muss sich in konkreten Situationen bewähren.

Jesus hat die Ausgangslage verändert

Hier stellt sich immer neu die Frage: Wer ist mein Nächster? Mit dieser Frage wollte ein jüdischer Gesetzeslehrer Jesus herausfordern. Dieser antwortete ihm: „Ein Mann fiel unter die Räuber. Ein Priester und ein Diener des Tempels kamen nacheinander des Weges, sahen ihn und gingen vorüber. Danach kam ein Samariter, sah ihn, verband ihn, übergab ihn der Pflege in einer Herberge und übernahm dafür die Kosten.

Jesus fragt am Schluss den Gesetzeslehrer: "Wer von den dreien hat sich als der Nächste erwiesen, der von den Räubern überfallen wurde?" Die Antwort kommt schnell: „Natürlich der, der geholfen hat" (Lk 10,25-37). Doch der Gesetzeslehrer merkt nicht, dass Jesus die Ausgangslage verändert hat. Es geht ihm nicht mehr um die Frage: Wer ist mein Nächster? Nun geht es um die Frage: Wie werde ich zum Nächsten? Wie werde ich zur erfrischenden Quelle bei Trauer, bei Krankheit, bei der Bewältigung aktueller Probleme...

Anderen zum Nächsten zu werden beginnt im Alltag

Wer ist mein Nächster? Diese Frage sucht nach Verhaltensregeln und Antworten. Wie aber werde ich zum Nächsten? Diese Frage betrifft mich als Person, sie ruft mich zum Handeln auf und dafür gibt es keine Regeln. Entweder spüre ich, dass der andere mich jetzt braucht oder ich lasse es bleiben, Anderen zum Nächsten zu werden, beginnt im Alltag jedes einzelnen. Dabei gilt „Wer es merkt, ist daran gebunden vor Gott zu handeln" (E. Drewermann).

Beten im Alltag

„Beten - wie geht das?" so fragen viele Menschen heute. Beten heißt nicht nur bitten, sondern vor und mit Gott das eigene Leben zu bedenken.

• Von Jürgen Rieger

„Herr lehre uns beten!" - so kommen die Jünger zu Jesus. Er hat ihnen das „Vater unser" als Grundform für alles Beten gegeben. Jedes Kind, jede Gemeinde, alle Christen kennen und beten das Vaterunser. Es, ist uns sehr vertraut, so dass es oft oberflächlich gebetet wird.

Das Gebet beginnt mit einer Anrede Gottes, dann folgen lobende Aussagen Gottes, schließlich die grundsätzliche Bitten. Diese Struktur ist wichtig, sie zeigt: Beten heißt nicht nur bitten. Beten bedeutet, vor und mit Gott das eigene Leben bedenken. Dabei geht es zuallererst um den Stellenwert Gottes. Die Anrede „Vater" setzt dabei ein bestimmtes Verständnis von Beziehung voraus. Da klingen Geborgenheit, Fürsorge und Autorität mit. Und natürlich ist diese Anrede aus der patriarchalen Familienstruktur der Zeit Jesu geprägt.

Albrecht Dürers Betende Hände. Foto: Hildebrand

Viele Menschen eröffnen ihr Gebet mit der Anrede „Gott, unser Vater und unsere Mutter". Die darin ausgedrückte Entfaltung der familiären Beziehungswelt ist anzuerkennen und positiv aufzugreifen. Menschen, die Gott als Vater und als Mutter ansprechen, begreifen darin das sorgende, offene Du für die Beterin und den Beter. Zugleich identifizieren sie sich mit der Vorstellung gegenüber Gott: Ich bin ein getaufter Mensch und damit ein Kind Gottes.

Begreift man die Bitten des Vaterunsers in ihrer Tiefe, sind sie mehr als Bitten, sie sind zugleich Lob und Dank. Man lernt aus ihnen, um was man bitten soll: nicht um Beliebigkeiten, Reichtum, hohen Lebensstandard u.a., sondern es sind Bitten um das Heil des Menschen. Beten ist aber nicht nur Reden mit Gott.

Denn er spricht durch vielerlei Zeichen, in Begegnungen, manchmal durch Worte, die mitten ins Herz treffen. Dabei sind Achtsamkeit und Offenheit gegenüber Menschen und Situationen gefragt, die unsere Ohren sensibel werden lassen für das, was Gott fragt. Eigenes Wünschen wird dabei immer mehr in den Hintergrund treten; viel wichtiger wird die Ausrichtung auf das „Du": Gott und Mensch.

Apostel Judas Thaddäus

- *Von Berthold Hildebrand*

Festtag: 28. Oktober. Judas Thaddäus war ein Jünger Jesu. Er ist nicht zu verwechseln mit Judas Ischariot, der Jesu verraten hat wie das Johannesevangelium (14,22) ausdrücklich betont. In der Bibel und außerbiblischen Schriften gibt es mehrere Personen namens Judas und Thaddäus. Ob es sich bei diesen Personen jeweils um dieselbe handelt, lässt sich nicht feststellen und wird verschieden interpretiert. So ist es möglich, dass die Überlieferungen zu Judas Thaddäus in Wirklichkeit auf verschiedene Personen zurückgehen. Seit Origines wird angenommen, dass es sich bei Judas und Thaddäus um dieselbe Person handelt. Nach der Legenda aurea waren seine Eltern Kleopas und Maria, seine Brüder die Apostel Jakobus und Simon. Damit ist er ein Vetter Jesu. Auf Geheiß des Apostels Thomas ging er zum König von Edessa. Anschließend soll er nach Mesopotamien und später mit Simon nach Persien gegangen sein. Dort sollen sie den König von Babylon zum Christentum bekehrt haben. Unter der Hand der heidnischen Priester starben sie als Märtyrer. Judas Thaddäus war ein vergessener Apostel. Er wurde Ende des 18. Jahrhunderts wieder entdeckt und wird seitdem als Helfer in verzweifelten Situationen angerufen. Er ist im Petersdom begraben.

Impulse für den Alltag

Gottes Fußspuren können überall entdeckt werden.

• Von Peter Müller

Dem Wort „Gott" kann heute keiner ausweichen, wie immer er dazu steht und welche Erfahrungen er mit dem damit Benannten gemacht hat. Schaut man genauer hin, dann werden in dieses Wort die unterschiedlichsten Vorstellungen hineingepackt. Daher müssen wir in jeder Situation darauf achten, was gemeint ist.

Dazu folgende Geschichte: Ein französischer Gelehrter durchstreifte die Wüste und hatte als Begleiter einige Araber mitgenommen. Beim Sonnenuntergang breiteten die Araber ihre Teppiche auf dem Boden aus, um zu beten." Was machst du da?" fragte der Gelehrte einen Araber. „Ich bete." „Zu wem?" „Zu Allah." „Hast du ihn jemals gesehen, betastet, gefühlt?" „Nein." „Dann bist du ein Narr."

Am nächsten Morgen, als der Gelehrte aus seinem Zelt kriecht, meint er zu dem Araber: „Hier ist heute Nacht ein Kamel gewesen." Da blitzt es in den Augen des Arabers und er fragt: „Haben Sie es gesehen, betastet, gefühlt?" „Nein." „Dann sind Sie aber ein sonderbarer Gelehrter!" "Aber man sieht doch rings um das Zelt die Fußspuren." Da geht die Sonne auf in all ihrer Pracht. Der Araber weist in ihre Richtung und sagt: „Da sehen Sie, die Fußspuren Gottes."

Gott spüren und erfahren

Fußspuren Gottes - die einen entdecken seine Spuren in den Religionen und Kirchen, viele Menschen sehen sie in der Schönheit der Natur, in der aufgehenden Sonne, andere in einer Blume am Wegesrand, auf einem Berggipfel...die nächsten bezeichnen Gott als höhere Macht, als Energie. Wieder andere sagen, Gott spiele in ihrem Leben keine Rolle. Und dennoch fragen heute immer mehr Menschen, wie sie Gott erfahren können, denn sie wollen ihn spüren, nicht einfach nur an ihn glauben.

Werde ein Licht

Der Weg zum wahren „Ich" ist steinig, aber mit offenem Herzen gehbar.

• Von Michael Becker

Mache dich auf und werde Licht - Paulus

Erst ist es nur ein Gefühl. Ein Gefühl, dass etwas nicht mehr stimmt. Eigentlich läuft alles seinen gewohnten Lauf, beruflich und privat. Und trotzdem, als wären die Kleider zu klein. Da bahnt sich etwas an. Oder Sie engagieren sich mit voller Kraft für eine Herzenssache, für den Beruf oder einen Verein. Und bei aller Überzeugung nagen plötzlich Zweifel, ob das alles Sinn macht.

Dann kommt vielleicht ein Traum. Darin leben Sie ein anderes Leben und aufgewacht spüren Sie, das hat sich gut angefühlt.

Doch je größer die Zweifel werden, desto verzweifelter halten Sie an dem Gewohnten fest, denn das gab Sicherheit und Heimat. Vielleicht beginnt irgendwann Ihr Leib zu sprechen: Kopfschmerzen, Magenprobleme, Ängste. Bis es aus Ihnen herausplatzt: Mein bisheriges Leben kann ich so nicht mehr weitermachen.

Sobald Sie sich das eingestanden haben, fühlen Sie fast etwas wie Befreiung, Erleichterung. Doch nun beginnt der Weg erst und der ist nicht leicht. Inmitten der Angst braucht es ein lauschendes Herz, das die Signale wahrnimmt, die Bausteine des Neuen, Zeichen Ihrer eigenen Berufung.

Beim Christenverfolger Paulus erzählt uns die Bibel nichts von diesem Entwicklungsprozess. Erst als es ihm „wie Schuppen von den Augen fällt", er vom Pferd fällt, weil ihm klar wird, dass dieser neue Glaube nicht sein Feind, sondern seine Berufung ist. In der Apostelgeschichte 9 wird von einem Licht und einer Stimme berichtet, die ihn fragt: „Saul, warum verfolgst du mich?" Und unter seinen Fingern zerbröseln alle Antworten, mit denen er sein bisheriges Leben immer gerechtfertigt hat.

Mendelssohn vertont diese Stelle in seinem Oratorium in einer solchen Dichte, dass es einem die Tränen in die Augen treibt.

Frei nach G.G. Jung: Das „Ich" findet zu sich selbst. „Mache dich auf und werde Licht", singt der Chor im Anschluss in Richtung auf die Zuhörer. Nicht: Zünde ein Licht an sondern: werde Licht.

Mendelssohn vertont in seiner Paulus-Trilogie die Wandlungsgeschichte meisterhaft

Foto: Mink

Veränderungen bei Kindern

Im Kindergartenalltag begegnen uns mehr und mehr Kinder, deren Verhalten schwer einzuordnen und zum Teil eine Überforderung im Alltag beim bestehenden Personalschlüssel für die Fachkräfte mit sich bringt. Kinder, die sich in Gruppen unwohl fühlen oder aggressives Verhalten zeigen und unruhige/überforderte Kinder sind in fast allen Einrichtungen vorhanden. In der Einrichtung hat das Kind die zentrale Entwicklungsaufgabe des Erwerbs von sozialen Kompetenzen. Wie leicht oder schwer es Kinder mit dieser Entwicklungsaufgabe haben, hängt unter anderem sehr eng mit den Bedingungen zusammen, die die Kinder bei der Bewältigung ihrer vorigen Entwicklungsaufgaben hatten. Diese Kompetenzen stehen nicht plötzlich zur Verfügung, sondern müssen Schritt für Schritt gelernt werden. Zum Teil können Kinder keine Einrichtung besuchen, da es zu wenig Fachkräfte in der Gruppe gibt, um auffällige Kinder aufzufangen. Dagegen hat jedes Kind ein Anrecht auf Bildung und Teilhabe. Mit geschultem Personal, ritualisierten Tagesabläufen und durch externe Unterstützung könnte Raum für diese Kinder geschaffen werden. Leider fehlt diese Unterstützung aktuell für die Träger und die Beschäftigten in den Einrichtungen.

Die Zeit des Wartens beginnt

Mund, Augen, Ohren - der Sehnsucht entgegen.

• Von Peter Müller

Das Kirchenjahr neigt sich dem Ende zu. Allerheiligen und das Totengedenken bestimmen das christliche Programm, an dessen Höhepunkt die Adventsund Weihnachtszeit steht. Sie lädt uns ein, in die Zeit des „Wartens" und der „Sehnsucht" einzustimmen.

Achten wir in dieser Zeit auf unseren Mund: Einfach schweigen, still sein, denn Lärm und Geschwätz verhindern ein wachsames Leben. Aber ebenso üben: Am rechten Ort offene, einfühlsame, ehrliche, tröstende und ermutigende Worte weitergeben. Oder wir achten auf unsere Augen: Sie einfach ab und zu schließen, mir Zeit nehmen, wenn sie mich mit bildhaften Eindrücke überschwemmen. Dann nach innen schauen, innere Bilder meines Lebens, meiner Enttäuschungen oder des Neubeginns erinnern und mich fragen, was mich im Leben trägt. So lerne ich vielleicht neu, mit dem Herzen zu sehen. Aber auch üben, die Augen zu öffnen und wach zu sein für alles, was um mich herum geschieht.

Die Botschaft des Kindes in der Krippe will gesehen und gelebt werden in den Begegnungen der Menschen im Alltag.

Was brauche ich?

Oder wir nutzen unsere Ohren: Die Adventszeit lädt uns täglich ein zu einer stillen Zeit, zu einer Zeit des Wartens und des Wachseins, eine Zeit der Sehnsucht auf das Weihnachtsfest, eine Zeit der Ankunft Jesu in uns. Diese Zeit lädt uns ein auf die Stimmen, Gedanken, Misstöne oder Harmonien, die in mir erklingen zu achten Sie fragen mich: Was brauche ich, um mit meinen Mit-Menschen in Einklang zu kommen?

Mund, Augen und Ohren trainieren - wir sind eingeladen beweglicher zu sein für die Botschaft „Gott wird Mensch". Das Kind in der Krippe zeigt uns, immer wieder neu, unsere Weg zu suchen, zu gehen und zu leben.

Die Heilige Gertrud

Eine der berühmtesten Mystikerinnen wurde 1256 geboren.

- Von Mirjam Benz

Die heilige Gertrud die Große, deren Gedenktag wir am 17. November gefeiert haben, ist eine der berühmtesten Mystikerinnen. Sie war ausgestattet mit besonderen natürlichen Begabungen und außerordentlichen Gnadengaben sowie mit brennendem Eifer für das Heil des Nächsten.

1256 wurde sie geboren und mit fünf Jahren kam sie ins Kloster von Helfta, um Erziehung und Bildung zu erhalten. Sie war eine außerordentliche begabte Schülerin und nach der Schulzeit weihte sie sich Gott ganz im Klosterleben. Durch ihre Begabungen zeichnete sie sich unter den Schwestern aus: Beharrlich vertiefte sie ihr Wissen in verschiedenen Bereichen.

Die heilige Gertrud von Helfa Foto: Hildebrand

Im Advent 1280 begann sie, Widerwillen gegen all diese Dinge zu verspüren, wurde sich deren Eitelkeit bewusst und am 27. Januar 1281 erleuchtete Gott zur Stunde der Komplet ihre dichte Finsternis. Von diesem Augenblick lebte sie in inniger Gemeinschaft mit Gott.

Die Biografin von Gertrud zeigt zwei Richtungen dessen auf, was wir als ihre besondere „Bekehrung" bezeichnen können: Sie wandte sich von den weltlichen, humanistischen Studien ab und vertiefte sich nun in das theologische Studium.

Und im klösterlichen Leben beschritt sie den Weg des tiefen Gebets, eines mystischen Lebens mit außergewöhnlichem missionarischem Eifer. Sie wurde eine Jüngerin der Theologie, indem sie alle Bücher der Heiligen Schrift studierte und die Glaubenswahrheit mit Klarheit und Überzeugungskraft niederschrieb und verbreitete. Sie war erfüllt von einer tiefen vertrauensvollen Hingabe an Gott.

Papst Benedikt XVI. schreibt in seinem Buch „Heilige und Selige. Große Frauengestalten des Mittelalters": „Das Leben der heiligen Gertrud zeigt uns, dass der Mittelpunkt eines glücklichen, eines wahren Lebens, die Freundschaft mit Jesus, dem Herrn ist. Und diese Freundschaft lernt man in der Liebe zur Heiligen Schrift, in der Liebe zur Liturgie, im tiefen Glauben, in der Liebe zu Maria, damit wir Gott und damit das wahre Glück, das Ziel unseres Lebens, immer mehr wirklich kennen lernen."

Die Heilige Mechthild

- Von Mirjam Benz

Die die heilige Gertrud die Große war auch die heilige Mechthild von Hackeborn eine Ordensfrau im Kloster von Helfta. Sie war eine Mystikerin und gleichzeitig war sie die Novizenmeisterin der heiligen Gertrud (siehe dazu Leitartikel). Mechthild selber wird als eine Frau voller Demut, Eifer und Liebenswürdigkeit beschrieben sowie als eine Frau, die erfüllt war von einer Vertrautheit und Tiefe, mit der sie die Beziehung zu Gott, zur Jungfrau Maria und zu den Heiligen lebte. Sie besaß ein sehr großes Wissen und die Kenntnis von Sprache und Literatur. Für viele Menschen war sie eine Ratgeberin, Trösterin und leitende Hand bei Entscheidungsfindung. Von der göttlichen Gabe der mystischen Schau erleuchtet, verfasste Mechthild zahlreiche Gebete. Das Gebet und die Betrachtung waren der lebenswichtige „Nährboden" ihrer Existenz: Ihr Weg im Glauben und in der Liebe haben hier ihre Wurzel. Papst Benedikt XVI. schreibt in seinem Buch „Heilige und Selige. Große Frauengestalten des Mittelalters": „Die heilige Mechthild von Hackeborn vertraut uns dem Heiligsten Herzen Jesu und der Jungfrau Maria an. Sie lädt uns ein, den Sohn durch das Herz der Mutter zu loben und Maria durch das Herz des Sohnes."

Impuls für den Alltag

Die vier Kerzen stimmen auf Weihnachten ein.

• Von Peter Müller

Advent - eine Zeit der Ruhe und des Wartens, der Besinnung und Stille, aber auch der Gespräche und nach Zufriedenheit. Eine wichtige Rolle im Advent spielen die vier Kerzen. Ich lade Sie ein, sich täglich eine Kerze anzuzünden und zu meditieren.

Frieden, Glauben, Liebe

- zu schnell vergessen

Vier Kerzen brannten am Adventskranz. Es war ganz still. So still, dass man hörte, wie die Kerzen zu reden begannen. Die erste Kerze seufzte und sagte: „Ich heiße Frieden. Mein Licht leuchtet, aber die Menschen halten keinen Frieden. Sie wollen mich nicht." Ihr Licht wurde immer kleiner und erlosch schließlich.

Die zweite Kerze flackerte und sagte: „Ich heiße Glauben. Aber ich bin überflüssig. Die Menschen wollen von Gott nichts wissen. Es hat keinen Sinn mehr, dass ich brenne." Ein Luftzug wehte durch den Raum und die zweite Kerze war aus.

Leise und traurig meldete, sich die dritte Kerze zu Wort: „Ich heiße Liebe. Ich habe keine Kraft mehr, zu brennen. Die Menschen stellen mich zur Seite. Sie sehen nur sich selbst und nicht die anderen, die sie lieb haben sollen." Und mit diesem letzten Aufflackern war auch dieses Licht ausgelöscht.

Da kam ein Kind in das Zimmer. Es schaute die Kerzen an und sagte: „Aber, aber - ihr sollt doch brennen und nicht aus sein!" Fast fing es an zu weinen.

Die Hoffnung bleibt als rettender Funke

Da meldete sich auch die vierte Kerze zu Wort. Sie sagte: „Hab keine Angst! Solange ich brenne, können wir auch die anderen Kerzen wieder anzünden. Ich heiße nämlich Hoffnung." Mit einem Streichholz nahm das Kind Licht von dieser Kerze und zündete alle anderen Lichter wieder an. (Quelle unbekannt)

Zeit der Erschütterung

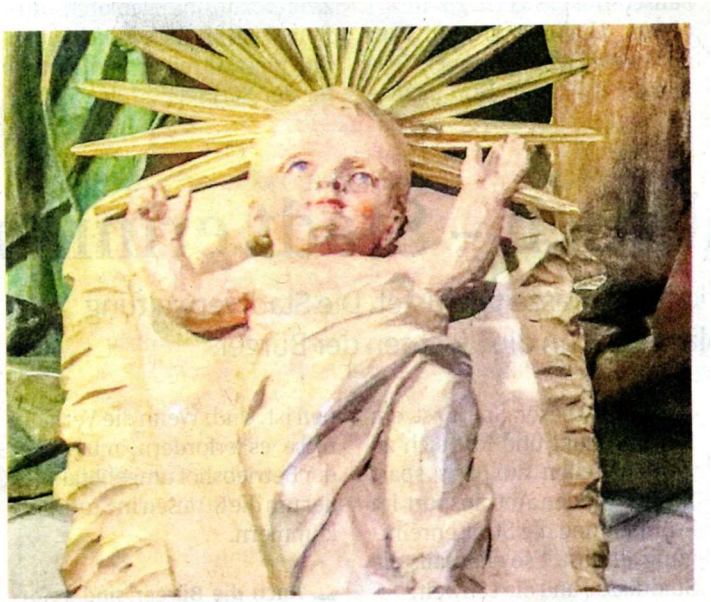
Putzig sind die Botschaften des Advents nicht.

• Von Jürgen Rieger

„Das Christkind lädt zu seinem Markte ein / und wer da kommt, der soll willkommen sein": So ruft das Nürnberger Christkind vom Rathausbalkon, um den berühmten Christkindlmarkt zu eröffnen. Ein alljährliches Ritual in der oberfränkischen Stadt, zu der eine Großzahl von Menschen strömt.

Zugegeben: Ein bisschen schmunzeln muss man ja schon, wenn man dieses Christkind betrachtet. Mit seinen blonden Locken und dem goldenen Gewand sieht es doch eher aus wie ein putziger Rauschgoldengel.

Putzig ist jedenfalls nicht, was wir in den Gottesdiensten des Advents hören: In den Texten ist von der Wiederkunft Christi, von Entscheidung und Wachsamkeit die Rede. Der Jesuitenpater Alfred Delp schreibt nach seiner Verhaftung durch die Nazis: „Advent ist eine Zeit der Erschütterung."



Krippe Heilig Kreuz Foto: Hildebrand

Wenn Christus wiederkommt am Ende der Tage, ist nicht alles lieblich und putzig, sondern da geht es durchaus ans Eingemachte. Da gilt es, Zeugnis und Rechenschaft abzulegen. Und dazu gehört eben auch, bereit zu sein, wachsam für die Spuren Gottes, die wir in dieser Welt und in unserem Alltag schon heute entdecken können. Wir wissen nicht, wann und wie wir Gott in unserem Leben begegnen können. Umso wichtiger ist, wachsam zu sein, achtsam für ihn und für seine Gegenwart; die er uns immer wieder schenken will.

Der Weihnachtsmarkt hier in Rottweil bei uns wird zwar nicht vom Christkind eröffnet, aber vielleicht findet der eine oder die andere trotzdem den Weg in die Obere Hauptstraße. Wir dürfen und sollen in der Adventszeit auch diese Freude genießen und uns anstecken lassen von dieser besonderen Stimmung. Aber wir dürfen eben nicht dabei stehenbleiben und so tun, als wäre das schon alles.

„Advent ist eine Zeit der Erschütterung": Diese Tage sollen uns durch Mark und Bein gehen, damit sie uns neu auf Gott hin ausrichten. Damit wir uns neu bewusstwerden können, was in diesem Leben wirklich zählt. Wir sollen uns in dieser Adventszeit neu bereitmachen, neu aufmachen, Christus entgegenzugehen, uns bereitzuhalten für seine Ankunft in unserer Welt.

Barbara und ihre Zweige

- Von Michael Becker

Um die heilige Barbara ranken sich zahlreiche Legenden: Die einen sind Varianten um ihre Bekehrung im 4. Jahrhundert zum Christentum und ihren Vater, der dies partout nicht akzeptieren mag und dafür sogar zum Schwert greift und seine Tochter tötet. Die anderen spielen rund um den Brauch, am 4. Dezember einen Kirsch- oder anderen Zweig ins Haus zu holen und diesen zu pflegen, in der Hoffnung, dass er an Weihnachten blühen möge. Quelle dieser Legende ist folgende Überlieferung: Barbara habe in ihrer Gefängniszelle einen trockenen Zweig gehabt, habe diesen mit dem Wasser aus ihrem Trinknapf benetzt, sodass dieser tatsächlich ausgeschlagen und Blüten getrieben habe. Ihr habe das angesichts des bevorstehenden Todes Hoffnung auf ein Leben nach oder durch den Tod hindurch gegeben. Statt sich ums eigene Leid zu grämen und um Beachtung zu kämpfen, neues Leben schaffen, neues Leben, das ich selbst nicht mehr genießen kann. Von Martin Luther ist der Satz überliefert: Wenn ich wüsste, ich sterbe morgen, so würde ich heute noch einen Apfelbaum pflanzen. So schlecht es mir auch gehen mag, ich kann immer neues Leben schaffen. Wir leben füreinander und sollen einander zum Segen werden. Vielleicht ist das die Botschaft Barbaras.

Symbole des Advents

Eine Tür oder ein Tor sind sprechende Zeichen.

• Von Peter Müller

„Macht hoch die Tür, die Tor macht weit, es kommt der Herr der Herrlichkeit", singen wir im Advent. Das Lied wurzelt im Psalm 24 und verbindet im Advent unsere Hoffnung mit offenen Türen bei Gott.

Jeder Mensch hat seine Tür- Erlebnisse. Das Symbol Tür oder Tor erinnert mich an ganz bestimmte Türen, die in einer Situation meines Lebens eine besondere Rolle spielten.

Eintreten und innere Ruhe erleben, während das Äußere ausgesperrt bleibt

Eine Tür - offen oder verschlossen, Haustür oder Hintertür, Eingangstor oder Kirchenportal -wie sah sie aus, wo hinein führte sie, welche Gefühle oder Erfahrungen habe ich damit verbunden ?

Ein verbindendes Geheimnis von Tür und Weihnachten ist die Aussage der Engel: „Gott öffnet die Tür und wird Mensch." Das Kind, auf dessen „Geburtstagsfest" wir in diesen Tagen zugehen, wird die Botschaft später bestätigen: „Ich bin die Tür. Wer durch mich eintritt, wird gerettet werden" (Joh. 10,9). Jede Erfahrung zeigt: Eine Tür, ein Tor oder ein Portal ist immer ein sprechendes Zeichen.

Eine Tür kann geöffnet oder geschlossen sein, einladen oder aussperren, zugeschlagen oder verriegelt werden. Sie trennt das Innere und das Äußere oder bei Kirchtüren den profanen vom sakralen Bereich. Mein Weg führt nach Übertreten des Türschwelle in einen eingegrenzten Raum. Ich erlebe Struktur und Ordnung, äußere Verwirrung und Bedrohung werden ausgesperrt und zugleich weckt das in mir Neugierde und Hoffnung.

Die Türen von Kirchen, Kapellen oder meditative Räume, laden mich ein, einzutreten und innerlich ruhig zu werden, mich sicher zu fühlen, zur eigenen Mitte und zum innerem Frieden zu finden.

Die Botschaft vom Advent begleitet uns auf dem Weg.

„Zu verschenken"

Eine besondere Botschaft zum 3. Advent ist es Gemeinschaft und Freude trotz Unsicherheiten zu verschenken

• Von Timo Weber

Am Rand des Bürgersteigs liegt da nur noch diese Pappe: „Zu verschenken" - Alles, was noch übrig blieb, ist dieses Schild. Was auch immer da zu verschenken war, Menschen haben alles mitgenommen.

Essbares. Kleidungsstücke. Deko. Alte Bücher oder Spielzeug. Was hier einmal zu verschenken war können wir nicht mehr erkennen. Doch einen fröhlichen Advent bekommen wir gewünscht. Auch das kann ein Geschenk sein.

„Freut euch zu jeder Zeit!", sagt Paulus am 3. Adventssonntag „Seid mal fröhlich", eine Aufforderung, die nicht auf Knopfdruck zu erfüllen ist. „Freut euch zu jeder Zeit", Paulus sagt dies aber nicht in entspannter Feierlaune. Er schreibt inmitten einer Situation, in der er um die Gemeinde in Thessalonich besorgt ist. Was

er zu verschenken hat, das fasst er in diesen Brief. Auf den Frieden, die heilende Kraft und die Treue Gottes vertraut er so, dass er sie weiterschenkt. Freuet euch.

„Die Botschaft heute", Bergmoser . Foto: Höller Verlag (AG)

Haben wir etwas zu verschenken? Und wenn ja: Kann man erkennen, was das ist? Was hätten wir hier auszulegen in der Erwartung, dass sich jemand daran freut? Hoffnung haben wir zu verschenken. In einer Welt, in der Misstrauen mittlerweile an der Tagesordnung ist, in der sich Resignation breitmacht, ist das nicht wenig.

Hoffnung, die sich aus einer lebendigen Beziehung zu Gott speist und in der Welt Zeichen setzt, kann eine heilende Kraft sein inmitten wachsender Unsicherheiten und Ängste.

So viel Hoffnung, dass wir sie verschenken könnten, am Straßenrand unseres Glaubens.

Was hat Gott zu verschenken? Weihnachten könnte so, etwas sein wie mein Herzenswunsch, den Gott erfüllt: Mensch werden. Ihn an der Seite haben. Das Kleine im eigenen Leben entdecken und es groß wissen, weil auch Gott sich klein macht.

Und der Umgebung darauf hinweisen: Da kommt noch etwas. Hofft. Vertraut darauf. Freuet euch. Zu verschenken: Einen fröhlichen dritten Advent.

Die Freiheit der Kirche

- Von Jürgen Rieger

Thomas Becket wurde am 21.Dezember 1118 in London geboren. Um 1141 trat er als Kleriker in den Dienst des Erzbischofs von Canterbury ein. 1154 wurde Becket Erzdiakon von Canterbury, ein Jahr später Kanzler des Königs Heinrich II. Als Erzbischof Theobald 1161 starb, wurde Becket auf Wunsch des Königs sein Nachfolger. Thomas wurde ein brillanter und erfolgreicher Kanzler, mit dem fast gleichaltrigen König eng befreundet, und hatte maßgeblichen Einfluss auf dessen Politik. Der König erhoffte sich größeren Einfluss auf die Kirchenpolitik. Dem Erzbischof war aber die Freiheit der Kirche wichtiger als die Freundschaft des Königs. Es gab heftige Auseinandersetzungen und Thomas wich nach Frankreich aus. 1170 erhielt Thomas ein Friedensangebot des Königs und kehrte nach Canterbury zurück. Aber bald gab es wieder Schwierigkeiten. Während eines Gottesdienstes am 29. Dezember 1170 wurde Thomas in seiner Kathedrale von vier Edelleuten. ermordet, die meinten, damit dem König einen Gefallen zu tun. Nach dem Aufsehen erregenden Mord setzte spontan die Verehrung für Thomas ein. Vier Jahre nach seinem Tod, im Jahr nach der Heiligsprechung, unternahm König Heinrich II. Eine Wallfahrt zum Grab und tat Buße.

Impulse für den Alltag

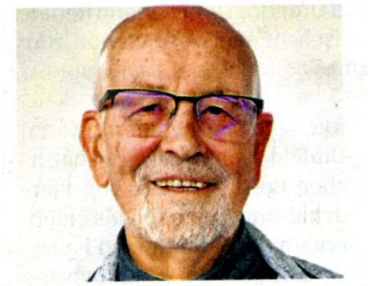
Die kostbare Gabe - was wirklich von Wert ist!

• Von Peter Müller

Eine weise Frau wanderte in den Bergen und fand dort einen wertvollen Edelstein. Unterwegs traf sie einen hungrigen Wanderer. Sie öffnete ihren Beutel, um mit ihm ihr Essen zu teilen. Der Wanderer erblickte dabei den wunderbaren Edelstein, bewunderte ihn und bat die Frau, ihn ihm zu schenken. Ohne zu zögern tat sie das. Über sein Glück frohlockend ging der Wanderer weiter.

Er wusste, der Edelstein war so wertvoll, um ihm für den Rest seines Lebens Wohlstand zu bieten. Doch nach einigen Tagen ging er zurück und suchte die Frau. Als er sie gefunden hatte, gab er ihr den Stein zurück und sagte: „Ich habe nachgedacht. Ich weiß, wie wertvoll dieser Stein ist, aber ich gebe ihn dir zurück und hoffe, dass du mir noch etwas viel Kostbareres gibst. Kannst du mir das geben, was dich befähigt hat, mir diesen Edelstein zu schenken?" Die weise Frau lächelte und bot ihm an, sie auf ihrem Weg zu begleiten.

Liebe Leser, mit dieser Geschichte zum Nachdenken möchte ich mich heute von Ihnen verabschieden. Seit 17 Jahren war ich auf Initiative von Pfarrer Stöffelmaier für die „Orientierung" tätig. Es war mir ein Anliegen, alle 14 Tage samstags Ihnen, liebe Leser, Impulse für den Alltag zu geben sowie andere Autoren für aktuelle Themen zu gewinnen. Oft habe ich positive Rückmeldung erhalten. Dafür möchte ich mich an dieser Stelle bedanken und Ihnen mitteilen, dass ab Januar 2024 die „Orientierung" unter neuer Leitung fort gesetzt werden wird.



Peter Müller. Foto: Otto

Weichen neu stellen

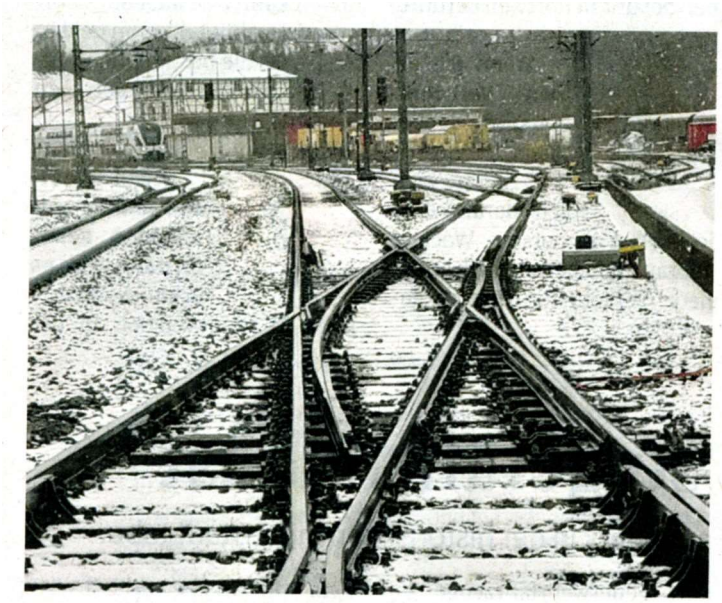
Schienen und Weichen, getragen von starken Stützbalken. Im Stellwerk werden die Weichen und Signale auf rot oder grün gestellt

• Von Peter Müller

Sie entscheiden über die Fahrtrichtung des Zuges, über Sicherheit und Ankunft, Leben und Tod. Und wie ist das in meinem Leben? Wer stellt hier die Weichen? Wer bestimmt hier die Fahrtrichtung? Dazu eine Geschichte:

Ein Mann sitzt im Zug. Bei jeder Station schaut er zum Fenster hinaus, liest die Ortsnamen und seufzt. Nach einiger Zeit fragt ihn sein Gegenüber: „Tut Ihnen was weh?" „Nein, nein", antwortet der, „aber ich müsste längst aussteigen. Ich fahre nämlich in die falsche Richtung, aber hier drinnen ist es so schön warm und bequem."

„Eigentlich sollte ich... aussteigen, umkehren, das tun und jenes lassen, neu beginnen ...", dieses Gefühl kennen wir alle und das folgende „Aber" ebenfalls. Dieses „Aber" kommt aus den Lebenserfahrungen: zum einen unterstützen sie unsere Orientierung, zum anderen legen sie uns fest und behindern einen Neubeginn.



Im neuen Jahr gilt es, die Weichen neu zu stellen. Foto: Peter Müller

Neu anfangen heißt mich zu verändern. Das verunsichert zunächst, ist anstrengend und kann doch so befreiend sein.

Der Jahreswechsel, die Wende vom alten zum neuen Jahr, von der Vergangenheit zur Zukunft, ist die Zeit der Gegenwart. Jetzt - nicht später - ist die Zeit, die Fahrtrichtung für meinen Alltag zu überprüfen. Doch reicht das? Auf welches Ziel will ich mich in diesem Jahr konzentrieren?

Nach Umfragen fassen über 50 Prozent der Bundesbürger keine Vorsätze oder wählen keine Ziele für das neue Jahr. Welche negativen Erfahrungen und Gedanken mögen wohl dahinter stecken?

Das neue Jahr ist die Einladung, im Alltag anzuhalten und über mein Leben nachzudenken. Neue Jahreswende 2024 -das könnte heißen, mich ganz mir selbst zuzuwenden, meine Ziele zu finden und die Weichen selber zu stellen. Das könnte heißen, auf Gott zu vertrauen, der sich uns in Jesus von Nazareth zuwendet.

Neue Jahreswende 2024 das könnte auch heißen, die Richtung meines Lebens zu erkennen und wie die Weisen aus dem Morgenland „auf einem anderen Weg in ihre Heimat zurückzukehren". (Matthäus 2,12)

Dankbarkeit im Alltag

- *Von Peter Müller*

Ratgeber für ein glückliches Leben überschwemmen den Buchmarkt. Die Werbung redet uns täglich ein, was wir angeblich für unser Glück brauchen. Aber warum sind wir dann nicht alle glücklich? Der Mönch David Steindl-Rast meint, weil wir eine „ziemlich undankbare Gesellschaft" seien. Unermessliche Ansprüche und die Angst, etwas zu verpassen, egoistisches Denken, vieles werde als selbstverständlich genommen. Wir seien nicht mehr zufrieden mit dem, was wir haben. Doch nur wer dankbar sei, erlebe sich als zufrieden und glücklich. Können wir Dankbarkeit lernen? Danken kommt von denken. Wer bewusst nachdenkt und seine Aufmerksamkeit immer wieder auf das ausrichtet, was um ihn ist, was sein Leben bereichert, was er erlebt hat und was er ist, der begibt sich auf den Weg der Dankbarkeit. Wer seine Gedanken wieder bewusst auf solche Dinge richtet, wird erleben, wie diesen Gedanken das Gefühl folgt: wir werden zufrieden und dankbar für das, was wir haben. Dankbarkeit ist ein spiritueller Weg, der uns herausfordert, mit neuen Augen unser Leben und die Schöpfung Gottes zu betrachten. Ein Weg, der zu der Selbsterkenntnis führt, dass das Leben ein Geschenk ist, mit Höhen und Tiefen. Wir alle sind eingeladen, Dankbarkeit zu leben.