

Einfach sein

Zum Thema



„Wenn man etwas so genau kennt, dass man es in zwei Zeilen wiedergeben kann, ist das schon sehr schön. Auch meine täglichen Notizen sind eigentlich immer dasselbe, aber es kommt immer zu anderen Wendungen. Das ist wie das Leben, es ist dasselbe und ist doch nicht dasselbe. Man muss dazu ganz demütig und ganz einfach sein“

Die Dichterin Sarah Kirsch drückt in der Beschreibung, wie ihre Haiku-Gedichte (kurze, japanische Gedichtform) entstehen, etwas Entscheidendes aus:

WENDUNGEN DES LEBENS

„Das Leben, es ist dasselbe und doch nicht dasselbe“. Oft erscheint das Leben gleich und eintönig. Erst wenn man demütig und einfach wird, erkennt man die Unterschiede des Lebens.

Was Sarah Kirsch damit vielleicht meint ist folgendes: Wenn man zur Ruhe kommt, leise wird, sich auf seine unmittelbare Umgebung konzentriert, erst dann erkennt man, was einem wirklich wichtig ist im Leben, was das Leben für einen selbst ausmacht. Auch das Loslassen von materiellen Dingen, die Nicht-Teilnahme am Konsumtrubel, der gerade jetzt wieder Hochkonjunktur hat, ist eine Art des einfachen Lebens.

DEMUT

Den zweiten Aspekt, den sie einbringt, ist die Demut. Dieses Wort klingt in unseren Ohren allzu fromm und verstaubt. Es passt nicht in unsere aufgeklärte Welt, in der jedeR selbstbestimmt entscheidet. Demut meint aber keine Unterwerfung, sondern vielmehr, anderen Menschen zu dienen. Etymologisch drückt das deutsche Wort „Demut“ „Mut zum Dienen“ aus. Wir sollen also anderen Menschen dienen - im besten Sinn des Wortes - indem wir sie achten und ihnen Gutes tun. Dann können wir die „immer anderen Wendungen des Lebens“ erfahren.

Nicht in der lauten Welt der Unterhaltungsindustrie lernen wir die Welt und auch Gott kennen. Auf einer Winterwanderung, beim Ziehen des Rodels durch den tiefen Schnee oder im einfachen Gespräch mit einem Menschen, kommen wir drauf, was das Leben ausmacht.

EINFACH DA SEIN

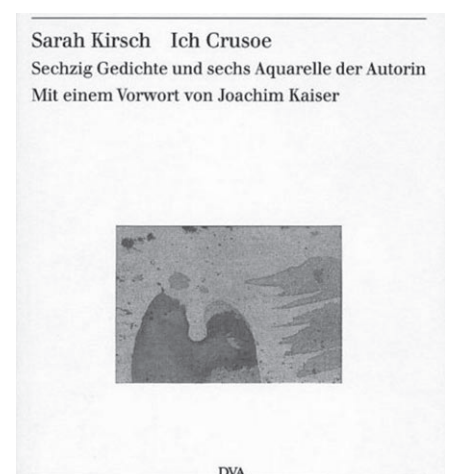
Im Advent warten wir - sind wir einfach da: Wir erwarten die Geburt Jesus Christi.

Wir können im Advent aber auch in unserem „einfach sein“ unsere Sinne schärfen und im Warten darauf achten, wer unsere Hilfe benötigt. Christus kam einfach auf die Welt, war einfach da, war für uns da und ist für uns letztlich gestorben. Er hat sich um die Bedürfnisse der Menschen gekümmert.

NATUR

Sarah Kirsch, die Dichterin vom Anfang des Textes, hat sehr schöne Naturlyrik verfasst. Allein schon beim Lesen dieser Gedichte werde ich ruhig und beginne, in diesen sehr einfachen Worten den tieferen Sinn zu erfassen. Wenn ich mir die Zeit nehme, sehe ich die Wendungen des Lebens auch direkt in der Natur.

Schärfen wir unsere Sinne, damit wir für andere einfach da sein können. Das wünsche ich allen für die Adventszeit. Daniel Furxer



Einfach leben

Interview



Glück:

Mein Leben und mein Name (Felix = Glück)

Wunsch:

Dass meinem Kind diese Form des Lebens auch gefällt.

Motto:

Enjoy your life!

Glaube:

Ich glaube an das Positive im Leben.

Belohnung:

Wenn ich auf einem Berggipfel stehe.

Was ist dir besonders wichtig?

Zeit füreinander haben.

Stress:

Mag ich nicht.

anstösse: Du bist im Sommer Hirte und hütest 450 Schafe und 60 Rinder auf einer Alm im Engadin. Was ist deine Aufgabe als Hirte?

Felix: Als Hirte schaue ich, dass meine Tiere zusammenbleiben und gesund sind. Ich laufe täglich zwischen vier bis sieben Stunden im Gelände und schaue zu den Tieren. Ich rede mit den Tieren, denn die Beziehungspflege ist sehr wichtig. Den Rest des Tages kümmere ich mich um die Alm und meine Familie.

anstösse: Du führst also ein einfaches Leben. Was bedeutet das für dich?

Felix: Für mich ist ein einfaches Leben sinnvoll. Beim einfache Leben auf der Alm mache ich einfach die Dinge, die zu tun sind. Ich erkenne dabei die direkten Zusammenhänge zwischen dem, was ich tue, und dem Ergebnis meiner Tätigkeit. Zum Beispiel muss ich zuerst Feuer machen, damit wir Warmwasser haben.

anstösse: Was ist für dich sinnlos?

Felix: Die Gesellschaft produziert viele Geräte, die das Leben leichter machen sollen und mit denen man Zeit spart. Doch die „gewonnene“ Zeit muss mit etwas „aufgefüllt“ werden. Davon profitiert die Vergnügungsindustrie, die sinnlose Dinge erzeugt, mit denen sich die Leute dann die Zeit vertreiben.

anstösse: Wie schauen deine Zukunftsperspektiven aus?

Felix: Für mich und meine Familie macht es keinen Sinn, Zukunftspläne zu machen. Wir leben im Jetzt. Was in einem Monat ist, wissen wir nicht.

anstösse: Woher nimmst du deine Zuversicht und deine Gelassenheit?

Felix: Ich bin Optimist und gleichzeitig Realist. Für mich stimmt der Satz: „It is as it is and it is good as it is.“

anstösse: Was bedeutet Glaube und Religion für dich?

Felix: Spiritualität ist mir wichtig. Ich mache mir viele Gedanken über das Leben und seine Zusammenhänge. Ich möchte aber zu keiner Religionsgemeinschaft gehören. In jeder Religion gibt es etwas, mit dem ich nicht einverstanden bin. Deshalb gestalte ich mir mein eigenes „Puzzle“.

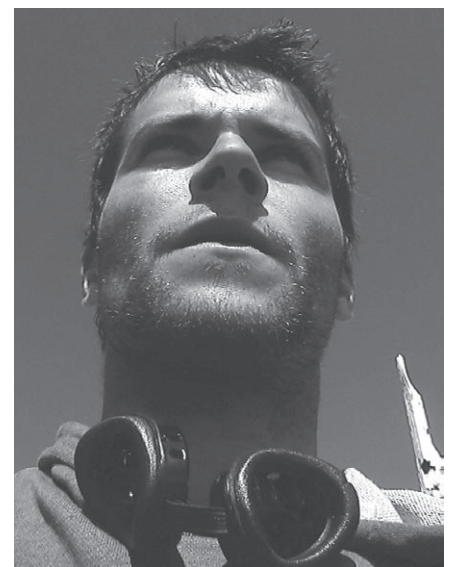
anstösse: Du bezeichnest dich auch als „Global Citizen“. Was meinst du damit?

Felix: Ich habe keine fixe Wohnung. Ich fühle mich dort zu Hause, wo ich gerade bin. Deshalb reisen wir viel und leben dort, wo es im Moment für uns passt.

anstösse: Was ist für dich der Reiz des Unterwegs-Sein?

Felix: Mir passiert unterwegs immer wieder das, was für mich in dem Moment wichtig ist. Das ist für mich eine wertvolle, faszinierende Erfahrung. Überall auf der Welt finde ich nette Leute. Unterwegs lerne ich neue Sachen kennen. Ich werde gefordert und erlebe mich selbst intensiv.

Interview: Roberto Uccia



Steckbrief:

Felix Rieger
25 Jahre alt
verheiratet
1 Kind

Weihnachtsumfrage

Was meinst du?



Elisa

Ich habe die JugendleiterInnen der KJ Hörbranz getroffen und ihnen drei Fragen zum Thema Weihnachten gestellt. Schlicht und einfach.
Interview: Daniel Furxer

Mit wenig Geld zum Weihnachtsgeschenk. Wie machst du das?

Peter Haltmeier: Ich bastle selber ein Geschenk.

Betina Sohler: Ich backe Weihnachtskekse!

Petra Ritsch: Einen Brief schreiben kostet nicht viel, bereitet aber viel Freude.

Elisa Rauch: Ich verschenke einen Gutschein zum Autoputzen.

Florian Liendl: Zeit ist ein kostbares Geschenk, darum verschenke ich Zeit, um mit dem Beschenkten gemeinsam etwas zu unternehmen.

Verena Hehle: Ich kaufe ein kleines Geschenk und gestalte es noch persönlich.

Eva Mühlebach: Ich schreibe ein Gedicht.

Severin Kresser: Ich spiele am heiligen Abend ein Weihnachtslied vor.



Eva



Peter

Wie entgehst du dem Weihnachtsrummel?

Ferdinand Sigg: Ich versuche, die Werbung und die Plakate nicht so sehr zu beachten.

Betina Sohler: Ich kaufe die Geschenke schon unterm Jahr, nicht erst im Dezember.

Verena Hehle: Ich nehme mir Zeit für mich selber, um zur Ruhe zu kommen.

Peter Haltmeier: Ich reise weit weg.

Was gefällt dir an Weihnachten am Besten?

Elisa Rauch: Ich liebe die gemütliche Zeit.

Severin Kresser: Als Naschkatze mag ich die Kekse sehr gern.

Ferdinand Sigg: Ich freu mich darauf, meine Verwandtschaft wieder zu sehen. Ich freue mich auf die Menschen die weiter weg wohnen aber zu Weihnachten beisammen sind.

Victoria Fink: Mir gefällt die Stimmung mit den Kerzen sehr gut.

Andreas Kresser: Ich freue mich auf den Urlaub und die Ferien.

Cornel Fink: Die Weihnachtstanne gefällt mir jedes Jahr besonders gut.



Dreikönigsaktion

Interview mit der Projektleiterin Tina Genese



DKA: Wie würdest du die Situation in der Region Sta. Ana beschreiben?

Tina Genese: Die Region ist sehr reich an natürlichen Ressourcen. Es gibt Berge, Meer, Flüsse und große Reisfelder. Ein Großteil der BewohnerInnen dieser Region lebt von Landwirtschaft und vom Fischfang. Wirtschaftlich betrachtet ist die Mehrheit der Menschen aber immer noch sehr arm. Die fortwährende Zerstörung der Umwelt und Armut sind die Hauptprobleme in der Region und innerhalb des Projektgebietes.

DKA: Wie wirkt sich diese Umweltzerstörung aus?

Tina Genese: Legale und illegale Abholzungen haben leider zur Dezimierung des ehemals reichen Waldbestandes der Sta. Ana-Berge geführt. Durch diese Abforstungen ist es zur Verschlammung der Flüsse gekommen, was nun während der Taifun-Saison verstärkt zu Überschwemmungen und somit zur Zerstörung von Häusern und der Landwirtschaft führt. Das Leben in den Flüssen, das einst sehr reich und vielfältig war, verschwindet allmählich. Die andauernde Zerstörung der Umwelt und des Lebensraumes führt unweigerlich zu einer Zunahme der Armut. Die Regierungspolitik ist leider überhaupt nicht auf den Schutz des Ökosystems und die Bekämpfung der Armut ausgerichtet, sondern trägt entschieden zur Zerstörung des Lebensraumes bei.

DKA: Ist die industrielle Entwicklung eine Hoffnung?

Tina Genese: Die errichtete Freihandelszone CEZA (Cagayan Economic Zone Authority), die nach der Ansicht der Regierung zur Reduzierung der Armut beitragen soll, macht für den Großteil der Menschen das Leben noch schwerer. Die CEZA bringt Investoren nach Sta. Ana, denen es nur um die Erwirtschaftung von Gewinn geht, so z.B. Konzerne, die aus den Flüssen Natursteine gewinnen, chemische Düngemittel produzieren und in der Gegend vorkommende Mineralien abbauen. Alle diese Unternehmen werden verstärkt zur Zerstörung der Umwelt beitragen.

DKA: Was tut ihr in den Projekten, um die Situation zu verbessern?

Tina Genese: Im Zentrum steht die Ernährungssicherheit durch nachhaltige Landwirtschaft, d.h. durch den Umstieg von chemischer auf biologische und diversifizierte Landwirtschaft – nicht nur der sehr wichtige Reisanbau, sondern auch Gemüse, Tierhaltung und Fischzucht. Eine Verbesserung der Lebensumstände ist deutlich sichtbar, auch weil sich die Bauernfamilien nun von gesunden biologischen Produkten ernähren. Bei nachhaltiger Landwirtschaft spielen aber auch die sozialen und ökologischen Komponenten eine wesentliche Rolle. Die technischen Kurse, Bewusstseinsbildungsseminare, Besichtigungen von Muster-Farmen und gemeinschaftlichen Versammlungen haben zu einer Stärkung des Zugehörigkeitsgefühles der Bauernfamilien beigetragen.



DKA: Welche Perspektiven siehst du für eure Arbeit?

Tina Genese: Die grundlegende Vision ist die umfassende Stärkung, das Empowerment der BäuerInnen selbst. Die Bedürfnisse der BäuerInnen sollen von ihren lokalen Ressourcen befriedigt und nicht von der Regierung oder Geschäftsleuten kontrolliert werden. Der Zusammenschluss gibt ihnen die Kraft, Hindernisse zu überwinden, um ihrer Vision von ökologischer Nachhaltigkeit gerecht werden zu können.



Die Projektarbeit hat positive Auswirkungen. Durch die Projektarbeit entdecken die Bauernfamilien ihre Stärken wieder, den Wert von indigenen landwirtschaftlichen Techniken, die Bedeutung von organisierten Gruppen, ihre Würde als Einzelpersonen und am wichtigsten - den Respekt vor der gesamten Schöpfung.

Interview: Georg Bauer
Dreikönigsaktion Österreich

10 Tipps

Wie die Adventszeit nicht spurlos an dir vorbeigeht



1. Plane einen Tag in der Woche ein, an dem du dich bewusst nicht dem Weihnachtsrummel hingibst!
2. Steh früh auf und besuche eine Rorate-Messe!
3. Zünde Duftlampen an!
4. Schenke einem lieben Menschen einen selbst gebastelten Adventskalender z. B. Säckchen gefüllt mit persönlichen Kleinigkeiten!
5. Zünde öfters mal die Kerzen des Adventkranzes an - nicht nur am Sonntag!
6. Backe Stollen, Kekse oder Lebkuchen!
7. Schau dir das Ballett „Der Nussknacker“ im Theater oder auf DVD an. Lade deine Freunde dazu ein!
8. Mach alleine einen langen Winterspaziergang (optimal mit Schnee) und meditiere über eine „Adventsstelle“ in der Bibel, die dir gut gefällt!
9. Lade jemanden überraschend zu einem Kinderpunsch mit Kastanien ein!
10. Schreib einen Wunschzettel ans Christkind!

Daniel Furxer