

Katholische KirchenBlatt Vorarlberg



RUBEN WEYRINGER / PIXELIO.DE



Heute mit
ZEITFenster
Eltern sind ALLTAGSHELDINNEN

8 Erinnerungen an die nachkonziliare „Bewegung für eine bessere Welt“.

10 Ein Vater erzählt über den Suizid seines Sohnes, um Tode zu verhindern.

26 Psychotherapeut Alfried Längle über die Pandemie und den Sinn des Lebens.

Palmbuschen - Symbol für Leben

Der Palmsonntag trägt den Anfang und das Ende in sich.

Auch wenn der Palmsonntag wegen der Pandemie vielerorts anders als gewohnt gefeiert wird, gibt es doch in den meisten Pfarren eine Konstante: Palmbuschen werden gebunden, gesegnet und verteilt. Palmbuschen stehen für das Leben, und sie erinnern an die Palmwedel, mit denen Jesus in Jerusalem feierlich empfangen wurde. Nur wenige Tage später zeichnete sich damals ein ganz anderes Bild: Die Menschen riefen „Ans Kreuz mit ihm!“ Freude und Leid liegen am Palmsonntag also sehr nahe beieinander. So wie im Leben auch manchmal. EW

AUF EIN WORT

Schreib mir, wenn du zuhause bist

„Meld di, wenn guat ako bisch.“ Wie oft habe ich den Satz von Familie und Freund/innen gehört - damals, als man noch reisen konnte oder wenn man den (späten) Nachhauseweg antrat. In diesem Satz schwingt Sorge mit, die mit Sarah Everard nicht nur ein Gesicht, sondern auch eine neue Dimension bekommen hat. Die junge Britin wurde auf ihrem Nachhauseweg von einer Freundin vor wenigen Wochen entführt und ermordet. Auf den Vorwurf, selbst die Schuld daran zu tragen (!), da sie im Dunkeln ohne männliche Begleitung unterwegs war, folgte in den sozialen Medien ein Aufschrei nebst klarer Reaktion: Unter dem Motto „Text me when you get home“, also „Schreib mir, wenn du zuhause bist“, teilen unzählige Frauen ihre persönlichen Erfahrungen und Strategien, wie sie sich vor möglichen Angriffen schützen, wenn sie alleine unterwegs sind: Von (lange) Haare verstecken über bequeme Schuhe tragen, (falsche) Telefonate führen bis hin zu Umwegen, weil diese besser beleuchtet sind. Seit Kurzem ist (vor allem online) mehr Solidarität spürbar - und das nicht nur unter Frauen. Immer mehr Männer wollen wissen, was sie tun können, damit Frauen sich auf dem Nachhauseweg sicherer fühlen können. Bei aller Tragik: Sarah, danke!



SIMONE RINNER

simone.rinner@kath-kirche-vorarlberg.at



Mehr als 200 Menschen sind während der letzten Monate in Vorarlberg an und mit Corona verstorben. Für jede und jeden von ihnen brannte bei der Gedenkveranstaltung in Dornbirn St. Martin eine Kerze.

KKV / FEHLE

Gedenkstunde für die Verstorbenen der Corona-Pandemie

„Knüpfen wir ein Netz des Erinnerns“

Gemeinsam zu trauern tröstet. Unter diesem Vorzeichen gedachten Landeshauptmann Markus Wallner, Bischof Benno Elbs und Vertreter/innen weiterer Kirchen und Religionsgemeinschaften all jener, die während der Corona-Pandemie in Vorarlberg verstorben sind.

„Wir knüpfen heute Abend ein Netz des Erinnerns und der Dankbarkeit für unsere Verstorbenen über unser ganzes Land“, betonte und bedankte sich Bischof Benno Elbs gleichermaßen bei allen, die vor Ort bzw. via Livestream oder Radioübertragung an dieser Gedenkfeier teilnahmen. Das „vor Ort“ war dabei - coronabedingt - die Ausnahme. Abstand halten lautete auch hier die Devise, weshalb die Gedenkveranstaltung in der Dornbirner Martinskirche als reine Radio- bzw. Livestream-Übertragung konzipiert worden war.

Menschen, keine Statistiken. Vorarlberg werde nicht zulassen, dass die in den Monaten von Corona verstorbenen Mitbürgerinnen und Mitbürger in Statistiken untergehen, stellte Landeshauptmann Markus Wallner in den Gedenkworten klar. „Familienmitglieder, nahe Verwandte, Freunde, Kolleginnen oder Kollegen - es sind viele lieb gewonnene Menschen aus dem Leben geschieden und deren Fehlen erfüllt Hinterbliebene mit Schmerz, Leere und Trauer. Je-

manden Nahestehenden zu verlieren tut immer unendlich weh“, sagte Wallner. Doch nicht nur individuell, auch als Gesellschaft werde es Zeit benötigen, das kollektive Trauma der Pandemie zu verarbeiten, hielt der Landeshauptmann fest: „Dazu gehört auch das gemeinschaftliche Trauern um unsere Verstorbenen.“

Ein Zeichen des Miteinanders. Musikalisch einfühlsam begleitet durch den Vorarlberger Musiker und Sänger George Nussbaumer entzündeten Vertreter/innen der evangelischen (Pfarrer Michael Meyer) und der altkatholischen Kirche (Bischof em. Johannes Okoro), der Bahai (Sabrina Dellamaria), des Buddhismus (Manfred Neurauther), der islamischen Glaubensgemeinschaften (Elif Dagli), der serbisch-orthodoxen (Nicola Balovic) und der römisch-katholischen Kirche (Bischof Benno Elbs) Kerzen, für alle Verstorbenen. „Im Licht der Kerzen, die hier in der Kirche brennen, rücken wir zusammen. Für mich ist es ein starkes Zeichen des Miteinanders, dass wir gemeinsam heute hier an unsere Verstorbenen denken. Das ist ein Zeichen der Verbundenheit in der Trauer und in der Hoffnung, das mir persönlich viel Zuversicht schenkt“, schloss Bischof Benno Elbs. ◀ VF

► **Gedenkfeier zum Nachsehen** unter www.kath-kirche-vorarlberg.at/totengedenken

Hospizbegleitung der Caritas Vorarlberg

„Sterbenden soll es möglich sein, Frieden zu finden...“

Die Karwoche und die Ostertage sind für die Hospizarbeit ganz besondere Tage. Sie sind wie ein äußeres Bild für den inneren Prozess des Sterbens als ein Vorgang des schmerzlichen Ringens, des Loslassens, der Zuversicht und der Freiheit.

Sterben ist vor allem auch ein inneres Geschehen. Für Caritasdirektor Walter Schmolly ist ein wesentliches Ziel der Hospizbegleitung, diesem inneren Vorgang Raum und Aufmerksamkeit zu geben. „Das begleitende Dasein von Menschen, die empathische Grundhaltung und insbesondere auch die seelsorgliche Begleitung helfen, diesen Pro-



Walter Schmolly,
Direktor der
Caritas Vorarlberg.
MAURICE SHOUROT

zess zuzulassen und ihn auch zu gestalten“, sagte Schmolly.

Cicely Saunders, die große Wegbegleiterin der Hospizarbeit, hat als eines der Ziele für das Hospiz genannt: „Sterbenden soll es möglich sein, Frieden zu finden...“ In der Phase des Sterbens gehe es dabei vor allem auch um die Versöhnung mit der eigenen Gebrechlichkeit, Endlichkeit und Ohnmacht. „Diese Akzeptanz ist nicht nur eine

starke Erkenntnis von Selbstbestimmtheit, sie öffnet auch für die Erfahrung der Freiheit und Zuversicht, um die es an Ostern geht. So erwachsen aus den Kar- und Ostertagen Klarheit und Kraft, um den Weg des Sterbens gehen und begleiten zu können“, sagte Schmolly.

Zahlen und Fakten. Die Caritas Vorarlberg ist auf vielfache Weise im Hospiz- und Palliativbereich engagiert. Getragen werden diese Angebote maßgeblich durch den Einsatz von Frauen und Männern, die sich freiwillig für die Hospizarbeit einsetzen. So sind in ganz Vorarlberg 227 Hospizbegleiter/innen aktiv und waren im vergangenen Jahr dafür über 21.000 Stunden im Einsatz. Hospiz-Begleiter/innen sind da, nehmen sich Zeit für Gespräche, entlasten die pflegenden Angehörigen und wissen, worauf es in dieser schwierigen Zeit des Abschied-Nehmens ankommt.

128 Patient/innen wurden im vergangenen Jahr im Hospiz am See in Bregenz betreut - dort werden sie übrigens nicht als Patient/innen, sondern als Gäste bezeichnet. Der älteste Gast war 96 Jahre alt, der jüngste 48 Jahre. Das Mobile Palliativteam begleitet schwer- oder unheilbar kranke Menschen in Abstimmung mit der Hausärztin und dem Hausarzt sowie der Hauskrankenpflege in der vertrauten Umgebung zuhause und im Pflegeheim. 429 Patient/innen wurden 2020 vom Mobil-Palliativteam unterstützt. ◀ RED./CARITAS



Begleitendes Dasein für sterbende Menschen - nicht nur in der Karwoche, sondern 365 Tage im Jahr. CARITAS

LEBENSSTATIONEN

Ostern im Jahr 1940

25. März 1940. Das Dorf Göfis freute sich über diesen Tag. Nicht nur war Ostern, sondern einer der ihrigen, P. Engelhard Lampert, Kapuziner, feierte am Ostermontag in Göfis seine Primiz. Carl Lampert war zum Primizprediger bestellt. Es war eine zeitlang ungewiss, ob er überhaupt kommen konnte - Carl Lampert war zuvor zehn Tage in Gestapo-Haft gewesen, nachdem er sich energisch der Aufhebung der vielen Klöster in Tirol widersetzt hatte, insbesondere der des Frauenklosters der Ewigen Anbetung. Als sich alle Verwandten und Gäste im Gasthaus „Lehrerhof“ in Göfis zum Primizmahl versammelt hatten, hielt Provikar Dr. Lampert eine humorvolle Tischansprache und meinte u.a. doppelsinnig, er sei heute als „ausgelassener Priester“ gekommen. Gleich anschließend wurde Carl Lampert von zwei Gestapobeamten verhaftet. Die Festtagsfreude wurde dadurch schlagartig getrübt. Was war geschehen? Am Tag zuvor, am Ostersonntag, brachte Radio Vatikan einen Bericht über die Situation der Kirche Tirols, worin die gewaltsamen Maßnahmen der Gestapo zur Sprache kamen, vor allem im Frauenkloster der Ewigen Anbetung. Gestapo-Chef Hilliges machte Carl Lampert für die Berichte verantwortlich und ließ ihn verhaften.

ELISABETH HEIDINGER
LEITERIN DES CARL LAMPERT FORUMS



DIE SINTFLUTERZÄHLUNG

Noach baut einen Altar

Die Sintfluterzählung greift Situationen auf, in denen die Menschheit in großer Gefahr ist. Sie ist reich an Bildern, die Ängste, Handlungsweisen und Hoffnungen widerspiegeln. In der Fastenzeit erschließt Bibelreferent Erich Baldauf wöchentlich einige dieser Bilder.

„Dann baute Noach dem Herrn einen Altar, nahm von allen reinen Tieren und von allen reinen Vögeln und brachte auf dem Altar Brandopfer dar. Der Herr roch den beruhigenden Duft und der Herr sprach in seinem Herzen: Ich werde den Erdboden wegen des Menschen nie mehr verfluchen; denn das Trachten des menschlichen Herzens ist böse von Jugend an. Ich werde niemals wieder alles Lebendige schlagen, wie ich es getan habe. Niemals, so lange die Erde besteht, werden Aussaat und Ernte, Kälte und Hitze, Sommer und Winter, Tag und Nacht aufhören“ (Gen 8,20-22).

Noach - der Ruhestifter - baut einen Altar. Er hat mit seiner Familie und all den Tieren eine harte Zeit hinter sich. Es ist an ihm nicht spurlos vorübergegangen. Davon können wir ausgehen, wenn die Bibel auch nichts von den inneren und äußeren Kämpfen erzählt.

Er baut einen Altar. Da geht es nicht um Frömmerei. Es ist verbunden mit einer wichtigen Erkenntnis, dass nämlich, trotz aller Mühe und Arbeit, das Leben ein Geschenk ist. Die Machbarkeit hat in der Flut seine Grenzen erfahren. Die Covid-Pandemie zeigt uns ebenso die Grenzen der Plan- und Machbarkeit auf. Ein kleiner Virus durchkreuzte viele Pläne, Berechnungen und lässt uns öfters ohnmächtig zurück.

Noach baute einen Altar. Es ist Arbeit. Dankbar zu werden ist manchmal Arbeit, wenn nicht sogar Schwerarbeit. Es sind vor allem die wichtigsten Dinge im Leben, die wir nicht machen können: Vertrauen, Freundschaft, Liebe, Versöhnung, Frieden, vor allem das Leben selbst. Wir können das Unsere zu all den Dingen beitragen, aber im Letzten bleibt es ein Geschenk.

Für den glaubenden Menschen ist klar, dass die Dankbarkeit selbst ein Geschenk ist. Sie ist Brot für die Seele und nährt sie. Ich kann noch so viel besitzen und haben, sollte ich dafür nicht dankbar sein können, geht die Seele leer aus. Und diese Haltung der Dankbarkeit führt mich in die Nähe Gottes, denn er ist der Urheber des Lebens, der Freude und Liebe.

Dankbare Menschen finden Freude und Freund/innen. Sie haben Kraft und Hoffnung und können andere stärken und aufrichten.



Pfr. Erich Baldauf,
Bibelreferent. Er bietet
Austausch und Vertiefung zur
Sintfluterzählung an: **So 28.**
März, 19.30 Uhr, online per
Zoom. Zugangsdaten: [www.
bibellabor.at](http://www.bibellabor.at)

LISA MATHIS

Personelle Wechsel in Blumenegg-Region

Abschied und Anfang

Ein bekanntes Gesicht geht und ein neues Gesicht kommt hinzu: In der Blumenegg-Region stehen aktuell zwei personelle Änderungen auf dem Plan. Zum einen verlässt Diakon Manfred Sutter nach über 20 Jahren die Pfarre Thüringen für neue Aufgaben in der Diözese Feldkirch.



Jodok Müller wird neuer Vikar. KKV / REINHARD MAIER

Zum anderen stößt Jodok Müller als neuer Vikar in Bludesch-Ludesch-Thüringen hinzu.

Sutter kam 2003 als Pastoralassistent in die Gemeinde und war gemeinsam mit seiner Frau treibende Kraft hinter vielen segensreichen Initiativen. An welchem Ort er seinen Einsatz fortführen wird, wird aktuell abgeklärt. Pfarrvikar Jodok Müller wird, neben seiner Tätigkeit als Krankenhauseelsorger im LKH Rankweil, schwerpunktmäßig die Pfarre Thüringen begleiten und betreuen. Pfarrer Mihai Horvath trägt als Leiter des Pfarrverbands weiterhin die Letztverantwortung. Die Aufteilung der Aufgaben wird in den kommenden Wochen geklärt werden.

Projekt dance.pray.care (tanzen.beten.kümmern) soll aufmerksam machen

Hungerstreik für Flüchtende

Um auf die Notsituation der geflüchteten Menschen in Griechenland aufmerksam zu machen, hat die in Vorarlberg lebende Tänzerin, Choreographin und Mutter Claudia Grava mit Samstag, 20. März, einen Hungerstreik im Kunstraum Dornbirn gestartet. Das geplante Ende der

Aktion ist der Karfreitag, 2. April. Täglich um 16 Uhr plant Claudia Grava ein Tanzgebet, teilweise begleitet von Musiker/innen oder Tänzer/innen. Das Tanzgebet soll unter anderem zur Besinnung auf die Werte der Menschlichkeit und Nächstenliebe anregen, sagt Claudia Grava.



Nächste Woche:
KirchenBlatt
mit dem Magazin

in puncto sinnstiften

KirchenBlatt vom 25. März
sonntag - 28. März
KirchenBlatt vom 29. März

Dankespakete der Katholischen Jugend und Jungschar und der Elternbildung

Nachschub für Engagierte

Seit über einem Jahr leben wir in einer herausfordernden Situation. In den Pfarren, aber auch in den eigenen vier Wänden mussten viele Menschen noch mehr leisten als sonst. Aus diesem Grund wollen sich die Katholische Jugend (KJ) und Jungschar sowie die Elternbildung bedanken - und zwar bei all jenen, die sich engagieren haben und bei all jenen Eltern, die neben der Arbeit auch die „neue Normalität“ in Haushalt und Fernunterricht meistern müssen. Die KJ und Jungschar haben 160 jungen Menschen - die

Gruppenleiter/innen der Pfarren - mit einem „Stay-Positive-Paket“ (Bleib-positiv-Paket) überrascht. „Wir haben ein exklusives Paket mit feinen Utensilien für einen geselligen Abend in den eigenen vier Wänden vorbereitet“, erklärt Marcelo Silveira-Bubniak von der Katholischen Jugend und Jungschar. „Die Elternbildung hat gemeinsam mit vielen Sponsor/innen aus Vorarlberg ein Paket zusammengestellt, das Kindern und Eltern gut tut und Mut macht“, so Anette Loitz von der Elternbildung.

Einführungsmesse

Neuer Dompfarrer

Vor Kurzem konnte zur Einführungsmesse des neuen Dompfarrers Fabian Jochum geladen werden. Jochum ist seit 1. März der offizielle Nachfolger von Pfarrer Jodok Müller. Der neue Dompfarrer wird neben seinen neuen Aufgaben weiterhin als Jugendseelsorger der Diözese tätig sein und mit der Jungen Kirche und der Berufungspastoral zusammenarbeiten.



Fabian Jochum bei der Einführungsmesse. Jochum war zuletzt als Pfarrprovisor in der Dompfarre tätig. WERNER PRITZL

Leserforum

REDAKTION: JAKOB LORENZI

Und jetzt?

Zum Beitrag „Unmenschlichkeit hat keine Zukunft“, KirchenBlatt Nr. 11 vom 18. März

Die Stellungnahme der österreichischen Bischofskonferenz ist bemerkenswert eindeutig und klar, aber was sind nun die Konsequenzen für uns als Christen und Bürger dieses Staates, dessen Regierung ja im demokratischen System die Meinung des Volkes vertritt und in seinem Namen handelt? Reicht es, bei den Ostergottesdiensten auf die Fürbitte um Kraft für die politisch Verantwortlichen mit „wir bitten dich erhöre uns“ zu antworten? Müssen wir uns als

Christen nicht vielmehr fragen, inwieweit unser politisches Verhalten eine solche unmenschliche Haltung unterstützt und ermöglicht, und daraus die Konsequenzen ziehen? Die Haltung in einer Gesellschaft wird bestimmt durch die Haltung der einzelnen Mitglieder. Damit haben wir als Christen sehr wohl die Möglichkeit hier einen Umschwung anzustoßen. Es ist auch zu unserem Vorteil, denn wie sagt Erzbischof Lackner: „Europa hat mit solchen Unmenschlichkeiten an seinen Grenzen keine Zukunft.“ Und er hat sehr wahrscheinlich leider recht.

DR. HELMUT EITER, Batschuns

AUSFRAUENSICHT

Begrenzter segnen

Einen einzigen Ordner habe ich von meinem Theologiestudium noch behalten, nämlich den zur Sexualmoral.

Die erste Notiz darin ist die Feststellung, dass es eine „Dissonanz zwischen Wertvorstellung der sittlichen Subjekte und lehramtlichen Dokumenten“ gibt. Und dann geht die ganze Vorlesung darum, wie das naturalistische Verständnis von Sexualität einem personenzentrierten weichen kann. Im Februar hat die Reformbewegung Maria 2.0 festgehalten, dass die offiziell gelehrt Sexualmoral lebensfremd und diskriminierend sei. Und sie ist bei vielen Katholik/innen total irrelevant geworden.

In einer Zeit der ständig verfügbaren Pornos, des Sextings, der nackten Haut auf Instagram um Likes wegen, hätte ich mir vom Papst gewünscht, dass er wenigstens Sexualität nicht auf den bloßen Akt beschränkt.

Nach seinem Aufruf zur Zärtlichkeit in seiner ersten Ansprache als Papst hätte ich mir auch in Bezug auf die Homosexuellensegnung mehr erwartet. Sollte doch die Liebe in Verantwortung für den anderen und vor dem anderen im Mittelpunkt stehen. Und wenn ich diese nicht segnen kann, dann bitte auch keine Motorräder.



KARIN SCHINDLER-BITSCHNAU

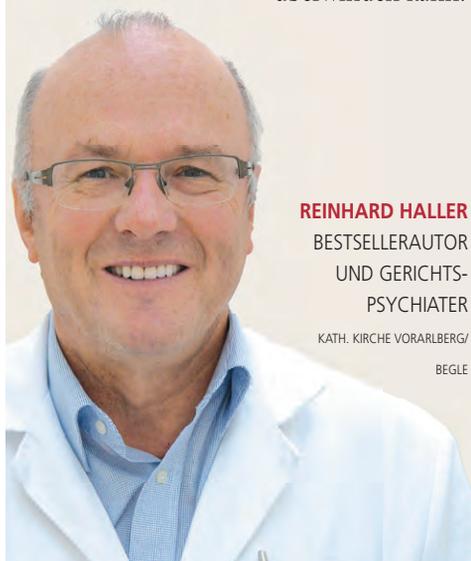
Schuld und Wiedergutmachung

Schuldgefühle kann niemand auf Dauer ertragen. Daher stellt sich sowohl religiös als auch therapeutisch die Frage, wie sie zu lösen sind. Strafe und Selbstbestrafung, Buße und Sühne sind Ansätze zur Beseitigung von Schuld und zur Befreiung von Schuldgefühlen.

Schuld und Vergebung

Serie in der Fastenzeit
Teil 6 von 7

Reinhard Haller nähert sich dem Phänomen „Schuld“ aus psychologischer Sicht, geht den Wurzeln der Schuldgefühle auf den Grund und erklärt, wie man sie überwinden kann.



REINHARD HALLER
BESTSELLERAUTOR
UND RICHTERS-
PSYCHIATER
KATH. KIRCHE VORARLBERG/
BEGLE

Hat der Mensch Schuld auf sich geladen oder ist wegen vorwerfbaren Verhaltens von richtenden Instanzen schuldig gesprochen worden, stellt sich stets die Frage, wie er sich von der Schuld lösen oder davon befreit werden kann. Denn Schuldgefühle will und kann niemand auf Dauer ertragen. Dem stehen aber das Verlangen der Opfer nach Wiedergutmachung und die Forderungen der Gesellschaft nach einem gerechten Ausgleich gegenüber. Im weltlichen Bereich versucht man, diesen Konflikt über die Strafe zu lösen. Darunter versteht man „eine Sanktion gegenüber einem bestimmten Verhalten, das im Regelfall von den Autoritäten als unangemessen oder als Unrecht angesehen wird“.

Strafe zur Prävention? Juristisch sieht man in der Strafe „ein Übel, das einer Person für ihr schuldhaftes Handeln von der Gesellschaft auferlegt wird“. Die Psychologie definiert sie als unangenehmes Ereignis, als negativen Reiz, der auf eine Handlung folgt und die Wahrscheinlichkeit des Auftretens dieser Handlung in ähnlichen Situationen herabsetzen soll. In der Erziehung, wo Strafe über Jahrhunderte als unverzichtbare pädagogische Maßnahme gegolten hat, ist sie zwischenzeitlich heftig umstritten

und großteils verpönt. Trotzdem wird in der heutigen Gesellschaft der Ruf nach härteren Strafen lauter. Dies erstaunt umso mehr, als dass Strafe nach modernen Vorstellungen weniger als Rache, sondern vielmehr als Instrument der Verbrechensprävention verstanden wird. Jedenfalls haben die Menschen bei schuldhaftem Verhalten ein star-

„Trotzdem wird in der heutigen Gesellschaft der Ruf nach härteren Strafen lauter.“

REINHARD HALLER

kes Strafbedürfnis, selbst gegenüber der eigenen Person. Tiefenpsychologisch sieht man in selbstbestrafendem Verhalten gar einen wichtigen Krankheitsmechanismus. So werden Selbstverletzungen von Borderline-Patienten als Selbstbestrafung interpretiert, ebenso die Rückfälle von Suchtkranken oder die Nahrungsverweigerung durch Magersüchtige. Mit Selbstaggressionen, deren extremste Form der Suizid ist, versuchen manche Erkrankte, das Gewissen zu entlas-



Gefängnisstrafe soll in unserer Kultur von Schuld befreien und weiteren Vergehen vorbeugen. SIRIKUNKRITTAPHUK/SHUTTERSTOCK

ten und ihre Schuldeinsicht deutlich zu machen.

Heilende Buße. Im Bereich der christlichen Religion, wo wir vom göttlichen Strafgericht hören, ist Strafe ein Privileg des gerechten Gottes, tritt aber gegenüber ihren Sonderformen Buße und Sühne in den Hintergrund. Denn hier geht es bei strafähnlichen Maßnahmen nicht wie bei der weltlichen Strafe um Heimzahlen und Vergelten, nicht um Destruktion oder Demütigung, sondern um eine Versöhnung mit Gott. Buße wird im religiösen Sinn als das Bemühen um die Wiederherstellung eines durch menschliche Schuld gestörten Verhältnisses zwischen Gott und Mensch gesehen. Schon der hebräische Begriff für Buße stellt nicht den Rache Gedanken, sondern die Abkehr von sündhaftem Verhalten und die Bundestreue zu Jahwe in den Mittelpunkt. Das mittelhochdeutsche „büezen“ betont das Beseitigen und Tilgen von Schuld. Später wurde der für Buße stehende Begriff „Baß“ gar mit „Nutzen oder Vorteil“ übersetzt, also der heilende Aspekt ganz in den Vordergrund gerückt. Im Buddhismus, wo der Ausdruck für Buße mit jenem der Reue ident ist, wird sie als Entschluss zur Umorientierung und Weg zur vollkommenen Befreiung betrachtet. Nach

den Lehren des Islam nimmt Gott die Buße dann an, wenn Beten, Fasten und andere Bußopfer mit echter Reue und Entschlossenheit zur Unterlassung der Sünden verbunden sind.

Sühne und Versöhnung. Die Psychotherapie, welche sich viel mit Befreiung von

„Letztlich geht es auch in der Therapie immer um die Befreiung von Schuldgefühlen, sodass Psychotherapie und Sühne ähnliche Elemente enthalten.“

REINHARD HALLER

Schuldgefühlen, mit Einsicht und Neuausrichtung beschäftigt, kennt keine Bußmaßnahmen. Allerdings können manche Phasen des Heilungsprozesses wie eine Buße empfunden werden, etwa jene der Aufarbeitung eigenen Störverhaltens oder des Entzugs bei Süchtigen. Oft haben mir Patienten während der als quälend erlebten Entwöh-

nung gesagt: „Jetzt muss ich für die Sünden der Vergangenheit büßen“. Noch mehr Gemeinsamkeit mit der Psychotherapie als die Buße hat aber die Sühne, weil es bei ihr neben allen andern ausgleichenden und lösenden Aspekten letztlich um das Versöhnen geht. Während Buße in aller Regel von außen auferlegt ist, bedeutet Sühne, freiwillig eine schmerzhaft Sanktion für persönliche oder fremde Schuld auf sich zu nehmen.

Befreiung. Leiden und Tod Jesu, derer wir in den kommenden Tagen gedenken, lassen sich wie die früheren Blut- und Brandopfer als freiwillig auf sich genommene Sühne für die Schuld der Menschheit verstehen. Da man durch Sühne nicht nur für die eigene Schuld Verantwortung tragen will, sondern auch für jene anderer, hat sie viel mit Empathie, Mitleid und Nächstenliebe zu tun. Letztlich geht es auch in der Therapie immer um die Befreiung von Schuldgefühlen und die Versöhnung mit Wunden und Fehlern der Vergangenheit, sodass Psychotherapie und Sühne unverkennbar ähnliche Elemente enthalten. Noch mehr Übereinstimmung gibt es in der edelsten Form der Verarbeitung von Schuld, dem Verzeihen, dem sich die letzte Folge dieser Fastenserie widmen wird. «

ZUR SACHE

Wo zwei oder drei in meinem Namen...

Erinnerungen der Kursteilnehmerin **Elsbeth Gantner** von **Wald a. A. an Pfr. Ferdinand Hiller** und die „Bewegung für eine bessere Welt“.

Ferdinand hat uns Klostertaler das erste Mal 1985 bei einem Gemeinschaftskurs in Rocca di Papa begleitet und uns auf die „Bewegung für eine bessere Welt (BBW)“ neugierig gemacht. Bald darauf sind wir mit ihm nach Assisi gefahren, um vieles von Franziskus und Klara zu erfahren. Er konnte begeistern mit seiner Art der Wissensvermittlung, seiner Spiritualität und mit seinem Humor.



Elsbeth Gantner besuchte die legendären Kurse der „Bewegung für eine bessere Welt“ in Rocca di Papa.

Bei den folgenden regelmäßigen Treffen einer BBW-Gruppe mit Ferdinand wurden viele Themen besprochen, z.B. das Sonntagsevangelium, die Weltkirche, die Klostertaler Pfarrgemeinden im Aufbruch, Frauen in der Kirche, die Vielfalt der Schöpfung mit dem Sonnengesang, das Netz des Segens oder auch neue Ziele für Gemeinschaftswochen. Wir konnten unsere Anliegen miteinander teilen. So hat uns Ferdinand eine geschwisterliche, menschliche Kirche erfahrbar und die Frohbotschaft verständlich gemacht. Das Lied „Wo zwei oder drei...“ erinnert uns an die besonderen gemeinsamen Gottesdienste, in denen Freude und Besinnung Platz hatten und im franziskanischen Friedensgruß „Pace e bene“ mündeten.

Pfr. Edwin Matt erinnert sich an Pfr. Ferdinand Hiller

Kirche ereignet sich wesentlich in und als Gemeinde

In einem „kleinen, dankbaren Rückblick auf Pfarrer Ferdinand Hiller“, der am 7. Februar 2021 verstorben ist, erinnert sich Pfarrer Edwin Matt an schöne und prägende Erfahrungen mit der nachkonziliaren katholischen „Bewegung für eine bessere Welt“.

PFR. EDWIN MATT

Wir beide, Pfr. Ferdinand und ich, haben noch manches Mal über den „Dreipäpstesommer“ gelacht. Was da nicht alles in Bewegung geriet, als wir beide in Rom unterwegs waren. Im Juli 1978 durfte ich, gemeinsam mit Pilgern und Pilgerinnen aus Batschuns und Laterns, einen Glaubenskurs in Rocca di Papa mitmachen. Pfr. Ferdinand war unser Reisebegleiter. Ergänzend zu Vorträgen, Gruppenarbeiten und gemeinsamem Austausch, gehörten Ausflüge und Besichtigungen zum Programm mit dazu. Die Papstaudienz bildete dabei einen besonderen Höhepunkt. Wir waren bei der letzten Generalaudienz von Papst Paul VI. mit dabei. Für mich war es faszinierend, Weltkirche in ihrer Buntheit und Lebendigkeit zu erleben und zu spüren, dass wir Teil dieser Weltkirche sind. Kirche im Großen lebt davon, dass Kirche im Kleinen sich einbringt, sich engagiert und sich nicht nur für das eigene Wohlbefinden (Seelenheil) trifft.

Stärkung. „Lebendige Pfarrgemeinde“, „Kirche vor Ort“ und die Bestärkung darin, aus der Grundberufung durch Taufe und Firmung Pfarrgemeinde zu leben und zu gestalten, wa-

ren zentrale Themen unseres Gemeinschaftskurses. Vergleichbar mit dem, was wir als je Einzelne in die Pfarrgemeinde einbringen ist das, was wir als Pfarrgemeinden in die Weltkirche einbringen. Es braucht diesen Austausch, diese Verbundenheit, die gegenseitige Stärkung und Korrektur. Für meine pastorale Arbeit ist mir dieses Bild der Wechselseitigkeit geblieben; es öffnet und weitet den Blick fürs Gesamte und bringt Impulse in die Arbeit vor Ort. Ich möchte Pfr. Ferdinand als einen leidenschaftlichen Gemeindebauer und als einen ausdauernden Impulsgeber in unse-



Pfr. Edwin Matt ist Pfarrmoderator im Kleinwalsertal FEHLE / KKV

re Pfarrgemeinden hinein bezeichnen. Ich erlebte ihn als einen unermüdlichen Erforscher biblischer, theologischer oder spiritueller Texte; als einen, der - ausgehend von der Not und der Bedürftigkeit der Menschen - nach Unterstützung und Lösungen suchte; als einen, der die Texte des II. Vatikanischen Konzils immer wieder neu auf die heutige Zeit und die jetzige Kirchen- und Gemeindesituation hin anlegte, um Gott und der Welt und den Menschen nahe zu sein.

Es war Pfr. Ferdinand wichtig, und dafür lebte er, dass der Kirche ein zeitgemäßes Erscheinungsbild gegeben wird. In der „Bewegung für eine bessere Welt“, die der Jesuit Riccardo Lombardi schon vor dem II. Vatikanischen Konzil initiierte, wird das in besonderer Weise in der Erneuerung der Pfarrgemeinden umgesetzt. „New Image of the Parish“ - das neue Bild der Pfarrgemeinde - ist ein zentraler Baustein dieser Erneuerungsbewegung. In verschiedenen Schritten wird dabei der Weg der Erneuerung entworfen und gegangen, damit eine Pfarrgemeinde zu einer „Gemeinschaft von Gemeinschaften“ wächst.

Dankbarkeit. Ich darf mich zu den Vielen in unserer Diözese (und weit darüber hinaus) zählen, die vom Einsatz und dem Leben von Pfr. Ferdinand profitiert haben. Ich bin ihm dafür sehr dankbar. <<



Pfr. Ferdinand Hiller mit einer Pilgergruppe in Assisi. GANTNER (2)

bmf.gv.at

Unser Service – Ihr Vorteil

Arbeitnehmerveranlagung
bequem über FinanzOnline

 Bundesministerium
Finanzen

Arbeitnehmerveranlagung zahlt sich aus

Sobald Ihr Lohnzettel bzw. von Ihnen bezahlte Spenden und Kirchenbeiträge für das abgelaufene Jahr von den entsprechenden Stellen an das Finanzamt übermittelt wurden, ist wieder Zeit für Ihre Arbeitnehmerveranlagung. In der Regel ist dies Ende Februar der Fall. Es macht daher Sinn, ab März die Arbeitnehmerveranlagung zu beantragen. Folgendes können Sie beispielsweise geltend machen und sich dadurch Steuer zurückholen:

- Werbungskosten: z. B. Aus- und Fortbildungsmaßnahmen, Arbeitsmittel
- Sonderausgaben: z. B. Wohnraumschaffung und Wohnraumsanierung
- Außergewöhnliche Belastungen:
z. B. Krankheitskosten

Alle Details finden Sie in unserem aktuellen Steuerbuch unter bmf.gv.at/steuerbuch

Nutzen Sie FinanzOnline

Sie können Ihre Arbeitnehmerveranlagung (Formular L1 samt Beilagen) – fünf Jahre rückwirkend – händisch ausgefüllt an das Finanzamt schicken. Am einfachsten geht es allerdings mit

einem Zugang bei finanzonline.at, dem Online-Portal des Finanzamts. Unkompliziert, sicher und seit letztem Jahr verbessert steht Ihnen FinanzOnline rund um die Uhr kostenlos zur Verfügung.

Einfach Termin mit Ihrem Finanzamt vereinbaren

Um in Coronazeiten Kontakte zu reduzieren, sind die Infocenter des Finanzamts Österreich nur eingeschränkt geöffnet. Nicht nur die Arbeitnehmerveranlagung – die meisten Anliegen lassen sich ohnehin unkompliziert über finanzonline.at erledigen. Sollten Sie dennoch das persönliche Gespräch wünschen, vereinbaren Sie bitte einen Termin (bmf.gv.at/terminvereinbarungen oder 050 233 700).

Hoffnung stirbt nicht

Der freischaffende Künstler Tobias Marboe ist weltgewandt, gebildet und kreativ. Niemand würde vermuten, dass ihn einsame Trauer erfüllt. Seine Eltern ahnen es und wollen helfen, wissen aber nicht wie. Nachdem er sich das Leben genommen hat, beschließt sein Vater Golli Marboe, durch das Erzählen ein Tabu zu brechen, um Tode zu verhindern.

INTERVIEW: MONIKA SLOUK

Golli Marboe, Sie sind Vater von vier erwachsenen Kindern. Einer Ihrer Söhne hat sich das Leben genommen, und Sie haben sich entschieden, nicht darüber zu schweigen. Warum?

Golli Marboe: Drei bis vier Menschen nehmen sich jeden Tag in Österreich das Leben. Zehn- bis zwanzigmal so viele versuchen es. Seit ich als Journalist begonnen habe, über den Tod unseres Sohnes öffentlich zu sprechen, begegnen mir ständig Menschen, die mir vom Suizid eines Angehörigen oder von eigenen Suizidgedanken erzählen, und alle sagen abschließend: „Aber bitte sag es niemandem!“ Das hat mit dem Makel zu tun, der nach wie vor besteht, als ob man ein Gesetz gebrochen hätte, wenn man Angehöriger ist, Psychopharmaka nimmt oder Suizidgedanken hat. Dabei ist es wichtig darüber zu reden. Dass so selten darüber gesprochen wird, macht depressive Menschen noch einsamer. Angehörige wissen nicht, dass es hilft, wenn Betroffene darauf angesprochen werden. Man kann zwar als Angehöriger niemanden therapieren, aber man kann die Einsamkeit durchbrechen, indem man etwa fragt: „Warst du einmal kurz davor, dir das Leben zu nehmen?“ Das ist schwer. Doch niemand hat sich das Leben genommen, weil er oder sie darauf angesprochen wurde.

Tobias war 29 Jahre alt, sein Tod kam für alle unerwartet. Wollen Sie die Vorgeschichte erzählen?

Marboe: Ich habe das Gefühl, dass unser Bub an sich gezweifelt hat, weil seine Kunst nicht anerkannt wurde. Dann wurde daraus Depression, und leider war er dazu veranlagt, dass daraus auch psychotische Schübe wurden, sodass er das Gefühl hatte, dass es Menschen oder Systeme gibt, die nicht zulassen, dass er Erfolg hat. Das war nicht immer so,

sondern schubweise. Am Tag vor seinem Tod ist das wieder ausgebrochen. Als dann eine SMS von ihm kam: „Wollt ihr nicht zu mir zum Frühstück kommen?“, waren wir sehr erleichtert. Wie wir jetzt wissen, war das eine Art Abschiednehmen. Man kann es so interpretieren, dass Tobias da die Entscheidung schon getroffen hatte. Im Nachhinein finde ich schön, dass er diesen Tag mit uns verbracht hat und nicht in der Einsamkeit. Er wusste, dass er uns das zumuten kann. Wir alle stellen uns die Frage, was hätten wir bemerken können, wo hätten wir eingreifen, wie hätten wir helfen können, dass es nicht zu dieser Einsamkeit und Traurigkeit kommt.

„Dabei ist es so wichtig, darüber zu reden.“

GOLLI MARBOE

Sie hatten gedacht, dass jetzt alles besser wird. Doch dann wurde Tobias vor dem Haus gefunden und war nicht mehr am Leben. Unvorstellbar.

Marboe: Am selben Tag noch kam Pater Nikolaus zu uns, der übrigens seit letzter Woche Abt des Wiener Schottenstifts ist. Er war sehr liebevoll, kannte ja den Tobias vom ersten Tag seines Lebens bis zum letzten. Er hat nicht gesagt, „So, wir beten jetzt!“ oder: „Es wird schon alles einen Sinn haben“, sondern er hat gesagt: „Ich kann hier keine Antworten geben, und ich kann euch nicht erklären, was das alles für einen Sinn hat. Wenn ihr wollt, können wir jetzt beten. Und wenn ihr wollt, können wir eine Litanei miteinander sprechen.“ Das war alles sehr freiwillig, solidarisch, teilnehmend. Man ahnt in

diesem Augenblick, dass das Leben nie wieder so wird wie vorher. Es war ja vorher auch nicht alles glatt. Aber das Leben wird nie mehr vollständig sein. Das erste Mal, dass wir halbwegs zur Ruhe kamen, war nach der Seelenmesse. Und zwar, weil so viele Menschen da waren, die ihre Solidarität und Anteilnahme glaubhaft mit uns geteilt haben.

Umso schlimmer, dass diese Rituale seit einem Jahr nicht oder nur eingeschränkt möglich sind.

Marboe: Eine Katastrophe, ja. Auch die Vorbereitung auf die Beerdigung half sehr, die Auseinandersetzung mit dem Leben. Das ist eine meiner Hauptbotschaften: Ich glaube, dass man von einem Menschen nicht den Tag seines Todes in Erinnerung behalten soll, sondern das gesamte Leben und die Persönlichkeit. Der Tobias hatte ein volles Leben, 29 Jahre lang. Wir haben viele wunderbare und schöne Momente erlebt.

Wie war er denn, der Tobias?

Marboe: Er war ein humorvoller, verschmitzt lächelnder Bursche mit einem Grübchen im Gesicht. Aus der Zeit an der französischen Schule in Wien hatte er Freunde auf der ganzen Welt, war ein leidenschaftlicher Europäer, hat viel darüber nachgedacht, wie man in der Gesellschaft wirken kann. Er hat Lieder geschrieben, getextet, Bilder gemalt, er hat Internetkanäle mit Sketches und Wort-Bild-Collagen bespielt, die immer mit Humor gestaltet waren. Sein Logo war ein augenzwinkernder Bursch mit Kappe, der die Zunge zeigt. Diese liebevolle Respektlosigkeit hat ihn ausgezeichnet. Er liebte Musik und war sportlich. Er war Tonmeister und Filmemacher, hat Musikvideos geschnitten. Und er war sehr fleißig, hat täglich an seinen



Tobias Marboe war leidenschaftlicher Europäer, was auch in manchem Werk Ausdruck fand. MARBOE

Projekten gearbeitet. Aber er war auch stolz. Und der Stolz hat es ihm nicht erlaubt, um die Hilfe zu bitten, die er gebraucht hätte.

Tobi hat auch einen Abschiedsbrief hinterlassen. Was hat er Ihnen geschrieben?

Marboe: Das waren wunderschöne, liebevolle Gedanken. Der vielleicht schönste Gedanke war, dass er auf seine Nichte Alma aufpassen wird, die ein halbes Jahr alt war. Dieser Gedanke hat uns doppelt berührt. Er drückt nicht nur seine Liebe zu ihr aus, sondern auch seine Hoffnung auf ein Weiterleben. Dass er glauben kann, es geht weiter, ist schön. Er hat in einer Collage den Satz geprägt: Die Hoffnung stirbt nicht zuletzt, weil die Hoffnung nicht sterben kann. Ich verstehe die drei Merkmale der christlichen Religion – Glaube, Liebe, Hoffnung – jetzt viel besser als vorher. Da ist die Hoffnung besonders stark. Mir hat noch niemand beweisen können, dass es kein Leben nach dem Tod gibt!

„Dass er glauben kann, es geht weiter, ist schön.“

GOLLI MARBOE

Wer sich das Leben nimmt, ist zum Verzweifeln einsam. Was kann man dagegen tun?

Marboe: Die meisten Menschen nehmen sich im Mai das Leben, nicht im Herbst oder zu Weihnachten. Und zwar, weil es den anderen dann wieder gut geht. Wenn die anderen ins Schwimmbad oder zum Essen gehen, dann ist die Einsamkeit am größten. Jetzt, während der Pandemie, gibt es einen Rückgang an Suiziden, obwohl wir eine Zu-

nahme an depressiven Krankheiten haben. Aber wenn wir nicht aufpassen, kann das eine Explosion werden nach dem Ende der Beschränkungen. Im Lockdown sind viele eingeschränkt. Depressive sind aber nachher noch allein. Deshalb müssen wir jetzt viel darüber sprechen, und gerade jetzt braucht es psychiatrische Betreuung auf Krankenschein. Jetzt braucht es die Dokumentation von solchen Erlebnissen wie unseren, damit Eltern lieber einmal öfter als einmal zu wenig das Kind an der Hand nehmen und zu einem Arzt gehen oder zu einem Therapeuten.

Mit einem erwachsenen Sohn macht man das nicht.

Marboe: Ja, das ist blöd. Wenn er einen offenen Bruch gehabt hätte – hätte ich ihn dann, weil er erwachsen ist, nicht ins Krankenhaus geführt? Das ist genau die Unkenntnis psychischer Krankheiten! Wir denken, er ist für sich selbst verantwortlich. Aber wenn er einen Herzinfarkt hat, ist er dann auch für sich selbst verantwortlich? Depression ist eine chronische Krankheit, die genauso thematisiert gehört wie Zuckerkrankheit oder Herzrhythmusstörungen. Ein Psychiater sagte zu mir: „Ihr Sohn könnte noch leben!“ Ja, wenn er medikamentös eingestellt worden wäre. So eine psychotische Sache kann man in den Griff bekommen.

Was sollen Eltern also beachten?

Marboe: Wir dürfen uns nicht überschätzen. Man sagt, es sei keine große Sache, einen Blinddarm rauszuschneiden. Ja, aber ich kann es nicht! Ich kann auch nicht in die Abgründe und Tiefen eines anderen Menschen schauen, auch nicht als liebender Vater. Das muss ich akzeptieren. Psychische Probleme brauchen Profis. <<

„Papageno-Effekt“

Nachdem J.W. von Goethe „Die Leiden des jungen Werthers“ veröffentlicht hatte, häuften sich angeblich Suizide von jungen Männern. Man sprach vom „Werther-Effekt“ und folgerte, dass es besser wäre, nicht über Suizid zu schreiben. Studien zeigen aber, dass die richtige Form der Berichterstattung Gegenteil wirkt. Der „Papageno-Effekt“ bedeutet, dass Erzählen, Schreiben und Reden Suizide verhindern kann. Als sich der Vogelfänger Papageno in Mozarts „Zauberflöte“ erhängen möchte, können ihn drei Knaben davon abhalten.

Hilfe in der Krise

Bei Sorgen oder Suizidgedanken wenden Sie sich an die Telefonseelsorge unter 142!



Golli Marboe

Journalist, Autor, Dozent an der FH Wien und Vorstandsmitglied des Vereins zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien. Sein Buch „Notizen an Tobias“ erschien 2021 im Residenz Verlag.

Notizen an Tobias. Gedanken eines Vaters zum Suizid seines Sohnes. Golli Marboe, Residenz Verlag, 224 Seiten, 24 Euro.



SONNTAG

Palmsonntag – Lesejahr B, 28. März 2021

Hosanna, gesegnet sei er!

Freude und Leid liegen in der Karwoche sehr nahe beieinander.

1. Lesung

Jesaja 50,4–7

Gott, der HERR, gab mir die Zunge von Schülern, damit ich verstehe, die Müden zu stärken durch ein aufmunterndes Wort. Jeden Morgen weckt er mein Ohr, damit ich höre, wie Schüler hören.

Gott, der HERR, hat mir das Ohr geöffnet. Ich aber wehrte mich nicht und wich nicht zurück. Ich hielt meinen Rücken denen hin, die mich schlugen, und meine Wangen denen, die mir den Bart ausrissen. Mein Gesicht verbarg ich nicht vor Schmähungen und Speichel. Und Gott, der Herr, wird mir helfen; darum werde ich nicht in Schande enden. Deshalb mache ich mein Gesicht hart wie einen Kiesel; ich weiß, dass ich nicht in Schande gerate.

2. Lesung

Philipper 2,6–11

Christus Jesus war Gott gleich, hielt aber nicht daran fest, Gott gleich zu sein, sondern er entäußerte sich und wurde wie ein Sklave und den Menschen gleich. Sein Leben war das eines Menschen; er erniedrigte sich und war gehorsam bis zum Tod, bis zum Tod am Kreuz.

Darum hat ihn Gott über alle erhöht und ihm den Namen verliehen, der größer ist als alle Namen, damit alle im Himmel, auf der Erde und unter der Erde ihr Knie beugen vor dem Namen Jesu und jeder Mund bekennt: „Jesus Christus ist der HERR“ – zur Ehre Gottes, des Vaters.

Evangelium

Markus 11,1–10

Als sie in die Nähe von Jerusalem kamen, nach Bétfage und Betánien am Ölberg, schickte Jesus zwei seiner Jünger aus. Er sagte zu ihnen: Geht in das Dorf, das vor euch liegt; gleich wenn ihr hineinkommt, werdet ihr einen jungen Esel angebunden finden, auf dem noch nie ein Mensch gegessen hat. Bindet das Fohlen los und bringt es her!

Und wenn jemand zu euch sagt: Was tut ihr da?, dann antwortet: Der HERR braucht es; er lässt es bald wieder zurückbringen.

Da machten sie sich auf den Weg und fanden außen an einer Tür an der Straße ein Fohlen angebunden und sie banden es los. Einige, die dabeistanden, sagten zu ihnen: Wie kommt ihr dazu, das Fohlen loszubinden? Sie gaben ihnen zur Antwort, was Jesus gesagt hatte, und man ließ sie gewähren.

Sie brachten das Fohlen zu Jesus, legten ihre Kleider auf das Tier und er setzte sich darauf. Und viele breiteten ihre Kleider auf den Weg aus, andere aber Büschel, die sie von den Feldern abgerissen hatten. Die Leute, die vor ihm hergingen und die ihm nachfolgten, riefen: Hosanna! Gesegnet sei er, der kommt im Namen des HERRN! Gesegnet sei das Reich unseres Vaters David, das nun kommt. Hosanna in der Höhe!

► Alternatives Evangelium: Johannes 12,12–16

Die Passion Christi

Mit dem Palmsonntag beginnt die Karwoche. Während zur Palmprozession das oben abgedruckte Evangelium verkündet wird, steht in der anschließenden Messfeier die Passion Jesu Christi am Höhepunkt der Schriftlesungen. Dafür sind alternativ eine Langform (Markus 14,1–15,47) und eine Kurzform (Markus 12,12–16) vorgesehen. Das Evangelium nach Markus bietet die älteste vorliegende Darstellung des Lei-

dens und Sterbens Jesu: Sie führt vom Verrat des Judas Iskariot über das Paschamahl, die Gefangennahme am Ölberg, das Verhör vor dem Hohen Rat und über die Verhandlung vor Pilatus bis zur Kreuzigung, dem Tod Jesu und seinem Begräbnis. So ist die Karwoche in den Schriftlesungen des Palmsonntags vorgezeichnet. Für Christ/innen ist damit aber das letzte Wort nicht gesprochen: Das Evangelium der Osternacht setzt genau nach dem Ende der Passion vom Palmsonntag ein.

ZEIT Fenster

Eltern sind
ALLTAGSHELDINNEN



2 VORWORT

Held/innen mit menschlichen Zügen



Christine Vonblon,
Leitung Team
Lebensgestaltung
und Ethik der Kath.
Kirche Vorarlberg.

Wer sind unsere Heldinnen und Helden? Hermine oder Harry Potter? Catwoman oder Batman? Oder aus der Bibel: Judit oder Jakob? Heldinnen und Helden existieren in der Literatur, entspringen der Mythologie oder setzen sich in der Bibel in Szene. Aber heute? Ist der Begriff „Held“ überhaupt noch zeitgemäß und adäquat? Sind Worte wie „Held der Arbeit“ oder „Heldentod“ nicht eher negativ besetzt? Hat der Held sehr wohl von seinem Glanz verloren, so sind es jetzt Alltagsheld/innen, die eine Renaissance erleben.

Gewiss, das Wort **Alltagsheld/in** ist in Zeiten von Corona schon etwas strapaziert worden. Meiner Meinung nach ist der Begriff aber immer noch gültig, nämlich für uns alle: Wir alle können Alltagsheld/innen sein, vor allem den Eltern steht dieser Begriff in diesen herausfordernden Zeiten mehr als zu. Sie müssen alles können und alles leisten.

Aber Halt: Auch Held/innen haben menschliche Züge und Schwächen. Sich dies bewusst zu machen und sich selber einzugestehen, tut gut. Dieser Spagat ist in den vielen Interviews mit Müttern, einem Vater, einer Jugendlichen und einer Oma zu Tage getreten (Seiten 4-5). Wilma Loitz beschäftigt sich in ihrem Artikel mit dem Thema der Alltagsheld/innen. Sie schreibt über den Mut und die Uner-

schrockenheit, die es jetzt braucht. Und über das Loslassen der Angst, in der Erziehung Fehler zu machen.

Psychologin **Christiane Zimmermann-Rein** ist der Frage nachgegangen, was Kinder jetzt wirklich brauchen (Seite 6). Auf Seite 8 finden Sie außerdem ein spannendes Gewinnspiel. Viel Glück bei der Teilnahme!

Wer noch mehr über **Alltagsheld/innen** lesen möchte: Die Elternbildung hat dem Thema eine Facebookseite gewidmet. Regelmäßig erscheinen Beiträge und Interviews, die abgekämpften Müttern und Vätern neue Inspiration liefern. Die Seite finden Sie unter www.facebook.com/elternchat

Ich wünsche Ihnen eine anregende und bestärkende Lektüre des ZEITFensters!

Christine Vonblon

Angebote der Elternbildung

- **Fachvorträge für Institutionen**
Vortragsangebot zu Erziehungs- und Familienthemen für Kleinkindbetreuungseinrichtungen, Spielgruppen, Eltern-Kind-Zentren, Kindergärten, Schulen, Bibliotheken, (Pfarr-)Gemeinden, Vereine ...
- **Purzelbaum Eltern-Kind-Gruppen**
Eltern mit Kindern bis 4 Jahre treffen sich wöchentlich, insgesamt zehnmal für zwei Stunden. Dieses Angebot gibt es auch speziell für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr.

- **eltern.chat - Gesprächsrunden**
Eltern können sich gemeinsam mit anderen über ein Erziehungsthema im gemütlichen Rahmen und in ihrer Muttersprache austauschen. Dazu bilden wir Moderatorinnen aus, die - ausgestattet mit unterschiedlichen Materialien - zu Gastgeberinnen kommen, die Eltern aus ihrem Lebensumfeld eingeladen haben.

- **Kompetenzzentrum Elternbildung**
In diesem Rahmen unterstützen wir Gemeinden, Regios, Vereine und Institutionen, maßgeschneiderte Elternbildungsveranstaltungen vor Ort anzubieten.

- **Seminare, Workshops, Tagungen**
Für Menschen, die sich in der Elternbildung qualifizieren möchten, bieten wir Aus- und Weiterbildungen mit verschiedenen inhaltlichen Schwerpunkten an. Auch organisieren wir Tagungen zu unterschiedlichen pädagogischen Themen, um Räume für Begegnung und Austausch zu schaffen.

Weitere Infos unter www.elternbildung-vorarlberg.at

3 ALLTAGSHELDINNEN

Hallo, du ALLTAGSHELDIN

Eltern besitzen den Mut und die Unerschrockenheit, Kinder auf die Welt zu bringen - alleine das macht sie zu Held/innen. Aber auch Held/innen zweifeln manchmal an sich selbst und geraten an ihre Grenzen. Mit sich selbst gnädig sein, kann dann helfen.

WILMA LOITZ

Eltern haben den wichtigsten Job der Welt. Sie leisten 24 Stunden an 7 Tagen der Woche einen unbezahlbaren Beitrag in unserer Gesellschaft. Sie schlüpfen in unzählige Rollen: Sie sind Lehrer/in, Therapeut/in, Handwerker/in, Taxifahrer/in und vieles mehr. „Ja, aber sind wir deswegen schon Heldinnen?“, fragen auch wir Elternbildnerinnen, die wir neben unseren Teilzeitjobs Mamas von mehreren Kindern sind. Wir googlen und finden folgende Definition: Ein/e Held/in ist jemand, der sich mit Unerschrockenheit und Mut einer schweren Aufgabe stellt. Ja, das machen wir, seit den positiven Schwangerschaftstests unserer ersten Kinder.

Jetzt haben wir es schwarz auf weiß: Wir Eltern sind Held/innen, weil wir den Mut und die Unerschrockenheit besessen haben, Kinder auf die Welt zu bringen. Ganz unabhängig davon, ob es uns gelingt, alle Ansprüche der Gesellschaft an Eltern oder auch unsere eigenen zu erfüllen. Die Latte liegt hoch, und da passiert es sehr leicht, dass wir uns als Versager/in fühlen, z.B. wenn unser Kind sich weigert, die Schulübungen zu erledigen und wir es auch mit allen erzieherischen Tricks nicht dazu bringen können. Statt den uns auferlegten Druck auf unser Kind weiterzugeben, könnte das die Chance sein, mit uns selbst und der eigenen Ohnmacht gnädig und geduldig zu sein. Dann müssen auch unsere Kinder nicht perfekt sein, und wir können sehen: Mein Kind und ich - wir geben beide unser Bestes.

„Es braucht äußerst schwierige Eltern, um Kinder zu verderben.“ Dieses Statement des Familientherapeuten Daniel Niederberger lässt Eltern aufatmen. Kinder sind keine unbeschriebenen Blätter, die mit Erziehungskraft geformt werden, sondern sie kommen als eigene Personen mit Vorlieben, Talenten und einem eigenen Temperament auf die Welt. Wenn Kinder sich außerhalb der Norm entwickeln oder die geforderte Leistung nicht erbringen, wird sehr schnell das Problem im Elternhaus gesucht. Dazu schreibt Niederberger etwas salopp: „Vielleicht ist euer Kind einfach ein schräger Vogel, daran gibt es wenig zu rütteln. Wichtig ist, sich deswegen nicht fertigzumachen. Vielleicht verwächst es sich, vielleicht wird das Kind Künstlerin und vielleicht bleibt sie irgendwie schräg. Es geht darum, damit umzugehen.“



Jede Mama und jeder Papa ist ein/e ALLTAGSHELD/IN!
Die Angebote zu dem Thema sind zu finden unter www.elternbildung-vorarlberg.at

In den sozialen Medien kursiert ein Text, der Eltern auffordert, sich keine zu großen Sorgen wegen des versäumten Schulstoffs zu machen und den Kindern stattdessen viel Lebenspraktisches wie Backen, Ölwechseln, Wäschewaschen usw. beizubringen. Dieser Text wurde schon tausendmal geteilt. Er trifft den Kern unseres Elternseins. Wir wollen wieder mehr selbstgestaltend handeln und mit den Kindern ganz normalen Alltag leben. Alltagsheld/innen haben viele Rollen, aber in einer sind sie unersetzbar: Sie sind Mama und Papa ihrer Kinder - einzigartig, unerschrocken, tief verbunden mit ihren Kindern und dem Leben dienend.

Ich bin ein/e ALLTAGSHELDIN. Kinder und die Gesellschaft brauchen in dieser Zeit mutige und klare Eltern. Eltern, die sich immer wieder fragen: Was ist jetzt wichtig? Eltern, die genau das in ihr Familienleben holen. Unsere Serie „ALLTAGSHELDIN“ unterstützt Eltern nicht durch noch mehr gute Ratschläge, sondern durch lebenspraktische Interviews mit Expert/innen, die selbst Eltern sind. Wir freuen uns, wenn dieses und unsere weiteren Angebote genutzt werden, aber noch wichtiger ist, nicht zu vergessen: Das nächste Mal, wenn du als Mama oder Papa wieder an dir und deinem Heldentum zweifelst, lehne dich zurück, schließe die Augen und sieh dich in deinem persönlichen, maßgeschneiderten Superheld/innen-Kostüm. Kein Zweifel: Du bist ein/e Alltagsheld/in!

Wie geht es Familien in dieser besonderen Zeit?

Normalität sehnsüchtig erwartet

Eigentlich stecke ich mitten in der Rushhour des Lebens und es fühlt sich gerade an wie eine Massenkarambolage. Bei mir ist die Luft raus. Es fehlen Höhepunkte, Abwechslung. Schon seit einem Jahr versuche ich Homeschooling, Homeoffice und „stay at home“ gut zu meistern und allem gerecht zu werden. Zum Glück gibt es auch Schönes und Bereicherndes. Diese intensive Zeit schweißt uns Vier zusammen. Wir genießen die Jahreszeiten intensiv. Haben so einige spektakuläre Berggipfel in Vorarlberg bestiegen. Erste Schitouren gemeinsam erlebt, mit Stirnlampen ausgerüstet lustige Rodelpartien gestartet. Wir haben einen neuen Mitbewohner: Hermann unseren Sauerteig und dank Netflix wird einmal in der Woche ein gemütlicher Filmabend zelebriert. Jetzt lockt der Frühling und ich wage zu träumen von: Grillpartys im Garten, mit Freund/innen im Cafe sitzen und Riesenspaghettieis essen, Veranstaltungen besuchen oder sogar Zeit ganz alleine mit meinem Mann verbringen, da die Kinder bei ihren Großeltern übernachten. Normalität - ich freu mich auf dich!



Anette Loitz, 38 Jahre, arbeitet bei der Elternbildung des Katholischen Bildungswerks Vorarlberg, zwei Kinder (9 und 11 Jahre).

Ein neuer Rhythmus



Josef Fersterer, 47 Jahre, arbeitet im PGR-Referat und in der Pfarrbegleitung der Diözese Feldkirch, drei Kinder (6, 9 und 11 Jahre).

Ich bin froh, dass wir als Familie gesund sind und niemand aus dem engeren Kreis an Corona verstorben ist. Mit allen, die einen lieben Menschen verloren haben, fühle ich mit, auch mit jenen, die aufgrund von Corona in eine schwierige Situation geraten sind. Beim ersten Lockdown begann im Alltag ein neuer Rhythmus: Vormittags mit den drei Kindern gemeinsam am Wohnzimmertisch sitzen, Hausaufgaben machen, zugleich Homeoffice, Kochen, Hausarbeit, am späteren Nachmittag im Garten mit der ganzen Familie Fußball spielen und mit den Nachbarn über die Gartenhecke plaudern... Am Abend gab es dann immer wieder berufliche Videokonferenzen und den Austausch über die aktuelle Situation. Der größte Verzicht besteht für mich darin, mit anderen Menschen keinen einfachen direkten Kontakt zu haben. Die Corona-Zeit hat aber auch positive Aspekte: Ich liebe es, in den blauen Himmel zu blicken und mich darüber zu freuen, dass fast keine Kondensstreifen von Flugzeugen mehr das Blau des Himmels verdecken. Das Nachdenken über Reisegewohnheiten, die Reduktion von Konsum und dafür der Ausbau von Achtsamkeiten gegenüber Natur und anderen Menschen sollen aus meiner Sicht beibehalten werden.

Gemeinsame Zeit sehr wichtig geworden

Mir ist kürzlich bewusst geworden, dass im letzten Jahr Dauerstress mein ständiger Begleiter war. Es fühlt sich schon so normal an, ich funktioniere einfach. Die größte Herausforderung war, während der Coronazeit eine neue Wohnung für mich und meine Kinder zu finden und den Umzug zu organisieren. Dadurch gab es auch einen Schulwechsel und mein Sohn hat zusätzlich in einen neuen Schultyp gewechselt. Das alles in Verbindung mit Homeschooling hat mir sehr viel Energie abverlangt. Parallel bin ich aktuell auch dabei, meinen beruflichen Wiedereinstieg zu planen. Mein größter Verzicht waren die wenigen Sozialkontakte, diese unkomplizierten Besuche von Freundinnen waren einfach nicht mehr umsetzbar. Somit fehlten mir die alltäglichen Gespräche mit Erwachsenen sehr. Eine Erkenntnis ist, wie viel mit digitalen Medien möglich ist. Das hat das Homeschooling gezeigt. Die gemeinsame Zeit als Familie ist mir sehr wichtig geworden, ich genieße es mit meinen Kindern zusammen etwas zu tun. Beziehungen haben sich positiv vertieft - wie die Beziehung zu meiner Mutter, die eine ganz andere Qualität bekommen hat.



Karin Capelli, 38 Jahre, derzeit in Karenz, alleinerziehende Mutter von drei Kindern (2, 10 und 12 Jahre).

Alltag nicht wesentlich verändert



Maria Längle, 37 Jahre, Mama und Hausfrau, zwei Kinder (5 und 2 Jahre).

Als Mama von zwei kleinen Kindern hat sich mein Alltag nicht wesentlich verändert. Das ist auch positiv: Ich musste mich nicht großartig umstellen. Ob Lockdown oder nicht: Mama bleibt Mama, Ehefrau bleibt Ehefrau - und das ist schön. Der größte Verzicht besteht immer noch darin, wichtige weitere Bezugspersonen nicht so oft (bzw. über lange Strecken gar nicht) zu sehen. Natürlich vermisse ich auch das Einkehren, auf einen Kaffee zu gehen, mit meinem Mann Essen zu gehen. Die Zeit mit Omas und Tanten ist für unsere Kinder ein Geschenk. Gleichzeitig stellte ich auch fest, dass wir und Menschen in unserem Umfeld kreativ wurden, um ein Beisammensein in kleinem Kreise zu ermöglichen. So wurden wir z.B. zu einer kleinen Advent-Markt-Feier im verschneiten Garten eingeladen. Dass das Abenteuer - gerade als Familie - nicht bedeutet, da und dorthin zu fahren, sondern dass wir für kleine und große Abenteuer daheim sorgen können, das ist schön und gut. Mein Mann hat mit unserer Größeren im Garten gezeltet. Campingurlaub im eigenen Garten!

Blick auf die schönen Dinge richten

Mir geht es gut. Klar, würde ich mir, wie wahrscheinlich fast jede und jeder von uns, wünschen, dass die ganze Corona-Situation auch einmal aufhört. Aber bei genauerer Betrachtung findet bestimmt fast ein jeder ein, zwei, sogar auch drei Dinge, für die es sich lohnt, gerade in diesen Zeiten dankbar zu sein. Ich bin dankbar, in einem Land wie unserem zu leben, in dem Frieden herrscht. Dankbar, dass ich, wenn ich krank bin, zum Arzt gehen kann. Dankbar, das tun zu können, was ich liebe - selbst in Corona-Zeiten. Besonders im Lockdown hat sich der Fokus von „höher, schneller, weiter“ in meinen Augen in vielen Bereichen auf „klein, aber oho“ verschoben. Auf einmal unglaublich viel Zeit für seine Hobbys, seine Leidenschaft zu haben, kann den Verzicht auf Treffen mit Freund/innen und der Familie, auf Feiern, auf Theaterbesuche uvm. zumindest eine Zeit lang ausgleichen. Nicht, dass der „Corona-Blues“ vor mir Halt gemacht hätte, nein, aber auch in Momenten, in denen Motivation und Antrieb fehlen, lohnt es sich, den Blick auf die schönen Dinge zu werfen. Eine Denkweise, die auch in „normalen“ Zeiten nicht schaden kann.



Lea Gratzler, 17 Jahre, Schülerin.

Rücksicht nehmen



Maria Hrach, 66 Jahre, Dipl. Krankenschwester und Oma, vier Enkelkinder (12, 11, 10 und 9 Jahre).

Ich denke, diese besondere Zeit betrifft alle und es liegt an jedem einzelnen von uns, was wir daraus machen. Wir müssen einfach Rücksicht auf unsere Mitmenschen nehmen. Mir geht es gut, da wir uns auch in der Natur aufhalten und den Tag mit dem Partner gestalten können. Als Oma von vier schulpflichtigen Enkeln ist es sehr wichtig, dass man flexibel und spontan ist. Zwei unserer Kinder arbeiten in systemerhaltenden Berufen. Da stehen wir jetzt natürlich sehr gerne zur Verfügung. Der größte Verzicht im ersten Lockdown war, dass wir unsere Kinder und Enkelkinder nicht treffen durften. Auch jetzt ist ein spontanes Treffen mit der ganzen Familie oder Freund/innen zu einem gemütlichen Hock nicht möglich. Dadurch ist der soziale Kontakt sehr eingeschränkt. Ich denke, es gibt so vieles, das nicht mehr so wichtig genommen wird und Gesundheit auch bei uns sehr schnell bedroht ist. Wenn die ganze Familie wieder zusammen sein kann, wird jedes Treffen sicher wertvoller und etwas Besonderes. Man freut sich auch über kleine Dinge.

Mehr FREIzeit nach Corona

Als Mama einer Tochter mit erhöhtem Risiko bei einer Corona-Infektion habe ich Respekt vor dieser noch wenig erforschten Krankheit. Immer wieder werden wir als Familie vor Entscheidungen gestellt, die wir eigentlich gar nicht treffen können, wenn nicht einmal die Expert/innen genug über das Virus wissen. Das hat mich öfters an meine Grenzen gebracht. Man wünscht sich für die Kinder so viel Normalität wie möglich und in unserem Fall auch Integration/Inklusion, aber durch das erhöhte Risiko stehen die Besonderheit und das möglichst geringste Risiko im Vordergrund. Unsere Tochter hat noch einige medizinische Interventionen vor sich und deshalb möchten wir alles dafür tun, dass nicht noch was dazu kommt. Das Unverständnis und die Ignoranz mancher Mitmenschen machen mir da zu schaffen. Vor Corona waren unsere Wochen durchgetaktet mit Therapien und Terminen. Beim ersten Lockdown wurden all diese Termine abgesagt. Wir erlebten, welches Entwicklungspotential und Kreativität in unseren Töchtern stecken. Das ist etwas, das ich mit in die Post-Corona-Zeit nehmen werde: mehr FREIzeit.



Nicole Klocker-Manser, 37 Jahre, Erziehungswissenschaftlerin, 2 Kinder (3 und 8 Jahre).

6 INTERVIEW

Strukturen finden, die Halt geben



Christiane Zimmermann-Rein ist systemische Familien- und Psychotherapeutin und Coach. Sie hat zwei Kinder (8 und 6 Jahre).

Die Corona-Pandemie trifft Kinder und Jugendliche sehr. Wie sie, aber auch die Eltern selbst, unterstützt werden können, erklärt Psychotherapeutin Christiane Zimmermann-Rein.

DAS INTERVIEW FÜHRTE DORIS BAUER-BÖCKLE

Wie sehr haben psychische Belastungen bzw. Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen durch die Covid-Krise zugenommen?

Christiane Zimmermann-Rein: Sie haben deutlich zugenommen. Das zeigt sich nicht nur an der enormen Auslastung der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Rankweil, sondern auch in sämtlichen psychosozialen Beratungsstellen im ganzen Land. Meine psychotherapeutische Praxis in Bludenz ist derzeit ebenso völlig ausgelastet und ich bekomme fast täglich neue Anfragen von Eltern, die für ihre Kinder und Jugendlichen Hilfe suchen.

Was sind konkrete Themen und Belastungen?

Christiane Zimmermann-Rein: Es geht derzeit verstärkt um Ängste und Depressionen - auch schon im frühen Jugendalter - und um Schlafstörungen. Bei Kindern sehen wir vermehrt Wutattacken, die zu Hause nicht mehr aufgefangen werden können. Besonders belastend empfinde ich die Situation von Jugendlichen, die ganz lange Zeit nicht mit ihren Freund/innen unterwegs sein und das „Jung-Sein“ genießen konnten. Eine Klientin von mir hat mir mal erzählt, dass „Corona“ sie fast erstickt, weil man einfach gar nichts mehr tun darf und sie merkt, wie der äußere Abstand sich auch auf den inneren Abstand zu ihren Freund/innen auswirkt. Die Unsicherheit ist gestiegen - und das in einer Lebensphase, in der viele junge Menschen ohnehin schon auf Identitätssuche sind. Es ist daher für Kinder und Jugendliche wichtig, dass sie wieder in ihre verlässlichen Alltagsstrukturen zurückfinden, die ihnen Halt geben. Die Schulöffnungen waren da schon mal hilfreich. Wichtig wäre für Kinder und Jugendliche, weniger Zeit vor den elektronischen Geräten zu verbringen und wieder mehr interaktive Zeit mit den Menschen, die sie lieben.



Wichtig: Mehr Zeit mit vertrauten Menschen verbringen (unter Einhaltung der Maßnahmen), weniger online sein.

Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen?

Christiane Zimmermann-Rein: Corona gab uns allen wieder die Möglichkeit, mehr Zeit miteinander zu verbringen. Eltern können ihre Kinder unterstützen, indem in der Familie viel miteinander geredet wird - und zwar nicht zwischen Tür und Angel, sondern vielleicht beim gemeinsamen Essen. Gerade Kinder brauchen klare Alltagsrituale, die ihnen Halt geben - und wenn es abends nur ein wenig Zeit für ein Brettspiel ist oder die Gute-Nacht-Geschichte. Auch Jugendliche brauchen noch die Präsenz der Eltern und Zeiten, wo sie verlässlich wissen, dass die Eltern für sie da sind. Wenn sich das Kind oder der/die Jugendliche zurückzieht, ist es wichtig, dass ich als Elternteil darauf reagiere und gegebenenfalls auch Hilfe suche und annehme. Die Pandemie ist für alle von uns eine echte Herausforderung, an der wir aber auch wachsen können.

Was können Eltern tun, damit sie gut durch diese herausfordernde Zeit kommen?

Christiane Zimmermann-Rein: Als Mama von zwei Kindern gilt für mich die Devise „Wer nicht genießt, wird ungenießbar“. Ich rate allen Eltern, sich regelmäßig Auszeiten zu nehmen und den eigenen Energietank gut zu füllen. Wenn wir als Eltern gut in Balance sind, dann wirkt sich das auch auf die Stimmung in der Familie aus.

Wo gibt es professionelle Unterstützung für Kinder und Jugendliche?

Christiane Zimmermann-Rein: Bei Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, bei niedergelassenen Kinder- und Jugendpsychiater/innen und bei Beratungsstellen in allen Bezirken. In akuten Situationen kann die Ambulanz im LKH Rankweil kontaktiert werden.

Impressum

ZEITFenster. Sonderseiten im Vorarlberger KirchenBlatt. Redaktion: Doris Bauer-Böckle, Anette Loitz, Wilma Loitz, Elisabeth Willi
Bahnhofstraße 13, 6800 Feldkirch, T 05522 3485, E kirchenblatt@kath-kirche-vorarlberg.at, www.kirchenblatt.at
Fotos: S1: Addictive Stock / photocase.de, S2: Helene Furtner, S3: Anette Loitz, S4 + 5: privat (6); KKV/Willi, S6: Katharina Loacker;
Annie Spratt / unsplash.com, S7: Elternbildung des Katholischen Bildungswerks, S8: Cornelia Nagel
Druck: Russmedia Verlag GmbH, Schwarzach.

7 GEWINNSPIEL

Ein Kraftpaket für ALLTAGSHELDINNEN

Gerade in Zeiten wie diesen brauchen Eltern etwas, das ihnen gut tut und Mut macht. Die Elternbildung des Katholischen Bildungswerks hat deshalb ein Kraftpaket für sie zusammengestellt. Mit ein bisschen Glück könnt ihr eines für eure Alltagsheldin oder euren Alltagshelden gewinnen.

ANETTE LOITZ

Schon ein Jahr Corona-Pandemie liegt hinter uns und seit Wochen springen viele Eltern wie Gummibälle von einem Schreibtisch zum nächsten und versuchen, allem und jedem gerecht zu werden. Fragen zu beantworten und zu helfen, Meetings zu starten. Familie, Job, Haushalt, Beziehung etc. alles unter einen Hut zu bringen. An manchen Tagen klappt das besser, an anderen schlechter. Aber wir spüren deutlich: In den letzten Wochen ging es bergab. Bei uns allen ist die Luft raus.

Jetzt brauchen wir ein Kraftpaket! Wir, die Elternbildung des Katholischen Bildungswerks mit vielen Sponsor/innen aus Vorarlberg haben ein Paket zusammengestellt, das Kindern und Eltern gut tut und Mut macht.

In diesem KRAFTgebenden Paket findet ihr:

- **Familienplaner 2021** um Schönes und Notwendiges zu planen (von Familien Freizeit)
- **Mutmach-Karten** um eure Kinder aufzumuntern (von pink-e-pank)
- **Seifenblasen** für Leichtigkeit und Freude im Freien (vom Bienenhaus in Wolfurt)
- **Lippenbalsam** für deinen ganz persönlichen Wohlfühlmoment (von Phystine OG)
- **Vorarlberg Wimmelt** für mehr Lese- und Suchspaß (von Ländlebuch Bregenz)
- **Bitte nicht stören-Schild** für ungestörtes Eintauchen in neue Bücher(ei)welten (von der Bibliotheken Fachstelle der Katholischen Kirche Vorarlberg)

Beschenke deine/n Alltagsheld/in. Leider können wir nicht alle Vorarlberger Alltagsheld/innen mit dem Kraftpaket beglücken. Aber: Für alle gibt es die Chance, deine/n Alltagsheld/in damit zu beschenken. Was musst du dafür tun? Beantworte die Frage: „Wer ist deine ALLTAGSHELDIN - wen würdest du gerne mit diesem Paket überraschen?“ Schick uns per Mail den Namen und die Adresse von deiner ALLTAGSHELDIN bis spätestens 1. April an [E anette.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:anette.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at) Wir geben alle in unser Glücksglas und verlosen an sechs Alltagsheld/innen unser Kraftpaket.

Mutmach-Karten für alle. Aber auch diejenigen, die kein Losglück haben, gehen nicht leer aus. Komm auf unsere Homepage und lade dir die wunderschönen Mutmach-Karten für Kinder von WiNett herunter: www.elternbildung-vorarlberg.at/mut-mach-karten Diese könnt ihr euren Kindern auf den Frühstückstisch legen, in der Federschachtel verstecken, am Spiegel anbringen usw. Denn wer von uns hört selbst nicht gerne „Du kannst stolz auf dich sein!“? Und übrigens: Auch DU kannst stolz auf dich sein! Du ALLTAGSHELDIN!

Noch mehr Angebote für Alltagsheld/innen findet ihr auf www.elternbildung-vorarlberg.at und auf unserer Facebook-Seite www.facebook.com/elternchat

Elternbildnerinnen mit dem Kraftpaket. Verschiedene Mutmacher und Freudenspender sind darin enthalten.

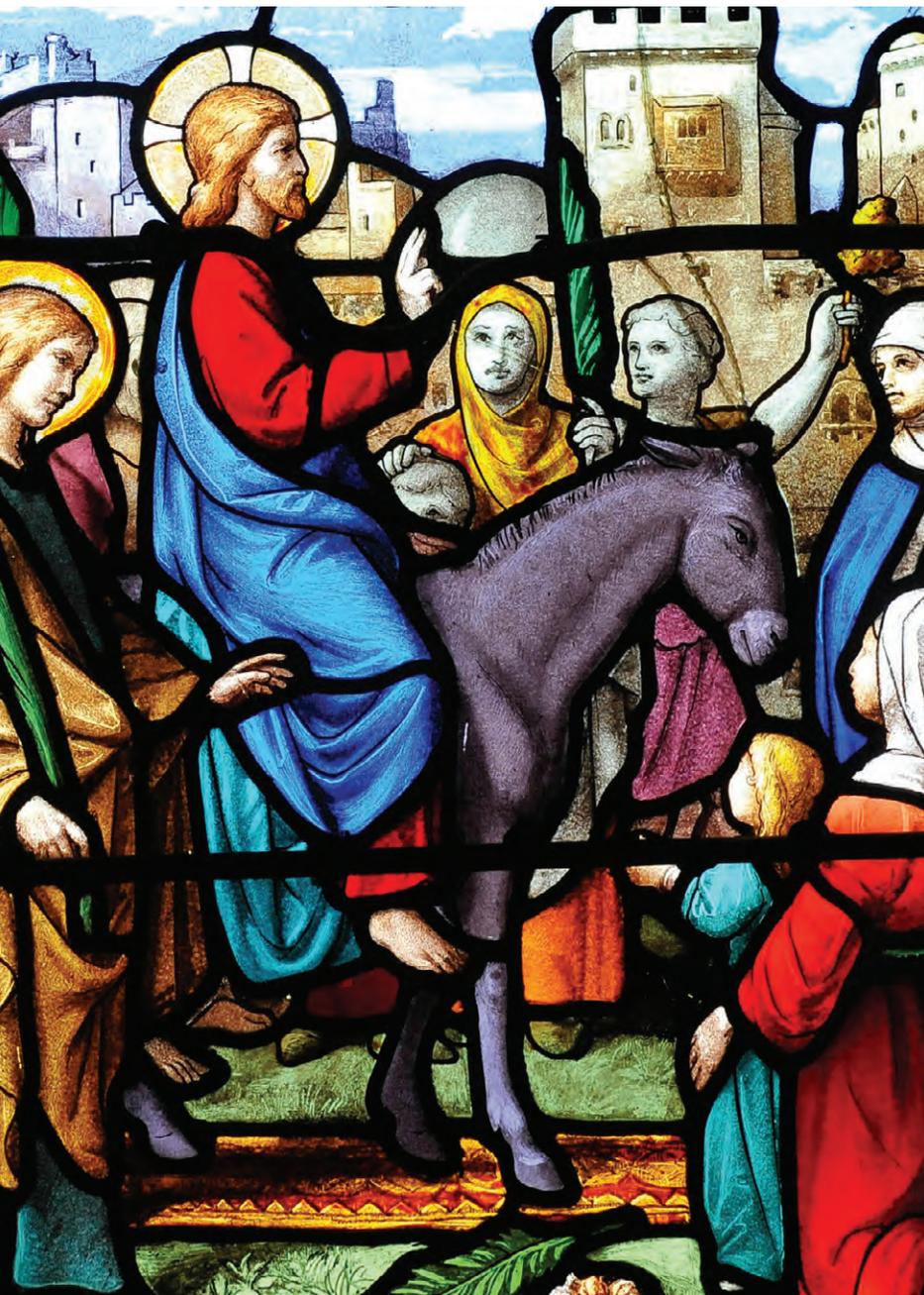




Frühlingsmorgen

Im Garten sang die Amsel schon,
sie hüpfte ums ganze Haus.
Ach, Welch ein süßer Frühlingston,
jetzt will ich auch hinaus!
Du, lieber Gott, pass auf mich auf,
gleich bin ich aus der Tür.
Ich singe, springe, lache, lauf,
und du, sei stets bei mir!

SANDRA SALM



Der Einzug Jesu nach Jerusalem. Hier jubelten ihm die Menschen noch zu, wenige Tage später spotteten sie über ihn. P.RAZZO/CIRIC/KNA

Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?
 Alle, die mich sehen, verlachen mich, verziehen die Lippen,
 schütteln den Kopf: „Wälze die Last auf den HERRN! Er soll ihn be-
 freien, er reiße ihn heraus, wenn er an ihm Gefallen hat!“
 Denn Hunde haben mich umlagert, eine Rotte von Bösen hat mich
 umkreist. Sie haben mir Hände und Füße durchbohrt. Ich kann all
 meine Knochen zählen; sie gaffen und starren mich an. Sie vertei-
 len unter sich meine Kleider und werfen das Los um mein Gewand.
 Du aber, HERR, halte dich nicht fern! Du, meine Stärke, eile mir zu
 Hilfe! Ich will deinen Namen meinen Brüdern verkünden, inmit-
 ten der Versammlung dich loben. Die ihr den HERRN fürchtet, lobt
 ihn; all ihr Nachkommen Jakobs, rühmt ihn; erschauert vor ihm,
 all ihr Nachkommen Israels!

ANTWORTPSALM (AUS PSALM 22)

WORT ZUM SONNTAG

Dieser Mensch war Gottes Sohn

Die Passion Jesu ist wirklich kein rühmliches Blatt in der Geschichte der Menschheit. In seinem Bericht (Mk 15,1–39) hält uns der Evangelist Markus einen Spiegel vors Gesicht, der uns schmerzhaft ins Herz schneiden müsste. Da ist die Rede von Gewalt, Verleumdung, ungerechter Anklage und Verurteilung, Todesstrafe, Spott und Verhöhnung. Da ist keiner, der mitfühlt, der zu Hilfe kommt; keiner, der dem Angeklagten mit Respekt begegnet.

Im Lauf der Geschichte finden wir in unzähligen Ereignissen dieselbe Haltung und dasselbe Handeln. Heute berichten uns davon die Zeitungen in zeitgenössischer Sprache und inmitten unserer eigenen Gesellschaft. Und diese Fratze des Menschseins haben wir alle wohl in irgendeiner Form bereits selber erlebt.

Jesu steht, in all dem, still. Er bekennt sich lediglich zu seiner eigenen Person. Dann schweigt er. Jesu steht inmitten von Gewalt und Hass – und liebt. Er will nicht zurückschlagen. Die Liebe hält auch die andere Wange hin. Der Weg Jesu war immer Liebe. Nun geht er diesen Weg bis ans Ende. Und darüber hinaus. Der Tod ist besiegt, denn diese Liebe ist ewig. Jesu hat uns den Weg gebahnt. Und er wird uns auf diesem Weg begleiten und uns beistehen. Jesu zeigt uns ein anderes Gesicht des Menschseins. Die Weise, wie sie von Gott gedacht ist, von Anfang an in uns grundgelegt. Die Weise, als Kinder Gottes – als Abbild Gottes – zu leben. Der Hauptmann, der Jesu gesehen hatte, bekennt von ihm: Wahrhaftig, dieser Mensch war Gottes Sohn. Vielleicht dürfen wir diese Worte auch ganz frei so übersetzen: Wahrhaftig, dieser Sohn Gottes war wirklich ein Mensch. Die deutsche Schriftstellerin Gertrud von le Fort drückt es so aus: „Das Menschliche ist trotzdem das einzige, das über die Furchtbarkeit der Weltgeschichte triumphieren kann.“

ZUM WEITERDENKEN

Wo erfahre ich menschenwürdige Liebe?
 Wo möchte ich sie konkret schenken?



SR. M. MAGDALENA EBNER

OCist, Zisterzienserinnenabtei
 Mariastern Gwiggan, Vorarlberg.
 Die Autorin erreichen Sie unter
 ► sonntag@koopredaktion.at

INTERVIEW

Der Priester und erfahrene Familienseelsorger Franz Harant ist auch für die Regenbogenpastoral in Österreich zuständig. Er ist überzeugt, dass das Schreiben der Glaubenskongregation über gleichgeschlechtliche Bindungen nur einen Zwischenstand darstellt und dass die kirchliche Lehre weiterentwickelt wird.

INTERVIEW: JOSEF WALLNER

Was bedeutet das Schreiben der Glaubenskongregation für Ihre Arbeit in der Regenbogen-Seelsorge?

Franz Harant: Ich bin ob dieser unverantwortlichen Stellungnahme sprachlos. Seit 2016 gab es im deutschen Sprachraum mehrere große Fachtagungen, auf denen es eine sehr große Offenheit für die Segnung gleichgeschlechtlicher Lebenspartnerschaften gab. Diese Suchbewegung, die so hoffnungsvoll in die richtige Richtung gegangen ist, wird nun abrupt beendet.

Wie wird es in der Seelsorge weitergehen?

Harant: Die Glaubenskongregation wird zur Kenntnis nehmen müssen, dass die bewährte Praxis der Segnung homosexueller Partnerschaften bleiben wird. Leider wird sie noch stärker in die Illegalität gedrängt und das ist unwürdig. Uns muss aber klar sein, dass die Kirche den Segen Gottes nicht zu verwalten, sondern zuzusprechen hat.

Was wird von diesem Schreiben der Glaubenskongregation bleiben?

Harant: Vor allem ein großer Schaden, weil Menschen, die es betrifft, missachtet wurden. Die Nichtdiskriminierungsbeurteilungen sind zynisch und verletzend. In der Regenbogenpastoral werden wir uns weiterhin am Schreiben des Papstes „Amoris laetitia“ orientieren, in dem er sagt, „dass nicht alle doktrinen, moralischen oder pastoralen Diskussionen durch ein lehramtliches Eingreifen entschieden werden müssen“.

Ungleiche Stimmen zu gleichgeschlechtlichen Beziehungen

Glaubenskongregation heizt Diskussion an

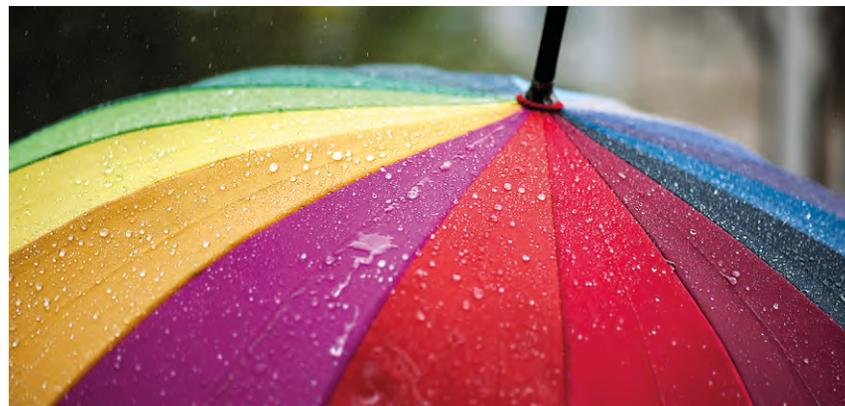
Auf die Verlautbarung der Glaubenskongregation, dass gleichgeschlechtliche Verbindungen keinen Segen der Kirche haben, folgte vielstimmiges Echo.

Erzbischof Franz Lackner zeigte sich überrascht, dass die Glaubenskongregation die Unmöglichkeit des kirchlichen Segens für gleichgeschlechtliche Paare betonte. Das Thema würde auch in der Theologischen Kommission der Österreichischen Bischofskonferenz intensiv und kontrovers beraten. „Dass hier durch die Kirche gar keine rituelle Begleitung möglich ist, fällt schwer zu glauben.“ Kirche müsse den Menschen von heute so weit wie möglich entgegengehen. Neben Lackner äußerten sich auch die Bischöfe Hermann Glettler, Benno Elbs, Manfred Scheuer und Wilhelm Krautwaschl distanziert zum vatikanischen Schreiben.

Laienorganisationen verwundert. Der Präsident der Katholischen Aktion, Josef Wimmer, sieht „nicht das letzte Wort“ im Nein des Vatikan: „Rom argumentiert in der Frage immer damit, den Wert des Sakramentes der Ehe zwischen Mann und Frau schützen zu wollen. Das wird aber nicht gelingen, indem man andere Beziehungsformen abwertet und homosexuellen Menschen in einer diskriminierenden Sprache und mit diskriminierenden Regelungen entgegentritt.“ Die Vorsitzende der Katholischen Frauenbewegung, Angelika Ritter-Grepl, sieht das Problem in der veralteten Sexualethik, die sich nicht an der von Gott gegebenen Vielfalt des Menschseins orientiere. Ernest Theußl, Vorsitzender der Männerbewegung, verteidigt die Vielfalt der Meinungen: „Dass es zu homosexuellen Verbindungen unterschiedliche Haltungen geben kann und gibt, ist zu akzeptieren und kann nicht mit der Lehramtskeule vom Tisch gefegt werden.“

Zustimmende Aufnahme. Mit Zustimmung und Dankbarkeit nahmen einige Bischöfe und Theologen in Deutschland und Österreich die Veröffentlichung der Glaubenskongregation auf. Der Passauer Bischof Stefan Oster wertet die Klarstellung als Chance auf „größere Einmütigkeit“ und gegen Polarisierung. Außerdem nimmt er den Auftrag wahr, auf Menschen zuzugehen, die sich durch eine Hervorhebung des Ehesakraments zurückgesetzt fühlen. Ähnlich betrachtet es der Regensburger Bischof Rudolf Voderholzer, wie auch die St. Pöltner Theologen Helmut Prader und Josef Spindelböck. In einer Stellungnahme begrüßen sie die vatikanische Äußerung und erinnern an das natürliche und geoffenbarte Sittengesetz.

Theologische Gegenargumente. Seit der Veröffentlichung des Vatikanschreibens am 15. März vergeht kein Tag ohne theologische Abhandlungen zum Thema. Einen der zahlreichen Diskussionsbeiträge gab der Wiener Sozialethiker Alexander Filipovic ab, der die vatikanische Argumentation mit der „objektiven göttlichen Ordnung“ als überholt einstuft. Die seriöse Behandlung des Themas dürfe humanwissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Homosexualität nicht ausblenden. Die Bibelwissenschaftlerin Irmtraud Fischer stellt klar, dass es in der Bibel keinen geschlossenen Befund zu gleichgeschlechtlichen Beziehungen gäbe. „Immer, wenn es um das Geschlecht geht, wird man fundamentalistisch“, wirft sie der Glaubenskongregation vor. Über 200 Theolog/innen haben bis Anfang der Woche die Protestnote einer Arbeitsgruppe aus Münster unterzeichnet, die wissenschaftliche Redlichkeit einfordert. Das Lehramt untergrabe seine eigene Autorität, wenn es wissenschaftliche Erkenntnisse ignoriere, „wie es in diesem Dokument der Fall ist“. SLOUK



Welche Rolle spielt Homosexualität im göttlichen Plan? An dieser Frage scheiden sich die Geister.

ALEX-POPOV/SHUTTERSTOCK



Die Junge Kirche Vorarlberg setzte ein Zeichen und hängte die Regenbogen-Flagge aus einem Fenster im Diözesanhaus in Feldkirch. KKV/LORENZI

Reaktionen aus Vorarlberg zur Nicht-Segnung von homosexuellen Paaren

„Wir respektieren alle Partnerschaften“

Die Junge Kirche Vorarlberg sprach ihr Unverständnis über den Beschluss der Glaubenskongregation aus. Auch der Leiter des Diözesanen Arbeitskreises für Homosexuellenpastoral, Edgar Ferchl-Blum, meldete sich zu Wort.

„Wir sind fassungslos.“ So reagierte die Junge Kirche Vorarlberg vergangene Woche auf die Meldung, dass gleichgeschlechtliche Paare weiterhin nicht gesegnet werden sollen. In einer Presseaussendung der Leitung der Katholischen Jugend und Jungschar hieß es zudem: „Wir möchten uns auf eine Kirche stützen, die auf Werten wie Nächstenliebe, Wertschätzung und Respekt baut. Wir respektieren und wertschätzen alle von gegenseitiger Liebe getragenen, auf Dauer ausgerichteten und in Treue eingegangenen Partnerschaften, egal welchen Geschlechts, und halten diese für schützenswert.“ Die Segnung sei ein Grundvollzug der Kirche und dürfe niemandem verwehrt werden. „Als Teil einer vielfältigen und lebendigen Kirche fordern wir den offenen Dialog und einen realistischen Blick auf bereits gelebte pastorale Praxis.“

Den Unmut kann Pastoralamtsleiter Martin Fenkart nachvollziehen. Er meint, die Kirche soll sich weniger im Schlafzimmer der Menschen aufhalten, sondern mehr für Liebe und Treue stehen. Das Schreiben aus Rom verursache verständlicherweise bei vielen Menschen großes Kopfschütteln, so Fenkart: „Ich glaube der Weg der Kirche muss sein, Menschen zu unterstützen, zu ermutigen, zu begleiten und immer die Frage zu stellen:

„Wie kann das Leben gelingen?“ Fenkart erinnert auch an eine Äußerung von Papst Franziskus, der gesagt hatte: Ihm stehe es nicht zu, die Lebensweise eines Menschen zu verurteilen. Für den Pastoralamtsleiter ist das letzte Wort in dieser Sache noch nicht gesprochen - es brauche dringend weitere Gespräche unter den Bischöfen.

Nah an den Menschen bleiben. In Vorarlberg gibt es seit mehreren Jahren den Diözesanen Arbeitskreis für Homosexuellenpastoral (DAHOP) - dessen Leiter, Edgar Ferchl-Blum, kann die Entscheidung aus Rom ebenfalls nicht nachvollziehen. „Wir werden weiterhin eine Pastoral nah an den Lebenswirklichkeiten der Menschen umsetzen und für würdige Segensfeiern eintreten, auch wenn die Partnerschaften von Frauenpaaren und Männerpaaren nicht dem römischen Ideal heterosexueller, sakramental geschlossener Ehen entsprechen“, sagte Ferchl-Blum. Auch wenn Teile der katholischen Kirche eine konservative Anschauung hätten, gebe es viele Katholik/innen mit einer anderen Denkweise: „Sie wollen, dass alle Menschen glücklich werden und das Eigene leben können - das schließt die Sexualität wesentlich mit ein.“

In manchen Pfarren und an anderen kirchlichen Orten wurden Zeichen gesetzt und Regenbogenfahnen gehisst. Das hat einigen sehr missfallen: Mit Stand Dienstagmittag wurde aus zwei Pfarren gemeldet, dass Unbekannte die Fahnen verbrannt bzw. gestohlen haben. << RED. / EW

IN ALLER KÜRZE

■ **Aufruf.** Erneut ging ein Appell der Kommission der Bischofskonferenzen der Europäischen Union (COMECE) an die Politik, die Armen und Schwachen in Europa gegen die Auswirkungen der Corona-Pandemie zu schützen. Bei ihrer Online-Frühjahrsvollversammlung in Brüssel standen bei den Europäischen Bischöfen – darunter der österreichische „Europa-Bischof“ Ägidius Zsifkovics – auch die Themen Migrations- und Asylpolitik und die Religionsfreiheit innerhalb der EU im Blick.

■ **Jahr der Familie.** Offiziell eröffnete Papst Franziskus am Freitag vergangener Woche das „Amoris-laetitia-Familienjahr“. Mit einer Videobotschaft hob er die Bedeutung seines vor fünf Jahren veröffentlichten Schreibens zu Ehe und Familie hervor. Es vermittele, dass angesichts tiefgreifender Veränderungen „ein neuer Blick“ der katholischen Kirche auf die Familie notwendig sei. Laut Vatikan sind im „Amoris-laetitia-Jahr“ eine ganze Reihe von Veranstaltungen und Projekten vorgesehen. Sie sollen neue Impulse zur Umsetzung des Apostolischen Schreibens geben. Die Aktion endet beim Weltfamilientreffen mit dem Papst im Juni 2022 in Rom.

■ **Sterbehilfe.** Spaniens Parlament hat mit großer Mehrheit von 202 zu 142 Stimmen aktive Sterbehilfe legalisiert. Damit wird Spanien nach den Niederlanden, Belgien, Luxemburg und Kanada das weltweit fünfte Land, in dem Tötung auf Verlangen künftig straffrei ist. Das neue Gesetz dürfte in rund drei Monaten zur Anwendung kommen. Spaniens Bischofskonferenz verurteilte die Legalisierung aktiver Sterbehilfe als einen „moralischen Bruch und Verfall“. Sie rief die Abgeordneten wiederholt auf, „das Leben zu verteidigen“ und sich für palliative Behandlungsmethoden zu engagieren.



Die Osterpinze ist eine Bereicherung für das Frühstück in der Osterzeit. LANGHOFER

Osterpinze

ZUTATEN für 4 Stück

- 2 kg Weizenmehl
- 30 dag Butter
- 20 dag Zucker
- 12 dag Germ
- 4 Eier
- 2 dag Salz
- 750 ml Milch
- unbehandelte Zitronenschale
- Vanillezucker (nach Geschmack)
- 30 dag Rosinen
- Ei und etwas Obers zum Bestreichen

ZUBEREITUNG

Zuerst ein Dampf (Vorteig) aus Germ, Zucker, lauwarmer Milch (ca. 100 ml) und 1–2 EL Mehl anrühren. Alle trockenen Zutaten (Mehl, Salz, Vanillezucker und Rosinen) in die Teigschüssel geben und vermischen, dann geriebene Zitronenschale und Eier dazugeben. Das aufgegangene Dampf in die Teigschüssel geben. Die restliche Milch mit Butter lauwarm erwärmen und anschließend zum Teig geben. Teig so lange (evtl. in der Küchenmaschine) kneten, bis er Blasen wirft. Danach zugedeckt rasten lassen, bis der Teig das doppelte Volumen erreicht hat (ca. 30–40 Minuten). Alternativ kann man den Teig auch zugedeckt bei 40 Grad Ober-/Unterhitze für 25 Minuten ins Backrohr geben. Nach dem Rasten den Teig mit der Hand gut durchkneten, um Luftblasen zu vermeiden. Vier gleich große Teigstücke formen und jeweils in eine runde Backform geben. Mit einer Schere kreuzweise jedes Teigstück oben einschneiden und mit einer Mischung aus Ei und etwas Obers bestreichen. Im vorgeheizten Rohr bei 210 °C (Heißluft 180 °C) ca. 35 Minuten backen. Das Gebäck ist fertig, wenn es beim Klopfen hohl klingt.

Alle Jahre wieder kommt die Pollensaison und damit eine mühsame Zeit für Allergiker/innen. Die Allergien verändern sich und werden stärker, doch die Betroffenen sind keineswegs hilflos.

LISA-MARIA LANGHOFER



Pollen halten sich

Allergien werden nicht nur mehr, sondern auch schlimmer, sagt Erika Jensen-Jarolim, Präsidentin der Österreichischen Gesellschaft für Allergologie und Immunologie (ÖGAI). Zum einen wird die Pollensaison durch die Klimaveränderungen und die damit einhergehenden wärmeren Temperaturen länger, zum anderen beeinflussen Umwelt- und besonders Luftverschmutzung das Ausmaß der Allergien. „Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen, dass Ozon die Symptome vor allem bei Gräser- und Birkenpollenallergikern verschlimmert“, sagt Markus Berger vom Österreichischen Pollenwarndienst.

Neue Allergie-Auslöser. Komplexer werden die Allergien auch wegen sogenannter Kreuzreaktionen, sagt Jensen-Jarolim: „Das bedeutet, jemand reagiert nicht nur auf ein bestimmtes Allergen, sondern auch bei strukturell ähnlichen Allergenen in anderen Pflanzen oder Nahrungsmitteln.“ Grund dafür seien exotische Pflanzen wie Oliven- und Feigenbäume oder die japanische Zeder, die vermehrt in österreichischen Gärten stehen. Mit modernen Tests könne man heute präzise Diagnosen vornehmen und auch seltene Pollen identifizieren. Dies werde dann für eine individuelle (Immun-)Therapie genutzt

oder für Empfehlungen, wie sich die Allergene möglichst vermeiden lassen.

Wann fliegt was. Insgesamt seien Prognosen über den Verlauf der heurigen Pollensaison schwierig, es soll aber ein eher unterdurchschnittliches Jahr werden. Hasel und Erle sind heuer eher spät gestartet und haben ihren Höhepunkt bereits überschritten, dafür blühen jetzt Pappel, Ulme, Weide, Ahorn und Eibe. Auch die Esche stehe schon in den Startlöchern, sagt Uwe Berger, Leiter des Österreichischen Pollenwarndienstes: „Die Esche entwickelt sich zu einem der wichtigsten Allergene in Österreich. Das Problem ist, dass sie gleichzeitig bzw. leicht zeitversetzt zur Birke blüht.“ Nach den starken Jahren 2019 und 2020 soll es für Letztere zumindest ein weniger intensives Jahr werden.

Tipps für den Alltag. Die Pollen zu vermeiden, ist zwar schwierig, aber nicht unmöglich. Pollenschutzgitter verhindern das Eindringen eines Großteils der Pollen ins Haus, so können Betroffene auch mal bei geöffnetem Fenster schlafen. Fürs Auto gibt es Pollenfilter, die teilweise bereits serienmäßig eingebaut sind. Am Arbeitsplatz oder auch für Zuhause könnte sich die Anschaffung ei-



zurück

nes Luftreiniger lohnt, da er auch Haare, Staub und Bakterien aus der Luft entfernt. Ein Aufenthalt im Freien sollte gut überlegt und geplant sein, an Küsten oder in den Bergen ist die Konzentration im Allgemeinen niedriger. Sofern die Gräser nicht gerade blühen oder die Bäume selbst, bietet auch der Laubwald Schutz. Wasser ist ebenfalls ein gutes Hilfsmittel: Viel trinken hält die Schleimhäute feucht und macht sie weniger reizbar, ein kalter, nasser Waschlappen lindert brennende Augen und Spannungskopfschmerzen. Eine Nasendusche mit isotonischer Koch-/Meersalzlösung befreit die Nase.

Corona und Allergien. Covid-19 hat insofern Einfluss auf die Pollenallergiker/innen, als das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes oder einer FFP2-Maske hilft, Symptome bei Nase und Lunge zu verringern. „Dafür sind die Augen stärker betroffen“, sagt Markus Berger, der diese Zusammenhänge in einem neuen Forschungsprojekt genauer untersucht. Ein erhöhtes Risiko, sich mit Corona anzustecken, haben Pollenallergiker/innen übrigens nicht, auch der Verlauf ist nicht schwerer. «

► Mehr Infos und Tipps unter: www.pollenwarn-dienst.at oder www.allergenvermeidung.org

Laut Experten soll die Pollensaison heuer weniger intensiv werden.

JÜRGEN KOTTMANN
STOCKADobe.COM

Küchenwürze frisch vom Balkon

Kräutervielfalt auf Balkonien

Im Frühling aktivieren viele ihren grünen Daumen und schaffen sich ein Gewürzack auf Balkon, Terrasse oder Fensterbrett.

So ein Topfkräutergarten hat einige Vorteile: Er ist mobil, braucht wenig Platz und man kann jederzeit sein Lieblingskraut frisch zupfen. Geeignete Balkonkräuter sind etwa Rosmarin, Thymian, Oregano und Basilikum, aber auch heimische Pflanzen wie Schnittlauch, Petersilie, Kresse, Kerbel und Zitronmelisse bieten sich an.

Gut für Verdauung und Immunkraft. Kräuter geben Speisen nicht nur den besonderen Pfiff, sie sind auch gesund. Viele enthalten ätherische Öle, Bitter- und Gerbstoffe, Scharf- und Farbstoffe, Mineralstoffe und Vitamine. Ätherische Öle wirken gegen Bakterien, Pilze und Viren, Farbstoffe wie Polyphenole (Antioxidantien) schützen unsere Zellen. Bitter-, Gerb- und Scharfstoffe wirken verdauungsfördernd, desinfizierend und entzündungshemmend.

Jedem Kraut sein Wohlfühlplätzerl. Verbriefte Sonnenanbeter sind Oregano, Thymian, Rosmarin, Majoran, Salbei und Lavendel. Auch Wildkräuter wie Gundermann, Vogelmilch und Sauerampfer mögen es sonnig. Schaut der Balkon nach Osten oder Westen ist er ideal für Petersilie, Kerbel, Kresse, Minze und Schnittlauch. Bärlauch und

Giersch geben sich mit Halbschatten zufrieden.

Trocknen: Es eignen sich Kräuter mit hartem Stiel wie Rosmarin oder Thymian. Ein Bündel mit dem Stiel nach oben in einen trockenen Raum hängen.
Einfrieren: Weiche Kräuter wie Petersilie, Koriander, Schnittlauch waschen, trocknen, hacken und einfrieren. Gut geeignet dazu sind Eiswürfelbehälter, weil man die Kräuter gleich portionieren kann.

Nach Gusto und Laune. Gewürze machen experimentierfreudig. Hier ein paar Verwendungstipps:

- Basilikum: Pesto, Pizza, Pasta sind ohne das würzig, pfeffrige Aroma undenkbar. Ideal auch für Fisch, Geflügel, Fleisch, Kräuterbutter, Joghurt, Topfen, Gemüse.
- Rosmarin: Frisch hat das Kraut ein leicht rauchiges Aroma, getrocknet schmeckt es harziger. Passt optimal zu Ofenkartoffeln, Hühnchen, zarter Lammkeule oder Wildgerichten, zu Fisch, Tomaten, Käse, Pilzen.
- Thymian und Rosmarin mit Suppen und Eintöpfen von Beginn an mitköcheln, damit sie ihr typisches Aroma freisetzen.
- Salbei hat einen starken Eigengeschmack und passt gut zu schweren Gerichten mit Fleisch, Käse und Obers, Füllungen, Kartoffeln und Risotto.

In diesem Sinn eine genussvolle Zeit und viel Freude mit Ihrem grünen Reich! «

BEGLEITEN

BELEBEN

BESTÄRKEN

ELISABETH RABEDER

LEITERIN CURHAUS
MARIENSCHWESTERN,
BAD MÜHLACKEN

www.tem-zentrum.at



Interview zur Corona-Pandemie, zu Viktor Frankl und Sinn am Ende des Lebens

Für die Lieben gelebt

Der aus Götzis stammende Existenzanalytiker Alfried Längle feiert am 27. März seinen 70. Geburtstag. Alfried Längle gibt im

Interview Handlungsmöglichkeiten angesichts der Corona-Pandemie, spricht über seinen Lehrer und Freund Viktor Frankl,

zeigt den Ort des Glaubens und erklärt die Vertrauenskrise der Jugend gegenüber der katholischen Kirche. WOLFGANG ÖLZ

Was hilft den Menschen in der Coronakrise?

Alfried Längle: Hilfe bedeutet immer zunächst zu klären, was denn benötigt wird. Die einen Menschen brauchen wirtschaftliche Hilfe, andere medizinische, wieder andere psychische Hilfe. Häufig sind Menschen in dieser Pandemie-Zeit dahingehend belastet, dass sie zu wenig physischen Kontakt haben, vereinsamen, Angst und Verunsicherung erleben und nun auch zunehmend belastende, depressive Gefühle bekommen. Jede Möglichkeit mit anderen Menschen zu sprechen, über Telefon, über die elektronischen Medien und die spärlichen Begegnungen, die möglich sind, sollten genutzt werden. Bei Verein-samung hilft v. a., dass wir besser mit uns selber ins Gespräch kommen. Diese Zeit drängt uns, einen inneren Dialog zu entwickeln, auf seine Gefühle und Gedanken zu hören. Man kann versuchen, so mit sich zu sprechen, wie wenn man mit jemand anderem reden würde.

Wenn Angst und Unsicherheit herrschen, brauchen die Menschen in erster Linie Halt und Schutz. So führt uns die Pandemie vermehrt vor die Frage: Was gibt mir eigentlich Halt im Leben? Das sind natürlich vor allem Beziehungen, aber auch das Erleben von Regelmäßigkeiten, verlässliche Ordnung und Strukturen. Viel Schutz erhalten wir im zwischenmenschlichen Bereich durch Treue und natürlich auch im Glauben.

Was meinen Sie mit dem Begriff Sinn-Lockdown? Ist es so, dass die Leute im Lockdown den Sinn ihres Lebens nicht mehr im Blick haben?

Längle: Ja, für viele Menschen ist diese Situation ungewohnt, verbunden mit Veränderungen und Verlusten. Wenn eine Situation

keinen Wert hat, dann kann man zunächst auch keinen Sinn erkennen, weil Wert und Sinn miteinander verknüpft sind. Sinn-Finden ist immer bezogen auf Wert-Erleben. Es ist bei Verlusten und Leid viel schwieriger, einen Sinn aus der Situation „herauszuschlagen“, wie Viktor Frankl gerne sagte. Dann ist um den Sinn zu ringen, er kann Anstrengung bedeuten, wie ich durch diesen Lockdown gut mit mir umgehe, wenn da weniger Unterhaltung mit anderen möglich ist. Ein Sinn könnte auch sein, dass ich mich umschaue und mich innerlich frage, wofür könnte die-

„Was war das Gute, das in meinem Leben geschehen ist, das durch mich in die Welt gekommen ist? Was war das Gute, das ich aus der Welt aufnehmen durfte?“

ALFRIED LÄNGLE ZUR LEBENSILANZ

se schwierige Zeit gut sein? Könnte ich da etwas Neues versuchen? Wie wertvoll erlebe ich mein Leben überhaupt? Damit komme ich in tiefere Strukturen, weil ich auf den persönlich empfundenen Wert meines Lebens, des Michselbst-Seins stoße. Sinn beruht allgemein auf vier Themen: 1. auf meinem Können, 2. wie ich zum Leben stehe, 3. wie ich persönlich zu mir selbst stehe und 4. wo ich hingehöre und benötigt bin. Da kann ich Wertvolles erleben

oder tun, z.B. spazieren, Sport treiben, Musik hören oder machen, kochen, arbeiten, beten, lesen usw.

Ihre Lehrtätigkeit führt Sie regelmäßig nach Osteuropa, Südamerika und die USA. Inwiefern ist die Verarbeitung der Pandemie in Österreich ähnlich oder unterschiedlich zu der in anderen Kulturen?

Längle: Es gibt Ähnlichkeiten und Unterschiede. Die Gefahr ist dieselbe. Das Virus kann überall anstecken und kann in manchen Fällen schwere Krankheiten auslösen oder gar zum Tod führen. Der Umgang mit dieser Situation ist durchaus verschieden. In Europa ist man darauf bedacht, Cluster ausfindig zu machen, um Sicherheit aufzubauen. Hier sind die Staaten sehr aktiv und versuchen den Bürgern Schutz zu ermöglichen, so viel es geht und gegebenenfalls auch Lockdowns zu verhängen. Das ist in Osteuropa, vor allem in Russland, nicht ganz so. Dort reagiert der Staat zwar auch, aber das Vertrauen der Bevölkerung in die Obrigkeit ist sehr viel geringer. Die Impfbereitschaft ist in Russland derzeit etwa bei 40 %. Die Bevölkerung vertraut dem eigenen Impfstoff nicht. Sie sind skeptisch, weil er viel zu schnell propagiert und zugelassen wurde. Die Lockdown-Regeln wurden zwar stark überwacht und eingehalten, das Versprechen einer häuslichen Betreuung von Infizierten wurde aber oft nicht gehalten. In Polen funktioniert es dagegen ähnlich gut wie bei uns. In Südamerika ist die Situation noch einmal anders. Da gibt es Länder wie Mexiko, wo staatliche Maßnahmen so gut wie nicht helfen, weil etwa ein Drittel der Bevölkerung Tagelöhner sind und es keine staatliche Unterstützung gibt. Wer heute nicht arbeiten geht, hat am Ende des Ta-



Prof. Dr. Alfred Längle, geb. 27. März 1951 in Götzis, ist u.a. Psychotherapeut, Arzt für Allgemeinmedizin und lehrt weltweit an zahlreichen Universitäten. 2006 wurde er mit dem Vorarlberger Wissenschaftspreis ausgezeichnet. Heute ist Längle Ehrenpräsident der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse in Wien. Er gilt als Begründer der modernen Existenzanalyse in Österreich.

REGINA LÄNGLE

ges nichts zu essen. Der Überlebenswille lässt die Maßnahmen praktisch unwirksam sein. Auch in Chile können sich 20 % der Menschen nicht an diese Regeln halten.

Hat sich die Zahl derer, die sich krisenhaft existenzielle Fragen stellen und bereit sind, eine Therapie in Anspruch zu nehmen, nun durch die Pandemie stark vermehrt?

Längle: Wir haben noch nicht viele Daten über die Auswirkungen der Coronakrise auf die Inanspruchnahme von Psychotherapie, aber wir können schon eindeutig feststellen, dass es sehr viel mehr heranwachsende Menschen sind, die betroffen sind. Es waren 2020 ein Drittel mehr junge Leute, die psychische Begleitung und Therapie in Anspruch genommen haben. Auch bei Erwachsenen hat es zugenommen. Wobei ich dazusagen muss, die Zunahme an klinisch bedeutsamen Ängsten ist nicht so groß gewesen, wie befürchtet. Es hat die Ängstlichkeit zugenommen, aber nicht die Angststörungen. Wir erwarten eine Krankheitszunahme in der Größenordnung bei Erwachsenen bei 5 % bei Ängsten und etwa 10 % bei Depressionen. Das sind aber prognostische Daten, die noch verifiziert werden müssen.

Frankl hat mit seinem berühmten Essay „Der unbewusste Gott“ 1948 eine erstaunliche Weitsichtigkeit bewiesen. Sinngemäß hat er dort vorausgesehen, dass die Religion viel personaler, die Anbetung Gottes viel persönlicher werden wird. Wie aktuell ist die Sichtweise Frankls von damals heute noch?

Längle: Ich würde sagen, dass Frankl hier eine sehr humane Sicht hatte und die gesellschaftlichen Trends gut eingeschätzt hat, nämlich

die weitere Abwanderung der Menschen aus den Glaubensgemeinschaften und den Trend zur größeren individuellen Gestaltung des Religiösen und der Glaubensbezüge. Das ist eingetreten. Die katholische Kirche ist wirklich in einer ziemlichen Krise, gerade bei den jungen Menschen, die das Vertrauen vielfach verloren haben und sich nun viel mehr auf ihren persönlichen Glauben fokussieren. Verbunden damit ist ein gewisser Verlust an religiösem Wissen. Das wird nach dieser Winterzeit, wie das einmal Karl Rahner bezeichnet hatte, wieder kommen, aber im Moment ist dieser Frühling noch nicht da.

Wenn am Ende des Lebens Bilanz gezogen wird.

Wann würden Sie sagen war das Dasein umsonst, wann sinnvoll?

Längle: Das ist eine ganz schwierige Frage, die nur persönlich beantwortet werden kann. Jeder Mensch kann jetzt schon Bilanz ziehen und sich fragen - Habe ich das Gefühl, mein Leben war sinnvoll oder mit anderen Worten: War es für etwas gut? Was war das Gute, das in meinem Leben geschehen ist, das durch mich in die Welt gekommen ist? Was war das Gute, das ich aus der Welt aufgenommen habe? Diese Frage stellt sich beim nahenden Tod. Sie kann dann auch sehr beunruhigend sein, sodass man sie bewusst gar nicht zulässt. Dann wird man eher ängstlich, nervös, depressiv und kann unter Umständen nicht mehr schlafen. Es ist aber eine Frage, die den Menschen charakterisiert. Etwa 80 % befragter Personen geben an, am Ende des Lebens, in den letzten Wochen bevor sie sterben, dass die Lieben, die sie gelebt haben, das Sinnvolle waren, in Partnerschaft, in Freundschaft, in der Familie und auch zu Gott.

Die Band „Pizzera & Jaus“ öffnet in ihrem Lied „Eins ins Leben“ eine erwachsen-spießige Stimme nach, die sagt: „Sie müssen ihrem Leben einen Sinn geben!“ Die Antwort geben die jungen Sänger postwendend: „An Sch... muass I.“ Ist Sinn nichts für die Jungen, sondern nur etwas für die Generation 70 plus?

Längle: (lacht) Sehr gut. Dem Leben einen Sinn geben, das ist wirklich ein „Sch...“! Das kann man nicht. Ich will selber sehen, was jetzt dran ist, was es braucht, was es jetzt Wertvolles und Tolles gibt, das ich tun kann - das ist der Sinn. Der Sinn ist dem Leben in jeder Stunde zu entnehmen, aber nicht dem Leben aufzudrücken. Mein Leben will ja etwas von mir, will mich persönlich und täglich „dabei haben“ bei dem, was läuft.

Jeden Morgen wache ich auf und da gilt es einen Tag zu planen und zu schauen, wer was heute benötigt und wo es Wertvolles und Schönes zu erleben gibt. Das hängt von der Situation ab, in der ich bin. Ist es ein Wert oder nicht, dass ich zum Beispiel die Schule besuche, ist es gut, dass ich dort meine Freunde treffe usw. Es geht darum, auf dem unmittelbaren Erleben aufzubauen. Das ist nicht Sinn „geben“, sondern das ist Sinn „finden“.

Die Jugendlichen spüren ganz genau dieses Doktrinäre von der Kanzel herab, mit dem man sie nur verscheucht und das zu Recht! Die Zeiten sind vorbei: Wir leben nicht mehr in autoritären Strukturen. Wir leben im Dialogischen, im Austausch, auf Augenhöhe. Die Jugend will selber entdecken und finden, was ihr Leben ist, was für sie „dran ist“ und Anleitung bekommen, wie sie es besser machen kann, nicht einfach glauben und folgen. «

► **Das Interview in voller Länge finden Sie unter www.kirchenblatt.at**

IN ALLER KÜRZE

■ **Bischöflicher Brief.** Anlässlich des Pessachfestes, das am Sa 27. März beginnt, schreiben die Diözesanbischöfe von Feldkirch und Innsbruck, Bischof Benno Elbs und Bischof Hermann Glettler, der Israelitischen Kultusgemeinde Tirol und Vorarlberg einen gemeinsamen Brief. In diesem drücken sie ihre Solidarität und ihre tiefe Verbundenheit aus und beglückwünschen die Gemeinde zum Pessachfest.

■ **Suppe to-go.** Kürzlich startete das Suppentag-Team von Röthis die Aktion „Suppe to-go“. 112 Suppen und 60 Suppeneinlagen wurden bestellt und von Köchin Gertrud Gasparini in bewährter Weise zubereitet. Insgesamt konnten 1000 Euro für den Verein „Kinder in Uganda“ gesammelt werden.

GÖNN' DIR EIN BUCH ...

Wer sich einmal intensiver mit der Offenbarung des Johannes beschäftigen möchte, dem bietet dieses Buch einen anschaulichen Einblick. Robert Mucha möchte zeigen, dass die Offenbarung des Johannes auch heute noch aktuell ist und dass sich darin Antworten auf existentielle Fragen finden. Nach einer Einführung werden die (historischen) Hintergründe des biblischen Buches erklärt. Das Buch enthält den gesamten Text der aktuellen Einheitsübersetzung und an die einzelnen Abschnitte schließt je eine gut verständliche zeitgeschichtliche Interpretation an.

Dabei werden unter anderem verschiedene Symbole wie die Zahl 66, das Lamm, die sieben Siegel und vieles mehr entschlüsselt. Zahlreiche Infografiken und einiges an Bildmaterial erleichtern neben der leichten Sprache das Lesen. Der Autor studierte Theologie in Paderborn, Jerusalem und München und ist heute an der Münchner Volkshochschule für die Planung des Religion- und Philosophieprogramms zuständig.

IRMI HEIL

Robert Mucha.
Rätselhafte
Offenbarung,
Kath. Bibelwerk
2020,
252 Seiten, € 23,60.



Diesen Buchtipps widmet Ihnen:



Buchhandlung
„Arche“
Rathausstraße 25
6900 Bregenz
T 05574 48892
E-Mail: arche.bregenz@aon.at

Zwangsehe: Die verkaufte Kindheit!

Schutz und Schule statt Kinderheirat

Wie verzweifelt muss die 12-jährige Sundari aus Karnataka gewesen sein, als sie am Tag, bevor sie verheiratet werden sollte, weinend ins Don-Bosco-Zentrum flüchtete.

Sundari wollte nicht heiraten, sie wollte nicht bei einer fremden Familie leben und dort ein Leben lang wie eine Sklavin im Haushalt arbeiten, die beim geringsten Fehler Schläge bekommt. Zwei Don-Bosco-Mitarbeiter machten sich gleich auf den Weg, um mit den Eltern zu sprechen. „Mein Mädchen, mein Problem“, war die abwehrende Antwort des Vaters. Erst als davon die Rede war, dass Kinderhe-

gesetzlich verboten ist und hohe Bußgelder drohen, konnte die Heirat verhindert werden. Doch Sundari wurde von ihrer Familie verstoßen. Sie lebt jetzt mit anderen Mädchen, die vor einem ähnlichen Schicksal bewahrt wurden, im Don-Bosco-Zentrum von Deodurga und besucht die Schule.

Armut verursacht Kinderheirat und Kinderarbeit!

Die Ursachen für Zwangsehen sind sehr unterschiedlich: Traditionen spielen eine ebenso wesentliche Rolle wie Fragen der Familienehre. Aber seit dem Ausbruch der Pandemie ist immer öfter die rasant um sich greifende Armut der Grund, warum

junge Mädchen meistens ältere Männer heiraten müssen. Je jünger die Braut, umso höher ist der Brautpreis. Pater Joy Nedumparambil arbeitet seit vielen Jahren in bewährter Weise eng mit Jugend Eine Welt zusammen. In Bangalore, Indien, koordiniert er Hilfsprogramme für gefährdete junge Menschen. Kinder und Jugendliche von Zwangsehe und missbräuchlicher Kinderarbeit zu befreien, ist das gemeinsame Ziel!

Anteilnahme und Unterstützung machen unsere Welt besser. Bitte helfen Sie Jugend Eine Welt beim Helfen, ein Zahlschein liegt bei. Vielen Dank!



Spendenkonto Jugend Eine Welt

Kennwort: Gegen Kinderheirat
IBAN: AT66 3600 0000 0002 4000
Projektupdates und Onlinespenden:
www.jugendeinewelt.at





Der Tempel in Jerusalem zur Zeit Jesu. Herodes war ein Herrscher wie Ludwig XIV., der im damaligen Israel eine gigantische Bautätigkeit entwickelte und Städte, Paläste, Zirkusse usw. und den Tempel in Jerusalem auf Kosten der Bevölkerung bauen ließ (Rekonstruktion). FOTLBILL / WIKIMEDIA COMMONS

Meditation zur Karwoche in Buchform

Der Tempel zur Zeit der Auferstehung Jesu

Willibald Feinig hat eine wunderbare Erzählung zu Leiden, Sterben und Auferstehen Jesu vorgelegt. Aus der Perspektive einer Frau, die das Geschehen in Jerusalem um den Tempel des Herodes als Kind miterlebt hat, schafft er das Kunststück, Glaubensgewissheit jenseits aller liturgischen Routine wieder neu erfahrbar zu machen.

WOLFGANG ÖLZ

Die Erzählung „Der Vorübergang“ ist während des ersten Lockdowns an Ostern 2020 entstanden. Nun ist diese Meditation über das Ostergeschehen - Willibald Feinig ist es wichtig zu betonen, dass er als Autor zurücktreten



Willibald Feinig (Jahrgang 1951) hat als freier Schriftsteller eine Ostererzählung geschrieben, die ins spirituelle Herz des Glaubens führt. ÖLZ

sollen - zu Ostern 2021 verfügbar und schenkt den Leser/innen einen neuen Blick auf das Pascha-Mysterium. Es war die hohe Zeit des Herodes-Tempel, der in den Jahren 30 bis 33. n. Chr., als Jesus hingerichtet wurde, noch gar

nicht fertig gebaut war und dann 70. n. Chr. von den Römern vollständig zerstört wurde. Feinig beweist eine genaue topografische Kenntnis des damaligen Jerusalems, das er sich vor allem aus bibeltheologischen Lexika erarbeitet hat. Die Erlebnisse eines jüdischen Mädchens und der Bericht Maria Magdalenas vom Grab, das zum Allerheiligsten wird, wo Gott gegenwärtig wird wie die Bundeslade im Tempel, führen ins Herz des Glaubens.

„Maryam!“ statt „Maria!“. Willibald Feinig, der selbst Hebräisch lesen kann, verwendet in seinem Text viele jüdische Ausdrücke. Er verweist auf die Tatsache, dass die griechisch verfassten Evangelien normalerweise in der griechischen (d.h. gräzisierten) Form von „Maria“ sprechen, nur an ganz wenigen Stellen, wie etwa bei der Begegnung des Auferstandenen mit Maria von Magdala, verwendet der griechische Text das aramäische „Maryam“. Dies ist ein sprachlicher Beweis dafür, dass diese Auferstehungserzählung authentisch ist und zu den ältesten Teilen der christlichen Bibel gehört. Willibald Feinig sieht das frühe Christentum ganz in der Tradition des Judentums. Jesus setzt das Pascha-Mysterium fort. Dabei ist das Hohe Lied der Liebe aus dem Ersten Testament in seiner puren Erotik das Zentrum der jüdischen Osterfeier. Mit Fre-

re Roger und dem hl. Franziskus sieht Feinig die Liebe als das Geheimnis des Christentums durch das alles ist. Schöpfung, Dreifaltigkeit, Jesus, Erleuchtung kommen alle aus der Liebe. Jesus ist der, der durch seine Gegenwart und seine Geschichten das Beste im Gegenüber anspricht.

Willibald Feinig steht in der Tradition der orientalischen Geschichtenerzähler. Die Kraft des Erzählens liegt darin zu berichten, wie es damals wirklich war. So wie die Großmutter von Willibald Feinig auf dem Bauernhof seiner Kindheit in Kärnten immer wieder aus dem Evangelium erzählte. Das Buch beinhaltet noch drei weitere Geschichten aus der Feder von Feinig. «

► Buchpräsentation.

Mit Jürgen Thaler vom F.-M.-Felder-Archiv.

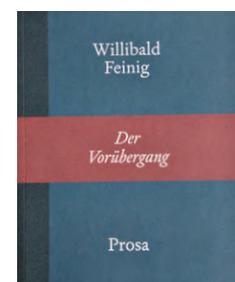
Mo 29. März, 18 Uhr, Theater Kosmos, Bregenz.

► Lesung.

Di 30. März, 18 Uhr, Theater am Saumarkt, Feldkirch.

► Ostermeditation.

Mi 31. März, 18 Uhr, Propstei St. Gerold.



Willibald Feinig: Der Vorübergang, Bibliothek der Provinz 2021. 108 Seiten, € 12.-.

PALMSONNTAG 28. MÄRZ

9.00 Evangelischer Gottesdienst aus der Pfarrkirche Mitterbach, Niederösterreich. **ServusTV**

9.15 Cultus (Religion). Palmsonntag. **ORF III**

9.30 Katholischer Gottesdienst aus dem Salzburger Dom. **ORF III**

9.30 Katholischer Gottesdienst aus der Frauenfriedenskirche in Frankfurt am Main. **ZDF**

12.10 Zeit und Ewigkeit. Gedanken zur Karwoche von Bertram Meier, Bischof von Augsburg. **BR**

12.30 Orientierung. Sterbehilfe in Belgien. – Krise in Myanmar. – Bischof Glettler im Gespräch. – Sakralkünstler Oskar Höfinger. **ORF 2**

21.40 Jesus Christ Superstar (Musical, USA 1972). Die brillant fotografierte Inszenierung ist ein interessantes Dokument der Jugendkultur zu Beginn der 70er Jahre. **ORF III**

MONTAG 29. MÄRZ

18.45 Das Tagebuch der Anne Frank (Dokumentation). Geschichte einer Familie. Wie wurde das Tagebuch der Anne Frank zu einem Welterfolg? **ZDFinfo**

DIENSTAG 30. MÄRZ

20.15 Erbe Österreich (Dokumentation). Wien und die Schwarze Madonna. In der Augustinerkirche, der Ruprechtskirche am Schwedenplatz und auf dem Kahlenberg stehen drei Marien-Figuren, die mit dunkler Hautfarbe dargestellt sind. **ORF III**

22.35 kreuz und quer (Dokumentation). Die große Entschleunigung. Eineinhalb Jahre lang reisten Bernd und Heidi Umbreit mit ihrem umgebauten Kastenwagen durch Europa und besuchten mehrmals zwei Eremitinnen und einen Eremiten mit der Kamera. **ORF 2**

23.20 kreuz und quer (Doku). Schwesternherz. Indien mit seinen rund 1,2 Milliarden Einwohnern kämpft mit Traditionen und kulturellen Ritualen. Mitten darin befindet sich die katholische Nonne Sr. Lucy Kurien. **ORF 2**

MITTWOCH 31. MÄRZ

20.15 Die Zehn Gebote (Monumentalfilm, USA, 1957). Das Leben des Propheten Moses, Israels Befreiung aus ägyptischer Knechtschaft, der Zug durchs Rote Meer und Gottes Gesetzgebung auf dem Berge



So 10.00 Palmsonntag in Rom mit Papst Franziskus. Am Palmsonntag feiern Christen den Einzug Jesu in Jerusalem. Papst Franziskus wird auch in diesem Jahr den heiligen Tag mit einem Gottesdienst im Petersdom feiern. **Fr 21.00 Karfreitag in Rom.** Papst Franziskus betet den Kreuzweg, voraussichtlich nicht beim Kolosseum, sondern auf dem Petersplatz. **BR** Foto:BR/Johannes Moths

Sinai als Stoff für den letzten Film des US-Regisseurs DeMille. **ORF III**

GRÜNDONNERSTAG 1. APRIL

9.00 Cultus (Religion). Gründonnerstag. **ORF III**

19.00 Katholischer Gottesdienst aus dem St. Pöltner Dom. **ORF III**

KARFREITAG 2. APRIL

9.00 Wir spielen für Österreich (Konzert). Die sieben letzten Worte unseres Erlösers am Kreuz. Ein einzigartiges Projekt aller acht Landesorchester in Österreich. **ORF III**

10.00 Evangelischer Karfreitagsgottesdienst aus der Friedenskirche in Vöcklabruck. **ORF 2**

10.20 Cultus (Religion). Karfreitag. **ORF III**

19.00 Karfreitagsgottesdienst aus dem St. Pöltner Dom. **ORF III**

20.00 Feierabend (Religion). Marcello Martini war 14 Jahre alt, als er als KZ-Häftling in einem Stollen in Hinterbrühl bei Wien Flugzeuge zusammenschrauben musste. Es waren die schlimmsten Monate seines Lebens. Umso erstaunlicher war einer seiner letzten Wünsche, als er 2019 nach einem erfüllten Leben starb: Ein Teil seiner Asche sollte ausgerechnet im Land der Täter beigesetzt werden. **ORF 2**

20.15 Die größte Geschichte aller Zeiten (Monumentalfilm, USA, 1963). Die Lebensgeschichte Jesu in einer Hollywood-Version: Anders als in herkömmlichen Kolossal-Filmen zum Thema treten hier die Schaulusteffekte zurück zugunsten einer eher bedächtigen Feierlichkeit. **ORF III**



Fr 10.25 Via Dolorosa – der letzte Weg Jesu. Der Benediktinerpater Nikodemus Schnabel lebte viele Jahre in Jerusalem. Für ihn ist die Via Dolorosa nach wie vor ein „durchbeteter Kraft-Ort des Glaubens“. Er führt zu den 14 Kreuzwegstationen, erklärt die Hintergründe und verrät, welche Orte etwas abseits der Pilgerpfade liegen. **3sat** Foto: ZDF/BR/Alex Goldgraber

22.05 Maria Magdalena (Bibel-film, GB, 2018). Der Film erzählt die Geschichte der Maria Magdalena, die aus einer tiefen Gotteserfahrung heraus eine Berufung erlebt und als Zeugin Jesu die Botschaft der Auferstehung verbreitet. **ORF eins**

KARSAMSTAG 3. APRIL

8.40 Das ganze Interview. Sandra Szabo im Gespräch mit Bischof Hermann Glettler. Er setzt sich immer wieder für Menschen mit Fluchterfahrung ein. **ORF III**

9.10 Wir spielen für Österreich. Topaktuell von den Tiroler Festspielen in Erl, eine der imposantesten kirchenmusikalischen Kompositionen aller Zeiten: Johann Sebastian Bachs „Matthäuspassion“. **ORF III**

20.15 Gottesdienst in der Osternacht aus dem St. Pöltner Dom. **ORF III**

22.00 Evangelischer Gottesdienst aus der Christuskirche in Landshut. **BR**

radiophon



Morgengedanken von Caritasdirektor Georg Schärmer, Innsbruck. So/Sa 6.10, Mo-Sa 5.40, Ö2. Foto: G. Berger

Zwischenruf. Geschichten zur Zeit. So 6.55, Ö1.

Lebenskunst. Lebens- und Glaubensweisen. So 7.05, Ö1.

Gedanken. Klaus Schwertner über die Menschlichkeit, einander zu helfen. So 9.05, Ö1.

Katholischer Gottesdienst aus der Pfarrkirche Förolach, Kärnten. So 10.00, Ö2.

Einfach zum Nachdenken. So-Fr 21.57, Ö3.

Gedanken für den Tag. Gedanken zur Karwoche vom Linzer Bischof Manfred Scheuer. Mo-Sa 6.56, Ö1.

Passagen. Im Zeit-Raum: Die geheimen Gefühle der Kinder – und wie sie im Erwachsenenalter nachwirken. Mo 16.05, Ö1.

Religion aktuell. Mo-Fr 18.55, Ö1.

Praxis – Religion und Gesellschaft. Mi 16.05, Ö1.

Alte Musik – neu interpretiert. Unbekannte Barockmusik zur Karwoche von A. Vivaldi, L. Leo und Bononcini. Mi 19.30, Ö1.

Salzburger Nachtstudio. Die vaterlose Gesellschaft. Auf den Spuren Alexander Mitscherlichs. Mi 21.00, Ö1.

Ausgewählt. Marianische Meditationen. Do 10.05, Ö1.

Stimmen hören. „O du, die Wonne verkündet in Zion.“ Marga Höffgen in ihrer Zeit. Do 14.05, Ö1.

Betrifft: Ostern. Aufatmen in Zeiten der Krise. „Ostern, trotz allem.“ Do 18.50, Ö1.

Katholische Gottesdienste aus Hall in Tirol. Do/Fr 19.00, Ö2.

Evangelischer Gottesdienst aus Vöcklabruck. Fr 10.05, Ö1.

Das Ö1 Konzert. J. S. Bach: Matthäus-Passion. Fr 19.30, Ö1.



Bestattung Günther Nuck
Dornbirn - Feldkirch - Wolfurt - Hard

In jedar Gmoand in der ihr üs bruchand!
Tel.: 0664/ 14 120 59

www.bestattung-nuck.com



TERMIN

► **mittWochsimpuls.** Ingrid Böhrer zum Thema: Ostererfahrungen mitten im Leben. Zugangsdaten: E.miretta.schneider@caritas.at
Mi 31. März, 18.30 Uhr, online.

TAGESLESUNGEN

Palmsonntag, 28. März

L I: Jes 50,4-7 | L II: 1 Phil 2,6-11
 Ev: Mk 11,1-10

Montag, 29. März

L: Jes 42,5a.1-7 | Ev: Joh 12,1-11

Dienstag, 30. März

L: Jes 49,1-6 | Ev: Joh 13,21-38

Mittwoch, 31. März

L: Jes 50,4-9a | Ev: Mt 26,14-25

Gründonnerstag, 1. April

L I: Ex 12,1-8.11-14 | L II: 1 Kor 11,23-26 | Ev: Joh 13,1-15

Karfreitag, 2. April

L I: Jes 52,13 - 53,12 | L II: Hebr 4,14-16; 5,7-9; | Ev: Joh 18,1 - 19,42

Karsamstag, 3. April

7 Lesungen aus dem AT | L 8: Röm 6,3-11 | Ev: Mk 16,1-7

Ostersonntag, 4. April

L I: Apg 10,34a.37-43 | L II: Kol 3,1-4
 Ev: Joh 20,1-18

KLEIN-PADUA

Die Wallfahrtskirche
 in Egg ZH
 in der Schweiz

Wallfahrtstag
 jeweils Dienstag
 Pilgermesse 15.00 Uhr
 Nebenan Pilgergasthof
 St. Antonius

www.antoniuskirche-egg.ch

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

TIPPS DER REDAKTION



PATRICIA BEGLE / KKV



PROPSTEI ST. GEROLD

► **Radiogottesdienste zur Osterzeit aus dem Dom.** Bischof Benno Elbs feiert die Liturgie.
Gründonnerstag 1. April, 20 bis 21 Uhr, Gotteslob 282, 170, 60, 584, 586, 305, 497, 286.
Karfreitag, 2. April, 20 bis 21 Uhr, Gotteslob 289, 308, 758.
Karsamstag, zur Osternacht, 3. April, 21 bis 22 Uhr.
Ostersonntag, 4. April, 10 bis 11 Uhr.
 Alle: Dom St. Nikolaus, Feldkirch. Übertragung durch ORF Radio Vorarlberg.

► **Versöhnungsweg.** Sechs Stationen für Familien und Erwachsene.
Do 25. März, 15 - 19 Uhr, Fr 26. März 16 - 19 Uhr, Pfarrkirche Egg.

► **Abend der Versöhnung.** Geführte Anbetung, meditative Musik, Gelegenheit zur Beichte und Segen. Fastenpredigt dazu von Vikar Elmar Simma, Seelsorger und Autor. Die Predigt ist über WhatsApp mitverfolgbar. Anmeldung über WhatsApp mit Namen an T 0676 83240 2124.
Fr 26. März, ab 19 bis 21 Uhr, Hl. Kreuzkirche, Bludenz.

► **Passionsandacht am Palmsonntag.** G.B. Pergolesi: Stabat Mater mit Musica Sacra Maria Bildstein, Birgit Plankel (Sopran), Lea Müller (Mezzosopran), David Burgstaller (Orgel) und Renate Bauer (Impuls). Infos: T 05572 58367, E.pfarramt@maria-bildstein.at
So 28. März, 18 Uhr, Basilika Maria Bildstein.

► **Das wird Spritze!** Günter Mayr von der ORF-Wissenschaftsredaktion, bekannt durch seine Ausführungen zur Pandemie, und Abt Urban Federer von Einsiedeln diskutieren die Impfthematik. Die Illustration zeigt den heiligen Papst Urban, der geimpft wird (ein Kunstwerk von Ueli Schmutz in der Propstei). Infos: T 05550 2121 127, E.p.martin@propstei-stgerold.at
 Zugang: www.kath-kirche-vorarlberg.at/termine
Sa 27. März, 10 bis ca. 12 Uhr, Propstei St. Gerold, via Zoom.

► **Guided Prayer Week.** Geführte Gebetswoche für junge Menschen in der Karwoche mit Bischof Benno Elbs. Sich gemeinsam im Gebet auf Ostern vorbereiten. Erfahrene Exerzitienbegleiter/innen wie Marina Folie, Simon Kopf und Fabian Jochum stehen täglich zur Verfügung. Anmeldung und Zugang: E.simon.kopf@kath-kirche-vorarlberg.at
So 28. März, 19 Uhr, Einführung, **Sa 3. April, 19 Uhr,** Abschluss, alles online.

► **Karwoche im Salvatorkolleg.** Mit Schauspielerinnen Renate Bauer, Musiker Rosario Bonaccorso und Tänzerin Michaela Pfaffenbichler. **Getanzter Kreuzweg, Mo 29. März, 18 Uhr. Gedichte und Psalmen, Mi 31. März, 18 Uhr. Klagelieder des Jeremia, Gründonnerstag, 1. April, 22 Uhr. Die Klagelieder des Jeremia II, Karfreitag, 2. April, 22 Uhr. Ostertanz, Ostersonntag, 4. April, 18 Uhr.**

Feuerbestattung- der Würde verpflichtet



Aufgrund der **aktuellen Situation** verzichten wir aus Verantwortung bis auf weiteres auf Führungen.
 Tel. 05576/43111-0
www.krematorium.at

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

IMPRESSUM

Medieninhaber (Verleger): Diözese Feldkirch
Herausgeber: Generalvikar Dr. Hubert Lenz.
 Das Vorarlberger Kirchenblatt ist das Informations- und Kommunikationsmedium der Diözese Feldkirch.
Redaktion: Mag. Elisabeth Willi (Redaktionsleitung), Mag. Wolfgang Ölz, Jakob Lorenzi MA BA.
Marketing/Anzeigen: Petra Baur DW 211
Abo-Service: Petra Furxer DW 125 (Mo bis Fr von 8 bis 12 Uhr)
Alle: 6800 Feldkirch, Bahnhofstraße 13, Telefon: 05522 3485-0. Fax: 05522 3485-5
 E-Mail: kirchenblatt@kath-kirche-vorarlberg.at
 Internet: www.kirchenblatt.at
Kooperationsredaktion der Kirchenzeitungen der Diözesen Eisenstadt, Feldkirch, Innsbruck und Linz:
 Mag. Monika Slouk (Leiterin), Mag. Susanne Huber. E-Mail: office@koopredaktion.at
 Das Kirchenblatt ist Mitglied im **Werbeverband der Kirchenzeitungen - KIZMedia.** Kontakt: Mag. Walter Achleitner (Geschäftsführer). E-Mail: office@kizmedia.at
Jahresabo: Euro 48,00 / Einzelverkauf: Euro 1,50
Druck: Russmedia Verlag GmbH, Schwarzach
Art Copyright: Bildrecht Wien
 Die Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz ist unter www.kirchenblatt.at ständig aufrufbar.



DEM EHRENKODEX DES ÖSTERREICHISCHEN PRESSERATES VERPFLICHTET

Gigagampfa® für Kinder in Trennungssituationen.



Unterstützt durch

Bundeskanzleramt

familie.
 gemeinsam
 wachsen

Katholische
 Kirche
 Vorarlberg

Ehe- und
 Familienzentrum
 In jeder Beziehung



mit der veränderten Familiensituation zu finden. **Gigagampfa®** ist eine wertvolle Erfahrung für den weiteren Lebensweg Ihrer Kinder.

INFORMATIONEN: www.gigagampfa.at
 +43 5522 74139 oder info@efz.at

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

KOMMENTAR

Kein Segen

Die Glaubenskongregation hat zur Segnung gleichgeschlechtlicher Verbindungen nichts Neues verlautbart. Die homosexuelle Paarbeziehung gilt nicht als dem Plan Gottes entsprechend, aus dieser Logik wäre es inkonsequent, sie zu segnen. Die Einzelpersonen in ihrer Menschenwürde können gesegnet werden. Die Frage, die sich anschließt, ist moraltheologisch: Muss die gleichgeschlechtliche Verbindung in alle Ewigkeit als nicht dem Plan Gottes entsprechend bewertet werden? Die besondere Tragik der vatikanischen Veröffentlichung entsteht aber dadurch, dass sie eine plakative Botschaft an die Welt sandte: Kirche hasst Homosexuelle. Das war nicht so geplant, aber wer ein Statement veröffentlicht, muss sich fragen, welche Botschaft mit-schwingt. Ergebnis ist, dass sich viele Menschen in Mitteleuropa bestätigt fühlen, dass Kirche keine Ahnung von den Wertigkeiten des Lebens hat. Dass sich Seelsorger/innen rechtfertigen müssen für Botschaften, die sie nie gesendet haben und nie senden wollten. Dass der Blick der Öffentlichkeit auf moralische Fragen gelenkt wird statt auf die lebensspendende Kernbotschaft der Kirche. Übrigens: Dass das Segnen homosexueller Bindungen Ehen gefährdet, stimmt nicht.



MONIKA SLOUK
monika.slouk@koopredaktion.at

WORT DER WOCHE: ÄGIDIUS ZSIFKOVICS, ÖSTERREICHISCHER EUROPA-BISCHOF

Flüchtlinge aus dem Elend holen



”

Die Flüchtlingslager in Griechenland und auf dem Balkan sind Schandflecke Europas. Es ist wichtig, dass man neben der Hilfe vor Ort Menschen aus diesen desaströsen Zuständen endlich herausholt. (...)

Es gibt Platz in Österreich! Es gibt eine österreichische Landkarte der Willigen – in und außerhalb der Kirche! Und sie ist größer als die Landkarte der Unwilligen!

“

Der Eisenstädter Bischof Ägidius Zsifkovics nahm in seiner Funktion als österreichischer Europa-Bischof kürzlich an der Frühjahrstagung der Kommission der katholischen Bischofskonferenzen der Europäischen Union (COMECE) teil. Er mahnte dabei u. a. eine gesamteuropäische Asylpolitik ein, die diesen Namen auch verdient.

DEUTSCH GERHARD/KURIER/PICTUREDESK.COM

ZU GUTER LETZT

Lichtermeer

Vor knapp einem Jahr starb der erste Mensch in Österreich an Corona. Mittlerweile sind fast 9000 Menschen hierzulande dem Virus zum Opfer gefallen. Mit einem Lichtermeer auf dem Kornmarktplatz und in der Seekapelle in Bregenz soll nun an diese Verstorbenen gedacht werden. Auf den Kornmarktplatz wird am Palmsonntag um 19 Uhr zum Lichtermeer geladen und gemeinsam mit Vertretern anderer Religionen und

Konfessionen für die Verstorbenen während der Coronazeit gebetet. Auch die Bregenzer Seekapelle wird in der Karwoche und der Woche nach Ostern zum Ort der individuellen Erinnerung werden. Hier kann man untertags vorbeikommen und sich an die Verstorbenen erinnern. Für diese kann auch ein kleines Licht der Hoffnung entzündet werden.

► **Lichtermeer: So 28. März, 19 Uhr**, Kornmarktplatz, Bregenz.

Gedenken an die Verstorbenen: Mo 29. März bis So 11. April, in der Seekapelle, Bregenz.



Lichter werden für die Verstorbenen entzündet. UNSPLASH.COM / A. FULLER

HUMOR

„Welche Autofahrer sind die Nettesten?“, fragt der Vater die Tochter. Sie: „Die Geisterfahrer, die sind wirklich sehr entgegenkommend.“



s' Kirchamüsl

Es isch eigentli scho gemein, wenn mita ida Fastazit di ganza guata Restaurants widr off machand! Abr gfastat hätt ma jo eh o scho lang gnuu.