Nr. 5 I Donnerstag, 4. Februar 2021
Einzelpreis: € 1,50 I www.kirchenblatt.at

Katholische Kirche Vorarlberg

KirchenBlatt

JAMIE BROWN / UNSPLASH.COM

2 **Holocaust Gedenktag.** Spannender Vortrag über die Schule im NS-Gau Tirol-Vorarlberg.

6 **Die Angst** in der Corona-Krise und wie man sie überwinden kann, war Thema beim Stammtisch.

10 **Vergebung statt Rache.** Psychiater Reinhard Haller im Interview zum Auftakt der Fastenserie.

20 **Lieblingskunstwerk.** Autorin Daniela Egger über eine besondere Bushaltestelle in Krumbach.

Mehr Humor. Jederzeit

Humor als Lebensstil - die neue Glaubensserie.

Die ernsten Seiten des Lebens kann und soll man nicht „weglachen“. Humor ist dennoch ein guter Lebensbegleiter, wie Provinzial Pater Stephan Dähler SVD in einer neuen Glaubensserie schreibt. „Gott ist ein Meister des Humors“, meint er etwa. Und weiter: Humor könne einen Weg zum glücklichen Miteinander aufzeigen. In vielen Situationen wäre es gut, sich selbst nicht so ernst zu nehmen, sondern mit einem Augenzwinkern zu reagieren. Nicht nur im Fasching, sondern jederzeit.

▶ **S. 19** EW

AUF EIN WORT

Nein

Die Unternehmerin, Autorin und meine Lieblingsinfluencerin DariaDaria bringt immer wieder mal das Thema „Abgrenzung“ zur Sprache. Abgrenzung im Sinne von Nein-Sagen, wenn man etwas nicht machen kann oder möchte oder wenn einem etwas nicht passt. Manche Menschen werfen ihr deshalb Egoismus und unsoziales Verhalten vor. Wer sie kennt, weiß jedoch: Sie setzt sich sehr für Menschen, denen es schlecht geht oder die diskriminiert werden, ein, ebenso für Tiere und für die Umwelt. Ein egoistischer Mensch macht doch all das nicht. Ihr geht es darum: Wer nur auf die Bedürfnisse anderer schaut, vergisst oft seine eigenen. Und das kann krank machen. Ich finde, DariaDaria hat vollkommen recht. Doch schließt eine solche Verhaltensweise nicht die Anforderungen der christlichen Nächstenliebe aus? Wobei, es gibt ja einen Bibelvers, der - auch - von Selbstliebe spricht: „Liebe deinen nächsten wie dich selbst.“ Hier muss ein Experte her und deshalb habe ich einen Theologen, Pfarrer Norman Buschauer, befragt. Er sagt: „Wenn wir ständig nur ‚ja‘ sagen, machen wir uns kaputt. Christliche Nächstenliebe heißt nicht, sich ausnützen zu lassen.“ Und schließlich: „Das eine schließt das andere ja nicht aus.“ Beispiel Daria-Daria. Also: Lasst uns auch mal nein sagen.

ELISABETH WILLI
elisabeth.willi@kath-kirche-vorarlberg.at

Internationaler Holocaust Gedenktag

Was man nicht in der Schule lernt ...

Die Schule während des Nationalsozialismus, das ist keines der schönsten Kapitel der Vorarlberger Bildungsgeschichte. Welche Mechanismen dabei wo und vor allem wie ineinander griffen, führte Dr. Horst Schreiber anlässlich des Internationalen Holocaust Gedenktages aus.

VERONIKA FEHLE

Der Tag, an dem das KZ Auschwitz befreit wurde, soll „auf alle Zeiten allen Menschen als Warnung vor den Gefahren von Hass, Intoleranz, Rassismus und Vorurteil dienen“. Das stellte die Generalversammlung der Vereinten Nationen 2005 fest, als sie den 27. Jänner zum Internationalen Holocaust Gedenktag erklärte. Damit erhielt das Erinnern einen Anker, der nicht nur einen Tag im Jahr durchdringen sollte. Dennoch ist dieser Gedenktag immer wieder Anlass dafür, Menschen, Geschichten und Themen aus der Zeit des Nationalsozialismus besonders zu beleuchten. Heuer war es das Schulwesen im NS-Gau Tirol-Vorarlberg, das Dr. Horst Schreiber von der Universität Innsbruck beleuchtete. Eingeladen unter anderem vom Jüdischen Museum Hohenems, dem Frauenmuseum Hittisau, der Arbeitsgemeinschaft Christentum und Sozialdemokratie und dem Katholischen Bildungswerk, versammelten sich rund 70 Zuhörer/innen im digitalen Vortragsraum.

Die Suche nach dem „Warum“. Das Thema: Die Schule während der Zeit des Nationalsozialismus - mit besonderem Blick auf das Schulwesen in Vorarlberg und Tirol. Warum? Natürlich auch, weil sich im Kleinen die Strukturen und Mechanismen des Großen oft noch deutlicher abzeichnen. Sicher aber, weil gerade das Schulwesen im Gau Tirol-Vorarlberg sich durch eine überdurchschnittlich hohe Durchdringung mit dem nationalsozialistischen Gedankengut hervortat - zumindest auf den ersten Blick. Die Zahlen sprechen da, wie Horst Schreiber aufzeigte, für sich. Rund 80 Prozent des Lehrkörpers in Tirol und Vorarlberg trat 1938 der NSDAP bei. Wobei der Schluss, dass es sich bei diesen 80 Prozent um rein „echte, überzeugte“ Nationalsozialist/innen gehandelt hätte, zu kurz greift.

Die Antwort auf das „Warum“ ist wie immer vielschichtig und sie beginnt bereits vor 1938. Anfang der 1930er-Jahre, der „Austrofaschismus“ beherrschte das System, verschlechterte sich die Situation des Lehrpersonals drastisch. Den Zwangspensionierungen, Lohneinbußen und Vorrückungsstopps auf der einen Seite, stand eine immer schneller steigende Schüler/innenanzahl pro Klasse gegenüber. Jungen Lehrer/innen fehlten Zukunftsperspektiven, während die Arbeitslosigkeit innerhalb dieses Berufsstandes immer weiter stieg.

Die Trendwende. Mit dem Anschluss 1938 schien sich dieses Blatt zu wenden. Der Großteil der Lehrerschaft versuchte, sich dem neuen Regime anzupassen. Repressalien bzw. Möglichkeiten, auf Lehrer/innen Druck auszuüben, die über keine passende Parteizugehörigkeit verfügten, gab es natürlich. Das reichte von Versetzungen oder dem Ausscheiden aus dem Dienst bis hin zu Verhaftungen. Allerdings hatten Lehrer/innen, die sich zunächst nicht „systemkonform“ gezeigt hatten, die Möglichkeit, sich zu „rehabilitieren“ und wieder in den Schuldienst einzutreten.

Dass auch die Dominanz des geistlichen Lehrkörpers großflächig gebrochen wurde und mit dem Dorfschullehrer eine Gegenfigur zur Autorität des Pfarrers geschaffen wurde, schmeichelte vielen. Dass der Umschwung an den Schulen und der Lehrermangel während des Krieges nun auch Frauen wieder die Tür zum Arbeitsmarkt öffnete, führte Schreiber eben-

Dornbirn im nationalsozialistischen Gewand vor der Volksabstimmung 1938. ABSTIMMUNG ÜBER ANSCHLUSS / GEMEINFREI / WIKIMEDIA COMMONS

Im Schulwesen im Gau Tirol-Vorarlberg fand eine überdurchschnittlich hohe Durchdringung mit dem nationalsozialistischen Gedankengut statt (Symbolbild). ÖSTERREICHISCHE NATIONALBIBLIOTHEK / UNSPLASH.COM

so aus, wie auch die Tatsache, dass die Lehrerschaft es schon aus der Tradition heraus gewohnt war, zu gehorchen.

Die Schule als „Kriegszulieferer. Was aber bedeuteten diese sich ändernden Vorzeichen für die Schüler/innen? Es zeigte sich - neben vielem anderen - vor allem zweierlei. Zum einen konnten Schüler/innen, die sich entweder im BDM (Bund Deutscher Mädel) oder der HJ (Hitlerjugend) organisiert hatten, durchaus Druck auf Lehrer ausüben. Zum anderen trug natürlich auch das von der NS-Ideologie gezeichnete Schulsystem das seine dazu bei, Führerdenken und Gemeinschaftssinn stark über die Gefühlsebene zu vermitteln. Das führte so

Horst Schreiber, Professor am Institut für Zeitgeschichte in Innsbruck. SCHREIBER

weit, dass selbst Wehrmachtssoldaten bis hin zu SS-Männern im Unterricht zu Gast waren, sodass selbst bei Schüler/innen, die der Ideologie reservierter gegenüberstanden, ein Gefühl der Verpflichtung gegenüber „unseren Soldaten“ entstand. So wurde die Schule selbst immer mehr zum „Zulieferer für den Krieg“.
Es ist diese „verlorene Generation“ von Kindern und Jugendlichen, die sich nach dem Krieg - oft ohne stabile schulische Ausbildung - zurechtzufinden hatte.

Die „alten Werte“ blieben. „Vorwärts in die alte Zeit“, diese Devise war, so Horst Schreiber weiter, nach dem Krieg vielerorts tonangebend und es waren nicht selten die Werte des Austrofaschismus, die nun durch die Hintertüre wieder zurückkehrten: Glaube und Familie, die sittlich-religiöse Erziehung, Heimattreue und Pflichterfüllung. Die Kinder sollten im Dorf bleiben, zu Hause, und dort die Pflichtschule besuchen. „Streng, mit Härte zur Demokratie erziehen - aber liebevoll. Das war das Gegensatzpaar, das nach dem Krieg in der Erziehung bestimmend wurde“, skizziert Horst Schreiber die Fortschreibung „alter Werte“ im neuen Gewand, die sich mancherorts bis heute immer wieder aufspüren lassen.

Minimum. Die „Entnazifizierung“ nach Kriegsende stand anfangs unter der Aufsicht der Besatzungsmächte, schwächte sich dann allerdings recht rasch ab. „Die Hälfte aller Mittelschullehrer/innen und ein Fünftel der Pflichtschullehrer/innen in Vorarlberg wurden außer Dienst gestellt.“ Sie galten als „Illegale“ bzw. „Alte Kämpfer“. Ab 1947 drängten aber vor allem die Vorarlberger und Tiroler Schulbehörden und Landesregierungen auf einen baldigen Schlussstrich unter die Entnazifizierung. Es könne festgehalten werden, so Horst Schreiber, „dass die Entnazifizierung auf ein absolutes Minimum beschränkt blieb.“ Im März 1947 betrug der Anteil der ehemaligen Nationalsozialist/innen am gesamten Vorarlberger Lehrpersonal 59 Prozent. Österreichweit konnten in Vorarlbergs Schulwesen nicht nur am meisten „Ehemalige“ weiter unterrichten, es wurden auch die wenigsten Nazis entlassen. Damit schloss Schreiber. Die Diskussion, wie und in welchem Ausmaß sich Wertegeschichten - nicht nur, aber auch an den Schulen - über die Grenzen des Krieges fortgeschrieben haben, kann weitergeführt werden. Sie muss es sogar. Das Beispiel „Schule“ ist dabei eines von vielen. Aber es zeigt doch auch deutlich, wie durchlässig Systeme sein können und wie gravierend die Folgen. «

LEBENSSTATIONEN

4. Februar 1943 - Operation „Stettin“

Es war ein bewölkter Donnerstagabend mit leicht winterlichen Temperaturen. Die Gestapo hatte ausreichend Unterlagen für ein erfolgreiches Vorgehen erstellt und ließ in einer schlagartigen Verhaftungsaktion um 23.16 Uhr zwei Lastwagen mit insgesamt 16 Mann vor dem Stettiner Propsteigebäude vorfahren. Das Haus wurde besetzt und von oben bis unten durchsucht. Gegen 4 Uhr morgens war die Hausdurchsuchung beendet, die beiden Kapläne Simoleit und Lorenz wurden verhaftet. Unterdessen fuhr Kriminalkommissar Trettin nach Parchim, im selben Zug, den auch Carl Lampert benutzte, um seinen Freund Jakob Weinbacher, den späteren Wiener Weihbischof, zu besuchen.
Weinbacher holte Carl Lampert am Bahnhof ab. Sofort beim Betreten des Hauses in der Hermann-Göring-Straße wurden beide verhaftet und auf Spionagepläne durchsucht. Im Zuge dieser konzentrierten Gestapo-Aktion wurden über 40 Bekannte und Freunde von Lampert verhaftet und ins Gestapogefängnis verbracht. Über diese Verhaftungswelle schrieb die Gestapo in ihrer „Meldung wichtiger staatspolizeilicher Ereignisse“: „Bei allen Festgenommenen handelt es sich um fanatische Katholiken, die der erwähnten Straftaten überführt und geständig sind.“ Wie diese erzwungenen „Geständnisse“, die berüchtigten „Stettiner Protokolle“ zustandekamen, ist Gegenstand des nächsten Berichts.

ELISABETH HEIDINGER
LEITERIN DES CARL LAMPERT FORUMS

Mit der Fastenzeit-Tasche und Suppen „to go“ wird auch die Fastenzeit an Corona angepasst. PFARRBÜRO

Innovative Fastenangebote

In der Pfarre St. Sebastian in Schwarzach hat man für die kommende Fastenzeit spannende Ideen umgesetzt. Da der Suppentag beispielsweise nicht stattfinden kann, wird am 1. Fastensonntag, 21. Februar, aus der Suppe vor Ort eine Suppe „to go“. Drei verschiedene Sorten stehen zur Auswahl. Mit Bestellformularen, welche in der Pfarrkirche zur Mitnahme aufliegen, können die Suppen bis spätestens 17. Februar vorbestellt, am Suppentag abgeholt und dann zu Hause aufgewärmt werden. Die Formulare können auch online unter **www.kath-kirche-vorarlberg.at/pfarren/schwarzach** gefunden werden. In Ausnahmefällen steht auch ein Zustellservice zur Verfügung. Des Weiteren stellt die Pfarre für die Fastenzeit und für einen Unkostenbeitrag von 6,50 Euro eine Fastenzeit-Tasche zur Verfügung. In der Tasche sind verschiedene Symbole der Fastenzeit für zu Hause zu finden. Jede Woche gibt es von der Pfarre einen Impuls, der sich auf die Tasche bezieht.

Brief an die Ordensgemeinschaften

Anlässlich des Fests der Darstellung des Herrn am 2. Februar wandte sich Bischof Benno Elbs mit einem Brief an alle Ordensgemeinschaften der Katholischen Kirche Vorarlberg, um ihnen für ihren großen und wichtigen Dienst zu danken. Gerade in diesen Zeiten, in denen sich die ganze Welt gewissermaßen in Klausur befinde und auf vielen Menschen große Sorgen lasten, sei das fortwährende Gebet der Ordensgemeinschaften besonders wertvoll und segensspendend. „Wo Ordensleute sind, da ist Freude“, zitierte Bischof Benno Elbs Papst Franziskus. „Diese Freude wünschen wir euch für die kommende Zeit ganz besonders.“

Jetzt schlägt‘s 13

Aufgrund der noch immer andauernden schrecklichen Zustände in den Flüchtlingslagern auf europäischem Boden planen die Jugendbotschafter/Innen von Mi 10. Februar bis Do 11. Februar ein Protest Camp in Vorarlberg. Mit dem Camp auf dem Markplatz Dornbirn soll ein Zeichen für Solidarität mit diesen Kindern und ihren Familien gesetzt werden. Der Treffpunkt ist um 13 Uhr, auch ein Speaker-Desk wird während des Protestcamps zur Verfügung stehen.

Hospizbegleitung für Kinder und Jugendliche

Kinder trauern anders

Beatrix Berthold von der Hospizbegleitung erzählt, wie mit dem heiklen Thema Kinder und Trauer umgegangen werden kann.

Schon die Kleinsten spüren, wenn getrauert wird. Da ihnen aber die Worte und Erfahrungen fehlen, sind sie mit ihren eigenen Gefühlen oft überfordert und allein. Nicht die Stärke der Erwachsenen ist hier gefragt, sondern ein ehrlicher Umgang mit dem Thema. Beatrix Berthold, Koordinatorin von Hospiz für Kinder (HOKI) weiß, wie geholfen werden kann.

So ist es aber zum Beispiel wichtig, zu verstehen, dass die/der Verstorbene nicht mehr im Körper zu Hause ist. „Sprechen Sie darüber. Wickeln Sie einen Schal um ihre Hand. Der Schal ist der Körper, die Hand die Seele. Die Seele löst sich vom Körper und lebt weiter. Der Körper ist nur noch eine Hülle“, sagt Berthold. Dieses einfache Bild hilft den Kindern, das eigentlich Unbegreifliche zu verstehen. Außerdem finden die meisten Kinder den Himmel als neue Heimat für die Seele sehr tröstlich. Eine fantasievolle Reise in den Himmel, ein gemaltes Bild, tut den trauernden Herzen der Kinder gut.

Wichtig ist für Kinder und Jugendliche auch, dass altersentsprechend und klar kommuniziert wird. Worte wie „einschlafen“, „verlieren“ oder „weggehen“, sollten vermieden werden. „Kleinere Kinder nehmen alles wörtlich und können zum Beispiel mit Einschlafstörungen und großen Verlustängsten reagieren“, weiß Beatrix Berthold. Besser ist es, das liebevolle Band zu Verstorbenen zu stärken und die schönen Augenblicke in Erinnerung zu behalten.

Wenn eine Familie gerne bastelt, könnte zum Beispiel ein Einweckglas außen mit Herzen beklebt werden. Dann werden für die nächsten Tage und Wochen schöne Erlebnisse gesammelt und für jede dieser Erfahrungen wird dann eine Linse oder ein Reiskorn in das Glas gegeben. Wenn dann am Abend die Körner des Tages ins Glas gefüllt werden, kann es sein, dass die Trauer wieder hochkommt. Dann erzählt man seinen Kindern, dass Trauer auch ein Zeichen von Liebe ist. „Nehmen Sie dann das gefüllte Glas und gehen Sie damit irgendwo in die Natur, wo es besonders schön ist und lassen Sie alle Familienmitglieder die Körner verstreuen“, sagt Berthold.

Kinder und Jugendliche haben ihre ganz eigene Art mit Trauer umzugehen. Beatrix Berthold steht gemeinsam mit ihrem Team Kindern und Familien zur Seite und ist für sie da, wenn sie von Trauer, Krankheit und Sterben betroffen sind.

▶ **Kontakt.** Hospizbegleitung für Kinder und Jugendliche, Beatrix Berthold, **T 0676 88420-5112**, **E hospiz.kinder@caritas.at**

Kinder und Jugendliche haben einen ganz eigenen Umgang mit Trauer und Tod. SHUTTERSTOCK

Feiern von Gottesdiensten wieder möglich

Lockdown-Ende in den Kirchen

Nachdem die Regierung am Wochenanfang bereits die Lockerungen bei Handel und Schulen bekanntgegeben hatte, soll ab diesem Sonntag, 7. Februar, die Feier von öffentlichen Gottesdiensten wieder möglich sein (Stand Dienstag, 2. Februar). Das gilt auch für die Vorabendmesse am Samstag. Die Lockerung wurde am Dienstag bekanntgegeben. Sofern das Kultusamt zustimmt, wird die Öffnung aus heutiger Sicht folgende Einschränkungen beinhalten: In allen öffentlichen Gottesdiensten gilt für alle Teilnehmenden ein Zwei-Meter-Abstand. Weiters müssen FFP2-Masken getragen und Desinfektionsmittel bereitgestellt werden. Darüberhinaus darf Gemeindegesang nur in reduzierter Form erfolgen. Die Höchstzahl bei Begräbnissen bleibt bei 50 Personen.

▶ **Aktuelle Informationen** zu den Coronabestimmungen der Katholischen Kirche gibt es unter **www.kath-kirche-vorarlberg.at/corona**

Mit Abstand unterwegs

Verspätete Sternsinger

Spät aber doch waren die Sternsinger/innen heuer in der Stadt Feldkirch unterwegs. Im Warten auf ein Ende des Lockdowns hat sich die Dompfarre entschlossen, die Sternsingeraktion zumindest in kleiner Form am vergangenen Samstag durchzuführen. Zwei Gruppen besuchten die Familien der Erstkommunionkinder und die Pfarrblatt-Austräger, die sich sehr gefreut haben.

Über 1000 Euro konnten bei der kleinen und improvisierten Sternsingeraktion gesammelt werden. KÖNIG

Rat auf Draht auch für Eltern

Eltern stehen aktuell massiv unter Druck - sei es durch Homeschooling, fehlende soziale Kontakte oder beengten Wohnraum. Um die Wartezeit zu verkürzen und weiterhin gut für Kinder und Jugendliche da zu sein, hat Rat auf Draht nun einen eigenen Online-Service für Eltern und Bezugspersonen von Kindern eingerichtet. Auf **elternseite.at** finden diese fachlich fundierte Informationen zu einer breiten Wahl an Themen aus dem Familienalltag. Mit wenigen Klicks kann auch ein individuelles Beratungsgespräch angefragt werden.

Mehrsprachige Infos zu Corona-Tests

Informationen rund um die Covid-19-Tests in Vorarlberg können nun auch mehrsprachig abgerufen werden. Mit der Einrichtung der Teststationen wurde dieses dauerhafte, leicht zugängliche Angebot geschaffen. Die Informationen gibt es künftig in den folgenden Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Dari/Farsi, Rumänisch, Russisch, Türkisch und Ungarisch. Die Infos können auf der Homepage von „okay. Inegration und Vielfalt in Vorarlberg“ unter **www.okay-line.at/aktuell** heruntergeladen werden.

Mehrsprachig können künftig auch die Infos zu Corona-Tests abgerufen werden. UNSPLASH.COM / LISDA KANIA YULIANI

REDAKTION: JAKOB LORENZI

AUSFRAUENSICHT

Eingeladen auf ein Wort

Unabhängig davon, wie bald wir uns wieder zum gemeinsamen Feiern in unseren Kirchen treffen können, möchte ich eine Lanze brechen für die Mittelseite unseres KirchenBlattes. Schon seit langem ist sie dem kommenden Sonntag gewidmet. Es stehen uns drei Lesungen zur Verfügung, eine aus dem Alten Testament, eine aus der Briefliteratur und eine aus den Evangelien, dann ein Psalm und schließlich das Wort zum Sonntag.
Ich kann mich also einladen lassen auf das Wort Gottes, indem ich das Wort zum Sonntag oder die Schriftstellen lese und mir darüber Gedanken mache: Was könnte der biblische Schriftsteller damit gemeint haben? Was bedeutet es für unsere Zeit? Was kann ich heute für mich daraus nutzbar machen? Jede und jeder von uns hat die Fähigkeit zu verstehen und das Verstandene im Sinn der Frohbotschaft für sich zu deuten und im alltäglichen Leben fruchtbar werden zu lassen… Es reicht, einen Satz zu finden, der mein Herz trifft; eine Redewendung, die mich eine Zeit lang begleiten kann; einen Gedanken, den ich im Alltag weiterdenken oder tun will!
Lassen wir uns einladen auf ein Wort und trauen wir uns zu, es richtig zu verstehen, d. h. mit ganzem Herzen.

CHRISTINE BERTL-ANKER

Gehen Sie liebevoll mit sich um, denn wir können nur „mit anderen liebevoll umgehen, wenn wir stark sind und gelernt haben mit uns selbst liebevoll umzugehen", erklärt der Neurobiologe. TIM MARSHALL / UNSPLASH.COM

Gesellschaftspolitischer Stammtisch über die Angst in der Corona-Krise

Keine Angst. Oder doch?

Anfang dieser Woche haben Sie etwas verpasst - nämlich den wohl größten Gesellschaftspolitischen Stammtisch aller Zeiten. Über 330 Menschen waren live dabei, als der Neurobiologe Dr. Gerald Hüther online über die Angst in der Corona-Krise sprach. Und wie man da wohl wieder rauskommen könnte.

SIMONE RINNER

Die positive Nachricht: Der Stammtisch wurde aufgezeichnet. Das ist auch gut so, denn so manches, was Gerald Hüther in seinem Vortrag „Wenn die Angst dominiert! Über die Angst in der Corona-Krise und wie wir das Vertrauen in uns selbst und die Gesellschaft stärken können" erzählt hat, muss man sich vielleicht zwei Mal durch den Kopf gehen lassen.

Wer hat Angst? Das Thema Angst sei ihm aufgefallen, als die „Corona-Problematik" begonnen habe, erinnert sich Hüther. Und meint damit nicht die Angst vor dem Virus, sondern die Angst, die durch die Vorstellung der von ihm ausgehenden Gefahr ausgelöste wurde. Angst erwachse in den meisten Fällen aus der Vorstellung, was alles geschehen könnte, erklärt der Neurobiologe. Man könne sie entweder in sich selbst verstärken oder auch kleinreden, man sei aber hilflos, wenn jemand anders erzähle, wie groß die Bedrohung sei. Dann könne es passieren, dass man alleine mit FFP2-Maske im Wald herumlaufe, berichtet Hüther von Begegnungen mit verängstigten Menschen.

Angstvorsorge. Da stellt sich doch die Frage, wie es gelingen kann, sich so zu stärken, dass man nicht so schnell in Angst gerät. Was beim Körper ein gutes Immunsystem ist, nennt Hüther bei der Psyche das Fundament, das einiges aushält und auf dem man (wenn es dick genug ist) stehen kann: das Vertrauen.

Gerald Hüther ist Neurobiologe, Autor und Vorstand der Akademie für Potentialentfaltung WWW.GERALD-HUETHER.DE

Gleich einem dreibeinigen Hocker bestehen die Vertrauensressourcen aus dem Vertrauen in die eigene Kompetenz, dem Vertrauen in andere und dem Vertrauen, dass es wieder gut wird (auch Ur- oder Gottvertrauen genannt). Die Hockerbeine sind aber leider dünn geworden, und deshalb geraten wir schnell in Panik, ortet Hüther ein Problem.

Was also tun? Unter Panik komme es im Hirn zu einem Durcheinander, erklärt der Neurobiologe. Man verliere sprichwörtlich „den Kopf". Statt klar zu denken, verfalle man in Kindheitsmuster (z.B. rumbrüllen oder mit Türen knallen) und lande schließlich im Notfallprogramm, in dem sich unser Hirnstamm eigentlich nicht mehr wesentlich von jenem des Krokodils unterscheide. Als Reaktion bedeutet das: ankreischen, flüchten, erstarren und totstellen.

Die Lösung?! „Man muss aus dem Kopf raus, muss sich wieder mit sich selbst und seiner inneren Kraft verbinden", spricht sich der Autor dafür aus, liebevoller mit sich selbst umzugehen. Erst dann können wir nämlich stark sein und auch mit anderen liebevoll(er) umgehen. Kurz: Tun Sie nichts, was Ihnen nicht guttut. Nur der Zugang zu den eigenen lebendigen Bedürfnissen gebe einem das Gefühl lebendig zu sein. Sein Tipp: Stillen Sie Ihre Bedürfnisse, die Sie vielleicht schon lange unterdrücken: Kümmern Sie sich um Dinge und Menschen, die Ihnen wichtig sind oder finden Ihre alte Entdeckerfreude wieder. Man könne an den derzeitigen Gegebenheiten wenig ändern, aber man könne „sich auch im Boden verankern und dann lässt man sich auch nicht mehr so schnell von anderen Angst einjagen, weil man weiß, was man wert ist", ist sich Hüther sicher, dass so eine andere Form von Miteinander entsteht. «

▶ Den Artikel in voller Länge sowie den aufgezeichneten Vortrag zum Nachsehen finden Sie online unter **www.ethikcenter.at**

KirchenBlatt-Serie: Wie geht es geflüchteten Menschen fünf Jahre nach ihrer Ankunft?

Aus Afghanistan in die Freiwillige Feuerwehr

Ezat Ezati ist Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr Wolfurt, engagiert sich beim Roten Kreuz und absolviert gerade die HAK-Abendmatura in Bregenz. Der junge Afghane ist erst 2016 nach Vorarlberg gekommen. Die Sprache, die Mentalität und die Gewohnheiten waren ihm damals fremd. Wenige Jahre später nicht mehr, er spricht fließend Deutsch, hat eine Freundin aus Feldkirch und fühlt sich hier zuhause. Und er wünscht sich vor allem eines: „Hier bleiben zu dürfen."

„Ich bin 2016 mit 16 Jahren nach Österreich gekommen", erzählt der inzwischen 21-jährige Ezat Ezati. In seiner Heimatstadt Kabul - der Hauptstadt Afghanistans - herrscht Krieg und die Stadt wird ständig bombardiert. „Es gab keine andere Möglichkeit für mich, ich musste weg", so Ezat Ezati. Seine Mutter musste er zurücklassen, sein Vater war bereits verstorben, Geschwister hatte er keine. „Es schmerzt mich heute noch sehr, zu wissen, dass meine Mutter allein in Kabul ist." Doch eine Zukunft sah und sieht er in Afghanistan für sich keine.

Zahlen-Talent. Nach seiner Ankunft in Österreich lebte er zuerst in Traiskirchen, bevor er dann nach Vorarlberg zugeteilt wurde. Hier war er im Haus Karim in Dornbirn und später im Haus Jonas in Lauterach untergebracht, beides Quartiere für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge. Er lernte Deutsch und machte den Pflichtschulabschluss. Sein Wunsch, danach eine Lehre zu absolvieren, blieb ihm aufgrund der rechtlichen Situation in Österreich verwehrt. Doch er ließ sich nicht unterkriegen, sein Ziel, als Bankkaufmann zu arbeiten, versucht er nun auf anderem Weg zu verfolgen. Er besucht die HAK-Abendschule in Bregenz, wo er bereits seine Fähigkeiten in Buchhaltung und Rechnungswesen beweisen konnte. „Diese Fächer liegen mir einfach", schmunzelt der junge Mann. „Schon als kleines Kind haben mich Zahlen fasziniert, und in der Schule war Mathe immer mein Lieblingsfach."

Retten, Löschen und Schützen. Seit zwei Jahren gehört er auch zum Aktivstand der Freiwilligen Feuerwehr Wolfurt. „Ich wollte unbedingt helfen und mich sozial engagieren", sagt er. Bei diesem Engagement spürt er eine innere Befriedigung. Gutes zu tun, zu helfen oder andere zu retten verschafft ihm ein Gefühl des inneren Friedens. „Das hat mit meiner Geschichte in Afghanistan zu tun", erklärt er. „Dort brauchen viele Menschen Hilfe, doch es gibt wenige, die helfen. Hier ist es ganz anders. Da ich nicht arbeiten darf, aber Hilfe und Unterstützung bekommen habe, möchte ich auch etwas tun, bei dem ich anderen helfen kann."

Freunde gefunden. Da hat Ezat Ezati bei der Feuerwehr den richtigen Platz gefunden. Die Kameradschaft und den Zusammenhalt schätzt er in der Feuerwehr sehr. „Ich bin dort von Anfang an gut aufgenommen worden und habe auch enge Freunde gefunden", erzählt er. Als Teil der Wettkampftruppe nimmt er auch bei Wettbewerben in ganz Vorarlberg teil. Dabei spielt es für ihn und seine Kameraden überhaupt keine Rolle, dass er der einzige Flüchtling im Aktivstand ist. Um bei Einsätzen - gerade bei Unfällen - noch besser helfen zu können, engagiert sich Ezat Ezati auch beim Roten Kreuz. „Ich habe gerade mit einem Erste-Hilfe-Kurs begonnen, doch musste ich aufgrund der Corona-Krise diese Ausbildung unterbrechen", erzählt er. „Aber sobald es wieder geht, werde ich weitermachen."
Was er sich für die Zukunft wünscht? Auf die Frage hat Ezat Ezati gleich eine Antwort parat: „Ich möchte hier in Vorarlberg bleiben dürfen und mit meiner Freundin in eine gemeinsame Zukunft blicken, ohne die ständige Ungewissheit, was in einem Jahr ist." «

Ezat Ezati ist bei der Freiwilligen Feuerwehr. CARITAS / K. NADLER-GALEHR

FÜNF JAHRE

Mehr als fünf Jahre ist es her, seit Österreich zahlreiche flüchtende Menschen bei sich aufgenommen hat. Wie es diesen Menschen ergangen ist, wie sie heute leben und wie sie sich in unseren Alltag eingelebt haben, zeigt die aktuelle KirchenBlatt-Serie, umgesetzt von der Caritas Vorarlberg.

Caritas Kinderkampagne unterstützt Familien in Armenien

Kinder zwischen Krieg und Lockdown

Es waren schlußendlich „nur" sechs Wochen: So lange hat der Krieg um die Region Bergkarabach zwischen Armenien und Aserbaidschan im Herbst 2020 gedauert. Sechs Wochen, die die Menschen nachhaltig prägen werden – vor allem die Kinder, die der Caritas Vorarlberg besonders am Herzen liegen.

Kinder leiden am meisten unter der dramatischen Situation in Armenien. CARITAS

„Wir sind den Bomben und Schüssen entkommen. Wir konnten gar nichts mitnehmen. Wir haben kein Geld, keine Schulsachen, auch meine einzige Puppe ist weg. Unsere Tante hat uns in ihrer sehr kleinen Wohnung aufgenommen. Es sind noch mehr Verwandte gekommen. Jetzt sind wir 18 Menschen, die hier leben. Ich muss immer leise sein", erzählt die neunjährige Angela, die in ihrem Leben schon mehr Leid gesehen hat, als ein Mensch ertragen kann, schon gar nicht ein kleines Mädchen. Ihr größter Wunsch: Dass ihr Vater und die kranken Großeltern wieder bei ihnen leben können und dass sie wieder zur Schule kann. Dennoch hatte das kleine Mädchen mit ihrer Familie noch großes Glück und wenigstens ein halbwegs sicheres Dach über dem Kopf. Denn noch immer leben tausende Menschen nach dem Erdbeben vor 30 Jahren in baufälligen, halb zerstörten Containern, in denen der Wind durch jede Ritze pfeift – und das bei Wintertemperaturen von bis zu minus 30 Grad. Und auch wenn ein Ofen bei der einen oder anderen Familie in den elenden Baracken steht, fehlt schlicht das Geld für Heizmaterial. Vor allem ältere Menschen und Frauen mit Kleinkindern leiden besonders unter diesen katastrophalen Bedingungen.

Solidarität. „Geben wir Kindern wie Angela Halt und Hoffnung auf eine bessere Zukunft und unterstützen sie in ihrem gesunden Aufwachsen", bittet Caritasdirektor Walter Schmolly um die Unterstützung der Vorarlberger/innen. «

So können Sie helfen!

Mit 20 Euro übernehmen Sie für ein Kind im Förderzentrum „Emils Kleine Sonne" einen Monat lang die Mahlzeiten.

Mit 40 Euro ermöglichen Sie einem Kind im Förderzentrum „Emils Kleine Sonne" einen Monat lang eine notwendige Therapie.

Mit 50 Euro helfen Sie einer aus Bergkarabach vertriebenen Familie einen Monat lang mit notwendigsten Lebensmitteln, Medikamenten und Heizmaterialien.

▶ Caritas Spendenkonto
Raiffeisenbank, Kennwort: „Kinderhilfe 2021"
IBAN: AT32 3742 2000 0004 0006
www.caritas-vorarlberg.at
oder mit beiliegendem Erlagschein

TIGRANUHI AKOPYAN, LEITERIN VON „EMILS KLEINER SONNE"

Wir erwachten plötzlich im Krieg

„Am 27. September erwachten wir in einem Krieg. Er kam völlig unerwartet und wir hatten keine Ahnung, wie sehr er unser Leben verändern würde. Jetzt, nachdem der Krieg vorbei ist, stehen wir vor einer humanitären Krise. Wir setzen uns dafür ein, proaktiv auf Bedürfnisse einzugehen, die in unserer Gemeinschaft entstehen und versuchen optimistisch zu bleiben.

Natürlich setzte uns auch die Corona-Pandemie stark zu. Es war eine riesige Herausforderung, so schnell von persönlichen Dienstleistungen zu Online-Therapien zu wechseln. Zusätzlich waren viele Familien unserer Kinder aufgrund der Pandemie mit neuen finanziellen Schwierigkeiten konfrontiert, weil zum Beispiel das Essen in unserem Zentrum wegfiel und die Kinder zuhause essen mussten.

Organisatorisch gesehen blieben wir mit unseren österreichischen Freunden und Kolleginnen und Kollegen über verschiedene Medien in Kontakt. Postitv gesehen, war die Pandemie ein Ansporn, neue organisatorische Verfahren und Methoden zu schaffen und neue Fähigkeiten zu entwickeln."

Die Kinder in „Emils Kleiner Sonne“ werden liebevoll betreut und gefördert. CARITAS

„Emils Kleine Sonne“ strahlt wie ein Leuchtturm in stürmischen Zeiten

Ein Ort der Geborgenheit und Wärme

„Seit fünf Jahren ist ‚Emils Kleine Sonne‘ ein Zufluchtsort für Familien, die Unterstützung suchen. Inmitten der diesjährigen Stürme ist unser Zentrum auch zu einem Zufluchtsort für unsere Mitarbeiter/innen und Freiwilligen geworden. Wir sind ein Leuchtfeuer an einem dunklen Ort.“ So beschreibt Tigranuhi Akopyan, Leiterin von „Emils Kleiner Sonne“, einem Förderzentrum für Menschen mit Beeinträchtigung, die aktuelle Situation vor Ort in Armenien.

MIRJAM VALLASTER

Wenn Armine ihren Sohn Narek von der Sprachtherapie in „Emils Kleiner Sonne“ abholt, huscht ihr ein zärtliches Lächeln übers Gesicht. „Meinen Sohn wieder so glücklich zu sehen, macht mich dankbar. Auch wenn unsere Situation nach wie vor sehr schwierig ist.“ Denn die Mutter zweier Kinder stammt aus der Kriegsregion Bergkarabach. Als der Krieg ausbrach, floh sie nach Gjumri, wo die Oma von Narek lebt. Durch einen Freund erfuhr Armine von „Emils Kleiner Sonne“, einem Förderzentrum für Kinder mit Beeinträchtigung, das maßgeblich durch Vorarlberger Unterstützung aufgebaut wurde. Armine ist sehr dankbar, dass Narek die Sprachtherapie fortsetzen kann. Auch Logopädin Margarita ist mit Nareks Fortschritten sehr zufrieden. Neben der Therapie bekommt die Familie auch finanzielle Hilfe von der Caritas vor Ort.

Therapien. Über 100 Kinder und Jugendliche mit Beeinträchtigung werden in „Emils Kleiner Sonne“ liebevoll betreut und erhalten dort dringend notwendige Therapien. Die Therapieangebote und die Betreuungsmaßnahmen sind einzigartig für Armenien. Durch verschiedenste Therapien wie Physio-, Musik- und Maltherapie wird das Potenzial der Kinder gefördert, denn nur so wachsen sie zu möglichst selbständigen und glücklichen Menschen heran.

Besser durchs Leben. Den Startschuss zu „Emils Kleiner Sonne“ gab 2015 der ehemalige Vorarlberger Reiseunternehmer Emil Nachbaur mit einer großzügigen Erstspende. Seinem Beispiel folgten zahlreiche engagierte Unternehmen und Freiwillige aus ganz Vorarlberg und spendeten ihre Zeit und ihr Know How, um vor Ort bei der Verwirklichung dieses Projektes mithelfen zu können. Auch im Projekt selbst steckte damals wie heute „viel Vorarlberg“ drin. „Wir sind dankbar für die psychologische und materielle Unterstützung, die unser Zentrum leisten kann. Um die laufenden Kosten auch in dieser schweren Zeit abdecken zu können, sind wir aber auf finanzielle Unterstützung angewiesen. «

EINE ETWAS ANDERE BÄCKEREI IN ARMENIEN

Seit zwei Jahren gibt es das Aregak Bäckerei-Café in Gyumri. Es bietet sechszehn Menschen mit Beeinträchtigung einen Arbeitsplatz mit einem sicheren Einkommen. Die Corona-Pandemie stellte allerdings auch hier alle vor große Herausforderungen: Erst Schließung, dann Öffnung nur für Lieferungen – es war, wie überall auf der Welt, eine schwierige Situation.

Um die Aregak Bäckerei im Geschäft zu halten wurde im Frühjahr mit der Kampagne „Unser tägliches Brot“ begonnen – eine Spendeninitiative, bei der internationale Spender/innen Brot der Aregak Bäckerei für bedürftige Menschen in Gyumri „kaufen“ und spenden konnten. Das Aregak-Team begann, dieses Brot dann kostenlos an notleidende Menschen zu verteilen. Seit April konnten so mehr als 15.000 Brotlaibe gebacken und ausgeliefert werden. „Emils Kleine Sonne“ koordinierte mit dem Aregak Bäckerei-Café und dem örtlichen Fischrestaurant die Verteilung von Brot und Fisch an Familien. So konnte die Bäckerei im Geschäft bleiben und das Personal weiter bezahlt werden.

Ausbau. 2021 soll sowohl der Keller, als auch die Aregak Bäckerei ausgebaut werden, um die Dienstleistungen, wie zum Beispiel das Catering, erweitern und so noch mehr Menschen mit besonderen Bedürfnissen einstellen zu können.

Rache oder Vergebung

Rache spielt im gewöhnlichen Leben eine viel größere Rolle als die meisten annehmen, sagt Bestsellerautor und Gerichtspsychiater Reinhard Haller. In der Fastenzeit wird er eine Serie über Schuld und Vergebung schreiben.

INTERVIEW: MONIKA SLOUK

Herr Haller, Ihr neuestes Buch, das im April erscheinen wird, beschäftigt sich mit Rache. Das klingt nach einem düsteren Buch. Wieso soll man es lesen?

Reinhard Haller: Rache spielt im Leben eine enorm wichtige Rolle, ist aber voll tabuisiert. Wahrscheinlich haben wir uns alle schon einmal gerächt. Jeder Mensch hat Rachegedanken und ist schon Opfer geworden. Es ist ein lebensbegleitendes Gefühl. Wenn wir es besser kennenlernen, wird es entschärft. Es ist komplexer, widersprüchlicher, vielfältiger als alle anderen Gefühle. Es gibt aber kaum wissenschaftliche Arbeiten über Rache. Und man schämt sich für Rachefantasien.

Woher kommt diese Scham?

Haller: Rache ist verpönt. Entweder man spielt den „starken Mann" und macht Rache öffentlich, oder man tabuisiert sie. Rache löst einerseits Lust und Befriedigung aus, andererseits Schuldgefühle, ein „schlechtes Gewissen", weil sie als moralisch verwerflich gilt. Man will mit Rache einen Ausgleich herstellen, den Selbstwert reparieren, den anderen strafen, der es gewagt hat, einen zu demütigen. Vergebung heißt, auf Rache zu verzichten. Die Rache-Spirale ist das Problem. Dadurch wird Rache überdimensional groß.

Wie ist Vergebung psychologisch möglich?

Haller: Vergebung ist Ausdruck eines reifen, souveränen, gelassenen Charakters, der über die Schädigung hinwegsehen kann. Wenn der Mensch Vergebung üben will, ist das etwas Starkes, nichts Schwaches. Religiös gesagt, bringt Vergebung das Liebesgebot radikal zur Anwendung. Rache gehört zur Grundausstattung der menschlichen Gefühle. Ist Rache süß oder bitter? Am Anfang süß, doch wird sie später durch die Schuldgefühle bitter. Die Frage ist, wie ich mein inneres Gleichgewicht wiederfinden kann, wie ich mich von der Rache entlasten kann.

Wie kann man jemandem vergeben, der die Schuld nicht einsieht? Der Mann, der seine Frau und vier kleine Kinder verlässt, um mit einer neuen Freundin zu leben. Ist es nicht zu viel verlangt von der Frau, ihm zu vergeben?

Haller: Vergeben ist nicht zu verwechseln mit vergessen. Die Wunde kann vernarben, man kann sich von negativen Gefühlen befreien. Den Fokus muss man in so einer Situation auf sich selbst legen, nicht auf den anderen. Wenn dich einer auf die rechte Wange schlägt, dann halte ihm auch die linke hin, sagt die Bibel. Das schaffen die meisten Menschen nicht. Die Frage ist: Wie bewegen wir uns in eine kultivierte Richtung, mit Kränkungen umzugehen?

> „Wahrscheinlich haben wir uns alle schon einmal gerächt."
>
> REINHARD HALLER

Sie hatten und haben als Gerichtsgutachter viel mit Verbrechern zu tun. Was ist das Böse? Ist es eine eigene Kraft? Oder fehlt es nur am Guten?

Haller: Das Böse kann man schwer fassen. Niemand hat eine umfassende Definition, obwohl wir doch alle wissen, was gemeint ist. Wahrscheinlich brauchen wir das Böse. Wo Licht ist, ist Schatten. Wenn der menschliche Wille frei ist, muss er sich auch zum Bösen entscheiden können, nicht nur zum Guten. Ich denke, das Böse ist das Fehlen der positiven Empathie, der Fähigkeit, sich in andere Menschen hineinzuversetzen.

Gibt es so etwas wie eine böse Absicht? Oder entsteht Böses, weil die Täter/innen gerade nicht zum Guten fähig sind?

Haller: Man kann sich zum Bösen entscheiden. Natürlich wird das Böse oft im Namen des Guten getan, das galt für die Kreuzritter genauso wie die Dschihadisten und sogar für die Hexenverbrennungen. Die Kreuzritter würden sich wundern, wenn wir ihnen sagen würden, dass wir ihre Taten heute anders beurteilen als sie. Es gibt aber auch Menschen, die tatsächlich etwas Böses tun wollen. An sich ist der Aggressionstrieb ein Überlebenstrieb. Ein Tier reißt ein anderes, um sich Nahrung zu verschaffen. Auch der Mensch hat ein hohes Maß an Aggressivität. Aggressivität ist Lebenskraft. Wenn man sie kultiviert, ist sie konstruktiv, nicht destruktiv. Das ist unsere eigentliche Aufgabe: Das Potenzial des Bösen in positive Formen zu sublimieren. In der Realität schaukeln sich Emotionen empor, Alkohol oder Drogen enthemmen, auch psychische Störungen wie der Wahn können zum Bösen verführen. Die soziale Situation ist ausschlaggebend, wie bei den vielen Nationalsozialisten, die überzeugt waren, ihre Pflicht zu tun.

Sie haben jahrzehntelang eine Klinik für Suchtkranke geleitet. Da ist die Grenze besonders dünn: Wo ist Krankheit? Wo ist Schuld? Wo ist Unfähigkeit, sich zu ändern?

Haller: Sucht als böses Verhalten zu definieren bringt überhaupt nichts. Wenn sich Süchti-

Der Gerichtspsychiater Reinhard Haller betrachtet Schuld und Vergebung aus psychologischer Perspektive. KATHOLISCHE KIRCHE VORARLBERG/VERONIKA FEHLE

ge schuldig fühlen, werden sie erst recht zum Suchtmittel greifen. Sucht ist eine Krankheit, für die man wirklich nichts kann. Oder es ist ein Selbstheilungsversuch, zum Beispiel aus der Depression. Schuld beginnt dort, wo Sie nichts dagegen tun. Zuckerkranke sind auch nicht schuld, dass sie krank sind, aber sie können Diät halten.

Herr Haller, wie sind Sie denn ursprünglich dazu gekommen, sich so intensiv mit den dunklen Seiten des Lebens zu beschäftigen?

Haller: Das weite Land der Seele hat mich immer fasziniert. Man kann es nicht mit Berechnungen erfassen, es spielt sich in anderen Dimensionen ab. Man kann es nie begreifen. Körper, Geist und Seele gehören zusammen. Für die Gesundheit sind alle drei Dimensionen wichtig. Die Beschäftigung mit diesen Zusammenhängen hat mich interessiert und erfüllt.

„Wenn sich Süchtige schuldig fühlen, werden sie erst recht zum Suchtmittel greifen."

REINHARD HALLER

Die Corona-Pandemie bedeutet für viele Menschen eine enorme psychische Belastung. Wie bleiben wir in der Krise gesund?

Haller: Es ist wichtig, dass wir eine gewisse Widerstandskraft und Bewältigungsstrategie entwickeln. Wir sind die erste Generation, die keinen Krieg und keine große Katastrophe durchgemacht hat. Corona ist so etwas wie ein anti-narzisstisches Virus. Spätestens seit der Jahrtausendwende leben wir in einer narzisstischen, selbstverliebten Gesellschaft. Die Pandemie zeigt, dass wir verletzliche Wesen, endliche Wesen sind. Globalisierung und Reisewut stoßen an ihre Grenzen. Ein Problem, das ohnehin schon groß war, ist jetzt unübersehbar: die Vereinsamung der Menschen. Dieses große Problem wird es auch nach Corona geben. Wichtig in der Krise ist, nicht nur auf das Angstvolle, sondern auf das Positive zu blicken. Wir können den Zusammenhalt stärken, Durchhaltevermögen entwickeln. Dann kommt noch die Verunsicherung dazu, dass das Ende nicht absehbar ist. Aber Pandemien gehen immer vorbei. Auch die Spanische Grippe ging nach zwei Jahren vorbei. Die Impfung ist eine große Erleichterung.

Die Vereinsamung bleibt auch nach Corona, haben Sie gesagt. Was können wir dagegen tun?

Haller: Institutionen, die eigentlich gemeinschaftsbildend sind, sind in der Krise – Kirchen ebenso wie zum Beispiel Parteien oder Gewerkschaften. Wichtig ist, dass wir trotz aller digitalen Möglichkeiten die Empathie – face to face – nicht zu kurz kommen lassen. Am meisten gefährdet sind die Älteren. Depressionen und Phobien führen zu Vereinsamung. Es ist wichtig, sie zu behandeln. Corona sensibilisiert für dieses schwierige Thema.

Wie ist die Spanische Grippe eigentlich zu Ende gegangen?

Haller: So ein Virus mutiert oder verschwindet wieder. Auch Corona wird früher oder später in eine harmlosere Form mutieren oder verschwinden, wie es gekommen ist. «

▶ Mehr Infos zur Fastenserie unter **www.kirchenblatt.at/fastenserie**

SCHULD UND VERGEBUNG

Reinhard Haller

„Das Wunder der Wertschätzung", „Die Narzissmusfalle" und „Nie mehr süchtig sein" gehören zu seinen Bestsellern, demnächst erscheint sein nächster Band über „Rache". Reinhard Haller schrieb und schreibt beliebte Bücher und berühmte Gerichtsgutachten. Mit dem mehrfachen Sexualmörder Jack Unterweger, Briefbombenattentäter Franz Fuchs, Inzestvater und -großvater Josef Fritzl und vielen anderen Kriminellen war Haller im Gespräch, um dem Gericht ein psychiatrisches Gutachten vorzulegen. Unermüdlich geht er dem auf den Grund, was er „das weite Land der Seele" nennt. 33 Jahre lang leitete er eine Klinik für Suchtkranke in Vorarlberg. In Zusammenarbeit mit den Kirchenzeitungen wird der Psychiater während der Fastenzeit über Schuld aus psychologischer Sicht und die Wurzeln der Schuldgefühle schreiben und erklären, wie man sie überwinden kann.

SONNTAG

5. Sonntag im Jahreskreis – Lesejahr B, 7. Feber 2021

Die Hilfe Gottes gibt es wirklich

Das Wirken Gottes in der Welt bewusst sichtbar zu machen ist die erste Berufung der Christen.

1. Lesung

Ijob 7,1–4.6–7

Íjob ergriff das Wort und sprach: Ist nicht Kriegsdienst des Menschen Leben auf der Erde? Sind nicht seine Tage die eines Tagelöhners? Wie ein Knecht ist er, der nach Schatten lechzt, wie ein Tagelöhner, der auf seinen Lohn wartet. So wurden Monde voll Enttäuschung mein Erbe und Nächte voller Mühsal teilte man mir zu. Lege ich mich nieder, sage ich: Wann darf ich aufstehn? Wird es Abend, bin ich gesättigt mit Unrast, bis es dämmert. Schneller als das Weberschiffchen eilen meine Tage, sie gehen zu Ende, ohne Hoffnung. Denk daran, dass mein Leben nur ein Hauch ist! Nie mehr schaut mein Auge Glück.

2. Lesung

1 Korinther 9,16–19.22–23

Wenn ich das Evangelium verkünde, gebührt mir deswegen kein Ruhm; denn ein Zwang liegt auf mir. Weh mir, wenn ich das Evangelium nicht verkünde! Wäre es mein freier Entschluss, so erhielte ich Lohn. Wenn es mir aber nicht freisteht, so ist es ein Dienst, der mir anvertraut wurde. Was ist nun mein Lohn? Dass ich unentgeltlich verkünde und so das Evangelium bringe und keinen Gebrauch von meinem Anrecht aus dem Evangelium mache. Obwohl ich also von niemandem abhängig bin, habe ich mich für alle zum Sklaven gemacht, um möglichst viele zu gewinnen. Den Schwachen bin ich ein Schwacher geworden, um die Schwachen zu gewinnen. Allen bin ich alles geworden, um auf jeden Fall einige zu retten. Alles aber tue ich um des Evangeliums willen, um an seiner Verheißung teilzuhaben.

Evangelium

Markus 1,29–39

In jener Zeit ging Jesus zusammen mit Jakobus und Johannes in das Haus des Simon und Andreas. Die Schwiegermutter des Simon lag mit Fieber im Bett. Sie sprachen sogleich mit Jesus über sie und er ging zu ihr, fasste sie an der Hand und richtete sie auf. Da wich das Fieber von ihr und sie diente ihnen. Am Abend, als die Sonne untergegangen war, brachte man alle Kranken und Besessenen zu Jesus. Die ganze Stadt war vor der Haustür versammelt und er heilte viele, die an allen möglichen Krankheiten litten, und trieb viele Dämonen aus. Und er verbot den Dämonen zu sagen, dass sie wussten, wer er war. In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten. Simon und seine Begleiter eilten ihm nach, und als sie ihn fanden, sagten sie zu ihm: Alle suchen dich. Er antwortete: Lasst uns anderswohin gehen, in die benachbarten Dörfer, damit ich auch dort verkünde; denn dazu bin ich gekommen. Und er zog durch ganz Galil{ä´}a, verkündete in ihren Synagogen- und trieb die Dämonen aus.

EINHEITSÜBERSETZUNG DER HEILIGEN SCHRIFT, VOLLSTÄNDIG DURCHGESEHENE UND ÜBERARBEITETE AUSGABE
© 2016 KATHOLISCHE BIBELANSTALT GMBH, STUTTGART

Im Hl. Land steht eine anmutige, moderne Kirche über den Ausgrabungen des sogenannten „Haus des Petrus". Dort ist diese Erzählung aus dem heutigen Evangelium historisch festgemacht. Das Holzrelief aus dieser Kirche zeigt Jesus, der am See Genezareth die Kranken heilt. KATHBILD.AT / FRANZ JOSEF RUPPRECHT

Ja, gut ist es, unserem Gott zu singen und zu spielen,
ja, schön und geziemend ist Lobgesang.
Der Herr baut Jerusalem auf,
er sammelt die Versprengten Israels.
Er heilt, die gebrochenen Herzens sind,
er verbindet ihre Wunden.
Er bestimmt die Zahl der Sterne
und ruft sie alle mit Namen.
Groß ist unser Herr und gewaltig an Kraft,
seine Einsicht ist ohne Grenzen.
Der Herr hilft auf den Gebeugten,
er drückt die Frevler zu Boden.

ANTWORTPSALM (AUS PSALM 147)

WORT ZUM SONNTAG

Dazu ist Jesus gekommen

Petrus hat es eilig, Jesus um Hilfe für seine Schwiegermutter zu bitten. „Sogleich" heißt es, sprach er ihn darauf an. Und Jesus reagiert unmittelbar. Er heilt sie. Diese Stelle erinnert an das bekannte: Wer bittet, der empfängt; wer anklopft, dem wird aufgetan (Mt 7,8). Das ist die Mindestanforderung an uns: Aufstehen, anklopfen, um den Herrn um Hilfe zu bitten. Dann wird er uns auch helfen. Vielleicht nicht so, wie wir uns das wünschen. Aber gewiss so, wie es das Beste für uns ist.

Jesus sagt: Dazu bin ich gekommen, zu verkündigen und zu heilen. Oftmals beschränken wir uns auf das Verkündigen, also auf das Predigen. Dabei brauchen viele Menschen eine helfende, eine heilende Hand. Gewiss, wir sind keine Zauberer oder Wunderheiler. Und dennoch müssen wir Leib und Seele als Einheit verstehen. Wem es körperlich schlecht geht, der wird auch kein aufmerksames Ohr für das Wort Gottes haben. Erst als die Schwiegermutter geheilt ist, kann sie dem Herrn dienen. Also sozial und karitativ handeln.

Schon Hiob fragt sich in der ersten Lesung: Wann darf ich wieder aufstehen? Er wurde von Gott auf Herz und Nieren geprüft. Er ist sich bewusst, dass das Leben eines Menschen eines Tages enden wird, enden muss. Und setzt seine ganze Hoffnung auf den Herrn.

Verehrte Leser, die Bibel ist nicht harmlos. Lesen wir diese Texte in Zeiten einer Krankheit, die uns alle einschränkt und belastet, dann verstehen wir deutlicher, wie ernst es unserem Gott mit uns ist. Er hat versprochen, uns zu heilen. Am Ende des Lebens ruht alle Hoffnung auf ihm.

ZUM WEITERDENKEN

Warum müssen gerade die Frommen so viel leiden? Eine fromme Antwort lautet: Weil ihr Herz ganz Gott gehören soll. Nur von ihm kommt wahre Hilfe. Menschliche Hilfe bleibt demgegenüber zerbrechlich.

FLOYD

MARKUS ST. BUGNYAR
Priester der Diözese Eisenstadt,
Rektor des Österreichischen Pilger-Hospizes in Jerusalem.
Den Autor erreichen Sie unter
▶ sonntag@koopredaktion.at

IN ALLER KÜRZE

Margaret Karram
FOKOLARBEWEGUNG/CSC AUDIOVISIVI

■ **Karram folgt Voce nach.** Die Araberin Margaret Karram (58) ist seit Sonntag neue Präsidentin der weltweiten Fokolarbewegung und Nachfolgerin von Maria Voce (83), die ihr Amt aus Altersgründen abgab. Karram wurde 1962 in der israelischen Großstadt Haifa geboren und stammt aus einer katholisch-palästinensischen Familie. Der Fokolarbewegung, die 1943 in Trient von der damals 23-jährigen Chiara Lubich gegründet wurde, stehen rund zwei Millionen Menschen in 182 Ländern nahe. Unter ihnen sind Katholiken und Angehörige anderer Religionen wie Judentum, Islam oder Buddhismus, aber auch Menschen ohne religiöses Bekenntnis.

■ **Neue Chefredakteurin.** Sophie Lauringer wird mit 1. März die Leitung der Wiener Kirchenzeitung „Der Sonntag“ übernehmen. Sie folgt Michael Ausserer nach. Lauringer verfügt über breite journalistische Erfahrung und war die vergangenen 18 Jahre für die Salesianer Don Bosco tätig.

■ **Familienhärtefonds ausweiten.** Eine Ausweitung des Corona-Familienhärtefonds und eine Verlängerung über den 31. März hinaus fordert die „Aktion Leben“. Aktuell können Familien bei Einkommensverlusten aufgrund von Kurzarbeit und Arbeitslosigkeit eine Einmalzahlung aus diesem Fonds beantragen – für maximal drei Monate. „Zu Beginn der Pandemie war dies eine wichtige Hilfe“, meint Generalsekretärin Martina Kronthaler. Doch zehn Monate später sei es dringend notwendig, die Anspruchsdauer zu verlängern, sagt Kronthaler.

Umgang mit homosexuellen Paaren

„Noch nicht das letzte Wort der Kirche“

Kann die Kirche homosexuelle Partnerschaften segnen? Der Theologe Martin M. Lintner hielt bei einer Online-Veranstaltung der Regenbogenpastoral Österreich einen Vortrag zum Thema.

Verschiedene Stimmen und Veröffentlichungen aus der Kirche in Deutschland und Österreich hatten in den letzten Wochen das Thema „Segnung für homosexuelle Partnerschaften“ im Fokus. Die Regenbogenpastoral Österreich, die sich insbesondere um die Seelsorge mit Menschen verschiedener sexueller Ausrichtung kümmert, setzte sich vergangene Woche im Rahmen ihrer Regenbogenakademie vertieft mit den jüngsten Entwicklungen auseinander.
Ausgangspunkt des Referenten Martin M. Lintner, Moraltheologe an der Philosophisch-Theologischen Hochschule Brixen und europaweit anerkannter Experte zum Thema Sexualmoral, waren Aussagen von Papst Franziskus. Dieser hatte sich für eine zivilrechtliche Absicherung homosexueller Paare ausgesprochen. Gegen Stimmen, die angesichts dieser Aussagen im innerkirchlichen Bereich noch keine Auswirkung sehen, sieht Lintner hier doch eine Veränderung, die „in dieser Deutlichkeit bisher noch nicht gegeben war“.

Diskussion. Lintner skizzierte die Diskussion in Deutschland, die zuletzt durch das Bekanntwerden des Ergebnisses eines Beratungsprozesses für das Bistum Limburg weiter angeregt wurde: Demnach haben von 38 angefragten Theologen 32 zustimmend auf ein Thesenpapier reagiert, das Segnungen für Paare vorsieht, die katholisch nicht heiraten können – etwa Geschiedene in zweiter Ehe oder eben homosexuelle Paare. Lintner wies auch auf die vom Linzer Liturgiewissenschaftler Ewald Volgger vorgeschlagene, im Auftrag des Österreichischen Liturgischen Instituts erarbeitete Feiervorlage für eine solche Benediktionsfeier hin.

Gegenargumente. Allerdings verschwieg Lintner nicht die gegenläufigen Argumente und Haltungen. Länger ging er dabei auf eine öffentlich umstrittene Predigt des Passauer Bischofs Stefan Oster zum Fest der Heiligen Familie ein, in welcher dieser unter anderem die bislang nicht veränderte Lehre der Kirche betonte, wonach homosexuelle Akte Sünde seien – und über inter-, trans- und homosexuelle Personen mit den Worten „Beeinträchtigung“ und „Mangel“ referiert wurde.
Am Schluss seines Vortrags – und vor einer angeregten Diskussion – hielt der Südtiroler Theologe seine Hoffnung fest, dass dies nicht das letzte Wort in der Kirche in dieser Angelegenheit ist und Veränderungen durchaus möglich sind. Dieser Hoffnung schloss sich auch Franz Harant, der Leiter der Regenbogenpastoral Österreich, an. «

Der Jesuit Hans Zollner ist Leiter des katholischen Kinderschutzzentrums (CCP) an der Päpstlichen Universität Gregoriana in Rom. KNA

Pandemie fördert Missbrauch von Kindern

Nach Erkenntnissen des katholischen Kinderschutzexperten Hans Zollner befeuert die Corona-Pandemie den Konsum von Kinderpornografie und reale Missbrauchstaten. Die Zugriffe auf Internetseiten mit Darstellungen sexuellen Missbrauchs und sexueller Gewalt an Kindern hätten deutlich zugenommen, beklagt der Präsident des katholischen Kinderschutzzentrums CCP in Rom. Er bemängelt, „dass die technischen Möglichkeiten nicht ausgeschöpft werden, um solche Abbildungen zu finden, zu löschen und diejenigen zu bestrafen, die sie hochgeladen haben“.

Maßnahmen zum assistierten Suizid

Nachdem der Verfassungsgerichtshof (VfGH) im Dezember entschieden hat, die Beihilfe zum Suizid ab 2022 nicht mehr unter Strafe zu stellen, fordert der Katholische Familienverband Österreichs (KFÖ) Regierung und Gesetzgeber auf, bei flankierenden Maßnahmen zum assistierten Suizid umgehend tätig zu werden. Um dem Druck auf kranke und alte Menschen, von der erlaubten Beihilfe zum Suizid Gebrauch zu machen, entgegenzuwirken, fordert der KFÖ u. a. den flächendeckenden Ausbau mobiler und stationärer Palliativmedizin sowie den Ausbau der Telefonseelsorge.

In Wien gab es Proteste gegen die aktuelle Abschiebepolitik der Regierung und dem jüngsten Einsatz der Sondereinheit der Polizei (WEGA). HANS PUNZ / APA / PICTUREDESK.COM

Kritik an Abschiebung von Kindern

Mahnung zu Menschlichkeit

Die jüngst durchgeführte nächtliche Abschiebung von drei in Wien und Niederösterreich lebenden Kindern und ihren Familienangehörigen nach Georgien und Armenien sorgt für heftige Kritik.

„Die erschütternden Bilder von der Abschiebung von Kindern durch ein polizeiliches Großaufgebot zeigen auf eindrückliche Weise, dass eine Entpolitisierung und Versachlichung des Instruments des humanitären Bleiberechts in Härtefällen dringend notwendig ist“, hielt der Vorsitzende der Österreichischen Bischofskonferenz, Erzbischof Franz Lackner, fest. Er appelliere an die Bundesregierung, „in einen Dialog mit der Zivilgesellschaft zu treten, um Lösungen zu finden, wie das Bleiberecht und die anderen für Härtefälle zur Verfügung stehenden rechtskonformen Möglichkeiten im Sinn der Menschlichkeit besser genützt werden können, ohne eine ungeregelte Zuwanderung anzuheizen.“ Die österreichischen Bischöfe plädierten zugleich für eine verpflichtende Einbindung der Verantwortlichen von Gemeinden und Ländern bei Bleiberecht-Entscheidungen. Nötig sei ein „nüchterner und zugleich menschlicher Blick auf jedes einzelne Schicksal.“

Menschenunwürdig. Gerade in der Corona-Pandemie sei es „mehr als beschämend und menschenunwürdig“, dass in Österreich Kinder, darunter auch in Österreich geborene, und ihre Familien „nach mehr als zehn Jahren aus ihrem Leben gerissen werden anstatt Möglichkeiten, wie humanitäres Bleiberecht, in Betracht zu ziehen“, hieß es in einer Aussendung der Bundesjugendvertretung, in der neben der Katholischen Jungschar auch die Katholische Jugend Mitglied ist. Harsche Kritik am Vorgehen des Innenministeriums und der Fremdenpolizei in der Nacht von Mittwoch auf Donnerstag vergangener Woche kamen u. a. auch von der Caritas, der Diakonie, von der Österreichischen Ordenskonferenz und von Vertretern der Katholisch-Theologischen Fakultät der Uni Wien.

Kinderrechte? Zutiefst betroffen von den Abschiebungen ist auch Bundespräsident Alexander Van der Bellen. „Ich kann und will nicht glauben, dass wir in einem Land leben, wo dies in dieser Form wirklich notwendig ist“, sagte er in einem auf Facebook veröffentlichten Video. „Wir müssen einen Weg des menschlichen, respektvollen Umganges miteinander finden. Gerade, wenn Kinder die Hauptleidtragenden sind.“ Er habe in diesem Fall keine formale Zuständigkeit, „aber sehr wohl eine klare Haltung“, betonte der Präsident. „Um es ganz deutlich zu sagen: Jedes Staatsorgan muss selbstverständlich auf Basis der geltenden Gesetze handeln“, sagte Van der Bellen. Er kenne die Akten der konkreten Verfahren zwar nicht, fragte aber, ob es nicht einen rechtlichen Spielraum gegeben hätte: „Was ist mit den Rechten der Kinder, den Kinderrechten, die gewährleistet sind? Wurden die Kinder ausreichend gehört?“ Er appelliere an alle, „die hier Verantwortung tragen“, dem Wohl von Kindern und Jugendlichen Vorrang zu geben. KATHPRESS «

IN ALLER KÜRZE

■ **Kurienreform.** Die Reform der römischen Kurie durch Papst Franziskus soll nach Aussage von Kardinalstaatssekretär Pietro Parolin noch 2021 abgeschlossen werden. Ausstehende Reformschritte sind laut Parolin eine Zusammenlegung der Missionskongregation „Propaganda fide“ mit dem Päpstlichen Rat zur Neuevangelisierung sowie der Bildungskongregation mit dem Päpstlichen Kulturrat. Die wichtigsten Reformen habe der Papst im Finanzbereich getan, indem er den Wirtschaftsrat, das Wirtschaftssekretariat und das Amt des Generalrevisors geschaffen und deren Kooperation mit der Vermögensverwaltung APSA geregelt habe.

■ **Schule.** Für den deutschen Jesuiten und Pädagogen Klaus Mertes wird in der Pandemie deutlich, dass schulische Bildung nicht auf digitale Lernformen reduziert werden darf. Für Bildung im umfassenden Sinn brauche es nicht nur das Bereitstellen von Informationen und individualisierten Arbeitsaufträgen, sagt der langjährige Leiter der Jesuitenschule Kolleg Sankt Blasien. Zur Schule gehöre auch „das soziale Geschehen, das sich nur im direkten Diskurs ereignen kann: die Öffentlichkeit im Klassenzimmer, das Agieren in Kleingruppen, die nonverbale Kommunikation, ja selbst die gemeinsamen Pausen“. Mertes unterstützte zugleich die Fortschritte bei der Digitalisierung von Schule. Wichtig sei aber, über das richtige Maß des Digitalen in der Bildung nachzudenken.

■ **Gedenktag für Senioren.** Um die Rolle älterer Menschen zu stärken, hat Papst Franziskus den „Welttag für Großeltern und Senioren“ eingeführt. Er soll jährlich am vierten Sonntag im Juli begangen werden, wie Franziskus ankündigte. Für diesen ersten Gedenktag am 25. Juli ist laut Vatikan eine Papstmesse im Petersdom vorgesehen.

Pastinaken schmecken leicht süßlich, würzig und angenehm nussig. CALANDRA/STOCKADOBE.COM

Hühnerbrust mit Wurzelsauce und Erdäpfel-Pastinaken Püree

ZUTATEN (für 4 Personen)

- 480 g Hühnerfilet
- 400 g Wurzelgemüse, würfelig
- 30 g Tomatenmark
- Butterschmalz
- 100 ml Rotwein
- 200 ml Gemüsebrühe
- jeweils etwas Salz, Koriander, Senfkörner, Wacholder, Pfeffer, Thymian

ZUTATEN PÜREE

- 200 g Erdäpfel
- 200 g Pastinaken
- 40 g Butter
- 200 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer, Macis, gehackte Petersilie

ZUBEREITUNG

Die Hühnerfilets halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf beiden Seiten in Butterschmalz anbraten und aus der Pfanne nehmen.
Nun das Gemüse anrösten und das Tomatenmark kurz mitrösten. Mit dem Rotwein ablöschen und der Gemüsebrühe aufgießen. Die Gewürze und das Fleisch dazugeben und saftig-weich dünsten. Anschließend das Fleisch warm stellen und das Gemüse pürieren. Bei Bedarf die Sauce noch etwas binden.
Für das Püree Erdäpfel kochen. Pastinaken würfeln und in aufgeschäumter Butter anschwitzen. Mit der Brühe aufgießen, weich dünsten und pürieren. Die gekochten Erdäpfel pressen, mit den pürierten Pastinaken gut vermischen und den Gewürzen abschmecken.
Hühnerfilet mit Wurzelsauce und Püree anrichten und mit gehackter Petersilie garnieren.

▶ TEM-Info: Ein ausgleichendes Gericht, passend für die Spätwinterzeit.

Wasser treten nach Kneipp – eine der bekanntesten Anwendungen der TEM. KZENON/STOCKADOBE.COM

Natürliche Heilkunst hat auch in Europa eine lange Tradition. Vor allem die Stärkung der individuellen Konstitution und die Aktivierung von Selbstheilungskräften stehen im Zentrum der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM).

ELISABETH RABEDER / BRIGITTA HASCH

Traditionelle Medizin stärkt das

Begleitend zur Schulmedizin kann die TEM jedem Menschen archetypgerecht helfen, gesund zu bleiben und leichte Dysbalancen des Körpers selbst auszugleichen. Die fünf Säulen der traditionellen Medizin sind Ernährung, Heilpflanzen, Wasseranwendungen, Lebensstil/Lebensordnung und Bewegung.

Ernährung. Leistungsfähigkeit, Wohlbefinden – all das kann die Ernährung beeinflussen. Archetypische Kost unterscheidet sich je nach Typ in der Art der Zubereitung: Ein Choleriker braucht eher Gedünstetes, der Melancholiker Geschmortes, der Phlegmatiker muss bei Cremen und Saucen aufpassen. Nur der Sanguiniker verträgt beinahe alles. Auch Beilagen und Gewürze sind angepasst. Sogar fasten lässt sich archetypengemäß.

Heilpflanzen. Kräuter und Pflanzen haben in der TEM ihren Fixplatz. Die nicht ganz unumstrittene Signaturenlehre der TEM unterscheidet sich von der Phytotherapie in der Schulmedizin, wo einzelne Wirkstoffe aus der Pflanze isoliert und verwendet werden. In der TEM wird die Pflanze – so, wie der Mensch – als Ganzes betrachtet. Wuchs, Standort, Geschmack, Farbe, Duft geben Aufschluss über die Heilkraft.

Wickel und Wasseranwendungen. Güsse, Wickel, Bäder, Teilbäder mit warmem und kaltem Wasser waren schon bei Pfarrer Kneipp ein probates Mittel um die Selbstregulation des Körpers anzuregen.

Lebensordnung. Das psychosoziale Umfeld mit Beziehungen, Arbeit sowie der Lebensstil und -rhythmus können einen krank machen oder zur Glücksquelle werden. Meditation, spirituelle Gespräche, Sensibilisierung der Körperwahrnehmung und Tipps für mehr seelische Widerstandskraft regen zu Veränderung und Neuorientierung an.

Bewegung. Wer sich bewegt, dessen Energie bleibt im Fluss. Der Organismus wird gekräftigt, der Geist klärt sich und depressive Phasen haben wenig Chance. Wandern im Kräutergarten, Bogenschießen und Wyda – das „Yoga der Kelten“ – sind ganz spezielle Angebote der TEM.

Mit allen Sinnen erkennen und heilen. Beobachtungsgabe und die Sensibilität der Sinne helfen einem TEM-Arzt / einer TEM-Ärztin bei der Diagnose. „Wir behandeln kein Symptom, sondern beachten das Zusammenspiel der Organe und Funktionen

Immunsystem

und versuchen Schwächen auszubalancieren, noch bevor sie sich in einer Krankheit manifestiert“, sagt TEM- und Kneipp-Ärztin Michaela Lehmann aus Bad Kreuzen. Für und mit jedem Gast/Patienten wird ein individuelles Anwendungs- bzw. Therapiekonzept erstellt, mit guten Erfolgen bei folgenden Beschwerden:

- Stress, Erschöpfung
- Erkrankungen des Bewegungsapparates und des Herz-Kreislauf-Systems
- Migräne
- Schlafstörungen
- Verdauungsprobleme, Unverträglichkeiten
- Wechselbeschwerden
- Allergien
- geschwächtes Immunsystem

Zu den Methoden gehören Massagen, die TEM-Reflexpunkte-Behandlung oder individuelle Wasseranwendungen. Wichtig ist für Ärzt/innen und Therapeut/innen in der TEM, jedem Menschen Know-how und Handwerkszeug mitzugeben, damit er auch in fordernden Zeiten gut für sich selbst sorgen kann, um in seiner Kraft und Mitte zu bleiben. «

▶ Die Marienschwestern sind mit dem Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin in Bad Kreuzen und dem Curhaus in Bad Mühllacken, das auf bewusste Ernährung, Fasten und Detox spezialisiert ist, Pioniere in der TEM.

Die TEM-Archetypen

Kaum jemand ist ein Reintyp, sondern wir alle sind Mischtypen mit einer Hauptprägung. Außerdem spielen die momentane Gestimmtheit, die Lebensphase und -situation eine Rolle.

Sanguiniker. „Was kostet die Welt, ein Aufgeben kommt nicht in Frage“ – Der Luftikus unter den Typen ist lebhaft, kontaktfreudig, kreativ, unterhaltsam, unbeschwert, leicht zu begeistern und zu unterhalten. Es fehlt aber manchmal das gewisse „Sitzfleisch“, um die 1.000 Ideen und Gedanken umzusetzen, und er wirkt oftmals oberflächlich.
Schwachstellen: Fieberschübe, Entzündungen, Atemwegserkrankungen, Hautirritationen und Allergien. Ist ein Sanguiniker krank, dann kaum chronisch, sondern kurz und heftig. Stärkend: Eher kühlende Anwendungen.

Phlegmatiker. „Probier‘s mal mit Gemütlichkeit“ – So sieht der Phlegmatiker das Leben. Er ist konzentriert, ausdauernd, eher introvertiert, beobachtend, diplomatisch, kann zuhören und vermitteln. Andererseits ist er wenig begeisterungsfreudig, unentschlossen, starrköpfig und er hasst Druck. Phlegmatische Typen sollten sich zum Sport aufraffen – ihnen tut Bewegung besonders gut.
Schwachstellen: Stoffwechselstörungen, Magenverstimmung, Venenentzündung, Schilddrüsenunterfunktion, Übergewicht, geschwollene Gelenke, Ödeme, Nierenprobleme. Beschwerden sind oft moderat, aber langwierig oder chronisch. Stärkend: Wärmende und trocknende Anwendungen.

Choleriker. „Immer schneller, höher und besser“ – Der extrovertierte Macher und Hitzkopf nimmt das in Angriff, wo andere zaudern. Probleme löst er konstruktiv, beherzt, ehrgeizig, entschlossen und einsatzfreudig. Er misst sich gerne mit anderen, solange er der Bessere ist. Er ist selten zufrieden, kann aufbrausend und ungeduldig sein. Unter den Cholerikern finden sich viele Workaholics.
Schwachstellen: Neigung zu Magenproblemen, Infektionen, Entzündungen der Gelenke, Leber- und Galleprobleme, Gastritis, Spannungskopfschmerzen, Allergien, Bluthochdruck, Nervosität, Stresssymptome, Herzrhythmusstörungen. Heftige Schmerzzustände sind typisch für ihn. Latente Burn-out-Gefahr. Stärkend: Kühlende und beruhigende Anwendungen.

Melancholiker. „Wenn schon, dann perfekt“ – Der introvertierte Denker hat künstlerische Fähigkeiten, geht mit Intuition und Menschenkenntnis ans Werk. Sein Sinn für Ästhetik und Genauigkeit zeichnet ihn aus. Er ist analytisch, gewissenhaft, nachdenklich, tiefgründig und neigt zum Grübeln. Auch er sollte sich zu regelmäßiger Bewegung aufraffen.
Schwachstellen: Verdauungsprobleme, Schilddrüsenunterfunktion, Appetitlosigkeit, Erschöpfung, niedriger Blutdruck, Arthritis, schwache Abwehrkräfte, Müdigkeit, Depression. Stärkend: Zufuhr von Wärme und Feuchtigkeit.«

BEGLEITEN
BELEBEN
BESTÄRKEN

ELISABETH RABEDER
LEITERIN CURHAUS
MARIENSCHWESTERN,
BAD MÜHLLACKEN
www.tem-zentrum.at

Neues Buch von Elmar Simma

In der Sprache der Dichter

Vikar Elmar Simma ist ein Autor spiritueller Bücher, die lebensfördernd sind. In seinem neuesten Werk beantwortet er brennende Fragen aus seiner seelsorglichen Praxis.

WOLFGANG ÖLZ

Das Alter vergleicht der 82-jährige Elmar Simma mit dem Ausblick, den ein Wanderer nach einem anstrengenden Aufstieg vor sich hat. Man kann vieles, das während des manchmal kräfteraubenden Bergsteigens wichtig war, getrost zurücklassen. Der lebenserfahrene Simma lächelt, wenn er sagt: „Man kann manches ein bisschen lockerer nehmen, mitunter zufrieden zurückschauen auf den Aufstieg und den Blick ins Weite auch genießen.“ Elmar Simma ist jedenfalls körperlich und geistig fit, und so schreibt er immer noch ein Buch nach dem anderen.

Dem Leben zulächeln, es lächelt zurück. Bei Tyrolia gilt er als echter Bestseller für Vorarlberg. In „Dem Leben zulächeln“, erschienen 2017, beschreibt er aus seinem eigenen humorvollen Naturell heraus unter anderem das Herz als den Schlüssel der Welt. Dazu zitiert er Lyrik seiner Lieblingsdichterin Rose Ausländer, die schreibt: „Immer sind es die Menschen / du weißt es / Ihr Herz ist ein kleiner Stern / der die Erde beleuchtet.“ Das Buch „In den Nebel hinein“ von 2018 ist in Kapitel geteilt, die mit Zeitwörtern wie „beten“ und „verzeihen“, aber auch mit „sich ängstigen“ und „aushalten“ überschrieben sind. Elmar Simma beschreibt in diesem Buch, wie in unklaren und nebligen Situationen die Leser/innen mehr Durchblick bekommen können.
In seinem neuesten Werk „Damit sich alles gut fügt“ hat der Priester Elmar Simma Fragen als Angelpunkt gewählt. Es handelt sich vor allem um jene brennenden Fragen, die ihm Menschen in seiner seelsorglichen Praxis gestellt haben. Da gibt es Lebensfragen, die den Sinn der Existenz thematisieren. Da gibt es Gottesfragen, die sich an die Erfahrung des Göttlichen herantasten. Und da gibt es Zukunftsfragen, die sich zum Beispiel damit beschäftigen, ob man sich aufs Älterwerden vorbereiten kann.

Verheutigung des Evangeliums. Elmar Simma ist ein Autor, der die Sprache und ihre Bilder - so wie die Dichter - sehr bewusst einsetzt. Dabei gibt es für ihn keinen Unterschied, ob er nun eine Predigt oder ein Buch schreibt. Die Forderung von der Verheutigung des Evangeliums, wie sie Papst Johannes XXIII. stellte, ist bei dem gebürtigen Rankweiler Programm. Für den langjährigen Jugend- und Caritasseelsorger sind viele der amtlichen Gebete zu abstrakt. Statt „Gott schenkt uns seine Gnade“, formuliert Elmar Simma lieber „Gott nimmt uns in seinen Arm“.
Der Gründer der Hospizbewegung in Vorarlberg regt als Gedankenexperiment an, sich die Weihnachtskrippe als corona-überfüllte Intensivstation vorzustellen. Jesus wird an jenen Orten geboren, wo man es sich gerade nicht vorstellt, wo die Lage von geistiger und menschlicher Armut geprägt ist.

Kritischer Kommentar zur Sterbehilfe. Elmar Simma ist in seinen Büchern geprägt von den großen Psychologen wie Viktor Frankl, Erwin Ringel, C.G. Jung, aber auch von den großen Theologen Kurt Marti, Karl Rahner und Kardinal Franz König. Das neue Buch liest sich auch als kritischer Kommentar zur Erlaubnis der Sterbehilfe durch den Verfassungsgerichtshof vergangenen Dezember. Kardinal Königs Ausspruch „an der Hand, nicht durch die Hand eines anderen Menschen sterben“ ist in den Büchern Elmar Simmas verwirklicht. «

Elmar Simma: Damit sich alles gut fügt.
Tyrolia 2021,
173 Seiten, € 15,95.

Gewinnspiel

Das KirchenBlatt verlost fünf Exemplare des neuen Buches von Elmar Simma. Beantworten Sie dafür folgende Frage: In welchem Jahr erschien das Buch „Dem Leben zulächeln“? Senden Sie die Antwort bis Mittwoch, 10. Februar, an:
Vorarlberger KirchenBlatt, Bahnhofstraße 13, 6800 Feldkirch
Oder senden Sie die Antwort per Mail an
E kirchenblatt@kath-kirche-vorarlberg.at

Vikar Elmar Simma hat schon mehrere Bücher geschrieben. Die Sprache und ihre Bilder setzt er dabei sehr bewusst ein. ÖLZ

Peinliche Situationen lassen sich mit einem Augenzwinkern leichter lösen.
MIGUEL ANGEL PARTIDO GARCIA/WESTEND61/APA

Angespannte Lagen humorvoll auflösen

Leben mit Augenzwinkern

„Singen ist gesund und macht Freude!“, habe ich mir gedacht und fleißig drauflosgesungen am Altar. Das war bei meiner Primizmesse, die ich vor mehr als 20 Jahren in meinem Heimatdorf in der Schweiz gefeiert habe. Über den Brillenrand nahm ich auf der Empore der Kirche einen ehemaligen Klassenkameraden wahr, der das Lachen fast nicht mehr zurückhalten konnte. Er war einer der drei Burschen, die wie ich im Internat vom Chorgesang befreit waren. Er eher aus disziplinären Gründen – ich, weil meine Tonleiter nur aus zwei Tönen bestand, die zudem auf dem Klavier nicht zu finden waren. Aus voller Überzeugung „sang“ ich mutig weiter. Mein liturgisches Solo endete ziemlich schräg. Im Anschluss an den Gottesdienst schenkte mir der Leiter des Volksmusik-Chors, der die Messfeier musikalisch verschönert hatte, schmunzelnd einen Gutschein für eine Gesangsstunde. Meine liturgische Solokarriere habe ich dennoch aufgegeben. Seither beschränke ich mich auf das Liedersuchen für die Gottesdienste. Beim Blättern im katholischen Gesangbuch der deutschsprachigen Schweiz bin ich auf ein Gebet um Humor gestoßen. Es wird Thomas Morus, dem heiligen Politiker mit Rückgrat im turbulenten England um 1500, zugeschrieben:

> „Mein liturgisches Solo endete ziemlich schräg.“
> PATER STEPHAN DÄHLER

Gebet um Humor. „Schenk mir eine gute Verdauung, Herr, und auch etwas zum Verdauen … Lass nicht zu, dass ich mir allzu viele Sorgen mache um dieses sich breitmachende Etwas, das sich ‚Ich‘ nennt. Herr, schenk mir Sinn für Humor, gib mir die Gnade einen Scherz zu verstehen, damit ich ein wenig Glück kenne im Leben und anderen davon mitteile.“

Gott ist Meister des Humors. Hoppla, ein Gebet, das sich um meine Verdauung auf allen Ebenen Sorgen macht und Humor als Weg zum glücklichen Miteinander aufzeigt! Plötzlich war mir klar, wie ich mich der „Blamage meines Solos“ hätte entziehen können: Wenn sich mein Ich der Sturheit nicht breitgemacht hätte und ich meinen Gesang unterbrochen hätte mit dem Hinweis auf meinen Kollegen aus der gymnasialen Nicht-Chor-Gruppe, der sich schon „zerkugelt vor Lachen“! Eine heitere Unterbrechung, die eine angespannte Lage humorvoll aufgelöst und die Mitfeiernden vor weiteren Misstönen bewahrt hätte – und mich vom inneren Zwang, meine fixe Idee unbedingt durchzuziehen. Damals war ich leider noch zu humorlos und dem eigenen Ich verpflichtet. Den Menschen auf Augenhöhe begegnen, offen sein für die Situationen meines Lebens und ihnen mit einem Augenzwinkern begegnen, das bedeutet für mich Humor. Gott ist ein Meister darin. Er wurde Mensch um mit uns unterwegs zu sein, wohl der größte Akt des göttlichen Humors. Wir sind eingeladen daran gläubig mitzuarbeiten. «

Humor als Lebensstil

Teil 1 von 2

MIT PATER STEPHAN DÄHLER SVD
PROVINZIAL
STEYLER MISSIONARE

Der japanische Stararchitekt Sou Fujimoto hat diese Bushaltestelle in Krumbach entworfen. Die weiteren „Bushüsle" stammen von anderen, internationalen Architekturbüros. Die Partnerarchitekten dieser Büros waren u.a. Hermann Kaufmann, Carlo Baumschlager und Bernardo Bader. FELIX FRIEDMANN

Liebe auf den ersten Blick

Die Schriftstellerin Daniela Egger beschreibt in der KirchenBlatt-Serie „Mein Lieblingskunstwerk" eine der sieben Bushaltestellen von Architekten mit Weltruhm in Krumbach. DANIELA EGGER

In die Höhe steigen, Ausschau halten - dieses Bedürfnis hatte ich schon immer, nicht nur an Bushaltestellen. Schon als Schulkind war ich ungeduldig, ich hasste es, an einer Haltestelle zu warten und keinen Überblick über die Verkehrssituation zu haben. Die Wiener Linien haben in den letzten Jahren die Anzeigetafeln an den Haltestellen installiert, an denen man seine Ungeduld etwas zügeln kann, weil das Herunterzählen der verbleibenden Wartezeit ein Ende in Aussicht stellt. Der 1971 in Hokkaido geborene Architekt Sou Fujimoto hat eine andere, und wie ich finde, aufsehenerregende Lösung gewählt - eine die gleich mehreren meiner Bedürfnisse entgegenkommt.

Ein Storchennest. Fujimoto hat für eine der sieben Haltestellen, die 2014 für das Projekt BUS:STOP in Krumbach ausgeschrieben wurden, eine Art Storchennest geschaffen, ein Gebilde aus feinen Stahlstangen, die in den Himmel ragen. Dass sie begehbar sind ist einfach wunderbar, man kann sich auf einer runden Treppe in die Höhe setzen und sich Überblick verschaffen. Allerdings stand ich zuletzt vor einer hässlichen Eisenkette, die ganz bestimmt nicht aus der Werkstatt des Architekten stammte - ich will nicht weiter auf diesen Frevel eingehen und hoffe, die Absperrung ist inzwischen verschwunden.

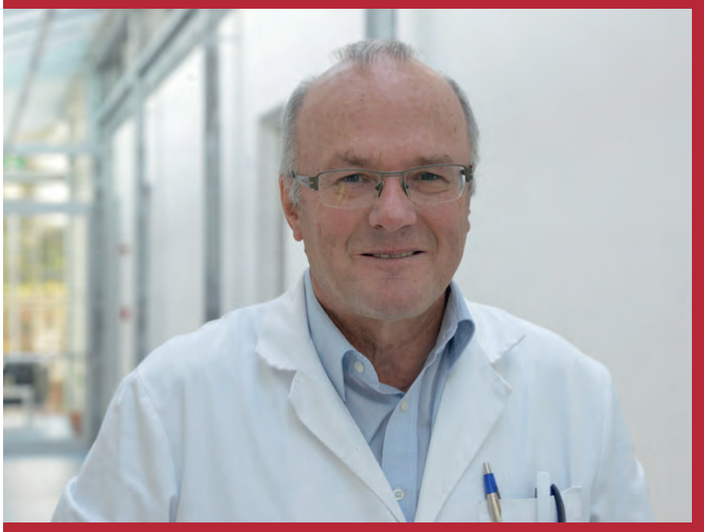
Das Projekt BUS:STOP in Krumbach hat für eine weitere Attraktion im Bregenzerwald gesorgt, sieben Haltestellen, sieben Architekten aus sieben Ländern - und sie sind alle umwerfend. In die Haltestelle „Bränden" des japanischen Künstlers Sou Fujimoto habe ich mich auf den ersten Blick verliebt. Sie ist zwar nicht überdacht und erfüllt damit eine der wesentlichen Funktionen einer handelsüblichen Bushaltestelle nicht im Geringsten. Ihre weißen Stahlstangen werfen Fragen auf, alleine dafür gebührt ihrem Schöpfer große Ehre. Mit solchen Stangen hat er schon im Jahr 2013 einen Pavillon für die Serpentine Gallery in London gestaltet, auch dort Sitzflächen in der Höhe, Luft und Überblick - ein Grundbedürfnis des Menschen, wie ich finde.

Neue Begegnungsorte. Ich bin dankbar dafür, dass es in Vorarlberg möglich ist, solche Projekte umzusetzen, dass auch Nutzbauten dermaßen weit aus dem Rahmen fallen dürfen, dass sie inspirieren und Freiheiten ermöglichen. Für mich ist es ein Zeichen dafür, dass der öffentliche Raum zum Spielen einladen kann, denn an solchen Orten finden unweigerlich Kommunikation und Begegnung statt. Davon kann es nicht genug geben. «

Daniela Egger, (geb. 1967 in Hohenems), ist Absolventin der Modeschule der Stadt Wien im Schloss Hetzendorf. Sie flog nach ausgedehnten Reisen ohne Geld fünf Jahre lang als Flugbegleiterin, unter anderem für einen arabischen Sheikh, um die Welt - diesmal gut bezahlt. Seit 1999 arbeitet sie in Bregenz als freischaffende Autorin, schreibt Theaterstücke, Erzählbände und gestaltet Ausstellungen. Sie ist Mitbegründerin und blieb Herausgeberin der Literaturzeitschrift miromente bis 2017. Als Obfrau von literatur:vorarlberg netzwerk ist sie derzeit in enger Zusammenarbeit mit Frauke Kühn mit dem Aufbau des Literaturhauses Vorarlberg in der Villa Iwan und Franziska Rosenthal in Hohenems beschäftigt. Seit 2012 leitet sie außerdem die Aktion Demenz, ein Sensibilisierungsprojekt für die Belange von Menschen mit Demenz. W.Ö. FRAUKE KÜHN ▶ **www.daniela-egger.at**

Ab 18. Februar

Kraft durch Verzeihen



Prof. Dr. Reinhard Haller schreibt während der Fastenzeit im KirchenBlatt über das Phänomen der Schuld aus psychologischer Sicht und geht dabei den Wurzeln der Schuldgefühle auf den Grund. Er erklärt auch, wie man sie überwinden und Vergebung erlangen kann.

„Anderen verzeihen heißt auch immer, sich selber zu verzeihen.“

Reinhard Haller
renommierter Gerichtspsychiater
und Bestsellerautor

7 Wochen GRATIS!
Fastenzeit 2021

Katholische Kirche Vorarlberg
KirchenBlatt

Bestellungen unter:
T 05522 3485-125
E kirchenblatt@
kath-kirche-vorarlberg.at

teletipps

der österreichischen Kirchenzeitungen

7. bis 13. Februar 2021

SONNTAG 7. FEBRUAR

9.00 Katholischer Gottesdienst aus der Pfarrkirche Innsbruck-Kranebitten. **ServusTV**

9.30 Evangelischer Gottesdienst aus der Festeburgkirche in Frankfurt am Main-Preungesheim. **ZDF**

10.00 Katholischer Gottesdienst aus der Licht-der-Völker-Kapelle in Wien (Missio-Kapelle). **ORF III**

10.00 Karneval der Tiere (Dokumentation). Der französische Komponist Camille Saint-Saëns ahnte zu Lebzeiten nicht, dass seine musikalische Suite für Kammerorchester „Karneval der Tiere“ eines seiner berühmtesten Werke werden sollte. **ORF 2**

12.30 Orientierung (Religion). Österreich: Debatte um Änderungen im Islamgesetz. – Französische Diözesen in Finanznot. – Flüchtlinge in Nordbosnien. **ORF 2**

17.00 Fast vergessen (Magazin). Peter Grassmayr – Glockengießer in Innsbruck. **ServusTV**

19.15 Schätze der Welt (Dokumentation). Der Jakobsweg, Spanien. Unterwegs nach Santiago de Compostela. **ARD-alpha**

MONTAG 8. FEBRUAR

10.15 Seen-Sucht nach der heilen Welt (Dokumentation). Die Kärntner Seen. **3sat**

20.15 Früchte des Zorns (Drama, USA, 1940). Eine in den 30er Jahren durch die Mechanisierung der Landwirtschaft brotlos gewordene amerikanische Farmersfamilie sucht Gerechtigkeit und eine neue Heimat. Verfilmung des sozialkritischen Romans von John Steinbeck. **arte**

20.15 Die Viktoriafälle – Afrikas Garten Eden (Dokumentation). Schon aus 30 Kilometer Entfernung kann man es sehen: Wie bei einem brodelnden Vulkan erhebt sich eine glutrote Wolke aus der Erde. Der Wasserfall im Herzen Afrikas stürzt über eine Breite von fast zwei Kilometern über mehr als 100 Meter in die Tiefe. **Das Erste**

DIENSTAG 9. FEBRUAR

20.15 Erbe Österreich (Dokumentation). Humor zur Kaiserzeit – Worüber lachte Franz Joseph? **ORF III**

22.35 kreuz und quer (Dokumentation). Wenn der Rabbi lacht. Paul Chaim Eisenberg und der jüdische Humor. **ORF 2**

So 23.05 Amour – Liebe. Ein altes Ehepaar aus Paris ist sich auch nach vielen Jahrzehnten noch in Liebe zugetan. Als die Frau einen Schlaganfall erleidet, beginnt sich ihr gemeinsames Leben entscheidend zu ändern. Das meisterlich inszenierte Kammerspiel von Michael Haneke fasst nüchtern die Unausweichlichkeit des Todes ins Auge. Ein tief berührender Film. **ORF 2** Foto: ORF/Wega Film

MITTWOCH 10. FEBRUAR

19.00 Stationen (Magazin). Auf der Spur der Ahnen. Für die einen sind die Ahnen eine mächtige Schutz- und Kraftquelle, für andere ein belastendes Erbe. Die Geister der Vorfahren spielen längst nicht mehr nur in fremden Religionen und Kulten eine Rolle. Der Ahnenkult hat auch hierzulande viele Facetten. **BR**

22.55 Nanouk (Drama, Bulgarien/D/F, 2018). Ein alterndes Paar lebt in einer Jurte allein in der nordostsibirischen Eiswüste. Ihre Tochter ist wie alle anderen jungen Leute fortgegangen, um in einer Diamantenmine zu arbeiten. Mit atemberaubenden Bildern verknüpft der Film Beobachtungen aus dem beschwerlichen Alltag mit Legenden, Geschichten und Erinnerungen, wobei auch der Klimawandel oder die Umweltzerstörung mit einfließen. **arte**

DONNERSTAG 11. FEBRUAR

19.40 Re: Beruf Minenräumer (Reportage). Die Ukraine und ihr Kriegserbe. Minen und Blindgänger mitten in Europa: Alltag für junge Ukrainer, die in akribischer und gefährlicher Arbeit die Böden von Blindgängern, Sprengfallen und Minen befreien. Denn seit Beginn des Ukraine-Kriegs 2014 bedrohen in der Erde verborgene Kampfmittel das Leben der Menschen. **arte**

20.15 Urvertrauen – Das Band zwischen Mensch und Hund (Dokumentation). Hunde sind Partner, Vertraute, Beschützer des Menschen und häufig Familienmitglieder. Urvertrauen ist die Basis dieser Mensch-Hund-Beziehung, die schon über 15.000 Jahre anhält. Die Dokumentation stellt besondere Mensch-Hund-Beziehungen vor. **3sat**

Sa 20.15 Die Feuerzangenbowle. Ein distinguierter Schriftsteller kehrt aufgrund einer beschwipsten Wette freiwillig auf die Schulbank zurück und wird als Primaner zum Anstifter übermütiger Pennälerstreiche. Immer noch vergnügliche Verfilmung aus dem Jahr 1940 von Heinrich Spoerls humoristischem Roman. In der Hauptrolle Heinz Rühmann. **BR**

Foto: ARD Degeto/BR

FREITAG 12. FEBRUAR

20.15 Leanders letzte Reise (Drama, D, 2017). Ein 92-jähriger Mann reist nach dem Tod seiner Ehefrau von Berlin aus in die Ukraine, wo er während des Zweiten Weltkriegs als Wehrmachtsoffizier kämpfte und zugleich die Liebe seines Lebens fand. Auf seiner Odyssee durch die ostukrainische Landschaft begleitet ihn widerwillig seine Enkelin. Das gefühlvolle Roadmovie schlägt Brücken zwischen Jung und Alt, krisengeschüttelter Ukraine und deutscher Vergangenheit, privater Geschichte und politischer Historie. **arte**

23.05 Universum History (Dokumentation). Der Orient-Express – Mit Volldampf Richtung Osten. Er hat Literatur und Kino inspiriert, sein Name erinnert an die Sehnsucht nach der Ferne und den Aufbruch in eine unbekannte Welt: der Orient-Express. Er führte Ende des 19. Jahrhunderts über acht Grenzen und war mit komfortablen Schlaf- und Speisewagen ausgestattet. Die Geschichte der legendärsten Zugverbindung der Geschichte. **ORF 2**

SAMSTAG 13. FEBRUAR

20.15 Gräfin Mariza (Musiktheater). Mit einer der international erfolgreichsten Operetten Emmerich Kálmáns erklangen böhmische und ungarische Melodien beim weltweit größten Operettenfestival in Mörbisch, 2018. **3sat**

Zum Nachhören und zum Nachsehen: Die „Morgengedanken“ und andere Religionssendungen können Sie unter religion.orf.at/radio/ bzw. unter religion.orf.at/tv/ nachhören bzw. nachsehen.

radiophon

Morgengedanken von Abt Petrus Pilsinger, Stift Seitenstetten, NÖ. So/Sa 6.10, Mo–Fr 5.40, Ö2.

Zwischenruf. „Humor gekonnt ins Bild gesetzt.“ Johanna Schwanberg, Direktorin des Dom-Museum Wien, findet in der Bildenden Kunst viel zum Lachen, Grinsen und Schmunzeln. So 6.55, Ö1.

Religion auf Ö3. So zwischen 6.30 und 7.00, Ö3.

Lebenskunst. Was ist so komisch am Buddhismus? Anfragen an eine Weltreligion. So 7.05, Ö1.

Katholischer Gottesdienst aus der Basilika Mariä Heimsuchung in Rankweil live auf ORF Radio Vorarlberg. Mit Pfarrer Walter Juen (siehe Tipp rechts). So 10.00, Ö2.

Einfach zum Nachdenken. So–Fr 21.57, Ö3.

Gedanken für den Tag. „Zwei Minuten Finsternis.“ Thomas Bernhard zum neunzigsten Geburtstag. Ein Nachdenken. Ja, man darf Thomas Bernhard lieben, meint Kulturpublizist Hubert Gaisbauer. Mo–Sa 6.56, Ö1.

Radiokolleg. Wege aus der Krise. Wie Europa die Wirtschaft hochfahren will. Mo–Do 9.05, Ö1.

Betrifft: Geschichte. Stigma „asozial“. Verfolgung von Frauen als „moralisch verkommen“ im Nationalsozialismus. Mo–Fr 17.55, Ö1.

Religion aktuell. Mo–Fr 18.55, Ö1.

Praxis – Religion und Gesellschaft. Mi 16.05, Ö1.

Alte Musik – neu interpretiert. Schultheiß und Syntagmatiker. Eine Auswahl aus den zahlreichen Bearbeitungen protestanischer Choralmelodien von Michael Praetorius. Mi 19.30, Ö1.

Salzburger Nachtstudio. Spieler, Grenzgänger, Prophet: Fjodor Dostojewski. Mi 21.00, Ö1.

Die Ö1 Kinderuni. Wie lebten Ritterkinder? Über den Kampf, den Tanz und die Werte eines Ritters. Do 16.40, Ö1.

Logos. Rivival des Humors in Zeiten der Krise? „Lachen mit Gott.“ Wie hilft Humor gerade in Zeiten der Krise? Sa 19.05, Ö1.

Vatican News

Täglich 20.20 Uhr.
www.radiovaticana.de
Sonntag: 90 Jahre Radio Vatikan.

Öffentliche Präsenz-Gottesdienste werden zur Zeit aufgrund der aktuellen Covid 19-Bestimmungen nicht gefeiert (Stand: Dienstagnachmittag, 2. Februar). Für das persönliche Gebet sind die Kirchen und Kapellen des Landes geöffnet.

Online-Gottesdienste in Vorarlberg gibt es in Bregenz, Dornbirn, Hard, Höchst, Hörbranz, Lustenau-Rheindorf, Rankweil und Weiler.

Den Link zu den Online-Gottesdiensten finden Sie hier: www.kath-kirche-vorarlberg/coronavirus

Die Redaktion

TAGESLESUNGEN

Sonntag, 7. Febuar
L I: Ijob 7,1-4.6-7
L II: 1 Kor 9,16-19.22-23
Ev: Mk 1,29-39

Montag, 8. Februar
L : Gen 1,1-19 | Ev: Mk 6,53-56

Dienstag, 9. Febuar
L : Gen 1,20-2,4a | Ev: Mk 7,1-13

Mittwoch, 10. Februar
L: Gen 2,4b-9.15-17 | Mk 7,14-23

Donnerstag, 11. Februar
L: Gen 2,18-25 | Ev: Mk 7,24-30

Freitag, 12. Februar
L: Gen 3,1-8 | Ev: Mk 7,31-37

Samstag, 13. Februar
L: Gen 3,9-24 | Ev: Mk 8,1-10

Sonntag, 14. Februar
L I: Lev 13,1-2.43ac.44ab.45-46
L II: 1 Kor 10,31-11,1
Ev: Mk 1,40-45

Radiogottesdienst live aus Vorarlberg

ORF-Messe aus der Basilika

Am Sonntag überträgt ORF Radio Vorarlberg einen Radiogottesdienst live aus der Basilika Rankweil. Zelebrant ist Pfr. Offizial Walter Juen.

Pfr. Walter Juen predigt zum Evangelium nach Markus. Im Kapitel 1,29 bis 39 geht es um die Heilung der Schwiegermutter des Petrus und Jesu Aufbruch aus Kafarnaum, mit dem Ziel, in ganz Galiläa zu predigen und das Wort Gottes zu verkünden.
Am Ende des Gottesdienstes wird ORF Radio Vorarlberg-Moderator Stefan Höfel mit Mutter Hildegard Brem, Sprecherin der Frauenorden in Vorarlberg und Äbtissin im Kloster Mariastern-Gwiggen, ein Gespräch zu aktuellen Themen führen.

ORF-Radiogottesdienst aus der Basilika. CHARLOTTE SCHRIMPFF / KKV

▶ **Lieder:** Gotteslob 221, 171, 175, 752, 189, 199, 589, 451.
▶ **Musik:** Sängerinnen und Kantorinnen sind Anita-Flurina Ströhle, Britta Wagener, Silvia Pilz, Cornelia Köchle, Irene Marte, an der Orgel Gerda Poppa, Gesamtleitung Michael Fliri.
▶ **So 7. Februar, 10 bis 11 Uhr,** ORF Radio Vorarlberg,
11.15 bis 12 Uhr: Gesprächsangebot mit Pfr. Walter Juen.
T 05522 3485-490

TIPPS DER REDAKTION

▶ **Das Licht der Welt.** Wortgottesfeier zum Fest „Darstellung des Herrn" aus der Pfarrkirche Röthis. Infos: www.pfarre-roethis.at
So 7. Februar, 10 Uhr, online, via YouTube-Kanal der Pfarre Röthis.

▶ **Zoom-Talk** über Gott und die Welt. Die Junge Kirche lädt alle Jugendlichen ein. **Zugang:** www.kath-kirche-vorarlberg.at/termine
Di 9. Februar, 19 bis 20 Uhr, online per Zoom.

▶ **Singlegottesdienst.** Lasst euch suchen, lasst euch finden beim 3. Singlegottesdienst „Liebesgeschichten und Heiligensachen" - dieses Jahr online. Jugendseelsorger Fabian Jochum wird Pfeile mit Gedanken zu Mut und Liebe abschießen. Anschließend gibt es eine gemütliche Kennenlern-Runde.
Zugangsdaten: www.junge-kirche-vorarlberg.at/termine
Do 11. Februar, 19 bis 20.30 Uhr, online per Zoom.

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.
Layout: Richard Waibel
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 **Werbeverbund der Kirchenzeitungen - KiZMedia**. Kontakt: Mag. WalterAchleitner (Geschäftsführer).
E-Mail: office@kizmedia.at
Jahresabo: Euro 46,50 / 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.
ÖAK Österreichische Auflagenkontrolle
DEM EHRENKODEX DES ÖSTERREICHISCHEN PRESSERATES VERPFLICHTET

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

KOMMENTAR

Was recht und billig ist

Mit Blick auf die Diskussion um die Abschiebung dreier Schülerinnen samt Familien nach Georgien und Armenien sei an den Ausdruck verwiesen, etwas müsse recht und billig sein. Das Innenministerium spricht vorrangig auf den ersten Teil der Aussage an: Hinter den Abschiebungen stünden höchstrichterliche Entscheide, sie seien aus rechtsstaatlichen Gründen umzusetzen. Ist damit alles gesagt? Natürlich nicht. Selbst wenn das Innenministerium rechtskonform gehandelt hat (was man sich im Einzelfall ansehen muss), bleiben die Erkenntnisse, dass Recht und Gerechtigkeit zwei Paar Schuhe sind und Gesetze nie perfekt sein können. Die Frage, ob die Abschiebungen „gerecht" waren, lässt sich daher mit Blick auf die geltenden Gesetze nicht beantworten. Die Rechtsphilosophie kennt aber auch den Begriff der Billigkeit. Gemeint ist nicht „kostengünstig", sondern die gerechte oder angemessene Anwendung gesetzlicher Bestimmungen im Einzelfall. Der Gedanke ist dem österreichischen Recht nicht fremd (Begnadigungsrecht). Die Idee, gesetzlich Härtefallkommissionen zur Abmilderung moralisch unerträglicher Abschiebungen einzuführen, ist daher angemessen. Denn staatliches Handeln sollte eben nicht nur recht, sondern auch billig sein.

HEINZ NIEDERLEITNER
heinz.niederleitner@kirchenzeitung.at

KOPF DER WOCHE: GERHARD FEIGE, BISCHOF VON MAGDEBURG

Für die Nächstenliebe einstehen

Mit Sorge beobachtet der deutsche „Ökumenebischof" Gerhard Feige, dass die Menschenfeindlichkeit in Europa immer gesellschaftsfähiger wird. Er meint, die Nächstenliebe dürfe nicht zum Fremdwort werden, sonst stehe das Gemeinwohl auf dem Spiel.

Sei es das abgebrannte Flüchtlingslager Moria auf der griechischen Insel Lesbos, Geflüchtete, die in Bosnien bei eisiger Kälte ihrem Schicksal überlassen werden oder Leute, die „weiterhin im Mittelmeer ertrinken" – Abgrenzungen und Vorurteile gegenüber Menschen in Not nähmen in Europa wieder zu. Für den 79-Jährigen sei es daher notwendig, Europa wieder eine Seele zu schenken. Denn von seinen Ursprüngen her „ist Europa nicht nur ein Wirtschaftsbund, sondern auch eine Kultur- und Wertegemeinschaft mit einem jüdisch-christlichen Erbe."

KNA

„Nächstenliebe wird immer mehr zum Fremdwort und Menschenfeindlichkeit gesellschaftsfähig."

BISCHOF GERHARD FEIGE

Transparenz und Bekehrung. Verschweigen will der Magdeburger Bischof und Vorsitzende der Ökumenekommission der Deutschen Bischofskonferenz allerdings nicht, „dass vieles am Christentum auch sehr irdisch ist und Menschen schwer enttäuschen kann." Immer wieder würden Versagen und Sünde, „ja sogar Skandale und Verbrechen unsere Glaubwürdigkeit in Frage stellen." Dazu gehöre laut Feige aktuell „der sexuelle Missbrauch Minderjähriger und mancher willkürliche Umgang mit Macht. Da sind – weil wir gerade ein so edles Bild vom Menschen haben und hohe moralische Ansprüche vertreten – Transparenz und Bekehrung vonnöten, Buße und Erneuerung!" Christen müssten auch in Situationen, wo Rechtsextreme und populistische Gruppierungen erstarken, einstehen für Demokratie, Frieden, Toleranz und Solidarität, „ja sogar für Barmherzigkeit und Liebe". HUBER, KATHPRESS

ZU GUTER LETZT

Forum Kinder- und Jugendpastoral

Wie kann die pfarrliche Arbeit mit Kindern und Jugendlichen gelingen? Dieser wichtigen Frage geht das erste Forum Kinder- und Jugendpastoral „Kinder-Kirche-Jugend-Du" nach. Die Teilnehmer/innen der Veranstaltung erwartet ein intensiver Austausch rund um die Themen Beziehungsarbeit und Glaubenskommunikation mit Kindern und Jugendlichen, Entdecken und Fördern von Talenten und Charismen sowie Best Practice Beispielen aus der pfarrlichen Arbeit. Die Inhalte werden anhand von Workshops vermittelt. Sie sind ergebnisoffen gestaltet und bieten Raum für Vernetzung und Austausch. Alle neugierigen, haupt- und ehrenamtlich engagierten Multiplikator/innen, die sich in ihrem pfarrlichen Alltag mit Kindern und Jugendlichen beschäftigen, sind herzlich zu dem Forum eingeladen. Es findet online statt, die Teilnahme ist kostenlos.

▶ **Fr 26. Februar, 16 bis 19. Uhr,** online. Anmeldeschluss: **17. Februar**. Infos und Zugangsdaten: T 05522 3485127 oder **E team@junge-kirche-vorarlberg.at**

Wie gelingt die Arbeit mit Jugendlichen? M. ANDREY / UNSPLASH.COM

HUMOR

Sagt eine Junge zu seinem Vater: „Ich habe mir ein 3-Meter-Ladekabel für mein Handy gekauft." Vater: „Wieso?" Sohn: „Ich will mal rausgehen und was erleben!"

s' Kirchamüsle

**So langsam sött i mol afanga,
mir an Winterspeck azumfuttern.
Füran Winter bruch i den zwor net,
dafür aber für die baldige
Fastazit.**

Österreichische Post AG | WZ 02Z031314 W | Vorarlberger KirchenBlatt - Diözese Feldkirch, Bahnhofstraße 13, 6800 Feldkirch
Retouren an „Postfach 555, 1008 Wien"