

Auswahltexte und Dossier für die Pfarreien

102. Jahrgang – Monatlich ♠ 1–4 und 13–16 Auswahltexte ♠ 5–12 Dossier
Augustinuswerk, 1890 Saint-Maurice, Telefon 024 486 05 20



**Gemeinsam
Hunger beenden**

Fastenaktion – für eine gerechtere Welt und die Überwindung von
Hunger und Armut.

Auch im März gibt es Namenstage zu feiern

Perpetua und Felicitas am 7. März

Keine Jungfrauen, keine enttäuschten Heiratsanwärter und keine legendarischen Wunder: Perpetua und Felicitas (um 203) aus Karthago (heutiges Tunesien) passen so gar nicht in das typische Bild römischer Märtyrerinnen. Stattdessen gehört ihre Leidensgeschichte zu den ältesten historisch gesicherten Werken der christlichen Literatur. Die vornehme Perpetua war klassisch gebildet, verheiratet und hatte einen Sohn im Säuglingsalter. Gemeinsam mit ihrer schwangeren Sklavin Felicitas bereitete sie sich auf die Taufe vor, obwohl Kaiser Septimius Severus den Übertritt zum Christentum unter Strafe gestellt hatte. Im Jahr 203 wurden Perpetua und Felicitas wegen ihres Glaubens festgenommen. Beide Frauen empfingen noch im Gefängnis die Taufe. Die beiden Frauen wurden im Amphitheater durch eine wilde Kuh schwer verletzt und anschliessend erdolcht.

Franziska von Rom am 9. März

Als Franziska 1384 in Rom geboren wurde, war die Ewige Stadt alles – nur nicht heilig. Während der Papst seinen Sitz bereits nach Avignon verlegt hatte, verwehrte Rom, litt unter den Kleinkriegen lokaler Herrscherfamilien und wurde von der Pest heimgesucht. Schon als junges Mädchen sorgte sie für Bedürftige und wollte Ordensfrau werden. Ihre Eltern aber hatten andere Pläne und verheirateten sie im Alter von zwölf Jahren. Sie fand immer einen Weg. Franziska blieb 40 Jahre lang verheiratet und bekam sechs Kinder. Und doch blieb sie ihren Idealen treu. Mit dem Segen ihres verständnisvollen Ehemannes widmete sich Franziska intensiv der Krankenpflege, lebte selbst streng asketisch und verbrachte die Nächte im Gebet. Nach dem Tod ihres Mannes 1436 trat Franziska in ein zuvor von ihr gegründetes Kloster ein. Sie behielt den Überblick. Franziska war mystisch begabt und fürchtete sich vor den quälenden Höllenvisionen, die sie heimsuchten. In den letzten Jahren ihres Lebens aber sah sie ständig einen Engel an ihrer Seite, der ihr Sicherheit vermittelte. Sein verklärtes Licht nutzte Franziska praktisch zum nächtlichen Lesen und Schreiben. Franziska starb am

9. März 1440 und wurde 1608 heiliggesprochen. Papst Pius XI. ernannte sie 1925 zur Schutzheiligen der Autofahrer.

Leander von Sevilla am 13. März

Geschwister prägen oftmals unser ganzes Leben – und Leander von Sevilla (gest. 600) blieb immer ein wenig «grosser Bruder». Er entstammte einer vornehmen römisch-geprägten Familie aus Cartagena (Südspanien) und wuchs in Sevilla auf. Nach dem frühen Tod des Vaters zog Leander seine drei jüngeren Geschwister Isidor (einen späteren Kirchenlehrer), Fulgentius (einen späteren Bischof von Astigi) und Florentina (eine spätere Klosterfrau) selbst auf. Später wurde Leander Benediktinermönch und pflegte engen Kontakt zum Westgotenprinzen Hermengild. Dessen Vater war jedoch Anhänger des Arianismus, der die Gottheit Christi ablehnte. Als Hermengild zum Dreieinigkeitsglauben konvertierte, schickte der erboste Westgotenkönig Leander in die Verbannung. Um 583 konnte Leander nach Sevilla zurückkehren und wurde kurz darauf Bischof. Der einflussreiche Bischof starb am 13. März 600. Sein Nachfolger wurde sein jüngerer Bruder Isidor.

Mathilde am 14. März

Auch die legendäre «gute Mutter der Nation» hatte mit Familienproblemen zu kämpfen. Mathilde (um 896–968) entstammte sächsischem Adel und wurde von ihrer Grossmutter im Frauenstift Herford erzogen. 909 heiratete Mathilde Herzog Heinrich von Sachsen, den späteren König Heinrich I. Mathilde brachte drei Söhne zur Welt: Otto, Heinrich und Bruno. Otto war der Liebling seines Vaters, Heinrich der Liebling seiner Mutter. Die (Halb-) Brüder intrigierten gegeneinander und schreckten auch vor militärischer Gewalt nicht zurück. Einig waren sich ihre Kinder nur in ihrem Misstrauen gegenüber dem Finanzverhalten ihrer Mutter: Hinter Mathildes zahlreiche Klostergründungen und Almosen sahen sie vor allem eine gefährliche Verschwendung von Throngeldern. Mathilde starb am 14. März 968 in dem von ihr gegründeten Quedlinburger Stift.

katholisch.de

40 Tage sind kein Zufall

Die Fastenzeit im Christentum steckt voller Symbole

Obwohl die vier Eier für das Weltumspannende und der Kranz für das Vollendete stehen, war zeitweise in der 40-tägigen Fastenzeit das Essen von Eiern als «flüssiges Fleisch» verboten.

40 Tage dauert die Fastenzeit von Aschermittwoch bis Ostern. Dabei werden die Sonntage nicht mitgezählt, da an ihnen nicht gefastet werden musste. Die Zahl 40 hat in der jüdischen und christlichen Überlieferung eine hohe Symbolkraft.

Immer wieder findet sie sich in den Schriften des Alten und des Neuen Testaments: So ergoss sich der Regen der Sintflut 40 Tage und 40 Nächte auf die Erde. Auch wartete Noah, nachdem die ersten Berge wieder sichtbar wurden, 40 Tage. Erst dann öffnete er das Fenster der Arche, um den Raben heraus zu lassen. Das Volk Israel wanderte nach dem Auszug aus Ägypten 40 Jahre durch die Wüste und durchlief damit eine Zeit der Läuterung. Moses war Gott auf dem Berg Sinai 40 Tage nahe. Die Stadt Ninive hatte 40 Tage, um ihre Sünden zu bereuen. Und auch Jesus ging 40 Tage in die Wüste, um sich durch Gebet und Fasten auf seine Sendung vorzubereiten. Zwischen seiner Auferstehung und Himmelfahrt lagen laut Lukas-Evangelium 40 Tage.

Kombination von 4 und 10

Für Theologen steht die Zahl 40 damit für einen Zeitraum, der zu Busse und Besinnung auffordert, der Wende und Neubeginn ermöglicht. Sie wird gebildet aus dem Produkt von 4 und 10. Die 4 steht dabei üblicherweise für das Weltumspannende, Irdische und Vergängliche. Sie symbolisiert die Himmelsrichtungen, die Elemente Feuer, Erde, Wasser, Luft, die Lebensphasen Kindheit, Jugend, Erwachsensein, Alter und die menschlichen Temperamente. Die 10 gilt als Zahl des in sich Vollendeten, Ganzen: Sie ist die Summe der ersten vier Ziffern $1 + 2 + 3 + 4$, bezeichnet die Zahl der Finger und gilt als Symbol des Kreises. Sie dokumentiert ihren ganzheitlichen Anspruch nicht zuletzt in der biblischen Zahl der Zehn Gebote.



Foto: © by_Jörg Janköster_pixelio.de

150 Fasttage im Mittelalter

Allerdings beschränkte sich das Fasten der Christen zumindest im Mittelalter nicht auf die 40 Tage vor Ostern: Auch der Advent war eine Buss- und Fastenzeit, dazu fast alle Freitage und je nach Region der Mittwoch oder Samstag sowie die drei Bettage vor Christi Himmelfahrt und die Vorabende der Heiligenfeste. Unterm Strich waren zeitweise an rund 150 Tagen im Jahr nur Fisch und Gemüse erlaubt, teilweise sogar Milch und Eier «als flüssiges Fleisch» verboten.

Zuwiderhandlungen gegen die mittelalterlichen Fastengebote wurden bestraft: Von Stockschlägen über Einsperren bei Wasser und Brot bis zum Ausreißen der Zähne reichte das Spektrum. «Es war damals üblich, den Körperteil, der gesündigt hatte, zu bestrafen», weiss der Kirchenhistoriker Klaus Unterburger von der Universität Münster. Die armen Leute, die Kraut- und Rübenfresser, wie man sie nannte, dürfte das allerdings kaum gestört haben. Herrenspeisen wie Fleisch oder Wild kamen bei ihnen ohnehin fast nie auf den Tisch.

Christoph Arens/Kipa

Im Beichtstuhl

Neugier bringt oft Überraschungen. Unlängst öffnete ich in einer modernen Kirche by the way den Beichtstuhl und entdeckte darin Besen, Staubsauger, Putzlappen.

Die Überraschung wich der Einsicht, dass hier etwas zum Ausdruck kommt, was schon lange und weithin bekannt ist. Das Sakrament der Versöhnung wird vielerorts kaum noch, und wenn überhaupt, dann in anderen Räumen und unter anderen Rahmenbedingungen gefeiert. Ich kann verstehen, dass das Setting des traditionellen Beichtstuhls für viele Menschen kaum mehr stimmig ist. Bei Erwachsenen sind damit manchmal skurrile Erinnerungen an die erste Beichte verbunden oder Bilder aus überzeichneten Filmszenen, wo strenge oder weltfremde Priester hinter einem Gitter sitzen. Eine weitere Hürde ist für manche auch der Mangel an Vertrauen zu den Priestern, welche die Beichte hören.



Es macht mich nachdenklich, dass etwas, das so viel heilendes Potential hätte, aus dem Blick geraten ist. Das Sakrament der Versöhnung ruft in Erinnerung, dass ein Neuanfang immer möglich ist, wenn wir bereit dazu sind, uns dem zu stellen, was im Argen liegt. Wir sind dabei nicht auf uns allein gestellt und es hängt nicht alles von uns ab, denn Gott selber bewirkt die Versöhnung.

Die Fastenzeit ist eine Zeit der Busse und eine Zeit der Versöhnung. Dies könnte, bildlich gesprochen, die Gelegenheit sein, das Putzzeug aus dem alten Beichtstuhl rauszunehmen und nach stimmigen Möglichkeiten zu suchen, um den Beziehungen zu Mitmenschen, zu sich selbst und zu Gott zu neuem Glanz zu verhelfen.

+Felix Gmür, Bischof von Basel

Jetzt erst recht!

Seit einiger Zeit finde ich es schwieriger, hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken. Schlechte Nachrichten machen mir zu schaffen: Ukraine, Klimakrise und Nahost, autoritäre Regierungen vielerorts. Wo soll das hinführen? Woher nehmen wir die Motivation, um den Alltag positiv zu gestalten?

Meine Antwort lautet: Jetzt erst recht. Manchmal geht mir das schwer über die Lippen. Aber im Grunde ist für mich klar: Jetzt erst recht!

Das Christentum ist keine Schön-Wetter-Religion, unser Glaube kein Wellness-Programm. Die ganze Bibel erzählt, wie Menschen die Ärmel hochkrempeln und sich engagieren. Nicht ohne Rückschläge, aber beharrlich. Mirjam, Aaron und Mose ziehen mit dem Volk Israel 40 Jahre durch die Wüste – bis zum Ziel. Jesus beginnt, das Evangelium zu verkünden, als sein Lehrer Johannes der Täufer verhaftet wird: Jetzt erst recht! Und die Frauen, die am Ostermorgen zum Grab Jesu gehen, erwarten nichts – und gewinnen alles.

Sie alle trägt eine gemeinsame Wurzel: Sie vertrauen, dass Gott Menschen und Welt begleitet und, zu guter Letzt, zum Ziel führen wird. Das motiviert, am Guten mitzuarbeiten.

Vielleicht kommen uns die Schuhe der biblischen Personen etwas gross vor. Aber auch uns bietet jeder Tag neue Möglichkeiten: Menschen um uns herum freuen sich über Unterstützung. Menschen aus anderen Kulturen warten auf Begegnungen ohne Vorurteile. Juden und Muslime brauchen Schutz vor Antisemitismus und Islamfeindlichkeit. Wir können dem Lauf der Welt etwas entgegenzusetzen. Jetzt erst recht!



Detlef Hecking,
Pastoralverantwortlicher
Bistum Basel



Gott sagt Gutes (Epheser 1,3–14)

Wir preisen den Herrn, weil er es ist, der als Erster «Gutes über uns sagt» («benedicere» auf Lateinisch).

Der Segen steht im Mittelpunkt aller Sakramente und wird durch das Auflegen der Hände symbolisiert, was die Gaben des Heiligen Geistes zum Ausdruck bringt:

- Gottvater segnet das getaufte Neugeborene, um ihm sein Leben zu schenken;
- Christus segnet die Firmlinge und macht sie ihm ähnlich («Christus» bedeutet im Griechischen «Gesalbter», mit Öl gekennzeichnet);
- die Dreifaltigkeit nimmt uns zum Familienmahl der Kirche, der Eucharistie, auf, um uns das gesegnete Brot und den gesegneten Wein zu geben, die zum Leib und Blut des Sohnes geworden sind;
- Gott segnet den Büsser, der seine Sünden bereut und Vergebung empfängt;
- er segnet den Kranken, indem er ihm durch die Salbung Kraft und Heilung für Körper und Seele schenkt;
- er segnet den Diakon, den Priester und den Bischof, und macht sie damit zu seinen «Sprechern» und «Statthaltern», die ihn persönlich vertreten;
- Schliesslich segnet der Herr, die Quelle aller Liebe, die Ehepaare und beauftragt sie, seine Treue vor der Welt zu bezeugen.

Die grosse Hymne des heiligen Paulus an die Epheser ist somit die Grundlage aller Segnungen, die über Menschen ausgesprochen werden, einschliesslich der Sakramentalien (über die Bewohner eines Hauses, die Gläubigen in einer neuen Kirche, die Besitzer von Tieren, die Benutzer einer Brücke oder eines Motorrads ...).

«Gepriesen sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus. Er hat uns mit allem Segen seines Geistes gesegnet durch unsere Gemeinschaft mit Christus im Himmel» (Eph 1,3). Denn der Herr hat uns von Ewigkeit her geliebt, er hat an uns gedacht, noch bevor wir im Schooss unserer Mutter empfangen wurden. Er hat uns alle dazu vorherbestimmt, in seiner Gegenwart heilig zu sein. Es ist sein Wille und seine Freude, dass wir seine Söhne und Töchter, Brüder und Schwestern seines göttlichen Sohnes sind. Er hat uns seinen Heilsplan offenbart und uns daran beteiligt, denn er möchte alle Menschen durch das Wirken seines Geistes zu einem einzigen Volk vereinen. Und diejenigen, die er mit dem Siegel der Verheissung versehen hat, die getauften Christen, sind Träger dieser frohen Botschaft für die gesamte Menschheit (Eph 1,3-14).

François-Xavier Amherdt



Die Segnung der Palmen in Bex. Foto: Monika Acosta



Die Kreuzwegstationen

In vielen Kirchen hängen vierzehn Gemälde, die den Kreuzweg Jesu darstellen, den dieser von der Verurteilung des Pilatus bis zur Kreuzigung auf Golgotha und seiner Grablegung zu gehen hatte.

Schon die frühen Christen suchten die Orte in Jerusalem auf, an denen Jesus Christus auf seinem Leidensweg vorbeiging, um dort zu beten, an das Leiden und Sterben Christi zu denken und selbst mitzufühlen, wie er gelitten hat. Denn Jesus nachfolgen, heisst, sein Kreuz auf sich zu nehmen und ihm zu folgen (Mt 16,24). Ursprünglich gab es nur zwei Stationen, und zwar die Verurteilung durch Pontius Pilatus, und Golgotha, wo Jesus gekreuzigt worden ist. Im Laufe der Geschichte wurde dieser Weg mit weiteren Stationen vergrössert, damit die Gläubigen den Weg Jesu möglichst genau nachgehen konnten.



Es war jedoch nicht allen Gläubigen möglich nach Jerusalem zu pilgern, um auf der «Via dolorosa» den Leidensweg Jesu nachzugehen. Daher begann man in manchen Pfarreien in der freien Natur Kreuzwege anzulegen, die dieselbe Länge hatten, wie der Weg in Jerusalem. Ab 1700 wurden zuerst in den Kirchen des Franziskanerordens, später auch in anderen katholischen Kirchen, die einzelnen Kreuzwegstationen in Wandbildern dargestellt. Ein Franziskanermönch entwickelte eine Gebetsanleitung, nach welcher auch heute noch die Kreuzwegsandachten gebetet werden. Seit 1625 gehören 14 Stationen zum Kreuzweg, in manchen Kirchen kam eine 15. Station hinzu, die die Auferstehung Jesu zeigt. Dabei stützen sich die Stationen grösstenteils auf die Evangelien, wobei fünf Stationen dort nicht erwähnt werden. Andere Darstellungen thematisieren als Abschluss die Begegnung der Emmausjünger mit dem auferstandenen Christus oder die Auffindung des Kreuzes durch die heilige Helena. Ihnen allen gemein ist dieselbe Botschaft: Bei Gott hat der Tod nicht das letzte Wort.

Das Betrachten des Leidensweges Jesu in unseren Kirchen ist auch heute noch sinnvoll. Es ist auch für uns eine Einladung Jesus in unserem Leben mit allen Höhen und Tiefen zu folgen. Auf dem Kreuzweg lässt sich das Leid Jesu auf eindrückliche Weise nachspüren. Es kann unser Herz berühren, wenn wir sehen, wie ein unschuldiger Mensch brutal umgebracht wurde, um uns zu erlösen. Dabei wird nicht nur an die Leidensgeschichte Jesu erinnert, sondern auch für all die Menschen gebetet, die zu Unrecht verurteilt, gefoltert, verspottet und getötet werden. Bekannt geworden ist diese Form besonders durch die Kreuzwegandacht, die jedes Jahr am Karfreitag in Rom stattfindet, denn dort kommen immer aktuelle Krisen, Skandale und Nöte zur Sprache – der Kreuzweg, den Menschen auch heute noch zu gehen haben.

Paul Martone/Fotos Sr. Catherine, Kreuzwegstationen im Karmel von Sanremo

«Das ist ein Fasten wie ich es liebe!»

Nicht nur hungern wegen der Figur

Fasten ist bei vielen Menschen hoch im Kurs. Manche tun dies aus medizinischen Gründen, andere wollen besser und schlanker aussehen, hie und da gibt es Menschen, die fasten, um auf die Ungerechtigkeit in der Welt hinzuweisen und schliesslich gibt es auch eine Gruppe, die aus religiösen Gründen fastet. Und dann gibt es natürlich auch jene, die mit dem Fasten nichts am Hut haben. Alle diese Beweggründe mögen ihre Berechtigung haben und sind zu respektieren. Jedes Jahr laden uns auch die Kirchen in ökumenischer Eintracht ein, die Fastenzeit bewusst zu leben.



Foto Poss

Was heisst Fasten?

Doch, was ist «Fasten» überhaupt? Viele Antworten auf diese Frage kommen auf uns zu: auf Süssigkeiten verzichten, mehr Sport machen, mein Handy einmal ausschalten, auf Computerspiele verzichten, am Freitag kein Fleisch essen, keinen Alkohol trinken, nicht rauchen – alles Dinge, die mir der Arzt schon lange empfohlen hatte. So lobenswert und manchmal auch notwendig diese Anstrengungen sind – Fasten im biblischen Sinn hat nichts mit gutem Aussehen und einer schlanken Figur zu tun, damit die zu engen Hosen vom letzten Jahr wieder passen. Stellen wir uns als Christen die Frage, wie ein Fasten aussehen soll, das Gott gefällt. Im Alten Testament der Bibel gibt uns Gott tatsächlich eine Antwort auf diese Frage: *«Das ist ein Fasten wie ich es liebe»*, heisst es im Buch Jesaja. Und dann beginnt Gott aufzulisten, was er unter einem gottgefälligen Fasten versteht: *«dem Hungrigen dein Brot zu bre-*

chen, obdachlose Arme ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen [...]. Wenn du Unterjochung aus deiner Mitte entfernst, auf keinen mit dem Finger zeigst und niemandem übel nachredest, den Hungrigen stärkst und den Gebeugten satt machst» (Jes 58,6-10).

Ein Fasten, das Gott nicht gefällt

Welche Art Fasten gefällt Gott nicht? Auch darauf gibt uns das Buch Jesaja eine Antwort: *«Seht, ihr fastet und es gibt Streit und Zank und ihr schlagt zu mit roher Gewalt. So wie ihr jetzt fastet, verschafft ihr eurer Stimme droben kein Gehör. Ist das ein Fasten, wie ich es wünsche, ein Tag, an dem sich der Mensch demütigt: wenn man den Kopf hängen lässt wie eine Binse, wenn man sich mit Sack und Asche bedeckt?»* (vv.4-5). Diese Aussage betrifft und trifft auch uns Menschen von heute. Es geht nicht,

dass wir fasten, um Gott zu gefallen, aber gleichzeitig streiten und gewalttätig sind. Immer gab es und überall gibt es solche, die mit oberflächlicher Frömmigkeit und äusserlichem Gottesdienst das Wohlgefallen des Schöpfers erlangen wollen, die aber gleichzeitig ihre Mitmenschen lieblos behandeln und damit ihre wahre Herzenshaltung verraten. Aber wir sollten vorsichtig sein. Wenn wir dieses kräftige Prophetenwort anderen entgegenschleudern, dann kann es sehr leicht wie ein Bumerang zurückkehren. Wie war doch gleich das Wort Jesu mit dem Splitter und dem Balken? *«Warum siehst du den Splitter im Auge deines Bruders, aber den Balken in deinem Auge bemerkst du nicht?»* (Mt. 7,3) Wer von uns geht denn wirklich nur aus Freude an Gottes Wort und am Sakrament zum Gottesdienst? Wer geht wirklich deshalb zur Beichte, weil ihn seine Sünden quälen und er sie loswerden will? Bei jedem ist wohl immer auch der üble Gedanke im Spiel, man würde durch solch frommes Verhalten Wohlgefallen bei Gott gewinnen, sowie auch Ansehen bei den Mitchristen. Und wie stimmt unser Alltagsleben überein mit dem, was wir in der Kirche hören und bekennen? Jesaja klagt an: *«Siehe, wenn ihr fastet, hadert und zankt ihr und schlagt mit gottloser*



Foto Poss

Faust drein.» Die Faust muss ja nicht immer aus Fleisch und Blut bestehen; Worte können manchmal noch mehr verletzen. Gott verlangt durch Jesaja: die Fesseln des Unrechts zu lösen, die Stricke des Jochs zu entfernen, Unterdrückte freizulassen, jedes Joch zu zerbrechen! Konkret bedeutet dies, *«dem Hungrigen dein Brot zu brechen, obdachlose Arme ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen?»* (vv. 6–7). Keiner, der einmal darüber nachzudenken beginnt, kann sich Jesajas Anklage entziehen. Und wer wollte schon von sich behaupten, er würde dem Hungrigen genug von seinem Brot abbrechen? Wie oft haben wir gehört, dass unsere Spenden für die Bedürftigen dringend nötig sind, und wie oft haben wir uns das auch schon selbst gesagt! Aber geben wir genug? Auch als Staat? Die Schweizer Politik hat vor ein paar Monaten beschlossen, das Budget für die internationale Entwicklungshilfe massiv zu kürzen – zugunsten der Unterstützung der Ukraine. Dies führte zu Kritik seitens Entwicklungsorganisationen, denn so sehr die Hilfe an die Flüchtlinge aus der Ukraine notwendig ist, darf dafür nicht auf Kosten der Ärmsten in der Welt gespart werden. Die Entscheide des Parlaments



151 Millionen einsparen zu wollen, werden auf Kosten der ärmsten Länder dramatische Konsequenzen haben.

Fasten wie es Gott gefällt

Ein Fasten, das Gott gefällt, geht tiefer, denn christlicher Glaube und damit das Fasten aus christlicher Sicht, haben auch eine soziale Dimension. Der deutsche Theologe Dietrich Bonhoeffer, der sich am Widerstand gegen den Nationalsozialismus beteiligte und dies 1945 im KZ Flossenbürg mit seiner Hinrichtung bezahlte, sagte zur Zeit der Judenverfolgung in Deutschland seinen Vikaren: *«Nur wer mit den Juden schreit, darf auch gregorianisch singen»*. In Abwandlung dieses Wortes könnte er auch sagen: *«Nur wer die Elenden sieht und ihnen hilft, darf auch zu Gott seine Stimme erheben.»*

Gottgefälliges Fasten ist ein positiver Verzicht, der das Leben nicht beschneidet, sondern weit macht, den Blick öffnet auf die Welt und die Menschen, vor allem auf jene, die nicht in derselben Fülle leben wie die Menschen auf der nördlichen Erdhalbkugel. Das schliesst auch die Erkenntnis ein, dass es beim Fasten nicht nur darum geht, Geld zu spenden, damit die Hungernden zu Essen und die Satten ein gutes Gewissen haben. Das ist zwar schon etwas, aber es ist zu wenig! Es braucht auch die Einsicht, dass die Armut in der Welt strukturelle Ursachen hat. Darauf hat auch Papst

Leo XIV. in seinem Schreiben «Dilexi te» vom 4. Oktober 2025 hingewiesen. Er zeigt auf, dass Armut kein vom Himmel gefallenes und gewolltes Schicksal ist, sondern strukturelle Ursachen hat: *«Es gibt wirtschaftliche Regeln, die sich für das Wachstum als wirksam erwiesen haben, aber nicht für die ganzheitliche Entwicklung des Menschen. Der Reichtum ist gewachsen, aber ohne Gerechtigkeit, und so entsteht neue Armut.»*



Foto Poss

Solche wirtschaftlichen Regeln bevorzugen eine Minderheit, eine Elite, die «in einer Blase sehr komfortabler und luxuriöser Bedingungen» lebt und sich für berechtigt hält, im Übermass zu konsumieren. Dies, während Millionen andere Menschen verhungern. Mangelnde Gerechtigkeit ist demnach für den Papst «die Wurzel der sozialen Übel». Bekämpfung der Armut, Nächstenliebe und Solidarität sind im christlichen Glauben zutiefst verankert. Praktizierende Nächstenliebe bildet den «glühenden Kern» des Auftrags der Kirche, ist Papst Leo überzeugt.



Foto Poss

Was ihr getan habt

Christus hat diese Jesaja-Rede aufgegriffen und sie zu seinen eigenen Worten gemacht – und zwar in dem bekannten Gleichnis vom Weltgericht (Matthäus 25). Hier legt Jesus Jesaja 58,7 aus und spitzt die hier geäusserte Verpflichtung zur Mitmenschlichkeit noch zu. «**Ich bin hungrig gewesen, und ihr habt mir zu essen gegeben. Ich bin durstig gewesen, und ihr habt mir zu trinken gegeben. Ich bin ein Fremder gewesen, und ihr habt mich aufgenommen. Ich bin nackt gewesen, und ihr habt mich gekleidet. Ich bin krank gewesen, und ihr habt mich besucht. Ich bin im Gefängnis gewesen, und ihr seid zu mir gekommen.**» Jesus verknüpft die Zusage seiner Gegenwart unmittelbar mit diesem konkreten Handeln in der Nächstenliebe: «**Was ihr einem meiner geringsten Brüder (oder Schwestern) getan habt, das habt ihr mir getan.**» Was hier gefordert ist, sind nicht Nettigkeiten, sondern ist die Sorge für die elementaren Lebensbedürfnisse: Wer damals als Kranker keinen Besuch bekam, der war nicht einsam, sondern der verhungerte!

Wir sehen: Fasten aus Selbstzweck genügt nicht. Fasten soll uns auf Gott und unsere Mitmenschen hin öffnen.

Daher macht es auch Sinn, während der Fastenzeit ein konkretes Hilfsprojekt finanziell zu unterstützen. Die «Fastenaktion der Schweizer Katholiken» und auch andere kirchliche Hilfswerke laden jedes Jahr während der Fastenzeit dazu ein. «Egal wie hoch Ihre Spende ist – ob einmalig oder regelmässig – Sie ermöglichen damit Menschen eine selbstbestimmte Zukunft ohne Hunger», schreibt «Fastenaktion» auf ihrer Homepage. Folgen wir aber auch hier dem Rat des Paulus: «**Jeder gebe, wie er es sich in seinem Herzen vorgenommen hat, nicht verdrossen und nicht unter Zwang; denn Gott liebt einen fröhlichen Geber**» (2 Kor 9.7). Ob wir fasten, ob wir etwas spenden, ob wir helfen, wichtig ist dabei immer über unsere Beweggründe nachzudenken. Sind die Opfer, die wir bringen, Ausdruck von Liebe? Schliesslich ist es Liebe, die uns zu einem fröhlichen Geber macht.

Paul Martone



Israel/Palästina: Nach Ausbruch des Krieges in Gaza hat HEKS vielerorts Hilfsgüter verteilt. © HEKS

Wir können nicht selber vor Ort unsere Hilfe anbieten, wir können aber dem Fastenopfer eine Spende überweisen:

IBAN: CH16 0900 0000 6001 9191 7

mail@fastenaktion.ch

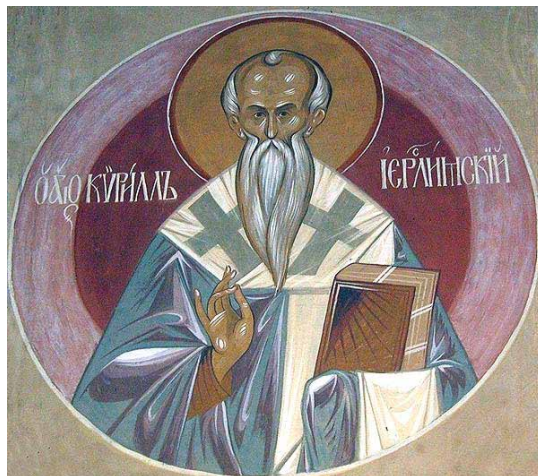
Telefon +41 41 227 59 59





Cyrril von Jerusalem

Cyrril wurde in oder bei Jerusalem um 310 als Sohn christlicher Eltern geboren. Er genoss eine hervorragende Ausbildung sowohl in christlicher als auch in griechischheidnischer Literatur. Um 335 wurde er Diakon, 345 Priester, 348 Bischof von Jerusalem. Cyrril scheint lange dem Arianismus angehangen zu haben. Die arianische Lehre leugnet, dass Jesus Christus wahrer Gott ist, er sei nur dessen vornehmstes Geschöpf. Erst auf dem Konzil von Konstantinopel 381 bekannte Cyrril sich endgültig zum Glauben an die göttliche Dreifaltigkeit, wie sie beim Konzil von Nicäa im Jahr 325 definiert worden war. Es kam dadurch zum Konflikt mit Bischof Alexius von Caesarea, der ein Anhänger des Arianismus war.



Zweimal wurde Cyrril wegen dieser Standhaftigkeit zum Glauben von Bischofsversammlungen abgesetzt und verbannt, ein drittes Mal im Jahr 367 durch Kaiser Valens. Diese letzte Verbannung dauerte bis 378. Insgesamt verbrachte er beinahe die Hälfte seiner Amtszeit im Exil. Auf dem 2. ökumenischen Konzil von Konstantinopel wurde er als rechtgläubig rehabilitiert und zum rechtmässigen Bischof von Jerusalem erklärt. Cyrril starb am 18. März 387.

In der Ostkirche wird er als Kirchenvater und begnadeter Prediger verehrt. Am 28. Juli 1882 wurde er gemeinsam mit Cyrill von Alexandrien von Papst Leo XIII. zum Kirchenlehrer ernannt, und zwar deshalb, weil er in seinen Katechesen, die er in der von Kaiser Konstantin erbauten Grabeskirche in Jerusalem gehalten hat, beeindruckend klar die Glaubenswahrheiten, vor allem auch die der Eucharistie dargelegt und verteidigt hat. Er vertrat die reale Präsenz Christi, d.h. dass Christus in der Eucharistie wahrhaft gegenwärtig ist, und gebrauchte erstmals den Begriff der Wandlung von Brot und Wein in den Leib und das Blut Christi bei der Eucharistiefeier. Dadurch wurde Cyrril zu einem wichtigen historischen Zeugen für die altkirchliche Lehre von der Eucharistie. Von ihm stammt wohl auch die ursprüngliche Messliturgie.

Von Jerusalem trugen Pilger diese Liturgie in die ganze Welt. Die Zeugnisse und klaren, eindringlichen Worte des Cyrril von Jerusalem sind auch noch heute von grosser Aktualität. Seine Schriften inspirierten zwei wichtige Dokumente des Zweiten Vatikanischen Konzils (1962–1965): *Lumen Gentium* über die Kirche und *Dei Verbum* über die göttliche Offenbarung. Sein Wirken war stets von dem Anliegen geprägt, das Volk in der Wahrheit zu unterweisen. Zweifeln an der wirklichen Gegenwart Jesu in der Eucharistie empfahl er: «Zweifle nicht, ob das wahr ist. Nimm vielmehr die Worte des Erlösers im Glauben auf. Da er die Wahrheit ist, lügt er nicht».

Cyrrills Gedenktag ist der 18. März

Paul Martone



Die Eltern als Katecheten ihrer Kinder

Die Palmen und der Esel am Palmsonntag



Foto © Elvire

Am Palmsonntag hören wir, wie Jesus in Jerusalem eingezogen ist. Er wollte dort mit seinen Freunden das höchste Fest der Juden, das Pessachfest, feiern. Da Jesus als Prediger und Wundertäter bekannt war, haben ihn die Menschen in Jerusalem wie einen König empfangen. Jesus ritt auf einem Esel in die Stadt und die Menschen begrüßten ihn mit Palmen in ihren Händen und legten ihre Kleider auf die Strasse.

Dass Jesus auf einem Esel in die Stadt ritt, ist kein Zufall, sondern ein wichtiges Symbol. Im Gegensatz zu einem stolzen Pferd war der Esel ein Zeichen für Demut und Bescheidenheit. Jesus zeigte damit, dass er kein weltlicher König war, sondern ein Diener Gottes, der Frieden bringt. Die Menschen jubelten ihm zu und riefen: «Gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn!» und «Hosianna». Das heisst: «Hilf uns! Rette uns!» Heute würde man wohl rufen: «Er lebe hoch!» Denn sie sahen Jesus als Retter, als Heiland. In ihren Händen trugen sie Palmen und winkten Jesus damit zu, denn Palmen waren ein Zeichen für das Leben und den Sieg des Guten. Alle diese Zeichen sagen uns, dass Jesus nicht den Krieg und den Streit wollte, sondern den Frieden, und eine Welt, in der es allen Menschen gut geht.



Die Menschen in Jerusalem begrüßten Jesus voller Freude und jubelten ihm zu. Doch die Begeisterung hielt nicht an. Nur ein paar Tage später wurde Jesus verhaftet. Die gleichen Menschen, die ihn bejubelt hatten, waren jetzt voller Hass und Wut auf ihn. Sie riefen: »Ans Kreuz mit ihm!«



Der Palmsonntag will uns auch daran erinnern, dass wir Jesus immer als unseren König und Freund ansehen und ihn nicht, wie viele Menschen damals, verraten und verlassen sollen.

An diesen Einzug von Jesus in Jerusalem erinnern sich die Christen jedes Jahr am Palmsonntag. Dazu bringen sie Palmzweige in die Kirche, die dort vom Pfarrer gesegnet werden. Nach der Messe werden die Zweige nach Hause genommen, um den Segen in ihre Häuser zu tragen und das ganze Jahr daran erinnert zu werden.

Die Palmen werden dafür oft hinter ein Wandkreuz oder an Haustüren befestigt. Die Palmen, die in der Kirche übrigbleiben, werden vor dem nächsten Aschermittwoch verbrannt und im Aschermittwochsgottesdienst gesegnet. Mit der Asche wird am Aschermittwoch den Menschen ein Kreuz auf die Stirne gezeichnet wird.

Paul Martone

«Wie geht's?»

Gedanken zum Krankensonntag

Bei Begegnungen oder Krankenbesuchen stellen wir spontan die Frage: «Wie geht's?» Diese Frage ist so allgemein, dass die meisten mit «Gut» antworten. Man weiss ja nicht genau, wonach der Fragesteller eigentlich fragt, ob nach dem allgemeinen Gesundheitszustand oder der Qualität bei allfälliger Pflege, ob nach der Zufriedenheit am Arbeitsplatz, der Situation in der Familie oder der Partnerschaft usw.



Foto: © by-sassi_pixelio.de

Frage und Antwort hören sich oberflächlich und phrasenhaft an. Sie sind scheinbar zu Höflichkeitsfloskeln ohne Tiefgang geworden, die wir uns angewöhnt haben und die uns schnell zur Alltagsordnung übergehen lassen wollen. Interessiert es uns wirklich, wie es jemandem geht, und bringen wir dann auch genügend Zeit auf um zuzuhören, zu verstehen und mitzufühlen? Mit zwei, drei Sätzen lässt sich oftmals nicht erklären, wie es einem «geht». Gehen tut es immer, aber nur wie es geht, bleibt offen und unbeantwortet.

Nachdenklich macht die Bemerkung eines kranken Menschen, wenn dieser sagt: *«Ich habe gelernt, Leid zu ertragen, Schmerzen zu verbergen und mit Tränen in den Augen zu lachen ... und nur, um den anderen zu zeigen, dass es mir "Gut" geht und um sie glücklich zu machen.»* Der Kranke will den Gesunden nicht mit seinen Sorgen und Ängsten unnötig belasten, will ihm auch nicht seine kostbare Zeit stehlen und ihm nicht die Lebensfreude verderben. Also geht es ihm gut!?!

Ein leicht abgewandeltes Wort von Georges Clemenceau heisst: Zur schlimmsten Krankheit der Seele wird die Kälte! Wenn die Seele leidet, wird der Körper krank bzw. noch kränker. Schwerer als manche Krankheit wiegen heute die immer mehr um sich greifende Gleichgültigkeit, die Oberflächlichkeit und die Gefühlskälte vieler Menschen. Es ist demütigend, um ein bisschen Aufmerksamkeit und Zuwendung betteln zu müssen und dem Wohlwollen seiner Mitmenschen ausgeliefert zu sein. Es ist schwer die Feststellung zu ertragen, man sei eine Belastung. Nichts verletzt bzw. kränkt daher einen «kranken» Menschen mehr als diese Erfahrungen. Wieso also jemandem klagen oder zu erklären versuchen, wie's einem geht, wenn Zeitmangel bzw. Desinteresse einem entgegenschlägt?

Wie geht's? – Wenn wir jemanden nach seinem Befinden fragen, dann nur, wenn wir bereit sind, uns auch innerlich berühren zu lassen und menschliche Nähe zuzulassen. Gut bzw. besser würde es manchem gehen, wenn wir seine Seele heilend zu erwärmen suchen, d.h. wenn wir uns genügend Zeit für ihn nehmen, ihm zu helfen, seine Leiden in Worte zu fassen, Anteil nehmen an seinem Kummer, seine Ängste ernstnehmen, Fragen und Zweifel zuzulassen und mit ihm das Gefühl der Ohnmacht auszuhalten. Warmherzigkeit tut gut, und die Gewissheit, dass jemand da ist, der ihn in seinem «Kranksein» zu verstehen sucht und sich einzufühlen vermag, schenkt Zuversicht, Hoffnung und Kraft.

Der Tag der Kranken lädt uns ein, bei einem Besuch im Krankenhaus, in einem Alters- und Pflegeheim und an einem Krankenbett daheim feinfühlicher zu fragen und aufmerksamer hinzuhören.

Robert Imseng, Pfarrer

An der Ampel

Beeilung, nur noch ein paar Sekunden, bis die Ampel auf Rot wechselt! Die Menschen drängen an Ihnen vorbei, als wäre es die letzte Gelegenheit für die nächsten Tage. Jeder will noch schnell über die Strasse, selbst wenn man ins Schwitzen kommt und andere anrempelt. Niemand hat Zeit für die Unterbrechung. Warum sich von einer roten Ampel ausbremsen lassen?

*Eigentlich verrückt,
wie wir versuchen,
jede Millisekunde auszunutzen.
Ein ungeplanter Zwischenhalt?
Passt nicht
in die heutige Zeit!*

Alles muss jetzt sofort und auf der Stelle passieren. Soll es bloss jemand wagen, sich uns in den Weg zu stellen!

Was lösen rote Ampeln bei Ihnen aus? Stress, Enttäuschung, Ungeduld? Oder werden Sie bockig? «Jetzt erst recht – ich lasse mich doch nicht von einer roten Lampe stoppen!» Manche scheinen sich persönlich angegriffen zu fühlen, wenn die Ampel gerade dann auf Rot schaltet, wenn sie an der Reihe wären.



Foto: ©_Peter Hebgen_pixelio.de

Dabei hat die rote Ampel eine klare Botschaft für uns:

*«Nicht so schnell!
Gönn dir mal eine kurze
Auszeit.»*

Manchmal sorgen rote Ampel sogar für unerwartete Momente: Da entdeckt man plötzlich neben sich eine gute Freundin, die man schon lange nicht mehr gesehen hat. Oder man macht auf der anderen Strassenseite ein Café aus, das gerade eröffnet hat. Wäre es grün gewesen, wäre einem das vor lauter Hetzerei kaum aufgefallen.



Text aus dem empfehlenswerten Buch

55 Orte zum Aufatmen – Pausenzeiten im Alltag von Stephan Sigg

Orte, an denen du dir und Gott begegnen kannst. Orte im Alltag, die dazu einladen, über sich, das Leben und über Gott nachzudenken. Pausen im hektischen Alltag, z.B. Parkplatz, Kino, Brücke, Sternenhimmel, Seeufer, Heimweg, Fussgängerzone, Supermarkt.

ISBN: 978-3-7666-2595-3



Kunstverlag Maria Laach, Nr. 2152



«Klaus, wie viele Gebote gibt es?» – «Zehn, Herr Lehrer.» – «Und was geschieht, wenn du eins davon brichst?» – «Dann sind es nur noch neun, Herr Lehrer.»



Im Unterrichtsfach Gesundheitslehre wird diesmal über gefährliche Krankheiten gesprochen. Als Gabi von der Schule heimkommt, erklärt sie der Mutter: «Wenn ich tot bin, lass ich mich sezieren, weil ich wissen möchte, woran ich gestorben bin.»



Von der Allgegenwart Gottes ist die Rede gewesen, und die Religionslehrerin prüft, ob die Kinder auch alles verstanden haben: «Siegfried, ist Gott auch in der Kirche?» – «Ja.» – «Günther, ist Gott auch in eurem Keller?» – «Nein.» – «Aber wieso soll er da nicht sein?» «Weil wir keinen Keller haben.»

In der Religionsstunde wird über Papst Johannes Paul I. gesprochen, der durch sein freundliches Lachen die Herzen vieler Menschen gewonnen hat, im Ganzen aber nur 33 Tage regiert habe. Bei der nachfolgenden Probearbeit schreibt Carina: «Papst Johannes Paul I. war sehr freundlich, er hat in der Kirche das Lachen eingeführt.»



Lehrer: «Und nun nennt mir eine Eigenschaft des Wassers!» – Fritz: «Wenn wir uns damit waschen, wird es schwarz!»



«Warum siehst du denn heute so traurig aus?», fragt morgens auf dem Schulweg der kleine Uwe seinen Schulfreund. – «Ach, mein Hund ist weggelaufen und nicht wiedergekommen!» – «Dann müsst ihr mal eine Anzeige in der Zeitung aufgeben!» – Antwortet mutlos der Freund: «Ach, was soll's, unser Hund kann doch nicht lesen!»



Der Lehrer geht die Monatsnamen durch und spricht auch über den Witterungscharakter der einzelnen Monate: «Wir sagen zum Beispiel: der kalte Januar, der heisse Juli. Kann noch jemand einen Monat mit einem passenden Eigenschaftswort nennen?» – Da meldet sich Heiko: «Der dumme August!»



Der Pfarrer begegnet Tonis Vater und beschwert sich bei ihm: «Ihr Sohn Toni legt in der letzten Zeit im Religionsunterricht ein wirklich freches Benehmen an den Tag. Als ich ihn fragte, wer den Brief an die Korinther geschrieben habe, antwortete er: "Ich nicht!"» – «Frech mag er ja sein», räumt der Vater ein, «aber lügen tut er nicht. Wenn er gesagt hat, dass er den Brief an die Korinther nicht geschrieben hat, dann dürfen Sie davon ausgehen, dass er es wirklich nicht war.»