

PFARREI *forum*



2020 – mehr Zeit für Stille?

Egal ob mit oder ohne Oropax, egal ob im Kloster oder einfach zuhause – der Jahreswechsel ist der beste Zeitpunkt, um Momente der Stille fürs neue Jahr einzuplanen. Was löst die Stille aus? Wo findet man sie? Und wie «gelingt» sie? Tipps und Erfahrungsberichte → **Seiten 2 – 7**



Nina Rudnicki,
Redaktionsteam

Editorial

In der heutigen Welt der allzeit verfügbaren Medien, hat es die Stille immer schwieriger. Sie wird an den Rand gedrängt. Ruhige, kontemplative und reflektierende Tätigkeiten wie etwa Lesen geraten zunehmend ins Hintertreffen. Das zeigen auch die Resultate der neusten PISA-Studie: Die Lesekompetenz der Schweizer Jugendlichen hat sich in den vergangenen drei Jahren verschlechtert. Zudem geben immer mehr Jugendliche an, dass sie in ihrer Freizeit nicht zu ihrem Vergnügen lesen. Lesen ist also auch unbeliebter geworden.

Genau daher ist es wichtig, dass wir uns bewusst Inseln, Momente und Nischen suchen, in denen wir die Stille noch leben können. Der dänische Philosoph und Theologe Søren Kierkegaard sagte: «Wenn alles still ist, geschieht am meisten.» In der Stille entstehen neue Ideen und in der Stille finden wir neue Kraft. Wer hingegen immer abgelenkt ist, weil ihm permanent etwas oder jemand ins Ohr schreit, wird es kaum schaffen, die Gedanken in seinem Kopf zu verbinden. Für viele ist der Advent die Zeit der Stille, doch dann ist es oft zu laut und hektisch. Der Jahresbeginn birgt hingegen Zeit für Stille.

Still sein bedeutet, solidarisch zu sein. Von Social Media angetrieben, leben wir im Zeitalter der Egoisten. Unsere eigene Meinung können wir jederzeit der ganzen Welt mitteilen. Häufig geschieht das, ohne zuvor über die Folgen der Äusserungen nachgedacht zu haben. Es geht darum, sich selbst in einer sich immer schneller wandelnden Welt möglichst gut zu platzieren. Antworten erhalten wir auf diese Weise allerdings nicht oder zumindest keine, die uns zufriedenstellen. Helfen könnte da mehr Stille – als Vorsatz fürs neue Jahr.

«Regelrechte Entzugserscheinungen»

Klösterliche Auszeiten von der alltäglichen Hektik werden immer beliebter

In Zeiten multimedialer Dauerbeschallung und permanentem Leistungsdruck suchen immer mehr Menschen Einkehr in absoluter Klösterruhe. Auch das Kloster Magdenau bei Flawil SG ist so eine Oase, wo Gestresste innehalten, reflektieren und die nächsten Schritte in ihrem Leben konkretisieren. Doch das abrupte Drücken der inneren Pausentaste ist für manche kaum auszuhalten, wie Mutter Äbtissin Maria Raphaela immer wieder erlebt.

Die telefonische Interviewanfrage amüsiert Schwester Maria Raphaela vom Kloster Magdenau: «Habe ich Sie richtig verstanden, Sie möchten mit mir über Stille sprechen?». Zugegeben, es klingt paradox. Da soll also die Ruhe zerredet werden. Die Oberin der Zisterzienserinnenabtei betont denn auch gleich am Anfang des Gesprächs: «Stille kann ich nicht beschreiben. Stille muss erfahren werden.» In einer Welt voll von Trommlern und Hier-Schreiern, die überdröhnt werden von der multimedialen Dauerberieselung, ist sie gar nicht so einfach zu finden – die Stille. Immer mehr Menschen suchen sie im Klosterleben auf Zeit. Hier hoffen sie, Abstand von ihren familiären oder beruflichen Verpflichtungen und Sorgen zu finden. Hier möchten sie seelenruhig werden.

Unterschiedliche Beweggründe

Es ist kein Zufall, dass Klöster zu immer beliebteren Zufluchtsorten der Sinnüberfluteten werden. Schliesslich gibt es keine Weltreligion, die der Stille nicht eine grosse Bedeutung beimisst. In Europa suchten christliche Ordensleute in der Stille die Stimme Gottes denn auch schon lange bevor die im Gewusel der Städte nervös werdenden Menschen sie zu verklären begannen. Auch im Kloster Magdenau können sich Rastlose als Einzelperson oder in Gruppen zurückziehen. Die Hauptgründe für den Gang ins Kloster sind laut der Mutter Äbtissin Stress im Beruf, Beziehungsprobleme, Verlust oder Krankheit. In den vergangenen Monaten suchten deutlich mehr Frauen das Kloster zwischen Degersheim und Flawil auf. «Es gab aber auch schon Zeiten, als mehr Männer zu unseren Gästen zählten», so Schwester Maria Raphaela. Auch Alter und so-

ziales Umfeld der Ruhesuchenden seien sehr unterschiedlich.

Kein Fussball-Länderspiel

Sie alle eint die Sehnsucht nach der wohltuenden Stille. Weg vom Trubel. Hin zur Seelenruhe. «Doch es kommt vor, dass reizüberflutete Menschen das Leben hier, wo wörtlich nichts läuft, als beängstigend still empfinden. Es machen sich bei manchen regelrechte Entzugserscheinungen bemerkbar», so die Oberin. Sie erzählt von einem Mann, der kürzlich in einer Gruppe zur Retraite auf der Magdenau war und der lautstark Unverständnis äusserte, weil hinter den Klostermauern ein Fussball-Länderspiel nicht empfangen werden konnte. Oder da war letztes Jahr eine Frau, die nach vier Stunden Aufenthalt ohne ein Wort wieder verschwand, weil sie die Ruhe nicht aushielt. «Es gibt wenige Gäste, die mit falschen Vorstellungen hierher kommen. Ein Klosteraufenthalt ist kein günstiger Wellness-Urlaub. Auch die hohe

«Die hohe Erwartung, spirituelle oder erleuchtungsähnliche Erfahrungen zu machen, ist nicht die optimale Voraussetzung für eine Auszeit bei uns.»

Erwartung, spirituelle oder erleuchtungsähnliche Erfahrungen zu machen, ist nicht die optimale Voraussetzung für eine Auszeit bei uns», betont Schwester Maria Raphaela. Stille kann zuweilen ganz schön laut sein und zu Gedankenstürmen führen. Gefragt ist vor allem Geduld und Durchhaltevermögen, um das Wechselbad aus lauten Gedanken und Langeweile annehmen und akzeptieren zu können.

Mit dem Selbst überfordert

Bei den meisten Gästen wandle sich nach ein bis zwei Tagen, die anfangs als bedrückend empfundene Stille, in ein positives Gefühl, so die Mutter Äbtissin. «Voraussetzung dafür ist, dass man die Nebengeräusche ausblendet, in sich hineinhört und zu sich kommt.» Es geht also um die Frage, was von einem selbst übrig-



Bilder: © Ana Kontoulis

Mutter Äbtissin Maria Raphaela: «Es kommt vor, dass reizüberflutete Menschen das Leben hier, wo wörtlich nichts läuft, als beängstigend still empfinden.»



Die meisten Gäste, die eine Auszeit im Kloster Magdenau suchen, empfinden die Stille nach ein bis zwei Tagen nicht mehr als bedrückend.



Gäste im Kloster dürfen den Tagesablauf selber bestimmen. Die Teilnahme an Gebeten und Gottesdiensten ist freiwillig.

bleibt, wenn alle Einflüsse von aussen wegfallen. Diese Konfrontation mit dem Selbst ist für manche nur schwer zu ertragen. Da lässt man sich viel lieber von elektronischen Nachrichten und vom persönlich aufgezwungenen Pflichtenkatalog ablenken.

Urteilsfreies Zuhören

Die Dauer einer klösterlichen Auszeit bleibt im Kloster Magdenau dem Gast überlassen. «Man kann für einzelne Tage, ein verlängertes Wochenende oder eine ganze Woche kommen.» Auch wenn die Zisterzienserinnenabtei ein sogenanntes geschlossenes Kloster ist, erhalten Externe einen Hausschlüssel und dürfen sich nach den eigenen Bedürfnissen dem Tagesrhythmus der zehn Ordensschwestern anschliessen. Lediglich zu den Mahlzeiten gilt Anwesenheitspflicht. «Manche Gäste sehen wir tagsüber kaum. Andere wiederum suchen aktiv das Gespräch mit uns», erzählt Schwester Maria Raphaela. Es sei oft die Kombination aus Stille, Innehalten und reflektierendem Austausch, die den Gästen die vernebelte Sicht für ihre nächsten Schritte freigebe. «Ich versuche in solchen persönlichen Gesprächen einfach zuzuhören und unvoreingenommen das Erzählte anzunehmen. Es ist ja nicht so, dass ich zu allen Problemen und zu sämtlichen Ängsten auf eigene Erfahrungen zurückgreifen kann. Deshalb fände ich es heuchlerisch, wenn ich zu allem und jedem einen Ratschlag abgeben würde. Das urteilsfreie Zuhören ist meistens das, was die Menschen viel dringender brauchen», ist Schwester Maria Raphaela überzeugt.

Nicht gefeit vor lärmigen Verlockungen

Gefragt nach dem Stellenwert der Stille im Leben einer Ordensschwester, denkt die Mutter Äbtissin lange nach. «Stille hat für mich und auch für meine Mitschwestern eine grosse aber auch individuelle Bedeutung. Und trotz der Tatsache, dass wir hier in einer ruhigen Umgebung leben, ringen auch wir um die Stille vor Gott. Wir sind nicht gänzlich gefeit vor den lärmigen Verlockungen dieser Zeit. So ist für mich beispielsweise unser Computer ein zeitfressendes, rotes Tuch. Für andere Schwestern ist er ein interessanter Kommunikations- und Informationskanal. Mich persönlich würde wohl ein Leben ausserhalb des Klosters, gefangen in einer Endlosschleife aus Dauerkommunikation, sehr stressen.» Die

Mutter Oberin sucht sich bewusst ihre Ruheinseln. Eine wichtige davon ist die Zeit nach der Komplet, dem Abendgebet. «Dann bleibe ich jeweils immer noch etwas in der Stille der Kirche. Ich lasse den Tag Revue passieren und ordne meine Gedanken. In diesen Momenten übergebe ich Sorgen und Nöte – ob es nun eigene oder Anliegen anderer sind – voller Vertrauen unserem Herrgott. Danach kann ich ruhig schlafen.»

Keine Flucht vom Trubel der Grossfamilie

Schwester Maria Raphaela ist als 21-Jährige ins Kloster Magdenau eingetreten und seit

1987 Mutter Oberin. Hat die Solothurnerin als Älteste von zehn Kindern hinter den Klostermauern ihre Ruhe gesucht? «Nein, überhaupt nicht. Der Entschluss, mein Dasein ganz und gar Gott zu widmen, reifte in mir schon als Mädchen. Eine Flucht vom Trubel der Grossfamilie war es keineswegs. Zumal es bei uns zu Hause nicht selten vorkam, dass es an einem Sonntagnachmittag in der Stube sehr ruhig und friedlich war. Die einen lasen, die anderen spielten und unser Vater hörte oft eine Fussball-Übertragung am Radio, was uns nicht im Geringsten aus der Ruhe brachte.»

(rm)

Stille finden – als Einzelgast oder in der Gruppe

Im Kloster Magdenau sind Menschen, die sich für eine Zeit lang zurückziehen wollen und die Stille suchen, herzlich willkommen. Neben dem Angebot für Einzelgäste gibt es auch immer wieder Gruppen-Kurse. Weitere Infos: www.kloster-magdenau.ch Auch in anderen Klöstern im Bistum St.Gallen gibt es Angebote für Stille-Sucherinnen und -sucher – siehe Tipps auf Seite 5.



Mutter Äbtissin Maria Raphaela nimmt sich bei ihren Gästen Zeit für ein «urteilsfreies Zuhören» – etwas, das viele Menschen heute besonders brauchen.

Die Stille im neuen Jahr einplanen

Die Redaktion des Pfarreiforums gibt Tipps für ein ruhiges, neues Jahr

Apps gibt es mittlerweile für fast alles, etwa für programmierte Stille und Achtsamkeit im hektischen Alltag. Smartphone und Stille? Was auf den ersten Blick ein Widerspruch ist, macht in diesem Fall Sinn. Die Apps erinnern durch einen Glockenschlag oder ein ähnliches Geräusch daran, wie wichtig Durchatmen, kleine Auszeiten und stille Momente sind. Die Stille-Fenster lassen sich als regelmässige, fixe Termine programmieren. Für Fortgeschrittene empfiehlt sich allerdings die Zufallsvariante: Die Glocke ertönt zu einem beliebigen Moment und hält einen dazu an, an Ort und Stelle in sich zu kehren.

Buchen Sie sich eine Auszeit im Kloster. Wer nicht weiss, wie viel Stille er verträgt, könnte sich zunächst an einem «Tag der Stille» versuchen. Neben dem Kloster Magdenau (S. 2) hat u.a. auch das Kloster Rapperswil SG Angebote für Gäste. Das Kloster Leiden Christi in Jakobsbad stellt «Gästezellen» zur Verfügung und das Kloster Wurmsbach hat ein «Gästehaus». Weitere Infos gibt es auf den Websites der Klöster. Viele Klöster im Bistum St.Gallen nehmen Interessierte auf Anfrage auch länger auf und lassen sie am Leben ihrer Gemeinschaft teilhaben.

Wo gibt es in Ihrer Umgebung Orte der Stille? Entscheiden Sie sich spontan dafür, die Natur in Ihrer Umgebung zu erkunden. Frische Luft und Bewegung befreien Geist und Seele von unnötigem Ballast. Bleiben Sie hin und wieder stehen und achten Sie darauf, ob und welche Geräusche Sie hören. Gibt es einen Ort der absoluten Stille überhaupt? Die Suche nach Stille lässt sich auf das ganze Bistum ausweiten: Halten Sie schon jetzt Tage in Ihrer Agenda dafür frei.

Kaufen Sie sich einen Noise-Cancelling-Kopfhörer. Dank Lärmunterdrückung können Geräusche aus der Umgebung per Knopfdruck vermindert werden. Das Ganze funktioniert über Antischall. Es handelt sich dabei um Schall der künstlich erzeugt wird und dessen Signal dem des störenden Schalls mit entgegengesetzter Polarität exakt entspricht. Wem das zu viel an Erklärung ist: Kopfhörer auf!

Setzen Sie sich in eine Kirche, in der gerade kein Gottesdienst ist. Lassen Sie dann die Stille auf sich wirken. Was geht Ihnen durch den Kopf? Wie lange schaffen Sie es, so sitzen zu bleiben? Ist es möglich, nicht zu denken?



Einen eindrücklichen Einblick in den Alltag eines Schweigeordens ermöglicht der Film «Die grosse Stille» des deutschen Regisseurs Philip Gröning. Der Film aus dem Jahr 2005 zeigt das Leben der Mönche in der Grande Chartreuse, dem Mutterkloster des Kartäuserordens. Dieses liegt in einer einsamen Gebirgsgegend nördlich von Grenoble. Im Film wird kaum gesprochen, auch auf Filmmusik verzichtete Gröning. Es sind lediglich die un-mittelbaren Umgebungsgereusche zu hören, sowie der Gesang der Mönche beim gemeinsamen Stundengebet. Blockbuster-Fans mag das wenig überzeugen. Sich den Film anzuschauen lohnt sich dennoch: «Die grosse Stille» erhielt zahlreiche Auszeichnungen.

Zu zweit Schweigen macht mehr Spass, als es alleine zu tun. Suchen Sie sich jemanden, der Lust hat, sich mit Ihnen auf dieses Experiment einzulassen. Dann legen Sie fest, wie lange Sie schweigen möchten. Anreiz könnte ein kleiner Wetteinsatz sein: Wer das Schweigen zuerst bricht, muss dem anderen etwas Gutes tun. Gut möglich, dass das aber gar nicht nötig sein wird. Denn gemeinsam Schweigen tut manchmal einfach nur gut: Kuscheln Sie sich dafür auf dem Sofa ein, halten Sie eine Tasse Tee bereit und schauen Sie zu, wie die Schneeflocken vom Himmel fallen.

Schreiben Sie eine Liste über die Geräusche um Sie herum. Unterteilen Sie diese danach in Geräusche, die Sie mögen, und in Geräusche, die Sie stören. Sie werden überrascht sein, wie viel dabei an einem einzigen Tag zusammenkommt. Die Liste macht auch bewusst, von welchem Geräuschpegel Sie den ganzen Tag umgeben sind.

(ssi/nar)

Tipp: Einzelne Ideen ausschneiden und in Agenda kleben oder fotografieren und in digitale Agenda einprogrammieren!

Was geschieht, wenn alles still ist

Die Katholische Kirche St.Gallen sensibilisiert für Stille

Oropax gegen Pendlerstress, Rückzugsorte in sich selbst oder Ausflüge in die Natur: Noch bis Ende Januar werden im Rahmen einer Social-Media-Aktion der Katholischen Kirche im Lebensraum St.Gallen Tipps und Orte der Stille gesucht.

Es ist eiskalt an diesem späten Dienstagmorgen wenige Tage vor Weihnachten. Kaum jemand bleibt auf dem Bahnhofplatz in St.Gallen stehen. Alle eilen die Treppe hinunter, die zu den Bahngleisen führt, oder zu den Abfahrkannten der Busse. Über den Schultern hängen schwere Einkaufstaschen, Aktenmappen oder Laptopstaschen. Beinahe deplatziert wirkt da das Team der mobilen Cityseelsorge der Katholischen Kirchgemeinde St.Gallen. Es verteilt gemeinsam mit freiwilligen Helferinnen und Helfern an die Pendlerinnen und Pendler aus dem ganzen Bistum Oropax – also quasi Stille to go.

Mitten im Pendlerstress

«Wir organisieren jedes Jahr während der Adventszeit stille Orte und Treffpunkte», sagt Matthias Wenk, Mitinitiant des Projektes. Im vergangenen Jahr hatte das Team etwa einen Pop-up-Store der Stille eröffnet, in dem es nichts zu kaufen gab. Vielmehr sollte man darin Ruhe vom Adventstrubel finden. Diesmal geht das Projekt einen Schritt weiter. «Jede und jeder trägt in sich selbst Orte der Stille. In

diese kann man sich jederzeit zurückziehen, gerade auch dann, wenn um einen herum viel los ist», sagt Matthias Wenk. In diesem Sinne sind die Oropax ein Anstoss, sich an diese Orte in sich selbst oder in seiner Umgebung zu erinnern. Unter dem Namen stille.sg und dem Hashtag #stilleg läuft die Aktion noch bis Ende Januar: Das mobile Team der Cityseelsorge wird am Bahnhof St.Gallen noch einige Male Oropax verteilen. Zugleich kann jeder unter der genannten Webseite und in den sozialen Netzwerken seinen Ort der Stille teilen und damit andere inspirieren.

Durchatmen und bei sich sein

An der Aktion mitgemacht haben etwa bereits Anne, die ein Foto eines Gleitschirmflugs veröffentlicht hat. «Die Luft ist mein Ort der Stille, weil ich dort durchatmen kann und zu hundert Prozent bei mir bin», schreibt sie dazu. Kerem hingegen findet seinen Ort der Stille an einem Fenster in seinem Wohnzimmer. Regelmässig besinnt er sich dort auf die Kraft der Schöpfung und versucht, mit sich selbst und allem Seienden eins zu werden. Alessia wiederum findet Stille bei ihren Pferden, weil sie von diesen ohne Worte verstanden wird.

Wälder, Bäche, Weiher, Kirchen und Kaffeepausen: Das sind die Orte und Momente, an denen den bisher veröffentlichten Fotos zufolge

die meisten Menschen Ruhe und Stille finden. Auch Matthias Wenk hat auf der Webseite seinen Lieblingsort verraten: Ein Foto zeigt ihn mit den Füßen im Wasser an einem Bach im Wald sitzend. Die Aufnahme zeigt ihn während seines Selbstversuches im vergangenen Sommer, als er im Rahmen eines Gallusexperimentes während 20 Tagen im Wald lebte. Dabei kam er zu überraschenden Erkenntnissen. Die Stille fand er nicht etwa dann am besten, wenn er alleine war. «Die grösste Ruhe in mir entdeckte ich, als eine Schulklasse an einer nahegelegenen Feuerstelle grillierte und ich dennoch beschloss zu meditieren», sagt er.

Kraftquellen erleben

«Wenn alles still ist, geschieht am meisten.» Mit diesem Zitat des dänischen Philosophen Søren Kierkegaard schlagen die Initianten die Werbetrommel für ihre Stille-Aktion. Zusätzlicher Ansporn, den persönlichen Ort der Stille zu teilen, könnte auch der Wettbewerb sein. Unter allen Einsendungen bis zum 31. Januar werden ein Wochenende im Lassalle Haus Bad Schönbrunn, eine Massage und ein Yoga-Testabo verlost. Denn Stille tut nicht nur dem Geist, sondern auch dem Körper gut. (nar)

Infos unter www.stille.sg



Die Fotos der Social-Media-Aktion zeigen Menschen an ihrem persönlichen Ort der Stille.

«Eine offenerere Kommunikation»

Was bedeutet Andreas Barth, Seelsorger für Gehörlose, die Stille?

Schon als junger Mensch hat die Stille Andreas Barth geprägt. Ein Hilfseinsatz im Libanon und seine neue Aufgabe als Seelsorger für Behinderte und Gehörlose im Bistum St.Gallen sensibilisieren den Theologen neu für die Bedeutung der Stille.

Das Gemälde in Andreas Barths Büro im St. Galler Klosterhof zieht die Blicke auf sich: Zwei der abgebildeten Personen erkennt man sofort – Jesus und der Heilige Niklaus von Flüe. Bei der dritten Person handelt es sich um den Heiligen Charbel Makhlouf (1828–1898). «Dieser Mystiker geniesst im Libanon eine ähnliche Popularität wie bei uns der Bruder Klaus und es ist faszinierend, wie ähnlich sie sich sind», erklärt Andreas Barth, «auch der Heilige Charbel war ein Eremit, die Stille war für ihn wichtig.» Im Libanon, wo sich Andreas Barth mit einem Solidaritätsverein für Frieden engagiert, habe er erfahren, wie wichtig die Stille gerade für Menschen in existentieller Not ist. «Sie ist eine grosse Kraftquelle und hilft, herunterzufahren. Die Gedenkstätte für den Heiligen Charbel zieht bis heute Menschen aller Generationen an, sie tanken in der Stille Kraft.»

In der Stille Gott entdeckt

«Als ich als junger Mensch begann, mich mit Gott zu beschäftigen, war die Stille ein wichtiger Motor, ich sass oft mit all meinen Fragen in der stillen Kirche.» Das sei oft aber alles andere als «entschleunigend» gewesen: «Manchmal musste ich mich regelrecht an der Kirchenbank festhalten.» Die Stille sei ein «Reinigungsprozess» und habe nicht nur psychische, sondern auch physische Auswirkungen: «Die Stille wirkt sich auch auf den Rhythmus des Atmens aus: Wenn ich in der Stille bin, beruhigt sich mein Atem. Ich kann besser atmen.» Der Theologe deutet diesen Mechanismus spirituell: «Im christlichen Glauben sprechen wir von Gott als Lebensatem. Sich auf die Stille einzulassen und bewusst zu atmen, kann uns näher zu Gott bringen.»

Familienprojekt

Seit August 2019 ist Andreas Barth neben seiner Tätigkeit als Seelsorger in der Seelsorgeeinheit Neutoggenburg in einem 40-Prozent-Pensum als Gehörlosen- und Behindertenseelsorger im Bistum tätig – und hat dabei mit Menschen zu tun, die ein Leben mit fast keinen Geräuschen oder ganz ohne Geräusche führen

und mit ständiger Stille konfrontiert sind. Einmal im Monat bietet er in St.Gallen einen Gottesdienst für Gehörlose an. Zwanzig bis dreissig Personen nehmen teil. «Der Gottesdienst ist definitiv stiller, aber ganz still ist es auch in diesem Gottesdienst nicht, da auch Hörende mitfeiern.» Bis jetzt werden die Worte von Andreas Barth – die Gebete, die Predigt – von einer Dolmetscherin gebärdet. «Ich lerne zurzeit intensiv die Gebärdensprache, aber es dauert wohl noch ein bisschen, bis ich im Gottesdienst flüssend gebärden kann», erzählt er. Der Gebärdenspracheunterricht habe bei ihm persönlich einiges in Gang gesetzt. Inzwischen handelt es sich um ein Familienprojekt: «Seit Anfang an besucht auch meine Frau den Unterricht und die Kommunikation mit Hilfe von Gebärden hat auch das Interesse unseres 15-jährigen Sohns geweckt. Er begleitet uns jetzt auch zum Unterricht.»

Offenerere Kommunikation

Die Gebärdensprache habe bei ihm neu das Bewusstsein für die Kommunikation, die Sprache und auch die Stille geweckt. «Wenn wir Hörenden mit Worten kommunizieren, fällt es oft leicht, sich hinter komplexen Formulierungen oder Worthülsen zu verstecken. Die Kommunikation ist oft von abstrakt-denkerischen For-

mulierungen geprägt.» Gehörlose kommunizieren mit Gebärden, mit Gestik und Mimik. «Es ist eine visuelle Kommunikation. Gehörlose kommunizieren viel offener und direkter. Man gibt viel schneller mehr von sich preis. Es beeindruckt mich, wie viel man mit einer einzigen Gebärde übermitteln kann. Nur ein Beispiel: Die Gebärde für Jesus erinnert an die offenen Wundmale.»

Kein Defizit

«Für meine Arbeit als Behindertenseelsorger ist es eine wichtige Grundlage, die Behinderung nicht als Defizit zu sehen», hält der Theologe fest, «beim Thema Kommunikation können wir Hörenden viel von Gehörlosen lernen.» Und manche Gehörlose hätten ihn sogar schon auf Vorteile aufmerksam gemacht. Im Libanon hat er den gehörlosen Direktor eines Lerncenters kennengelernt: «Sein offener, humorvoller Umgang mit der Gehörlosigkeit hat mich sehr beeindruckt. Der gehörlose Direktor hat uns in einer längeren humorvollen Erzählung die Vorteile Gehörloser vermittelt: Wenn ich nicht höre, dann werde ich beispielsweise auch vom Lärm verschont oder muss mir auch nicht all die negativen Dinge anhören, die Menschen im Alltag aussprechen.»

(ssi)



© Ana Kontoulis

Kinderseite

Klosterviertel-Rätselspass für die ganze Familie



Kennst du die Stiftsbibliothek in St.Gallen, wo man nur mit Filzpantoffeln rein darf? Und hast du schon mal die Schätze im Gewölbekeller gesehen? Und was genau ist in die Türen der Kathedrale reingeschnitzt? Neu gibt es eine abenteuerliche Entdeckungstour durch das Klosterviertel. Hier kannst du mit dem neugierigen Bären ein verschwundenes Pergament suchen.

Auch Tim und David suchen diese alte Schriftrolle. Sie sind schon ganz gespannt darauf, welche geheime Botschaft Gallus darin notiert hat. Doch wo sollen die beiden Spürnasen anfangen? An der Ticketkasse des Ausstellungssaals bekommen die Zwei einen Beutel mit einer Hinweiskarte und verschiedenen Hilfsmitteln. Die Suche nach dem verschwundenen Pergament kann losgehen!

Aber wo ist nun die Pergamentrolle? Der letzte Hinweis auf der Karte führt die Zwei zu einer geheimnisvollen Holztruhe. Doch wie lautet der Code für das Schloss? – Tim und David lösen schliesslich auch dieses Rätsel und holen sich danach vor dem Ausstellungssaal ihre Belohnung ab.

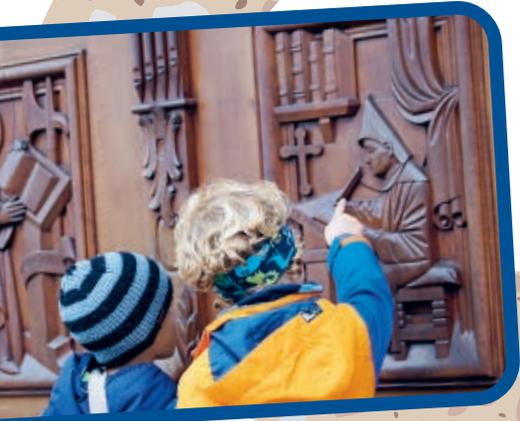
Tim und David machen sich auf zur Mühleggbahn, die gleich hinter den Klostermauern ist. Dort zeigt Gallus in eine bestimmte Himmelsrichtung. Doch in welche? Dank dem Kompass aus dem Beutel finden die Jungs den ersten Buchstaben für das Lösungswort heraus. Weiter geht es zum Karlstor. Was es über diesem uralten Torbogen alles zu entdecken gibt! Mit etwas Erwachsenen-Hilfe kommen Tim und David hier dem zweiten Lösungsbuchstaben auf die Spur.



Der nächste Punkt auf der Karte führt zum Tor bei der Neuen Pfalz. Puh, hier wird es ganz schön knifflig! Eine römische Jahreszahl muss übersetzt werden in eine arabische. Gut nur, dass im Beutel ein Hilfsmittel für diese Aufgabe steckt.

Fast wie im (Bücher-)Himmel fühlen sich die beiden Rätselhelden in der ältesten Bibliothek der Schweiz. Hier verraten ihnen im Spiegel Engelchen ihr kleines Buchstaben-Geheimnis. Höchste Zeit für eine Pause. Schliesslich haben Tim und David bereits die Hälfte der Rätsel gelöst. Frisch gestärkt führt die Spur weiter in den Gewölbekeller der Stiftsbibliothek. Welche kostbaren Schätze es hier zu entdecken gibt! «Schau mal Tim, echtes Gold», ruft David begeistert. Währenddessen kann sich Tim kaum an der zwanzig Kilogramm schweren Bibel satt sehen. Ob hier die Pergamentrolle versteckt ist? – Leider Nein. Die beiden suchen ziemlich lange, bis sie schliesslich einen weiteren Anhaltspunkt finden.

Der Rätselspass im Stiftsbezirk ist für Kinder unter 8 Jahren sehr knifflig. Auch ältere Kinder sind bei manchen Posten froh, wenn ihnen die Erwachsenen etwas helfen. Man sollte für die Suche nach dem verschwundenen Pergament mindestens zwei Stunden einplanen. Der Rätselspass kann während den Öffnungszeiten der Stiftsbibliothek bei der Ticketkasse bezogen werden. Zum Rätselset gehört ein Beutel mit Hilfsmitteln, der gegen Abgabe eines Ausweises ausgeliehen wird. Mehr zum Rätselspass und zu anderen Kinder- und Familienveranstaltungen: www.stiftsbezirk.ch/de/familien



Bilder: rm | Redaktion Kinderseite: rm

«Anerkennung des Leidens»

A.* wurde Opfer von sexuellen Übergriffen im kirchlichen Umfeld. Sie hat dem Pfarreiforum einen Text zur Verfügung gestellt, in dem sie die Verarbeitung und ihre Erfahrungen mit dem Fachgremium des Bistums St.Gallen gegen sexuelle Übergriffe reflektiert.



«Das Zerreißen des Fotos des Täters ist bei meinem Verarbeitungsprozess zu einem wichtigen Ritual geworden», sagt A*.

Meine letzten 20 Jahre gleichen einem steinigen Weg mit einem ständigen Auf und Ab, mit Gesprächen, Therapien und Medikamenten. Im Nachhinein weiss ich, dass jeder Schritt nötig war, um die Kraft und den Mut zu bekommen, mich in die «Höhle des Löwen» zu wagen: an das Fachgremium «Sexuelle Übergriffe im kirchlichen Umfeld» des Bistums St.Gallen. Hier meldete ich den Missbrauch. Ich möchte jedoch ausdrücklich betonen: Ich verstehe jedes Opfer, das der Kirche den Rücken zukehrt und von ihr nichts mehr wissen will. Mein Weg ist nur einer von vielen. Welchen Weg ein Opfer auch geht, es ist der richtige Weg – denn es ist sein ganz persönlicher Weg!

Als schwer eingestuft

Das Fachgremium begleitet mich seit Juli 2018. Es war für mich da, als ich erfuhr, dass «mein» Pfarrer an einem anderen Ort verurteilt worden war, weil er «den Mädchen im Unterricht zu nahe gekommen ist». Er erhielt vier Monate Gefängnis bedingt, musste diese Strafe also nicht absitzen, kam dann in unser Dorf, wo er sich weiterhin an Mädchen verging. Auch an mir! Der Bescheid der Genugtuungskommission, dass mein «Fall» als schwer eingestuft wurde und ich den Höchstbetrag, der an Opfer ausbezahlt wird, bekom-

men sollte, war sehr schwierig für mich. Ich hatte lange Zeit Mühe, mich mit diesem Geld «anzufreunden», weil es für mich «schmutzig» war. Mit der Zeit konnte ich mich dazu überwinden, zu versuchen, mit dem Geld meine Seele und meinen Körper wieder einigermaßen «gesund zu machen». Mit Dingen, die ich mir sonst aus finanziellen Gründen nicht leisten und die Krankenversicherung nicht bezahlen würde.

«Meinen Seelenfrieden finden»

Beim ersten Gespräch mit den Ansprechpersonen des Fachgremiums formulierte ich meine innigsten Wünsche so: Meinen Seelenfrieden finden, keine Angst mehr haben vor dem Pfarrer und vor der Hölle, mit der er mir gedroht hatte. Ich wünschte mir, mein inneres Bild – der Pfarrer stehe im Jenseits zwischen Gott und mir – möge verschwinden. In tiefgründigen Gesprächen mit Seelsorger Sepp Koller (Ansprechperson des Fachgremiums) gelang es mir, meine immense Angst vor der Hölle und der Bestrafung durch Gott Schritt um Schritt in mir abzubauen. Meinen Seelenfrieden habe ich noch nicht gefunden. Vergessen kann ich den Missbrauch wohl nie. Dem Priester kann ich nicht vergeben, das verlangt auch niemand von mir. Aber jetzt kann ich endlich über das Geschehene, über meine Gefühle und Ängste offen sprechen. Es gibt Situationen, in denen auch die Ansprechpersonen sprachlos sind, wenn ich ihnen vom Missbrauch erzähle. Auch dieses gemeinsame Schweigen tut mir gut.

Wütend und traurig

Eine Versöhnung mit der Institution Kirche ist mir bis jetzt nicht gelungen, wird es vermutlich

nie ganz geben. Denn immer wieder erlebe ich Situationen, die es mir schwer machen, zu vertrauen. Zum Beispiel, wenn ich erlebe, dass Kirchenvertreter sich dem Thema nicht stellen wollen. Das macht mich als Opfer wütend und traurig. Solange es Seelsorger gibt, die bei diesem Thema schweigen und nicht wahrhaben wollen, dass einer der Hauptgründe für Kirchenaustritte der Macht- und sexuelle Missbrauch ist, wird sich nie etwas ändern. Missbrauchsoffer wollen von der Kirche Offenheit, Ehrlichkeit und die Anerkennung des Leidens.

Schritt auf dem Verarbeitungsweg

Den Bericht habe ich nicht der Kirche zu Liebe geschrieben, niemand hat mich ermutigt dazu. Es war meine Entscheidung, weil ich glaube, dies ist ein weiterer Schritt auf meinem Verarbeitungsweg. Ich möchte zudem aus der Opferperspektive aufzeigen, wie wichtig es ist, dass sich Kirchenvertreter den Themen «Macht- und sexueller Missbrauch» stellen. Beim Schreiben hatte ich stets ein Auge auf den Respekt anderen Opfern gegenüber. Ich hoffe, es ist mir gelungen. Mein grosser Dank geht an das Fachgremium – insbesondere an die Ansprechpersonen Dolores Waser Balmer und Sepp Koller – für die Begleitung und Unterstützung in den letzten eineinhalb Jahren. Ihnen schenke ich mein vollstes Vertrauen. Mit vielem hatte ich gerechnet. Aber nicht damit, ausgerechnet von Kirchenvertretern Hilfe annehmen zu können.

* Der Name ist der Redaktion bekannt

Die Perspektive einer Betroffenen

In der Berichterstattung über sexuelle Übergriffe im kirchlichen Umfeld wird meistens über die Fälle und die Täter berichtet. Doch wie verarbeiten Opfer die Missbrauchserfahrung? Und was erleben sie bei der Begleitung durch die kirchlichen Fachleute? Der Text von A* wurde im Rahmen der Begleitung der Betroffenen durch das «Fachgremium gegen sexuelle Übergriffe» verfasst. Das Fachgremium des Bistums St.Gallen wurde 2002 von Bischof Ivo Füreder eingesetzt. Es steht allen Betroffenen – Opfer und Täter, aber auch Menschen aus deren Umfeld – zur Verfügung.

Für mehr Frauenpower in der katholischen Kirche

Das 180-köpfige Parlament des Katholischen Konfessionsteils des Kantons St.Gallen wählte bei der ersten Sitzung zwei neue Mitglieder in den Administrationsrat (Exekutive): Cornelia Brändli-Bommer aus Uznach und Barbara Hächler aus St.Gallen. Was ist ihnen an der Kirche wichtig? Und welche Veränderungen wünschen sie sich? Das Pfarreiforum hat sie in St.Gallen und Uznach besucht.

Die Kirche ist für Cornelia Brändli-Bommer aus Uznach ein wichtiger Eckpfeiler. Die Bau- fachfrau bringt unter anderem Erfahrungen als Präsidentin des Pfarreirats und der Kirchenverwaltung mit und war zwölf Jahre im Kollegium. «Meine Erfahrungen bei den staatskirchlichen Gremien waren sehr hilfreich für meinen beruflichen Wiedereinstieg nach der Familienphase», sagt sie beim Interviewtermin. Die frisch gewählte Administrationsrätin ist im Linthgebiet verwurzelt. Die Mutter von zwei erwachsenen Kindern ist in Eschenbach aufgewachsen und lebt heute in Uznach. Mit ihr ist das Linthgebiet wieder im Administrationsrat vertreten. «Ich würde mich aber nicht als Brückenbauerin bezeichnen», hält sie fest, «die Brücken sind schon lange gebaut. Der Austausch funktioniert, ich habe immer erlebt, dass Bistum und Konfessionsteil gut zusammenarbeiten.»

Prägender Leitsatz

Sie bezeichnet es als «Ehre», nun in den Administrationsrat gewählt worden zu sein. «Ich habe selber Kilian Oberholzer und Hans Wüst in

ihrer Zeit als Administrationsrat erlebt. Ich freue mich, die weitere Entwicklung der Kirche in unserem Bistum persönlich mitzugestalten. Aber aus meinen Erfahrungen in anderen kirchlichen Ämtern weiss ich natürlich, dass man die Situation nicht einfach verändern kann.» Cornelia Brändli ist in einer katholischen Familie aufgewachsen. «Mein Vater gab mir als Kind mit, dass ich nicht jeden Sonntag den Gottesdienst besuchen muss, aber dass es wichtig sei, nie den Kontakt zu Gott abzubrechen», sagt sie. Dieser Satz habe sie geprägt.

Das Kirchenjahr vermitteln

Gemeinsam mit ihrem Mann habe sie immer Wert darauf gelegt, mit den Kindern das Kirchenjahr bewusst zu feiern und Weihnachten und Ostern nicht einfach als schöne Familientradition zu begehen, sondern auch die christlichen Grundlagen mitzugeben. In der Familienphase übernahm sie das erste kirchliche Amt und wurde schliesslich Präsidentin der

Kirchgemeinde Uznach. In ihre Zeit fiel der Neubau des Pfarreiheims. «Es war mir und meinen Amtskollegen ein Anliegen, dass sich die Menschen in modernen, freundlichen Räumen treffen können und die Kirche auch räumlich als einladend und offen erleben.» Bei der Einweihung wurde deshalb bewusst der Name Begegnungszentrum gewählt.

Cornelia Brändli: «Manche Menschen finden via Kunst Zugang zur Kirche»

Kunst in kirchlichen Räumen

Bis heute werden im Begegnungszentrum Kunstwerke regionaler Künstlerinnen und Künstler gezeigt. «Manche Menschen finden via Kunst Zugang zur Kirche», sagt Cornelia Brändli, die sich auch im Vorstand des Kunstvereins Oberer Zürichsee engagiert. «Es ist bedauerlich, dass die Kirche so oft negativ in den Medien vorkommt.» Initiativen wie die Image-Kampagne oder die Info-Website zur Verwendung der Kirchensteuern bezeichnet sie als wichtig. «Noch viel wichtiger wäre es, dass solche Aktionen eine positive Breitenwirkung haben und jede Kirchgemeinde diesen Ball aufgreift.» Cornelia Brändli bezeichnet sich als Familienmensch. Als Ausgleich zur Arbeit im Büro sei für sie der Sport sehr wichtig. Sie ist Mitglied im Turnverein, in einer Lauf- und Yoga-Gruppe. (ssi)



Cornelia Brändli

Das Kollegium wählte Raphael Kühne (schon bisher Administrationsrat) zum neuen Präsidenten des Administrationsrates. Bestätigt wurden für eine weitere Amtszeit: Margrit Stadler-Egli, Hans Brändle, Lothar Bandel und Fridolin Eberle. Der Administrationsrat leitet die Verwaltung des Konfessionsteils, vertritt den Konfessionsteil nach innen und aussen, bereitet die Verhandlungen des Kollegiums vor und vollzieht dessen Beschlüsse. Weiter hat er die Aufsicht über die Kirchgemeinden und die Frauenklöster und setzt sich für den Schutz der Religionsfreiheit ein.

chen «Regierung»

Barbara Hächler engagierte sich schon als Jugendliche freiwillig in der kirchlichen Jugendarbeit. Die Kirche ist für sie wichtig für die Vermittlung der christlichen Werte. Deshalb sieht sie Chancen bei Angeboten für junge Familien.

«Jeder braucht einen Anker – etwas, an dem er sich festhalten kann», ist die Stadt-St.Gallerin Barbara Hächler überzeugt, «viele Menschen sind heute auf der Suche. Oder warum sonst sind die verschiedenen Meditationsformen so gefragt?» Die gebürtige Thurgauerin zog der Liebe wegen nach St.Gallen und heiratete ein in eine «durch und durch katholische Familie», wie sie schmunzelnd anmerkt. «Ich bin zwar auch in einem katholischen Elternhaus aufgewachsen, aber das Katholische wurde nicht so stark betont. Ich persönlich interessierte mich auch für andere Konfessionen.» Als Jugendliche engagierte ich mich beispielsweise als Leiterin bei der CEVI. Ihre heutige Faszination für die Kirchenmusik ist ihr wohl schon in die Wiege gelegt worden: Ihr Vater, beruflich als Lehrer tätig, begleitete die Gottesdienste als Organist. Über 15 Jahre sang Barbara Hächler im Kirchenchor der St.Galler Otmars-Pfarrei und war auch zehn Jahre lang dessen Präsidentin. «Aufgrund einer beruflichen Veränderung musste ich dieses Engagement beenden – das war keine einfache Entscheidung.»

Barbara Hächler: «Ich war nicht die Revoluzzerin, die mit dem Kopf durch die Wand die anderen überzeugen will.»

Von Frauen geprägt

Sie könne nachvollziehen, dass manche Frauen heute mit der katholischen Kirche Mühe haben und mehr Rechte einfordern. «Ich finde dieses Engagement wichtig. Das Bewusstsein müsste grösser sein, dass das Christentum von Anfang an auch von Frauen geprägt wurde und dass es im Laufe der Kirchengeschichte immer wieder mutige Frauen gab, die wichtige spirituelle Impulse gaben.»

Mehr Angebote für junge Familien

Die Werte des christlichen Glaubens sind für Barbara Hächler eine wichtige Grundlage. «Unsere Gesellschaft beruht auf dem christlichen Fundament. Schade, dass das heute oft kleingeredet wird. Es wäre fatal, diese Werte einfach



Barbara Hächler

wegzuwerfen.» Die Kirche könne bei jungen Familien in Sachen Wertevermittlung wichtige Unterstützung leisten.

In St.Gallen gibt es zum Beispiel Impulsvormittage für Eltern, die ihr Kind taufen lassen wollen. «In den Pfarreien wird inzwischen einiges angeboten, aber aus meiner Sicht müsste die Kirche noch viel mehr auf Angebote für junge Familien setzen. Und wir Erwachsenen sollten auch mal ein Auge zudrücken, wenn es in einem Gottesdienst wegen der Kleinkinder etwas unruhiger ist. Diese Kinder sind unsere Zukunft.»

Erfahrungen als Politikerin

Neben ihrem Amt als Administrationsrätin wird Barbara Hächler weiterhin für die CVP im Parlament der Stadt St.Gallen politisieren. Interessenskonflikte sieht sie keine: «Beim einen handelt es sich um die städtische, beim anderen um die kirchlich-kantonale Ebene. Berührungspunkte sehe ich höchstens bei allfälligen Diskussionen um die Flade-Schule. Ich bin von Anfang an transparent mit der Situation umgegangen. Sollte es doch mal um ein Thema gehen, das beide Institutionen betrifft, werde ich selbstverständlich in den Ausstand treten.»

Faszination Teamsport

In ihrem beruflichen Alltag als Standortleiterin des Kaufmännischen Verbands Ostschweiz mit Sitz in St.Gallen hat Barbara Hächler mit Bildungsfragen zu tun. Erfahrungen im Konfessionsteil konnte sie als Mitglied der Geschäftsprüfungskommission und als Kollegiumsmitglied sammeln. In ihrer Freizeit ist Barbara Hächler regelmässig im Fussballstadion anzutreffen: «Ich habe eine Saisonkarte für den FC St.Gallen», so Hächler, «und fast meine ganze Familie ist wegen mir jetzt auch Fussballfan.» Faszinierend am Fussball finde sie, wie aus einer Gruppe aus total unterschiedlichen Menschen ein Team wird, das zusammenhält und gemeinsam etwas erreicht. Eine Grundlage dafür ist wohl auch der Dialog. Wie wichtig dieser ist, habe sie in ihrem Leben immer wieder erfahren. Auch damals bei ihren Schwiegereltern gelang es ihr, frisch eingehiratet in eine katholische St.Galler Familie, schnell, Berührungängste abzubauen: «Ich war nicht die Revoluzzerin, die mit dem Kopf durch die Wand die anderen überzeugen will. Wir haben uns gegenseitig angenähert und sowohl sie wie ich haben immer mehr ein Verständnis für den anderen und seine Haltungen entwickelt.»

(ssi)

Leserfrage: Darf mein ungetauftes Enkelkind ERG Kirche besuchen?



Gut gibt es Opa! Insbesondere dann, wenn der Computer nicht so läuft, wie er sollte. Oder wenn ein neuer Laptop angeschafft werden muss. Meine Frau und ich haben Theologie und Philosophie studiert. So waren wir schon oft froh über das Wissen und die Hilfsbereitschaft meines Schwiegervaters. Seit vielen Jahren ist er in unserer Familie sozusagen das Kompetenzzentrum für alle Fragen digitaler Art. Inzwischen sind unsere älteren Töchter freilich auch ziemlich fit in diesem Bereich. Wobei eines klar ist: Von uns haben sie es nicht gelernt.

In vielen Familien entwickeln sich über die Jahre ganz bestimmte Kompetenzbereiche: Da wird ein Familienmitglied zur unangefochtenen Autorität bei Fragen rund ums Backen. Ein anderes Mitglied sorgt stets für gute Unterhaltung bei Familienfesten. Ein weiteres wird immer dann zu Rate gezogen, wenn es um Religion oder Rituale geht. Ich kenne Kinder, denen ihre Oma vom «Vater unser» bis zum perfekt auf Latein gesungenen «Salve Regina» alles beigebracht hat.

Glaube weitergeben

Kinder nehmen von den Eltern, den Grosseltern oder von anderen Menschen ihres Umfeldes auf, was sie sehen, hören und erfahren. Entscheidend ist immer die Beziehung, die sie zu diesen Menschen haben. Wenn Oma und Opa für sie Vertrauenspersonen sind, werden sie von ihnen vieles gerne annehmen. Zu Vertrauenspersonen können Grosseltern werden, indem sie mit den Enkelkindern Zeit verbringen und sie spüren lassen «Oma und Opa sind für mich da». Wenn nach einigen Jahren Tele-

fonate mit «Oma, hast du einen Moment Zeit? Papa nervt gerade» beginnen, ist eine gute Verbindung zustande gekommen. Und dann hat auch der christliche Glaube eine echte Chance, an die nachfolgende Generation weitergegeben zu werden.

Eltern können ihren Kindern nur das weitergeben, was sie selbst haben. Wenn sie momentan wenig Zugang zu religiösen Themen haben, sind sie manchmal froh um andere Vermittlerinnen und Vermittler in diesem Bereich. Das können Grosseltern sein. Das kann aber auch die Schule sein. Mit dem Fach ERG («Ethik, Religion, Gemeinschaft») erhalten alle Schülerinnen und Schüler im Kanton St.Gallen eine gewisse religiöse Grundbildung. Ob dieses Fach von den Kirchen (ERG Kirchen) oder von der Schule (ERG Schule) unterrichtet wird, können die Familien unabhängig von der eigenen Religion oder Konfession selbst wählen. Von der 1. bis zur 6. Klasse Primarschule besuchen die Kinder, die einer Landeskirche angehören, zudem den Religionsunterricht. Auch andersgläubige und ungetaufte Kinder dürfen am Religionsunterricht teilnehmen. Die genauen Bestimmungen dazu sind je nach Kirchgemeinde etwas anders und können auf dem zuständigen Pfarramt erfragt werden.

Für einen Boden sorgen

Ob Religionslehrperson, Oma, Opa, Gotte, Götti: Ganz verschiedene Menschen können Kinder in ihrer religiösen Entwicklung prägen. Wobei nie vergessen werden darf: Der Glaube bleibt immer ein Geschenk, das nur Gott machen kann. Wir können für einen Boden sorgen, auf dem die Saat aufgehen und wachsen kann. Und dieser Boden ist eine vertrauensvolle Beziehung. Darauf kann der Glaube wachsen, selbst wenn Kinder nur ab und zu mit der Religion in Kontakt kommen. Übrigens gilt das nicht nur für den Glauben, sondern auch für alles andere. Die Begeisterung für die digitale Welt jedenfalls haben unsere Kinder nicht von uns!

**Klaus Gremminger, Seelsorger kath.
Kirche Uzwil und Umgebung**



Liturgischer Kalender

Lesejahr A/II
L: Lesung

www.liturgie.ch
Ev: Evangelium

Mittwoch, 1. Januar
Hochfest der Gottesmutter Maria
Neujahr/Weltfriedenstag
L1: Num 6,22-27; L2: Gal 4,4-7
Ev: Lk 2,16-21

Sonntag, 5. Januar
Erscheinung des Herrn
L1: Sir 24,1-2.8-12; L2: Eph 1,3-6.15-18
Ev: Joh 1,1-18 (oder 1,1-5.9-14)

Sonntag, 12. Januar
Taufe des Herrn
L1: Jes 42,5a.1-4.6-7
L2: Apg 10,34-38
Ev: Mt 3,13-17

Freitag, 17. Januar
Hl. Antonius, Mönchsvater in Ägypten
L: 1 Sam 8,4-7.10-22a
Ev: Mk 2,1-12

Sonntag, 19. Januar
2. Sonntag im Jahreskreis
L1: Jes 49,3.5-6; L2: 1 Kor 1,1-3
Ev: Joh 1,29-34

Freitag, 24. Januar
Hl. Franz von Sales, Bischof von Genf, Ordensgründer, Kirchenlehrer
L: 1 Sam 24,3-21
Ev: Mk 3,13-19

Samstag, 25. Januar
Bekehrung des Apostels Paulus
L: Apg 22,1a.3-16 oder Apg 9,1-22
Ev: Mk 16,15-18

Sonntag, 26. Januar
3. Sonntag im Jahreskreis
L1: Jes 8,23b – 9,3; L2: 1 Kor 1,10-13.17
Ev: Mt 4,12-23 (oder 4,12-17)

Biblischer Impuls

Das Volk, das im Dunkeln lebt, sieht ein helles Licht; über denen, die im Land der Finsternis wohnen, strahlt ein Licht auf. (vgl. Jes 8,23b – 9,3)

Nachrichten



Bild: pixabay.com

Petition «Solidarität ist kein Verbrechen» eingereicht

Die Organisationen Solidarité sans frontières und Amnesty International haben im Dezember die Petition «Solidarität ist kein Verbrechen» eingereicht. Die 29 281 Unterzeichnenden fordern, dass Personen, die «uneigennützig und aus achtenswerten Gründen anderen Hilfe leisten», strafrechtlich nicht mehr verfolgt werden dürfen. Heute würden «immer häufiger» Personen vor Gericht gestellt, wenn sie anderen Menschen «in einer schweren Notlage» helfen, da sie damit gegen Art. 116 des Ausländer- und Integrationsgesetzes (AIG) verstossen würden, schreiben die Organisationen in den Unterlagen. Die Schweiz sei mit der «rigiden Gesetzgebung» ausserdem zunehmend ein Sonderfall, meint Reto Rufer, Verantwortlicher für Menschenrechte bei Amnesty International. In Frankreich, Deutschland oder Schweden werde Beihilfe zu illegalem Aufenthalt nur dann bestraft, wenn die «Hilfe» profitorientiert sei. Das ist etwa bei Schleppern der Fall.

← 29 281 Personen haben die Petition unterzeichnet.

St.Gallen/Schweiz

Die Städtepartnerschaft Schaffhausen-Frauenfeld-St.Gallen-Winterthur unterstützt 2020 das Ernährungsprojekt der Stiftung «Fastenopfer» mit einem Betrag von 275 000 Franken. Dieses trägt unter dem Namen «Demokratische Republik Kongo – Haushalte befreien sich nachhaltig von Hunger und extremer Armut» nachhaltig zur Ernährungssicherheit und Eigenständigkeit der Demokratischen Republik Kongo bei. Im Fokus liegt die Region um Kamutanga im schwer erreichbaren Zentrum des Landes. Die Bevölkerung lebt dort vorwiegend von der traditionellen Brandrodung, der Jagd und dem Sammeln und leidet unter grossem Nahrungsmangel. Das unterstützte Projekt überzeuge durch eine ökologisch nachhaltige, breit abgestützte Ausrichtung und durch eine Vielzahl an direkt und indirekt Begünstigten, heisst es in der Medienmitteilung der Stadt St.Gallen. Als Grundlage für eine langfristige Verbesserung sollen Arbeit und Ressourcen gerechter verteilt und die Ernährungssicherheit erhöht werden. Auch der Solidaritätsgedanke, die Einführung von Sparkassen, das Konfliktmanagement in-

nerhalb der Dorfgruppen sowie die Ausbildung von jungen Agronominnen und Agronomen sollen dazu beitragen.

Schweiz

Die Sustainability Week Switzerland hat Ende Jahr den youngCaritas-Award 2019 gewonnen. Es handelt sich dabei um eine Initiative, die sich aus eigener Überzeugung für Nachhaltigkeit an Schweizer Hochschulen einsetzt. Allein 2019 haben die Mitglieder Nachhaltigkeitswochen an 27 Hochschulen koordiniert. Ihr Angebotsspektrum reicht von konkreten Handlungsmöglichkeiten, wie Kleidertauschaktionen, bis hin zu Paneldiskussionen über die Regulierung von Plastikverschmutzung. Zu ihrem ganzheitlichen Ansatz gehört auch der Dialog mit Hochschulleitungen. Ihre Vision ist, dass die Bildungsinstitutionen eine Vorbildfunktion innerhalb unserer Gesellschaft einnehmen. Damit trifft das Konzept der Nachhaltigkeitswochen den Nerv der Zeit: Über 400 Freiwillige haben im letzten Frühling mitgewirkt und rund 17 000 Besuchende erreicht. Das Siegerteam wird im Jahr 2020 nach Bosnien-Herzegowina reisen und Einblick in die Projekte der Caritas

Schweiz vor Ort erhalten. Mit dem youngCaritas-Award zeichnet youngCaritas jährlich Projekte von jungen Menschen aus, die sich mit Kreativität und hohem persönlichen Einsatz für eine nachhaltige und gerechte Welt engagieren.

Die Schweizer Bischöfe haben sich an ihrer Vollversammlung vom 2. bis 4. Dezember in Lugano mit dem Thema «Erneuerung der Kirche» beschäftigt.

«Wir wollen einen solchen Prozess aber nicht von oben herab diktieren, sondern die vielfältigen Ansprüche und unterschiedlichen Realitäten der katholischen Kirche in der Schweiz berücksichtigen», sagte Felix Gmür, Präsident der Schweizer Bischofskonferenz (SBK), an der Medienkonferenz in Bern. Die Bischöfe hätten festgestellt, dass sich Fragen, die sich um Erneuerung der Kirche drehen, regional und sogar lokal ganz unterschiedlich stellen. So würde das aktuelle Bild der Kirche in einer Stadt wie Genf mit einem enorm hohen Anteil Migranten in den kirchlichen Gemeinden ganz anders wahrgenommen als in Graubünden oder im Tessin. Die ursprünglich vorgesehene Projektgruppe mit je einer Vertretung aus den drei Sprachregionen kommt daher gar nicht zum Einsatz. Stattdessen soll die kirchliche Basis von Beginn weg und massgeblich in den Prozess der Erneuerung einbezogen werden, wie Generalsekretär Erwin Tanner erklärte.

«Der Ton verschärft sich gegenüber allen Minderheiten. Das beunruhigt mich. Wenn eine Gesellschaft nicht einigermassen respektvoll mit Minderheiten umgeht, ist das schlecht.»

Herbert Winter, Präsident des Schweizerischen Israelitischen Gemeindebundes, warnt vor Hass im Netz. (Beobachter, 21. November 2019)

→ Nachrichten von Tag zu Tag www.kath.ch
Quelle: kath.ch, Zusammenstellung: nar

Agenda



CAS Diakonie-Entwicklung

Im Frühling bietet die FHS St.Gallen in Zusammenarbeit mit dem Bistum St.Gallen und der Evangelisch-reformierten Kirche des Kantons St.Gallen, den Lehrgang «CAS Diakonie-Entwicklung» an. Das Studium besteht aus einem Intensivseminar, einem Vorprojekt mit Input sowie einem Hauptprojekt mit einem Vertiefungsseminar und einer dazugehörigen Abschlusspräsentation. Danach sind die Absolventinnen und Absolventen des Lehrgangs in der Lage, kommunale Entwicklungen zu erkennen und frühzeitig auf diese zu reagieren; die Bedarfslagen einer Gemeinde systematisch zu erfassen und den diakonischen Auftrag daran auszurichten; diakonisches Handeln gemeinwesenorientiert zu planen und durchzuführen sowie konkrete Modelle der Aktivierung zu generieren, um den diakonischen Auftrag zu realisieren, z.B. über Medienarbeit; in Krisensituationen angemessen zu reagieren. Die Lehrgangsleitung teilen sich Maya Hauri Thoma und Dr. theol. Gregor Scherzinger. Fragen/Anmeldung an: Olivia Rüedi, Studienkordinatorin, Tel. 071 226 12 01, olivia.ruedi@fhsg.ch.

→ Studienbeginn: 30. März 2020, FHS St.Gallen, Rosenbergstrasse 59, St.Gallen

«Beechüe» schnitzen unter dem Rathaus

Samstag, 11. Januar, 10–16.30 Uhr: Zu einer besonderen Art der Christbaumentsorgung lädt der Kiwanis Club Appenzell ein. Unter fachkundiger Anleitung darf Gross und Klein aus dem mitgebrachten oder aus einem der Christbäume vor Ort Beechüe (Beinkühe) schnitzen. Verziert wird diese spezielle Kuhrasse mit Glöggli oder Fellen. Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt. Die freiwilligen Spenden kommen einem regionalen Kinderprojekt zu Gute.

→ Rathausbögen, Hauptgasse, Appenzell

Anmelden für Pilgerreisen nach San Giovanni Rotondo

11.–17. Mai 2020 und 8.–14. Juni 2020: Nächstes Jahr werden von St.Gallen aus zwei organisierte Pilger-Busreisen zum heiligen Pater Pio durchgeführt. Zur Reiseroute gehört je eine Übernachtung in Assisi, Cascia (hl. Rita) und Loreto-Manoppello. Die geistliche Leitung obliegt Pater Josef Hegglin. Auskunft und Anmeldung: Walter Kuster, Brauerstrasse 53, St.Gallen, Tel. 071 511 22 13 oder unter www.pilgern.ch/bus-pilgerreise-p-pio-assis

Stress – für den modernen Mann ein Fremdwort?

Freitag, 31. Januar 2020 19.30 Uhr: Ein Abend für Männer zum Thema Selbstachtung und Selbstmanagement. Programm: Impuls, anschliessend gemütliches Beisammensein bei Wurst und Bier und besinnlicher Abschluss.

Der Anlass bildet den Auftakt zu einer Veranstaltungsreihe für Männer. Sie läuft unter dem Motto «Sich selbst Sorge tragen».

→ **Andreas-Saal, Merkurstrasse 3, Gossau**
Kontakt: urs.kuster@kathgossau.ch, **Weitere Infos:** www.kathgossau.ch

Pop, Soul und Gospel in der Gruppe

Samstag, 8. Februar, 9.30–16.30 Uhr: Singende stehen oft vor der Frage, wie sie bestimmte Passagen eines Liedes spannender singen können. Oft sind es nur kleine Dinge, die dann eine grosse Wirkung erzielen. Was aber, wenn das Lied im Ensemble oder sogar im Chor erklingen soll? Wie setze ich meine Stimme in verschiedenen Stilrichtungen ein? Wie erreiche ich als ChorleiterIn den gefragten Chorklang? Worauf achte ich beim A-Cappella-Singen? Das Einsingen wird mit Circle Songs zum einmaligen Gruppenerlebnis und lässt die Singenden erahnen, mit welchem Groove die Gruppe weitergeht. Das Kursangebot «Singen mit Kindern und Jugendlichen» richtet sich an Chorleitende und Lehrkräfte im weltlichen, wie auch im kirchlichen Rahmen. Kosten: 200 Franken. Weitere Informationen: www.kirchenmusik-sg.ch

→ **Villa Grünfels, Spinnereistrasse 64, Jona**

Rhetorik-Kurs: Wirksam auftreten

Donnerstag, 6. Februar 2020, 9.15–16.45 Uhr: Der Katholische Frauenbund St.Gallen-

Appenzell organisiert diesen Kurstag für Frauen, die gerne lernen möchten, wie Atmung, Stimme und Körperhaltung beeinflusst werden können, um souverän in der Öffentlichkeit aufzutreten. Die Teilnehmerinnen erhalten von Barbara Eppler, Sprechwissenschaftlerin, Tipps für eine klare Aussprache und Betonung. Spielerisch und mit viel Körpereinsatz gelangen sie zu selbstsicherem Auftreten, das Freude macht. Kosten: Nichtmitglieder 120 Franken. Anmeldung bis 23. Januar 2020 an SKF SG-Appenzell, Tel. 071 222 45 49, angelika.heim@frauenbundsga.ch; www.frauenbundsga.ch.

→ **Kath. Pfarreiheim, Gossauerstrasse 62a, Herisau**

Unterwegs auf dem Camino Francés

4.–18. Juli 2020: Die Fusspilgerreise führt von Pamplona nach Burgos in Nordspanien. Der Weg wird in elf Tagesetappen zurückgelegt. Die Teilnehmenden tragen das Gepäck selbst. Die Übernachtungsplätze in einfachen Unterkünften sind reserviert. Zur Gestaltung der Tage gehören christlich-spirituelle Impulse, eine Schweigestunde sowie der tägliche Austausch in der Gruppe. Die Hin- und Heimreise geschieht per Bahn und Bus ab St.Gallen. Begleitung und Organisation: Elisabeth Koller und Josef Schönauer. Auskünfte unter: jakobs-weg@pilgern.ch, 071 220 31 71 oder www.pilgern.ch/pilgerreisen/2020-pamplona-burgos

Medientipps



© World Economic Forum / Benedikt von Loebel

📺 Rettet Davos die Welt?

Seit 1971 bringt Klaus Schwab die Spitzen aus internationaler Wirtschaft, Politik, Wissenschaft und Zivilgesellschaft im Schweizer Bergdorf Davos zusammen – fest davon überzeugt, dass die Probleme der Welt nur im Dialog gelöst werden können. Der Dokumentarfilm begleitet den World Economic Forum-Gründer und geht der Frage nach: Trägt seine Vision Früchte und kann das WEF zur Lösung der globalen Probleme beitragen? Oder ist es Teil des Problems und dient nur der Durchsetzung der Eigeninteressen der globalen Elite? → Montag, 13. Januar, Arte, 20.15

Fernsehen

Architektur der Unendlichkeit

Architektur hilft, Endliches vom Unendlichen zu trennen. Sie gibt Schutz vor dem Uferlosen und kreiert gleichzeitig ein Gefühl von Weite. Was macht das Sakrale an einem Raum aus? Der Film von Christoph Schaub ergründet u.a. mit den Architekten Peter Zumthor, Peter Märkli, Alvaro Siza Vieira und Kunstschaffenden wie dem Lichtkünstler James Turrell die Magie sakraler Räume. Die Künstler denken darüber nach, was räumliche Spiritualität ausmacht, und suchen nach dem «geistigen Leben» in Bau- und bildender Kunst, aber auch in der Natur.

→ Mittwoch, 1. Januar, SRF 1, 10 Uhr

Anselm Grün - wage das Leben

Anselm Grün hat mehr als 300 Bücher geschrieben, die in 27 Sprachen übersetzt wurden. Seine spirituellen Werke über den Sinn des Lebens oder über die Suche nach Glück erreichen Millionen von Lesern. Seit über 50 Jahren lebt er im Kloster. Dem gern gesehenen Redner bei Veranstaltungen ist es wichtig, sich immer wieder neue Ziele zu setzen. Für Anselm Grün steht fest: «Nur wer sich auf den Weg macht und das Leben wagt, lebt es auch.» Dazu gehört, sich für einen Weg zu entscheiden und sich gegen andere Wege auszusprechen: «Ohne Wagemut ist das Leben nicht zu haben.»

→ Samstag, 4. Januar, SRF1, 16.40

Ballast abwerfen - neu starten

Wie kann ich mich von Überflüssigem trennen? Und bringt mir die äussere Ordnung auch

inneren Frieden? Alten Ballast abwerfen und neu durchstarten ist ein Dauerbrenner zu Jahresbeginn, Thema zahlreicher Ratgeber. Sind diese Weisheiten auch alltagstauglich?

→ Sonntag, 5. Januar, ZDF, 9.05

Kippa, Kirche und Koran

Juden, Christen und Muslime ringen um Jerusalem, der historischen Geburtsstätte der drei abrahamitischen Religionen. Für alle drei ist Jerusalem ein Zentrum ihres Glaubens. Das macht das Zusammenleben in der Heiligen Stadt nicht einfach. Das Misstrauen ist gross, obwohl vor allem Juden und Muslime überraschend viele Gemeinsamkeiten haben. Eine Gruppe von Köchen aller drei Religionen will diese Gräben überwinden. Die «Chefs4Peace» kochen gemeinsam und hoffen, damit auch Menschen unterschiedlicher Kulturen zusammen zu bringen.

→ Donnerstag, 9. Januar, SRF1, 23 Uhr

Sterne über uns

Die alleinerziehende Melli (Franziska Hartmann) und ihr neunjähriger Sohn Ben (Claudio Magno) verlieren ihre Wohnung. Sozialwohnungen gibt es gerade nicht und das Obdachlosenheim ist ein Alptraum für Mutter und Kind. Also ziehen sie mit Zelt und Koffer in den Wald. Ein packendes Drama (DE 2019) von Christina Ebel über existenzielle Nöte und den Kampf gegen den sozialen Abstieg.

→ Freitag, 17. Januar, Arte, 20.15

www.medientipp.ch

BÄREN TATZE



Gregor Scherzinger,
Caritas St.Gallen-
Appenzell

Das St.Galler «Schwarze Loch»

Als Schwarze Löcher werden astronomischen Phänomene, die in einem Atom die Masse von Hochhäusern binden können, bezeichnet. Mit ihrer enormen Anziehungskraft verschlucken sie gar Licht und geben es nicht mehr frei. Schwer vorstellbar, aber im Film «Interstellar» kann man an einem solchen Loch vorbeifliegen. Ich frage mich in letzter Zeit, ob sich die Gesundheitspolitik auch von dieser phantastischen Visualisierung hat beeindrucken lassen. Just als «Interstellar» im Kino lief, bildete sich in St.Gallen ein schwarzes Loch. Nur dass das Loch in St.Gallen eine Liste ist und die Masse aus Namen besteht. Die Aufgelisteten konnten die Krankenkassenprämien nicht bezahlen. Waren dies 2017 weniger als Tausend Personen, sind es inzwischen beinahe 10 000 Betroffene. Natürlich mag Fairness beim Auflisten eine Rolle spielen. Doch es ist keine Erfolgsgeschichte, eher eine phantasielose Reaktion auf die Tatsache, dass mehr und mehr die monatlichen Prämien nicht zahlen können. Die Prämien fressen immer grössere Teile des verfügbaren Einkommens auf. Unter den Betroffenen sind besonders viele Menschen mit psychischen Erkrankungen und nicht wenige mit niedriger Bildung. Oft können sie die Rechnungen nicht bezahlen, gerade weil sie krank sind. Kurzum: Der Nutzen der Liste zur Problemlösung ist nicht belegt, die Wirkung für Betroffene fatal, es leiden die Schwächsten. Um ein Bonmot eines gewichtigen Verlegers zu bemühen: «Wer schuld ist, spielt jetzt keine Rolle. Wichtig ist, dass das Richtige passiert.» Der Vorsatz kann nur heissen, die schwarze Liste gehört abgeschafft.

Die Tradition der Urgrossmutter leben

«Als junge Erwachsene konnte ich mit der Kirche kaum etwas anfangen, andere Dinge waren wichtiger», erinnert sich Michaela Cadisch, «doch als ich mit meinem ältesten Sohn ein Vorbereitungswochenende auf die Erstkommunion besuchte, wurde alles anders.»

«Eigentlich erhoffte ich mir von diesem Wochenende in Quarten einfach mal ganz bewusst Zeit für meinen Sohn und mich nehmen zu können», erzählt sie, «doch dann hat es mir den Ärmel reingekommen und meine Neugier für den Glauben war neu geweckt. Nach diesem Wochenende begann ich mich intensiv mit dem Glauben zu beschäftigen.» Sie besuchte Bibelkurse und andere kirchliche Bildungsangebote für Erwachsene und ist heute sogar als Mesmerin tätig. «Und ich entdeckte auch, welche Kraft eine Wallfahrt vermitteln kann.»

Schweigend unterwegs

Heute organisiert Michaela Cadisch zusammen mit einer Freundin jeden Sommer eine «Nachtwallfahrt» nach Flüeli-Ranft. «Den grössten Teil der Wanderung absolvieren wir schweigend. Es beeindruckt mich jedes Mal neu: Jeder ist zwar mit seinen Gedanken beschäftigt, aber wir sind gemeinsam unterwegs. Man erlebt, dass man nicht allein ist. Auch wenn diese Gruppe nur einmal im Jahr zusammenkommt, ist es eine Gemeinschaft, die trägt – ohne dass ein Wort miteinander gesprochen werden muss.» Besonders eindrücklich sei es, im Dunkeln der Nacht zu pilgern. «Während alle schlafen, sind wir unterwegs. Man fühlt sich wie in einer anderen Welt. Diese Verbunden-

heit der Pilgerinnen und Pilger ist für mich jedes Mal eine Gotteserfahrung.»

Von der Urgrossmutter begründet

Neben der «Nachtwallfahrt» unternimmt Michaela Cadisch jedes Jahr eine weitere Pilgerreise. Denn das Pilgern war schon für ihre Vorfahren ein wichtiger Teil der Spiritualität: «Meine Urgrossmutter begründete eine jährliche Wallfahrt vom Flumserberg abwechselnd nach Einsiedeln und Sarnen oder Ranft und Sarnen. Leider wissen wir nicht, was der Auslöser dafür war: Wollte sie Gott damit für etwas danken?», sagt Michaela Cadisch, die heute im Haus ihrer verstorbenen Grosseltern wohnt. «Zuerst übernahm meine Grossmutter, dann meine Tante diese Aufgabe – und jetzt organisiere ich, zusammen mit einer Kollegin, jedes Jahr diese Wallfahrt.» Sie basiert damit bis heute auf einer privaten Initiative und wird nicht von einer Pfarrei oder kirchlichen Institution organisiert.

Andere respektieren

«Mein Mann und meine drei jugendlichen Kinder können meine Faszination nicht immer nachvollziehen und stellen das auch manchmal in Frage», merkt sie lächelnd an. Am Küchentisch werde immer wieder mal diskutiert. «Das erleben heute wohl viele gläubige Menschen so. Doch wir respektieren uns gegenseitig und wenn wir über meinen Glauben sprechen, merken wir oft, dass wir das gleiche Fundament haben und die gleichen zentralen Werte für uns wichtig sind.»

(ssi)

Michaela Cadisch,
Flumser Kleinberg

© Ana Kontoullis

Herzlich willkommen!

Wir begrüßen ganz herzlich die Leserinnen und Leser der Pfarreien Oberegg-Reute, Eggersriet und Grub SG. Sie erhalten ab sofort auch das Pfarreiform. Wir wünschen gute Lektüre!

Elisabetta Rickli-Pedrazzini,
Präsidentin Verein Pfarrblatt im Bistum St.Gallen

Adressänderungen

Bitte keine Adressänderungen an die Redaktion! Sie hat keinen Zugriff auf die Adressverwaltung. Adressänderungen sind an das zuständige Pfarramt Ihrer Wohngemeinde zu richten.

Impressum

Herausgeber: Verein Pfarrblatt im Bistum St.Gallen; **Redaktion:** Stephan Sigg (ssi), Nina Rudnicki (nar), Rosalie Manser (rm), Webergasse 9, Postfach, 9004 St.Gallen, Telefon 071 230 05 31, info@pfarreiform.ch; **Satz/Layout/Druck:** Niedermann Druck AG, St.Gallen; **Auflage:** 114900, erscheint 12 × im Jahr.

1. Ausgabe, 1.1. bis 31.1.2020
Das Pfarreiform im Internet:
www.pfarreiform.ch