

## In Zeiten des Coronavirus: Gemeinsam sind wir stark



Liebe Leserin, lieber Leser

Wir hoffen, dass ihr alle gesund seid und dass es Euch gut geht?

Wir senden Euch als Seelsorgeteam in dieser Coronazeit, in der es schwierig ist sich zu treffen und auszutauschen, mittels verschiedener Chats und Mailverteiler Worte, die der Seele guttun.

Wir erfahren in unserer Seelsorgeregion eine grosse Welle an Solidarität. Wir staunen wie die Menschen mit viel Empathie aufeinander zugehen und jeder jedem etwas Gutes tun will. Es ist tröstlich zu wissen, dass uns das in schwierigen Zeiten immer noch sehr gut gelingt.

Wir hoffen ganz fest darauf, dass wir diese Hilfsbereitschaft und das Aufeinanderzugehen bis hinein in die (sicherlich bald wieder anstehenden) guten Zeiten retten können.

Än liäbä Grüäss und heit ganz fescht Sorg

Das Seelsorgeteam

## In Zeiten des Coronavirus: **Gemeinsam sind wir stark**



Wenn du Hände brauchst,  
die dein Leben schützen,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die dein Herzklopfen ertasten,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die dir mit Geduld den Weg weisen,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die dir Tränen vom Gesicht wischen,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die dir unter die Arme greifen,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die deine Hände in der Dunkelheit  
ergreifen,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die dich wachrütteln aus Sorgen,  
nimm meine.

Wenn du Hände brauchst,  
die sich betend für dich falten,  
nimm meine.



## **In Zeiten des Coronavirus: Gemeinsam sind wir stark**



### **Eine richtige Gemeinschaft**

In meinem Dorf gibt es noch eine richtige *Gemeinschaft*. Wenn man hört, dass jemand Hilfe braucht, ob beim Umzug oder in der Coronakrise, gibt es immer Nachbarn und Bekannte im Dorf, die ihre Hilfe anbieten.

Nicht weil sie eine *Gegenleistung* erwarten, sondern weil sie es gerne machen. Und ich, der ich aus der *Grossstadt* komme und dies gar nicht so kannte, merke, dass es mich selbst verändert.

Wie selbstverständlich biete ich meine Hilfe auch an und bin viel aufmerksamer, wenn es um meine Nachbarn und mein Dorf geht. Danke Gott, dass ich diese Erfahrung machen darf.

## **Gemeinsam sind wir stark**



## In Zeiten des Coronavirus: Gemeinsam sind wir stark



### Die Brücke

Die Brücke im Dorf spannte sich hoch und weit über das kleine Flüsschen, das die Häuser und ihre Bewohner in zwei Gruppen teilte. Das Jahr über war der Fluss, der unter der Brücke plätscherte, nur ein kleines Rinnsal, aber nach der Schneeschmelze im Frühjahr oder nach langen Regentagen im Herbst schwoll er an und die Brücke war dann die einzige Möglichkeit, einen Besuch auf der anderen Seite abzustatten.

Aber die Brücke war mehr als nur eine Verbindung zwischen den beiden Ufern. Sie bot eine herrliche Aussicht auf das Tal und Platz für eine kleine Unterhaltung; sie war Treffpunkt für Verliebte und Verkaufsfläche für fahrende Händler. Und - sie war ein Zeichen.

Die Legende erzählt, dass - lange bevor sich die Häuser zu einem Dorf verdichteten - links und rechts vom Fluss zwei Bauernhöfe standen, die ihren Bewohnern nur wenig Erträge boten. Die Arbeit war schwer und das Land karg. Es blieb nur wenig Geld, um sich neue und praktische Geräte anzuschaffen, die die Arbeit erleichterten und Gelegenheit zu etwas Wohlstand boten. Immer wieder dachten beide Bauern darüber nach, auch eine Brücke zu bauen. Aber wenn schon das Geld für einen neuen Pflug oder für weiteres Vieh kaum reichte, blieb noch weniger für eine Brücke übrig.

Bis in einem Jahr eine grosse Trockenheit über das Land einbrach. Die Ernte fiel noch kleiner aus, die Saat ging kaum auf und das Vieh hatte nur wenig Fleisch auf den Knochen und gab kaum noch Milch. Der Fluss hingegen trocknete ganz aus. Und so kam es, dass die beiden Familien ohne Schwierigkeiten auf die andere Seite gelangen konnten - und sie halfen einander, wo sie konnten. Wenn der Bauer auf der linken Seite die Einsaat nicht mehr schaffte, kam ihm der Bauer der rechten Seite zur Hilfe. Und als die Kuh auf der rechten Seite kalben sollte, wusste der Bauer von der anderen Seite guten Rat und man wechselte sich in der Stallwache ab. Trotz der Trockenheit ging es am Ende des Jahres beiden Familien besser als jemals zuvor.

Im nächsten Jahr kam der Regen wieder - aber diesmal begannen beide, die Brücke über den Fluss zu bauen. Man hatte dafür kaum Geld und noch weniger Zeit. Aber die Erfahrung hatte sie gelehrt, dass man manchmal das Letzte, was man hat, in eine Brücke zueinander investieren sollte - weil Menschen, die füreinander da sind, einen grösseren Reichtum darstellen als alle Geräte und Maschinen.

## **In Zeiten des Coronavirus: Gemeinsam sind wir stark**

Nachfolgend eine kurze Geschichte, die uns allen bewusst machen will, dass jede noch so kleine Geste, jede noch so kleine Hilfestellung (über)lebenswichtig sein kann, damit wir uns alle heil an Körper und Seele durch die schwierigen Coronazeiten manövrieren können.

Das Teilen über alle Kanäle, die Euch zur Verfügung stehen, ist sehr erwünscht. Heit Sorg! Wir sind in Gedanken und im Gebet stets bei Euch.

Euer Seelsorgeteam



### **Der Seestern**

Als der alte Mann bei Sonnenuntergang den Strand entlang ging, sah er vor sich einen jungen Mann, der Seesterne aufhob und ins Meer warf. Nachdem er ihn schliesslich eingeholt hatte, fragte er ihn, warum er das denn tue. Die Antwort war, dass die gestrandeten Seesterne sterben würden, wenn sie bis Sonnenaufgang hier liegen blieben. „Aber der Strand ist viele, viele Kilometer lang und tausende Seesterne liegen hier“, erwiderte der Alte. „Was macht es also für einen Unterschied, wenn Du Dich abmühst?“ Der junge Mann blickte auf den Seestern in seiner Hand und warf ihn in die rettenden Wellen. Dann meinte er:

**„Für diesen hier macht es einen Unterschied!“**

William Ashburne

## Matthias Horx: "Das ist ein historischer Moment"

### "Nichts wird so sein wie zuvor": Zukunftsforscher Matthias Horx sorgt mit seinem Text über die Zeit nach der Corona-Krise für Denkanstöße.

Ich werde derzeit oft gefragt, wann Corona denn "vorbei sein wird", und alles wieder zur Normalität zurückkehrt. Meine Antwort: Niemals. Es gibt historische Momente, in denen die Zukunft ihre Richtung ändert. Wir nennen sie Bifurkationen. Oder Tiefen Krisen. Diese Zeiten sind jetzt.

Die Welt as we know it löst sich gerade auf. Aber dahinter fügt sich eine neue Welt zusammen, deren Formung wir zumindest erahnen können. Dafür möchte ich Ihnen eine Übung anbieten, mit der wir in Visionsprozessen bei Unternehmen gute Erfahrungen gemacht haben. Wir nennen sie die RE-Gnose. Im Gegensatz zur PRO-Gnose schauen wir mit dieser Technik nicht "in die Zukunft". Sondern von der Zukunft aus ZURÜCK ins Heute. Klingt verrückt? Versuchen wir es einmal:

#### Die Re-Gnose: Unsere Welt im Herbst 2020

Stellen wir uns eine Situation im Herbst vor, sagen wir im September 2020. Wir sitzen in einem Straßencafé in einer Großstadt. Es ist warm, und auf der Straße bewegen sich wieder Menschen. Bewegen sie sich anders? Ist alles so wie früher? Schmeckt der Wein, der Cocktail, der Kaffee, wieder wie früher?

Wie damals vor Corona?

Oder sogar besser?

Worüber werden wir uns rückblickend wundern?

**Wir werden uns wundern**, dass die sozialen **Verzichte**, die wir leisten mussten, selten zu Vereinsamung führten. Im Gegenteil. Nach einer ersten Schockstarre führten viele von sich sogar erleichtert, dass das viele Rennen, Reden, Kommunizieren auf Multikanälen plötzlich zu einem Halt kam. Verzichte müssen nicht unbedingt Verlust bedeuten, sondern können sogar neue Möglichkeitsräume eröffnen. Das hat schon mancher erlebt, der zum Beispiel Intervallfasten probierte – und dem plötzlich das Essen wieder schmeckte. Paradoxerweise erzeugte die körperliche Distanz, die der Virus erzwang, gleichzeitig neue Nähe. Wir haben Menschen kennengelernt, die wir sonst nie kennengelernt hätten. Wir haben alte Freunde wieder häufiger kontaktiert, Bindungen verstärkt, die lose und locker geworden waren. Familien, Nachbarn, Freunde, sind näher gerückt und haben bisweilen sogar verborgene Konflikte gelöst.

Die gesellschaftliche Höflichkeit, die wir vorher zunehmend vermissten, stieg an.

## **WIRTSCHAFT**

### **Verkaufsverbote: Sorge vor unfairem Wettbewerb**

Jetzt im Herbst 2020 herrscht bei Fussballspielen eine ganz andere Stimmung als im Frühjahr, als es jede Menge Massen-Wut-Pöbeleien gab. Wir wundern uns, warum das so ist.

Wir werden uns wundern, wie schnell sich plötzlich Kulturtechniken des Digitalen in der Praxis bewährten. Tele- und Videokonferenzen, gegen die sich die meisten Kollegen immer gewehrt hatten (der Business-Flieger war besser) stellten sich als durchaus praktikabel und produktiv heraus. Lehrer lernten eine Menge über Internet-Teaching. Das Homeoffice wurde für Viele zu einer Selbstverständlichkeit – einschließlich des Improvisierens und Zeit-Jonglierens, das damit verbunden ist.

Gleichzeitig erlebten scheinbar veraltete Kulturtechniken eine Renaissance. Plötzlich erwischte man nicht nur den Anrufbeantworter, wenn man anrief, sondern real vorhandene Menschen. Das Virus brachte eine neue Kultur des Langtelefonieren ohne Second Screen hervor. Auch die "messages" selbst bekamen plötzlich eine neue Bedeutung. Man kommunizierte wieder wirklich. Man ließ niemanden mehr zappeln. Man hielt niemanden mehr hin. So entstand eine neue Kultur der Erreichbarkeit. Der Verbindlichkeit.

### **40 Prozent Steigerung in GB, 200 Spital-Mitarbeiter in Salzburg in Quarantäne**

Menschen, die vor lauter Hektik nie zur Ruhe kamen, auch junge Menschen, machten plötzlich ausgiebige Spaziergänge (ein Wort, das vorher eher ein Fremdwort war). Bücher lesen wurde plötzlich zum Kult.

Reality Shows wirkten plötzlich grottenpeinlich. Der ganze Trivia-Trash, der unendliche Seelenmüll, der durch alle Kanäle strömte. Nein, er verschwand nicht völlig. Aber er verlor rasend an Wert. Kann sich jemand noch an den Political-Correctness-Streit erinnern? Die unendlich vielen Kulturkriege um ... ja um was ging da eigentlich?

Krisen wirken vor allem dadurch, dass sie alte Phänomene auflösen, überflüssig machen...

Zynismus, diese lässige Art, sich die Welt durch Abwertung vom Leibe zu halten, war plötzlich reichlich out. Die Übertreibungs-Angst-Hysterie in den Medien hielt sich, nach einem kurzen ersten Ausbruch, in Grenzen.

Nebenbei erreichte auch die unendliche Flut grausamster Krimi-Serien ihren Tipping Point.

## **Infektionszahlen in Österreich nach Bezirk**

Wir werden uns wundern, dass schließlich doch schon im Sommer Medikamente gefunden wurden, die die Überlebensrate erhöhten. Dadurch wurden die Todesraten gesenkt und Corona wurde zu einem Virus, mit dem wir eben umgehen müssen – ähnlich wie die Grippe und die vielen anderen Krankheiten. Medizinischer Fortschritt half. Aber wir haben auch erfahren: Nicht so sehr die Technik, sondern die Veränderung sozialer Verhaltensformen war das Entscheidende. Dass Menschen trotz radikaler Einschränkungen solidarisch und konstruktiv bleiben konnten, gab den Ausschlag. Die human-soziale Intelligenz hat geholfen. Die vielgepriesene Künstliche Intelligenz, die ja bekanntlich **alles** lösen kann, hat dagegen in Sachen Corona nur begrenzt gewirkt.

Damit hat sich das Verhältnis zwischen Technologie und Kultur verschoben. Vor der Krise schien Technologie das Allheilmittel, Träger aller Utopien. Kein Mensch – oder nur noch wenige Hartgesottene – glauben heute noch an die große digitale Erlösung. Der große Technik-Hype ist vorbei. Wir richten unsere Aufmerksamkeit wieder mehr auf die humanen Fragen: Was ist der Mensch? Was sind wir füreinander?

**Wir staunen rückwärts**, wieviel Humor und Mitmenschlichkeit in den Tagen des Virus tatsächlich entstanden ist.

**Wir werden uns wundern**, wie weit die Ökonomie schrumpfen konnte, ohne dass so etwas wie "Zusammenbruch" tatsächlich passierte, der vorher bei jeder noch so kleinen Steuererhöhung und jedem staatlichen Eingriff beschworen wurde. Obwohl es einen "schwarzen April" gab, einen tiefen Konjunkturerinbruch und einen Börseneinbruch von 50 Prozent, obwohl viele Unternehmen pleitegingen, schrumpften oder in etwas völlig anderes mutierten, kam es nie zum Nullpunkt. Als wäre Wirtschaft ein atmendes Wesen, das auch dösen oder schlafen und sogar träumen kann.

Heute im Herbst, gibt es wieder eine Weltwirtschaft. Aber die Globale Just-in-Time-Produktion, mit riesigen verzweigten Wertschöpfungsketten, bei denen Millionen Einzelteile über den Planeten gekarrt werden, hat sich überlebt. Sie wird gerade demontiert und neu konfiguriert. Überall in den Produktionen und Service-Einrichtungen wachsen wieder Zwischenlager, Depots, Reserven. Ortsnahe Produktionen boomen, Netzwerke werden lokalisiert, das Handwerk erlebt eine Renaissance. Das Global-System driftet in Richtung GloKALisierung: Lokalisierung des Globalen.

**Wir werden uns wundern**, dass sogar die Vermögensverluste durch den Börseneinbruch nicht so schmerzen, wie es sich am Anfang anfühlte. In der neuen Welt spielt Vermögen plötzlich nicht mehr die entscheidende Rolle. Wichtiger sind gute Nachbarn und ein blühender Gemüsegarten.

Könnte es sein, dass das Virus unser Leben in eine Richtung geändert hat, in die es sich sowieso verändern wollte?



## RE-Gnose: Gegenwartsbewältigung durch Zukunfts-Sprung

Warum wirkt diese Art der "Von-Vorne-Szenarios" so irritierend anders als eine klassische Prognose? Das hängt mit den spezifischen Eigenschaften unseres Zukunfts-Sinns zusammen. Wenn wir "in die Zukunft" schauen, sehen wir ja meistens nur die Gefahren und **Probleme** auf uns zukommen, die sich zu unüberwindbaren Barrieren türmen. Wie eine Lokomotive aus dem Tunnel, die uns überfährt. Diese Angst-Barriere trennt uns von der Zukunft. Deshalb sind Horror-Zukünfte immer am einfachsten darzustellen.

**Wir alle kennen das Gefühl der geglückten Angstüberwindung.** Wenn wir für eine Behandlung zum Zahnarzt gehen, sind wir schon lange vorher besorgt. Wir verlieren auf dem Zahnarztstuhl die Kontrolle und das schmerzt, bevor es überhaupt wehtut. In der Antizipation dieses Gefühls steigern wir uns in Ängste hinein, die uns völlig überwältigen können. Wenn wir dann allerdings die Prozedur überstanden haben, kommt es zum Coping-Gefühl: Die Welt wirkt wieder jung und frisch und wir sind plötzlich voller Tatendrang.

*Coping* heißt: bewältigen. Neurobiologisch wird dabei das Angst-Adrenalin durch Dopamin ersetzt, eine Art körpereigener Zukunfts-Droge. Während uns Adrenalin zu Flucht oder Kampf anleitet (was auf dem Zahnarztstuhl nicht so richtig produktiv ist, ebenso wenig wie beim Kampf gegen Corona), öffnet Dopamin unsere Hirnsynapsen: Wir sind gespannt auf das Kommende, neugierig, vorausschauend. Wenn wir einen gesunden Dopamin-Spiegel haben, schmieden wir Pläne, haben Visionen, die uns in die vorausschauende Handlung bringen.

Erstaunlicherweise machen viele in der Corona-Krise genau diese Erfahrung. Aus einem massiven Kontrollverlust wird plötzlich ein regelrechter Rausch des Positiven. Nach einer Zeit der Fassungslosigkeit und Angst entsteht eine innere Kraft. Die Welt "endet", aber in der Erfahrung, dass wir immer noch da sind, entsteht eine Art Neu-Sein im Inneren.

Mitten im Shut-Down der Zivilisation laufen wir durch Wälder oder Parks, oder über fast leere Plätze. Aber das ist keine Apokalypse, sondern ein Neuanfang.

So erweist sich: Wandel beginnt als verändertes Muster von Erwartungen, von Wahrnehmungen und Welt-Verbindungen. Dabei ist es manchmal gerade der Bruch mit den Routinen, dem Gewohnten, der unseren Zukunfts-Sinn wieder freisetzt. Die Vorstellung und Gewissheit, dass alles ganz anders sein könnte – auch im Besseren.

**Vielleicht werden wir uns sogar wundern,** dass Trump im November abgewählt wird. Die AFD zeigt ernsthafte Zerfransens-Erscheinungen, weil eine böartige, spaltende Politik nicht zu einer Corona-Welt passt. In der Corona-Krise wurde deutlich, dass diejenigen, die Menschen gegeneinander aufhetzen wollen, zu echten Zukunftsfragen nichts beizutragen haben. Wenn es ernst wird, wird das Destruktive deutlich, das im Populismus wohnt.

Politik in ihrem Ur-Sinne als Formung gesellschaftlicher Verantwortlichkeiten bekam dieser Krise eine neue Glaubwürdigkeit, eine neue Legitimität. Gerade weil sie

"autoritär" handeln musste, schuf Politik Vertrauen ins Gesellschaftliche. Auch die Wissenschaft hat in der Bewährungskrise eine erstaunliche Renaissance erlebt. Virologen und Epidemiologen wurden zu Medienstars, aber auch "futuristische" Philosophen, Soziologen, Psychologen, Anthropologen, die vorher eher am Rande der polarisierten Debatten standen, bekamen wieder Stimme und Gewicht.

Fake News hingegen verloren rapide an Marktwert. Auch Verschwörungstheorien wirkten plötzlich wie Ladenhüter, obwohl sie wie saures Bier angeboten wurden.

## **Ein Virus als Evolutionsbeschleuniger**

Tiefe Krisen weisen obendrein auf ein weiteres Grundprinzip des Wandels hin: Die Trend-Gegentrend-Synthese.

Die neue Welt nach Corona – oder besser mit Corona – entsteht aus der Disruption des Megatrends **Konnektivität**. Politisch-ökonomisch wird dieses Phänomen auch "Globalisierung" genannt. Die Unterbrechung der Konnektivität – durch Grenzsicherungen, Separationen, Abschottungen, Quarantänen – führt aber nicht zu einem **Abschaffen** der Verbindungen. Sondern zu einer Neuorganisation der Konnektome, die unsere Welt zusammenhalten und in die Zukunft tragen. Es kommt zu einem Phasensprung der sozio-ökonomischen Systeme.

Die kommende Welt wird Distanz wieder schätzen – und gerade dadurch Verbundenheit qualitativer gestalten. Autonomie und Abhängigkeit, Öffnung und Schließung, werden neu ausbalanciert. Dadurch kann die Welt komplexer, zugleich aber auch stabiler werden. Diese Umformung ist weitgehend ein blinder evolutionärer Prozess – weil das eine scheitert, setzt sich das Neue, überlebensfähig, durch. Das macht einen zunächst schwindelig, aber dann erweist es seinen inneren Sinn: Zukunftsfähig ist das, was die Paradoxien auf einer neuen Ebene verbindet.

Dieser Prozess der Komplexierung – nicht zu verwechseln mit Komplizierung – kann aber auch von Menschen bewusst gestaltet werden. Diejenigen, die das können, die die Sprache der kommenden Komplexität sprechen, werden die Führer von Morgen sein. Die werdenden Hoffnungsträger. Die kommenden Gretas.

## **POLITIK | AUSLAND**

**Jede Tiefenkrise hinterlässt eine Story**, ein Narrativ, das weit in die Zukunft weist. Eine der stärksten Visionen, die das Coronavirus hinterlässt, sind die musizierenden Italiener auf den Balkonen. Die zweite Vision senden uns die Satellitenbilder, die plötzlich die Industriegebiete Chinas und Italiens frei von Smog zeigen. 2020 wird der CO<sub>2</sub>-Ausstoß der Menschheit zum ersten Mal fallen. Diese Tatsache wird etwas mit uns machen.

Wenn das Virus so etwas kann – können wir das womöglich auch? Vielleicht war das Virus nur ein Sendbote aus der Zukunft. Seine drastische Botschaft lautet: Die menschliche Zivilisation ist zu dicht, zu schnell, zu überhitzt geworden. Sie rast zu sehr in eine bestimmte Richtung, in der es keine Zukunft gibt.

Aber sie kann sich neu erfinden.

***System reset.***

***Cool down!***

***Musik auf den Balkonen!***

So geht Zukunft.

## Aus dem Glauben Vertrauen schöpfen in Zeiten der Unsicherheit

Durch alle Zeiten hindurch, in allen Generationen, gab es immer wieder Menschen, die in der Not neue Kraft im Glauben finden konnten. Einer der dies tat war der berühmte Theologe Dietrich Bonhoeffer. Aus seinen Tagebucheinträgen und aus seinen Briefen aus dem Gefängnis wissen wir, wie er als einer von den Nazis zu Tode Verurteilter seine letzten Tage im Gefängnis verbrachte. Aus seiner Sehnsucht nach Gott schöpfte er Vertrauen und er ermutigte seine Liebsten auch aus dieser Hoffnung und diesem Trost in der Not neuen Lebensmut zu schöpfen. Seine Gebete möchten uns inspirieren und stärken im Glauben an einen Gott, der in guten und schlechten Zeiten bei uns ist.

### **Gebet**

Von guten Mächten treu und still umgeben

Behütet und getröstet wunderbar

So will ich diese Tage mit euch leben

Und mit euch gehen in ein neues Jahr

Von guten Mächten wunderbar geborgen

Erwarten wir getrost was kommen mag

Gott ist mit uns am Abend und am Morgen

Und ganz gewiss an jedem neuen Tag

Noch will das Alte unsre Herzen quälen  
Noch drückt uns böser Tage schwere Last  
Ach Herr gib unsern aufgescheuchten Seelen  
Das Heil, für das Du uns bereitet hast

Von guten Mächten wunderbar geborgen  
Erwarten wir getrost was kommen mag  
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen  
Und ganz gewiss an jedem neuen Tag

Und reichst Du uns den schweren Kelch, den bitteren  
Des Leids, gefüllt bis an den höchsten Rand  
So nehmen wir ihn dankbar ohne Zittern  
Aus deiner guten und geliebten Hand

Von guten Mächten wunderbar geborgen  
Erwarten wir getrost was kommen mag  
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen  
Und ganz gewiss an jedem neuen Tag

(Text von Dietrich Bonhoeffer. Musik von Siegfried Fietz:  
<https://www.youtube.com/watch?v=aN7dGz6NH5M>)



## **Gott, du hast die Welt erschaffen**

Gott, du hast die Welt erschaffen und bist alle Tage weiter in ihr am Werk.

Du lässt mich mitarbeiten durch alles Kleine und Grosse, das ich täglich tun darf.

Berate mich, stärke mich, gib mir Ideen und Fantasie, gib mir Ausdauer und Mut,

damit ich dich, meinen Schöpfer, nicht enttäusche.

## **GEBET VON BISCHOF HERMANN GLETTLER (INNSBRUCK)**

Herr, Du Gott des Lebens,  
betroffen von der Not der Corona-Krise kommen wir zu Dir.  
Wir beten für alle, deren Alltag jetzt massiv belastet ist  
und bitten um Heilung für alle Erkrankten.  
Sei den Leidenden nahe, besonders den Sterbenden.  
Tröste jene, die jetzt trauern, weil sie Tote zu beklagen haben.

Schenke den Ärzten und Forschern Weisheit und Energie,  
und allen Pflegenden Kraft in ihrer extremen Belastung.  
Gib den politisch Verantwortlichen Klarheit für richtige Entscheidungen.  
Wir danken Dir für alle, die mit vielfältigen Diensten  
die Sicherheit und Versorgung unseres Landes aufrecht erhalten.  
Wir beten für alle, die in Panik sind oder von Angst überwältigt werden.

Wir beten für alle, die großen materiellen Schaden erleiden oder befürchten.  
Guter Gott, wir bringen Dir alle, die in Quarantäne mussten,  
sich einsam fühlen und niemanden an ihrer Seite haben.  
Stärke die Herzen der alten und pflegebedürftigen Menschen,  
berühre sie mit Deiner Sanftheit und gib ihnen die Gewissheit,  
dass wir trotz allem miteinander verbunden sind.

Von ganzem Herzen flehen wir, dass die Epidemie abschwilt  
und dass die medizinischen Einrichtungen auch künftig  
den übermäßigen Anforderungen entsprechen können.  
Wir beten, dass die Zahl der Infizierten und Erkrankten abnimmt  
und hoffen auf eine baldige Rückkehr zur vertrauten Normalität.

Guter Gott, mache uns dankbar für jeden Tag, den wir gesund verbringen.  
Lass uns nie vergessen, dass unser Leben ein zerbrechliches Geschenk ist.  
Wir sind sterbliche Wesen und können nicht alles kontrollieren.  
Du allein bist ewig, Ursprung und Ziel von allem – immer liebend.  
Getragen vom Frieden, der von Dir kommt, werden wir die Krise bestehen.  
Jesus, Du Herr und Bruder aller Menschen,  
Deine Gegenwart vertreibt jede Furcht, sie schenkt Zuversicht  
und macht uns bereit – offen und aufmerksam für das Leben.  
Jesus, wir vertrauen auf Dich!  
Heilige Maria, Mutter unseres Herrn, und alle heiligen Frauen und Männer,  
Nothelfer und Schutzpatrone unseres Landes, bittet für uns! Amen.

*Schwierige  
Straßen führen  
oft zu  
wunderschönen  
Zielen.*

”





## Jesus und das Teamwork



Jesus hat immer wieder bewiesen, dass er ganz stark ist im Teamwork.

Team heisst für ihn eben gerade nicht:

**T**oll

**E**in

**A**nderer

**M**acht`s

Du kennst sicherlich die Stelle in der Apostelgeschichte gelesen, wo beschrieben wird, wie die Menschen gemeinsam lebten:

*Die Menschen, die zum Glauben gekommen waren, trafen sich regelmässig. Sie liessen sich von den Aposteln unterweisen, pflegten ihre Gemeinschaft, brachen das Brot und beteten.*

*Die Menschen in Jerusalem wurden von Furcht ergriffen. Denn durch die Apostel geschahen viele Wunder und Zeichen.*

*Alle Glaubenden hielten zusammen und verfügten gemeinsam über ihren Besitz. Immer wieder verkauften sie Grundstücke oder sonstiges Eigentum. Sie verteilten den Erlös an alle Bedürftigen – je nachdem, wie viel jemand brauchte. Tag für Tag versammelten sie sich als Gemeinschaft im Tempel. In den Häusern hielten sie die Feier des Brotbrechens und teilten das Mahl voll Freude und in aufrichtiger Herzlichkeit.*

Apostelgeschichte 2, 42 – 46

Da zeigen sich ganz viele Gemeinsamkeiten. Es ist von Personalpronomen im Plural die Rede, nicht im Singular. Da steht nicht: "Hans feierte in seinem Haus", "Marianne hielt mit sich zusammen" oder "Oliver verkaufte etwas, um es den Armen zu geben" - nein, sie haben das gemeinsam getan! Feiern und zusammenhalten alleine macht auch wenig Sinn.

Wenn man die einzelnen Geschichten in der Bibel liest, dann stellt man recht schnell fest, dass Gemeinschaft früher eine ganz andere Bedeutung hatte als heute. Es gab viel weniger »ich« oder «mein» oder «du», sondern häufiger «gemeinsam».

Das wird uns in der Coronakrise auch wieder ganz stark bewusst: Wenn Du Christ bist, dann bist du nicht nur ein Nachfolger Jesu`, sondern:

«... wir sind Teile seines Leibes», steht im Epheser 5, 30. «Er ist das Haupt der Gemeinde, die sein Leib ist», steht im Kolosser 1, 18.

Weder ich bin sein Leib, noch du – sondern wir gemeinsam mit vielen anderen. Und so ein Leib benimmt sich auch ganz gerne mal daneben:

Da motzt das Gehirn über das Herz: Menschen, die gern viel lernen und wissen wollen, haben Mühe damit, dass andere sich auf der «Herzensebene» (z.B. durch Beten) Gott annähern. Oder die Hände kritisieren die Knie: Menschen, die gern praktisch anpacken, kritisieren jene Leute, die lieber still beten. Die Augen weigern sich, mit den Füßen zusammenzuarbeiten: visionäre Typen wollen nicht mit treuen Arbeitern zusammenarbeiten. Ein klarer Fall von Meuterei!

*«Selbst wenn der Fuss behaupten würde: «Ich gehöre nicht zum Leib, weil ich keine Hand bin!», er bliebe trotzdem ein Teil des Körpers. Und wenn das Ohr erklären würde: «Ich bin kein Auge, darum gehöre ich nicht zum Leib!», es gehörte dennoch dazu. Angenommen, der ganze Körper bestünde nur aus Augen, wie könnten wir dann hören? Oder der ganze Leib bestünde nur aus Ohren, wie könnten wir dann riechen? Deshalb hat Gott jedem einzelnen Glied des Körpers seine besondere Aufgabe gegeben, so wie er es wollte.»* 1. Korinther 12, 15 – 18

Zusammenarbeit – Teamwork - ist nicht nur ein guter Rat von Gott, es ist ein Gebot:

*«Bemüht euch, im Geist eins zu sein, indem ihr untereinander Frieden haltet. Ihr sollt alle gemeinsam ein Leib sein und einen Geist haben, weil ihr alle zu einer Hoffnung berufen seid.»* Epheser 4, 3 – 4

Denkst du, dass Menschen häufig Probleme haben zusammenzuarbeiten? Wie erlebst du das in der gegenwärtigen Krise? Was könnte man tun, um gemeinsam in einem Team besser zusammenzuarbeiten und somit nicht nur in der Coronakrise die Welt zu verändern?

**«Steh auf, nimm deine Bahre und geh!» (Joh 5,8).** Wir Christen haben keine Zweifel, dass sich Jesus für unsere Anliegen interessiert. Er ist immer bereit zu helfen. Unser Gebet bewegt ihn auch in der Zeit der heutigen Not. Die Coronaviruskrise wirft die ganze Welt durcheinander. Wir wissen nicht, wie lange es noch andauern wird. Wir wissen nicht, ob es besser wird oder schlimmer. Jesus, der sagt „fürchtet euch nicht“, kann uns eine heilere Welt schenken. Wir bitten ihn darum:

- Herr, wir bringen dir alle Erkrankten und bitten um Trost und Heilung.
- Sei den Leidenden nahe, besonders den Sterbenden.
- Bitte tröste jene, die jetzt trauern.
- Schenke den Ärzten und Forschern Weisheit und Energie.
- Allen Krankenschwestern und Pflegern Kraft in dieser extremen Belastung.
- Den Politikern und Mitarbeitern der Gesundheitsämter Besonnenheit.
- Wir beten für alle, die in Panik sind. Alle, die von Angst überwältigt sind.
- Um Frieden inmitten des Sturms, um klare Sicht.
- Wir beten für alle, die grossen materiellen Schaden haben oder befürchten.
- Guter Gott, wir bringen dir alle, die in Quarantäne sein müssen, sich einsam fühlen, niemanden umarmen können. Berühre du die Herzen mit deiner Sanftheit.
- Und ja, wir beten, dass diese Epidemie abschwilt, dass die Zahlen zurückgehen, dass Normalität wieder einkehren kann.
- Mach uns dankbar für jeden Tag in Gesundheit.
- Lass uns nie vergessen, dass das Leben ein Geschenk ist.
- Dass wir irgendwann sterben werden und nicht alles kontrollieren können.
- Dass du allein ewig bist.
- Dass im Leben so vieles unwichtig ist, was oft so laut daherkommt.
- Mach uns dankbar für so vieles, was wir ohne Krisenzeiten so schnell übersehen.

Wir vertrauen dir.

*Gebet in der Coronakrise/Damian Kalbermatter*



## **Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens**

Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,  
dass ich liebe, wo man hasst;  
dass ich verzeihe, wo man beleidigt;  
dass ich verbinde, wo Streit ist;  
dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;  
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;  
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;  
dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;  
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.

Herr, lass mich trachten,  
nicht, dass ich getröstet werde, sondern dass ich tröste;  
nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe;  
nicht, dass ich geliebt werde, sondern dass ich liebe.  
Denn wer sich hingibt, der empfängt;  
wer sich selbst vergisst, der findet;  
wer verzeiht, dem wird verziehen;  
und wer stirbt, der erwacht zum ewigen Leben.

Frankreich 1913

**12. April 2020**

## **Ostern in Coroanazeiten**

Normalerweise feiern wir jetzt in der nahezu vollen Kirche die Osterfeier. Doch statt dessen sind die Kirchenbänke leer, es findet keine Ostermesse statt, welche jedem zugänglich ist.

In diesem Jahr fällt es uns nicht so leicht, Ostergrüsse und -wünsche zu formulieren. Ein Osterfest ohne liturgische Feiern, wo kein Osterlob erklingt, kein Exsultet gesungen wird, ist kaum vorstellbar.

Doch wenn wir genauer hinschauen, fand auch die Auferstehung Christi unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt.

Niemand war dabei. Die Jünger hatten sich versteckt. Nur die Frauen wagten sich zum Grab. Doch die Leute glaubten ihren Worten nicht. Die Jünger von Emmaus waren sogar mit dem auferstandenen Christus unterwegs und erkannten ihn nicht.

Erst nach und nach wurde der ersten Gemeinde die Tragweite dessen klar, was geschehen war.

## Gemeinsam sind wir stark – nicht nur in Zeiten des Coronavirus



Auf seiner Wanderung von einem Ende der Welt zum anderen, kam ein junger Bursche an vielen seltsamen Plätzen vorbei. Doch die seltsamsten waren zwei Orte, die so weit auseinander lagen wie Himmel und Hölle.

Der erste Ort war eine Höhle. In dieser gab es jede Menge Leute. In der Mitte der Höhle standen riesige Kessel, in denen sich leckeres Essen befand. Doch die Leute in dieser Höhle sahen alle merkwürdig krank aus. Blass und ausgezehrt. Bei näherer Betrachtung konnte man beobachten, dass sich alle vergeblich bemühten, mit riesigen Löffeln die Nahrung aus dem Kessel zu holen. Dies gelang, doch waren die Löffel so lang – dass die Arme zu kurz waren um sie in den Mund zu stecken. Jeder Bewohner dieser Höhle quälte sich mit diesen großen Löffeln, doch so sehr sie sich auch bemühten es gelang ihnen nicht, die Nahrung bis zum Mund zu führen.

Nach Jahren der Wanderung erreichte der Bursche wieder eine Höhle. Auf den ersten Blick sah sie aus wie die erste. Doch die Bewohner dieser Höhle waren wohlgenährt und gesund. Sie machten einen sehr zufriedenen Eindruck. Ein paar standen ebenfalls um den Kessel, in dem sich das leckere Essen befand. Auch diese Höhlenbewohner hatten unglaublich lange Löffel...

...aber sie fütterten einander!

## Lass Platz in deinem Leben für die wichtigen Dinge - Über die Prioritäten im Leben



### Eine Kurzgeschichte über Golfbälle, M&M's, Sand und Bier

Ein Philosophieprofessor stand vor seinem Kurs und hatte ein kleines Experiment vor sich aufgebaut: Ein sehr grosses Marmeladenglas und drei geschlossene Kisten. Als der Unterricht begann, öffnete er die **erste Kiste** und holte daraus **Golfbälle** hervor, die er in das Marmeladenglas füllte. Er fragte die Studenten, ob das Glas voll sei.

Sie bejahten es.

Als nächstes öffnete der Professor die **zweite Kiste**. Sie enthielt **M&Ms**. Diese schüttete er zu den Golfbällen in den Topf. Er bewegte den Topf sachte und die **M&Ms** rollten in die Leerräume zwischen den Golfbällen. Dann fragte er die Studenten wiederum, ob der Topf nun voll sei.

Sie stimmten zu.

Daraufhin öffnete der Professor die **dritte Kiste**. Sie enthielt **Sand**. Diesen schüttete er ebenfalls in den Topf zu dem **Golfball-M&M-Gemisch**. Logischerweise füllte der Sand die verbliebenen Zwischenräume aus. Er fragte nun ein drittes Mal, ob der Topf nun voll sei.

Die Studenten antworteten einstimmig "ja".

Der Professor holte **zwei Dosen Bier** unter dem Tisch hervor, öffnete diese und schüttete den ganzen Inhalt in den Topf und füllte somit den letzten Raum zwischen den Sandkörnern aus. Die Studenten lachten. "Nun", sagte der Professor, als das Lachen nachliess, "ich möchte, dass Sie dieses Marmeladenglas als Ihr Leben ansehen.

### **Die Golfbälle sind die wichtigen Dinge in Ihrem Leben**

Ihre Familie, Ihre Kinder, Ihre Gesundheit, Ihre Freunde, die bevorzugten, ja leidenschaftlichen Aspekte Ihres Lebens, welche, falls in Ihrem Leben alles verlorenginge und nur noch diese verbleiben würden, Ihr Leben trotzdem noch erfüllen würden.

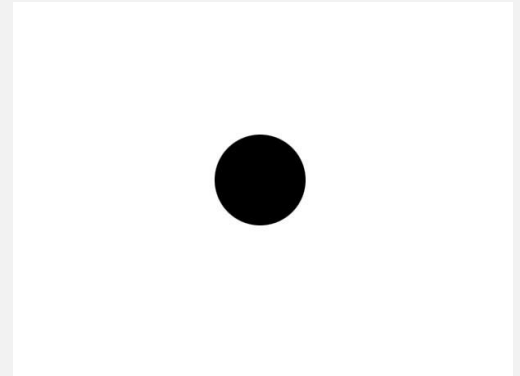
Er fuhr fort: "Die **M&Ms** symbolisieren die anderen Dinge im Leben wie Ihre Arbeit, ihr Haus, Ihr Auto. Der **Sand** ist alles andere, die Kleinigkeiten." "Falls Sie den Sand zuerst in das Glas geben", sagte der Professor, "hat es weder Platz für die M&Ms noch für die Golfbälle. Dasselbe gilt für Ihr Leben. Wenn Sie all Ihre Zeit und Energie in Kleinigkeiten investieren, werden Sie nie Platz haben für die wichtigen Dinge. Achten Sie zuerst auf die Golfbälle, die Dinge, die wirklich wichtig sind. Setzen Sie Ihre Prioritäten. Der Rest ist nur Sand."

Einer der Studenten erhob die Hand und wollte wissen, was denn das **Bier** repräsentieren soll. Der Professor schmunzelte:

"Ich bin froh, dass Sie das fragen. Das zeigt Ihnen, egal wie schwierig Ihr Leben auch sein mag, es ist immer noch Platz für ein oder zwei Bier."

## Die Sonnenseiten des Lebens

Ich liebe meine jüngere Schwester wirklich sehr, doch oftmals wird mir ihre ständige Jammerei zu viel. Vorwiegend berichtet sie über all das Negative in ihrem Leben und in der Welt. Als ich mich bei meinem letzten Besuch verabschiedete, erzählte ich ihr noch eine Geschichte:



»Die Lehrerin einer Maturaklasse kündigte einen Überraschungstest an. Zum Erstaunen der Schüler waren auf dem Aufgabenblatt keinerlei Fragen notiert, es war lediglich ein schwarzer Punkt auf der Mitte des Blattes zu sehen. Sie erklärte, dass alle das aufschreiben sollten, was sie auf dem ausgeteilten Blatt Papier sehen würden. Die Schüler waren zwar sichtlich irritiert, doch sie begannen mit ihrer Arbeit.

Zum Ende der Stunde sammelte die Lehrerin den Test wieder ein. Alle Schüler hatten ausnahmslos den schwarzen Punkt beschrieben – seinen Durchmesser, Radius und den Flächeninhalt berechnet, die Position in der Mitte des Blattes bestimmt, sein Größenverhältnis zum Papier ermittelt ...

Lächelnd sprach die Lehrerin zur Klasse: »Ich wollte euch lediglich eine Aufgabe zum Nachdenken geben. Kein Einziger hat etwas über den grossen, weissen Teil auf dem Blatt Papier vermerkt. Jeder hat sich auf den schwarzen Punkt konzentriert.

Genau das Gleiche geschieht oft in unserem Leben! Alle haben wir ein weisses Blatt Papier erhalten, um es zu nutzen und zu geniessen. Und dennoch konzentrieren wir uns immer wieder auf die dunklen Flecken. Das Leben ist ein wunderbares Geschenk, das wir mit Liebe und Sorgfalt hüten sollten. Es gibt genau genommen immer einen Grund zum Lachen, Feiern und zum Freuen. Daher sollten wir dankbar sein, für all das Gute, das geschieht!

Doch wir konzentrieren uns oft nur auf die dunklen Flecken, wie z. B.: schlechte Noten, komplizierte Beziehungen, gesundheitliche Probleme, Geldmangel, Sorgen, Ängste und Enttäuschungen. Im Vergleich zu dem, was wir in unserem Leben erfahren, sind die dunklen Flecken meist sehr klein, und dennoch sind sie diejenigen, die unseren Geist beschäftigen und unsere Lebensfreude trüben!«

Ich ging noch kurz zum Schreibtisch, malte einen kleinen schwarzen Punkt auf ein weisses Blatt und gab dieses meiner Schwester. »Für dich meine Kleine«, sagte ich noch, bevor ich mich verabschiedete.

Tage später erhielt ich einen Brief von meiner Schwester. Darin befand sich das Blatt mit dem schwarzen Punkt. Dieser war jedoch kaum noch zu erkennen, da die weisse Fläche mit unendlich viel Positivem beschrieben worden war.

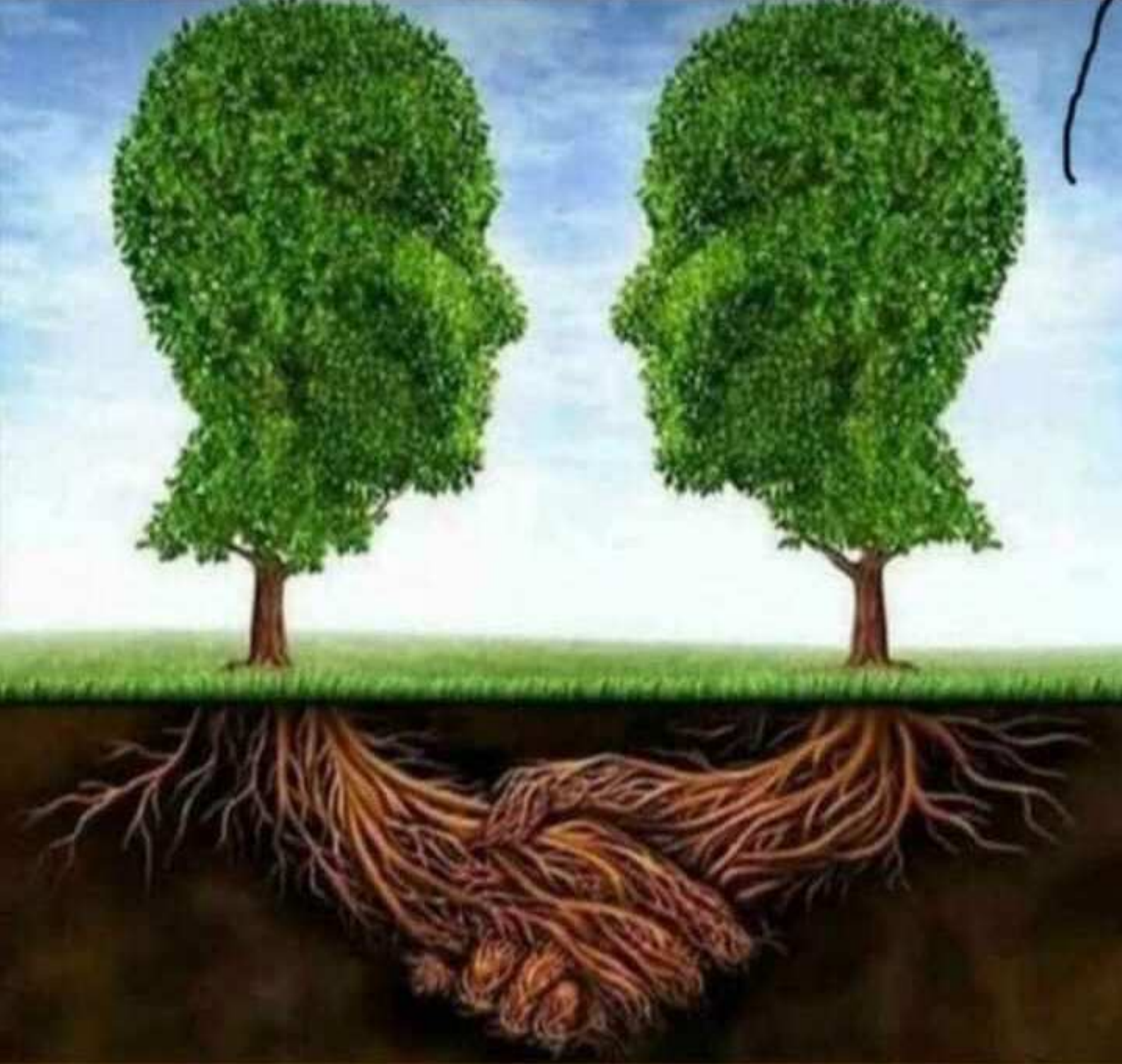
Gisela Rieger: „111 Herzensweisheiten“





Wende Dein Gesicht der  
Sonne zu, dann fallen  
die Schatten  
hinter dich

Aus Afrika



Distanz macht gar nicht so viel aus,  
wenn die Wurzeln der Freundschaft  
stark genug sind.

Man muss  
mit **allem** rechnen.



Auch  
mit  
dem

**Guten.**

Nutze die Zeit...

... dir selbst  
wieder näher  
zu kommen  
und auf die Stimme  
deines Herzens  
zu hören.





## Mit Gott zu Mittag gegessen...

Es war einmal ein kleiner Junge, der unbedingt Gott treffen wollte. Er war sich darüber bewusst, dass der Weg zu dem Ort, an dem Gott lebte, ein sehr langer war. Also packte er sich einen Rucksack voll mit einigen Coladosen und mehreren Schokoladenriegeln und machte sich auf die Reise.

Er lief eine ganze Weile und kam in einen kleinen Park. Dort sah er eine alte Frau, die auf einer Bank saß und den Tauben zuschaute, die vor ihr nach Futter auf dem Boden suchten. Der kleine Junge setzte sich zu der Frau auf die Bank und öffnete seinen Rucksack. Er wollte sich gerade eine Cola herausholen, als er den hungrigen Blick der alten Frau sah. Also griff er zu einem Schokoriegel und reichte ihn der Frau. Dankbar nahm sie die Süßigkeit und lächelte ihn an. Und es war ein wundervolles Lächeln! Der kleine Junge wollte dieses Lächeln noch einmal sehen und bot ihr auch eine Cola an. Und sie nahm die Cola und lächelte wieder - noch strahlender als zuvor.

Der kleine Junge war selig. Die beiden saßen den ganzen Nachmittag lang auf der Bank im Park, aßen Schokoriegel und tranken Cola - aber sprachen kein Wort. Als es dunkel wurde, spürte der Junge, wie müde er war und er beschloss, zurück nach Hause zu gehen. Nach einigen Schritte hielt er inne und drehte sich um. Er ging zurück zu der Frau und umarmte sie. Die alte Frau schenkte ihm dafür ihr allerschönstes Lächeln.

Zu Hause sah seine Mutter die Freude auf seinem Gesicht und fragte: "Was hast du denn heute schönes gemacht, dass du so fröhlich aussiehst?" Und der kleine Junge antwortete: "Ich habe mit Gott zu Mittag gegessen - und sie hat ein wundervolles Lächeln!"

Auch die alte Frau war nach Hause gegangen, wo ihr Sohn schon auf sie wartete. Auch er fragte sie, warum sie so fröhlich aussah. Und sie antwortete: "Ich habe mit Gott zu Mittag gegessen - und er ist viel jünger, als ich gedacht habe."



## **Wirklich schwierig...**

Ein junger Mann kam zum Meister und berichtete ihm von seinen Erlebnissen.

*"Im Himalaja traf ich einen weisen, alten Mann, der in die Zukunft sehen kann. Diese Kunst lehrte er auch seine Schüler, " sprach er voller Begeisterung.*

*"Das kann jeder." sprach der Meister ruhig. "Mein Weg ist viel schwieriger. "*

*"Wirklich?", fragte der junge Mann. "Wie ist Euer Weg, Herr? "*

***"Ich bringe den Menschen bei, die Gegenwart zu sehen."***

# Der Baumwollfaden

Es war einmal ein kleiner weißer Baumwollfaden, der hatte ganz viel Angst, dass er so wie er war, zu nichts nutze sei. Ganz verzweifelt dachte er immer wieder: "Ich bin nicht gut genug, ich taue zu nichts. Für einen Pullover bin ich viel zu kurz. Selbst für einen winzig kleinen Puppenpullover taue ich nichts! Für ein Schiffstau bin ich viel zu schwach. Nicht mal ein Hüpfseil kann ich aus mir machen lassen! Mich an andere kräftige, dicke, lange Fäden anknüpfen kann ich nicht, die lachen doch sowieso über mich. Für eine Stickerei eigne ich mich auch nicht, dazu bin ich zu blass und zu farblos. Ja, wenn ich aus Goldgarn wäre, dann könnte ich eine Stola verzieren oder ein Kleid... Aber so?! Ich bin zu gar nichts nütze. Was kann ich schon? Niemand braucht mich. Keiner beachtet mich. Es mag mich sowieso niemand."

So sprach der kleine weiße Baumwollfaden mit sich - Tag für Tag. Er zog sich ganz zurück, hörte sich traurige Musik an und weinte viel. Er gab sich ganz seinem Selbstmitleid hin.

Eines Tages klopfte seine neue Nachbarin an der Tür: ein kleines weißes Klümpchen Wachs. Das Wachsklümpchen wollte sich bei dem Baumwollfaden vorstellen. Als es sah, wie traurig der kleine weiße Baumwollfaden war und sich den Grund dafür erzählen ließ, sagte es: "Lass dich doch nicht so hängen, du schöner, kleiner, weißer Baumwollfaden. Mir kommt da so eine Idee: wir beide sollten uns zusammen tun! Für eine Kerze am Weihnachtsbaum bin ich zu wenig Wachs und du als Docht zu klein, doch für ein Teelicht reicht es allemal. Es ist doch viel besser, ein kleines Licht anzuzünden, als immer nur über die Dunkelheit zu klagen!«Da war der kleine weiße Baumwollfaden ganz glücklich und tat sich mit dem kleinen weißen Klümpchen Wachs zusammen und sagte: "Endlich hat mein Dasein einen Sinn."



Wer weiß, vielleicht gibt es in der Welt noch viele kleine weiße Baumwollfäden und viele kleine weiße Wachsklümpchen, die sich zusammentun könnten, um der Welt zu leuchten?!

## Der kaputte Krug



Es war einmal ein Wasserträger in Indien. Auf seinen Schultern ruhte ein schwerer Holzstab, an dem rechts und links je ein großer Wasserkrug befestigt war. Nun hatte einer der Krüge einen Sprung. Der andere hingegen war perfekt geformt und mit ihm konnte der Wasserträger am Ende seines langen Weges vom Fluss zum Haus seines Herren eine volle Portion Wasser abliefern. In dem kaputten Krug war hingegen immer nur etwa die Hälfte des Wassers, wenn er am Haus an kam. Für volle zwei Jahre lieferte der Wasserträger seinem Herren also einen vollen und einen halbvollen Krug.

Der perfekte der beiden Krüge war natürlich sehr stolz darauf, dass der Wasserträger in ihm immer eine volle Portion transportieren konnte. Der Krug mit dem Sprung hingegen schämte sich, dass er durch seinen Makel nur halb so gut war wie der andere Krug.

Nach zwei Jahren Scham hielt der kaputte Krug es nicht mehr aus und sprach zu seinem Träger: "Ich schäme mich so für mich selbst und ich möchte mich bei dir entschuldigen." Der Wasserträger schaute den Krug an und fragte: "Aber wofür denn? Wofür schämst du dich?" "Ich war die ganze Zeit nicht in der Lage, das Wasser zu halten, sodass du durch mich immer nur die Hälfte zu dem Haus deines Herren bringen konntest. Du hast die volle Anstrengung, bekommst aber nicht den vollen Lohn, weil du immer nur anderthalb statt zwei Krüge Wasser ablieferst." sprach der Krug.

Dem Wasserträger tat der alte Krug leid und er wollte ihn trösten. So sprach er: "Achte gleich einmal, wenn wir zum Haus meines Herren gehen, auf die wundervollen Wildblumen am Straßenrand." Der Krug konnte daraufhin ein wenig lächeln und so machten sie sich auf den Weg. Am Ende des Weges jedoch fühlte sich der Krug wieder ganz elend und entschuldigte sich erneut zerknirscht bei dem Wasserträger.

Der aber erwiderte: "Hast du die Wildblumen am Straßenrand gesehen? Ist dir aufgefallen, dass sie nur auf deiner Seite des Weges wachsen, nicht aber auf der, wo ich den anderen Krug trage? Ich wusste von Beginn an über deinen Sprung. Und so habe ich einige Wildblumensamen gesammelt und sie auf deiner Seite des Weges verstreut. Jedes Mal, wenn wir zum Haus meines Herren liefen, hast du sie gewässert. Ich habe jeden Tag einige dieser wundervollen Blumen pflücken können und damit den Tisch meines Herren dekoriert. Und all diese Schönheit hast du geschaffen."



DER PAPST SAGT

dass wir uns gegenseitig segnen sollen.

Deshalb segne ich Dich

im Namen des Vaters

und des Sohnes und des hl. Geistes.

ich segne Dich

dein Herz

dein Leben

deine Gesundheit

dein Haus

deine Familie

deine Arbeit

deine Finanzen

deine Pläne

deine Träume

deine Zukunft und

deinen Frieden

... im Namen  
Jesu Christi

jetzt  
wähle

Du

wen

Du

segnen  
möchtest

U.

K.

Jesus  
Lives

# Der Tempel der tausend Spiegel

*Wir durften in Coronazeiten die Erfahrung machen, dass unsere Seelsorgeregion aus vielen wohlgesonnenen Menschen besteht.*

*Ihr Seelsorgeteam*



Es gab in Indien den Tempel der tausend Spiegel. Er lag hoch oben auf einem Berg und sein Anblick war gewaltig.

Eines Tages kam ein Hund und erklomm den Berg. Er stieg die Stufen des Tempels hinauf und betrat den Tempel der tausend Spiegel. Als er in den Saal der tausend Spiegel kam, sah er tausend Hunde.

Er bekam Angst, sträubte das Nackenfell, klemmte den Schwanz zwischen die Beine, knurrte furchtbar und fletschte die Zähne. Und tausend Hunde sträubten das Nackenfell, klemmten die Schwänze zwischen die Beine, knurrten furchtbar und fletschten die Zähne.

Voller Panik rannte der Hund aus dem Tempel und glaubte von nun an, dass die ganze Welt aus knurrenden, gefährlichen und bedrohlichen Hunden bestehe.

Einige Zeit später kam ein anderer Hund, der den Berg erklomm. Auch er stieg die Stufen hinauf und betrat den Tempel der tausend Spiegel. Als er in den Saal mit den tausend Spiegeln kam, sah auch er tausend andere Hunde. Er aber freute sich. Er wedelte mit dem Schwanz, sprang fröhlich hin und her und forderte die Hunde zum Spielen auf.

Dieser Hund verliess den Tempel mit der Überzeugung, dass die ganze Welt aus netten, freundlichen Hunden bestehe, die ihm wohl gesonnen sind.

## Die Karotte, das Ei und die Kaffeebohne



Eine Tochter beklagt sich bei ihrer Mutter darüber, dass das Leben so schwer sei und sie nicht wisse, wie sie damit klarkommen solle. Die Mutter nimmt ihre Tochter mit in die Küche.

Sie füllt drei Töpfe mit Wasser, stellt sie auf den Herd und erhitzt das Wasser. In den einen Topf gibt sie Karotten, in den anderen Eier und in den dritten Kaffeebohnen. Nach einigen Minuten schüttet sie die Karotten in eine Schüssel, legt die Eier auf einen Teller und schüttet den Kaffee in eine Tasse. "Was siehst du?", fragt die Mutter ihre Tochter. "Karotten, Eier und Kaffee", antwortet diese.

Die Mutter bittet die Tochter, die Karotten in die Hand zu nehmen. Sie waren ganz weich. Sie bittet sie, die Eier zu schälen und diese waren innen hart. Und sie bittet ihre Tochter den Kaffee zu probieren, der sehr aromatisch war. "Was soll das?", fragt die Tochter.

Die Mutter antwortet: „Die Karotten, Eier und die Kaffeebohnen waren alle dem gleichen Einfluss, dem heißen Wasser, ausgesetzt. Alle 3 haben jedoch unterschiedlich darauf reagiert. Die Karotten waren erst hart, danach weich. Die Eier waren erst zerbrechlich und innen weich, danach waren sie innen hart. Die Kaffeebohnen haben sich aufgelöst und das Wasser in Kaffee verwandelt.“

"Was bist du, wenn Probleme an deine Tür klopfen, eine Karotte, ein Ei oder eine Kaffeebohne? Wie reagierst du?", fragt die Mutter ihre Tochter.

"Bist du eine Karotte, die stark zu sein scheint, wenn sie jedoch mit Problemen in Berührung kommt, weich wird und ihre Stärke verliert? Bist du ein Ei mit einem weichen Herz, das versteinert und hart wird, wenn du auf Probleme stößt? **Oder bist du eine Kaffeebohne, die das heiße Wasser in Kaffee verwandelt, d. h. das Problem als Chance sieht, etwas Neues daraus entstehen zu lassen?**"

*Wir schenken Ihnen*

ein Lächeln

*Ihr Seelsorgeteam*



Es kostet nichts und bringt viel ein.

Es bereichert den Empfänger, ohne den Geber ärmer zu machen.

Es ist kurz wie ein Blitz, aber die Erinnerung daran ist oft unvergänglich.

Keiner ist so reich, dass er darauf verzichten könnte und keiner so arm, dass er es sich nicht leisten könnte.

Es bringt Glück ins Heim, schafft guten Willen im Geschäft und ist das Kennzeichen der Freundschaft.

Es bedeutet für den müden Erholung, für den mutlosen Ermunterung, für den Traurigen Aufheiterung und ist das beste Mittel gegen Ärger.

Man kann es weder kaufen, noch erbitten, noch leihen oder stehlen, denn es bekommt erst dann einen Wert, wenn es verschenkt wird.

Und niemand braucht es so bitter nötig, wie derjenige, der für andere keines mehr übrig hat.

# Gänse pflegen gute Gesellschaft

*Das tun wir auch!*

*Ihr Seelsorgeteam*



Wenn du im Herbst Gänse nach Süden in ihre Winterquartiere ziehen siehst, wird dich vielleicht interessieren, wie Wissenschaftler ihren typischen V-Formationsflug erklären:

Jeder Vogel erzeugt durch seinen Flügelschlag einen Windschatten und Auftrieb für den ihm unmittelbar folgenden Vogel. Durch das Fliegen in V-Formation erlangt so der ganze Schwarm eine mindestens 71 % grössere Reichweite, als sie jeder Vogel alleine hätte.

Menschen, die eine gemeinsame Richtung und ein Gefühl der Gemeinschaft teilen, können ihr Ziel ebenfalls schneller und leichter erreichen, weil sie der gegenseitige Anstoss voranbringt.

Wann immer eine Gans aus der Formation fällt, fühlt sie plötzlich den Windwiderstand des Alleinflugs und begibt sich schnell in den Verband zurück, um Kräfte zu sparen.

Wenn wir so viel Verstand haben wie eine Gans, bleiben wir im Verband mit den Menschen, die in unsere Richtung gehen.

Wenn die Leitgans müde wird, begibt sie sich nach hinten in den Schwarm, und eine andere Gans übernimmt die Führung.

Es ist lohnend, sich bei anstrengenden Aufgaben abzuwechseln - bei Menschen ebenso wie bei südwärts fliegenden Gänsen!

Die Gänse "hupen" von hinten, um die vorderen zu ermuntern, ihre Geschwindigkeit beizubehalten. Was meinen wir, wenn wir von hinten hupen?

Und es gibt noch etwas, auf das es sich zu achten lohnt: bei Gänsen ist es so, dass, wenn eine Gans krank oder angeschossen wird und zu Boden muss, ihr zwei Gänse aus dem Verband heraus nach unten folgen, um ihr zu helfen und sie zu beschützen. Sie bleiben bei der Gans, bis sie entweder weiterfliegen kann oder stirbt. Dann machen sie sich allein oder mit dem nächsten Schwarm wieder auf den Weg, um ihre Gruppe einzuholen.

Wenn wir den Verstand einer Gans haben, stehen wir einander auf gleiche Art bei.

# um Schutz und Segen

Herr Jesus Christus, unsere Herzen sind unruhig und aufgewühlt. Wir kennen Krankheiten aller Art, manchmal bilden wir uns ein, sie im Griff zu haben, ihrer Herr zu sein. Dass das eine Illusion ist, zeigt uns der Corona-Virus. Er ist tausendfach kleiner als wir selbst und doch gefährdet er Menschen, besonders die Schwachen. Er bringt all unser Pläne durcheinander, lähmt den Alltag und erfüllt viele mit Angst. Besonders die Zahl der Erkrankten bereitet uns Sorgen.

Herr, zeige den Kranken dein stärkendes Angesicht - an welcher Krankheit auch immer sie leiden.

Steh den Ärzten und Forschern, den Pflegekräften und Rettungsdiensten bei. Segne ihre Bemühungen und vergilt ihnen ihre gute Dienste!

Uns alle aber bewahre vor Angst und Verzweiflung! Du bist unser Halt. Wir sind und bleiben in Dir geborgen. Nie hast Du uns im Stich gelassen. Du wirst uns auch beistehen, die gegenwärtige Krise zu bestehen. Du hast uns Verstand zu verantwortlichem Handeln geschenkt. Wir bitten Dich: Hilf, dass unsere Ängste uns nicht fesseln. Stattdessen öffne unsere Herzen, dass wir einander nicht alleine lassen, sondern füreinander einstehen und miteinander glauben. Schenke uns ein Herz voller Vertrauen und Hoffnung auf Dich!

Heilige Maria, Mutter der Kirche. -

*Bitte für uns.*

Heilige Maria, Trösterin der Betrübten. -

*Bitte für uns.*

Heilige Maria, Heil der Kranken. -

*Bitte für uns.*

Amen.

**Nicht alles ist abgesagt...**

**Sonne ist nicht abgesagt**

**Frühling ist nicht abgesagt**

**Beziehungen sind nicht abgesagt**

**Liebe ist nicht abgesagt**

**Lesen ist nicht abgesagt**

**Zuwendung ist nicht abgesagt**

**Musik ist nicht abgesagt**

**Phantasie ist nicht abgesagt**

**Freundlichkeit ist nicht abgesagt**

**Gespräche sind nicht abgesagt**

**Hoffnung ist nicht abgesagt**

**Beten ist nicht abgesagt**

# *Gebet in der Coronakrise*

Gott, wir bringen Dir alle Erkrankten und bitten um Trost und Heilung.

Sei den Leidenden nahe, besonders den Sterbenden.

Bitte tröste jene, die jetzt trauern. Schenke den Ärzten und Forschern Weisheit und Energie. Allen Krankenschwestern und Pflegern Kraft in dieser extremen Belastung.

Den Politikern und Mitarbeitern der Gesundheitsämter Besonnenheit. Wir beten für alle, die in Panik sind. Alle, die von Angst überwältigt sind.

Um Frieden inmitten des Sturms, um klare Sicht.

Wir beten für alle, die großen materiellen Schaden haben oder befürchten.

Guter Gott, wir bringen Dir alle, die in Quarantäne sein müssen, sich einsam fühlen, niemanden umarmen können.

Berühre Du Herzen mit Deiner Sanftheit.

Und ja, wir beten, dass diese Epidemie abschwilt, dass die Zahlen zurückgehen, dass Normalität wieder einkehren kann.

Mach uns dankbar für jeden Tag in Gesundheit. Lass uns nie vergessen, dass das Leben ein Geschenk ist.

Dass wir irgendwann sterben werden und nicht alles kontrollieren können.

Dass Du allein ewig bist.

Dass im Leben so vieles unwichtig ist, was oft so laut daherkommt.

Mach uns dankbar für so vieles, was wir ohne Krisenzeiten so schnell übersehen.

Wir vertrauen Dir

Danke





Ein gutes Wort ist wie  
ein guter Baum,  
dessen Wurzeln fest  
sind und dessen  
Zweige in den Himmel  
reichen.

Vielleicht wartet Ihr Nachbar auf ein gutes Wort?  
Das Seelsorgeteam



Du denkst,  
du kommst nicht mit dem Leben klar,  
dir gelingt nicht viel,  
die anderen meiden dich,  
alle sind besser, schöner, schlauer als du,  
das Glück hat dich verlassen,  
man hat dich vergessen,  
alles geht schief...

Hör dich um und du erkennst:  
Die anderen denken genauso,  
vor allem die,  
die du beneidest.

Das Seelsorgeteam

**Selbstvertrauen** ist nichts anderes

als der Glaube,

dass es gut ist,

wie du bist,

dass es recht ist,

da zu stehen,

wo du stehst,

dass Gott einen Grund gehabt hat,

dich so zu wollen,

wie du bist,

und da zu haben,

wo du bist.

Und du weißt:

Selbstvertrauen

ist die erste Stufe

auf der Leiter

des Glücks.



Mit Selbstvertrauen und Gottvertrauen durch die Krise  
Das Seelsorgeteam

## WAHRER REICHTUM

Millionen auf der Bank,  
restaurierte Gemälde in der Villa,  
ein toller Sportwagen vor der Tür,  
edle Pferde im Gestüt,  
Pelze zum Angeben in Gesellschaft,  
Schmuck, dessen Glanz sich in die Augen brennt:



Was Menschen Reichtum nennen!  
Schon zu viel davon ist versunken,  
ohne dass die geringste Spur davon blieb!  
Schlimmer noch:



Wo dieser Reichtum wächst,  
folgen die Sorgen hinterher  
und der Hunger nach mehr.

Wahrer Reichtum ist innere Grösse,  
nennt sich Genügsamkeit und Zufriedenheit.

Glaube, Hoffnung und Liebe  
sind die anderen Namen,  
die das Herz ausspricht,  
wenn es glücklich werden will.



Glaube, Hoffnung und Liebe für uns alle

Das Seelsorgeteam

## Das Leben ist eine Achterbahn

Das Leben ist ganz schön anstrengend.  
Es gibt viel Auf und Ab  
und manchmal geht wirklich alles  
drunter und drüber.



Dass du turbulente Zeiten gut überstehst  
und dich immer wieder  
in die richtige Lage einpendelst  
das wünsche ich dir

Das Seelsorgeteam

## Kräfte mobilisieren


Manchmal

muss man alle Kräfte aufbieten,  
um weiterzukommen.



Ich wünsche dir,  
dass du für alle Fälle gerüstet bist  
und schwierige Situationen  
konzentriert und gelassen in Angriff nimmst

Dein Seelsorgeteam



***Nicht immer kann der Lebensweg  
übersichtlich und gerade sein  
und oft fallen auch Schatten darauf.***

***Dass du trotzdem guten Mutes bleibst,  
weil du weißt, dass das Leben eben  
aus Licht und Schatten zusammengesetzt ist,  
das wünsche ich dir***

Dein Seelsorgeteam

Licht und Schatten auf unebenen Wegen



## **Aus der Vogelperspektive**

Wenn man die Dinge  
aus der Vogelperspektive betrachtet,  
verliert manches an Grösse und Wichtigkeit.

Orientiert man sich dagegen  
an der Grösse anderer, so kommt man sich  
oft sehr unbedeutend vor.

Ich wünsche dir,  
dass du möglichst rechtzeitig erkennst,  
wie gross oder klein die Dinge wirklich sind

Dein Seelsorgeteam



**Gesprächspartner** Oft bieten sich neue Möglichkeiten, wie man miteinander ins Gespräch kommen kann.

Dass du die richtigen Gesprächspartner findest, wenn du ein Echo brauchst, das wünsche ich dir

Dein Seelsorgeteam



## Wärme in unwirtlichen Zeiten



Wir wünschen dir,  
dass immer dann, wenn unerwartet  
ein kalter Wind durchs Leben weht,  
jemand da ist, der spürt,  
dass du gerade jetzt viel Wärme brauchst

Dein Seelsorgeteam



## **Das Leben – ein Drahtseilakt**

Manchmal ähnelt unser Leben  
einem Drahtseilakt  
und es fällt uns nicht leicht,  
das Gleichgewicht zu bewahren.

Wir wünschen dir das Geschick,  
auch schwierige Situationen durchzustehen

Das Seelsorgeteam

# Carpe Diem

## **Carpe diem: nütze den Tag,**

bringt er doch, was er bringen mag:  
Freude erkennst du erst nach dem Leid,  
Zweisamkeit erst nach der Einsamkeit.  
Ruhe findest du nach Hast  
und nach Mühsal wohl erst die Rast.



## **Carpe diem: nütze die Stund` ,**

danke, Gott, du bist ja gesund.  
Du verdienst dir dein täglich Brot,  
lebst ganz befreit von täglicher Not.  
Niemals bist du völlig allein,  
Gott schenkt dir seiner Sonne Schein.



## **Carpe diem: nütze die Zeit,**

denke schon heut` an die Ewigkeit:  
tue viel Gutes hier auf der Erden,  
droben mög` es zum Segen werden,  
dass du dereinst dann vor Gottes Thron  
darfst empfangen den himmlischen Lohn.



A. Quellmino



Wir sind Engel mit nur einem Flügel.  
Um fliegen zu können,  
müssen wir einander umarmen.

Wir wünschen Ihnen den richtigen Partner zum Fliegen  
Das Seelsorgeteam

## Bist du der Engel deines Nachbarn?

Versuche es !

Dein Seelsorgeteam

Wie Engel aussehen?

Wir wissen es nicht!

Aber wir wissen,  
was die Engel für Aufgaben haben.

Und diese Aufgaben  
sind auch die unseren!

Wenn jemand mutlos ist, ihn stärken,  
wenn einer traurig ist, ihn trösten,  
wenn jemand einsam ist, ihn besuchen,  
wenn einer bedroht ist, ihn beschützen,  
wenn wir fröhlich sind, zusammen feiern.

Auch wenn uns keine Flügel wachsen,  
wir können einander trotzdem Engel sein!

(Franz Menke)



**Freude bereiten!**  
**Dein Seelsorgeteam**



Das beste Mittel jeden Tag gut zu beginnen ist,  
beim Erwachen daran zu denken,  
ob man nicht wenigstens einem Menschen  
an diesem Tage eine Freude machen kann.



**social distancing -  
die Freude am Leben nicht verlieren**

Sich treffen geht  
auch so...



Küssen geht  
auch so...

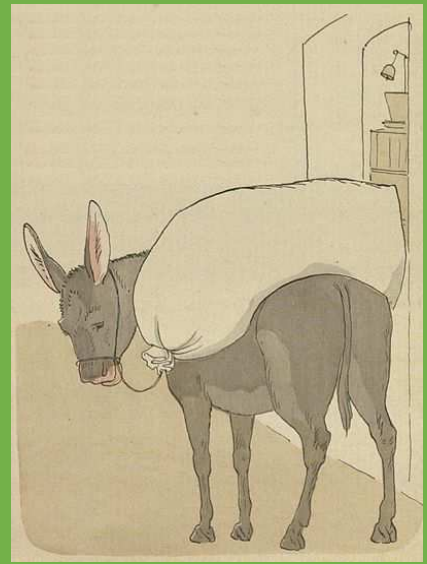




# Hilfsbereitschaft

*Wir wünschen Ihnen, dass Sie auf viele hilfsbereite Menschen treffen.*

*Ihr Seelsorgeteam*



Ein Bauer brachte mit seinem Esel einen schweren Sack mit Korn zum Müller. Unterwegs rutschte der Sack vom Rücken des Esels und lag nun auf dem Weg. So sehr der Bauer sich auch bemühte, den Sack anzuheben, es gelang ihm nicht. Der Sack war für einen Mann alleine viel zu schwer. So blieb ihm nichts anderes übrig als zu warten, dass jemand vorbeikäme, der ihm helfen könne.

Nach gar nicht langer Zeit hörte er einen Reiter näherkommen. Doch am liebsten hätte sich der Bauer in ein Mauselloch verkrochen, als er erkannte, dass der Reiter der Graf aus dem naheliegenden Schloss höchstpersönlich war. Viel lieber hätte er natürlich einen anderen Bauern oder Handwerksburschen um Hilfe gebeten. Es schien ihm ganz unmöglich, einen so hochgestellten Herrn um Hilfe zu fragen.

Der Graf kam herangeritten, erkannte das Problem, stieg vom Pferd und sagte: "Wie ich sehe, hast du ein bisschen Pech gehabt, mein Freund. Da bin ich ja gerade rechtzeitig gekommen, um dir behilflich zu sein." Sprach's und fasste den Sack an einem Ende. Der Bauer nahm das andere Ende und gemeinsam hoben sie den Getreidesack auf den Rücken des Esels. Immer noch fassungslos stammelte der Bauer: "Mein Herr, wie kann ich Ihnen das vergelten?"

"Nichts leichter als das", sagte der Edelmann.

**"Wann immer du einen Menschen in Schwierigkeiten siehst, dann tue das Gleiche für ihn".**