

pfarre forum

3/2023

Pfarrblatt Bistum St. Gallen
www.pfarreiform.ch



Niederschwellige Hilfe

**Ein innovativer Begegnungs-
ort der kath. und der ref. Kirche
macht in Wattwil soziale Dienst-
leistungen besser zugänglich.**

Seiten 3–5

Muslimische Seelsorge
kennenlernen

Seite 9

Mit Fasten kreativer werden

Seiten 10–11

Editorial

An der Eröffnungsrede des WEF in Davos brachte Bundespräsident Alain Berset zum Ausdruck, dass die Demokratie auf der ganzen Welt aufgrund der wachsenden Ungleichheit in Gefahr sei (...), dies bringe enorme Kollateralschäden mit sich. Am selben Event erklärt Oxfam (Internationaler Verbund verschiedener Hilfs- und Entwicklungsorganisationen), dass weltweit 828 Millionen Menschen hungern. Erstmals seit 25 Jahren hätten extremer Reichtum und extreme Armut gleichzeitig zugenommen. Auch hierzulande haben die Folgen der Pandemie sowie die Energiekrise ihre Spuren hinterlassen und Menschen in die Armut getrieben. Dass es jeden von uns treffen kann, zeigt ein anonymes Porträt in dieser Ausgabe. Es gibt aber auch Hoffnung für Betroffene: Kirchgemeinden reagieren darauf und bauen zum Beispiel die Kirchlichen Sozialdienste aus. Sie schaffen Angebote zur Budgetentlastung von Armutsbetroffenen und helfen mit, die Öffentlichkeit auf Themen wie «Working Poor» oder «Armut» zu sensibilisieren. Es sind kleine Schritte, die helfen sollen, die finanzielle Not zu lindern. Dazu fällt mir das Afrikanische Sprichwort ein: «Viele kleine Leute, die an vielen kleinen Orten viele kleine Dinge tun, können das Gesicht der Welt verändern».



Katja Hongler

Redaktorin
hongler@pfarreiforum.ch

Inhalt

THEMA

Ein Café wird zum Haus für alle

Seiten 3–5

«Du bist ja schliesslich ein Mann»

Seite 6

Zwischen Energiekrise und Working Poor

Seiten 7–8

In der Papier- tonne das Leben entdecken

Seite 8

Muslimische Seelsorge

Seite 9

«Auf etwas bewusst zu verzichten, beeindruckt mich»

Seiten 10–11

Leserfrage

Seite 11

Kinderseite

Seite 12

Nachrichten

Seite 13

Medientipps & Agenda

Seiten 14–15

Meine Sicht

Seite 15

Zu Besuch in ...

Seite 16

Ein Café wird zum Haus für alle

Sechzig Freiwillige engagieren sich beim b'treff Wattwil und machen damit die verschiedenen Angebote erst möglich.



Text: Stephan Sigg
Bilder: Ana Kontoulis

In einem ehemaligen Wattwiler Café haben die katholische und die evangelisch-reformierte Kirche vor knapp einem Jahr einen innovativen Begegnungsort eröffnet. «Der b'treff füllt eine Nische», sagt Marlis Kaufmann, die Präsidentin der katholischen Kirchgemeinde Wattwil, «er bringt verschiedene soziale Angebote zusammen. So können wir und andere Beteiligte Menschen noch viel besser helfen.»

Im ersten Stock findet an diesem Montagmorgen gerade Deutschunterricht (siehe Titelbild) statt, im Erdgeschoss bespricht eine Handvoll Freiwillige ihren nächsten Einsatzplan und sichtet die Spiele, die für die Café-Gäste zur Verfügung stehen. «Als Kirchgemeinde helfen wir vor Ort Menschen ganz konkret», sagt Marlis Kaufmann,

Präsidentin der katholischen Kirchgemeinde Wattwil. Seit knapp einem Jahr ist der b'treff in Betrieb. Initiiert wurde er von der evangelisch-reformierten Kirchgemeinde und der katholischen Kirchgemeinde. «Es war ein grosses Glück, dass dieses Haus gefunden werden konnte», so Marlis Kaufmann. Das ehemalige Café, zentral gelegen in der

Nähe von Bahnhof Wattwil und Manor, sei schon einige Zeit leer gestanden. «Das Gebäude hat verschiedene Räumlichkeiten, verteilt auf drei Etagen. So ist es möglich, mehrere Angebote gleichzeitig durchzuführen.» Das Herz des Hauses ist der Café-Bereich im Erdgeschoss. Es wurden nur wenige bauliche Anpassungen vorgenommen, der Café-



↑ Seit Februar gibt es im b'treff eine Kleiderabgabe. Co-Leiter Remo Schweizer sichtet die gespendeten Kleidungsstücke.

Charme blieb erhalten. Im Sommer stehen sogar Sitzplätze draussen auf der Terrasse zur Verfügung. Selbst die ehemalige Verkaufstheke wurde umfunktioniert: hier stehen zahlreiche «Second-Hand»-Gegenstände zum Mitnehmen bereit – kostenlos oder gegen eine kleine Spende.

Betroffenen besser helfen

Mittagstisch, Lebensmittelabgabe, Sozial- und Schuldenberatung, Deutschkurs oder einfach nur bei einer Tasse Kaffee über Freuden und Nöte sprechen oder zusammen mit anderen lismen – im b'treff Wattwil haben viele verschiedene Angebote ein neues Zuhause gefunden. Sven Keller, Sozialarbeiter der katholischen Seelsorgeeinheit Neutoggenburg, und Remo Schweizer, Diakon der evangelisch-reformierten Kirchgemeinde Mittleres Toggenburg, teilen sich die Leitung des b'treffs. «Uns ging es primär nicht darum, mit dem b'treff sofort eine Palette an neuen Angeboten zu lancieren. Vielmehr ist es die Idee, dass der neue Begegnungsort eine Vernetzung zwischen den bestehenden Angeboten ermöglicht», sagt Sven Keller. «Viele der Angebote waren bisher an unterschiedlichen Standorten beheimatet, jetzt ist alles am gleichen Ort. Die Chance dabei ist, dass Betroffene schneller einen Überblick bekommen. Sie sehen, was es alles gibt. Alles ist viel niederschwelliger zugänglich. Aber auch die Freiwilligen, die sich bei uns engagieren, wissen besser Bescheid und können Betroffenen zeigen, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt.»

Miteinander lismen

Die Verantwortlichen sind mit der bisherigen Resonanz zufrieden. «Dank dem b'treff konnte ich neue Kontakte knüpfen», zitiert Sven Keller die

Rückmeldung eines b'treff-Besuchers. Die Dienstleistungen werden genutzt von Armutsbetroffenen, Menschen mit Migrationshintergrund, aber auch von Pensionierten. «Unter den Gästen sind

«Die Chance dabei ist, dass Betroffene schneller einen Überblick bekommen. Sie sehen, was es alles gibt. Alles ist viel niederschwelliger zugänglich.»

auch viele Alleinstehende», weiss Marlis Kaufmann, «oft tun sie sich zu kleinen Grüppchen zusammen und kommen gemeinsam zu uns.» Auch eine Lisme-Gruppe, die sich früher im Pfarreizentrum traf, habe im b'treff ein neues Zuhause ge-

→ **Marlis Kaufmann, Präsidentin der Katholischen Kirchgemeinde Wattwil, sieht im b'treff Chancen für eine intensive ökumenische Zusammenarbeit.**



funden. Als ein Highlight erwähnt Sven Keller die Weihnachtsfeier, bei der sich 35 Personen zum Raclette trafen. 50 bis 60 Personen nutzen die Lebensmittelabgabe, zum Mittagstisch kommen etwa fünfzehn. «Aber es braucht sicher noch etwas Zeit, dass sich unser Angebot herum-spricht.» Hinter den Angeboten im b'treff stehen verschiedene kirchliche und nichtkirchliche Organisationen wie Caritas, Heks oder die Lebensmittelabgabe «Tischlein deck dich». «Jede Organisation hat eine eigene Struktur und andere Bedürfnisse», sagt Sven Keller. Er bezeichnet es als alles andere als selbstverständlich, dass das Miteinander der beteiligten Organisationen im Haus so gut angelaufen ist.

Ökumene intensivieren

«Uns war es wichtig einen Ort zu schaffen, der für alle offen ist, unabhängig von ihrem religiösen oder kulturellen Hintergrund», erklärt Brigitte Horn. Sie ist in der katholischen Kirchenverwaltung für die Ressorts Ökumene, Religion und Katechese zuständig. «Der Begegnungsort sollte nicht abseits, sondern inmitten des Geschehens zu finden sein.» Corona-Pandemie, der Ukraine-Krieg und die allgemeine Teuerung haben die Zahl der Armutsbetroffenen in der Schweiz erhöht. «Als wir das Konzept für den b'treff entwickelt haben, war das alles noch weit weg», so Brigitte Horn, «aber auch unabhängig von der neuen Entwicklung war die Not in der Gesellschaft schon gross genug.» Zu Beginn erarbeiteten fünf Studierende der Fachhochschule Ost als Praxisprojekt eine Machbarkeitsstudie. «Diese Arbeit brachte klar zum Ausdruck, dass ein Angebot wie der b'treff in Wattwil und Umgebung fehlt», so Sven Keller. Die katholische

Kirchgemeinde entschied sich schnell für eine Mitwirkung. «Wir sahen in diesem Projekt von Anfang an auch eine Chance, die ökumenische Zusammenarbeit auszubauen und die Mittel effizienter einzusetzen.»

Von Freiwilligen getragen

«Ohne freiwilliges Engagement wäre unser b'treff nicht denkbar», sagt Sven Keller. Die beiden Co-Stellenleiter sind jeweils zehn Prozent angestellt. Es sei erfreulich, wie viele sich von Anfang an für eine freiwillige Mitarbeit zur Verfügung gestellt haben. «Die Mitwirkung der Freiwilligen ist sehr positiv angelaufen. Mein reformierter Kollege Remo verfügt über ein grosses Netzwerk», so Keller. Rund sechzig Freiwillige sind im b'treff aktiv. Viele von ihnen hätten einen kirchlichen Bezug. Neben Pensionierten seien auch erstaunlich viele dabei, die im Berufsleben stehen.

Gemeinde Lichtensteig als Partnerin

Der b'treff Wattwil wird von den Katholischen Kirchgemeinden Wattwil und Lichtensteig, der Evangelisch-reformierten Kirchgemeinde Mittleres Toggenburg sowie der Caritas St. Gallen-Appenzell getragen. Ein grosser Teil der Betriebskosten sowie die Personalkosten werden durch Kirchensteuern finanziert. Als Gönner und Sponsoren sind die Gemeinde Lichtensteig, die Stiftung Fondia, die Integrationsförderung des Kantons St. Gallen sowie der EVDA (Evang.-ref. Verein für diakonische Aufgaben) mit im Boot.

Vorerst bis 2025

Ist der b'treff auch eine Chance, um Menschen zu erreichen, die sonst Berührungsgängste mit Kir-

che haben? «Das katholische Pfarreizentrum war auch bisher ein Ort, der für alle offen stand und in dem die unterschiedlichsten Angebote und Zielgruppen willkommen sind», sagt Brigitte

«Wir sahen in diesem Projekt von Anfang an auch eine Chance, die ökumenische Zusammenarbeit auszubauen und die Mittel effizienter einzusetzen.»

Horn. Aber mit dem b'treff sei die Diakonie der Kirchen noch etwas deutlicher sichtbar. Das Projekt ist vorerst bis 2025 gesichert – bis dann läuft der Mietvertrag. Dann werde – so der Plan – das Haus für einen Neubau abgerissen. «Dann wer-

den wir das Projekt evaluieren und überlegen, ob und wie es weitergeführt werden kann», so Marlis Kaufmann. «Entscheidend wird sein, ob wir mit unserem Angebot den Menschen helfen können. Auch stehen wir dann vor der Herausforderung, geeignete Räumlichkeiten zu finden, die zudem auch noch finanzierbar sind.»

Bis es soweit ist, hat Sven Keller noch eine Menge vor. Seit Februar gibt es neu eine Kleiderabgabe. Aus der Sicht des Sozialarbeiters gibt es durchaus Potenzial für mehr: «In unseren Räumlichkeiten sollen eventuell auch Kunstausstellungen angeboten werden mit Werken, die in Mal- oder Gestaltungstherapien entstanden sind. Zudem kann ich mir ganz alltagspraktische Workshops zu Haushaltsthemen vorstellen wie zum Beispiel: wie kann ich Heizkosten sparen?» Denkbar sei auch ein Repair-Café. So könne die Grundidee ganz konsequent umgesetzt werden: der b'treff als Begegnungsort für alle.



↑ Weitergeben anstatt wegwerfen: An der Mitnehm-Theke können kostenlos oder gegen eine kleine Spende Geschirr, Spielwaren und Dekomaterialien mitgenommen werden.



← Auch die Leitung ist ökumenisch: Sven Keller, kath. Sozialarbeiter und Remo Schweizer, ref. Diakon, leiten den b'treff.

Text: Stephan Sigg

Bild: Ana Kontoulis

MEHRERE B'TREFFS

Neben dem b'treff in Wattwil gibt es auch b'treffs in Ebnet-Kappel, Bütschwil und Flawil. Sie haben unterschiedliche Konzepte und Finanzierungsmodelle, doch bei allen sind die Kirchgemeinden mitbeteiligt. Zudem werden alle b'treffs massgeblich durch das Engagement Freiwilliger ermöglicht.

«Du bist ja schliesslich ein Mann»

I. B.* (64) aus dem Bistum St. Gallen steht mit beiden Beinen fest im Leben, bis er durch die Scheidung in arge Schwierigkeiten gerät. Sein Lohn wird gepfändet und er lebt jahrelang am Existenzminimum. Wie findet er aus der Krise heraus?

In seinen guten Jahren hat I. B. Freude im Beruf. Er engagiert sich in der Bergrettung und bei der Feuerwehr. In der Freizeit ist er viel in den Bergen unterwegs, am liebsten in Kletterausrüstung an einer Felswand. Nach privaten und finanziellen Problemen folgt eine persönliche Gratwanderung, die viel von ihm abverlangt. Der Mann aus den Bergen ist in einfachen Verhältnissen oberhalb der Nebelgrenze aufgewachsen. «Wir lebten sehr abgeschieden. Wir hatten keinen Strom und einen langen Schulweg. Aber wir hatten immer genug zu essen und wir erlebten dort oben eine gute Jugendzeit», erinnert er sich. Nach der Schule schliesst er eine Ausbildung auf dem Bau ab und arbeitet über längere Zeit im Hochbau. Später nimmt er eine Saisonstelle im Gastgewerbe an und baut im Sommer jeweils Natursteinmauern. Zu dieser Zeit ist er auch Mitglied der alpinen Bergrettung und im Kader der örtlichen Feuerwehr. Zudem chauffiert er als Militär verschiedene Bundesräte und ranghohe Politiker. «Das waren interessante Begegnungen, die ich nicht missen möchte», erzählt er weiter. Auch sein Privatleben scheint stabil zu sein: Er ist verheiratet und Familienvater.

Abwärtsspirale

Finanzielle und andere Probleme, auf die er nicht weiter eingehen möchte, führen schliesslich zur Scheidung von seiner Ehefrau. Eine Laienbehörde entscheidet, dass sein Lohn fortan gepfändet wird. «Nach der Scheidung 1997 ging es abwärts. Ich musste nur noch zahlen und hatte selbst nichts mehr», beschreibt er seine damalige Situation als geschiedener Mann und Vater. Er leidet, erfüllt kaum mehr Pflichten und weicht Problemen aus. Wenn er in seinem Umfeld nach Hilfe fragt, bekommt er etwa zur Antwort: «Du schaffst das schon, du bist ja schliesslich ein Mann!» Der Kontakt zur Familie bricht ab. Er verliert das Vertrauen in Ämter, weil er sich ihnen ausgeliefert fühlt. Die Abwärtsspirale zieht ihn weiter nach unten. Das Gefühl, versagt zu haben, wird immer grösser. Bis zum Moment, an dem er allen Mut zusammennimmt und beim Kirchlichen Sozialdienst anklopft. «Ich dachte, entweder gehst du jetzt zu dieser Tür rein oder du stürzt irgendwo in den Bergen ab.»



↑ I. B. fährt gerne ins Dorf, um dort die Zeitung zu lesen und sich über das Weltgeschehen zu informieren.

Der Wendepunkt

Beim Kirchlichen Sozialdienst bekommt I. B. die dringend nötige Hilfe. Hier sei er endlich ernst genommen worden und er habe sich verstanden gefühlt. «Es ist kein Amt, die Atmosphäre ist persönlicher, angenehmer.» Die Sozialarbeiterin unterstützt ihn auf dem Weg zurück in ein geregeltes Leben. «Sie hat mich zu den Ämtern begleitet und mir geholfen, wieder einen festen Wohnsitz zu finden und meine Ausweise zurück zu erlangen.» So einfach sei es aber nicht gewesen.

«Ich musste nur noch zahlen und hatte selbst nichts mehr.»

Entscheidend ist für ihn, dass er – nach langem Kampf – eine Berufsbeiständin erhält. Seither regelt sie die Finanzen und schreibt alle Behördenbriefe für ihn. «Das ist eine enorme Entlastung für mich», sagt er dankbar. «Ich habe zwar ein sicheres Auftreten und kann gut Leute führen, aber gewisse Sachen kann ich einfach nicht.» Die Beiständin steht ihm zur Seite und führt die Korrespondenz mit verschiedenen Ämtern. Sie kann bewirken, dass ihm nebst seinen bescheidenen Erwerbseinnahmen ein verlässliches Grundeinkommen zusteht. Eine IV-Rente erhält I. B. auf

grund einer Diagnose, die nach seinem Schlaganfall zufällig entdeckt wird. I. B. hat sich erstaunlich gut von diesem Vorfall erholt und kann mit Medikamenten gut damit leben.

Gute Gesundheit

Heute geht I. B. einem geregelten Alltag nach und steht auch finanziell wieder auf eigenen Beinen. Er lebt in einer Wohngemeinschaft in einem Bauernhaus und kümmert sich um leichte Arbeiten auf dem Hof und im Haus. Er fühlt sich nach wie vor stark zu den Bergen und zur Natur hingezogen. Ab und zu besucht er einen Freund auf seiner Alphütte und geniesst dort oben das Bergpanorama. Wenn er zurückschaut auf die schwierige Zeit, empfindet er

tiefe Dankbarkeit für die Hilfe, die er bekommen hat. Für die Zukunft wünscht er sich gute Gesundheit und dass er immer ein bisschen etwas zu arbeiten hat. «Und vielleicht gehe ich auch wieder einmal auf eine einfache Kletterroute», fügt er schmunzelnd an.

*Der Name ist der Redaktion bekannt. Auf Rücksicht gegenüber der Privatsphäre wird auf persönliche Angaben verzichtet.

Text: Katja Hongler

Bild: Ana Kontoulis

Zwischen Energiekrise und Working Poor

Personen, die trotz Arbeit zu wenig zum Leben verdienen oder für die sonst niemand zuständig ist: Sie alle finden beim Kirchlichen Sozialdienst (KSD) Werdenberg eine Anlaufstelle. Leiterin Snjezana Gajski erzählt im Interview, was Betroffenen in schwierigen Situationen hilft.

Die Energiekrise und die Folgen der Pandemie treffen armutsbetroffene Menschen finanziell besonders hart. Wie erleben Sie das beim Kirchlichen Sozialdienst (KSD) Werdenberg?

Snjezana Gajski: Seit Anfang Jahr bekommen wir viele Anfragen von Personen, die die höheren Strom- und Nebenkosten nicht begleichen können. Es handelt sich dabei um Working Poor, also um Personen, die im Tieflohnsegment arbeiten. Sie haben keinen Anspruch auf Sozialhilfe, verdienen aber so wenig, dass sie nichts zurückbehalten können. Steigen die Nebenkosten wie etwa für Strom, können sie das nicht bezahlen. Bereits während der Pandemie hatten die Gesu-

che für finanzielle Unterstützung zugenommen. Im vergangenen Jahr entspannte sich die Situation dann zunächst, weil es durch den pandemiebedingten Personalmangel in vielen Branchen mehr freie Jobs gab. In den kommenden Monaten rechne ich aber wieder mit viel mehr Gesuchen für finanzielle Unterstützung.

Kommen die meisten Personen wegen Geldsorgen?

Snjezana Gajski: Geldsorgen sind häufig der Grund, weshalb Personen zu uns kommen. Meist sind diese Sorgen aber mit einem Schicksalsschlag wie Krankheit, Jobverlust, dem Tod von Angehörigen verbunden – oder eben mit Working Poor. Die Betroffenen haben Angst, sich zu verschulden oder auf der Strasse zu landen. Manch-

mal spielen andere Sorgen wie Paarkonflikte, Familienspannungen, psychischen Leiden und Überforderungen mit Ämtern mit.

Wer ist beim KSD alles willkommen?

Snjezana Gajski: Bei uns sind grundsätzlich alle Menschen mit Wohnsitz im Werdenberg willkommen, unabhängig von ihrer Herkunft oder Religionszugehörigkeit. Häufig werden uns die Betroffenen von Seelsorgenden und Sozialfachstellen zugewiesen. Nebst den Working Poor kommen auch Personen zu mir, für die sonst niemand zuständig ist. Das können etwa Schweizerinnen und Schweizer sein, die auf keiner Gemeinde mehr angemeldet sind, oder Notreisende aus dem Ausland. Durch die Verankerung des

↓ Die Hälfte der Arbeit von Snjezana Gajski, Leiterin des Kirchlichen Sozialdienstes (KSD) Werdenberg, machen Beratungen aus. Die andere Hälfte investiert die 52-Jährige in Öffentlichkeitsarbeit, Projekte und Anlässe.



KSD in der Seelsorgeeinheit kommen inzwischen auch Pfarreiangehörige zu mir, die soziale, persönliche oder familiäre Fragen haben.

In den vergangenen Jahren hat der KSD verschiedene Angebote geschaffen wie eine Lebensmittelabgabestelle, eine Diakoniewoche und Computerkurse. Wie ist es dazugekommen?

Snjezana Gajski: Viele Ideen entstehen gemeinsam mit dem Pastoralteam oder mit anderen Fachstellen. Allen Angeboten ist gemeinsam, dass es entweder um die Budgetentlastung von Armutsbetroffenen, um Selbstbefähigung oder um Sensibilisierung des Themas Armut geht. Die Diakoniewoche gestalteten wir etwa rund um den Schwerpunkt Hoffnung. Es gab einen Schreibwettbewerb in der Zeitung, einen Musikabend, ein Mitmachtheater und Vorträge über Armut. Bei der Lebensmittelabgabe geht es klar darum, dass Armutsbetroffene günstig gesunde Lebens-

mittel beziehen können und zugleich etwas gegen Foodwaste getan wird. Und die Idee für die Computerkurse hatten wir, weil uns Klientinnen und Klienten darauf ansprachen. Sie brauchten etwa darin Unterstützung, wie sich Vorlagen für Bewerbungsschreiben anpassen lassen.

Es geht also auch immer darum, Klientinnen und Klienten miteinzubeziehen?

Snjezana Gajski: Ja. Mitunter am Wichtigsten ist mir, sich auf Augenhöhe zu begegnen und gemeinsam nach Handlungsoptionen zu suchen. In Bezug auf die Beratungen genügt manchmal ein Gespräch. Manchmal braucht es aber auch eine längere Begleitung. In beiden Fällen kann ich Türöffnerin sein: Durch meine Vernetzung mit anderen Fachstellen wie der Schuldenberatung oder der Paartherapie weiss ich, wer am besten weiterhelfen kann.

Text: Nina Rudnicki

Bild: Ana Kontoulis

DIAKONISCHEN AUFTRAG UMSETZEN

Den Kirchlichen Sozialdienst gibt es in der Seelsorgeeinheit Werdenberg seit 2016. Gegründet wurde dieser, um den diakonischen Auftrag der katholischen Kirche in der Region Werdenberg strukturell zu verankern und für die Verbesserung der Lebensbedingungen von Menschen einzutreten. Der Kirchliche Sozialdienst wird vom Zweckverband der Kirchgemeinden der Seelsorgeeinheit Werdenberg finanziert und ist der Caritas St. Gallen-Appenzell, dem Hilfswerk des Bistums St. Gallen, angegliedert. Kirchliche Sozialarbeitende mit ähnlichen Aufgaben gibt es im Bistum noch in Rorschach, der Stadt St. Gallen, Appenzell, Wil, Wittenbach, Wattwil, Flawil und Uzwil.

In der Papier- tonne das Leben entdecken

Ein junger Autor ist frühmorgens unterwegs durch Wien und durchstößt Altpapiertonnen nach Briefen, Tagebüchern und anderen Text-Fundstücken: Das Buch «Das glückliche Geheimnis» von Arno Geiger eignet sich auch als Lektüre für die Fastenzeit.

Als der junge Schriftsteller Arno Geiger beginnt, in Wiener Altpapiercontainern zu stöbern, ist er überrascht, was für Schätze dort auf ihn warten: Briefe, die sich Verliebte vor vielen Jahrzehnten geschrieben haben, Tagebücher mit ganz persönlichen Geständnissen, Kinderzeichnungen. Für den gebürtigen Vorarlberger Autor beginnt damit ein Doppelleben, das sich über zwanzig Jahre erstreckt und das seine Autorentätigkeit massgeblich beeinflusst. Die persönlichen, ungekünstelten «Lebenszeugnisse» prägen seine Ge-

danken und seinen Schreibstil. Ihn berührt die Offenheit, die er in vielen Texten entdeckt – eine Offenheit, die ihm selbst als Verfasser von privaten und professionellen Texten oft fehlt. Mit der Zeit versteht er sich immer mehr als «Retter» der weggeworfenen Sätze und Gedanken. Im Buch «Das glückliche Geheimnis» erzählt Arno Geiger zum ersten Mal von seinen Velo-Touren durch Wien und seinen Fundstücken. Gleichzeitig denkt er über den Konsum, das Wegwerfen und den Wert des Weggeworfenen nach – und wie sich das in den vergangenen Jahrzehnten verändert hat. Anstatt Bücher und handgeschriebene Briefe warten in den Altpapiercontainern immer häufiger Kartonschachteln von internationalen Versandfirmen. Die Altpapier- tonne als Spiegel der Gesellschaft. Auf seinen Touren konnte der Autor die «Freude erahnen, die jemand beim Entsorgen empfunden hatte. Ent-Sorgen, das heisst

auch, sich einer Sorge entledigen», so Arno Geiger in seinem Buch. Er habe den Himmel angefleht, ihm «stets die Kraft zum Wegwerfen zu geben» für alles, das bei ihm keinen Platz mehr habe.

Arno Geiger: «Das glückliche Geheimnis», Hanser, 237 Seiten, ca. CHF 34.–

**Text: Stephan Sigg
Bild: zVg.**



„Viele fühlen sich allein“

Diskriminierung, Krankheiten, Ängste und Traumata: Das sind einige Themen, die Menschen nach einer Flucht belasten. Wie die muslimische Seelsorge Betroffenen hilft und welche Rolle sie in Bundesasylzentren spielt, erfuhren Interessierte in Altstätten an einem Austausch-treffen der Evang.-ref. Kirche des Kantons St.Gallen und der Caritas St.Gallen-Appenzell.

Als Einstieg in das Thema Asyl-Flucht-Migration diente dem Migrationspfarrer der evangelischen Kirche und Seelsorger im Bundesasylzentrum Altstätten, Gregor Weber, die Josefsgeschichte. Diese ist sowohl in der Bibel als auch im Koran bekannt und wird als klassische Migrationsgeschichte betrachtet. Er wünschte sich, auch in der Gegenwart noch viele solcher Josefsgeschichten erleben zu dürfen. 30 freiwillig Engagierte und Amtspersonen aus dem Bereich Migration waren der Einladung ins reformierte Kirchgemeindehaus Altstätten gefolgt.

Islam kennt keine Seelsorge

Einen interessanten Einblick in die muslimische Seelsorge gaben Abduselam Halilovic, Geschäftsführer des Vereins QuaMS sowie Abdelhafid Boulahcen, Seelsorger im Bundesasylzentrum Altstätten. Gleich zu Beginn überraschte Abduselam Halilovic mit der Aussage, dass die islamische Tradition den Begriff Seelsorge eigentlich gar nicht kenne. Seelsorge durch Menschen, die dafür ausgebildet sind, sei im Islam ein eher neues Konzept. Es gebe etwas Ähnliches in der Praxis, denn Hilfsbedürftige, Kranke und Sterbende bekämen auch Beistand, traditionell aber nicht von einem professionellen Seelsorger. In muslimischen Ländern übernehmen diese Aufgabe meistens Familienangehörige oder nahe Verwandte. Nachdem es für Musliminnen und Muslime in der Schweiz kein geregeltes Angebot an seelsorgerischer Betreuung gab, wurde 2017 der Verein Qualitätssicherung der muslimischen Seelsorge in öffentlichen Institutionen (QuaMS) im Kanton Zürich gegründet. Zusammen mit der Vereinigung der Islamischen Organisationen in Zürich (VIOZ) und mit Unterstützung der reformierten und katholischen Kirche stellt heute der Verein die muslimische Seelsorge bereit, seit 2018 auch in den Bundesasylzentren. Allein im Jahr 2021 fanden im Rahmen der muslimischen Seelsorge im Asylwesen 1594 Begleitungen statt. Abduselam Halilovic lobte die gute interreligiöse Zusammenarbeit, denn das Ziel sei das gemeinsame Helfen. Es gebe aber auch Vorbehalte, die jedoch schnell abgebaut werden können, sobald man mit der Arbeit begonnen hat.



↑ Abduselam Halilovic, Geschäftsführer des Vereins QuaMS, Abdelhafid Boulahcen, Seelsorger im Bundesasylzentrum Altstätten, Gregor Weber, Seelsorger im Bundesasylzentrum Altstätten und Dolores Waser, Caritas St.Gallen-Appenzell.

Zuhören und helfen

Seelsorger Abdelhafid Boulahcen berichtete im Anschluss über seine Arbeit. Es seien viele Themen, die die Asylsuchenden beschäftigen: Integration, Diskriminierung, Krankheiten, Tod, Religion, Konflikte, Familienprobleme, Ängste, Traurigkeit, Fluchterfahrung, Traumata, Asylverfahren. «Viele fühlen sich allein, jeder hat eine eigene Geschichte», sagte er. Er höre zu

Gerade für unbegleitete minderjährige Asylsuchenden ist die Situation schwer. Sie vermissen ihre Eltern und müssen mit einer anderen Kultur und Sprache zurechtkommen.

und versuche zu helfen. Vor allem für die unbegleiteten minderjährigem Asylsuchenden (UMAs) sei die Situation schwer. Sie vermissen ihre Eltern, seien von den Erlebnissen ihrer Reise traumatisiert und müssen mit einer anderen Kultur und anderer Sprache zurechtkommen. Die Zeit im Bundesasylzentrum in Altstätten mit Schulunterricht und anderen Aktivitäten helfe den Alltag zu bewältigen. Abdelhafid Boulahcen ist sich bewusst, dass die Arbeit der mus-

limischen Seelsorger nur ein kleiner Tropfen auf den heissen Stein ist. Die Qualität dieser Arbeit könne durch stete Aus- und Weiterbildung an der Universität Freiburg sowie Super- und Intervention durch den Verein QuaMS gewährleistet werden.

Treffpunkt Asylcafés

Schliesslich stellte Pfarrer Gregor Weber die beiden Asyl-Cafés Café 51 und Café Ethnos vor. Café Ethnos wird von Altstätter Christinnen und Christen getragen, die mehrheitlich in der FEG und der Evangelischen Kirche beheimatet sind. Café 51 wird von den Kirchgemeinden der Region Rheintal in ökumenischer Zusammenarbeit getragen. Asylsuchende, die sich im Bundesasylzentrum aufhalten, können die Cafés an drei Nachmittagen besuchen, Kontakte knüpfen und bei Kaffee und Gebäck entspannen. Anschliessend an das Treffen bestand die Möglichkeit, das Café 51 an der Bahnhofstrasse 51 zu besuchen. Die drei Referenten konnten an diesem Nachmittag viele offenen Fragen der Teilnehmenden kompetent beantworten und dabei neue Impulse für ihre weitere Arbeit geben.

Text und Bild: Susi Miara

«Auf etwas bewusst zu verzichten, beeindruckt mich»

Fasten mache kreativ und helfe, sich aufs Wesentliche zu konzentrieren, sagt Karin Reinli. Seit einigen Jahren ist die Flawilerin in einer Fastengruppe dabei. Auch viele andere Pfarreien bieten Fastenwochen während der 40-tägigen Fastenzeit an, die am Aschermittwoch beginnt.

Karin Reinli kann sich gut an den Moment erinnern, als sie zum ersten Mal jemanden kennenlernte, der fastete. Sie war damals – 20-jährig – für einen Sprachaufenthalt in London. «In meiner Klasse gab es einen etwas älteren Mann, der uns erzählte, dass er jeden Monat einen Fastentag einlege. Dass jemand regelmässig bewusst auf etwas verzichtet, beeindruckte mich total», sagt Karin Reinli. Sie verzichtete ebenfalls versuchsweise einen Tag lang auf alles ausser auf Wasser und Tee. «Das zu schaffen, löste Stolz in mir aus und ich beschloss, eines Tages einmal eine ganze Fastenwoche einzulegen», sagt sie.

Kochen ohne abzuschmecken

Allerdings sollten viele Jahre vergehen, bis es soweit war. «Ich lernte meinen Mann kennen und

bekam drei Kinder. Ich hatte immer das Gefühl, mit Familie Fasten geht nicht», sagt die 55-Jährige. Schliesslich hörte die Flawilerin von einer

«Beim Fasten sowie beim Innehalten oder im Gebet setze man sich automatisch mit dem Sinn des Lebens auseinander.»

Bekannten, die trotz Familie fastete und beschloss vor rund fünf Jahren, ebenfalls einen einwöchigen Versuch zu wagen. «Da in unserer Familie praktisch alle jeden Tag zum Mittagessen nach Hause kommen, kochte ich für sie, während es für mich nur eine Bouillon gab, die aus etwas Salz und wenig Gemüse bestand», sagt sie. Was

Karin Reinli am meisten überraschte: Das Fasten löste bei ihr eine grosse Kreativität aus. «Ich merkte, wie mein Geist frei wurde und es Platz für andere und neue Dinge gab. Für meine Familie probierte ich beispielsweise neue Menüs aus, ohne diese zu probieren oder abzuschmecken», sagt sie.

Sich vor- und nachbereiten

Wer fastet, braucht aber auch Ruhe und Zeit, um sich aufs Wesentliche konzentrieren zu können. Hinzu kommen spezielle Körperübungen, die den Kreislauf ankurbeln, ohne dem Körper allzu viel Energie zu rauben. Wichtig sind laut Karin Reinli zudem eine Vor- und Nachbereitungszeit auf die Fastenwoche. «In den Tagen vor dem Fasten sollte man weniger essen und auf eiweisshaltige tierische Produkte ver-

↓ Mit Körperübungen startet Karin Reinli in den Tag. Sie sind aber gerade auch während des Fastens wichtig, um sanft den Kreislauf in Schwung zu bringen.



↓ Texte, Kerzen, Kraftsymbole: «Nebst Körper und Geist haben wir auch eine Seele, die genährt werden soll», sagt Karin Reinli.



Warum kommt Gott in so vielen Redensarten vor?



zichten, so dass der Körper sich langsam umstellen kann», sagt sie. Dasselbe gelte für die Zeit danach, in der man langsam zunehmend wieder mehr essen kann. «Allen, die zum ersten Mal länger fasten, empfehle ich, das unter fachlicher Begleitung etwa von einem Arzt oder in einer Gruppe zu machen. Denn beim Fasten isst man wirklich nichts, ausser vielleicht mal eine Dattel oder eine Bouillon», sagt Karin Reinli. Sie selbst fastet jeweils gemeinsam mit der ökumenischen Fastengruppe Flawil, die aus rund 25 Personen besteht. In diesem Jahr findet die Woche vom 19. bis 24. März statt, also etwa in der Mitte der 40-tägigen Fastenzeit, die in der katholischen Kirche als Vorbereitung auf Ostern dient. In vielen Pfarreien gibt es ähnliche Fastengruppen. Jene in Flawil trifft sich jeweils täglich abends. Die Teilnehmenden tauschen sich aus, sprechen über Aufs und Abs und meditieren gemeinsam. Karin Reinli leitet dabei die Körperübungen, die aus sanften, dehnenden Bewegungen bestehen.

Seele nähren

Mit den Körperübungen und Yoga startet Karin Reinli auch zuhause in den Tag – nicht nur in der Fastenwoche. Eine Stunde nimmt sie sich für sich Zeit, bevor ihr Alltag mit Familie, Teilzeitarbeit im Verkauf, als Klassenassistentin und Engagement im Pfarreigremium und als Delegierte im Seelsorgerat des Bistums beginnt. Dafür hat sie eine Ecke im Dachgeschoss ihres Hauses eingerichtet. An der Wand hängt eine Collage aus Blumen-, Tier- und Naturbildern, die zeigt, was Karin Reinli in diesem Jahr wichtig ist. Auf dem Boden liegt ein Teppich. Und in einer Ecke stapeln sich Bücher neben Räucherstäbchen, Kerzen, einem Schutzengel, einem Kreuz und einem Buddha. «Das Kreuz steht für den Austausch zwischen Himmel und Erde. Der Buddha ist das Sinnbild für die innere Gelassenheit und das Räucherstäbchen reinigt mich», sagt sie und fügt an: «Meine Motivation zum Fasten ist, dass wir nicht nur aus Körper und Geist geschaffen sind, sondern auch eine Seele haben, die genährt werden soll.» Beim Fasten sowie beim Innehalten oder im Gebet setze man sich automatisch mit dem Sinn des Lebens auseinander.

Text: Nina Rudnicki

Bild: Benjamin Manser

Immer, wenn ich als Kind bei einer Tante zu Besuch war und etwas angestellt hatte, rief sie: «Herrgott von Bentheim!» – Der «Herrgott von Bentheim» ist in der nordwestdeutschen Grafschaft Bentheim kein Unbekannter. Auf dem Schloss des Fürsten zu Bentheim-Steinfurt steht ein Kreuz, das diesen Namen trägt. Es gilt als eines der ältesten Glaubenszeugnisse Nordwestdeutschlands.

Und der «Herrgott von Bentheim» wurde im wahrsten Sinne des Wortes sprichwörtlich. Ging ich mit der gleichen Tante auf Besuch bei Bekannten oder Verwandten, dann hiess es manchmal: «Wir leben wie Gott in Frankreich!»

Von Stossgebeten zu Floskeln

Warum verwenden wir bei vielen Ausrufen, wenn wir uns ärgern, wundern oder unsere Betroffenheit ausdrücken wollen, den Namen Gottes? Eine genaue Antwort lässt sich darauf nicht geben. Von ihrer ursprünglichen Bedeutung her handelt es sich um Stossgebete, die sich im Laufe der Jahrhunderte zu Floskeln entwickelt haben. Deshalb waren diese Redewendungen schon immer in Gebrauch und wurden auch nicht als Verstoss gegen das zweite Gebot verstanden. Schon die Bibel kennt solche Formulierungen. Im Buch Ijob reagiert Ijob auf die schrecklichen Nachrichten mit dem Gebet: «Der Herr hat gegeben, der Herr hat genommen, gelobt sei der Name des Herrn. (Ijob 1,21)» Auch der Apostel Paulus kennt den Gebrauch der Formel «So Gott will» (Apg 18,21 und 1 Kor 4,19).

Gott in Frankreich

Doch wie kommt Gott nach Frankreich? Der Germanist Lutz Röhrig hält dazu in seinem «Lexikon der sprichwörtlichen Redensarten» eine interessante Auskunft bereit: Demnach soll Kaiser Maximilian I. (1459–1519) einmal in einem privaten Gespräch geäussert haben, dass, wenn er Gott sein könnte, zwei Söhne haben müsse. Der eine Sohn wäre sein Nachfolger als Gott, der andere müsse König von Frankreich werden. Eine andere Spur weist ins Mittelalter: Hier sollen die Mönche in Frankreich ein geradezu «paradiesisches» Leben geführt haben.

Peter Legnowski

Kaplan Seelsorgeeinheit Altstätten

Leserfragen an info@pfarreiforum.ch

KINDER

40 Tage keine Gummibärchen?!

Jana, 10 Jahre

«Ich und meine ganze Familie fasten. Letztes Jahr haben wir zur Fastenzeit ein Heft mit vielen Fasten-Ideen erhalten. Da habe ich mir ein paar Sachen rausgesucht. Manchmal jede Woche ein anderes Thema, manchmal etwas für jeden Tag.»



Schülerinnen und Schüler einer 5. Primarklasse in Gossau (SG) haben sich im Religionsunterricht mit dem Fasten auseinandergesetzt. Warum fasten sie und warum nicht?

Louis, 10 Jahre

«Ich faste aus Dankbarkeit, dass ich jeden Tag etwas zu essen habe. Ich verzichte während der Fastenzeit auf Süßigkeiten und Medien. Ich hoffe, ich schaffe es über die ganze Zeit.»



Jil, 10 Jahre

«Ich faste nicht, weil ich es immer vergesse oder nicht weiss, auf was ich verzichten soll.»



Leandro, 11 Jahre

«Ich faste, um Danke zu sagen, dass wir zu essen und zu trinken haben. Ich verzichte auf Süßigkeiten, Fleisch und Medien. Ich versuche es die ganze Fastenzeit durchzuziehen.»



Ayansh, 10 Jahre

«Ich möchte das <Fasten> mal ausprobieren. Aus religiösen Gründen zu fasten finde ich besser, als einfach eine Diät zu machen. Wenn man für den Glauben fastet, meint man es ernster als bei einer Diät. Dieses Jahr versuche ich auf Süßigkeiten und auf <Junk food> zu verzichten.»



Als Familie muss man nicht gleich alles auf den Kopf stellen. Mit kleinen Zeichen könnt ihr etwas zur Fastenzeit beitragen. Hier ein paar weitere Ideen:

- An einem Suppentag der Pfarrei teilnehmen
- Einen Abend pro Woche als Familie einen Spaziergang machen
- Einen Vorsatz fassen: z. B. 40 Tage nicht jammern oder 40 Tage lang mindestens einen Mensch pro Tag anlächeln
- Etwas bewusst nicht kaufen und den Betrag dafür spenden
- Jemandem, der einsam ist, Zeit schenken
- Eine Verkaufsaktion durchführen (z. B. Kuchen backen und verkaufen) und den Erlös spenden
- Einen kleinen Betrag vom eigenen Sackgeld ins «Fastensäckli» legen

Drei neue Exekutivmitglieder gesucht

Region. Raphael Kühne aus Flawil, Fridolin Eberle aus Bad Ragaz und Pascale Baer-Baldauf aus Rorschach: Gleich drei Mitglieder des siebenköpfigen Administrationsrats des Katholischen Konfessionsteils des Kantons St. Gallen verzichten im kommenden November auf eine Wiederwahl für die nächste Legislaturperiode. Kühne wird Ende des Jahres auf 9,5 Jahre im Administrationsrat zurückblicken. Seit 2020 amtiert er als Präsident, zuvor oblag ihm als gewöhnliches Mitglied das Ressort «Aufsicht und Kirchgemeinden». Seit bald 14 Jahren sitzt Fridolin Eberle im Administrationsrat, zunächst war er für das Ressort «Aufsicht und Kirchgemeinden» und ab 2014 für das Ressort «Soziales» verantwortlich. Nach zwei Jahren zieht auch Pascale Baer-Baldauf, Ressort Kultur und Medien, einen Schlussstrich. Die 46-Jährige ist seit anfangs 2022 im Amt. (red./nar)



Neue Plattform für katholische Schulen

Region. Das Gymnasium Friedberg Gossau, die Maitlisek Gossau, das Kathi Wil und die Schulgemeinschaft Waid in Mörschwil stärken ihre Zusammenarbeit. Sie treten neu unter der Marke «wertebilden.ch» auf. Dabei wird auf die sechs Werte «Achtsam sein», «Spiritualität wecken», «Offen sein», «Vertrauen schenken», «Wertschätzung leben» und «Selbstbewusstsein fördern» gebaut. Gemäss Medienmitteilung sind alle vier Schulen Teil des lebendigen Klosteres, um das sich der Katholische Konfessionsteil des Kantons St. Gallen kümmert. Gut 450 Schülerinnen und Schüler besuchen aktuell eine der vier traditionellen christlichen Schulen katholischer Prägung im Kanton St. Gallen. Der Katholische Konfessionsteil unterstützt diese jährlich mit gut einer Millionen Franken und in den kommenden zwei Jahren das Projekt «wertebilden» personell und finanziell. Jährlich soll die Öffentlichkeit zu einem gemeinsamen Anlass eingeladen werden. Den Start markiert in diesem Jahr eine öffentliche Veranstaltung am 8. Juni 2023 am Kathi Wil. (red./nar)

→ www.wertebilden.ch

BISTUM ST. GALLEN



Ein Jugendchor, der überrascht

Gossau. Dass Singen in einem Jugendchor durchaus Unerwartetes mit sich bringt, zeigt das Beispiel des Gossauer Chors Blue Jeans. Erst vor kurzem gegründet, zählt er bereits 18 Jugendliche und hatte einen schweizweiten Auftritt. Zu diesem kam es, als das SRF den Weihnachtsgottesdienst aus der Andreaskirche ausstrahlte. Die Sängerinnen waren in Grossaufnahme zu sehen, was ihnen kürzlich wiederum einen Bericht über den Chor in der lokalen Zeitung einbrachte. Geleitet wird der Chor von der Arneggerin Livia Giger, die bereits auch für den ökumenischen Kinderchor Young Voices für Buben und Mädchen bis zur sechsten Klasse zuständig ist. Von letzteren kam denn auch der Anstoss, einen Chor für Jugendliche ab der Oberstufe zu gründen. Man sei zusammengewachsen, habe Spass und wolle nicht auf das gemeinsame Singen verzichten, erzählten sie im St. Galler Tagblatt. Getragen wird Blue Jeans von der katholischen Kirchgemeinde Gossau und der evangelischen Kirchgemeinde Gossau-Andwil. (nar)

Spenden für Opfer des Erdbebens



St. Gallen. Angesichts des verheerenden Erdbebens in der Türkei und in Syrien stellt der Katholische Konfessionsteil des Kantons St. Gallen 10000 Franken Soforthilfe zur Verfügung. Tausende Menschen sind derzeit auf Hilfe angewiesen. Das Geld des Konfessionsteils kommt via Caritas Schweiz den Notleidenden in Syrien zugute. Diese hat bereits Mittel von 200000 Franken gesprochen. Während die internationale Hilfe stark auf die Türkei fokussiert ist, so ist die Soforthilfe der Caritas Schweiz auf Syrien ausgerichtet. Der Grund: Caritas Schweiz ist in Aleppo, Hama, Homs und Idlib bereits mit Projekten präsent. Diese Gebiete sind direkt von den Erdbeben betroffen. In erster Linie gehe es darum, lebensnotwendige Güter wie Medikamente und sauberes Wasser sowie Decken, Zeltplanen und Hygieneartikel zu verteilen. (red./nar)

Tipp



Sternenglanz-Blog und Podcast

Impulse aus der Bibel für den Alltag: Das verspricht der neue Podcast und Blog «Sternenglanz». Die Kirchen in der Ostschweiz sprechen damit spirituell Interessierte zwischen 40 und 60 Jahren an. Die Gesichter von Sternenglanz: Kathrin Bolt (ref. Pfarrerin) und Carsten Wolfers (kath. Diakon in Sevelen). «Als Diakon in der katholischen Kirche sind mir Alternativen zur klassischen Erwachsenenbildung wichtig», so der 50-Jährige. In seiner ersten Ausgabe fragt er, woher die Faszination für Sterne kommt und was Menschen von Familie Feuerstein und dem biblischen Paar Sarah und Abraham über Sterne lernen können.

Ab 2. März jeden zweiten Donnerstag: www.sternenglanz.ch

Fernsehen



#Female Pleasure

Ein Plädoyer für das Recht auf Selbstbestimmung und gegen die Dämonisierung der weiblichen Lust durch Religion und gesellschaftliche Restriktionen. Fünf mutige und selbstbestimmte Frauen stehen im Zentrum des Dokumentarfilms der Schweizerin Barbara Miller. Sie brechen das Tabu des Schweigens und der Scham, das ihnen die Gesellschaft oder ihre religiösen Gemeinschaften mit ihren patriarchalen Machtstrukturen auferlegt.

→ Sonntag, 5. März, SRF 1, 23.40 Uhr



Sushila und ihre drei Mütter

Sushila Sara Mai wohnt mit Mann und ihren zwei Söhnen in Bayerisch-Schwaben und arbeitet als Schauspielerin. Eigentlich stammt sie aus Kalkutta. Als Kleinkind wird sie von den Schwestern des Mutter Teresa-Ordens von der Strasse geholt und in eine bayerische Adoptionsfamilie vermittelt.

→ Montag, 6. März, BR, 22.00 Uhr



Die katholische Krise und die Frauen

Die katholische Kirche in Deutschland steckt in einer tiefen Krise. Über drei Jahre diskutierten Katholik:innen im «Synodalen Weg» über Reformen. Diese Dokumentation begleitet Frauen, die für Gleichberechtigung in der Kirche eintreten und sich mehr als nur kosmetische Korrekturen wünschen. Wird ihr Kampf für Reformen Früchte tragen oder werden sie am Ende enttäuscht?

→ Dienstag, 7. März, ARD, 23.35 Uhr

Radio

Was trägt trotz Krise?

Wenn es in den vergangenen Jahren ein Wort gibt, das unsere Gedanken, Gespräche und Gefühle kapert, dann ist es wohl das Wort Krise in seinen unterschiedlichen Färbungen durch Krieg, Virus oder Klima. Doch Krisen gehören immer zum Menschsein, nur treffen sie uns üblicherweise einzeln, überraschend und lassen uns häufig im Gefühl der Hilflosigkeit zurück. Die Sendung macht sich auf die Suche nach so etwas wie den Quellen der Resilienz. Denn es muss im Leben mehr als Krise geben.

→ Sonntag, 5. März, Bayern 2, 8.30 Uhr

Ikonen auf Munitionskisten

Das Ikonenschreiben ist eine jahrhundertealte Tradition, besonders in den Ostkirchen. Es sind Darstellungen von Heiligen, die ein Fenster öffnen wollen zur Transzendenz. Das ukrainische Künstlerpaar Sonia Atlantova und Olexander Klymenko schreiben Ikonen auf das Holz von Munitionskisten. Das ist Aktionskunst mit Auswirkungen.

→ SRF Perspektiven-Sendung nachhören:
www.srf.ch/audio/perspektiven

Bilder: zVG. (oben), Filmcoopi, BR/Constanze Hegetusch, Das Erste

Agenda

Grosselterntag

Sonntag, 12. März 2023, 13.00 bis 17.00 Uhr

Grosseltern und ihre Enkelkinder entdecken mit einem Büchlein zum Ausmalen wunderbare Geschichten und Abbildungen von Tieren im Stiftsbezirk.

→ **Treffpunkt: Stiftarchiv, St. Gallen**

Gospelworkshop

31. März bis 2. April 2023

Die Evangelische Kirchgemeinde Niederuzwil lädt zusammen mit dem Power-Duo Stefan Wieske und Verena Kempkes zum Gospelworkshop ein. Weitere Infos und Anmeldung bis zum 10.03.2023 unter: gospel@ref-uzwil.ch oder Telefon 071 955 77 28.

Die Teilnahme am Workshop kostet 40 Franken (inkl. Noten und Verpflegung).

→ **Evang.-ref. Kirchgemeindehaus Niederuzwil**

Regionaler Mit-Sing-Tag

Samstag, 11. März 2023, ab 9.00 Uhr

Chorluft schnuppern mit dem Kirchenchor Oberegg am regionalen Mit-Sing-Samstag: Der Chor übt unter der Leitung von Raphael Holenstein und Martin Küssner einfache Lieder und Chorsätze ein, mit denen er die abendliche Andacht um 17 Uhr gestaltet. Anmeldung bis 1. März: Tim Haas, Präsident, Dorfstrasse 13, 9413 Oberegg, Telefon 079 672 94 81, haas.tim@dorfstrasse13.ch

→ **Vereinssaal Oberegg**

Regionaler Pilgertagesdienst

Freitag, 24. März 2023, 19.30 Uhr

Zur Eröffnung der neuen Pilgersaison wird ein offen gestalteter Gottesdienst in der Kirche St. Otmar gefeiert. Rosmarie Wiesle und Josef Schönauer führen durch die Feier und das Duo Praxedis begleitet den Gottesdienst mit Harfe und Piano. Weitere Infos:

www.pilgerherberge-sg.ch/news

→ **Kirche St. Otmar, St. Gallen**

Biblio-Weekend: Ökologisch reisen

Samstag, 25. März 2023, 14.00 Uhr

Die Stadtbibliothek Gossau macht mit am schweizweiten Biblio-Weekend: Michael Mettler vom Reisebüro Helbling Reisen (Gossau) referiert zum Thema ökologisches Reisen. Anmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Infos: www.bibliogossau.ch/events

→ **Stadtbibliothek Gossau**

Was mein Leben reicher macht

Es gelingt mir selten, auch nur einen Bruchteil aller Artikel, die mich interessieren, in der Wochenzeitung «Die Zeit» zu lesen – die allerletzte Seite gehört jedoch jeden Donnerstagabend dazu: Die Kolumne «Was mein Leben reicher macht».

Jede Woche erzählen Menschen, was ihr Leben in der vergangenen Woche bereichert hat. Sie erzählen von verrückten Begegnungen, Alltäglichkeiten, Unverhofftem und Kuriositäten – von kleinen Glücksmomenten im Alltag. Diese Kolumne gibt es schon seit einigen Jahren, sie erfreut sich grosser Beliebtheit. Ganz offensichtlich geht es einigen Menschen so wie mir. Worin liegt die Faszination?

Neugier und Spannung

Es ist unbestritten ein bisschen Neugierde dabei. Es ist spannend zu lesen, in welchen Momenten Menschen unterschiedlichen Alters Glück empfinden. Es gibt Beiträge, die mich schmunzeln lassen, es gibt Geschichten, die Betroffenheit auslösen, es wird von Situationen erzählt, in denen ich mich wiederfinde. Sie spiegeln das Leben in all seinen Facetten. Spannend wäre zu wissen, ob dieses Empfinden im Moment geschieht oder, wie ich vermute, oftmals erst in der bewussten Rückschau auf Erlebtes deutlich wird.

Was tagtäglich bereichert

Den Fokus auf das Gelingende zu legen, auf das, was mein Leben tagtäglich bereichert, meistens ohne mir dessen bewusst zu sein – eine etwas andere Fastenzeitidee, aber ich finde, eine durchaus überlegenswerte. Was macht Ihr Leben jeden Tag reicher?



Vera Rösch

Seelsorgerin Katholische Kirche Region Rorschach



↑ Die Heuwiese mit ihrer vielfältigen Natur gehört zu den Lieblingssorten der Sevelerin Monica Bortolotti Hug.

Sich aus der Starre befreien

Monica Bortolotti Hug moderiert die Klimagesprache in Buchs. Gemeinsam über einen nachhaltigen Lebensstil zu diskutieren helfe, aus der Resignation herauszutreten, sagt sie.

«Manchmal muss man nur einen Hebel in die Hand gedrückt bekommen, um aus einer Resignation herauszukommen», sagt Monica Bortolotti. Mit Hebel meint die Sevelerin in diesem Fall die Klimagesprache, an denen sie zunächst selbst teilgenommen hat und die sie nun gemeinsam mit einem Kollegen moderiert. Es handelt sich dabei um eine nationale Aktion der Hilfswerke HEKS und Fastenaktion. Zum zweiten Mal werden sich in diesem April und Mai in Buchs Interessierte an vier Abenden treffen, um über Themen wie nachhaltige Ernährung, Mobilität, Wohnen und Konsum zu diskutieren. «An den Gesprächen nehmen meist Personen teil, die sich bereits viele Gedanken über den Klimawandel gemacht haben, aber zum Teil resigniert haben. Sie fragen sich, ob sie durch ihr persönliches Handeln wirklich etwas verändern können», sagt sie.

Bewusstsein schärfen

Bewusst hinschauen, den eigenen CO₂-Fussabdruck analysieren, die Heiztemperatur etwas nach unten anpassen: «Man muss sein Leben nicht völlig umkrempeln, um nachhaltiger zu leben», sagt Monica Bortolotti. «Sich der verschiedenen Möglichkeiten bewusst zu werden, versetzt alleine schon vie-

le Teilnehmende in Aufbruchstimmung.» Die 56-Jährige selbst hat sich, wie sie sagt, ihr Leben lang Gedanken über Ungerechtigkeit – etwa gegenüber dem globalen Süden – und über den Umgang mit der Umwelt gemacht. Aufgewachsen in Liechtenstein, arbeitete sie zunächst als Kulturmanagerin bei einer Bank. «Ich merkte aber, dass mich das nicht erfüllte und dass ich etwas tun wollte, bei dem ich Teil einer Lösung sein konnte», sagt sie. Daher habe sie sich zunächst zur Umweltberaterin umgeschult und arbeitet heute bei «Support – Soziale Beratungsstelle» in Schaan. Unter anderem gründete sie ein Catering-Unternehmen mit ausschliesslich veganen Speisen sowie einen Verein, der an Wochenmärkten vegane Menüs aus geretteten Lebensmitteln anbot. «Unser Ziel sollte sein, ein Bewusstsein für den Wert von Lebensmitteln zu schaffen und dabei kreativ zu sein», sagt sie.

Dankbarkeit spüren

Ausgleich findet Monica Bortolotti im Gebiet der Heuwiese. Regelmässig ist sie dort unterwegs. «Es ist ein Ort, an dem man die Vielfalt der Natur wunderbar erleben kann und sich neuere Ansätze wie regenerative Landwirtschaft und Nussbaum-Agroforst zu einer reichen Kulturlandschaft zusammenfügen», sagt sie. An solchen ruhigen Orten werde ihr auch bewusst, dass sie durch Zufall an diesem Ort auf dieser Welt ist, an dem sie alles habe und an dem es ihr gut gehe. «Ich spüre dann eine tiefe Dankbarkeit. Diese Dankbarkeit bringt aber auch eine Verantwortung gegenüber der Umwelt und anderen Menschen mit sich.»

Klimagesprache Buchs, vier Abende ab 5. April 2023, 19 Uhr Foyer des Kleintheaters fabriggli, Infos und Anmeldung: www.klimagespraechе.ch

**Text: Nina Rudnicki
Bild: zVg.**

Auflage 122930, erscheint 12 mal im Jahr.
3. Ausgabe 2023, 1. bis 31. März 2023
Adressänderungen: bitte wenden Sie sich
direkt an Ihr Pfarramt.

Gestaltungskonzept: Die Gestalter AG, St. Gallen
Layout: Cavelti AG, Gossau
Druck: SL Druck + Medien AG, Mels

Herausgeber: Verein Pfarrblatt im Bistum St. Gallen
Redaktion: Stephan Sigg (Leitung),
Katja Hongler, Nina Rudnicki
Webergasse 9, 9000 St. Gallen
T 071 230 05 31, info@pfarrforum.ch