

**"Du bist gesegnet,
dein Wirken
wird zum Segen
für andere!"**

nach Lk 1, 42



Klimaschutz im Alltag

Plastikfasten im Advent

Seite 4

Sternsingen 2021

... aber sicher!

Seite 5

Weihnachten

Gedanken zum
Heiligen Abend

Seite 6/7



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner des Pfarrverbandes St. Pölten-Süd!

Wie werden wir Weihnachten feiern in Zeiten von Corona?

Es kann eine Hilfe sein, jetzt schon zu überlegen: Wie verbringe ich heuer Weihnachten, wenn es nicht wie gewohnt als festlicher Gottesdienst in der Kirche, als großes Familientreffen zuhause oder im Gasthaus, mit Freunden ... stattfinden kann? Was kann ich stattdessen machen? Welche Perspektive gibt es, damit Weihnachten zwar unter Corona-Bedingungen, aber nicht in Einsamkeit, sondern als stärkendes, hoffnungsvolles Fest erlebt werden kann? Bin ich zum Beispiel jemand, der gerne für sich selbst etwas Gutes kocht, oder macht mich schon der Gedanke, allein essen zu müssen, traurig?



Gerade weil die Beschäftigung mit der Frage nach der Gestaltung des Weihnachtsfestes vielleicht traurig macht, soll sie nicht weggeschoben werden, sondern überlegt werden: Was hilft mir? Wie ist Nähe möglich? Was gibt mir ein Gefühl von Nähe?

Auch wenn nicht viele Menschen gemeinsam feiern können, ist emotionale Nähe möglich. Wenn wir Karten oder Briefe schreiben oder kleine Pakete mit Aufmerksamkeiten verschicken, entsteht emotionale Nähe. Man hat etwas, das jemand anderer liebevoll geschrieben, gebastelt, überlegt hat, in der Hand, kann etwas anfassen. Wir denken an jemanden und gleichzeitig spüren die Beschenkten: Da ist jemand, der an mich denkt. Vielleicht ist es auch möglich, während eines Videoanrufs gemeinsam Geschenke auszupacken. Auch das kann Nähe und Verbindung geben.

Vielleicht gibt es einen Menschen, den Sie - mit der gebotenen hygienischen Vorsicht und unter den geltenden Bedingungen – einladen können, um mit ihm Weihnachten zu feiern. Oder Sie feiern bewusst allein – in Verbundenheit mit anderen, die jetzt nicht bei Ihnen sein können. Feiern Sie dort, wo es Ihnen passend erscheint: unterwegs auf einem Spaziergang, in Ihrem Garten oder auf Ihrem Balkon, in Ihrem Wohnzimmer an der Krippe.

In diesen schwierigen Zeiten möchten wir gerne auch Angebote des persönlichen Gesprächs machen: Als Seelsorger/innen hören wir Ihnen zu. Rufen Sie uns an. Oder wenden Sie sich an die Telefonseelsorge, die unter der Telefonnummer 142 – ohne Vorwahl - in ganz Österreich 24 Stunden am Tag, auch an Sonn- und Feiertagen, erreichbar ist, zuhört, hilft.

Wir können noch nicht sagen, wie wir in den Pfarren und im Pfarrverband heuer Weihnachten feiern können, ob vielleicht Andachten draußen möglich sind. Im wöchentlichen Sonntagsblatt finden Sie die aktuelle Gottesdienstordnung und Informationen zu den Corona-Maßnahmen in den Pfarren.

Mit Feiervorschlägen in diesem Pfarrblatt möchten wir Sie ermutigen, zuhause, in Gemeinschaft oder allein religiöse Feiern und Gebete im Advent und zu Weihnachten zu gestalten.

Wir hoffen, dass für Sie auch die biblische Botschaft von Weihnachten Trost und Stärkung sein kann. Gott, der in Jesus Mensch geworden ist, teilt das Leben eines Menschen in Freude und Schmerz. Gott geht mit durch alle Dunkelheiten, die wir erleben müssen. Die biblische Weihnachtsbotschaft ist Trost und Zukunftshoffnung.

Herzliche Grüße

Franz Schabasser

Pfarrer
Franz Schabasser

Martin Kastner

Pastoralassistent
Martin Kastner

Elisabeth Haas

Pastoralassistentin
Elisabeth Haas

Adventkranz, Rorate, Herbergssuche, ...

... das sind Traditionen, die uns in der kalten, dunklen, Zeit Hoffnung schenken und uns helfen, Unsicherheiten und Ängste auszuhalten bzw. zu überwinden!

Im Jahr 1839 erfand Johann Hinrich Wichern, der Begründer der evangelischen Diakonie, den Adventkranz: Auf einem großen Holzreifen brachte er für jeden Tag der Adventzeit eine Kerze an - jeden Abend wurde eine Kerze mehr entzündet.

Dieses Zeichen setzte er für "seine" Jugendlichen - Straßenkinder in Hamburg, für die er das so genannte "Rauhe Haus" offen hielt, um ihnen ein Dach über dem Kopf und Hoffnung zu geben.



angelina.s...k... / pixello.de

20 Jahre später wurde der Adventkranz mit Tannenreisig geschmückt und auf den heute gebräuchlichen Umfang mit den vier Kerzen für die einzelnen Adventsontage verkleinert. Ab den 20er Jahren des vorigen Jahrhunderts wurde er auch in der katholischen Kirche und in Österreich heimisch.

Aus einem Vers des Psalms 45 entstanden Adventlieder, wie z.B. Tautet Himmel, den Gerechten. "Tautet Himmel", lateinisch "Rorate caeli desuper" war somit Namensgeber der Roratemessen, die im Advent am Morgen in der finsternen Kirche, nur mit Kerzen erleuchtet, gefeiert werden.

Ebenfalls viele Jahrhunderte gibt es das Herbergssuchen – ein Zusammenkommen, ein Beten, ein Spielen der Geschichte der Verkündigung und des Herbergssuchens von Josef und Maria in Bethlehem. Die Frage der Gastfreundschaft, des Öffnen unserer Türen und Herzen steht hier im Mittelpunkt.

Irritation, Dunkelheit, Kälte, Chaos, Angst ... all das erleben wir heuer in einer ganz neuen Art und Weise. Die Sehnsucht ist groß ... nach Wärme, nach Licht, nach Gerechtigkeit und Heil, das von oben regnet und von unten aus der Erde wächst.

Viele Menschen machen sich Gedanken, gründen Initiativen, die uns Momente der Solidarität, der Wärme, des Heilens schenken. DANKE allen für diesen Dienst!

- Sie können Teil der Hoffnungskette "mit Maria unterwegs" sein: Ein Fensterbild mit einer Schachtel von Ideen für eine Andacht ist unterwegs, von Haus zu Haus. Diese abgewandelte Form des Herbergssuchens möchte ein Lichtblick sein. Nähere Infos unter 0676/826635171!
- Schreiben Sie einem Menschen, den sie schon länger nicht mehr gesehen, getroffen haben, eine Karte, einen Brief.
- Erzählen Sie anderen, was Sie ermutigt, wo und wie Sie Kraft tanken.
- Denken wir an Menschen, die bedürftig sind – Hilfsorganisationen brauchen gerade jetzt finanzielle Unterstützung, um die steigende Zahl der Hilfesuchenden begleiten zu können (z.B. Sternsinger-Aktion, Emmaus, Caritas, ...).



Myriams_Fotos by pixabay

Elisabeth Haas



Heiliger Nikolaus,

komm in unser Haus!

Teller oder selbstgebastelte Schuhe die über Nacht mit Nüssen, Äpfeln, Mandarinen, Schoko-Nikoläusen und kleinen Geschenken befüllt werden, erfreuen Kinder am Morgen des 6. Dezembers. Alternativ gibt es erwachsene "Nikoläuse", welche Familien zuhause besuchen oder in Kirchen oder Einkaufszentren auftreten, um die Kinder zu beschenken. Bräuche, die vor vielen Jahrhunderten ihren Anfang nahmen und auch immer wieder verändert wurden:

Die älteste Überlieferung stammt aus dem 9. Jhd. n. Chr. – das Kinder-Bischofspiel: Ziel dieses Rollenspieles war, die sozialen Verhältnisse an einem Tag umzukehren. Mägde und Knechte waren einen Tag "Hausherren", Kinder konnten einen Tag "Bischof" sein. Gleichzeitig wurden an diesem Tag Lebkuchen gebacken und verteilt, sowie Geschenke an Arme ausgegeben.

Das ursprüngliche Fest, an dem Kinder und Arme beschenkt wurden, war der 28. Dezember, das Fest der unschuldigen Kinder. Im 13. Jhd. wurde die Figur des Hl. Nikolaus bedeutend, und so rückte der Tag des Schenkens auf den 6. Dezember. Zur Reformation wurden die Tage der Heiligenverehrung gestrichen und die Tradition des Schenkens wurde auf Weihnachten verlagert, das "Christkind" wurde als Erzähltradition geboren. Das Schenken wird oft beschrieben, dass es "heimlich und unerkannt" von staten geht.

Da durch die Reformation der eigentliche Sinn des Nikolaus-Festes, der des Schenkens, abhandengekommen ist, entwickelte sich in der Zeit der Gegenreformation und Aufklärung ein anderer inhaltlicher Schwerpunkt:

Der Hl. Nikolaus wurde zum "Richter" – die guten, fleißigen Kinder sollten belohnt, die schlimmen, faulen Kinder sollten bestraft werden. Die Figur des Krampus als Begleiter des Nikolaus bekam eine Rolle in diesem Spiel. Diese "pädagogische" Fokussierung erscheint aber aus heutiger Sicht bedenklich und widerspricht letztlich der Grundhaltung der Begegnung auf Augenhöhe und des Teilens.

Sich dafür einzusetzen, dass ein gutes Leben für alle Menschen möglich ist, gehört also schon immer zu unseren christlichen Grundsätzen. Ebenso, dass wir achtsam sind bezüglich Macht- und Herrschaftsverhältnissen. Ein Tag lang die Rollen zu wechseln wäre vielleicht auch heute eine spannende Aktion, um zumindest für einen Moment eine andere Perspektive einzunehmen.

Wie können wir heuer den Tag des Schenkens, den Tag der Hoffnung auf das Ende von ungleichen Machtverhältnissen und Armut feiern?

Es liegt an uns,
welche Werte und Haltungen
wir weitergeben möchten!

Ideen (Informationen, Geschichten und Lieder) für eine Feier mit ihren Lieben zu Hause finden Sie unter: www.nikolaus-von-myra.de

- Lieder singen rund um den Adventkranz
- Die Geschichte vom Heiligen Nikolaus lesen
- Kinder verkleiden sich als Nikolaus und spielen "das Schenken" oder eine Legende
- Gemeinsames Überlegen, wen man mit einer Kleinigkeit überraschen könnte und so Freude in dessen Leben bringen kann



Bild: Nikolaus: drawtut.com

- Gemeinsame Jause mit Bratäpfeln und Kinderpunsch
- Gemeinsames Fürbittgebet und Bitte um Gottes Segen für uns und alle Menschen, die Not erleben:

Guter Gott!
Der Heilige Nikolaus war ein Bischof, der für die Menschen da war.

Er hat traurigen und mutlosen Menschen Licht und Freude in ihr Leben gebracht.

Segne alle Menschen, die in Not sind und um ihre Zukunft bangen.

Segne alle Menschen, die in dieser Adventzeit Licht, Freude und Segen zu Kindern und Erwachsenen bringen wollen.

Im Namen des Vaters, und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Falls es die Corona-Regelungen erlauben, wird es am 5. Dezember um 16:00 Uhr in der Kirche eine Nikolausfeier geben.

Hausbesuche können heuer nicht gebucht werden.

Elisabeth Haas

Offenlegung

Der Pfarrverband St. Pölten Süd ist zu 100 Prozent Inhaber (Verleger) der Pfarrzeitung KONTAKT - kreuz & quer.

An dieser Ausgabe der Zeitung arbeiteten mit: Pfarrer Franz Schabasser, PAss Martin Kastner, PAss Elisabeth Haas, Pastoralpraktikant Dario Radic, Monika Keiblinger, Anita Taboga, Erwin Lasslesberger, Eva Lasslesberger, Rudolfine Scheiblaue, Udo Scheiblaue, Elisabeth Fuchs, Andrea Pilgersdorfer, Sabine Bernegger.

Fotos: Rudolfine Scheiblaue, Udo Scheiblaue, Lahmer Karl, PAss Elisabeth Haas, Susanne Nusterer, Peter Seewald, Monika Peterson

Verleger, Herausgeber und Hersteller: Pfr. F. Schabasser. Redaktion: Verlags- und Herstellungsort: 3100 St. Pölten, Josefstraße 90.

Druck: Henzl Media GmbH, Ochsenburger Str. 2, 3151 St. Pölten – St. Georgen.



STERNSINGEN 2021 - aber sicher!

Die Verantwortlichen in der Diözese und wir im Pfarrverband sind sehr bemüht, dass die Sternsinger auch 2021 zu Ihnen kommen. Es ist gerade jetzt wichtig, die weihnachtliche Friedensbotschaft und den Segen für das neue Jahr zu den Menschen zu bringen, als Zeichen der Hoffnung und Zuversicht.

Und die Spenden für notleidende Mitmenschen in Afrika, Asien und Lateinamerika sind nötiger denn je. Durch die Coronapandemie ist die Armut in vielen Teilen der Welt stark angestiegen.

Die kommende Sternsingeraktion ist gut vorbereitet. In Absprache mit den Gesundheitsbehörden und mit anderen Experten/innen wurde ein Sternsinger-Hygiene-konzept ausgearbeitet. Dabei werden alle Corona-Schutzmaßnahmen eingehalten: Mindestabstand, Mund/Nasenschutz, Hygieneregeln, Singen nur wenn es möglich ist.

Sollten Sie Süßigkeiten an die Sternsinger/innen geben wollen, bitte nur in Originalverpackung.

Wir hoffen, dass die Sternsingeraktion unter diesen Umständen stattfinden kann.

Sollte es leider wider Erwarten nicht möglich sein, bitten wir Sie um eine Spende auf folgendes Konto:

BAWAG P.S.K.
Empfänger: Dreikönigsaktion
IBAN: AT23 6000 0000 9300 0330
BIC: BAWAATWW

Die Dreikönigsaktion ist vom Finanzamt als "begünstigte Spendenempfängerin" anerkannt (Registrierungsnummer 1210 lautend auf "Katholisches Jugendwerk Österreichs - Bundesstelle für kirchliche Kinder- und Jugendarbeit. Zweigverein: Katholische Jungschar Österreichs. Abkürzung KJSÖ").

Bei Spenden mit Erlagschein, Zahlungsanweisung oder Online-Spenden bitten wir Sie, Ihre Daten - vollen Namen (laut Meldezettel) und Geburtsdatum - in den dafür vorgesehenen Feldern bzw. als Verwendungszweck anzugeben.

Die Beispielprojekte für die vielen Sternsingerprojekte sind im Jahr 2021 von zwei Organisationen in Süd-Indien, welche Menschen helfen, ihr Recht auf Essen und Trinken durchzusetzen.

Der Klimawandel, die Benachteiligung der armen Bevölkerung und die ungerechte Verteilung von Landbesitz trifft Bauern- und Fischerfamilien in Andhra Pradesh und Telangana hart. Zusätzlich hat die Corona-Pandemie ihr Leben noch schwieriger gemacht.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Martin Kastner

Warum gehe ich Sternsingen?

Einige Sternsinger/innen oder Begleiter/innen erzählen uns von ihrer Motivation und ihren Eindrücken

"Ich habe bereits meine ältere Tochter Teresa und ihre Freundinnen begleitet und nehme mir diesen Tag gerne Zeit – jetzt auch bei meiner jüngeren Tochter Anna – diesen gemeinsamen Tag zu verbringen und in Gemeinschaft etwas Sinnvolles zu tun: für arme Kinder auf anderen Teilen dieser Erde Geld zu sammeln und zu spenden."

"Schon als Kind habe ich mich immer auf die Sternsinger gefreut, es ist für mich ein schöner Brauch. Die Dreikönigsaktion unterstützt wichtige Projekte des globalen Dialogs und der Entwicklungszusammenarbeit. Das Erleben von Gemeinschaft, gemeinsam Gutes bewirken und Freude in die Häuser bringen. Die Kinder sind motiviert und den ganzen Tag oder sogar Tage tapfer im Einsatz."

Sie dabei zu begleiten macht Freude, und es kommt jedes Jahr aufs Neue zu netten Begegnungen. Diese kleinen Freuden geben Kraft und Hoffnung."

"Ich möchte den Menschen Freude bringen. Manche ältere Mitmenschen warten richtiggehend den ganzen Tag darauf bis die Sternsinger endlich zu ihnen kommen. Die Rührung der Menschen, wenn die Kinder singen und ihren Spruch auf-sagen, ist dabei merklich zu spüren. Und natürlich Geld zu sammeln für die Sternsingeraktion, um das jeweilige Projekt für Bedürftige tatkräftig zu unterstützen. Zwischen den Sternsingergruppen entsteht dabei ein richtiger Wettbewerb, wer die größte Summe zusammengetragen hat. Diesen positiven Ehrgeiz finde ich sehr schön."

"Ein älteres Ehepaar hat uns einmal in seinem Wohnzimmer fotografiert und uns dann drei Abzüge der Fotos (jeweils einen für Melchior, Balthasar und Caspar) in die Kirche mitgebracht. Das war wirklich nett!"

"Und wenn man zu einem heißen Tee und Keksen eingeladen wird, wenn's draußen stürmt und schneit, dann kann man nicht nein sagen und wärmt sich gerne auf!"

"Mit dem Sternsingen kann ich anderen Menschen helfen. In der Sternsingergruppe erlebe ich Freundschaft. Es ist einfach lustig."

"Ich verkleide mich gerne, das Singen macht mir Spaß, gemeinsam etwas Sinnvolles tun ist schön, und es ist für einen guten Zweck."

Wie die Erde die Saat wachsen lässt, Jes 6



Zur Recherche dieses Artikels habe ich mir die Lesungen und Evangelien der Adventsontage durchgelesen, sowie die des Heiligen Abends. Hängen-geblieben bin ich gleich bei der alttestamentlichen Lesung des ersten Adventsontags – Jesaja 63-64. Das Volk Israel befindet sich im Exil (in der Fremdherrschaft, in der Verbannung) und klagt nun seinen Gott an: Warum lässt du zu, dass wir auf Abwege geraten sind? Warum machst du unser Herz hart? Warum, ... wenn du doch barmherzig bist, uns schon einmal große Huld erwiesen hast?

"Blick vom Himmel herab und sieh her von deiner heiligen, prachtvollen Wohnung! Wo ist dein leidenschaftlicher Eifer und deine Macht?" (Jes 63,15)

Diese Sehnsucht der Israeliten, dass es da einen Gott gibt, der alles vermag, der sich der Glaubenden erbarmt, und der letztlich alle Not wandelt, ist in so blumiger und facettenreicher Sprache ausgedrückt, dass die

Hoffnung auf den Leser überspringt und so unseren Glauben an Gott, den Glauben, dass letztlich alles gut wird, nährt und stärkt.

Als gesellschaftskritische Frau des 21. Jahrhunderts komme ich aber nicht umhin, dieses Bild kritischer zu betrachten. Welcher Gesellschaftsordnung entspringen solche Bilder?

Da ist ein Volk, das sich von einem (männlichen), allmächtigen Gott führen lässt.

Da ist ein Volk, das sich als (völlig passiver) "Ton vom Töpfer formen lässt" (Jes 64,7).

Da ist ein Volk, das sich alle Rettung von oben erwartet. Da spiegelt sich eine Haltung wider, dass allein der Herrscher weiß, was gut für sein Volk ist. Dass die göttliche und gesellschaftliche Ordnung funktioniert, wenn das Volk sich (brav) an die Gebote und Regeln des Herrschers hält und wenn der HERR(scher) Regelverstöße sanktioniert.

Sie werden sich jetzt vielleicht denken, was diese Analyse mit Weihnachten zu tun hat, mit der Sehnsucht nach Licht in unserem Leben, mit der Freude, dass das Heil der Welt geboren wird(wurde)?

Im Evangelium vom 3. Adventsontag verkündet uns Johannes der Täufer Jesus als einen der "mitten UNTER euch steht", einen, "den ihr nicht (er) kennt". Wir finden in der Bibel also auch andere Bilder, die uns Gott beschreiben, die uns nahebringen möchten, wie sich das Heil unter uns entfaltet. Jesus, das Licht der Welt, fliegt nicht wie ein Engel von oben herab.

Jesus, das Heil der Welt, beginnt sein Leben auf der Erde als Baby, geboren von einer Frau. Wenn wir diese Bilder sprechen lassen, erinnert dieser Start ins Leben Bildern aus dem Reich der Natur. "Wie die Erde die Saat wachsen lässt, so bringt Gott Gerechtigkeit hervor", hören wir Jesaja sagen, am 3. Adventsontag in der ersten Lesung.

so bringt Gott Gerechtigkeit hervor."

51,11

Dieses Wachsen von unten, dieses Sich-Entwickeln aus der Erde und auf der Erde sind Heils-Bilder, die für mich sehr wichtig geworden sind.

Diese anderen Sprach-Bilder, die die Hoffnung stärken, dass sich durch und unter uns Menschen das Überraschende, das Gerechte, das Heilende einen Weg bahnt, möchte ich mir immer mehr zu eigen machen und weitertragen.

Wir haben innerkirchlich, aber auch gesamtgesellschaftlich eine Sprache kultiviert, in der wir uns ganz oft unbewusst dieser alten Herrschaftsstrukturen bedienen.

Ich werde auch in Zukunft gerne die oben genannten Jesaja-Texte lesen und betrachten, da ich sehr schnell in die Sehnsucht der Israeliten einsteigen kann, diese Sehnsucht nach dem Göttlichen, das uns trägt und hält, das uns tröstet und ermutigt.

Ich möchte mich aber gleichzeitig jener Bilder bedienen, die unsere patriarchalen Strukturen durchbrechen und neue Formen des Miteinanders fördern.

So wünsche ich uns Erfahrungen,

wo Licht unter uns aufbricht,

wo Heilsames geboren wird,

wo sich im Tun ein Stück Gerechtigkeit entwickelt,

wo sich im miteinander Gehen und Suchen ein Gefühl von Heimat und Zugehörigkeit einstellt.

Überall da ist Weihnachten!

Elisabeth Haas



Gedanken zum Christbaum und Impulse für das "Aufputzen"

Der Baum ein Symbol für "Leben". Noch deutlicher wird das bei einem immergrünen Baum, da "grün" die Farbe der Hoffnung auf neues Leben ist. Der Christbaum wird geschmückt, damit er noch schöner aussieht und uns noch mehr Freude macht. So wird aus dem Tannenbaum ein Christbaum .

Kerzen

Die Kerzen erinnern uns daran, dass mit der Geburt Jesu ein neues Licht in die Welt gekommen ist. Gott will durch Jesus in das Leben hineinleuchten und es hell machen.

Wenn wir die Kerzen an den Baum stecken und sie anzünden, können wir überlegen: Für wen zünden wir diese Kerze an? Wem möchten wir das Leuchten dieses Lichtes schicken? Vielleicht sogar wirklich mit einem Foto davon.

Kugeln

Früher waren Äpfel ein oft verwendeter Christbaumschmuck, sie wurden mit Silber- und Goldfolie umwickelt. So entstand der Brauch, Kugeln an den Baum zu hängen. Christbaumkugeln in Gold oder anderen schönen Farben erinnern an die Geschenke, die die Sterndeuter mitgebracht haben. Die Kugeln sind auch ein Hinweis auf die Weltkugel. Welches Geschenk, welche Botschaft soll zu Weihnachten in die Welt kommen? Welche gute Nachrichten möchten wir auf einige Kugeln schreiben?

Strohsterne

Für die Sterndeuter war der Stern ein Zeichen für die Geburt eines Friedenskönigs. Jesus ist der rettende Strohalm für viele Menschen.

Was ist in unserem Leben unscheinbar und doch sichtbar, einfach und doch wertvoll? Sagen wir Jesus unseren Dank.

Lebkuchen und/oder Süßigkeiten

Der würzige Geruch eines Lebkuchens und der süße Geschmack von Keksen und anderen Süßigkeiten weckt die Vorfreude in uns. Weihnachten riecht nach ... Weihnachten schmeckt nach ...

Engel

Engel spielen in der Weihnachtsgeschichte eine wichtige Rolle. Engel kommen vom Himmel herab, loben Gott und singen: "Ehre sei Gott in der Höhe und Frieden auf Erden!"

Singen wir gemeinsam ein Lied vor dem geschmückten Christbaum.

Wege aus der Einsamkeit

Von einem Tag auf den anderen war ich von allem abgeschnitten. Ich durfte meine Kollegen nicht mehr treffen, meine Freunde, meine Verwandten. Alle meine Kontakte, mein ganzes soziales Leben war plötzlich auf null gestellt. Ich war richtig einsam, berichtete ein Teilnehmer am "Gespräch unter der Linde", zu dem wir im Sommer im Spratzerner Pfarrheimgarten zusammengekommen waren. Solche und ähnliche Erfahrungen machten viele Menschen während des ersten Lockdowns. Einsamkeit ist allerdings nicht erst seit Corona ein Thema. Das "Gespenst Einsamkeit" spukt schon länger unter uns, meint PfarrCaritas-Referentin DPASS Christa Herzberger. Sie hat ein Angebot der Caritas mitentwickelt, bei dem Wege aus Einsamkeit und Isolation aufgezeigt werden. Wir haben sie zum Gespräch gebeten.

Christa, was führt deiner Beobachtung nach verstärkt zu Einsamkeit?

Einsamkeit hat viele Gesichter. Die Familienstruktur hat sich geändert, es gibt fast keine Großfamilien mehr, aber viele Single-Haushalte. Erst heute hat mich eine Frau angerufen, die dringend Hilfe beim Übersiedeln braucht. Früher wäre da die Verwandtschaft eingesprungen oder die Nachbarschaft.

Heute bauen die Menschen viel weniger soziale Kontakte auf. Solange alles läuft, merkt man das oft gar nicht, aber wenn man dann etwas braucht, muss man viel zukaufen. Unsere Gesellschaft ist außerdem sehr auf Leistung ausgerichtet, unter dem Motto: "Du schaffst das allein!" Aber es schaffen dann eben viele nicht mehr alles allein.

Ein weiterer Punkt: Armut führt zu Einsamkeit, wer arm ist, zieht sich zurück, weil er oder sie sich dafür schämt, sich normale Dinge wie z.B. einen Kaffeehausbesuch nicht leisten zu können. Krankheit kann ebenfalls zu Einsamkeit führen, auch die Tatsache, dass es viele Begegnungsmöglichkeiten einfach nicht mehr gibt.



Christa Herzberger; Bild: Copyright: Lahmer Karl

Wie meinst du das, woran denkst du da konkret?

In den meisten Orten haben viele kleine Geschäfte zugesperrt, ebenso etliche Gasthäuser, in denen sich die Leute früher treffen konnten. Ein aktuelles Beispiel in Spratzern ist die Bank, die für Menschen ohne Auto eigentlich nicht mehr erreichbar ist.

Betrifft Einsamkeit also eher ältere Menschen?

Nein, Einsamkeit gibt es quer durch die Generationen. In einer kürzlich durchgeführten Studie haben 20% der Jugendlichen angegeben, dass sie einsam sind. Sie sind zwar in der virtuellen Welt vernetzt, aber der persönliche Kontakt geht ihnen ab. Einsamkeit ist übrigens keine Krankheit, kann aber krank machen, auch junge Menschen.

Gibt es eine Art Vorbeugungsmaßnahme gegen Einsamkeit?

Eine gute Maßnahme ist, das Alleinsein einzuüben. Es ist wichtig, gut auf mich selbst zu schauen. Wenn ich allein sein kann, mit mir gut umgehen kann, dann falle ich nicht so schnell in die Einsamkeit. Aber natürlich ist es wichtig, Freundschaften zu pflegen, Nachbarschaftshilfe anzubieten, da entstehen Kontakte und es kommt viel zurück. Auch ehrenamtliches Engagement, das Mitleben in einer Pfarre, der Austausch zwischen Jung und Alt hilft erwiesenermaßen gegen die Einsamkeit.

Denn sicher ist:
Einsamkeit mag ein Gespenst sein, aber eines, das man verjagen kann. Dazu braucht es Menschen, die für Andere da sind.

Buchtipp:
Notker Wolf: "Ich denke an Sie. Die Kunst, einfach da zu sein" (Herder-Verlag)

Eva Lasslesberger

Erste Hilfe für alle, die einen Rat, Hilfe, ein Gespräch suchen:

Telefonseelsorge: ist unter der kostenlosen Telefonnummer 142 rund um die Uhr erreichbar

Rat auf Draht: Beratung für Kinder und Jugendliche, unter der Telefonnummer 147 Tag und Nacht erreichbar

Plaudernetz-Hotline: verbindet Menschen, die gerne jemanden zum Reden hätten. Telefonnummer 05/1776 100

Sozialarbeitskreis der Pfarre Spratzern: 02742/88 12 17



Klimawandel

Schützen wir unser gemeinsames Haus

"Der Klimawandel ist ein globales Problem mit schwerwiegenden Umwelt-Aspekten. Er stellt eine der wichtigsten aktuellen Herausforderungen an die Menschheit dar." Diese Feststellung trifft nicht etwa eine bekannte Umweltaktivistin oder ein prominenter Klimaforscher, sondern Papst Franziskus in seiner Enzyklika "Laudato Sii", die den Schutz unserer Erde zum Thema hat.

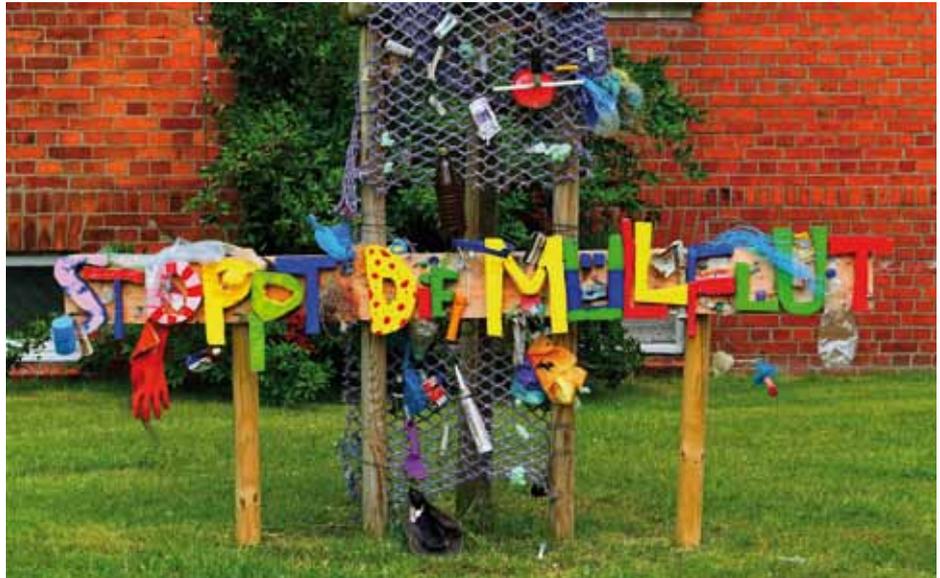
Franziskus bezeichnet die Erde als unser gemeinsames Haus, das es zu schützen gilt. Denn diese Erde scheint sich, so der Papst, immer mehr in eine unermessliche Mülldeponie zu verwandeln. Pro Jahr werden hunderte Millionen Tonnen Müll produziert, von denen viele nicht biologisch abbaubar sind: Hausmüll und Gewerbeabfälle, Abbruchabfälle, klinische Abfälle, Elektronikschrott und Industrieabfälle, hochgradig giftige Abfälle und Atommüll.

"Werden wir aktiv!"

Häufig werden Maßnahmen erst dann ergriffen, wenn die Auswirkungen auf die Gesundheit der Menschen bereits nicht mehr rückgängig zu machen sind. Lassen wir es nicht so weit kommen. Werden wir aktiv!

Fasten im Advent

Früher einmal war es üblich, im Advent zu fasten, um sich auf das Weihnachtsfest vorzubereiten. Angesichts der Berge von Keksen, Geflügel und sonstigen Leckereien, die wir sicher auch heuer wieder – Corona hin oder her – verzehren werden, scheint der Gedanke, uns wenigstens vorher in Genügsamkeit zu üben, fast schon wieder verlockend.



moritz320 pixabay

Aber darauf will ich gar nicht hinaus, ich habe einen anderen Vorschlag: Beginnen wir doch, als Auftakt zur Weihnachtszeit sozusagen, bei Plastik zu fasten. Verzichten wir auf Plastik! Auf diese Weise können wir zum Klimaschutz beitragen.

Plastikfasten im Badezimmer

Polyethylen (PE), Nylon 12, Acrylates Copolymer (AC), Acrylates Crosspolymer (ACS), Polyquaternium (P-7) – diese Namen scheinen öfter unter den Inhaltsstoffen auf, die auf Pflege- oder Kosmetikprodukten angegeben sind. Der Überbegriff für diese geheimnisvollen Bezeichnungen lautet: Mikroplastik. Auch die Bezeichnungen PP, PA oder PET deuten darauf hin. Mikroplastik findet sich oft in Peelings, Duschgels und Shampoos. Es ist schädlich für Mensch und Tier.

Schauen wir beim nächsten Einkauf genauer auf die angegebenen Inhaltsstoffe, auch wenn sie meistens sehr klein gedruckt auf den Produkten aufscheinen.

"Verzichten wir auf Mikroplastik!"

Wenn wir schon Einwegprodukte verwenden wie z.B. Wattestäbchen, dann achten wir darauf, dass sie aus umweltfreundlichen Materialien – ohne Plastik – hergestellt sind.

Für viele flüssige Produkte wie Seifen, Shampoos oder Waschmittel gibt es bereits Nachfüllpackungen.

Zu Weihnachten weniger Verpackungsmüll

Meine Familie hat sich bereits daran gewöhnt: Ich verpacke Geschenke schon seit einigen Jahren nur in bereits verwendetem Geschenkpapier, manchmal in Packpapier. Auch Zeitungspapier kann – mit den entsprechenden Bändchen versehen – ein Geschenk durchaus weihnachtlich ausschauen lassen. Die Schmuckbänder stammen natürlich auch aus meinem seit Jahren zusammengetragenen Fundus.

Und was die Geschenke betrifft: Denken wir, Sie und ich, da noch einmal verstärkt ans Plastik-Fasten.

Eva Lasslesberger



Heilige Gedanken und Gespräche

Die heilige Theresia und der heilige Johannes Kapistran stecken die Köpfe zusammen – natürlich mit Abstand und Mund-Nasen-Schutz. "Wie schwierig ist doch alles geworden", seufzt der hl. Johannes. "Sonntagsmesse ohne Gesang und mit Maske, kein Pfarrkaffee, keine Runden, kein Pfarrheurerger...". "Ja, du hast recht", erwidert die hl. Theresia. "Aber wir werden doch den Kopf nicht hängen lassen! Wir haben uns immer darauf verlassen, dass Gott uns trägt und dass wir nie tiefer fallen können als in die Hände Gottes."

– "Du sagst es", erwidert der hl. Johannes. "Genug gejammert. Richten wir den Blick auf das Gute, das geschieht in unseren Pfarren. Zum Beispiel auf die Erstkommunionsfeste, die trotz der Umstände gefeiert werden konnten. Viele Eltern und Großeltern waren sehr dankbar, dass unser Pfarrteam in Kapistran und in Spratzern es möglich gemacht und so schön gestaltet hat. Aber Theresia, hörst du mir überhaupt zu?" "Natürlich, Erstkommunion, war wirklich toll", murmelt Theresia, während sie auf ihr Smartphone schaut. "Moment, ich habe gerade eine WhatsApp-Nachricht bekommen."

Martin hat das neue Sonntagsblatt ausgeschickt. Das muss ich mir gleich ansehen. Und in der Kommunikationsgruppe gibt es auch schon wieder neue Nachrichten. Ich finde das wirklich super! Da gibt es ein Stück Nähe, allem Abstand zum Trotz." Da zieht auch der hl. Johannes sein Smartphone aus der Kutte und angelt nach seiner Lesebrille. "Da schau", sagt er. "demnächst gibt es auch ein Abendgebet via Handy oder Computer. Das darf ich nicht verpassen."

Erwin Lasslesberger



Einladung zur Teilnahme am Leben im Pfarrverband

In der momentanen Situation wissen wir nicht, ob die hier angegebenen Termine stattfinden können. Wir bitten um Verständnis für etwaige Änderungen. Wir möchten Sie auf das wöchentliche Sonntagsblatt, die WhatsApp-Gruppen und die Informationen per E-Mail hinweisen. Das Sonntagsblatt enthält die aktuellen Informationen zu den Corona-Maßnahmen, die für die Gottesdienste und die Pfarrveranstaltungen gelten. Sie finden das Sonntagsblatt auch im Internet auf www.kapistran.at oder unter www.pfarre-spratzern.at, liegt in beiden Kirchen zur freien Entnahme auf und ist in den Schaukästen ausgehängt. Gerne schicken wir Ihnen das Sonntagsblatt per WhatsApp oder E-Mail zu. Senden Sie uns dazu bitte eine WhatsApp-Nachricht bzw. E-Mail an Pastoralassistent Martin Kastner 0676/826634380 bzw. pass.spratzern@aon.at.

	Spratzern	Kapistran
Sa, 28.11.	18.30 Uhr Wortgottesfeier mit Adventkranzsegnung	18:00 Uhr Hl. Messe mit Adventkranzsegnung
So, 29.11.	1. Adventsonntag 9:00 Uhr - Hl. Messe + Adventkranzsegnung	1. Adventsonntag 9:15 Uhr - Hl. Messe + Adventkranzsegnung
Do, 3.12.	6:30 Uhr – Rorate Hl. Messe in der dunklen Kirche mit Kerzen	
Fr, 4.12.		6:00 Uhr – Rorate
Sa, 5.12.	16:00 Uhr - Nikolausfeier in der Kirche 18:30 Uhr - Hl. Messe	16:00 Uhr - Nikolausfeier in der Kirche 18:00 Uhr - meditativer Gottesdienst
So, 6.12.	2. Adventsonntag 9:00 Uhr - Wortgottesfeier	2. Adventsonntag 9:15 Uhr - Hl. Messe mit rhythm. Liedern
Mo, 7.12.		18:00 Uhr - Hl. Messe
Di, 8.12.	Maria Empfängnis 9:00 Uhr Hl. Messe des Pfarrverbandes	
Do, 10.12.	6:30 Uhr - Rorate	
Fr, 11.12.		6:00 Uhr - Rorate 16:30 Uhr - Adventeinstimmung mit Kindern in der Kirche
Sa, 12.12.	18:30 Uhr - Wortgottesfeier	18:00 Uhr - Hl. Messe

	Spratzern	Kapistran
So, 13.12.	3. Adventsonntag 9:00 Uhr - Hl. Messe	3. Adventsonntag 9:15 Uhr - Wortgottesfeier
Do, 17.12.	6:30 Uhr – Rorate	
Fr, 18.12.		6:00 Uhr – Rorate 16:30 Uhr - Adventeinstimmung mit Kindern in der Kirche
Sa, 19.12.	18:30 Uhr – Hl. Messe	
So, 20.12.	4. Adventsonntag 9:00 Uhr - Wortgottesfeier	4. Adventsonntag 9:15 Uhr – Hl. Messe mit rhythm. Liedern anschl. Sternsinger-Probe im Pfarrsaal
Do, 24.12.	Heiliger Abend	
		10:00 – 12:00 Uhr - Basteln und Weihnachtsliedersingen in der Kirche
	15:30 Uhr – "Auf dem Weg zur Krippe" (Krippenandachten an verschiedenen Orten): Treffpunkte werden über die Homepage und das Sonntagsblatt bekanntgegeben	
	22:00 Uhr - Christmette	22:00 Uhr - Christmette
Fr, 25.12.	Christtag 9:00 Uhr – Hl. Messe des Pfarrverbandes	
Sa, 26.12.		Stephanitag 9:15 Uhr – Hl. Messe des Pfarrverbandes
So, 27.12.	Fest der Hl. Familie 9:00 Uhr - Hl. Messe	Fest der Hl. Familie 9:15 Uhr - Wortgottesfeier
Do, 31.12.	Silvester 16:00 Uhr - Jahresschlussandacht	Silvester 17:00 Uhr – Dankmesse zum Jahresschluss
Fr, 1.1.2021	Hochfest der Gottesmutter Maria 18:00 Uhr – Hl. Messe	Hochfest der Gottesmutter Maria 10:00 Uhr – Hl. Messe
Sa, 2.1.	18:30 Uhr – Hl. Messe	
So, 3.1.	9:00 Uhr - Wortgottesfeier	9:15 Uhr – Hl. Messe
Mo, 4.1. - Di, 5.1.	Sternsingen - Kinder besuchen ihre Häuser, bringen den Weihnachtssegens und bitten um eine Spende für notleidende Kinder in benachteiligten Ländern unserer Erde	
Mi, 6.1.	Epiphanie 9:00 Uhr – Hl. Messe mit Sternsingern	Epiphanie 9:15 Uhr – Hl. Messe mit Sternsingern
Sa, 9.1.	18:30 Uhr – Hl. Messe	
So, 10.1.	Taufe des Herrn 9:00 Uhr - Wortgottesfeier	Taufe des Herrn 9:15 Uhr – Hl. Messe mit rhythm. Liedern + Segnung der Täuflinge und Kinder
Sa, 16.1.		18:00 Uhr – Hl. Messe
So, 17.1.	9:00 Uhr – Hl. Messe	9:15 Uhr – Wortgottesfeier
So, 23.1.	18:30 Uhr – Hl. Messe	
So, 24.1.		50 Jahre Kapistran 9:15 Uhr – Festmesse m. Bischof Alois Schwarz
Sa, 30.1.		18:00 Uhr - Hl. Messe
So, 31.1.	9:00 Uhr - Hl. Messe des Pfarrverbandes	
Di, 2.2.		Maria Lichtmess 18:00 Uhr - Hl. Messe mit Kerzenweihe und Blasiussegen
Sa, 6.2.	18:30 Uhr – Hl. Messe	
So, 7.2.	9:00 Uhr - Wortgottesfeier	9:15 Uhr – Hl. Messe
Mi, 10.2.		19:00 Uhr: Elternabend für die Erstkommunion
Sa, 13.2.		18:00 Uhr – Hl. Messe
So, 14.2.	Faschingssonntag 9:00 Uhr – Hl. Messe	Faschingssonntag 9:15 Uhr – Wortgottesfeier mit rhythm. Liedern
Mi, 17.2.	Aschermittwoch 19:00 Uhr – Wortgottesfeier m. Aschenkreuz	Aschermittwoch 18:00 Uhr – Hl. Messe mit Aschenkreuz



Erstkommunion in Spratzern ...



... und in St. Johannes Kapistran



Gedenken an die Verstorbenen zu Allerseelen



Martinsfest zu Hause



Wieder köstliche Pralinen am Sonntag der Weltkirche



Erntedank in St. Johannes Kapistran ...



... und in Spratzern