

Liboriusblatt

Zeitschrift für die christliche Familie



*Winter, du rauher Mann,
Winter, ich lieb' dich nicht!
Zitternd vor deinem Frost,
strebe ich auf zum Licht.*

Fritz Lemmermayer (1857 - 1932)

Nr. 5
25. Januar 2026



Liebe Leserinnen und Leser!

„Was ist es herrlich, dass mal wieder Schnee liegt“, sagten die einen. „So ein Winterspaziergang ist doch etwas Wunderbares.“ – „Furchtbar, wie kalt und glatt das ist“, sagten die anderen. „Ich kann keinen Schritt nach draußen gehen, ohne Angst zu haben, dass ich stürze.“

Wer hat recht? Wahrscheinlich beide. Denn mit dem Winter ist es so wie mit vielen Dingen im Leben: Es kommt auf die Perspektive an.

Allerdings machen nicht alle Perspektiven gleich glücklich. Wer eher das Positive an einer Situation zu sehen vermag, wird vermutlich häufiger ein Lächeln im Gesicht haben als derjenige, der sofort das Negative sieht. Der, für den das Glas noch halb voll ist, schaut lieber auf das leckere Getränk als der, für den es schon halb leer ist.

Nun kann man sagen: Das ist eben Charaktersache, so bin ich geboren, so war ich schon immer. Oder man kann sagen: Ich versuche, die positive Sicht auf die Dinge zu trainieren. Nicht, um anderen einen Gefallen zu tun, sondern mir selbst.

Ein Beispiel: Vielleicht ist der Weg zum Supermarkt schwierig oder gar unmöglich, wenn draußen Schnee liegt. Dafür ist der Blick auf das glitzende Weiß aber viel schöner als der ins Einheitsgrau. Und der heiße Tee bekommt auch eine ganz neue Qualität ... In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, dass Sie in der kommenden Woche viel Gutes entdecken. Vielleicht ja auch in diesem Heft.

// SUSANNE HAVERKAMP,
REDAKTEURIN



Was bleibt? Die Vollversammlung des Synodalen Weges trifft sich zum letzten Mal.



Sie konnte sich innere Freiheit bewahren: Die Schriftstellerin Helga Schubert lebte Jahrzehnte in Diktaturen.



Gelernt ist gelernt: Über die Kraft von Gebeten, die wir von klein auf kennen.

Sprüche der Woche

Sonntag

Ein einziges freundliches Wort hält einen drei Winter lang warm.
(Aus China)

Montag

Dem fleißigen Hamster schadet der Winter nichts.
(Deutsches Sprichwort)

Dienstag

Im Winter werden die sauren Äpfel süß. (Aus Rumänien)

Mittwoch

Im Reich der Hoffnung ist es nie Winter. (Aus Russland)

Donnerstag

Nur durch den Winter wird der Lenz errungen. (Gottfried Keller)

Freitag

Für den Liebenden ist auch im Winter Frühling. (Aus Russland)

Samstag

Ein verliebter Alter ist wie eine Blume im Winter. (Aus Portugal)

3. Sonntag im Jahreskreis

Etwas Neues strahlt auf

Im Januar boomen die Partnervermittlungsagenturen. Vielleicht hängt das damit zusammen, dass mancher zu Jahresbeginn altes hinter sich lässt und sich neues Glück erhofft. Ein dazu vor einigen Jahren erschienenen Buch trägt den Titel „Die Liebe findet Dich!“

Mir gefällt dieser Gedanke und er passt zum Evangelium dieses Sonntags. Jesus lässt Altes hinter sich: Nazaret, die Stadt, in der er aufgewachsen ist. Sie liegt abgelegen in den Bergen; man bleibt eher unter sich. Er geht hinab nach Kafarnaum, das am See Gennesaret liegt und wo es durch die Küstenstraße viel lebendiger ist. Dort findet er die beiden Brüderpaare Simon und Andreas, Jakobus und Johannes. Schon ihre Namen zeigen, dass sich hier am See jüdische und griechische Kultur vermischen. Daher wurde Galiläa als Heidengau abgetan.

Aus ihrem Alltag beim Fischen holt Jesus sie ab. Sie lassen sich auf ihn ein, indem sie Altes loslassen: den Vater, die Boote, die Netze. In der Schule des Rabbi aus Nazaret wollen sie die Ausbildung zu Menschenfischern machen. Sie wollen bei ihm lernen, wie die Nähe Gottes Menschen aufrichtet und heilt, in ein neues Leben herausholt. Das allerdings bedeutet, umzukehren und die Welt mit Gottes Augen zu sehen. All das haben sie wohl selbst in der Begegnung mit Jesus erlebt.

Mich motivieren die vier, sensibel ins noch junge Jahr zu gehen: Was eröffnet sich mir neu? Wo braucht es eine Veränderung, mein Umdenken? Wo könnte mich die Liebe finden? In Galiläa – dem Heidengau – beginnt durch diese Offenheit etwas Neues zu strahlen, davon ist Matthäus überzeugt: ein Licht, das auch uns tiefere Einsichten geben kann.

// ABT JOHANNES ECKERT

3. Sonntag nach Epiphania

Gott erwählt, nicht wir

Petrus war ein frommer Mann. Aber vielleicht war er auch zu fromm. Er fühlte sich als Teil des auserwählten Volkes Gottes, kannte alle Ge- und Verbote und hielt sie. Auf die, die sie nicht kannten und nicht hielten, blickte er herab. So war Petrus erzogen worden und deshalb auch fest davon

überzeugt, dass Jesus nur für das jüdische Volk gekommen ist und nicht für die Heiden, die Griechen und Römer, die als unrein galten.

Aber dann passierte die Geschichte mit Kornelius, das 10. Kapitel der Apostelgeschichte erzählt davon. Der römische Hauptmann galt im Volk als gerecht und anständig, für nicht viele Besitzer galt das. Dieser Mann nun hatte in einem Traum einen Engel gesehen, der ihm befahl: „Lass Simon mit dem Beinamen Petrus aus Joppe

holen.“ Kornelius verstand nichts, aber tat, was der Engel ihm sagte. Auch Petrus verstand nichts, als die Männer des Hauptmanns kamen, aber auch er gehorchte.

Und als er Kornelius traf, diesen fremden Heiden, zu dem Gott selbst seinen Engel geschickt hatte, da wurde es ihm endlich klar: Gott geht es nicht um Herkunft und Volkszugehörigkeit. Gott geht es – wie Jesus – um Gerechtigkeit, um Nächsten- und um Gottesliebe. Und: Gott schenkt seinen Geist denen, die er erwählt – und das sind nicht zwingend die, die wir Menschen wählen würden.

Diese Einsicht des Petrus veränderte die Geschichte. Und sie könnte auch uns heute guttun.

»Nun erfahre ich
in Wahrheit, dass
Gott nicht die
Person ansieht,
sondern in jedem
Volk annimmt,
wer ihn fürchtet.«

»Jesus lässt
Altes
hinter sich.«

// SUSANNE HAVERKAMP

Lesungen

Ökumenischer
Bibelleseplan 2026

So, 25.1.: Psalm 41

Mo, 26.1.: Deuteronomium 6,10–25

Di, 27.1.: Deuteronomium 7,1–11

Mi, 28.1.: Deuteronomium 7,12–26

Do, 29.1.: Deuteronomium 8,1–20

Fr, 30.1.: Deuteronomium 9,1–6

Sa, 31.1.: Deuteronomium 9,7–21

1. Lesung:
Jesaja 8,23b–9,3

2. Lesung:
1.Korintherbrief 1,10–13.17

Evangelium:
Matthäus 4,12–32

**Kommt her, folgt
mir nach, ich werde
euch zu Menschen-
fischern machen**

Wochenspruch:

**Und es werden kommen
von Osten und von Westen,
von Norden und von
Süden, die zu Tisch sitzen
werden im Reich Gottes.**

(Lukas 13,29)

Predigttext:
Apostelgeschichte 10,21–35

Wochenlied: In Christus gilt nicht
Ost noch West (EG.E 13)



Wie ein Ozeanriese, der wendet

Vor sechs Jahren hat der **Synodale Weg** begonnen. Ende Januar treffen sich Bischöfe und Laien in Stuttgart zur **letzten Synodalversammlung**. **Was bleibt** von dem Prozess zur Kirchenreform? Theologe Matthias Sellmann sagt: **Die Kirche bewegt sich** – auch wenn man wenig merkt.

Von Ulrich Waschki

Matthias Sellmann vergleicht die katholische Kirche in Deutschland mit einem Ozeandampfer. „Wenn so ein Ozeanriese die Richtung ändert, dauert das sehr lange und man merkt lange nichts davon“, sagt der Pastoraltheologe, der an der Ruhr-Universität in Bochum lehrt. Der Dampfer Kirche befinde sich mitten in diesem Wendeprozess. Die

Richtungsänderungen des Synodalen Weges seien daher noch nicht überall zu spüren.

Sellmann war einer der rund 230 Delegierten des Synodalen Weges. Der hatte im Frühjahr 2020 seine Arbeit aufgenommen. Schon damals wurde vereinbart, drei Jahre nach der letzten Arbeitsitzung die Ergebnisse auszuwerten.

Nach der Vorlage der sogenannten MHG-Studie über den sexuellen Miss-

brauch in der Kirche im Herbst 2018 waren die deutschen Bischöfe in der Defensive. Das Vertrauen war am Boden – und die Öffentlichkeit war geschockt, in welchem Ausmaß Kinder und Jugendliche missbraucht worden waren und Bischöfe die Taten ihrer Priester vertuscht hatten. Die pure Arroganz der Macht – wohl auch aus dem Gefühl heraus, unangreifbar zu sein.

„Bei den Gläubigen vor Ort ist nicht viel angekommen“

Nach der MHG-Studie war klar: Präventionskonzepte und Missbrauchsstudien allein reichen nicht mehr, um

auf die Verbrechen zu reagieren. Der Synodale Weg sollte die Ursachen des sexuellen Missbrauchs und seiner Vertuschung bearbeiten und zeigen, dass die Kirche bereit ist, Konsequenzen zu ziehen.

Gemeinsam mit dem Zentralkomitee der deutschen Katholiken (ZdK) riefen die Bischöfe daraufhin den Reformprozess aus. Mit hohem zeitlichen und finanziellen Einsatz wurde über Macht und Gewaltenteilung, Sexualität, priesterliches Leben und die Rolle der Frau debattiert.

Was bleibt davon? Sellmann sagt: „In den Gemeinden und bei den Gläubigen vor Ort ist nicht viel angekommen. Man konnte in Deutschland in den letzten sechs Jahren sehr engagiert katholischer Christ sein, ohne den Synodalen Weg zu kennen.“ Dennoch hält er den Weg für richtig und erfolgreich: „Man musste den Dampfer wenden. Aber wir mussten zuerst die großen Zahnräder angehen.“

Einiges hat praktische Folgen in Bistümern, anderes nicht

So ganz eindeutig ist die Bilanz tatsächlich nicht. Die größten praktischen Fortschritte dürften in der Sexualmoral erzielt worden sein. Wohl auch unter dem positiven Einfluss des Synodalen Weges outeten sich zahlreiche Priester und pastorale Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kirche als homosexuell.

Der Synodale Weg beschloss Segensfeiern, in denen auch homosexuelle Paare gesegnet werden können. Inzwischen gibt es sie in vielen Bistümern. Sie sind zwar keine Massenbewegung, wurden aber auch nicht von Rom kassiert, obwohl die Ausgestaltung der Feiern über die zaghaften römischen Öffnungen hinausgeht.

Auch die Grundordnung des kirchlichen Dienstes wurde geändert. Ausdrücklich ist nun „der Kernbereich privater Lebensgestaltung, insbesondere Beziehungsleben und Intimsphäre [...] rechtlichen Bewertungen entzogen“, wie es dort heißt. Anders als früher sind also eine zweite, nicht kirchlich geschlossene Ehe oder eine homosexuelle Partnerschaft kein Kündigungsgrund mehr.

Mit großem Jubel sprach sich die Synodalversammlung für die Öffnung von Weiheämtern für Frauen aus. Mittlerweile trauen sich auch Bischöfe, öffentlich die Diakon- und sogar die Priesterweihe für Frauen zu fordern. Das war früher undenkbar. Doch wirklich geändert hat sich in dieser Frage nichts. Mit einem erneuten römischen Nein zum Diakonat der Frau erfuhr das Thema vor ein paar Wochen sogar wieder einen Dämpfer. Aber beenden lässt sich die Diskussion nicht mehr. Auch dazu hat der Synodale Weg beigetragen. „Das Störgefühl über die Rolle der Frau ist weiter sehr nagend“, sagt Sellmann.

Ein weiteres Ergebnis des Synoda-

len Weges ist die Synodalkonferenz. Sie soll in diesem Jahr ihre Arbeit aufnehmen und ein ständiges Beratungsgremium von Bischöfen und Laien werden. Ursprünglich sollte dieses Gremium Synodaler Rat heißen und Bischöfe und Laien sollten darin gleichberechtigt entscheiden. Das wurde aber von Rom verboten. Mittlerweile scheint ein Kompromiss gefunden zu sein.

„Wir haben eine Erosion des Bischofsamtes erlebt“

Doch es ist nicht klar, welche Befugnisse die Konferenz haben wird. Wird sie zum Beispiel auch über die Finanzen für überdiözesane kirchliche Aufgaben entscheiden können?

Vielleicht sind es auch gar nicht so sehr die harten Beschlüsse, die zählen. Der Synodale Weg hat eine neue Kultur der gemeinsamen Beratung und Entscheidung eingeübt. Bischöfe und Laien haben miteinander gerungen. „Wir haben uns ehrlicher gemacht“, sagt Sellmann. Für ihn ist klar, dass die Wahrscheinlichkeit für Missbrauch in der Kirche in Deutschland durch den Synodalen Weg gesunken ist: „Kein Bistum kann mehr vertuschen.“ Die Sensibilität sei gestiegen, die Opferverbände seien aufgewertet und die Allmacht der Bischöfe sei reduziert worden: „Wir haben eine Erosion des Bischofsamtes erlebt.“ Er hofft, dass der Ozeanriese bald seine neue Richtung findet und wieder Fahrt aufnimmt. ●



Foto: kna/Harald Oppitz



Foto: kna/Harald Oppitz



Foto: kna/Julia Steinbrecht

Ja, Nein, Enthaltung: Das Abstimmungsgerät war ein wichtiges Instrument.

Kirche kann auch jung sein: Beim Synodalen Weg waren alle Generationen vertreten.

Durchwachsene Bilanz: Matthias Sellmann übt konstruktive Kritik.

STRADOKU

Die weißen Felder sind mit den Ziffern von 1 bis 9 aufzufüllen. Pro Zeile und Spalte darf eine Ziffer nur einmal vorkommen. Waagrecht oder senkrecht zusammenhängende weiße Felder bilden eine Straße: Sie enthalten eine lückenlose Folge von Zahlen in beliebiger Reihenfolge, also z. B. 4-3-5, aber nicht 4-3-8. Vorgegebene Zahlen in farbigen Feldern können in der jeweiligen Zeile oder Spalte nicht mehr verwendet werden, sie sind nicht Teil einer Straße.

		3						6
			5			9	8	
9		5		4				
					9			
5				3		8		
	9		4		6			2
		8				4		
7			9		4			
6		1						4

Befreiung von Sündenstrafen	größere Truppenabteilung	spanische Inselgruppe		römischer Sonnengott	Initialen Spielbergs
→	↓			↓	↓
Heilige Schrift der Christen		frei, locker	→		
→					deutsche TV-Moderatorin (Maybrit)
gottesdienstlich		Drehgriff		arabischer Artikel	↓
→		↓		↓	
Zweikampf	→				
→				Schiffsetage	
bereitwillig	Schellfisch-art		lateinische Vorsilbe: weg	→	
Bischof von Osnabrück (Dominicus)	↓				
→			Vorname der Nielsen †		Braunalgen
Abk.: Religion		Teil eines Dramas	→		↓
span. Mehrzahl-artikel	→			persönliches Fürwort	
→				↓	
Mittel der Buße		bösartig, gemein	→		

Vom Freund der Revolution zum politischen Katholiken

Von Andreas Kaiser

Auch vor 200 Jahren gibt es schon Journalisten. Einer der bekanntesten ist Joseph Görres. Der Katholik gründet den Rheinischen Merkur, zu Beginn des 19. Jahrhunderts die bedeutendste politische Zeitung in Deutschland.

Geboren wird Joseph Görres am 25. Januar 1776 in Koblenz. Als Schüler an einem Jesuitengymnasium begeistert er sich für demokratische Bewegungen. Im Alter von 22 Jahren gibt Görres seine erste Zeitschrift „Das rote Blatt“ heraus und feiert darin die Französische Revolution. Ein Aufenthalt im Winter 1799



Blatt. Die letzte bereits gedruckte Ausgabe wird aus dem Verkehr gezogen. Görres flieht nach Straßburg und entwickelt sich dort – unter dem Einfluss katholischer Kreise – vom liberalen zum eher konservativen Denker.

Dieser Wandel öffnet ihm 1827 den Weg an die Universität München. Seine Vorlesungen zur Literaturgeschichte sind populär. Auch durch ihn entwickelt sich München zum geistigen Zentrum des politischen Katholizismus.

Zwischen 1836 und 1842 veröffentlicht Görres seine mehrbändige Schrift „Die christliche Mystik“. Er denkt darin Mystik, Religionsgeschichte und naturphilosophische Theologie zusammen.

1839 wird Görres geadelt. Zeitweise liebäugelt er auch mit antijüdischen Positionen, in seinem Gesamtwerk aber spielen sie kaum eine Rolle. Hier zeigt sich Görres eher aufgeschlossen gegenüber anderen Kulturen, die er etwa in der „Mythengeschichte der asiatischen Welt“ mit großem Eifer erforscht.

Am 29. Januar 1848 stirbt Görres in München. Seine Ideen aber sollen seine Zeit überdauern. Ab 1946 erscheint in Deutschland erneut eine Zeitung mit dem Namen Rheinischer Merkur. Das Blatt sieht sich bis zu seiner Einstellung im Jahr 2010 ausdrücklich in der Tradition von Joseph Görres.

1776

ANNO DOMINI

in Paris ändert seine Meinung jedoch radikal. Görres ist angewidert von der Willkür und dem Schrecken, die in Paris herrschen. Vorübergehend zieht er sich von allen politischen Aktivitäten zurück und wird Privatdozent für Geschichte an der Universität Heidelberg.

Ohne Aussicht auf eine feste Anstellung kehrt Görres jedoch bald nach Koblenz zurück. 1814 gründet er dort den Rheinischen Merkur. In seiner Zeitung wirbt er für die Einheit, Selbstbestimmung und Demokratisierung Deutschlands, die jedoch – anders als in Frankreich – die Traditionen des Christentums erhalten sollen. Scharf greift er die preußische Politik an, geißelt die zögerliche Umsetzung versprochener Verfassungsreformen und mangelnde Pressefreiheit.

1816 verbietet Preußens Staatskanzler Karl August von Hardenberg das

Geschichten aus dem Leben erzählt:

Wann bin ich dran?

Von Peter Josef Dickers

Vor neun Wochen hatte ich einen Termin für heute bekommen. Sechzehn Uhr. Ich bin pünktlich da. Ob ich jetzt noch krank bin, wird der Doktor gleich entscheiden. „Sie werden aufgerufen, wenn Sie an der Reihe sind“, höre ich auf dem Weg ins Wartezimmer.

Wartezimmer? Müssen Sie auch im Wartezimmer Platz nehmen, wenn Sie um sechzehn Uhr zum Kaffee eingeladen und pünktlich da sind? Ob sich der Doktor noch umziehen muss, ehe er mich empfängt? Und was sollen die anderen hier, die um mich herum sitzen? Sind alle für sechzehn Uhr zum Doktor-Check gebeten?

War das mein Name, der aus dem Lautsprecher tönte? Nein, nach Raum sechs begibt sich ein sportlich ausse-

hender Typ, der mir gegenüber saß. Alle Sechzehn-Uhr-Patienten wissen, wie es um ihn steht. Warum er jetzt wohl zum Doktor muss, obwohl er, so wie er



aussieht, gerade gestern erst aus dem Urlaub zurückkam?

Sein Platz wird sofort wieder besetzt. Sechzehn-Uhr-Auswechsel-Patient.

Alle zehn Minuten wird einer aufgerufen. Ich bin nicht dabei. Um achtzehn Uhr wollte ich den Fußballklassiker im Fernsehen sehen. Jetzt ist es halb sieben, und immer noch warten akut und sonst wie Kranke auf den Sechzehn-Uhr-Check.

Wann bin ich dran, Herr Doktor? Habe ich Aussicht auf die zweite Halbzeit? Ach, ich frage besser nicht.

Die zweite Halbzeit erlebe ich im Sprechzimmer, Raum vier. Welche Beschwerden ich habe, fragt mich der Doktor. Natürlich wollte ich mich beschweren, aber das Spiel ist sowieso für

mich gelaufen. Der Doktor ist sich unsicher. Ich soll an der Rezeption einen Termin vereinbaren für eine eingehende Untersuchung. Dafür brauche er Zeit. Muss ich bis dahin krank bleiben, Herr Doktor?

Foto: imago/Bihlmayerfotografie

Winterbild

*In meinem Zimmer ein paar frische Blumen,
Die allen Wintermissmut mir vertreiben.
Ein Vöglein pickt vor meinem Fenster Krumen
Und guckt dabei zutraulich durch die Scheiben.*

*In Stroh und Bast die Bäume eingeschlagen,
Damit der strenge Frost sie nicht berühre,
Die Beete wohl verwahrt vor kalten Tagen
Und, bloßen Haupts, ein Bettler vor der Türe.*

Hedwig Lachmann



Hedwig Lachmann (1865–1918) war Lyrikerin, Übersetzerin und Sprachlehrerin. Sie lebte eine Zeit in Ungarn, emigrierte mit ihrem späteren Gatten Gustav Landauer nach England, kehrte aber bald wieder nach Deutschland zurück. Das kurze Gedicht „Winterbild“ zeichnet einen bürgerlichen Haus-

halt, der sich gegen die frostige Außenwelt abgeschottet.

Die Strategie „Winter bleib draußen“ geht aber nicht auf. In der letzten Zeile erscheint unkommentiert der mühenlose, also ungeschützte Bettler. Er ist einfach nur da, damit schließt das Gedicht. Man könnte es in einem Persönlichkeitstest verwenden: Verändert das Erscheinen des Bettlers die Stimmung des Lesers zum Positiven oder zum Negativen? Passt er ins Bild oder stört er? Was würden Sie in einer ähnlichen Situation tun?

Foto: wikimedia

Damaris – Freiheit im Herzen

Sind Frauen gleich viel wert?

Damaris' Hochzeit rückte näher. Auch deshalb wurde sie mehr als sonst zu häuslichen Arbeiten herangezogen. Schließlich musste sie wissen, wie es in der Küche zuging. Ihr Bruder Nikos dagegen durfte zur Schule gehen. Dem alten Sklaven Pheistos fiel die Aufgabe zu, ihn zu begleiten und darauf zu achten, dass er seine Wachstafeln und Bücher nicht vergessen hatte.

Früher hatte Damaris einige Male dem Bruder seine Schulsachen entwendet. Nikos war stinksauer gewesen. „Was bist du nur für ein Mädchen? Du schleppst fort, womit du doch nichts anfangen kannst. Denn selbst wenn du ein paar Buchstaben entzifferst, wird dir der Sinn des Satzes nicht aufgehen. Es gibt Dinge, die sind nur den Jungen vorbehalten“, hatte er geschimpft. „Hilf du der Mutter im Haushalt und in der Küche, damit du später deinem Mann eine gute Dienerin und Gefährtin bist.“

In solchen Augenblicken wünschte Damaris dem Bruder Pest und Schwefel an den Hals, so zornig war sie. Denn wenn sich auch viele mit der ungleichen Behandlung zufriedengaben: Sie wollte sich mit der untergeordneten Rolle der Frau nicht abfinden.

Damaris hätte auch gern mehr über den Ehevertrag mit der Familie ihres Bräutigams gewusst. Doch ihr Vater Zenon hüllte sich in Schweigen. „Es ist alles zu deinem Nutzen geregelt“, sagte er nur. Er sagte nicht „Glück“, sondern „Nutzen“. Die Töchter würdevoll unterzubringen und finanziell abzusichern,

war das Ziel dieser Verträge. Damaris beruhigte das nicht.

Klio betrachtete ihre Tochter mit Sorge. Sie spürte die Unruhe in ihr, die fast täglich offensichtlicher wurde. Sie ahnte, dass die Hochzeit wie ein unbezwingbarer Berg vor ihr lag und sie nicht wusste, ob sie ihn erklimmen oder ihm lieber ausweichen sollte. Die meisten jungen Frauen stellten diese Frage nicht. „Wir sollten Damaris für eine Weile zu den Großeltern schicken. Vielleicht kommt sie dort auf andere Gedanken“, schlug Klio vor – und so geschah es.

Damaris war froh, Athen für einige Tage verlassen zu können. Die neue Umgebung, die andere Luft taten ihr gut. Sie beobachtete das harte Leben der Großeltern, wie sie Heu einfuhren, Weinreben beschnitten, die Kühe melkten und den Esel versorgten. Es schien ihr, dass

der gemeinsame Rhythmus der Lebensgestaltung seit Jahrzehnten eingeübt, gepflegt und nicht hinterfragt wurde. Alles hatte seine Ordnung, und diese Ordnung warf keine Fragen auf.

Das Zusammenleben der Großeltern erschien Damaris beispielhaft für eine gelungene Ehe. Aber ob sie einander tatsächlich liebten? Zu fragen getraute sie sich nicht, und sie war sich auch nicht sicher, ob sie von den Großeltern eine ehrliche Antwort bekommen hätte. Achaïos hätte vielleicht geantwortet: „Wir haben uns arrangiert“, was nichts über Liebesgefühle und besondere Zuneigung ausgesagt hätte. Admete hätte eventuell dazu genickt, sich möglicherweise aber nicht weiter dazu geäußert, außer dass

sie es klug getroffen hätte und dankbar dafür sei.

Als Damaris nach Hause zurückkehrte, war ihre Hochzeit inzwischen Stadtgespräch. Über die Verbindung mit einem so berühmten Mann wie Dionysios Areopagites wurde überall gerätselt. Auch Jonas wusste natürlich davon, Damaris hatte ihre Hochzeit gelegentlich erwähnt, wenn sie ihn in der Markthalle traf. Fast hätte man meinen können, sie wolle sich vergewissern, dass der Schritt, den sie ging, ja, gehen musste, auch von ihrem alten Freund gutgeheißen wurde.

Doch Jonas äußerte sich dazu nicht, sagte nur, was man den Gepflogenheiten nach bei so einer Gelegenheit sagt. Auf dem Grund seiner Seele indes herrschte ein Sturm, der ein Ventil suchte. Denn wenn er über keine nennenswerte Bildung verfügte: Der gesunde Menschenverstand sagte ihm, dass den Frauen in diesem Staat Unrecht geschah. Und nicht nur den Frauen: Auch die zugezogene Bevölkerung musste lange um Gleichberechtigung kämpfen; ihr Status war so umstritten wie der der Sklaven, die sich gelegentlich freikaufen konnten. Grundbesitz durften die Einwanderer nicht erwerben. Bedachte man diese Einschränkungen waren lediglich zwischen 15 und 20 Prozent der Bevölkerung am politischen Leben beteiligt. War das gerecht?

„Ich weiß von einem Propheten, der Mann und Frau gleich hoch schätzt“, rückte Jonas eines Tages mit der Sprache heraus. „Es gibt einige Leute im Land, die von ihm gehört und seine Botschaft weitergetragen haben. Er lehrt: Die Menschen sind nach Gottes Ebenbild geschaffen. So kann die Frau nicht von

»Es gibt Dinge, die
sind nur Jungen
vorbehalten.«



Illustration: InnoGPT/Ki-generiert

geringerem Wert als der Mann sein. Was meinst du?“

Damaris erschrak. Solche Gedanken gingen im Kopf eines ungebildeten, Jungen um? Den Gelehrten im Land, den berühmten Philosophen, Mathematikern und Ärzten kamen solche Überlegungen nicht in den Sinn? Aber ihr Herz jubelte. „Was würde ich darum geben, diesen Mann kennenzulernen.“

Die Sommertage wuchsen dem Zeitpunkt der Hochzeit entgegen. Damaris' Unruhe nahm zu. Auch auch zu Hause spürte sie eine zunehmende Hektik. Dann stürzte eines Tages stürzte Jonas am Rande der Markthalle auf Damaris zu. „Wir werden hohen Besuch bekommen.“

„So, wer ist es denn?“

„Jener Mann, der von der Gleichheit aller Menschen spricht! Er heißt Paulus.“

„Paulus?“

„Ja, ein Apostel. Er ist Zeltmacher von Beruf wie mein Vater Mários. Vater hat ihn eingeladen und er hat ohne Bedenken zugesagt. Er wird bei uns in der jüdi-

schen Gemeinde zu Gast sein.“

Damaris spürte, wie ihr die Farbe aus dem Gesicht wich. Sie fasste nach ihrem Herzen. „Mein Gott, Jonas, welch ein Glück!“

„Das sage ich auch. Du darfst gern zu uns kommen und ihn kennenlernen.“

„Wie?“

„Vater hat gleich zugestimmt, als ich ihn darum gebeten habe.“

Damaris fehlten die Worte. Dann stürzte sie auf Jonas zu, schlang ihre Arme um seinen Hals und gab ihm einen flüchtigen Kuss.



Hermann Multhaupt:
Damaris. Freiheit im Herzen.
Historischer Roman.
St. Benno Verlag.

SIKAKU

Teilen Sie das Diagramm in rechteckige oder quadratische Bereiche ein. Jedes Feld mit einer Zahl ist Teil dieses Rechtecks oder Quadrats, das so viele Felder hat, wie der Zahlenwert angibt. Das Zahlenfeld kann ein beliebiges Feld des Bereichs sein. Die aufgeteilten Bereiche liegen nicht übereinander. Es dürfen keine Felder übrig bleiben.

		5			3
			16		
		9	3		
14					14

SUDOKUS

Die Spielregeln in Kürze: Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3x-3-Kästchen-quadrat alle Ziffern von 1 bis 9 enthalten sind.

5				9	7			8
				8			4	3
	3			2	5			6
	6			3				9
	7			1	9		6	
9				8			4	
3				6	2		9	
6	5	4			8			
7				4	5			1

		4	1			6		8
				9			7	5
			2	7	3			
	5			2				6
1		7	5		8	9		4
6				3			5	
		2	6		5			
4	1			7				
8		5			2	1		



Foto: imago/Westend61

Zwei Seelsorger haben ein **Liederbuch** herausgegeben mit **neuen Texten** zu bekannten Melodien aus dem Gotteslob. Sie sehen es als Anregung für Menschen, die eine **zeitgemäße Sprache für ihren Glauben** suchen.

Von Barbara Dreiling

Ein Gott, der Menschen einlädt und mit Gutem in ihrem Leben beschenkt. Jesus, der nicht nur Jünger, sondern auch Jüngerinnen beruft. Ein Dankgebet, das mit den Worten endet „Ich bin wertvoll vor dir. Ich bin ein Schatz.“ Solche Texte stehen in dem Liederbuch, das Volkmar Franz und Franz Schmitt zu Melodien aus dem Gotteslob herausgegeben haben. Ihr Ziel war es nicht, Kirchenlieder umzudichten. Sie schrieben die Texte für die Seniorenseelsorge im Bistum Würzburg und wollten Glauben in einer zeitgemäßen Sprache ausdrücken.

„Mein Thema ist, die Suche nach Gott und die Sehnsucht in uns Menschen wachzuhalten, möglichst bis zum letzten Atemzug“, sagt Franz. Er habe viele Menschen kennengelernt, „die auch mit 80 noch ganz neu anfangen zu suchen“. Auch mit neuen Worten und neuen Gedanken über Gott.

Franz sieht sein Liederbuch deshalb eher als Anregung und nicht als Ersatz für alte Texte und Gebetbücher. In der Altenheimseelsorge beispielsweise sei für ihn klar, dass „da eher die vertrauten Texte zu verwenden sind“, weil viele Menschen sie von klein auf kennen und

auch Menschen mit Demenz sie noch abrufen können.

In Liederwerkstätten hat er sich mit Engagierten aus der Seniorenpastoral mit den Inhalten neuer geistlicher Lieder auseinandergesetzt. Er hörte, dass viele alte Menschen auf der einen Seite in der katholischen Tradition groß geworden sind und sich darin auch noch wohlfühlen – und dass für manche aber auch viele Liedtexte mit der Welt nicht mehr so recht zusammenpassen. Franz erlebte den Wunsch, „dass Glaube möglichst alltagsnah und lebensstauglich ist“.

„Das ist auch meine Erfahrung“

Die Reaktionen auf seine Texte waren positiv. Referenten aus anderen Bistümern fragten nach, ob sie sie verwenden können. Eine Ehrenamtliche habe einen Stapel Liederbücher für ihren Singkreis bestellt, berichtet Franz. Auch aus Familien-, Bibel- oder Gesprächskreisen hat er Reaktionen gehört wie „Ja, das ist auch meine Sprache. Das ist auch meine Erfahrung mit Gott.“

Oft geht es in seinen Liedern um die Zuwendung Gottes zum Menschen und um die Beziehungen eines Menschen zu seinen Mitmenschen. Zur Melodie

von „Wer unterm Schutz des Höchsten steht“ heißt es: „Wer Gott vertraut, / hat Kraft und geht / im Glauben, dass Gott zu ihm steht. / Der wird gestärkt, hat Zuversicht, / auf seinen Wegen Gott gibt Licht.“

Auch das Lied „Ein Haus voll Glorie schauet“ hat einen neuen Text bekommen. Der alte, sagt Franz, zeichne „ein Kirchenbild aus alter Zeit und spätestens seit dem Missbrauchsskandal kann ich das nicht mehr singen“. Bei ihm heißt es: „Ich träume von der Kirche, / die ohne Macht besteht, / die Jesu Botschaft kündigt, / dass Gott im Menschen lebt.“

In den insgesamt 72 Liedern und Gebeten geht es um die Suche des Menschen nach Gott, von dem niemand weiß, wie er letztendlich ist, sagt Franz. Mit was er nichts anfangen kann, sind alte Bilder von Gott in der Höhe, von Ehre, vom Thron, von Kerubim und Serafim, dem ganzen himmlischen Staat. „Das sind Bilder aus dem Mittelalter, die für mich nicht mehr passen.“



Volkmar Franz, Franz Schmitt (Hg.).
Mit anderen Worten.
Neue Texte zu bekannten Melodien.
Verlag Michael
Pfeifer, 11,80 Euro

Gelernt ist gelernt



Foto: kna/Corinne Simon

Von Susanne Haverkamp

Beten in festen Formen ist eine uralte Tradition. Jesus hat sicher täglich das Grundgebet der Juden gebetet: „Höre Israel, der Ewige ist unser Gott, der Ewige ist einzig.“ Auch manche Psalmen wird er auswendig gekannt haben: „Der Herr ist mein Hirt“ oder „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen“. Und als seine Jünger ihn baten „Lehre uns beten“, formulierte er für sie das Vaterunser.

Solche oft wiederholten Gebete dringen tief in unser Herz und in unseren Verstand, sie werden quasi ein Teil von uns. Um sie zu beten, muss man sich nicht anstrengen, nicht kreativ sein, noch nicht einmal besonders konzentriert. Sie sind wie das Atmen: ein selbstverständlicher Teil des Lebens. Wenn bei sehr alten oder demenziell erkrankten Menschen nichts mehr geht, dann bleibt oft noch das Vaterunser. Oder das Gegrüßet-seist-du-Maria. Sterbebegleiter berichten davon, dass Menschen ruhiger werden, wenn sie diese Worte sprechen oder hören. Diese vertrauten Gebete verbinden unsere Seele mit Gott, auch und gerade in tiefster Not, wenn uns die eigenen Worte fehlen.

Dafür allerdings müssen sie eingeübt werden, am besten von klein auf. Das Tischgebet ist ein gutes Beispiel. „Alle guten Gaben, alles was wir haben“ oder „Komm, Herr Jesus, sei unser Gast“:

Manche sagen: **Vorformulierte Gebete** leiern man doch nur herunter; man spricht die eingeübten Worte, aber ist **in Gedanken ganz woanders**. Stimmt das? Und wenn: **Ist es schlimm?**

Mag sein, dass das langweilig ist, immer dasselbe. Aber das sind „Guten Appetit“ oder „Gute Nacht“ auch.

Ritualisierte Formeln helfen uns durchs Leben. Ebenso wenig wie wir uns jeden Tag neu eine originelle Begrüßung für unsere Mitmenschen ausdenken, müssen wir uns jeden Tag eine neue Begrüßung für Gott überlegen.

Und was das Herunterleiern betrifft: Auch das „Guten Morgen“ im Büro wird oft eher gemurmelt als mit vollem Herzen jubiliert – macht aber nichts. Es zeigt trotzdem, dass wir den anderen wahrnehmen, dass wir vielleicht sogar dankbar sind, dass es ihn gibt. Nichts anderes ist das Kreuzzeichen am Morgen oder am Abend vor dem Einschlafen. Eine Routine, die uns jeden Tag dankbar mit Gott verbindet.

Welche dieser Gebete man übernimmt, entscheidet jede und jeder für sich. Wer eine große Nähe zur Gottesmutter empfindet, wird vielleicht regelmäßig den Rosenkranz beten – und kann bei der meditativen Wiederholung

ruhiger werden, Sorgen loslassen, Hoffnung schöpfen. Andere beten am Mittag den „Engel des Herrn“ und schaffen so eine kurze Atempause im Alltag. Oder sie beten das alte Jesusgebet: „Jesus, dir leb ich, Jesus, dir sterb' ich“. Oder sprechen am Ende des Tages das Vaterunser.

Ein weiterer Vorteil der altbekannten Gebete: Man kann sie gemeinsam sprechen. In der Eucharistiefeier natürlich, aber auch, wenn sich zwei oder drei – oder mehrere – zusammenfinden, um etwa den Rosenkranz zu beten.

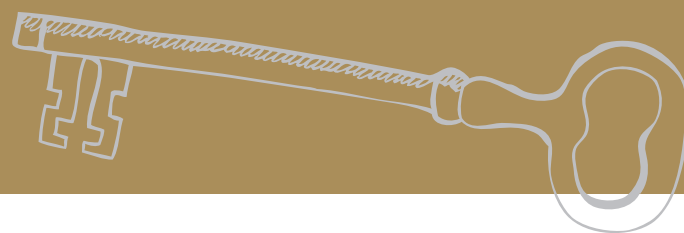
Oder ein Totengebet. Gemeinsames Beten als Erfahrung des gemeinsamen Glaubens.

Schade ist, dass heute nur noch wenige Kinder diese Gebete von klein auf einüben. Sicher auch, weil gemeinsame Mahlzeiten und Abendrituale in der Familie seltener sind. Oder weil Eltern keine schönen Kindergebete kennen und altertümlich Texte wie „Müde bin ich, geh zur Ruh“ nicht mögen. Auch der Besuch der Sonntagsmesse, in der man früher Gebete einfach automatisch lernte, ist unüblich geworden.

Schade ist das für die Kinder: Ihnen werden vielleicht irgendwann diese tief verwurzelten Gebete fehlen, die einfach aus dem Inneren hochsteigen und auch und gerade in der Not tragen und ihre Kraft erweisen. ●



Mit Köpfchen und Geschicklichkeit



Die Ordensbrüder wachen darüber, dass kein Besucher verlorengeht.



Alle Rätsel gelöst? Dann gibt es eine Belohnung.



Escape-Room nennt man ein Spiel, bei dem Menschen durch das **Lösen von Rätseln** aus einer Anlage hinaus- oder durch diese hindurchfinden müssen. Diesen Spaß bietet nun ein **Kloster in Schwaben**. Am Ende wartet ein **Genuss**.

Text und Fotos von Christopher Beschnitt

Es geht bergab für die vier Frauen, hinunter in den Keller. Schnell werden sie diesennichtwieder verlassen – zumindest nicht in der nächsten Stunde. 60 Minuten haben sie, um den neuen Escape-Room im bayerisch-schwäbischen Kloster Roggenburg zu bewältigen. Die Spielerinnen müssen versuchen, über das Lösen diverser Rätsel durch die Anlage hindurch zu einem Ziel zu finden.

Sie heißen Marla Stipar, Katrin Reitlinger, Charlotte Faist und Marion Pistracher, sind zwischen 19 und 56 Jahren alt, arbeiten im Umfeld des Prämonstratenserklosters in der Nähe von Ulm

und sind Testpersonen: Das Kloster feiert 2026 ihr 900-jähriges Bestehen, der Escape-Room ist eines der Angebote zum Jubiläum. Die Frauen sollen herausfinden, ob alles klappt.

Einer der Rätselraum-Verantwortlichen ist Kilian Neubert. Der 31-jährige Ordensmann leitet die Frauen hier unten im Gewölbe eines der ehemaligen Wirtschaftsgebäude hinein in das Spiel. „Wir schreiben das Jahr 1632. Auf dem europäischen Kontinent tobt der Dreißigjährige Krieg“, beginnt der Bruder, „ihr seid Bedienstete des Klosters und euch erreicht dieses Gerücht: Die Schweden kommen.“ Nun müsse man verhandeln, um das Kloster vor Verwüstungen zu bewahren, insbesondere das wertvolle Chorgestühl. Doch was den Schweden anbieten? Dazu gelte es, die verborgene Klosterschatzkammer zu finden.

Das also ist die Geschichte hinter dem Escape-Room, zu dem der Bruder jetzt die Tür öffnet. Er lässt die Frauen eintreten in eine karge Klosterzelle ohne Fenster. Ein Bett, ein Schrank, ein Kreuz an der Wand. Immerhin: Auch ein Bildschirm steht parat. Das ist nicht die einzige Technik in diesem Zimmer. Denn unter der Decke hängen Kameras. Über

diese behält Bruder Kilian am Rechner oben über dem Keller das Geschehen im Blick. Wenn die Rätsellösung stockt, greift er ein: per Walkie-Talkie, das er der Gruppe zugesteckt hat.

Ohne Tipps kaum zu schaffen

Ein paar Minuten später sind die Frauen noch nicht wirklich vorankommen. Sie haben schon in die hintersten Ecken voller Spinnweben gelugt, das Bett durchwühlt und einen Sack, gefüllt mit Rosenkränzen, ebenso. Gefunden haben sie seltsame Dinge und mysteriöse Codes. Doch der entscheidende Hinweis fehlt. „Hä, wieso liegen da lauter kleine Schrauben? Das macht gar keinen Sinn“, ruft Marla Stipar plötzlich.

Macht es nicht? Oder doch? Zu viel soll nicht verraten werden. Was gesagt werden darf: Nach gut 18 Minuten hat es das Quartett geschafft. Der Schlüssel zur nächsten Tür ist ergattert. Ein Drittel der Spielzeit ist nun vorbei. Reicht der Rest, um den Schatz zu finden?

Der weitere Weg führt die Frauen vorbei an belanglos wirkenden Einrichtungsgegenständen wie Esstisch und Aktenschubern. Vorbei auch an sus-

pekt erscheinenden Bildern und Karten voller Linien, Ziffern und Buchstaben, vorbei an einem prall gefüllten Bücherregal. „Muss man da was addieren?“, fragt Marion Pistracher beim Durchblättern der Werke. Feine Ironie, dass eines davon „Quo vadis?“ heißt, also „Wohin gehst du?“. Sollten die Frauen hier unten bleiben müssen – Lesestoff hätten sie genug. Zum Beispiel die „Geschichte der Päpste“ in mehr als 20 Bänden.

Doch so weit kommt es nicht. „Ich glaube, ich höre die Rufe der Schweden herannahen“, knistert Bruder Kilians Stimme nach knapp 56 Minuten Spielzeit durchs Walkie-Talkie. Der Anschlag wirkt: Das Quartett entwirrt im Endspurt die letzten schnörkeligen Lettern und schwurbeligen Botschaften, kämpft sich in die hinterste Kammer vor, dreht schließlich dort am Zahlenschloss einer kleinen Kiste herum und zack – nach einer Stunde (und, zugegeben, fünf Minuten plus) springt die Schatztruhe auf.

Darin liegt – Achtung, Spoiler – ein süßer Genuss: Gummibärchen. „Zum offiziellen Start legen wir Schokoladentaler rein“, sagt Bruder Kilian, der gerade in die Schatzkammer getreten

ist. Die würden etwas mehr nach einem Schatz aussehen.

Die Spielerinnen strahlen ihn an. Cool, wirklich kreativ, echt gut gemacht – so beurteilen sie den Escape-Room. Sie sagen aber auch: „Schon anspruchsvoll!“ Der Ordensmann lächelt. Der Testdurchlauf ist gelungen, die Öffentlichkeit kann kommen.

Dass viele kommen, ist der Sinn des Escape-Rooms. „Wir möchten Menschen spielerisch ans Kloster heranführen und zwar über das klassische Klosterpublikum hinaus“, sagt Bruder Kilian. Ein Jahr hätten er, Mitbrüder und Helfer aus dem Klosterumfeld dazu den Gewölbekeller hergerichtet und Rätsel erdacht. Die Idee stamme aus einem Prämonstratenserstift in Österreich. „Ansonsten kenne ich kein anderes Kloster mit Escape-Room.“

Ein Kloster ist ein Ort des Glaubens. Das passt zum Escape-Room. Denn ganz ohne Tipps per Walkie-Talkie sind die Rätsel kaum zu schaffen, wie Bruder Kilian meint. Wer mag, kann das so deuten: Manchmal braucht es Führung von oben. Nach oben gehen auch die Spielerinnen wieder. Aus dem Keller raus, das Spiel ist aus.



Ein alter Kasten mit neuen Ideen: das Prämonstratenser-Kloster Roggenburg

Die Frau, die dem Papst einen Korb gab

Von Christian Feldmann

Die Menschen haben sie schon zu Lebzeiten vergöttert. Als sie Ende Januar 1540 gestorben war, stritten sich die Priester der beiden vornehmsten Kirchen von Brescia um die Ehre, ihren Leichnam beizusetzen. Aber es dauerte 267 Jahre, bis Rom die Ordensstifterin und frühe Sozialarbeiterin Angela Merici aus Oberitalien heiligsprach. „Ihre Ideen waren zu modern“ – so erklärt das eine Biografin.

Um 1467 kam sie am Gardasee zur Welt. Nach dem Tod ihrer Eltern holte ein Onkel Angela zu sich in den mondänen Erholungsort Salò. Das junge Mädchen, eine zartgebaute Blondine, hätte in diesem Freizeitparadies lebenslustiger Leute alle Chancen gehabt. Doch Angela sah, dass die Mädchen aus den armen Familien ohne jede Bildung aufwachsen. Und überlegte sich, wie man das ändern kann.

Große Pracht und schreiendes Elend

Angela schloss sich dem – für Laien gedachten – Dritten Orden des heiligen Franziskus an und kehrte in ihr Heimat zurück. Sie scharte Freundinnen um sich und die Gruppe begann, Mädchen Religionsunterricht zu geben. Bald holte man sie ins nahe Brescia, wo sie sich wieder um die Kinder der Armen kümmerte, Krankenbesuche machte, die Handwerker in ihren Werkstätten aufsuchte, bei Nachbarschaftsstreitigkeiten und Familienproblemen vermittelte.

Brescia, die reiche Handelsstadt mit ihren Palazzi und prachtvollen Kirchen, war auch eine Stadt der Entwurzelten.



Angela Medici war überzeugt, dass man die ungerechten Verhältnisse nur ändert, wenn man den Armen Bildung vermittelt.

Schreiendes Elend in den Armenbezirken kontrastierte zu den üppigen Banketten der reichen Patrizier. Angela hielt keine flammenden Reden und gründete keine Partei. Sie erkannte, dass sich dieses verrottete Gefüge aus Machtstreben,

Arroganz und Korruption am wirksamsten reformieren lässt, indem man den unwissend und fügsam Gehaltenen Bildung und Bewusstsein vermittelt.

Angela teilte Brescia in Bezirke auf und weist jedem Viertel ein paar Helferinnen zu. Die gingen regelmäßig von Haus zu Haus; der Unterricht sollte in engem Kontakt mit den Familien stattfinden. Irgendwann wollte der Papst persönlich diese faszinierende Frau aus Brescia abwerben. Ohne Erfolg. Angela habe höflich abgelehnt, vermerkt der Chronist. 29 Frauen waren es schließlich, die am 25. November 1535 geloben, ihr Leben in den Dienst Gottes und der Armen zu stellen. „Ursulinen“ nannten sie sich, nach einer frühchristlichen Märtyrerin, und der Bischof von Brescia genehmigte ihre Ordensregel – die erste von einer Frau geschriebene.

Ohne Tracht und Klausur

Die Ursulinen lebten weiter in der Welt, das heißt in ihren Familien, ohne Kloster und Ordenstracht. Doch die Amtskirche duldet diesen Alleingang nicht lange. Einige Jahre nach Angelas Tod sollte Rom auch den Ursulinen Ordenstracht und Klausur vorschreiben; letztere allerdings auf das Chorgebet beschränkt.

Ihre pädagogische Arbeit in den Armenvierteln gestalteten die Ursulinen nach den Prinzipien von Respekt und Menschenwürde. Es überrascht nicht, dass immer mehr junge Mädchen zu der jungen Gemeinschaft stießen. Einhalb Jahre nach der Gründung hatte sie schon 76 Mitglieder.

Die von der 1540 gestorbenen Angela Merici gegründeten Ursulinen wurden zum größten katholischen Frauenorden im pädagogischen Bereich und zählen weltweit immer noch mehr als 10 000 Schwestern.

WÖRTERVERSTECK

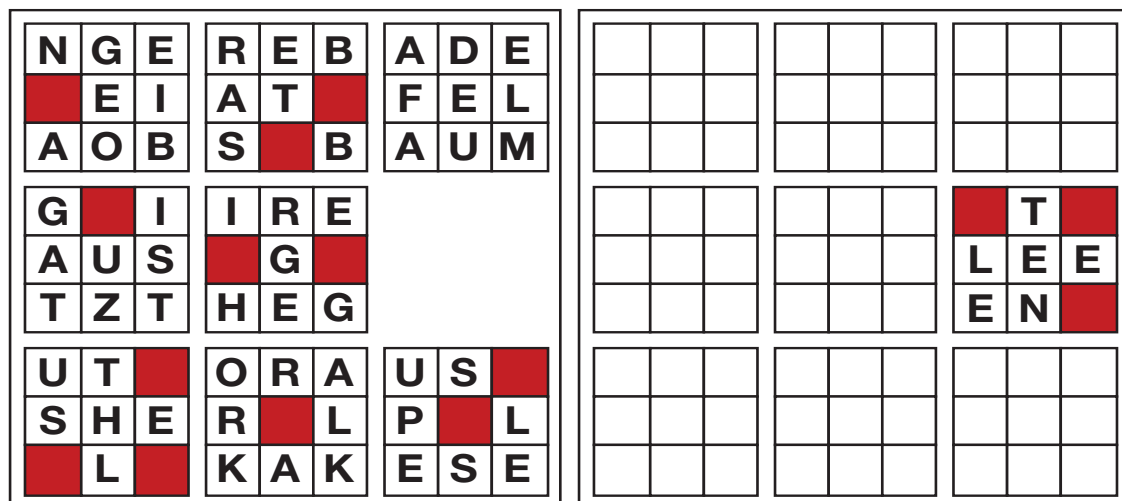
Wir haben die nachfolgend aufgeführten Begriffe in diesem Buchstabenwirrarr versteckt. Die Wörter können in jede Richtung laufen, auch diagonal, rückwärts oder auch von unten nach oben. Viel Spaß beim Auffinden der Worte!

ALKOHOLIKA – EILSENDUNG – GASMESSER – MISERE – MUENSTERLAND – NIEDRIG –
RECHTMAESSIG – RHODODENDRON – TERRINE – WAGENHEBER – WANKELMUETIG –
WINDSCHIEF – ZAHNSEIDE



KREUZWORTMOSAIK

Unser Kreuzwort ist in 9 Quadrate zerschnitten. Ein Quadrat ist in unserem Diagramm an seinem richtigen Platz. Suchen Sie im linken Diagramm die fehlenden Quadrate, und setzen Sie sie rechts ein. Ein kleiner Hinweis: Das erste Wort waagerecht lautet: **ORANGEADE**.



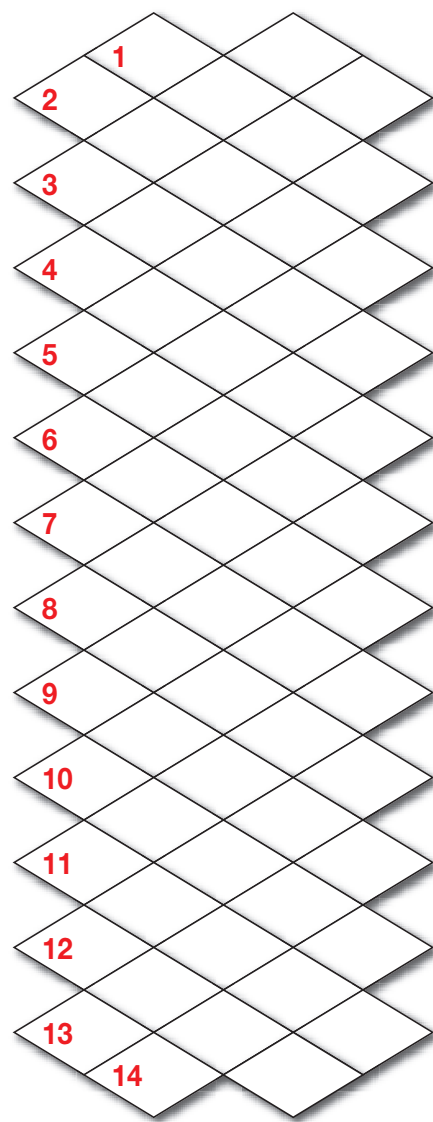
SILBENRÄTSEL

Aus den folgenden Silben sind 12 Wörter mit den unten aufgeführten Bedeutungen zu bilden:

AN – BAHN – BER – BRA – DE – EDEL – ER – FILZ – GE – GRÜ – HA – HAUS – LA – LAUBT – LOS – MAR –
ME – ME – MEL – MEN – MIT – NOS – PEN – PUP – RENN – SAM – SCHWOM – SE – SEN – STIFT – TALL –
TEIL – TEN – TRAB – TROM – UN – VER – ZEIT – ZEN

Nach richtiger Lösung ergeben die dritten und die neunten Buchstaben, jeweils von oben nach unten gelesen, ein altes Sprichwort.

RÄTSELZOPF



NACH RECHTS OBEN:

- 2 Tonbezeichnung
- 3 Doldengewächs, Salatgewürz
- 4 fruchtbare Erdschicht
- 5 orient. Frauengemach
- 6 Funkortungsverfahren
- 7 hinweisendes Fürwort
- 8 hohe Männersingstimme
- 9 Wortteil: Hundertstel
- 10 Nadelholzgewächs
- 11 britische Münze
- 12 große Anzahl
- 13 Bergzacke
- 14 Fluss durch Florenz

NACH RECHTS UNTEN:

- 1 Elendsviertel
- 2 Gefäß im Haushalt
- 3 Autorin von „Der Liebhaber“ †
- 4 Streit, Zwist
- 5 Hauptstadt von Vietnam
- 6 Pension
- 7 Frauenkurzname
- 8 Raum in der Scheune
- 9 Greifwerkzeug
- 10 japanischer Kaisertitel
- 11 Schülersprache: Schule
- 12 Stern im „Walfisch“
- 13 Kfz.-Z.: Südafrika

- | | | |
|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|
| 1 _____
Kinderspielzeug | 5 _____
ein Wildgericht | 9 _____
Generationsangehöriger |
| 2 _____
unklar, schemenhaft | 6 _____
nicht statthaft | 10 _____
Schreibutensil |
| 3 _____
Pferdesportanlage | 7 _____
süßer Brotaufstrich | 11 _____
redselig |
| 4 _____
Lotterietensil | 8 _____
Material vieler Münzen | 12 _____
österreichischer Dichter |



Die Kälte und der Körper

Foto: imago/Westend 61

Kälte ist ein **Kraftakt** für den Körper. Er muss reagieren, um die Kerntemperatur von 37 Grad aufrechtzuerhalten. Über **Gänsehaut, Zittern und heiße Getränke**.

Was macht der Körper, wenn es kalt wird?

Bereits bei einer Außentemperatur von unter 15 Grad Celsius reagiert der Körper. Er sendet Signale an die Blutgefäße in der Haut und den Extremitäten, die sich daraufhin zusammenziehen, um einen Wärmeverlust zu verhindern. Der Blutdruck steigt. Organfunktionen werden gedrosselt, Puls und Atmung langsamer. Das Blut wird zu den überlebenswichtigen Organen und damit zur Körpermitte umverteilt. Das spürt man besonders unangenehm an Händen, Füßen oder Ohren.

Warum gibt es Gänsehaut?

Die Haare auf dem Körper sind mit einem Muskel verbunden. Spannt sich dieser an, richten sich die feinen Härchen auf und die Gänsehaut entsteht. Zwischen der Hautoberfläche und den aufgestellten Härchen entsteht eine Luftschicht, die vor Wärmeverlust schützt. Da der Mensch nur noch über spärliche Körperbehaarung verfügt, hat die Gänsehaut allerdings ihre ursprüngliche Funktion weitgehend verloren.

Warum zittern wir bei Kälte?

Das Zittern ist ein weiterer Schutzmechanismus. Denn dabei spannt der Kör-

per immer wieder kurz die Muskeln an. Das erzeugt Wärme und schützt den Körper vor dem Auskühlen. Das geschieht auch, wenn wir auf der Stelle treten oder kalte Hände aneinander reiben.

Wieso frieren einige Menschen schneller als andere?

Menschen nehmen Kälte unterschiedlich wahr. Frauen haben in der Regel eine größere Oberfläche und eine geringere Gesamtkörpermasse als Männer. Daher geben sie mehr Wärme ab und frieren schneller. Auch der Körperfettanteil spielt eine Rolle. Das Fett isoliert den Körper, weshalb Menschen mit einem höheren Körperfettanteil nachweislich seltener frieren.

Warum frieren alte Menschen schneller?

Mit steigendem Alter lässt das Kälteempfinden langsam nach. Gleichzeitig kann der Körper schlechter die normale Körpertemperatur aufrechterhalten, was auch am altersbedingten Verlust an Muskelmasse liegt.

Wichtig ist aber auch die aktuellen Verfassung. Bei Müdigkeit etwa läuft vieles auf Sparflamme. Die Sauerstoffaufnahme verringert sich, die Müdigkeit verstärkt sich, Verwirrtheit und Desorientierung können auftreten. Wer bei

Kälte einschläft, läuft deshalb Gefahr zu erfrieren.

Was tun gegen Frieren und Frösteln?

Gute und trockene Kleidung spielt eine wichtige Rolle. Ideal sind mehrere Schichten, zwischen denen sich ein Luftpolster bilden kann. Bei sportlichen Aktivitäten im Freien friert der Körper schneller, wenn er durch Schwitzen nass ist. In Wohnräumen sollten etwa 20 bis 22 Grad Celsius herrschen. Wer länger auf dem Sofa oder am Schreibtisch sitzt, kann sich durch dicke Socken oder eine Wolldecke warm halten.

Kann man das Kälteempfinden beeinflussen?

Kälte auszuhalten, kann man in einem gewissen Maß üben. Wer im Winter regelmäßig ins Freie geht, senkt die Empfindlichkeit seiner Kälterezeptoren. Wechselbäder, kalt-warmes Duschen oder Saunabesuche trainieren die Blutgefäße, die sich dann besser an die jeweiligen Gegebenheiten anpassen.

Helfen auch warme Getränke?

Warme Getränke wie Kaffee und Tee wärmen den Körper von innen. Alkohol – auch in Form von heißem Glühwein oder Punsch – hat jedoch den gegenteiligen Effekt: Er weitet die Blutgefäße, wodurch der Körper zwar zunächst besser durchblutet wird, aber auch schneller Wärme verliert. (kna) ●

Einfach himmlisch gesund

In den westlichen Staaten Afrikas ist die sogenannte „Groundnut Soup“ oder „Peanut Soup“ zuhause. Jeder Staat hat dort seine eigene Version der Suppe und „meine Version ist sicher alles andere als authentisch“, sagt Lynn Hoefler. Die erfolgreiche Bloggerin und Autorin empfiehlt eine Mischung aus deutscher Lauchsuppe und afrikanischer Erdnussuppe, eine unkonventionelle, aber sehr aromatische Liaison.

Die Süßkartoffeln verleihen der Suppe eine natürliche Süße, das Erdnussmus Cremigkeit und der Blattspinat eine Extraportion Vitamine. Bei Erdnussallergie können die Nüsse weggelassen oder durch Cashewkerne, Mandeln oder Sonnenblumenkerne ersetzt werden.

Himmlisch für Körper und Seele, weil Lauch ein unterschätztes Heilgemüse ist. Er liefert eine Menge Vitamin K, was zu starken Knochen und Gelenken beiträgt und Osteoporose vorbeugt. Lauch sorgt ebenfalls für ein gesundes Klima im Darm, da er zu den wenigen Lebensmitteln mit hohem Inulingehalt gehört. Der lösliche Ballaststoff Inulin glänzt mit positiver Wirkung auf unsere Darmflora, da er die guten Darmbakterien nährt und somit die Verdauung anregt. Wer Probleme mit Blähungen nach dem Verzehr von Lauch hat, kann mit blähreduzierenden Gewürzen wie Fenchel oder Kümmel vorbeugen.

Die Bloggerin und Autorin Lynn Hoefler zeigt in ihrem neuen Buch, wie sich gesunde Ernährung einfach und schnell in den Alltag integrieren lässt, denn mit etwas Vorbereitung, aber minimalem Aufwand ist es ziemlich leicht, sich gesund zu ernähren.

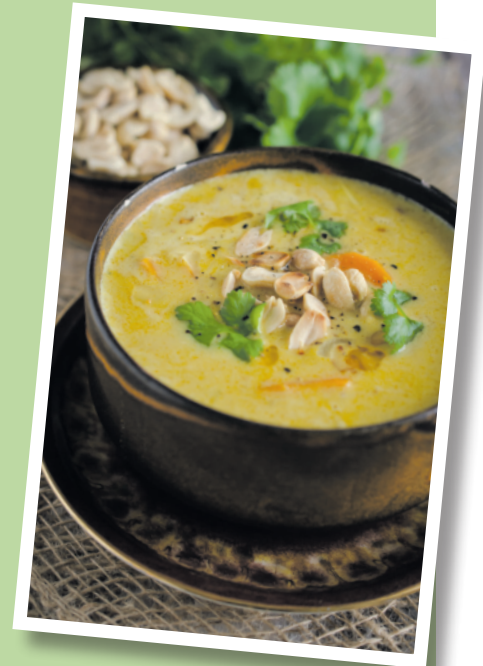


Lynn Hoefler
Einfach himmlisch gesund
Jan Thorbecke Verlag,
248 S., Hardcover, 29 Euro

Afrikanische Erdnuss-Lauchsuppe

Für 4 Personen
Zubereitungszeit
30 Minuten

Zutaten:
2 Schalotten
(oder 1 rote Zwiebel)
1 Knoblauchzehe
2 Karotten
1 mittelgroße
Süßkartoffel
2 Stangen Lauch
1 EL natives Kokosöl
2 TL Currypulver
500 ml Wasser
2 EL Gemüsebrühe
200 ml Kokosmilch
2 EL Erdnussmus
60 g Erdnüsse
2 Handvoll Babyspinat
Saft von ½ Zitrone
Meer- oder Steinsalz und Pfeffer



1. Schritt

Die Schalotten und die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Die Karotten und die Süßkartoffel schälen und mundgerecht würfeln. Den Lauch in Ringe schneiden.

2. Schritt

Das Kokosöl in einem Topf erhitzen. Die Schalotten darin ca. 1 Minute anbraten. Knoblauch und Currypulver dazugeben und kurz mit anbraten, bis sich das Aroma entfaltet hat. Die Karotten, die Süßkartoffeln und den Lauch dazugeben und ca. 3 Minuten mit anbraten. Mit dem Wasser und der Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen. Die Hitze reduzieren und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen. Dann die Kokosmilch und das Erdnussmus unterrühren und kurz erwärmen. Die Hälfte der Erdnüsse und den Babyspinat unterheben.

3. Schritt

Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und mit den restlichen Erdnüssen garnieren.

Seid nett zueinander!

Freundlichkeit gilt inzwischen als sanfte Stärke. Studien zeigen, dass sie Stress reduziert, das Herz schützt und die Stimmung hebt. Freundlich zu sein, ist dabei nicht nur eine Frage des angeborenen Charakters, sondern eine Fähigkeit, die sich entwickeln lässt. Vorschläge und Tipps, wie wir freundlicher durch Leben kommen und die Stimmung heben.

1 Probieren Sie mal, jeden Tag eine einzige kleine, freundliche Geste einzuüben: jemandem die Tür aufhalten, ehrliches Lob aussprechen, ein nettes Gespräch beginnen.

2 Schaffen Sie Bewusstsein: Halten Sie inne, bevor Sie auf einen Satz oder eine Situation reagieren. Überlegen Sie kurz, wie sich eine Situation konstruktiv und positiv gestalten lässt.

3 Üben Sie Empathie: Sich in andere hineinzuversetzen und ihre Perspektive ernst zu nehmen, ist gar nicht

so einfach. Besonders, wenn man anderer Meinung ist.

4 Zeigen Sie, dass Sie da sind – nicht nur äußerlich: Schenken Sie Aufmerksamkeit, halten Sie Blickkontakt. Und legen Sie Ablenkungen wie Smartphones beiseite, wenn Sie mit anderen zusammen sind.

5 Wählen Sie Ihre Worte mit Bedacht: Wertschätzende Formulierungen, ein ehrliches Lob und ein aufrichtiges Dankeschön fördern ein gutes Miteinander. Und wenn Sie Kritik äußern, macht der Ton die Musik.

6 Nutzen Sie kleine Gesten: Ein kleines Lächeln, ein freundlicher Gruß oder höfliche Umgangsformen entfalten oft mehr Wirkung, als man denkt.

7 Bieten Sie im Rahmen Ihrer Möglichkeiten Hilfe an: Freiwillige

kleine Hilfestellungen in der Familie, in der Nachbarschaft, in der Kirchengemeinde oder in sozialen Einrichtungen machen nicht nur anderen Freude, sondern auch Ihnen selbst. Probieren Sie es mal aus!

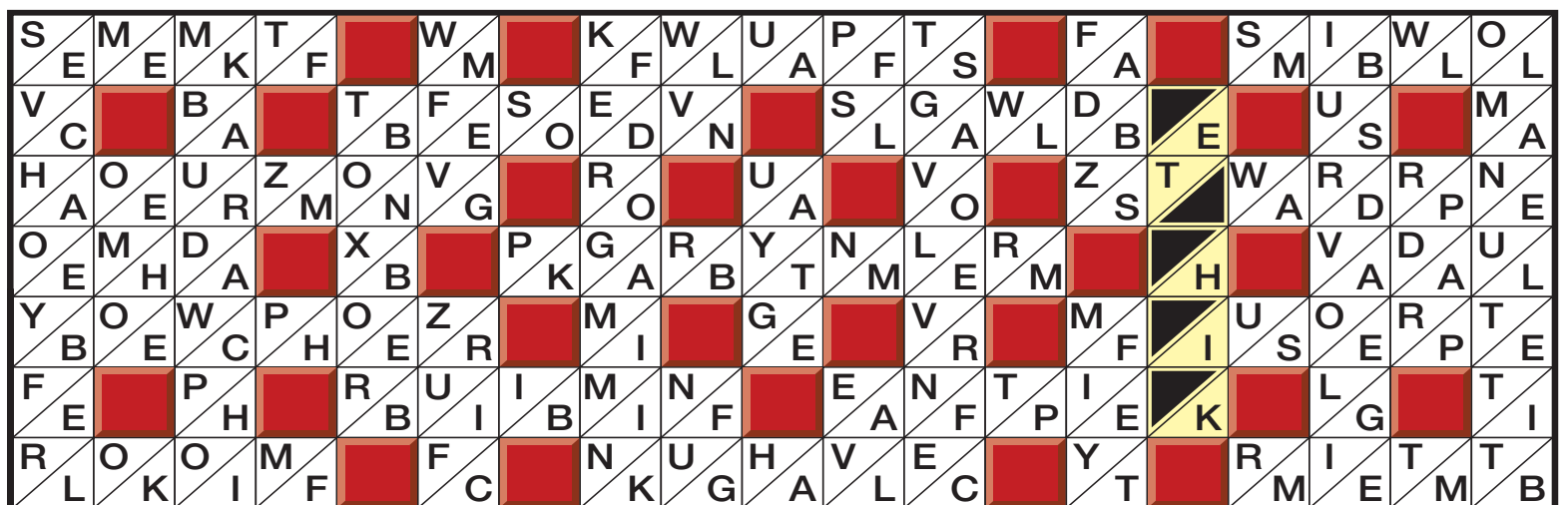
8 Seien Sie freundlich zu sich selbst: Gönnen Sie sich kleine Auszeiten, seien Sie nicht zu kritisch mit sich selbst und erkennen Sie eigene Bedürfnisse an. (kna) ●



Foto: imago/Guido Schiefer

EINER MUSS WEG

Streichen Sie in jedem Kästchen einen Buchstaben, sodass sich waagrecht und senkrecht sinnvolle Begriffe ergeben, wie es das eingetragene Startwort zeigt. Viel Spaß beim Knobeln!



Mein Bruder Klaus

Wann, wie und wo Kinder mit einer **Behinderung** zur Erstkommunion gehen, ist heute noch die Frage. Dabei kann es **ganz einfach** sein, erinnert sich unsere Leserin.

Die Zeit vom 20. November 1944 bis Kriegsende verbrachte ich mit meiner Mutter und meinem zweijährigen Brüderchen Klaus in der Evakuierung in dem kleinen 300-Seelendorf Großenbach bei Hünfeld. Klaus reagierte leider empfindlich auf das dort herrschende rauhe Rhön-Klima. Er bekam eine solch schlimme Mittelohrentzündung, dass seine gesamte Kopffläche vom Arzt in Mull und Verband eingepackt wurde, da das nötige Penicillin nur noch auf dem Schwarzmarkt erhältlich war.

Die Folge war eine Schädigung seines Kleinhirns, Klaus wurde behindert. Gegenüber gesunden Kindern war er langsam in allem, was er tat. Durch Privatunterricht lernte er lesen und schreiben und wurde zwei Jahre später als andere eingeschult. Daher ging er auch zwei Jahre später, mit 11 Jahren, zur Erstkommunion und zwar am 12. April 1953. Zuvor hatte er etwa drei Monate lang einmal wöchentlich am Kommunionunterricht mit Pfarrer Werner teilgenommen.

Ein Kommunionpaar für ihn zu finden, gestaltete sich schwierig, denn die meisten Kinder (sie waren ja zwei Jahre jünger) waren klein. Letztendlich fanden sich zwei größere Jungen, die mit ihm am Schluss des Zuges in die St. Michael-Pfarrkirche einzogen. Wenn ich an seine Erstkommunion zurückdenke, ist mir im Gedächtnis geblieben, dass er wohl das andächtigste Kind war, sowohl draußen beim Ein- und Auszug als auch drinnen in der Kirche.

Wir feierten seine Erstkommunion innerhalb der Familie, mit Oma, Großonkel, Onkel und Tanten. Beim Abschluss-Gottesdienst erhielt Klaus ein Bild, das das Innere unserer Kirche zeigt. Eine alte Nachbarin, die einen Wollladen besaß, schenkte ihm ein selbstbesticktes Kindertaschentuch. Von Freunden und Bekannten erhielt er Glückwunschkarten und Bücher. Alles in allem war es eine schöne und würdige Kommunionfeier für meinen kleinen Bruder. ●

MARGRET CRISP, SCHWALMTAL

Schreiben Sie uns!

Liebe Leserin, lieber Leser!

Erinnern Sie sich auch an Ihre **Erstkommunion** oder **Konfirmation**? Wie war der Tag für Sie? Was hatten Sie an und wie wurde gefeiert? Erinnern Sie sich an den Gottesdienst? Oder an Geschenke? Wir freuen uns auf Ihre Geschichten! Schreiben Sie an:

Verlagsgruppe Bistumspresse
Liboriusblatt
Schillerstraße 15, 49074 Osnabrück

oder per Mail an:
liborius@bistumspresse.de



Foto: privat

Ein schwerer Auftrag

Er ist eine der wichtigsten Nebenfiguren des frühen Christentums: **Hananiah**, der Mann, **der Paulus in sein Haus aufnahm** – obwohl der der gefährlichste Christenverfolger seiner Zeit war.



Heute ist das Haus des Hananiah in Damaskus eine Kapelle. Was wäre aus dem Christentum geworden, wenn er Saulus, den Christenverfolger, nicht hereingelassen hätte?

Ein Mann wird umgebracht, auf offener Straße. Steine fliegen, bis das Opfer blutend zusammenbricht. Ein Mord im Namen der Religion. Ausgeführt von einer Schar von Verblendeten. Es ist eine widerliche Szene, von der die Apostelgeschichte erzählt. Widerlich ist auch die Rolle des Mannes, der auf die Kleider der Täter aufpasst: Saulus. Und er organisiert weitere Christenverfolgungen. „Saulus schnaubte mit Drohen und Morden wider die Jünger des Herrn“, so übersetzt Luther die Apostelgeschichte.

Typen wie Saulus gibt es bis heute und es gibt sie in allen Religionen. Ob in Damaskus, Granada, Srebrenica oder Mossul: Immer sind Leute wie er dabei. Fromme Menschen, die glauben, im Namen Gottes zu handeln, wenn sie Andersgläubige in die Gefängnisse werfen oder töten.

Ein Mann wie Saulus gehört zu den Leuten, die man ausschalten, zumindest ächten muss, könnte man denken. Doch die Bibel erzählt, dass Christus das ganz anders sieht. Ausgerechnet der Verfolger Saulus wird vom hohen Ross geholt und zum Apostel gemacht.

Wie wird ein Saulus zu Paulus? Sicher wird das gedauert haben. Und doch gibt es einen Moment, in dem Saulus die Erkenntnis, alles falsch gemacht zu haben, mit voller Wucht trifft. Drei Tage lang ist er blind, isst und trinkt nichts. Drei Tage, genauso lange, wie Jesus im Grab lag, dauert es bis zur Auferstehung zum Paulus.

An dieser Stelle kommt ein weiterer Akteur ins Spiel: Hananiah, ein Christ aus Damaskus. Er gehört zu den bedeutendsten Nebenfiguren der frühen Christenheit. Wahrscheinlich war

er eine führende Gestalt der Gemeinde vor Ort. Später wird er als Bischof von Damaskus bezeichnet. Er bekommt den schweren Auftrag, den Verfolger in sein Haus aufzunehmen.

Natürlich schreckt er vor dieser Aufgabe zurück. Kann man dem Mann trauen? Ist Saulus wirklich überzeugt von Christus? Oder handelt es sich um einen Trick, mit dem er sich Zugang zu seinen Opfern verschaffen will? Das konnte Hananiah nicht wissen. Aber er geht das Risiko ein. Er widersteht seinem Misstrauen und durchbricht den Kreislauf von Argwohn und Hass.

Solche Typen sind gefragt

Was wäre aus den Christen ohne Hananiah geworden? Schwer zu sagen. Denn Paulus erweist sich als Glücksfall für die junge Bewegung. Er sorgt dafür, dass das Christentum in der griechisch-römischen Welt Fuß fasst. Gerade aufgrund seiner Vorgeschichte sieht er besser als andere, was das Neue am Christus-Glauben ist: die Freiheit der Christen und die befreiende Kraft des Kreuzes. An die Stelle des Gesetzes tritt der Glaube. Nicht die eigene Perfektion zählt, sondern die Verbindung mit Christus. „Nicht mehr ich lebe, Christus lebt in mir“, schreibt Paulus und hätte das nicht tun können, wenn nicht Hananiah seine Tür geöffnet hätte.

Typen wie Hananiah sind gefragt, gerade in Zeiten religiöser Gewalt und großen Misstrauens, auch in Zeiten wir heute. Menschen wie Hananiah sind nicht berechnend; sie öffnen die Tür ohne Grund und Zweck, sie suchen den Dialog, auch wenn er nichts bringt. Ein Mann wie Hananiah war auch der Pastor, der nach der Wende Erich Honecker in sein Haus holte. Oder die Mönche des Klosters Notre Dame de l'Atlas in Algerien. Sie blieben bei ihrer Haltung der Gastfreundschaft, als es lebensgefährlich wurde, und bezahlten mit dem Leben. Ihre Botschaft hat trotzdem den Weg in die Welt gefunden: „Habt keine Angst vor den anderen!“ (ahü) ●

Von Andreas Kaiser

50 Jahre ihres Lebens hat die heute 86-jährige Helga Schubert unter der Willkürherrschaft von zwei Diktaturen verbracht, dem Nationalsozialismus und dem SED-Regime. Trotzdem sagt sie: „Innerlich unfrei gewesen bin ich nie. Das ist eine Gnade.“

Zu ihren Kindheitserinnerungen gehört, „wie meine Mutter abends unter dem Tisch gelesen hat, mit einer Decke über dem Kopf und dabei heimlich verbotene Sender hörte“. Den Empfang des Alliiertenrundfunks hatten die Nazis zwar verboten. „Aber es hat unser Leben gerettet“, sagt Schubert. Mutter und Tochter konnten rechtzeitig vor der vorrückenden Roten Armee fliehen.

Während ihres Psychologie-Studiums an der Berliner Humboldt-Universität begann Schubert mit dem Schreiben. Ihr erstes Buch „Lauter Leben“ publizierte sie 1975. Ihre schnörkellosen Beobachtungen des DDR-Alltags und der SED brachten rasch das Regime gegen sie auf. Doch beim Schreiben verbieten ließ sie sich nichts. „Dann habe ich meine Geschichten eben nicht veröffentlicht“, sagt Schubert. Viele ältere Texte von ihr sind deshalb erst nach der Wende erschienen.

Diese Freiheit konnte sich die spätere Bachmann-Preisträgerin nehmen, weil sie finanziell unabhängig war. „Das war meine große Rettung“, sagt sie. In der DDR hat sie als Psychologin gearbeitet. Dabei beobachtete sie auch, was passiert, wenn man sich von einer Diktatur bis in den eigenen Kopf hineinregieren lässt. Viele ihrer Patienten hätten Magenbeschwerden oder Neurosen bekommen,

weil sie sich das freie, kritische Denken verboten. Sie tat das nicht: „Mein Ziel war immer die innere Freiheit.“

Auf die Frage nach der größten Unfreiheit in der DDR antwortet die evangelische Christin: „Die Diktatur ist wie eine Teufelsfratze. Mal sind es die Augen, die einen beobachten; mal ist es der fiese Mund, der immerzu lügt und verbietet.“

Obwohl Schubert sich mit allzu großer öffentlicher Kritik an der SED zurückhielt – „ich wusste immer, was verboten war“ –, wurde sie 13 Jahre vom Ministerium für Staatssicherheit observiert. Ihre Post wurde gelesen, das Telefon abgehört. „Wir Schriftsteller waren Störenfriede“, sagt sie. Der Stasi ist es dennoch nie gelungen, einen IM in ihrem nahen Umfeld zu platzieren.

„Das ist eine Gnade“

Die Schriftstellerin **Helga Schubert** hat mehr als die Hälfte ihres Lebens in Diktaturen verbracht. Sie sagt:
„Mein Ziel war immer die innere Freiheit.“



Foto: imago/berhard Thonfeld

„Alle Spitzelberichte sind nur von außen gekommen.“

Das ist auch der Vorsicht von Schubert und ihrem 2024 verstorbenen Ehemann, dem Maler und früheren Psychologie-Professor Johannes Helm, zu verdanken. „Ich bin eigentlich ein sehr gastfreundlicher Mensch, aber in der DDR musste ich mir oft überlegen: Lässt du den jetzt wirklich in deine Wohnung?“, sagt sie. „Es ist furchtbar anstrengend, dass man immer misstrauisch sein muss, dieses genaue Hinhören selbst auf die leisesten Zwischentöne.“

Eine Atmosphäre der Aufrichtigkeit und Offenheit hat Schubert in der DDR-Zeit vor allem in den Kirchengruppen erlebt. „In den Gemeinden gab es viele Pastoren, mit denen man sich auch mal politisch unterhalten konnte“, sagt sie. „Das ist für mich und das Überleben in der Diktaturexistenz gewesen.“ Die Wendezeit beschreibt sie als schönste

Phase ihres Lebens. Weil man plötzlich landesweit sehen konnte, „dass wir so viele waren“, die sich freie Wahlen, Gewaltenteilung, Reisefreiheit und eine unabhängige Presse wünschten.

Seit 2008 lebt die Schriftstellerin in Neu Meteln bei Schwerin und beobachtet mit Sorge, dass dort viele „die 1989 errungene Freiheit offenbar nicht so hochschätzen, wie ich es tue“. In ihrer Gemeinde haben bei der Bundestagswahl im vergangenen Jahr 40,4 Prozent AfD gewählt. Doch ihre vertrauten Kirchenleute sind immer noch da. „Die sind jetzt wieder auf der Seite der Menschen, die für eine offene und freie Gesellschaft eintreten“, sagt Schubert. „Das ist toll. Ich befinde mich im Schoß von Gleichgesinnten. Das ist das Wesentliche.“ ●

Fernsehtipps

Sonntag, 25. Januar

- 9.03 ZDF 37 Grad Leben.** Karriere vs. Leben. Wofür arbeiten wir?
- 9.30 ZDF Evangelischer Gottesdienst.** Aus dem Stephansstift in Hannover
- 11.30 Bibel TV Katholischer Gottesdienst.** Aus dem Salzburger Dom
- 12.00 EWTN Angelusgebet mit Papst Leo**

Montag, 26. Januar

- 6.30 Bibel TV Katholischer Gottesdienst.** Aus dem Salzburger Dom (Montag bis Freitag)
- 8.00 Bibel TV Katholischer Gottesdienst.** Aus dem Kölner Dom (Montag bis Samstag)
- 9.05 BR Zu Besuch in der jüdischen Gemeinde in Nürnberg**

Dienstag, 27. Januar

- 20.15 Arte Die Überlebenden.** Nach der Befreiung aus dem KZ standen traumatisierte Menschen vor dem Nichts. Wie fanden sie ins Leben zurück?

Mittwoch, 28. Januar

- 10.00 EWTN Generalaudienz.** Live mit Papst Leo
- 10.00 Bibel TV Alpha und Omega.** Kirche und Kino
- 19.00 BR Stationen.** Erinnerungskultur

Samstag, 31. Januar

- 12.10 BR Glockenläuten**
- 18.15 HR Neubeginn im alten Pfarrhaus**
- 23.35 ARD Das Wort zum Sonntag.** Mit Pfarrer Benedikt Welter, Trier

Zwischen den Stühlen

Der Jude Gad überlegt, **zum Christentum zu konvertieren**. Aber seiner strenggläubigen Familie würde er damit sehr wehtun. Was also machen? Ein Film zwischen **Humor und Tiefgang** am Sonntag bei 3sat.

Von Kira Taszman

Gad liebt die Jungfrau Maria. Seit er sie zum ersten Mal in einer Kirche gesehen hat, fasziniert sie ihn und wacht in seinen Augen über ihn. Allerdings hätte er sie gar nicht sehen dürfen: Gad ist Jude und ihm war es streng verboten, eine Kirche zu betreten. Es war ein absolutes Tabu, das er damals in seiner Heimatstadt Casablanca brach.

Jahrzehnte sind vergangen. Die Familie ist inzwischen von Marokko nach Paris übersiedelt, als Gad sich endlich entschließt, zum Katholizismus zu konvertieren und sich taufen zu lassen. Doch seinen jüdischen Eltern würde es das Herz brechen, wenn er seinen angestammten Glauben aufgäbe. Also versucht er, sein Vorhaben vor ihnen zu verheimlichen. Vergeblich: Erst findet Gads Mutter zufällig in seinem Koffer eine Marienstatue. Dann fliegt sein Vorhaben am Sabbat bei einem Cousin auf.

Gad spielt sich selbst

Das Entsetzen der gesamten Familie ist groß und die geplante Konversion entwickelt sich zu einem Schlachtfeld der Gefühle für Familie und Freunde. Sie sind entschlossen, Gad zurück zur Vernunft und damit zurück zum jüdischen Glauben zu bringen. Umgekehrt versucht Gad mit allen Mitteln, ihnen klarzumachen, dass sein aufrichtiger Glaube nichts an seiner Identität und der Liebe zu seiner Familie ändert.

Was den Film besonders macht, ist, dass er autobiografisch ist. Denn Gad gibt es wirklich. Er spielt sich selbst: Gad Elmaleh, einen der bekanntesten Comedystars Frankreichs. Auch seine Eltern und seine Schwester konnte Elmaleh dazu bewegen, in dem Film sich selbst zu spielen. So entstand eine warmherzige Komödie über Akzeptanz und die Bedeutung von Familie.



Foto: ZDF/BR/Studiocanal/Laura Gilli

Gad schwankt zwischen Judentum und Christentum, Glaube und Familie.

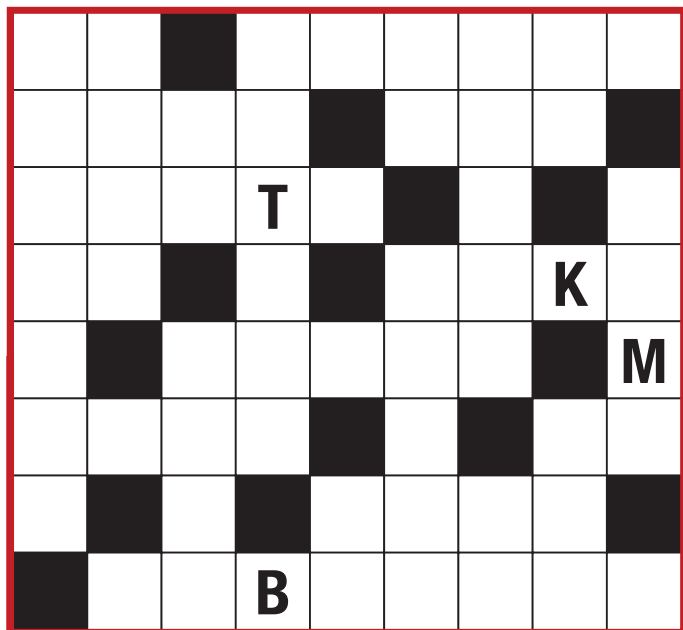
Vielleicht fällt der Film trotz einiger witziger Szenen manchmal etwas zu grüblerisch aus für eine Komödie. Man merkt, dass Elmaleh sein Thema ernstnimmt. Und dass er es allen Seiten recht machen will. So will er Mutter, Vater und Schwester nicht vorführen oder entlarven, wenn sie vor dem Christentum zurückschrecken. Und es wimmelt im Film gleichermaßen von sanften katholischen Amtsträgern und salomonischen Rabbinern. Nur ein alter, lebensweiser Mann, den Gad pflegt, hält vom Glauben nichts mehr.

Auch Gad selbst steht irgendwo dazwischen. Er schwankt zwischen Marienverehrung, der Faszination für christliche Gebäude und Rituale und dem Festhalten an seinen jüdischen Traditionen – und kommt, salopp gesagt, nicht zu Potte. Es ist ja auch nicht leicht, so ein Glaubenswechsel in der Familie. ●

Bleib bei uns. Am Sonntag, 25. Januar, um 17.05 Uhr bei 3sat (85 Min.)

BASTELRÄTSEL

Die unten alphabetisch aufgeführten Begriffe sind so in das Diagramm einzutragen, dass zum Schluss ein ausgefülltes Rätsel-
diagramm entsteht. Einige Buchstaben sind bereits als Starthilfen von uns eingetragen. Viel Spaß!



AK – AR – ASEN – BA – BELAG – GA –
GEBÄUDE – GRAU – HEGE – HONIG – IR –
KATION – KEA – KRABBE – LIMO – MAKI –
MIERE – OP – OPTIMAL – PAAR – PAPA –
PS – SO – SUD – TASTE

Liboriusblatt

Herausgeber:

Dr. Rudolf Thiemann

Verlag Liboriusblatt GmbH & Co. KG

Lange Straße 335, 59067 Hamm

Verlagsleiter: Manfred Schmitz

Abonnenten-Service:

Liborius Aboservice, Postfach 1336, 53340 Meckenheim,

E-Mail: liborius@medienexpert.de; Telefon: 02225 7085-362

Redaktion: Verlagsgruppe Bistumspressen GmbH

Ulrich Waschki (Chefredakteur), Andreas Lesch (Chef

vom Dienst), Susanne Haverkamp, Barbara Dreiling,

Kerstin Ostendorf

Anschrift: Verlagsgruppe Bistumspressen, Schillerstraße 15,

49074 Osnabrück; e-Mail: liborius@bistumspressen.de

Erscheinungsweise: Im Kalenderquartal erscheinen 15 Ausgaben. Bestellungen nimmt der Leserservice entgegen. Kündigungsfrist lt. vertraglicher Vereinbarung bzw. nach Ablauf der Verpflichtungszeit vier Wochen. Der Verlag haftet nicht für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. Bei Lieferstörungen infolge höherer Gewalt einschließl. Streik und Aussperrung gelten die gesetzlichen Vorschriften.

Druck: NOZ Druckzentrum, Osnabrück

RÄTSELÖSUNGEN

SEITE 6 STRADOKU

1	4	3	2				7	6
2	3	4	5	1			9	8
9	6	5	3	4	8	7		
4	5		8	7	9	6		
5	2	9	6	3	7	8	4	1
	9	7	4	5	6		3	2
		8	7	6	3	4	5	
7	8	6	9	2	4	5	1	3
6	7	1		5	3	2	4	

SEITE 15 WÖRTERVERSTECK

A U J V L Z W N A O Z N M Q M L L M D H K T Q E O R
G Y W O F S Y T L G R E C H T M A E S S I G N E E
U W T H V F J M K F Y W A N K E L M U E T I G V M B
K E E M T J R H O D O D E N D R O N E F R V X Z Y E
W G C E O B G N H M X U R E H Z H X R B O E U X H
V N J A I D N Z O B U R E S U A X B E S X J B K Z N
E N Z K N K K Q L M C S S Y S H Y T O J M E M Z Y E
F E I H C S D N I W N E I C E O E I L S E N D U N G
C I D E M D P B K H M T M P O W N O R P H V I G W A
G X C I D F Y N A S S H M U E N S T E R L A N D X W
E A Y W X R C Z A A T B D W U N Q T A T M M D F Z Q
D Y U A E B I G S U Y P W A E W U Q I N T C W Q O N
P K L M N J B G X T Z G Z H B Y F Q V Y L T J N C

SEITE 18 EINER MUSS WEG

S	E	K	T	W		K	L	U	F	T		A	S	I	L	O
C	A	B	E	S	E	N	S	A	L	B	E	S	S	M		
H	E	R	Z	O	G		R	A	V		S	T	A	R	R	E
O	H	A	X		P	A	R	T	N	E	R	H	A	A	L	
B	E	C	H	E	R		M	E	R		M	I	S	E	R	E
E	H		R	U	B	I	N		A	N	T	I	K		L	T
R	O	O	F		F		K	U	H	L	E	T		R	I	T

SEITE 6 KREUZWORT

B A L L S O S S
B I B E L O L
S A K R E L L
G E R B E I L L N
M E L I D E C T
R E L A S T A N G
F L A S T E N G
A N A E R

SEITE 9 SUDOKU

5	4	6	3	9	7	2	1	8
2	9	7	8	6	1	4	3	5
1	3	8	2	4	5	9	7	6
8	6	2	7	3	4	1	5	9
4	7	5	1	2	9	8	6	3
9	1	3	5	8	6	7	4	2
3	8	1	6	7	2	5	9	4
6	5	4	9	1	8	3	2	7
7	2	9	4	5	3	6	8	1

SEITE 15 SILBENRÄTSEL

1 PUPPENHAUS, 2 VERSCHWOMMEN, 3 TRAB-
RENNBAHN, 4 LOSTROM-
MEL, 5 HASENBRATEN,
6 UNERLAUBT, 7 MARME
LADE, 8 EDELMETALL,
9 ZEITGENOSSE, 10 FILZ-
STIFT, 11 MITTEILSAM,
12 ANZENGRUBER. – Prasser
eilt zum Bettelstab.

SEITE 23 BASTELRÄTSEL

O P K R A B B E
P A P A K E A
T A S T E L L
I R H O N I G K I M
A S E N E S O
L G G R A U E
G E B A E R D E

SEITE 9 SIKAKU

			5			3
				16		
			9	3		
14						14

SEITE 15 KREUZWORTMOZAIK

O R A N G E A D E
R L E I F E L
K A K A O B A U M
U T I R E T
S H E G L E E
L H E G E N
R E B U S G I
A T P L A U S
S B E S E T Z T

SEITE 15 RÄTSELZOPF

Nach rechts oben:
2 ES, 3 DILL,
4 HUMUS, 5 HAREM,
6 RADAR, 7 JENES,
8 TENOR, 9 ZENTI,
10 TANNE,
11 PENNY,
12 MENGE,
13 ZINNE, 14 ARNO.
Nach rechts unten:
1 SLUM, 2 EIMER,
3 DURAS, 4 HADER,
5 HANOI, 6 RENTE,
7 JENNY, 8 TENNE,
9 ZANGE, 10 TEN-
NO, 11 PENNE,
12 MIRA, 13 ZA.

SEITE 24 KREUZWORTRÄTSEL

H P R S D S R
A B L A S S E I N G E B O R E N E
K U R A T A M E N U E D N U R
S S W A L E S T T E T T
S A M U E L L E D E R H O S E K
K A N A G E N E S I S E N Z I A N
B
K E
B A I
S
A T E
E N
U L K R E D E E E R
K L E R U S F E B R U A R C I A O
L M E I E R I D E C H A N T
T I R O L R S T A R K A S G
B O N R U N G A R E D O N A U
R G E R N E A E S T H E T G S
F R I N G S S T A E T T E W E S

muslimisches Volk im Sudan	↘	flüssiger Teil des Blutes	↘	↘	Empfehlung	Fluss durch Jena	Oratorium von Handel	↘	↘	hinweisendes Fürwort	nichts Böses	↘	stehendes Gewässer	Tanztheatergebäude	früher: Rechnungsamt	↘	Fräsrille	persönliches Fürwort
Befreiung von Sündenstrafen	→						Ureinwohnerin	→										
↗					kleine Straße		Funktionsleiste (EDV)	→					englischer Artikel		lediglich	→		
kath. Hilfspriester		als Anlage zugefügt		Teil von Großbritannien	→					Fremdwortteil: doppelt		chem. Zeichen: Tellur	→		Abk.: seinerzeit			israelisches Parlament
biblischer Eigenname	→						alpenländische Beintracht	→									Verkaufsapparat	
↗				1. Buch Mose im A. T.	→							blaue Alpenblume	→					
biblischer Ort in Galiläa		befestigtes Römerlager														Initialen Ecos † 2016		
Meeresbucht																Initialen des Dichters Storm †		
↗																chem. Zeichen: Osmium		
griechische Unheilsgöttin		weiblicher Nachkomme														englisch: mich, mir		
↗																↗		
Spaß																↗		
↗			dumpf lärmern	↘	↘	Nutztier in südlichen Ländern	weit weg gelegene Gegend	↘	bestimmter Artikel	↘	Staat in Ostafrika	hübsch, sauber, nett	↘	Ritter der Artusrunde	unordentlicher Mensch	Initialen der Adjani	Programmankündigung	
↗						ein Monatsname	→							ital. Abschiedsgruß	→			
kath. Geistlichkeit		Dünger		Bischof von Osnabrück (Dominicus)	→				Keimgut		höherer kath. Geistlicher	→						
Bundesland von Österreich	→						dt. TV-Serie: Unter ...		kraftvoll	→				Fluss durch Aberdeen		Initialen der Graf		
↗				scherzhaft: US-Soldat		Ost-europäer	→				chem. Zeichen: Selen		europäischer Strom	→				
Kassenzettel		mit Freude	→						Freund des Schönen	→						Initialen der Sabatini		
Erzbischof von Köln † 1978	→							Ort eines Geschehens	→						veraltet: wessen	→		