



Wie kochen in der Fastenzeit?

Köchin Martina Enderlin und der kochende Pfarrer Lukas Hidber motivieren, sich in der Fastenzeit neu auf das Kochen einzulassen.

Seiten 3–6

Wolfertswil: Kirche ohne Kirchenbänke

Seite 7

Ethikgruppe des Kantonsrates

Seite 10–11

Editorial

Ich war sofort gebannt, als ich kürzlich die Folge über Jeongkwan Snim der Serie Chef's Table sah. Jeongkwan Snim ist eine südkoreanische buddhistische Nonne, die in einem Kloster 300 Kilometer südlich von Seoul lebt und für die dortigen Nonnen und Mönche kocht. In der Serie ist sie in fast unberührter Natur zu sehen, wie sie Kohl fermentiert und so Kimchi herstellt oder wie sie Sojasauce über zehn Jahre reifen lässt. Die wichtigsten Zutaten vieler ihrer Gerichte sind Salz und Zeit. Alles bereitet sie mit Achtsamkeit und Respekt gegenüber der Schöpfung zu. Diese Tradition fürs bewusste Kochen findet man auch in christlichen Klöstern. Die Zutaten kommen oft aus dem eigenen Garten und werden mit einer Haltung des Dankes zubereitet. Die Mahlzeiten sind ein gemeinschaftlicher Akt des Teilens. In unserem schnellen Alltag bleibt dafür hingegen oftmals wenig Zeit. Am 5. März beginnt die Fastenzeit. Für viele Menschen ist das Anlass, sich zumindest für eine Weile von überflüssigem Konsum zu befreien. Wir könnten diese Zeit auch dafür nutzen, einmal über unsere eigene Art und Weise, wie wir kochen und essen, nachzudenken. Insofern kann bewusst kochen ein Weg sein, zu erkennen, dass weniger manchmal mehr ist.



Nina Rudnicki

Redaktorin
rudnicki@pfarreiforum.ch

Inhalt

THEMA

Giftgrün, mit Linsen und viel Geschmack

Seiten 3–5

Der Pfarrer kocht für Gäste

Seite 6

Die Markthalle als Vorbild

Seite 7

Darf ich noch bei Facebook sein?

Seite 8

Der Mönch an der Nähmaschine

Seite 9

Wertekompass für den Kantonsrat

Seiten 10–11

Lesetipps für die Fastenzeit
Seite 11

Kinderseite

Seite 12

Nachrichten

Seite 13

Medientipps & Agenda

Seiten 14–15

Meine Sicht

Seite 15

Zu Besuch in ...

Seite 16

Giftgrün, mit Linsen und viel Geschmack

Am Ende sieht es
zugleich gesund
und lecker aus
und das Kochen
hat sich gelohnt:
Martina Enderlin
serviert eine Lin-
senbowl mit Sel-
leriesaft.



Text: Nina Rudnicki
Bilder: Ana Kontoulis

Wie haben unsere Grosseltern gekocht und wie tun wir das heute? Und wer hat überhaupt noch Zeit, stundenlang Tomatensauce einzukochen? Ein Besuch bei Köchin und Ernährungsexpertin Martina Enderlin in Bühler zeigt, wie wir auch mit knapper Zeit, gesunde Gerichte zubereiten können. Das geht mit wenigen Zutaten und passt als Vorsatz in die Fastenzeit.

Schon im Treppenhaus riecht es fein nach Essen. Es geht die Stufen hinauf, vorbei an einem Blumenladen und einem Kosmetikstudio. Im Dachstock des alten Gebäudes an der Dorfstrasse 108 mitten in Bühler hat Martina Enderlin ihr Küchenstudio eingerichtet. Die gar gekochten roten Linsen hat sie gerade abgetropft. In einer Bratpfanne brutzeln Pouletstreifen mit

fein geschnittenen Lauchstreifen. «Im Fokus stehen bei mir immer die Proteine, die wir anstelle von Zucker und Weizen viel häufiger essen sollten», sagt die 38-Jährige. Sie ist ausgebildete Köchin, Ernährungscoach sowie Musikerin und Mitglied der Enderlin Chicks. Diese sind hierzulande für ihre Mundart-Lieder und ihren Country-Folk aus dem Appenzellerland bekannt.

Weniger, aber intensiver

In ihrem Studio «Küchenfreunde» gibt sie normalerweise Kochkurse rund um das Thema gesunde Ernährung sowie Coachings zu inneren Ess- und Verhaltensmustern. An diesem Vormittag hat sie für das Pfarreiforum allerdings ein Gericht entworfen. Dieses soll in die Fastenzeit passen, so der Wunsch der Redaktion. Denn wer nicht gleich

richtig fasten möchte, könnte die kommenden Wochen bis Ostern auch einmal zum Anlass nehmen, bewusster zu kochen, sich auf weniger Zutaten zu beschränken und sich dafür mehr auf die einzelnen Geschmäcker einzulassen.

Ernährungsluxus mit Donuts

Eine Proteinbowl soll es sein. Nebst Linsen, Poullet- und Lauchstreifen ergänzt Martina Enderlin diese mit Feta und gerösteten Sonnenblumen- und Kürbiskernen, etwas Öl, Essig, Salz und Pfeffer. «Ich neige schon seit Längerem dazu, ausser mit frischen Kräutern nur wenig zu würzen. So schmeckt man die einzelnen Zutaten eines Gerichtes besser heraus», sagt sie und fügt an: «Weniger ist meistens mehr und eine gute Küche

muss nicht unbedingt zeitaufwendig sein.» Geröstete Kerne etwa könne man in grösseren Mengen als Reserve vorbereiten. Eine Bowl lasse sich kalt oder warm servieren, so spare man je nachdem Zeit ein und könne Speisen auch schon im Vorfeld zubereiten. «Unser Alltag heute ist schnelllebig. Kaum jemand hat Zeit, stundenlang Tomatensauce einzukochen. Dieser häusliche Aspekt von Kochen ist verloren gegangen», sagt sie. Hinzu komme, dass wir von einem Ernährungsluxus umgeben seien. Wer in einen Supermarkt gehe, finde dort ein so grosses Angebot an Nahrungsmitteln, dass der eigentliche Aspekt von Kochen und Essen, nämlich sich gesund und bewusst zu ernähren, schnell in den Hintergrund rücke. «Dabei gibt es eine einfache Faustregel,

die uns helfen würde: Alles, was schnell gemacht und weich ist, sollten wir weglassen», sagt sie und nennt als Beispiel die Donuts, die sich bereits am Morgen im Supermarkt nebenan neben den Gipfeli im Regal stapeln würden.

Mit Stangensellerie in den Tag

Apropos Gipfeli: Während die Bowl noch etwas abkühlt und zieht, schnappt sich Martina Enderlin den Stangensellerie, einen Apfel und den Entsafter. «Idealerweise wäre ein Glas davon unser Gipfeli am Morgen», sagt sie. Schon sprudelt der giftgrüne, supergesunde Saft in den Auffangbehälter. In Weingläsern serviert, erinnert er beinahe an einen Cocktail. Der Stangenselleriesaft schmeckt gesund und gar nicht so schlecht wie

→ **Der häusliche Aspekt von Kochen sei heutzutage verloren gegangen, sagt Martina Enderlin. In ihren Kochkursen geht sie daher auch darauf ein, wie sich das auf unser Essverhalten auswirkt.**



← **Mit viel Grünem in einem Menü hat man schon mal einiges richtig gemacht. In dieser Linsenbowl kommt noch etwas Feta hinzu.**



← **Öl, Essig, Salz und Pfeffer:**
Weniger Gewürze bedeuten
zugleich auch mehr
Geschmack.

→ **Kerne lassen sich in grösseren
Mengen vorrösten – das spart
Zeit und ergänzt jedes Gericht
mit Proteinen, gesunden Fet-
ten und Ballaststoffen.**



DAS REZEPT

LINSENBOWL

1. Rote Linsen kochen und abtropfen.
2. Pouletgeschnetzeltes anbraten, danach fein geschnittene Lauchstreifen mitdünsten.
3. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Sonnenblumen- und Kürbiskerne in einer Pfanne auf niedriger Stufe einige Minuten ohne Fett rösten.
5. Apfel und Feta würfeln.
6. Linsen, Pouletgeschnetzeltes, Kerne sowie Apfel- und Fetawürfel in eine Schüssel geben und mit Öl, Essig, Honig, Salz und Pfeffer würzen.

erwartet. Im Gegenteil: Mit jedem Schluck wird er besser und ist am Ende richtig gut. Einmal im Jahr zu fasten oder sich bewusst zu ernähren, kann Martina Enderlin allen empfehlen, weil es helfe, seine eigenen Muster zu reflektieren. Sie selbst hat einmal an einer begleiteten Fastenwoche mitgemacht. «Ich fand es eine interessante und harte Erfahrung zugleich», sagt sie und erwähnt zum einen das Körperliche wie das Gefühl fürs Kauen, das sie verloren habe, sowie das gesteigerte Verlangen zu trinken. «Zum anderen wurde ich emotional durchlässiger. Die Zeit, die ich sonst zum Essen brauchte, musste ich auf einmal anders füllen», sagt sie.

Wie in Grossmutter's Küche

Das Thema gesunde Ernährung begleitet Martina Enderlin, seit sie als junge Frau eine Lehre als Köchin im Appenzellerhof in Speicher machte. «Ich war die Einzige in meiner Klasse, die in einem Biorestaurant arbeitete. Das ganze Jahr Latich zubereiten zu müssen, fand ich damals zwar nicht so cool. Ich habe dadurch aber viel Wert-

volles gelernt, das mich geprägt hat.» Später arbeitete sie in einem Gault-Millau-Sternrestaurant, bevor sie sich zu einer Ausbildung als Coach entschloss. Heute bietet sie verschiedenste Koch- und Gesundheitskurse an, die vom Fermentieren über die Darmgesundheit und ganzheitliche gesunde Ernährung bis zu Grossmutter's Küche reichen. In Bezug auf letzteren Kurs sagt sie: «Würden wir uns so ernähren wie unsere Vorfahren, wären wir gesünder.»

Freude und Neugier teilen

Martina Enderlin füllt die Bowl in kleine Gläser um. Für alle gibt es eines zum Probieren. Auf's Hungergefühl achten und sich fragen, «wie, wie viel und warum esse ich» ist einer der Tipps, den sie ihren Kursbesucherinnen und Kursbesuchern mit auf den Weg gibt. «Auch in der Gemeinschaft essen, kann dabei helfen», sagt sie: «Etwa dann, wenn man die Neugier und Freude am Ausprobieren miteinander teilt.»

Infos auf www.kuechenfreunde.ch

Der Pfarrer kocht für Gäste

Der Appenzeller Pfarrer Lukas Hidber ist leidenschaftlicher Koch. Inspiration für seine Gerichte findet er rund um die Welt. Kochen und Essen verbindet und stiftet Gemeinschaft, sagt der 53-Jährige und lädt Interessierte daher regelmässig zu Kochabenden bei sich zu Hause ein.

Durchs Essen versteht man sich, auch wenn man auf den ersten Blick gar nichts gemeinsam hat», sagt Lukas Hidber, Pfarrer in Appenzell. Seit zehn Jahren kocht der 53-Jährige regelmässig bei sich zu Hause für eine Runde von maximal sechs Personen. Über Facebook können sich Interessierte spontan anmelden. Ein Granatapfel-Drink, eine kalte Gurkensuppe mit Senfglace, gegrillte Kaki mit Rucola und Mais, Gnocchi aus Ricotta oder eine Birnencrepe: Das sind einige von vielen verschiedensten Gerichten, die Lukas Hidber schon aufgetischt hat. Kochen bezeichnet er zusammen mit dem Reisen als seine Leidenschaft. An die zwanzig Kurse hat er bei der Schweizer Köchin Annemarie Wildeisen besucht. Ist er im Ausland unterwegs, findet er überall Inspiration für neue Rezepte. In seiner Wohnung zeugen Kochbücher und Andenken etwa in Form von kleinen Schalen, Bechern und Figuren von seinen Reisen meist durch Südeuropa und den Nahen Osten.

Sich nach Jahren begegnen

Die Idee für die Kochabende hatte Lukas Hidber, als er 2015 von Kaltbrunn als Pfarrer nach Appenzell wechselte. «Ich fragte mich, ob und wer kommen wird, wenn ich auf Facebook so eine offene Einladung veröffentlichen würde», sagt er und erzählt, wie schnell die Plätze voll gewesen seien und daraus eine Serie entstanden sei. Seine Gäste sollten jeweils eine gewisse Offenheit mitbringen, weil man im Vorfeld nicht wisse, wie die Gruppe zusammengesetzt sein wird. «Ich hatte schon Gäste aus den verschiedensten Ostschweizer Regionen mit verschiedensten Hintergründen. Dadurch entstanden spannende und überraschende Gespräche», sagt er. Andere Male hätten sich berührende Begegnungen ergeben, etwa als sich zwei Mütter



↑ An seinen Kochabenden bezeichnet sich Pfarrer Lukas Hidber als Allrounder. Seine Gäste dürfen am Tisch entspannen und sich austauschen, während er seinen Gängen den letzten Schliff gibt.

bei ihm begegnet seien, die vor vielen Jahren zur selben Zeit im Spital ihre Kinder zur Welt gebracht und sich seither nicht mehr gesehen hätten.

Wer woher kommt

Begegnungen schaffen und der Gemeinschaft etwas zurückgeben: Das ist die Idee, die hinter den Kochabenden von Lukas Hidber steckt. Die Abende beginnen jeweils mit einem Apéro, bei dem sich die Gäste kennenlernen können. «Ich habe festgestellt, wie wichtig das gerade in Appenzell ist. Die Menschen hier möchten immer als Erstes wissen, wer woher kommt und ob es vielleicht gemeinsame Verwandte, Bekannte oder Freunde gibt. Ist das geklärt, beginnt der eigentliche Abend», sagt Lukas Hidber, der im Sarganserland aufgewachsen ist. Während die Gäste am Tisch Platz nehmen, beginnt er in der offenen Küche die

Gänge anzurichten. Vieles hat er schon im Vorfeld vorbereitet. «Mir ist wichtig, dass die Gäste wirklich zu Gast sind und es viel Zeit für Gespräche gibt», sagt er.

Verschiedenes zusammenbringen

Lukas Hidber lädt regelmässig am Sonntag- oder Montagabend ein, ausser in den kommenden Wochen in der Fastenzeit. «Es ist die Zeit, in der wir in unser Inneres gehen und die Spiritualität stärker in den Fokus rückt. Sie ist auch Anlass, uns bewusst aufs Wesentliche zu besinnen.» Sich als Teil einer Gemeinschaft zu wissen sei während der Fastenzeit das tragende Element. Und als gemeinschaftsstiftend bezeichnet er jene Momente, in denen man mit anderen am Tisch sitzt, isst und redet. «Das ist auch etwas sehr Jesuanisches», sagt er und nennt als Beispiel die Veranstaltung «Gemeinsam kochen mit Especita» mit Einheimischen sowie Migrantinnen und Migranten. Especita ist die Lebensmittelausgabe der Seelsorgeeinheit in Appenzell. «Wenn Kochen und Essen Menschen aus verschiedensten Ländern und Kulturen zusammenbringt und sich etwas Gemeinsames entdecken lässt, spricht das für sich.»

Text: Nina Rudnicki

Bild: Ana Kontoulis



Die Markthalle als Vorbild

Soll man in der Kirche Kaffee trinken, Konzerte veranstalten und Vereinstreffen durchführen? Ja, findet Markus Schöbi, Pfarrer in der Seelsorgeeinheit Magdenau. Er erzählt, wie seit der Umgestaltung der Kirche Bruder Klaus in Wolfertswil das Pfarreileben aufgeblüht ist.



↑ Kirchenbänke raus, Stühle rein: Die neu gestaltete Kirche Bruder Klaus in Wolfertswil hat jetzt Platz für verschiedene Bereiche. Wärmer und heimeliger, so fühlt es sich auch für Pfarrer Markus Schöbi an, wenn er mit seiner Pfarrei Gottesdienste feiert.

Ein Kirchencafé, ein Konzert mit dem Hackbrett-Virtuosen Nicolas Senn im aktuellen Jahr und ein Treffpunkt für verschiedene Gruppen der Pfarrei: Das alles und vieles mehr findet nebst den Gottesdiensten Platz in der umgestalteten Kirche Bruder Klaus in Wolfertswil. Vor gut einem Jahr wurden dort im Rahmen einer Sanierung die Kirchenbänke entfernt und durch Stühle ersetzt. Pfarrer Markus Schöbi ist von den Veränderungen begeistert, die sich seither im Pfarreileben bemerkbar machen. Die Begeisterung steckt an, man könnte ihm lange zuhören. Zunächst sagt er aber: «Die Kirche ist trotz Umgestaltung aber kein Partyraum. Das waren im Vorfeld einige Befürchtungen und damit hätte auch ich Mühe. Aber warum sollte eine Kirche nicht eine Art Marktplatz sein?» Markus Schöbi erzählt aus der Zeit des frühen Christentums ab dem 4. Jahrhundert. So hätten sich die Menschen damals bewusst dafür entschieden, die Kirchen in Form von Basiliken statt in Form von Tempeln zu bauen. «Und eine Basilika wurde unter anderem für Versammlungen und als Markthalle genutzt», sagt er.

Luftig und offen

Aus Rückmeldungen weiss Markus Schöbi, dass in der Bevölkerung gerade der gewonnene Raum

gut ankommt. «Alles kann luftiger und offener eingerichtet werden», sagt er und erwähnt die Adventszeit, die diesbezüglich im vergangenen Jahr ein Höhepunkt gewesen sei. «Den Altarbereich mit der Krippe haben wir als meditativen Bereich gestaltet. Im mittleren Bereich hatten verschiedene Familien einen Adventskalender aufgebaut», sagt er. Dieser habe aus aufeinandergestapelten Holzkisten bestanden, deren Inneres jede Familie mit Dingen wie Schneeflocken, kleinen Häusern, Sternen und Lichtern geschmückt

«Es gibt keinen Grund, den Alltag vor Gott zu verbergen. Im Gegenteil.»

habe. Der hintere Teil der Kirche diene mit einigen Tischen als «Chilekafi» und Treffpunkt während des Advents.

Vorbild für andere

Die Kirche in Wolfertswil ist über die Region hinaus als Beispiel für eine gelungene Umgestaltung bekannt. «In vielen Seelsorgeeinheiten wird darüber diskutiert, wie man Pfarreiheime und Kirchen neu nutzen und den veränderten Bedürfnissen anpassen soll», sagt Markus Schöbi. So habe sich kürzlich bereits der St. Galler Kirchgemein-

deverband die umgestaltete Kirche angeschaut. Und in diesem Jahr plane der Sakristanenverband eine Tagung in der Kirche in Wolfertswil.

Gott und der Alltag

Wärmer und heimeliger: So nimmt Markus Schöbi die Kirche Bruder Klaus auch dann wahr, wenn er mit seiner Pfarrei Gottesdienst feiert. Der Altar und der Tabernakel – das goldene «Schatzkästchen», in dem die geweihten Hostien aufbewahrt werden – stehen nicht mehr wie

früher hinten im Chorraum, sondern sind vorne im Chorbogen platziert. «Ich bin dadurch viel näher bei den Gottesdienstbesucherinnen und -besuchern und fühle mich auch beim Predigen viel wohler»,

sagt der 61-Jährige. Eine Kirche, die den Zahlen der Mitfeiernden gerecht wird und in der es Platz für profane Anlässe gibt. «Mir gefällt das so», sagt Markus Schöbi. «Es gibt keinen Grund, den Alltag vor Gott zu verbergen. Im Gegenteil, der Alltag muss wieder vermehrt mit Gott in Verbindung gebracht werden.»

→ Weitere Bilder: www.pfarreforum.ch

Text: Nina Rudnicki
Bilder: Ana Kontoulis

Darf ich noch bei Facebook sein?

Der Ton bei Social Media wird rauer. Zudem verzichtet der Meta-Konzern in den USA künftig auf unabhängige Faktenchecks auf Facebook und Instagram. Ist es ethisch und moralisch vertretbar, weiterhin auf diesen Plattformen präsent zu sein?

Wir konnten uns mit der Plattform X nicht mehr identifizieren und haben deshalb unsere Präsenz eingestellt», sagt René Schaberger von der Theologischen Hochschule Chur. Der Rektoratsassistent ist auch für die Social-Media-Accounts der Hochschule zuständig. «Die Entwicklungen bei Meta beobachten wir mit Sorge, und natürlich machen wir uns Gedanken, ob wir auf problematischen Plattformen überhaupt noch Mitteilungen und Werbung schalten sollen.» Im Januar kommunizierte die Hochschule auf Facebook den Rückzug aus der Plattform X (ehemals Twitter) und merkte an: «Wie lange wir hier auf Facebook noch bleiben (können)?» Eine Frage, die immer mehr User beschäftigt – egal ob auf Facebook oder Instagram. «In den vergangenen Jahren wurden problematische Entwicklungen immer offenkundiger», so

René Schaberger. Eigentümer und nicht kontrollierte Akteure können die Plattformen für politische Einflussnahmen nutzen und manipulativ (Fehl-)Informationen verbreiten.

Die richtige Lösung?

Andreas Büsch, Professor für Medienpädagogik und Kommunikationswissenschaft an der katholischen Hochschule Mainz, hält in einem Interview bei Domradio Köln zur heutigen Bedeutung der Social Media fest: «Es geht um eine Aufmerksamkeitsökonomie, die ganz klar kommerziellen und nicht sittlichen Kriterien folgt. Das, was emotionalisiert, das, was aufregt, wird häufiger angeklickt, entsprechend häufiger geteilt und ausgespielt.» Die Euphorie der Nullerjahre, dass Facebook & Co die Menschen niederschwellig zusammenbringe, müsse zu den Akten gelegt wer-

den. Aber ob ein Ausstieg aus den Plattformen die richtige Lösung ist, kann auch der Experte nicht beurteilen: «Es ist wirklich ein klassisches Dilemma.» Es gebe keine dritte Alternative. «Drinbleiben und dort versuchen ein gutes Gegengewicht zu liefern. Das ist ehrenwert und auch ein ganz wesentliches Argument.»

David gegen Goliath?

Wenn sich Privatpersonen oder auch Pfarreien aus Facebook oder Instagram zurückziehen, heiße das auch, «dass man keine Kontaktflächen mehr für Menschen bieten kann, die nach Orientierung suchen, die nach kirchlichen Angeboten oder vielleicht auch einfach nach gutem Zuspruch oder so etwas fragen», so Andreas Büsch. Anders gesagt: Wer nicht dabei ist, kann auch nicht mehr mitgestalten. Doch ist es nicht ein «David gegen Goliath» – wie viel Macht und Einfluss hat der einzelne User gegen die übermächtigen Algorithmen wirklich? Zudem: Wer bei Facebook oder Instagram präsent ist, liefert laut Andreas Büsch Daten und Aktivitäten und somit «weiteres Schmieröl für das Getriebe dieses Datensystems». «Das muss man sich ebenso gut überlegen», so der Experte bei Domradio.

Manipulation unterstützen?

René Schaberger beobachtet Ähnliches: In vielen Fällen gehe es längst nicht mehr um den Austausch, das Führen von Debatten, sondern um die Verbreitung von Propaganda. «Innerhalb einer algorithmischen Blase dominieren starke Meinungen gegenüber ausgewogenen Argumenten. Das alles macht manche der Social Media ethisch mehr und mehr fragwürdig.» Für den Theologen spricht noch ein anderes Argument für den Ausstieg aus den gängigen Social Media: «Wer die Plattformen nutzt, trägt zu ihrer Attraktivität bei, die sie auch für die Verbreitung von Gewaltverherrlichung, politischer Manipulation und Fakenews attraktiv macht. Die Frage ist, ob Beiträge aus wertorientierter Sicht genug Gewicht haben, um das problematische Gefälle aufzuhalten.» Es gebe inzwischen auch Alternativen wie zum Beispiel Fediverse, Bluesky oder Mastodon, auch wenn diese – bis jetzt – nicht dieselbe Reichweite erreichen. Doch in den letzten Wochen haben sie enorm an User gewonnen. Auch David hat einst den mächtigen Goliath besiegt.

Text: Stephan Sigg

Bild: Vinzent Weinbeer / pixabay.com

↓ **Sich auf Facebook bewusst als Stimme gegen Fake News und Feindseligkeit einbringen – oder ist das nur ein Kampf gegen Windmühlen?**



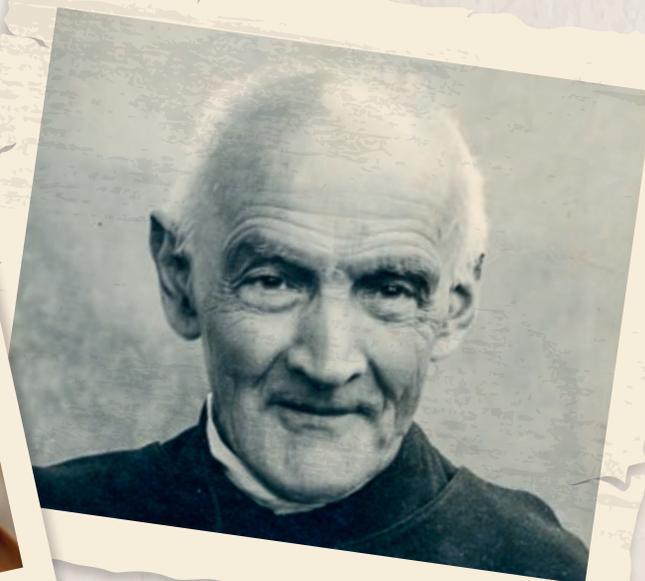
Der Mönch an der Nähmaschine

Das Kloster Einsiedeln würdigt Bruder Meinrad (1848–1925) aus Altstätten SG mit einem Gedenkjahr und zeigt eine neue Ausstellung und einen Film über den Rheintaler «Schneiderbruder». Diese sollen Impulse setzen, dass der Papst Bruder Meinrad selig spricht.

«**B**itte beim Gitter klingeln!», steht bei der Pforte. Gleich dahinter startet die Ausstellung. Mehrere Schautafeln, Bücher, viele Fotos und eine Nähmaschine. An Letzterer war Bruder Meinrad oft anzutreffen. Geboren und aufgewachsen in Altstätten, zog es den gelernten Schneider Josef Gebhard Eugster nach Einsiedeln. Im Kloster wirkte Bruder Meinrad als «Schneiderbruder». Anlässlich des 100. Todestages am 14. Juni 2025 bringt das Kloster Einsiedeln mit verschiedenen Aktivitäten (siehe Kasten) das Leben und Wirken des Rheintaler Mönchs näher. Seine wichtigsten Eigenschaften sind schnell aufgezählt: Bruder Meinrad beeindruckte mit seiner überragenden Freundlichkeit, Bescheidenheit und Ausstrahlung. Diese ist auch auf dem über hundert Jahre alten Foto zu erkennen, das einem in der Ausstellung mehrmals begegnet. Auch wenn Bruder Meinrad fünfzig Jahre in der Benediktinerabtei Maria Einsiedeln lebte und wirkte, habe er sich zum Rheintal verbunden gefühlt, wird gleich auf der ersten Tafel betont. In der Ausstellung werden einige Bezüge zur Ostschweiz hergestellt. «Br. Meinrad» steht auf einer Tür zwischen zwei Schautafeln. Was verbirgt sich dahinter? Etwas zaghaft öffnet man die Tür und steht in einer ganz privaten Umgebung.

In der Zelle von Br. Meinrad

Es handelt sich nicht um die Zelle von Bruder Meinrad, denn diese ist aufgrund von Umbauarbeiten nicht mehr erhalten. Aber in diesem Raum lässt sich erahnen, wie er gelebt hat. Hier steht auch der Lehnstuhl, in dem Bruder Meinrad gestorben ist. Die Zelle, als ein besonderer «Gebetsraum» konzipiert, ist das Highlight der Ausstel-



lung: In dem kleinen Zimmer überall verteilt liegen Gebete von Bruder Meinrad. Sie beziehen sich auf verschiedene Situationen im Alltag und laden ein zur Besinnung.

Mit Freundlichkeit punkten

«Superheroes» bekommen auf Social Media heute grosse Aufmerksamkeit, auch Heilige haben oft den «Superheroes»-Status. Doch Bruder Meinrad war aus einem ganz anderen Holz geschnitzt und vielleicht macht ihn gerade das zum idealen Vorbild für die Gegenwart. Die Texte auf den Ausstellungstafeln machen deutlich: Der Rheintaler Benediktiner hat die Heiligkeit im Alltag gelebt, er ist kein spektakulärer Heiliger. Er führte ein ganz gewöhnliches und bescheidenes Leben. Gerade das macht ihn zum Vorbild und lässt ihn authentischer wirken als manch grossen Glaubenshelden.

Warten auf ein Wunder

Teil der Ausstellung ist eine Wand mit zahlreichen Votivtafeln: Gläubige bedanken sich bei der Gottesmutter und Bruder Meinrad für seine Fürsprache bei Gott. Doch das Kloster Einsiedeln wartet auf ein Wunder. Dieses ist notwendig für die Seligsprechung von Bruder Meinrad. Am Grab von Bruder Meinrad beten auch heute viele Gläubige. Die Besucherinnen und Besucher werden eingeladen, wundersame Gebetserhörungen beim Kloster zu melden. Die Einsiedler Benediktinergemeinschaft und der Wunsch der Gläubi-

gen liessen Abt Ignatius Staub bereits 1939 den Seligsprechungsprozess einleiten. Aber hat der Rheintaler Mönch den offiziellen «Selig»-Stempel nötig? Vielleicht passt es noch viel besser zu Bruder Meinrad, wie es jetzt ist. Es ist eine kleine, aber feine Ausstellung. Sie liefert einen guten Grund für einen Ausflug nach Einsiedeln in diesem Jahr.

Text: Stephan Sigg

Bild: ssi / zVg.

«BRUDER-MEINRAD-TAGE» UND EIN NEUER FILM

Im Gedenkjahr findet jeweils am 14. Tag eines jeden Monats ein «Bruder-Meinrad-Tag» statt. Ziel dieser Gedenktage ist es, an den einzelnen Tagen verschiedene Aspekte seines Lebens und seiner Botschaft zu entdecken. Für das Gedenkjahr wurde ein neuer Dokumentarfilm (50 Minuten) produziert, er ist auch auf YouTube zu finden, Link via: www.pfarreiforum.ch/brudermeinrad. Die Ausstellung ist täglich geöffnet, Sonn- und Feiertage: 10.30 bis 18.30 Uhr, Montag bis Samstag: 8.00 bis 18.30 Uhr, der Eintritt ist kostenlos.

→ www.bruder-meinrad.ch



Wertekompass für Kantonsräte

Ramadan für Kinder und die Zukunft des Religionsunterrichts: Mit diesen und vielen weiteren Fragen und Themen in der Schnittfläche zwischen Politik und Religion beschäftigt sich die Ethikgruppe des St. Galler Kantonsparlaments. Diese gibt es seit 25 Jahren.



Luzia Krempf, Die Mitte



Rolf Huber, FDP



Claudia Martin, SVP

Wir können nicht gegen grosse Machthaber kämpfen, aber wir können in unserem Umfeld die Situation verbessern», sagt Luzia Krempf-Gnädinger. Die 54-Jährige politisiert seit 2019 im St. Galler Kantonsrat. Zu Beginn noch für die CVP, seit deren Zusammenschluss mit der BDP im Jahr 2021 für Die Mitte. Seit ihrer Wahl ins Kantonsparlament präsidiert Luzia Krempf die Ethikgruppe des Kantonsrates, Co-Präsident ist Jascha Müller von der EVP. Die Ethikgruppe wurde vor 25 Jahren ins Leben gerufen und besteht momentan aus 25 Mitgliedern sämtlicher Parteien. Teilnehmen können alle Mitglieder des Kantonsrates, welche sich

für Ethik interessieren. «Die meisten bleiben lange dabei. Mich wird das Engagement begleiten, bis ich im Kantonsrat aufhöre», sagt Luzia Krempf. Sich um ethische Fragen Gedanken zu machen, bezeichnet die Goldacherin als Teil ihrer Kultur und ihrer persönlichen Haltung. «Das gehört für mich einfach zum Leben dazu.»

Viele Schnittpunkte

Einer, der auch schon seit rund zehn Jahren in der Ethikgruppe mitarbeitet, ist FDP-Kantonsrat Rolf Huber. «Auch wenn wir in einem säkulären Staat leben, sollte eine Verbindung zwischen Kirche und Politik da sein. Es gibt viele Schnittpunkte», sagt er. Die Ethikgruppe prüft laut Statuten Sachvorlagen und allgemeine politische Fragen aller Art unter dem Blickwinkel der christlichen Ethik. Sie hat die Möglichkeit, selbst Vorlagen ins Parlament einzubringen. Dies kam in den vergangenen fünf Jahren gemäss der Präsidentin allerdings nicht vor. «Es geht vor allem auch darum, Informationen einzuholen und Lobbyarbeit zu betreiben», sagt Krempf und nennt als Beispiel das neue Volksschulgesetz, mit dem sich das St. Galler Kantonsparlament seit einiger Zeit beschäftigt, und hier insbesondere der Religionsunterricht. Bei einem Treffen mit Religionslehrpersonen hätte sie deren Bedürfnisse abgeholt.



← Die 25 Mitglieder der Ethikgruppe des St. Galler Kantonsparlaments prüfen Sachvorlagen und politische Fragen unter dem Blickwinkel der christlichen Ethik. Auch innerhalb des Rates zeigt die Arbeit Wirkung.

Glück, das Meer und Mona Vetsch

Diese wurden in der Ethikgruppe besprochen und von den Mitgliedern in die Fraktionen getragen. «Wir wollen verstehen, wie wir und die anderen ticken und das Verständnis für politische Vorgänge steigern», sagt Rolf Huber. Als weitere Beispiele nennt er die Thematiken «muslimische Gräber» oder «Ramadan für Kinder». Rolf Huber sagt: «In der Ethikgruppe können Sorgen und Nöte mitgeteilt werden.»

Zusammenarbeit vertieft

Claudia Martin nennt die Ethikgruppe eine wertvolle Ergänzung ihres Wertekompasses. Die SVP-Kantonsrätin ist seit 2013 im Rat und trat zwei Jahre später der Ethikgruppe bei. Diese trägt auch zur Zusammenarbeit im Parlament bei, findet die 47-Jährige. «In der Ethikgruppe haben wir einen gemeinsamen Nenner. Das tut gut. Ich erfahre einen anderen Zugang zu Mitgliedern des Kantonsrates, die auch in der Gruppe mitarbeiten. Es ist einfacher.» Das Engagement gebe ihr Inputs für Instrumente im Umgang mit anderen, sagt die Berufsfachschullehrerin und Politikerin. Auf die Frage, was denn für sie genau Ethik bedeute, überlegt Luzia Krempl kurz: «Es geht darum, dass wir alle Menschen gleich achten, egal welche Herkunft oder welche Voraussetzungen sie haben, und dass wir nicht andere – auch die Natur und Tiere – mit unserem Verhalten schädigen.» Es stehe immer die Frage im Raum, wie das Zusammenleben verbessert werden kann, sagt auch Rolf Huber.

Interreligiöses Treffen

In der Regel trifft sich die Ethikgruppe einmal im Jahr mit den Vertretungen der grossen Religionsgruppen, namentlich Bischof Markus Büchel, mit dem evang.-ref. Kirchenratspräsidenten Martin Schmidt, dem St. Galler Rabbiner Shlomo Tikochinski und dem Präsidenten des Dachverbandes islamischer Gemeinschaften in der Ostschweiz, Yakup Gürgün. Ein Mal jährlich organisiert die Ethikgruppe einen Vortrag oder eine Podiumsdiskussion zu einem politisch und ethisch aktuellen Thema. Zudem wird zu Beginn jedes Amtsjahres von reformierten und katholischen Seelsorgenden ein Besinnungsanlass in der Laurenzkerkirche in St. Gallen organisiert. Dieser wird gemäss Krempl von vielen Kantonsrätinnen und Kantonsräten besucht. Das freut sie besonders: «Die Kirchen und auch die Ethikgruppe können ein Gegenpol zur Politik sein, in der oft hart über Sachvorlagen debattiert wird. Das finde ich wichtig», sagt Luzia Krempl. «Und es zeigt, dass unsere Arbeit geschätzt und das Thema Ethik als wichtig erachtet wird.»

Text: Alessia Pagani

Bilder: Kanton St.Gallen / zVg.



Weniger haben, mehr sein – Freiräume für ein erfüllendes Leben gewinnen

Niklaus Kuster, Kapuziner im Kloster Rapperswil SG, zeigt auf, wann Verzicht bereichernd sein können und wie Leere zu Freiräumen wird. «Das Buch geht von der Lebensweisheit aus, dass weniger oft mehr ist: Weniger Dinge schaffen mehr Bewegungsraum, weniger Gepäck macht leichtfüssiger, weniger Termine lassen mehr Zeit, weniger Ablenkung macht mich achtsamer und weniger Kontakte kommen tieferen Beziehungen zugute.» Ein erstes Kapitel zeigt auf, warum verschiedene Religionen Menschen das Pilgern empfehlen – auch als Grundhaltung im Leben. Im zweiten Kapitel kann viel und wenig in Spannung stehen: alltagspraktisch, sozial, wirtschaftlich, politisch und spirituell. Ein dritter Teil diskutiert die Lebensentwürfe, die Mona Vetsch einst im TV-Beitrag «Macht Verzicht glücklich?» präsentiert hat. Ob viel oder wenig: Das christliche Leben verheisst nicht weniger als «Leben in Fülle» (Joh 10,10).

Jeder Tag ist dir geschenkt

Jeder Tag ist uns geschenkt, dabei nicht eilen, sondern im Hier und Jetzt verweilen und sich freuen an dem, was gelingt. Denn keiner ist perfekt. Wir sind alle Mitmenschen, leben miteinander und füreinander. Das gilt besonders für das Leben zu zweit. Falls dabei nicht immer alles rund läuft, ist das kein Hindernis. Denn man kann auch an den Widerständen wachsen. Sie gehören zum Leben dazu. Krisen können Chancen sein. Und wenn das Leben in die Jahre kommt, lässt sich das Glück des Älterwerdens erfahren. Das Wichtigste: auf die Stimme des Herzens hören und dem eigenen Stern folgen. Die besten Texte von Max Feigenwinter sind hier versammelt. Sie erzählen vom Glück, zu leben.

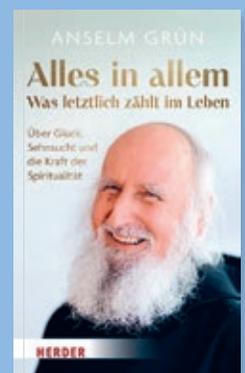


Bilderbuch: Der Tag, an dem das Meer verschwand

Ein berührendes Bilderbuch über die Folgen der Meeresverschmutzung, das Kinder zum Nachdenken anregt: Jack lebt am Meer und liebt es, mit seinem Vater zu segeln. Doch als er aus Versehen einen Plastikstrohalm ins Wasser wirft, verändert sich alles. Am nächsten Morgen ist das Meer verschwunden, und Müllberge füllen die Landschaft. Jack entdeckt, wie sehr der Abfall den Meeresbewohnern schadet, und schwört, die Umwelt zu schützen.

Alles in allem – was letztlich zählt im Leben

Als Bestsellerautor, charismatischer Redner und Manager wurde Pater Anselm Grün weltberühmt, blieb jedoch stets nah bei den Menschen. Mit 80 Jahren ist er weiterhin aktiv, offen und neugierig. Was ist der Kern seiner Lebensweisheit? Welche Quellen nähren ihn? Im Gespräch mit Rudolf Walter blickt er auf sein Leben und die Werte zurück, die ihm wichtig wurden. Was gibt ihm Hoffnung in schwierigen Zeiten? Warum glaubt er, dass der Mensch zum Glück geboren ist? Es geht um Fasten und Geniessen, Stille und Einfachheit, um das Älterwerden, Krankheit, Freude, Trost, Konflikte und Dialog. Wie verbindet sich die Suche nach dem guten Leben mit seiner Gottsuche?



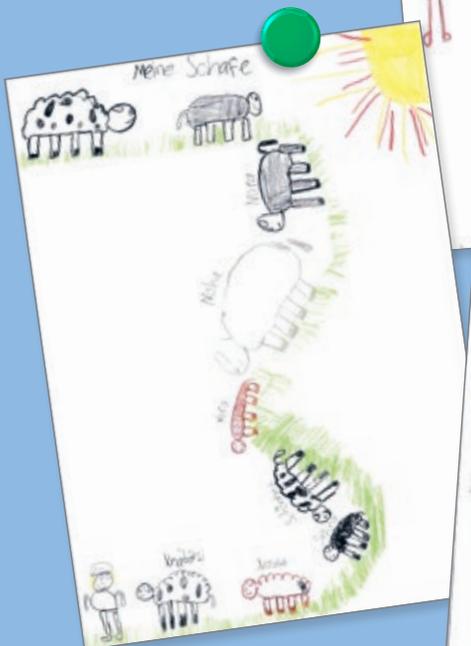
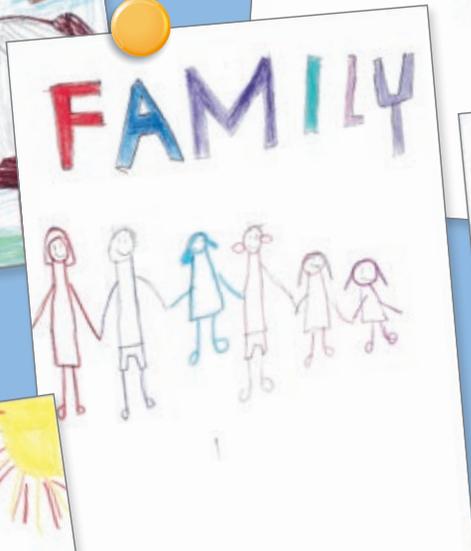
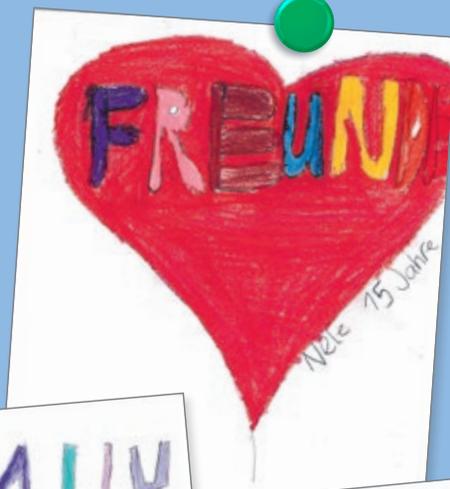
Text: Manuela Mitter, Medienstelle / ssi

→ Alle Bücher können bei der Religionspäd. Medienstelle in Altstätten kostenlos ausgeliehen werden (Link via <https://sg.kath.ch/bildung>) oder sind im Buchhandel erhältlich.

KINDER

Was macht mich glücklich?

Bald startet die Fastenzeit. Viele verzichten während 40 Tagen auf etwas wie das Smartphone, neue Kleider oder Kino. Was brauche ich überhaupt und worauf könnte ich problemlos verzichten? Und was macht mich im Leben glücklich? Schülerinnen und Schüler des Heilpädagogischen Zentrums in Trübbach zeigen in ihren Zeichnungen, was sie glücklich macht.



Zwei neue Jugendräume für die Region

Altstätten/Weesen. Jugendliche brauchen Freiräume, etwa in Form von Jugendräumen. Dort können sie sich nicht nur mit Gleichaltrigen treffen, sondern auch ihre Persönlichkeit und Identität entdecken und entfalten, wie der Altstätter Jugendseelsorger Christian Brändle im Rheintaler sagt. Im Pfarreiheim St. Nikolaus in Altstätten und an der Ziegelbrückstrasse 30 in Weesen sind nun gleich zwei solcher Jugendräume neu eröffnet worden. Ersterer ist ein Projekt der Jugendarbeit der Seelsorgeeinheit Altstätten. Den Jugendraum in Weesen trägt neben weiteren Beteiligten die lokale Kirchengemeinde finanziell mit. Sowohl in Weesen als auch in Altstätten haben die Jugendlichen sowie weitere Helferinnen und Helfer in ihrer Freizeit mitgeholfen, die neuen Räume umzugestalten. (red/nar)



Über 8000 Minis in St. Gallen erwartet

St. Gallen. Mehr als hundert Ateliers wie Menschentöggelikasten, Riesentrampolin, Bibelthriller oder «4 gewinnt XXL»: Am 7. September werden in St. Gallen über 8000 Ministrantinnen und Ministranten aus der ganzen Deutschschweiz erwartet. An diesem Tag wird auf dem Olma-Areal das Minifest gefeiert, das 2021 wegen der Coronapandemie abgesagt und verschoben werden musste. Seit einem Jahr ist das OK-Minifest rund um die Deutschschweizerische Arbeitsgruppe für Ministrant*innenpastoral (Damp) an der Arbeit, um die achte Auflage des Festes auf die Beine zu stellen. An diesem sollen sich die verschiedenen Mini-Gruppen begegnen und gemeinsam eine einzigartige Zeit erleben. Neben den Ateliers wird es unter anderem eine Eröffnungsfeier und viele Mitmachaktionen geben. Zudem waren an den vergangenen Minifesten jeweils mehr als 200 freiwillige Helferinnen und Helfer im Einsatz. Ohne diese liesse sich gemäss der Damp so ein Grossanlass gar nicht durchführen. Interessierte ab 14 Jahren können sich anmelden unter www.minifest.ch. (red/nar)



Opferberatung ist fortan unabhängig

Schweiz. In diesem Jahr setzt die katholische Kirche neue Abläufe in Kraft, um sexuellen Missbrauch und dessen Vertuschung zu verhindern und Opfer überall in der Schweiz professionell zu unterstützen. Bereits seit Januar ist die Opferberatung schweizweit von der Kirche unabhängig. Die Beratungsstellen sind über www.opferhilfe-schweiz.ch erreichbar. Bis anhin hatten auch kirchliche Stellen diese Aufgabe übernommen, mit je nach Bistum unterschiedlichen Vorgehensweisen. Das Bistum St. Gallen und der Katholische Konfessionsteil des Kantons St. Gallen begrüssen und unterstützen gemäss Medienmitteilung die Massnahmen auf nationaler Ebene. Zudem arbeiten sie auch auf kantonaler Ebene an Massnahmen. Ziel ist es unter anderem, eine gemeinsame Trägerschaft aller in den Vollzug des Schutzkonzepts involvierter Gremien zu schaffen. Auch soll die Zusammenarbeit mit der Opferhilfe SG-AR-AI als unabhängige Anlaufstelle und mit staatlichen Behörden vor Ort sichergestellt werden. (red/nar)

Das Leben als Ganzes sehen



Appenzell. «Ich liebe die Arbeit im Gesundheitswesen, weil kranke Menschen eher bereit sind, über wichtige Dinge zu sprechen», sagt der Palliative-Care-Seelsorger Daniel Burger-Müller im Forum der katholischen Kirche Zürich. Aufgewachsen ist er als Bauernsohn in Appenzell Innerrhoden. Die Landschaft, die Musik und Bräuche hätten ihn geprägt. Sein Vater habe an Heiligabend, Silvester und an Dreikönig mit Glut und Weihrauchkörnern in einer Kupferpfanne das Haus gesegnet. «Räuchlen» tue er auch heute noch. «Bei den Kapuzinern in der Schule habe ich gelernt, das Leben als Ganzes zu verstehen», sagt der 56-Jährige und erzählt, wie er mit seinen Teamkollegen von der Palliativseelsorge schwer kranke Menschen aller Religionszugehörigkeiten besucht. Palliative-Care-Seelsorge sei Service public für die Menschen. (red/nar)

Tipp



Adieu Bischof Markus Buechel

Die Amtszeit von Bischof Markus Buechel neigt sich dem Ende zu. Am 16. März findet eine Dankesvesper in der Kathedrale statt (15.30 Uhr). Zeit für einen Blick zurück und ein Fazit: Wie beurteilen Persönlichkeiten aus Kirche, Politik und Kultur die Amtszeit des St. Galler Bischofs, dessen Wahlspruch «In Freude und Hoffnung» lautete? Wie hat er die Kirche in der Ostschweiz und in der ganzen Schweiz geprägt? Welche Ereignisse blieben in Erinnerung? Im Onlinedossier kommen zahlreiche Stimmen zu Wort und Fotos dokumentieren verschiedene Stationen.

Onlinedossier: www.pfarreiform.ch/bischofmarkusbuechel

Fernsehen



Fasten und jung bleiben

Fasten kann gesund halten und auch im höheren Alter die Lebensqualität verbessern – davon sind viele Expertinnen und Experten überzeugt. Zur Fastenzeit haben sich Florian Kröppel und Kurt Langbein mit der Auswirkung des Fastens und anderer Techniken auf den Körper auseinandergesetzt.

→ **Mittwoch, 5. März, ORF1, 21.55 Uhr**



Gscheiter durch Scheitern

Keiner scheitert gern, trotzdem passiert es jedem und jeder von uns. Wir scheitern im Kleinen, aber auch im Grossen. Und nur die wenigsten geben es zu. Lisa Gadenstätter geht in dieser Doku der Scheiter- und Fehlerkultur auf den Grund. Menschen sprechen offen, wie sie mit dem Scheitern umgehen, u. a. die Schauspielerin Valerie Huber. Lisa Gadenstätter wagt auch den Selbstversuch, erstellt einen «Lebenslauf des Scheiterns» und erkennt: Über Fehler und Scheitern zu sprechen, ist gar nicht so leicht. Eine Doku übers Hinfallen, Aufstehen und Weitermachen.

→ **Mittwoch, 5. März 2025, 20.15 Uhr, ORF 1**



Sisi und ich

Als Hofdame Irma ihren Dienst antritt, verliebt sie sich sofort in Kaiserin Sisi, die in Griechenland in einer Art Kommune lebt. Umgeben von Frauen, weit weg von Kaiser Franz Joseph. Gemeinsam reisen sie, wohin sie die Laune trägt. Und es könnte ewig so weitergehen, wäre Sisi nicht die Kaiserin. Komödie mit Sandra Hüller.

→ **Freitag, 7. März, Arte, 20.15 Uhr**

Online

Fastenkalender per E-Mail

Kochen Sie schon vermehrt mit saisonalen und regionalen Nahrungsmitteln? Suchen Sie nach neuen Wegen, Lebensmittel weiterzuverwenden, statt sie zu verschwenden? Selbst kleine Taten machen einen Unterschied – für eine Welt, in welcher Hunger keine Zukunft mehr frisst. Der Fastenkalender 2025 von Fastenaktion / Brot für alle bietet vom 5. März bis Ostern täglich Inspirationen und Motivationen, Geschichten aus Nord und Süd, Tipps und Tricks zu Foodsave, Infos zum (spirituellen) Hunger und zu drängenden Fragen zur Bewahrung der Schöpfung.

→ **Kostenlos abonnieren:** <https://sehen-und-handeln.ch/fastenkalender/>

Pfarrer gesucht

300 Pfarrerinnen und Pfarrer fehlen der reformierten Kirche bis in zehn Jahren. Auf katholischer Seite sieht's nicht besser aus. Und auch Seelsorgerinnen und Katecheten: überall ein akuter Mangel. Dieser zwingt die Kirche, den Wandel anzupacken. Im Thurgau versucht man, Kirche neu zu denken. Netzwerkerinnen und Netzwerker sollen den Kontakt zur Kirchenbasis garantieren, während Seelsorgerinnen und Priester sozusagen «Handelsreisende» werden, wie es der Bischofvikar formuliert. Reicht das? Wie nachhaltig ist der Wandel angesichts der erodierenden Basis?

→ **SRF-Perspektiven (vom 8.02.25):** www.srf.ch/audio/perspektiven

Bilder: Regina Kühne (oben), ORF / Walker+Worm Film GmbH & Co. KG/Bernd Spaue

Von Wünschen

Erinnern Sie sich noch an Wünsche, die Sie als Kind hatten? An Wünsche, bei denen man schon damals ahnte, dass sie eher ausserhalb des vernünftig Vorstellbaren liegen?

Kinder-Wünsche wie: jeden Tag Geburtstag haben, nie endende Sommerferien, jederzeit frei verfügbare Süßigkeiten, einen ganzen Stall voller Hamster, eine unerreichbare Jugendliebe? Vermutlich waren auch ein paar Wünsche dabei, die glücklicherweise nicht in Erfüllung gegangen sind – wären mann oder frau eventuell heute mit einem Popstar verheiratet oder hätte immer noch einen Stall betagter Haustiere zu betreuen.

Realitäten

Bei manch kindlichen Wünschen ist uns aus erwachsener Perspektive nicht mehr klar, worin deren ursprüngliche Faszination lag. Bei späteren Wünschen, die vielleicht eher Lebensvisionen waren, mag es anders aussehen. Wünsche, die der Realität zum Opfer fielen, die monetären oder anderweitig vernünftigen Gründen nicht standhielten und deshalb aus unserem Sichtfeld verschwanden. «Das Leben ist kein Ponyhof und erst recht kein Wunschkonzert.» Vielleicht wurde so aus einem Astronauten-traum ein geerdeter Physiklehrer? Etwas Wehmut liegt in der Suche nach den verlorenen Wünschen, und manchmal spürt man in der ehrlichen Rückschau eine Restsehnsucht, die diesen Lebenswünschen zugrunde lag. Diese Sehnsucht aber ist es, die uns auch als Erwachsene den Mut aufbringen lässt, noch mal Neues zu wagen, unmöglich Erscheinendes zumindest anzudenken und die Welt für mich und andere ein bisschen zu verändern.

Hoffnungen

Sehnsucht braucht Raum, muss durch Herz und Verstand, um Kräfte und Hoffnung freizusetzen. Wieder entdeckt, könnte sie helfen, Lebensträume zu leben, anstatt das Leben zu träumen.



Vera Maria Rösch

Seelsorgerin katholische Kirche Region Rorschach

Agenda

Chancen und Gefahren von KI

Samstag, 8. März 2025, 9.30 Uhr

Künstliche Intelligenz eröffnet ethische Chancen. Gleichzeitig birgt sie ethische Risiken in sich. Peter G. Kirchschräger, Professor an der Universität Luzern, wird an der Tagung am Friedberg bei einem Vortrag die ethischen Möglichkeiten und Gefahren der künstlichen Intelligenz identifizieren und Lösungsansätze entwickeln, wie alle Menschen und die Erde vom ethisch positiven Potenzial profitieren und das ethisch negative Potenzial vermieden oder gemeistert werden kann. Kirchschräger ist Theologe und Leiter des Instituts für Sozialethik an der Theologischen Fakultät der Universität Luzern. Nach dem rund zweistündigen Vortrag inklusive Diskussion wird ein Apéro riche serviert. Anmeldung erwünscht über provinzial@pallottiner.ch oder 071 552 99 66.

→ Mensa Gymnasium Friedberg, Gossau

Soziales Engagement lernen

Dienstag, 11. März 2025, 9 bis 11 Uhr

Die Caritas St. Gallen-Appenzell veranstaltet einen Informationsanlass zum Seminar «Soziales Engagement». Das Seminar vermittelt Fähigkeiten zum hilfreichen Umgang mit Menschen in verschiedenen Situationen und bietet die Möglichkeit, sich für die anspruchsvolle Freiwilligenarbeit in sozialen Feldern weiterzubilden. Das Seminar steht allen Interessierten offen und startet im April. Anmeldung für die Infoveranstaltung bis spätestens 6. März über <https://caritas-regio.ch/ueber-caritas/stgallen-appenzell/informationsanlass-sse>

→ Evangelisches Kirchgemeindehaus, Uznach

Warum gibt es sieben Sakramente?

Montag, 3. März 2025, 18.15 bis 19.45 Uhr

Warum zählt die katholische Kirche sieben Sakramente, während in anderen Traditionen nur Taufe und Eucharistie als Sakramente gelten? Und darf die christliche Gemeinschaft die sakramentalen Riten im Laufe der Zeit verändern? Der öffentliche Vortrag «Sakramente als Symbole des Heils» geht diesen Fragen nach und beleuchtet die Entwicklung der Sakramente. Referent Thomas Reschke, Katholischer Universitätsseelsorger an der HSG, sucht auch Antworten auf die Frage, welche ökumenischen Fortschritte in der sakramentalen Praxis erreicht wurden.

→ Universität St. Gallen, Raum A 09-012

Märchen und der Glaube

Freitag, 14. März 2025, 19 Uhr

In seinem Buch «Vom fröhlichen Hans und dem heiligen Franz: Die Weisheit der Märchen und die Bibel» deutet der Theologe und vielfache Buchautor Josef Imbach zehn Märchen und zeigt, wie sehr ihre Motivwelten mit der Bibel und den Fragen des Glaubens verwandt sind. In der Klosterkirche Mels hält der Franziskaner im März einen Vortrag zum Thema. Anschliessend gibt es einen Apéro.

→ Klosterkirche in Mels

Wir freuen uns über Ihren Agenda-Hinweis. Jetzt einreichen:

→ www.pfarreiforum.ch/agenda



↑ Mohamed Abdillahi auf der Tribüne im Stadion Espenmoos, wo der FC Somalia trainiert.

Mit Fussball Grenzen überwinden

Mit einem Fussballturnier ein Zeichen gegen Rassismus setzen: Wie das funktioniert, erzählt der St.Galler Mohamed Abdillahi. Mit dem FC Somalia organisiert er im März während der Aktionstage gegen Rassismus des Kantons St.Gallen das Fair Play Fussballturnier.

«Fussball ist wie eine Sprache», sagt Mohamed Abdillahi. Der 41-Jährige engagiert sich im Vorstand des FC Somalia in St. Gallen und organisiert mit seinem Team seit zehn Jahren das Fair Play Fussballturnier gegen Rassismus. Dieses findet jeweils im Rahmen der kantonalen Aktionstage gegen Rassismus vom 10. bis 23. März statt. Als Sprache bezeichnet Mohamed Abdillahi Fussball, weil die Sportart eine gemeinsame Basis in unserer vielfältigen Gesellschaft bildet und kulturelle Grenzen überwindet. «Auf dem Feld geht es nur um das Gemeinsame, das Spiel und um Fairness. Hautfarbe, Religion und Herkunft spielen dabei keine Rolle. Es gibt keine Vorurteile», sagt er.

Ein Turnier für Kinder

Mohamed Abdillahi lebt seit 2012 in der Schweiz. Er war vor dem jahrzehntelangen Bürgerkrieg in seiner Heimat geflüchtet. Nach einem Deutschkurs fand er Arbeit im Kantonsspital St. Gallen, wo er bis heute arbeitet. «Fussball hat mir dabei geholfen, hier anzukommen», sagt er und erzählt, wie er nach

einem Jahr in St. Gallen mit Freunden den FC Somalia gründete. Kurz darauf organisierte dieser zusammen mit dem SC Brühl ein Fussballturnier für Kinder. Auch die Stadt St. Gallen unterstützte das Projekt, aus dem sich schliesslich das Fair Play Turnier für Erwachsene gegen Rassismus entwickelte. Im Schnitt spielen an diesem 13 Teams verschiedener Nationen aus der ganzen Umgebung mit. Dazu gehören Teams mit jungen Flüchtlingen aus lokalen und regionalen Flüchtlingsheimen, Mannschaften von Migrantenvereinen oder der Alternativen Fussball Liga St. Gallen. In Letzterer spielen über 20 Teams, wie etwa nebst dem FC Somalia auch der FC Eggersriet oder der FC Mörschwil. Die Alternative Liga funktioniert ohne Spielleitung. «Ohne Fair Play und gegenseitigen Respekt würde das nicht funktionieren», sagt Mohamed Abdillahi.

Ausgleich zum Alltag

Der FC Somalia trainiert abwechselnd im Westen von St. Gallen beim Schulhaus Engelwies sowie im Osten der Stadt im Stadion Espenmoos. Fussball zu spielen ist für Mohamed Abdillahi ein Ausgleich zu seinem Alltag. Schon als Kind habe er den Sport geliebt. Am Fair Play Turnier im März freut er sich nebst den Spielen selbst am meisten auf die Stimmung. «Es hat immer viele Zuschauer und Freunde und Familien im Publikum. Die Stimmung ist entspannt», sagt er und fügt an: «Ein Highlight ist immer auch das somalische Essen wie Sambusa, also Teigtaschen mit Hackfleisch, das die Familien selber zubereiten.»

Aktionstage gegen Rassismus, 10. bis 23. März 2025, mit zahlreichen Veranstaltungen und Aktionen im ganzen Kanton St. Gallen. Infos: www.gegenrassismus.sg.ch

**Text: Nina Rudnicki
Bild: Ana Kontoulis**

Auflage: 107800, erscheint 12-mal im Jahr.
3. Ausgabe 2025, 1. bis 31. März 2025
Adressänderungen: Bitte wenden Sie sich
direkt an Ihr Pfarramt.

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

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