

# forum

PFARRBLATT DER KATHOLISCHEN KIRCHE IM KANTON ZÜRICH



## Ich wünsch mir was ...

**Schwerpunkt** Ein neuer Trend verspricht sicheren Erfolg

Das Gebet lässt die Erfüllung von Wünschen offen.  
Beim Manifestieren soll genau das geschehen, was  
man sich wünscht. Was ist davon zu halten?



## Was für ein Quatsch! – Das war mein erster Gedanke, als ich vom «Manifestieren» hörte.

Auch der differenzierende Schwerpunkt in diesem Heft wird mich nicht dazu bringen, dem Manifestieren – Mega-Trend hin oder her – viel abzugewinnen. Aber das ist ja auch gar nicht die Erwartung.

Allerdings wurde mir bei der Lektüre bewusst, dass es zwei Haltungen gibt, die ich für gleichermassen schädlich halte – und in Beziehungen als wahnsinnig anstrengend empfinde.

Die eine Haltung ist jene der masslosen Bescheidenheit. Und die andere jene des masslosen Anspruchs. Die eine kann sich in einer duldsamen Gebetshaltung zeigen, die keinen Wunsch offen ausspricht, weil ja der liebe Gott alles viel besser weiss und schon das Richtige finden wird. Die andere Haltung dagegen lässt die Egozentrik wuchern, bis sich gar nichts mehr entfalten kann.

Beide Haltungen produzieren viel Unzufriedenheit, weil sie einen idealen Nährboden für Neid bieten. In beiden Haltungen lebt man sozusagen über seine psychischen Verhältnisse. Und deshalb empfinde ich beide Extreme als aggressiv, wobei mir übertriebene Bescheidenheit fast noch gefährlicher erscheint, weil sie in aller Heimlichkeit blühen darf.

Ich bleibe einmal mehr beim Mittelmass: Versuche meine Wünsche zu konkretisieren und offen auszusprechen, ohne daraus unbedingte und selbstsüchtige Ansprüche abzuleiten.

*Roman Jüsto*

NOCH **55** TAGE

**FORUM**

MAGAZIN DER KATHOLISCHEN KIRCHE IM KANTON ZÜRICH

Vom Erscheinungstag dieser Ausgabe sind es noch 55 Tage bis zum neuen Forum.

So manches im Forum wird neu: monatlich, dafür mit mehr Seiten – neue Rubriken für frischen Lesegenuss – ein starkes Online-Angebot mit einer tagesaktuellen Agenda – ein Magazin auf wertigem Papier frontvoran im Briefkasten. Manches bleibt aber gleich, und das aus Überzeugung: Dieselben Köpfe in der Redaktion schreiben, fotografieren, gestalten und administrieren das Forum. Sie sorgen für den bewährten «Forum-Groove». Und dieselben Köpfe in der Geschäftsführung und im Stiftungsrat stehen hinter unseren Produkten und entwickeln sie kontinuierlich weiter:

Für ein Forum, das nachhaltig Forum bleibt.

*Die Redaktionsleitung*

4

SCHWERPUNKT

**Ich wünsch mir was...**

Was steckt hinter dem Manifestieren, das gerade als Megatrend gehandelt wird? – Ein Gespräch mit dem Theologen Carsten Wolfers.



Foto: istockphoto

25

GLAUBEN HEUTE

«Ob ich es nun über einen hohen Berg oder durch ein tiefes Tal geschafft habe: Es ist nicht Resultat von Glaubensstärke.»

Thomas Binotto in seiner Kolumne «Muss ich stark im Glauben sein?»

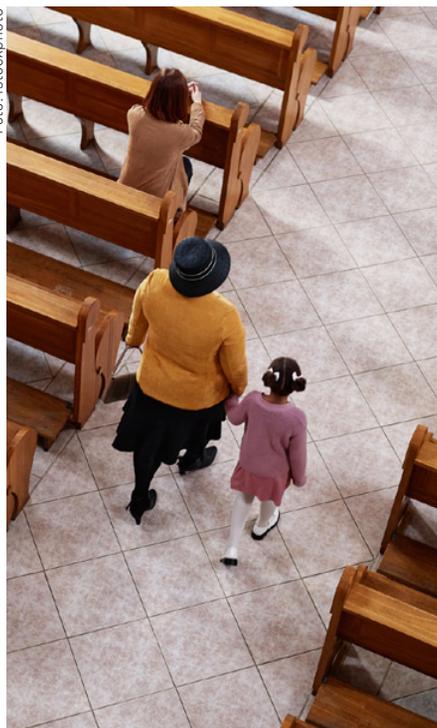
INTERVIEW

26

**Kinder nicht um Gott betrügen**

Der Religionspädagoge Albert Biesinger erzählt, warum es wichtig ist, religiös aufzuwachsen – für die Kinder und für die Gesellschaft.

Foto: istockphoto



KURZNACHRICHTEN

7

**Weltsynode im Vatikan**

Die Beratungen sind zu Ende

**Urteil aus Rom eingetroffen**

Abmahnung für Schweizer Bischöfe

SERIE

8

**Der feine Unterschied**

Kleriker und Laien

AUS DEN PFARREIEN

9–24

KULTUR

28

**Adventskalender**

Weihnachten entgegenfiefern

BOUTIQUE

29

**Anno Domini: 1545-1563**

Konzil von Trient: Zwiespältig

**Schaufenster: Buch**

Zu Fuss nach Jerusalem

AGENDA

31

SCHLUSSTAKT

32

**Narrenschiff**

Selbsterzüchtigung



# Ich wünsch mir was ...

Beim Beten wird die Erfüllung Gott überlassen. Beim Manifestieren dagegen soll genau das geschehen, was wir uns wünschen. Was steckt hinter dieser Haltung, die gerade als Megatrend gehandelt wird? – Ein Gespräch mit dem Theologen Carsten Wolfers.

**Carsten Wolfers, Sie sind Theologe. Wurde schon einmal eines Ihrer Gebete erfüllt?**

**Carsten Wolfers:** Ja, klar. Vor einigen Jahren befand ich mich beispielsweise in einer festgefahrenen Situation und wusste nicht, wie ich meine innere Haltung positiver ausrichten sollte. Mir hat es geholfen, Emotionen und Erlebtes mit ins eigene Gebet zu nehmen und zu erfah-

ren, dass auch andere Menschen mit mir fühlen und beten. Dadurch konnte ich mich mit meiner Einstellung auseinandersetzen und mich zuversichtlicher stimmen.

**Sich in einer positiven Einstellung zu üben, ist auch Bestandteil des Manifestierens. Was denken Sie über diesen Trend?**

Mir stellen sich die Fragen, weshalb es so viele verschiedene Personen anspricht und was da für ein Bedürfnis dahintersteckt. Das zu begreifen, ist für die eigene seelsorgerische Praxis ein wichtiger Punkt. Ich muss herausfinden, wo ich Antworten auf dieses Bedürfnis zu manifestieren in der eigenen Gemeinde, Kirche oder Spiritualität erkenne. Aus diesem Grund höre ich auch regelmässig in verschiedenste Podcasts hinein, um mich darüber zu informieren, was es alles auf dem spirituellen Markt gibt. Zudem interessieren mich Podcasts, in denen es um das Mindset geht, also eben darum, sich positiv auf oder für etwas einzustellen. So bin ich auch erstmals auf das Manifestieren aufmerksam geworden.

### **Was bevorzugen Sie, beten oder manifestieren?**

Als Theologe bevorzuge ich es, zu beten. Aber man könnte sich vom Manifestieren auch etwas abschauen. Ich denke dabei etwa an Fürbitten in Gottesdiensten. Manchmal sind diese so allgemein formuliert, dass ich hinterher nicht wissen kann, ob Gott jetzt geholfen hat oder nicht. Und wenn ich etwas so allgemein formuliere, dann bedeutet das unter Umständen auch, dass ich gar nicht erwarte, dass Gott hilft. Ich plädiere dafür, dass wir unsere Wünsche und Hoffnungen doch sehr viel konkreter vor Gott bringen sollten. So sagte auch Jesus: Schütte Gott dein Herz aus, klopfe an und dir wird aufgetan.

### **Persönliche Wünsche in einer Fürbitte vor der Gemeinde vorzubringen, erfordert aber schon Mut. Vielleicht ist es uns auch peinlich und daher bleiben wir lieber allgemein?**

Da frage ich mich wirklich, wieso soll uns das peinlich sein? In Gottesdiensten beten wir darum, im Glauben zu wachsen und vorwärtszukommen. Wieso machen wir das nicht auch an konkreten Dingen fest? Ein Beispiel wäre Frieden: Wir beten für die Ukraine, weil der Krieg in den Nachrichten ist und wir die Menschen dort nicht vergessen wollen. Aber genauso könnte mein Herz in diesem Moment von einem Streit in der Nachbarschaft belastet sein. Dann könnte ich in der Fürbitte doch formulieren: Wir bitten für Frieden, gerade in unserer Strasse. Was Gott daraus macht, ist ihre oder seine Sache. Wenn ich einen Wunsch habe, sollte ich konkret bleiben und das nicht verallgemeinern.

### **Was ist mit Wünschen nach Geld, Ruhm und Erfolg: Was würde Gott dazu sagen?**

Durchs Manifestieren kann ich lernen, dass ich diese Wünsche in der Tat habe. Durchs Gebet kann ich lernen, dass ich diese Wünsche getrost vor Gott platzieren kann. Denn was Gott damit

macht, können wir nicht beeinflussen. Zudem kommt durchs Beten das Element der Selbstkorrektur dazu. Das macht einen wesentlichen Unterschied zum Manifestieren aus. Ein Beispiel: Beim Manifestieren spreche ich zum Beispiel «Ich werde reich sein» und warte dann darauf, dass es passiert. Im Gebet formuliert man eher «Guter Gott, mach mich reich» und fügt dann etwas hinzu. Das kann zum Beispiel der Wunsch sein, sozial abgesichert zu sein oder sich wegen der finanziellen Situation nicht immer Sorgen machen zu müssen. Oder es kann die Bitte sein, die Hilfsbedürftigen nicht vergessen zu lassen. Die Nächstenliebe ist immer Bestandteil des Gebets, schon alleine dadurch, dass ich Gott liebe. Ich kann mich also nicht wie beim Manifestieren in einer Autosuggestion verlieren.

### **Als Gebetsanfänger könnte man nun etwas verunsichert sein, wie das Ganze funktioniert. Welches Gebet empfehlen Sie jenen, die Beten einmal ausprobieren wollen?**

Man könnte einen Satz oder ein paar Worte aus einem bekannten Gebet wie dem Vaterunser herausgreifen wie «Gib mir täglich Brot» und dann mit etwas Persönlichem ergänzen. Gerade für einen Anfänger darf das sehr existenziell und konkret sein. Daher würden sich wohl auch ein Herzensgebet oder ein Stossgebet gut eignen, etwa indem ich in einer bestimmten Situation nur bete «Gott, hilf mir».

### **Um zurück aufs Mindset und das Manifestieren zu kommen. Macht uns Beten ebenfalls positiver?**

Natürlich. Voraussetzung ist aber, dass der Glaube mit Friede, Verzeihung, Liebe, Hoffnung, Gelassenheit und Zuversicht gefüllt ist.

### **Manifestieren ist unter anderem auch im Trend, weil sich viele Menschen durch die Pandemie und Krisen fremdbestimmt fühlten. Wie ist das beim Beten? Stellen Sie angesichts der aktuellen Krisen fest, dass mehr Menschen beten?**

Das ist schwierig festzumachen, weil Beten hauptsächlich im Privaten geschieht. In den Kirchen können wir aber gut feststellen, dass mehr Kerzen angezündet werden. Wenn diese Handlung von der Hoffnung oder Sehnsucht begleitet ist, dass Gott für uns Licht sein möge, dann ist das Anzünden von Kerzen übrigens auch ein Gebet, das sich für alle eignet.

Interview Nina Rudnicki  
pfarreiforum St. Gallen



**Carsten Wolfers** ist  
Diakon in Sevelen  
und Podcaster von  
sternenglanz.ch

# Zukunftsbilder sind hilfreich

Aline Fischbacher berät Menschen, die sich privat oder beruflich in einem Veränderungsprozess befinden. Was kann sie dem Manifestieren abgewinnen? Und wo sieht sie Grenzen?

«Als ich eine neue Wohnung gesucht habe, habe ich visualisiert: Wie möchte ich wohnen? Wie sollte die Wohnung gelegen sein? Wie sollten die einzelnen Räume aussehen?», erinnert sich Aline Fischbacher und merkt schmunzelnd an: «Ich habe dann tatsächlich so eine Wohnung gefunden. Aber ich schreibe das jetzt nicht der Kraft der Manifestation zu, sondern der aktiven Auseinandersetzung mit meinen Wünschen und Bedürfnissen. Dabei ist mir klar geworden, was ich wirklich will, und das hat bei der Suche nach der passenden Wohnung geholfen.»

Aline Fischbacher kann nachvollziehen, warum das Manifestieren heute auf viele so faszinierend wirke. Und: «Gegen die Grundidee des Manifestierens ist nichts einzuwenden», sagt die St. Gallerin. «Gefährlich wird es hingegen, wenn Manifestieren mit einem Heilversprechen gleichgesetzt wird im Stil von: Du musst es dir nur ganz genau vorstellen, dann klappt es auch.»

## Positive Vision als Antrieb

Aline Fischbacher ist als Coach, Supervisorin und Beraterin tätig. «Egal, ob privat oder beruflich, es ist wichtig, sich Ziele zu setzen und sich aktiv damit auseinanderzusetzen, wohin man genau möchte.» So etwas inspiriere und helfe, einen Prozess in Gang zu setzen. «Sowohl als Einzelperson als auch als Team braucht man eine positive Vision. Ich erlebe immer wieder, wie dies Energie und Motivation in Gang setzt,

sodass man auch Lust bekommt, dieses Ziel zu erreichen.» Gleichzeitig führe kein Weg daran vorbei, sich mit dem eigenen Beitrag auseinanderzusetzen: «Egal, um welche Veränderung es geht, es klappt nur, wenn ich bereit bin, die Komfortzone zu verlassen. Das kann Unterschiedliches bedeuten: Die Beziehungspflege spielt eine wichtige Rolle, also mein Umfeld aktivieren oder mein Netzwerk ausbauen, vielleicht muss ich mir neue Kompetenzen aneignen.» Gerade diese Aspekte blenden manche «Manifestationsgurus» aus. Wichtig sei auch, dass die Vision dynamisch bleibe: «Das Leben ist ein Prozess und deshalb gilt es auch, Visionen immer wieder zu hinterfragen und weiterzuentwickeln.» Sich auf eine bestimmte Vision zu fixieren, kann blockieren, es fehlt die Offenheit für andere Optionen. Sie spricht aus eigener Erfahrung: «Zuerst arbeitete ich bei der SBB, dann führte mich mein Weg zur Polizei, bis ich mich schliesslich selbstständig machte. Wenn ich mich von Anfang an total verbissen auf einen Traumjob fixiert hätte, wäre ich wahrscheinlich nicht dort, wo ich heute bin.»

## Was will ich wirklich?

«Was will ich persönlich wirklich? Was tut mir gut? Und wo liegen meine Stärken?» Gerade diese Fragen stehen bei der Positiven Psychologie im Fokus. Diese relativ junge Wissenschaft war auch Teil von Aline Fischbachers Ausbildung. «Die Positive Psychologie erforscht wissenschaftlich, was uns glücklich und zufrieden macht. Ein wesentlicher Anteil dabei ist die Auseinandersetzung sowohl mit den Stärken als auch mit den Schwächen. Sie zielt darauf ab, das Beste im Leben zu fördern, schlimme Erfahrungen und Erlebnisse zu überwinden und das Leben der Menschen lebenswerter zu machen.» Es gehe darum, den Blick nicht nach aussen, sondern nach innen zu richten und zu lernen, mit sich selbst zufrieden zu sein – eigentlich nichts Neues, das Christentum und viele andere Religionen lehren das seit Jahrtausenden.



Foto: zvg

Die St. Gallerin Aline Fischbacher empfiehlt, auf dynamische Visionen zu setzen – Zukunftsbilder, die laufend weiterentwickelt werden.

Stephan Sigg pfarreiforum St. Gallen



Foto: SRF / Gian Vaitl / zvg

Ab Ende Oktober wird das «Wort zum Sonntag» von fünf neuen Persönlichkeiten gestaltet: Die zwei römisch-katholischen, nämlich die Sprecherin Tatjana Oesch (Mitte) und der Sprecher Jonathan Gardy (links), sind beide in Pfarreien im Kanton Zürich im Einsatz. Als reformierte Personen sprechen Stina Schwarzenbach (zweite von links) und Reto Studer (rechts), christkatholischer Sprecher ist Theo Pindl (zweiter von rechts). Die fünf neuen werden bis Herbst 2026 aktuelle Themen aus christlicher Perspektive kommentieren.

### Weltsynode im Vatikan

## Die Beratungen sind zu Ende

Der Abschlussbericht zur Weltsynode wird von Beobachterinnen als mutig bezeichnet: Die Synodalen fordern mehr Rechte für Frauen und Laien und eine Rechenschaftspflicht für Bischöfe. Was allerdings mit diesen Forderungen geschieht, liegt allein in den Händen des Papstes. 351 Männer, vor allem Bischöfe, und 54 Frauen aus aller Welt haben vier Wochen beraten. Für die Schweiz waren Helena Jeppesen-Spuhler, Claire Jonard und Bischof Felix Gmür an der Synode vertreten. Jeppesen-Spuhler setzte sich an der Synode erfolgreich für die Diskussion der Gleichberechtigung von Frauen ein; Papst

Franziskus hatte die Frage von der Synode ausklammern wollen und sie dafür zuvor in eine Kommission verlagert.

Die Synode selbst konnte keine Reformen liefern, ihre Beschlüsse können aber als Meilenstein auf dem Weg dorthin verstanden werden. Es liegt auch an der Bischofskonferenz, was damit nun geschieht. Seit September verfügt die Schweiz mit der sogenannten Synodalitätskommission über eine interdisziplinäre Gruppe, welche sich für die Forderungen nach mehr Partizipation einsetzen kann. Helena Jeppesen-Spuhler ist Mitglied dieser Kommission.

arpf/vej

### Kirchenrechtliche Abmahnung für Bischöfe

## Urteil aus Rom eingetroffen

Der Vatikan rügt die Bischöfe Charles Morerod und Jean-Marie Lovey sowie Abt Jean Scarcella. Morerod wird unter anderem dafür gerügt, kanonische Verfahren im Umgang mit Missbrauchsverdächtigen nicht eingehalten zu haben, Lovey dafür, dass er zu langsam gehandelt habe. Am schärfsten fällt die Rüge gegen den Abt von St. Maurice aus, dem zwar kein Missbrauch nachgewiesen wird, in dessen Abtei aber «ein ambivalenter und unangebrachter Um-

gang der Kleriker» herrsche. Bischof Joseph Bonnemain war Anfang des Jahres vom Vatikan beauftragt worden, entsprechende Voruntersuchungen durchzuführen. Die erteilten kanonischen Rügen sind in etwa mit einer Abmahnung im Arbeitsrecht vergleichbar. Die Betroffenenorganisation IG MikU ist über die Urteile erschüttert: «Es bleibt alles beim Alten! Niemand ist da, der die Verantwortung für diese realen Vorfälle übernimmt.»

arpf/vej



## LESERBRIEFE

forum 20/2021

## «Aufschauen zum Höchsten»



Bilder in Kirchen machen etwas mit den Gläubigen: Diese Aussage kann und muss ich bestätigen. Als Kind hatte ich in Herz

Jesu Wiedikon Respekt vor dem übermächtigen Gottvater mit hochgezogenen Brauen, bis ich sein ganzes Gesicht betrachtete, seine fürsorgliche Art und Verbundenheit mit seinem Sohn und dem über ihm schwebenden Hl. Geist erkannte. Mit diesem dreifaltigen Gott feierte ich Erstkommunion, Firmung, Primiz eines befreundeten Priesters, aber auch die Abdankung für unseren beliebten Jugendvikar. In der Kirche Felix und Regula in Thalwil habe ich in verschiedenen Rollen gearbeitet, aber auch Taufe und Erstkommunion unseres Sohnes gefeiert. Ich schätzte das Bild im Chor, auf dem Jesus den Emmaus-Jüngern die Augen öffnete. Es stärkte meinen Auferstehungsglauben und bot mir Trost, wenn mich Sorgen quälten. Bei der Renovation wurde die Kirche leergeräumt. Mit dem Kreuzweg, den Statuen der Märtyrer Felix und Regula und dem 180 kg schweren Kreuz, an dem Jesus erbärmlich leidet, dominiert nun der Tod. Kraft und Trost spendende Gottesworte oder Bilder sucht man in dieser Kirche vergeblich. Ich habe diesen Raum noch ein einziges Mal betreten und ihn traurig und wütend für immer verlassen.

Erica Meyer-Rieser Thalwil

# Kleriker und Laien

Wer heute regelmässig an Gottesdiensten teilnimmt, dem fällt auf: Manche Gottesdienste sind Eucharistiefiern, manche nicht. Und wenn eine Eucharistie gefeiert wird, steht immer ein Mann mit einer farbigen Stola über beiden Schultern am Altar. Wenn aber eine Frau den Gottesdienst leitet, gibt es eine Kommunionfeier. Das liegt am Weihestatus der leitenden Person. Geweihte Personen werden Kleriker genannt, nicht-geweihte Personen Laien.

Über Jahrhunderte waren es die Kleriker, die das Bild der Kirche prägten. Der bekannteste Kleriker ist der Priester. Er trägt im Gottesdienst die Stola über beiden Schultern. Ein Priester kann mit Ausnahme der Firmung und der Weihe alle Sakramente spenden – Priester feiern Eucharistie, taufen, nehmen die Busse ab, assistieren bei Eheschliessungen und spenden die Krankensalbung. Zur Weihe zugelassen sind nur Männer, die über entsprechende persönliche und bildungsmässige

Voraussetzungen verfügen. Ein Bischof, gewissermassen der oberste Kleriker in einer Region, muss vor seiner Bischofsweihe ebenfalls zum Priester geweiht worden sein.

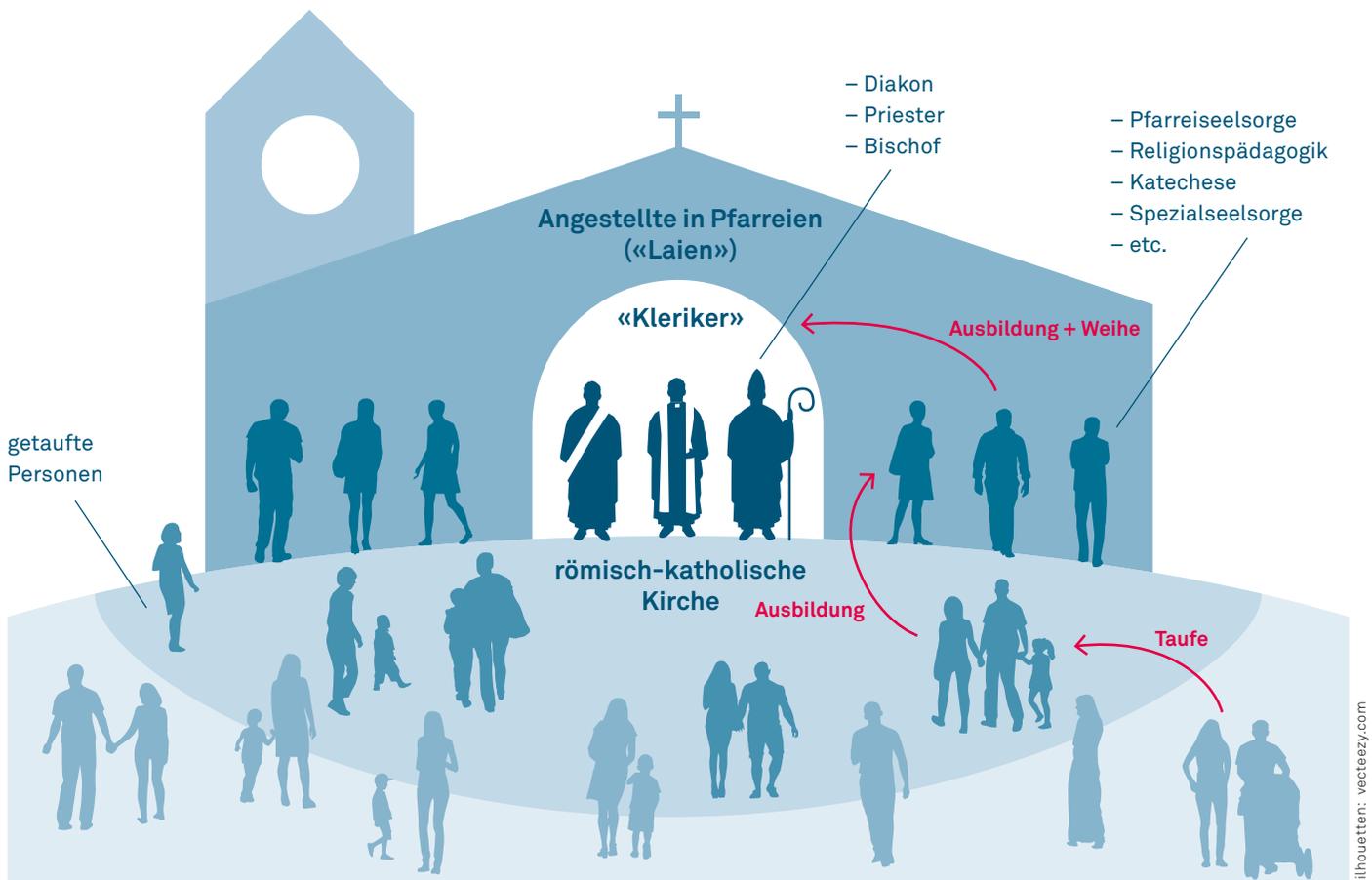
Ein geweihter Mann ist auch der Diakon. Im Unterschied zu Priesterkandidaten können auch verheiratete Männer zum Diakon geweiht werden. In diesen Fällen muss aber ihre Ehefrau zustimmen. Ein Diakon darf zwar auch Gottesdienste feiern, taufen und bei Trauungen assistieren; einer Eucharistiefier darf er aber nicht vorstehen.

Der mit Abstand grösste Teil der Katholikinnen und Katholiken ist nicht geweiht. Diese Personen werden Laien genannt – das ist Griechisch und heisst «Volk». Mit «Lai» ist also nicht gemeint, dass eine Person nur ein Hobby-Katholik ist oder ohne Ausbildung für die Kirche arbeitet. Seit 1970 werden in der Schweiz zunehmend auch nicht-geweihte mit Seelsorge- und Leitungsaufgaben betraut und sind heute tra-

gende Säulen des aktiven Pfarrei- und Kirchenlebens. Sie leiten zum Beispiel Pfarreien und feiern Wortgottesdienste und Kommunionfeiern. «Laien», die in der Seelsorge arbeiten, werden je nach Ort und Aufgabe anders genannt: zum Beispiel Pfarreibeauftragte, Seelsorgepersonen oder Pfarreileiterinnen und -leiter.

Hauptamtlich in der Seelsorge arbeitende Personen, seien es Kleriker oder Laien, teilen sich weite Teile ihres Bildungsweges: sie studieren Theologie, werden einer Persönlichkeitsprüfung unterzogen, nach dem Studium folgt eine Berufseinführung. Unter anderem auch deswegen wird die Verknüpfung von Weihe und Leitung seit geraumer Zeit hinterfragt und kontrovers diskutiert.

**Severin Schnurrenberger** Forschungsmitarbeiter  
an der Professur für Kirchenrecht und  
Staatskirchenrecht an der Universität Luzern



## Eine gute Frage

Illustration: Carolina Gurtner



## Muss ich stark im Glauben sein?

Es ist seltsam, wie viel Schwäche das Christentum theoretisch zulässt – und wie wenig davon in der Praxis erlaubt wird. Predigten über die Seligpreisungen klingen in meinen Ohren nicht selten nach einem verbalen Trostpflaster für all die lieben Schwachen dieser Erde. So häufig die Bergpredigt zitiert wird, so selten wird sie wirklich beherzigt.

Sobald Menschen nämlich tatsächlich Schwäche zeigen, spricht ihnen die Superfrommheit nicht die entlastenden Worte der Bergpredigt zu, sondern wirft ihnen mangelnde Glaubenskraft vor. Die Moralleule liegt oft näher als das Füllhorn der Seligpreisungen.

Neulich hat beispielsweise der Papst davor gewarnt, die «Ehe auf Sand zu bauen» und als Heilmittel dagegen den Glauben an den Heiligen Geist empfohlen. Ich bin noch selten bis nie Menschen begegnet, die ihre Bezie-

hung leichtfertig in den Sand gesetzt hätten. So gut der päpstliche Ratschlag wohl gemeint war, so höre ich daraus doch einen Vorwurf an die Adresse jener, deren Beziehung scheitert. Hätten sie nur stark genug an den Heiligen Geist geglaubt, so die verkappte Botschaft, dann wären sie immer noch zusammen.

Es gibt einige Begriffe, die durch vermeintliche Glaubensstärke heruntergewirtschaftet wurden. Demut beispielsweise wird mit Vorliebe auf andere gemünzt. Die sollen sich still und bescheiden verhalten. Also kein Mittel zur Selbstreflexion, sondern eine Aufforderung zur Unterwerfung. Synodal demütig reden fällt leicht. Synodal demütig handeln ist anstrengend.

Gnade – auch so ein Wort, das in Misskredit geraten ist – wurde allzu häufig mit Auserwähltheit gekoppelt.

Unterschlagen wird dabei ein Wahrnehmen von Gnade, in der man sein Glück und seinen Erfolg nicht verdienen kann, auch nicht durch einen besonders starken Glauben. Gnade, wie ich sie verstehen will, führt uns von der Selbstgerechtigkeit weg zu einer Kultur des Teilens und der Solidarität.

Auf meine Stärke, ob nun im Glauben oder sonst wo, will ich mir gar nichts einbilden. Ich glaube auch nicht daran, dass mich Stärke vor Unglück bewahren wird. Ob ich es nun über einen hohen Berg oder durch ein tiefes Tal geschafft habe: Es ist letztlich nicht Resultat von Leistungsfähigkeit und Glaubensstärke.

Die Botschaft, die ich aus der Bergpredigt höre: Wir sind weder an unserem Glück noch an unserem Unglück schuld. Seligkeit ist für uns alle gleichermaßen unverdient verdient.

**Thomas Binotto**

### im echten Leben

**Kopf** Das Experiment könnte sich lohnen: Die Bergpredigt so lesen, als müsste sie eine ganz konkrete Auswirkung auf mein Leben haben. Anspruchsvolle Glaubenspraxis anstatt hehre Glaubentheorie.

**Herz** Wenn es Menschen nicht gut geht, bin ich meist viel zu schnell mit tröstenden Worten. Dadurch rede ich manchmal den Schmerz klein, anstatt ihn anzuerkennen und mit auszuhalten.

**Hand** Ich lege mir ein Münzportemonnaie zu, damit ich Menschen, die mich auf der Strasse um Unterstützung bitten, etwas geben kann, ohne mir dabei über Verdienst oder Unvermögen Gedanken zu machen.



Foto: kna-bild.de

Alle Kinder stellen Sinnfragen. Darauf geht religiöse Erziehung ein.

## «Kinder nicht um Gott betrügen»

Der bekannte deutsche Religionspädagoge und Autor Albert Biesinger kommt nach Zürich. Im Gespräch erzählt er, warum es wichtig ist, religiös aufzuwachsen – für die Kinder und für die Gesellschaft.

**Eines Ihrer Bücher trägt den Titel: «Kinder nicht um Gott betrügen». Was gewinnt ein Kind, wenn es mit Gott aufwächst?**

**Albert Biesinger:** Eine grosse Verheissung für sein Leben. Und die Antwort darauf, warum wir auf die Welt kommen, wenn wir doch wieder sterben müssen. Kinder sind von Anfang an mit grossen Antennen unterwegs und wollen wissen, woher wir kommen und was das Ganze soll. Ausserdem wachsen Kinder in eine interreligiöse Welt hinein. Sie begegnen bereits in der Kita oder im Kindergarten anderen Kindern, die muslimisch, christlich, nicht- oder andersgläubig sind. Religion wird zwischen ihnen zum Thema, ohne dass sie von Erwachsenen darauf hingewiesen werden. Das haben wir in unserer Forschung gesehen.

**Was schliessen Sie aus dieser Erkenntnis?**

Dass religiöse Erziehung in der Familie und im Kindergarten gesellschaftlich sehr wichtig ist. Weil es dabei auch um die religiöse Verständigung zwischen den Religionen geht. Religion

wird in diesem Jahrhundert gesellschaftlich zu einem Megathema und wir sollten unsere Kinder dafür fit machen.

**Braucht es dazu religiöse Erziehung, reicht dafür nicht die Religionskunde?**

Für Kinder aus einer religiösen Familie reicht das nicht. Auch mit einem Kind aus einer atheistischen Familie müsste man seine individuellen Sinnfragen besprechen. Die Idee der religiösen Erziehung ist, von den Wurzeln des jeweiligen religiösen Weges her den Dialog zu gestalten. Das ist viel anspruchsvoller, aber auch emotional stimmiger, weil es mit dem Personkern der Kinder zu tun hat. Dafür hat unsere «Stiftung Gottesbeziehung in Familien» ein grosses Filmprojekt entwickelt mit dem Namen: «Kleine Menschen – grosse Fragen».

**Worum geht es dabei?**

Wir haben Kurzfilme produziert mit Beispielen für Eltern und Betreuungspersonen, die zeigen, wie man interessant und unkompliziert



Der deutsche Theologe **Albert Biesinger** (\*1948) war Professor für Religionspädagogik an der Universität Tübingen und ist Autor zahlreicher Bücher.

ziert mit Kindern über die grossen Fragen sprechen kann. Es sind berührende Dialoge mit Kindern.

**Die Stiftung arbeitet aus einem «christlichen Sinnhorizont heraus». Akzeptieren das die Eltern von Kindergartenkindern, die anderen Religionen oder keiner angehören?**

Die Filme sind interreligiös angelegt im Sinne einer gegenseitigen Würdigung der religiösen Wege. Die Beteiligten müssen akzeptieren, dass alle ihren eigenen Glauben haben dürfen. Auch Papst Franziskus sagt, dass es verschiedene Wege zu Gott gibt. Die katholische Kirche ist nicht allein seligmachend – wie dies früher strikt behauptet wurde.

**Sie empfehlen auch atheistischen Eltern, ihr Kind religiös zu bilden. Wie kann das gehen?**

Ein Beispiel: Ein Kind kommt nach Hause und sagt zu seinen atheistischen Eltern: «Meine Freundin hat gesagt, dass es Gott gibt», dann könnten die Eltern dem Kind raten, die Freundin zu fragen, ob sie das beweisen könne. Im Dialog sollen die Mädchen herausfinden, was für oder gegen die Existenz Gottes spricht. Das Beispiel geht so aus, dass beide eingestehen, ihre Meinung nicht beweisen zu können. Am Ende steht es 50 zu 50 und die Mädchen sind denkerisch weitergekommen, ohne sich gegenseitig den Glauben nehmen zu wollen oder zu missionieren.

**Sie schreiben in ihrem Buch: «Es ist eine Frage konsequenten Denkens, seine Kinder religiös zu erziehen». Was meinen Sie damit?**

Religion ist relevant im Alltag der Gesellschaften in Bezug auf Vorurteile, Herabwürdigungen bis hin zur Anwendung von Gewalt. Um diesen Problemen entgegenzuwirken, ist interreligiöse Bildung wichtig. Aus diesem Grund habe ich mich stark dafür eingesetzt, dass das Zentrum

für islamische Theologie neben unserer katholisch-theologischen Fakultät in Tübingen angesiedelt wurde. Es ist gefährlich und inkonsequent, wenn es keinen Dialog zwischen den Religionen gibt.

**Angenommen säkulare Eltern hätten Ihr Buch gelesen und wollten ihr Kind religiös erziehen. Wie sollen sie vorgehen?**

Ich würde den Eltern raten, auf die religiösen Fragen der Kinder einzugehen, ohne die eigene ideologische Schere im Kopf zu haben. Eltern können Kinder mit ihren religiösen Fragen begleiten, ohne ihre eigenen zu verleugnen.

**Sie propagieren eine erfüllungsmotivierte Religiosität. Was bedeutet das?**

Wer erfüllungsmotiviert religiös ist, handelt nicht aus Angst und Zwang, sondern aus dem Versprechen heraus, dass aus der Religion die Erfüllung des Lebens kommt. Das bedeutet, dass mein Leben heil gemacht wird und dass mein Leben über den Tod hinaus geht. Man überlässt sich einer grossen Verheissung. Das gibt eine Verschiebung von der Muss-Religion zu einer Hingabe-Religion.

**Braucht es Religion, um auf die grossen Fragen der Kinder zu antworten?**

Man muss die Welt nicht religiös deuten. Das wäre manchmal einfacher. Aber wenn die Kinder religiös fragen, muss ich auch religiös antworten. Ich kann auf die Frage nach der Schöpfung der Welt mit Gott antworten und die Urknall-Theorie gleich anfügen. Das schliesst sich nicht aus, denn die Wissenschaft hat keine Antwort auf die Bedingung des Urknalls. Vielleicht ist Gott diese Bedingung. Hier stehen wir wieder am Punkt, dass die Existenz Gottes weder bewiesen noch bestritten werden kann – fifty-fifty.

Eva Meienberg



**Referat von Albert Biesinger**  
Der Theologe und Religionspädagoge spricht zum Thema: Kinder nicht um Gott betrügen.  
Mi, 13. Nov., 19.30 Uhr  
Kath. Kirche St. Marien, Rennweg 35, 8704 Herrliberg  
Eintritt frei



«Kinder nicht um Gott betrügen»  
Albert Biesinger, 2022,  
Verlag Herder, 192 Seiten,  
ISBN: 978-3-451-03368-1



«Warum kommen wir auf die Welt, wenn wir doch wieder sterben müssen?»  
Albert Biesinger, 2024,  
Patmos, 112 Seiten,  
ISBN 978-3-8436-1468-9



Foto: ZVG

# Weihnachten entgegenfiebern

Was wäre der Advent ohne einen Adventskalender?  
Sechs Tipps für die schönsten 24 Türchen.

## Postkarten für Jugendliche

Der Adventskalender des Verbands Katholischer Pfadi für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren. Für jeden Tag im Advent gibt es eine Postkarte mit einem Bild und einem Text, der anregt, entspannt oder erheitert. Zum Postkarten-Kalender gibt es einen Türchen-Adventskalender im Format A5 gratis dazu, sowie ein Begleitheft mit Impulsen zum kostenlosen Download mit Anregungen für Jugendarbeit oder Unterricht. [vkp.ch](http://vkp.ch), [Adventskalender](#), [Infos/Bestellung](#) Fr. 12.– (Mengenrabatt)

## Advent besinnlich

Geschichten über Begegnungen im Alltag und kurze Momente, die die Augen dafür öffnen, dass es mehr gibt als unsere üblichen Wege. Mit Bildern und Illustrationen zum Sehnen, Hoffen, Staunen. Es gibt einen Kalender für Erwachsene und einen für Kinder. [vereintecum.ch](http://vereintecum.ch), [Der Andere Advent](#), Erwachsene: Format A4, Fr. 15.–, Kinder: Format A5, Fr. 13.–, beide Mengenrabatt

## «Solitaire» mit Geschichten

Ein Adventskalender mit 25 Weihnachtsgeschichten: Die Hälfte davon stammt aus den Federn von Menschen mit Behinderung, die andere Hälfte von Autorinnen und Autoren des Zytglogge-Verlags. Unter Einbindung von Menschen mit Behinderung wurden die Holzsterne gefräst, geschliffen und gebohrt. Nach der Weihnachtszeit verwandelt sich der Stern in ein «Solitaire»-Spiel. Für 2025 kann man neue Weihnachtsgeschichten bestellen. [zytglogge.ch](http://zytglogge.ch), Suchfunktion: [Adventsstern](#), Format 17,5x17,5 cm, Fr. 39.–

## Kalender digital erstellen

Kostenlos selber einen Online-Adventskalender erstellen: Für jeden Tag ein Foto, einen Text oder ein Video hochladen. Der Kalender kann mit Freund:innen oder Familie per Link geteilt werden. [myadvent.net](http://myadvent.net) oder [tuerchen.com](http://tuerchen.com)

## Basteln, backen und singen

Ein Mitmach-Kalender rund um Advent und Weihnachten für Kinder, Familien, Kitas und Grundschulen – mit Rezepten, Liedern sowie Spiel- und Bastelideen. Dabei werden die christlichen Traditionen und adventlichen Bräuche kindgerecht erklärt. 72-seitiger Wandkalender, Mal- und Bastelvorlagen zum kostenlosen Download. [essener-adventskalender.de](http://essener-adventskalender.de), Format 19,3x47 cm, 4.95 € zzgl. Kosten für Versand aus Deutschland

## Die Welt verbessern

24 Ideen rund um Umweltschutz, Achtsamkeit und Nächstenliebe lassen die ursprüngliche Idee von Weihnachten neu entdecken: Jemandem eine Aufgabe abnehmen, an einer Hilfsaktion teilnehmen, ein Geschenk selber machen und weitere Ideen. Rivaverlag, ISBN 978-3-7423-1955-5, Fr. 15.50

arpf

Anno Domini → 1545–1563

## Zwiespältig

Der Zwiespalt des Konzils von Trient zeigt sich bereits in seiner Vorbereitung. Der deutsche Kaiser Karl V. wollte vor allem ein Reformkonzil, damit in seinem Reich endlich Ruhe einkehren würde. Für Papst Paul III. war die Verurteilung der protestantischen Theologie das wichtigste Anliegen.

Diese Spannung wird noch heute in der Rückschau auf das Konzil sichtbar, das in drei Tagungsperioden und insgesamt 25 Sitzungen abgehalten wurde. Etlliche Forderungen der Reformatoren wurden zwar aufgenommen und später auch umgesetzt. Zum anderen wurde die Trennung zwischen der katholischen Kirche und den protestantischen Kirchen aber weiter zementiert.

Geradezu visionär war der Entschluss, die Fragen nach der Lehre – das Anliegen des Papstes – und die Fragen nach der Kirchenreform – das Anliegen

des Kaisers – gleichzeitig zu diskutieren. Die Konzilsväter erkannten, dass man Theologie und Struktur nicht unabhängig voneinander behandeln konnte.

Am Konzil selbst wurde zwar erstaunlich wenig entschieden, aber sein Nachhall reicht bis in die Gegenwart. Damals wurde beispielsweise das Bischofsamt reformiert, die Errichtung von Priesterseminaren beschlossen, die Trennung zum Hochaltar aufgehoben

oder die Bedeutung der Predigt gestärkt. Es entstanden in der Folge der Katechismus, eine Vereinheitlichung der Liturgie und ein Verzeichnis verbotener Bücher.

Eine der letzten, direkt mit dem Konzil von Trient verknüpften Entscheidungen war 1999 eine gemeinsame Erklärung zur Rechtfertigungslehre, die zusammen mit dem Lutherischen Weltbund beschlossen wurde.

bit



Foto: Burkhard Mücke / Wikipedia / zvg

Schaufenster → Buch

## Zu Fuss nach Jerusalem

Noch nie ist eine Frau ganz allein zu Fuss nach Jerusalem gepilgert. Rosanna Brusadelli hat es gemacht. Ihr Tagebuch ist die schlichte Beschreibung eines Weges mit zahlreichen Hindernissen, Überraschungen und «umwerfender Gastfreundschaft», welche die Autorin an vielen Orten erlebt. Aber: Regelmässig wird sie gewarnt, im nächst östlicheren Land sei es gefährlich für Frauen, und die Menschen insgesamt seien dort nicht vertrauenswürdig. Das lässt Ängste aufkommen, die sie aber immer wieder hinter sich lässt. So weit wie möglich gut vorbereitet geht sie Tag für Tag mit Gottvertrauen weiter und entdeckt – vor allem weit ab der Touristenwege im Hinterland – wunderbare Menschen. Die Probleme bleiben nicht aus, vom Hundebiss, kaputten Wanderschuhen und Schmerzen im Knie über unwegsames Gelände, unsichere Ausschilderungen und Irrwege bis zu durchaus gefährlichen Situationen, aus denen sie aber intuitiv richtig entscheidend oder durch ande-

re Menschen, die im richtigen Moment am richtigen Ort sind, herausfindet. Sie lässt sich ein auf fremde Kulturen, ungewohntes Essen, abenteuerliche Schlafmöglichkeiten, andere Religionen. Trotz Sprachbarrieren erlebt sie durch ihre Offenheit in jeder neuen Region ganz tiefe Begegnungen mit Menschen. Ihr Motto auf dem Pilgerweg taugt als Lebensweisheit: «Hab Vertrauen. Lass dich nicht vom Negativen herunterziehen und in irgendwelche Ängste hineinziehen. Dein Weg ist ein anderer, ein Weg des Friedens, der Begegnung, des Dialogs.»



Rosanna Brusadelli «Zu Fuss nach Jerusalem. 5000 Kilometer. Elf Monate. Zwölf Länder»  
2024, Verlag Neue Stadt, 224 S.  
ISBN 978-3-7346-1343-2

bit



## Öffentliche Anzeige

Erneuerungswahl der Mitglieder der Rekurskommission

Gestützt auf § 7 Abs. 2 lit. c des Kirchengesetzes und Art. 27 Abs. 1 lit. c der Kirchenordnung wählt die Römisch-katholische Synode an ihrer Sitzung vom 26. Juni 2025 die Mitglieder der Rekurskommission für die Amtsdauer 2025–2029.

Die Rekurskommission ist die richterliche Behörde der Römisch-katholischen Körperschaft. Sie besteht aus fünf Mitgliedern, aus denen eine Präsidentin oder ein Präsident gewählt wird. Voraussichtlich stellen sich drei bisherige Mitglieder der Wiederwahl, womit zwei Sitze vakant werden. Zu den Vakanzen gehört auch die Funktion als Präsidentin oder Präsident. Voraussichtlich wird kein bisheriges Mitglied für diese Funktion kandidieren.

Das Anforderungsprofil für die Mitglieder der Rekurskommission mit den Wählbarkeitsvoraussetzungen findet sich unter dem Link <https://zhkath.ch/anforderungsprofil-rekurskommission>. Weiter finden sich allgemeine Angaben zur Tätigkeit der Rekurskommission auf deren Website: <https://www.zhkath.ch/ueber-uns/organisation/rekurskommission>.

Bewerbungen für das Amt als Mitglied der Rekurskommission und allenfalls gleichzeitig für das Präsidium sind unter Beilage zweckdienlicher Unterlagen bis Freitag, 6. Dezember 2024, an [synode@zhkath.ch](mailto:synode@zhkath.ch) einzureichen. Soweit möglich wird angestrebt, dass aus jedem Dekanatsgebiet (Albis, Winterthur, Zürcher Oberland, Zürich Stadt) ein Mitglied in der Rekurskommission vertreten ist.

Bei Fragen steht Ihnen der Aktuar der Synode via Sekretariat (044 266 12 20) zur Verfügung.

Im Namen der Römisch-katholischen Synode

Der Präsident:  
Guido Egli

Der Aktuar:  
Peter Schnider, lic. iur. / RA

## Solidara ZÜRICH

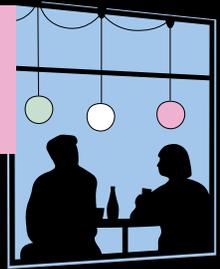
**Wir sind da.  
Für Menschen in Not.  
Mitten unter uns.**

**Nötiger denn je:  
51'700 Kontakte  
pro Jahr**



Spendenkonto IBAN:  
CH72 0900 0000 8000 7182 5

-lichen Dank für Ihre Hilfe!  
[solidara.ch](http://solidara.ch)



**Gymnasium  
Unterstrass Zürich**

Infoabende im November,  
Dezember und Januar  
besuchen.



## Kurzgymnasium



**Jetzt  
Infoabende  
besuchen!**

**Musisches Profil  
Profil Philosophie/Pädagogik/Psychologie  
Profil Naturwissenschaften+ (Magna)**

Dein Gymnasium am  
Schaffhauserplatz in Zürich

[unterstrass.edu](http://unterstrass.edu)



## Mehr Freude im Leben: für Lebensqualität spenden



Stiftung BRUNEGG  
Brunegg 3 | 8634 Hombrechtikon  
[www.stiftung-brunegg.ch](http://www.stiftung-brunegg.ch)  
Post-Spendenkonto: 87-2430-9  
IBAN CH18 0070 0113 9004 4943 9

**Aus  
alt  
wird  
↓  
neu**

### Nicht alles wegwerfen!

Ihre alten Polstermöbel überziehen und polstern unsere Fachleute neu nach Ihren Wünschen. Es lohnt sich (fast) immer. Bei uns finden Sie eine grosse Auswahl an Stoffen und Ledern. Bei Bedarf ist auch eine Heimberatung möglich. Rufen Sie uns an – oder besuchen Sie uns in unserer Polsterwerkstatt. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Tel. 055 440 26 86  
[www.polsterei-mattle.ch](http://www.polsterei-mattle.ch)  
[info@polsterei-mattle.ch](mailto:info@polsterei-mattle.ch)  
Polsterei Mattle AG  
Polsterwerkstätte – Industriepolsterei  
8862 Schübelbach



**tele  
bibel**  
044 252 22 22  
[www.telebibel.ch](http://www.telebibel.ch)

### Nächste Inserateschlüsse:

- 11. November (Nr. 24)
- 25. November (Nr. 25)
- 9. Dezember (Nr. 26)

[forum@c-media.ch](mailto:forum@c-media.ch)



Foto: Hella Sodies / zvg

## Kirche.Einfach.Anders.

Die Herbert-Haag-Wandermedaille geht von Veronika Jehle weiter an die Pfarrei Johannes XXIII in Greifensee-Nänikon-Werrikon: an das Team mit Hella und Gregor Sodies und an die gesamte Gemeinschaft. Ein Sonntagsgottesdienst, auch mit Aufnahme der neuen Minis.

So, 17. November, 9.30 Uhr  
Limi, Im Städtli 13, 8606 Greifensee  
Eintritt frei, Kollekte  
[www.pfarrei-greifensee.ch](http://www.pfarrei-greifensee.ch)

## Gedenkfeier



Foto: iStockphoto

## Für verstorbene Kinder

Während der Feier werden die Vornamen der verstorbenen Kinder verlesen. Namen können vom 1. Oktober bis 15. November auf der Website eingetragen oder beim Einlass zur Feier mitgeteilt werden. Im Anschluss heisse Getränke und Marroni.

So, 17. November, 16.00 Uhr  
Liebfrauenkirche  
Weinbergstr. 36, 8006 Zürich  
Verein Gedenkfeier für verstorbene Kinder  
Eintritt frei  
[www.gedenkfeierzuerich.ch](http://www.gedenkfeierzuerich.ch)

## Uraufführung



Foto: Christoph Widler

## Bruder Klaus von Flüe

Das Oratorium ist eine musikalische Reise durch das sagenumwobene Leben von Bruder Klaus mit Liedkompositionen und Klanginstallation. Eine Hommage an einen Heiligen und eine Einladung, den Frieden zu entdecken und ihn in die Welt zu tragen.

So, 8. Dezember, 17.00 Uhr  
Grossmünster  
Zwingliplatz 7, 8001 Zürich  
Christoph Sigrist (Text),  
Hans-Jürgen Hufeisen (Musik)  
Ticketreservation:  
[info@limmatrecords.ch](mailto:info@limmatrecords.ch),  
044 271 27 59  
Vorverkauf: [seeticket.ch](http://seeticket.ch)

## Weitere Veranstaltungen

### Länderabend Iran

Die Massenproteste, die ab 2022 im Iran stattgefunden haben, sind verstummt. Sie wurden von Sicherheitskräften des Regimes mit Gewalt unterdrückt. Die Menschenrechtslage im Land bleibt besorgniserregend.

Do, 14. November, 18.30–20.30 Uhr  
Pfarreizentrum St. Andreas  
Neuwiesenstrasse 17, Uster  
Caritas Zürich,  
Ref. Landeskirche,  
Schweizerische Flüchtlingshilfe  
kostenlos, Anmeldung bis 10.11.  
[www.zhref.ch/impuls-migration](http://www.zhref.ch/impuls-migration)

### Preacher Poetry Slam

Pfarrerinnen und andere theologisch interessierte Frauen slammen an diesem geistreichen Abend um die Wette. Wer kann das Publikum am meisten begeistern und gewinnt die heissbegehrte Flasche Whisky?

Fr, 15. November, 19.00 Uhr  
Café Familien- und Generationenhaus Sonnegg  
Bauherrenstrasse 53, Zürich  
Pfarrerinnen Nathalie Dürmüller,  
Rahel Strassmann, Diana Trinkner  
Band und Bar sorgen für Unterhaltung  
Eintritt frei  
[reformiert-zuerich.ch/keinespiesserin](http://reformiert-zuerich.ch/keinespiesserin)

### Feierliche Jodlermesse

Jodlermesse von Peter Roth, gesungen vom Jodelclub Sântisgruess, Unterwasser-Wildhaus, unter der Leitung von Mathias Ammann. Anschliessend Apéro im Festsaal mit den Mitwirkenden.

So, 17. November, 9.30 Uhr  
Kirche St. Anton  
Neptunstrasse 70, Zürich  
Einladende: Verein zur Pflege der Kirchenmusik St. Anton-Zürich  
Eintritt frei, ohne Anmeldung  
[www.st-anton-zuerich.ch](http://www.st-anton-zuerich.ch)

### Das Buch Ester

Drei Erzählerinnen leihen dem uralten Buch ihre Stimme und lassen den Text unmittelbar gegenwärtig werden. Eine an-

tike Erzählung mit beeindruckenden Parallelen zum gegenwärtigen Geschehen in aller Tragik und Hoffnung.

Sa, 23. November, 17.00 Uhr  
«Dorfhuus» Schönenberg  
Hüttnerstrasse 2, Schönenberg  
Verein Bibelerz, Pfarrei Hl. Familie und ref. Kirchgemeinde Schönenberg-Hütten  
Unkostenbeitrag, ohne Anmeldung  
[bibelerz.ch/geschichten](http://bibelerz.ch/geschichten)

### Spieleabenteuer im Museum

Grosseltern und Kinder gehen auf Entdeckungs- und Spieltour im Museum, mit anschliessendem Zvieri. Für Kinder ab zwei Jahren, ihre Grosseltern und neugierige Menschen.

So, 24. November, 15.00–16.30 Uhr  
Ortsmuseum Küsnacht  
Tobelweg 1, Küsnacht  
Fr. 10.–, ohne Anmeldung  
[www.ortsmuseum-kuesnacht.ch](http://www.ortsmuseum-kuesnacht.ch)

### Korrigendum:

#### Verleihung Frauenpreis

Für diese Veranstaltung braucht es zwingend eine Anmeldung unter:  
[www.frauenbund-aargau.ch](http://www.frauenbund-aargau.ch)

## Mehr Agenda im Netz

Auf dieser Seite hat nur eine kleine Auswahl an Veranstaltungen Platz. Mehr zu überpfarrellichen Angeboten finden Sie in der Rubrik «Agenda» auf unserer Website.

→ [Veranstaltungskalender der katholischen Kirche in Zürich und Winterthur](#)

→ [Regelmässige Gottesdienste, kirchliche Veranstaltungen und Gebete im Kanton Zürich](#)

[www.forum-pfarrblatt.ch/agenda.html](http://www.forum-pfarrblatt.ch/agenda.html)



Gültig für die Sonntage vom 10./17. November

**Herausgeberin**

Stiftung forum – Pfarrblatt der katholischen Kirche im Kanton Zürich

**Redaktionsadresse**

Hirschengraben 72, 8001 Zürich  
044 266 12 72, redaktion@forum-pfarrblatt.ch,  
www.forum-pfarrblatt.ch

Das Sekretariat ist telefonisch erreichbar am Dienstag und Donnerstag von 8.30 bis 11.30 Uhr und von 13.30 bis 16.30 Uhr.

Ihr Anliegen können Sie uns jederzeit per Mail mitteilen: redaktion@forum-pfarrblatt.ch

**Stiftungsratspräsident:** Pfr. Andreas Rellstab

**Geschäftsführung:** Eveline Husmann

**Sekretariat:** Rita Grob, Tanja Gut

**Redaktionsleitung:** Thomas Binotto, Veronika Jehle

**Redaktion:** Beatrix Ledergerber (Redaktorin),

Christoph Wider (Fotografie),

Angelika Dobner, Carolina Gurtner (Grafik)

**Abo-Service und Adressmutationen**

**Stadt Zürich:** Direkt beim Pfarramt Ihres Stadtquartiers (Adresse auf Pfarreiseiten ersichtlich)

**Zürich-Land:** Direkt beim Pfarramt Ihres Wohnortes (Adresse auf Pfarreiseiten ersichtlich)

**Stadt Winterthur:** 052 224 03 80,

mitgliederverwaltung@kath-winterthur.ch

**Bezahlte Abos:** 044 266 12 72,

redaktion@forum-pfarrblatt.ch

**Abopreise:** Jahresabo Inland Fr. 38.–, Ausland Fr. 77.–

**Anzeigenverkauf**

creative media gmbh, Schützenstrasse 19,  
8902 Urdorf, 043 322 60 30, Fax 043 322 60 31  
forum@c-media.ch, www.c-media.ch

**Druck**

AVD Goldach AG, 9403 Goldach, www.avd.ch  
Pfarreiseiten: Text&Gestaltung jeweiliges Pfarramt

69. Jahrgang, erscheint 14-täglich, ISSN 1420-2212

Post CH AG

**SCHLUSSTAKT**



Foto: istockphoto

**Selbsterzüchtigung**

Seit dem Corona-Lockdown bin ich Besitzer eines Trampolins. Und so ist es dazu gekommen: Während ich vor dem Lockdown jegliche sportliche Tätigkeit eifrigst vermieden habe und stattdessen auf dem Sofa Hochleistungs-Binge-Watching betrieb, löste der Lockdown bei mir ganz unmittelbar einen massiven Bewegungsdrang aus. War nicht länger auszuhalten, dieser Zwang zur Bewegungslosigkeit. Rauf mit dem Puls, runter mit den Pfunden!

Also habe ich mir ein Trampolin besorgt, mit dem ich in meiner Wohnung alles trainieren konnte: Muskeln. Gleichgewicht. Ausdauer. Kardio, Nasenrumpfen.

Seit der Lockdown vorbei ist, steht das Trampolin wieder dort, wo der Sport bei mir hingehört: Im Wandschrank. Und wieder eifern auf meinem Sofa Binge-Watching und Comfort-Binge um die Wette.

Hin und wieder, in seltenen Schwächephasen, hole ich das Trampolin allerdings aus dem Schrank und denke ernsthaft darüber nach, es weiter einzustampfen. Es kam sogar zu ein paar Off-Corona Trainingseinheiten. Weil gut für die Gesundheit wär's eventuell schon und ganz gewiss hilfreich beim Vertreiben der Scham über meinen überkauften Corona-Kauf.

In solchen Phasen versuche ich mich jeweils psychologisch zu überlisten. Dann lasse ich das Trampolin möglichst mitten im Durchgangsweg stehen. Weil mir klar ist, dass ich jetzt

automatisch zu trampolinen beginne, wo ich mich doch täglich mehrmals daran vorbeiwenden muss. Wer kann da Widerstehen?

Ich! Ich kann! Und mit welcher Eleganz! Traumwandlerisch sicher umtänzele ich die unpraktische Situation, in die ich mich gebracht habe. Fluche nur ganz innerlich, wenn mein Knie wieder mal an dieses verd... Sch... trampolin stösst. Bis ich es endlich gar nicht mehr wahrnehme. Und es wieder im Wandschrank verschwindet.

Mein Leben ist reich an solchen Phasen der Selbsterzüchtigung. Wenn im Kühlschranks nur noch Gemüse liegt, werde ich nie mehr an Schokolade denken! Wenn mein Weg zum Wochenende mit ToDoListen gepflastert ist, werde ich nie mehr einen Termin verpassen! Wenn ich den Hosenbund zu knapp bemesse, wird das Fett wie von selbst von mir abfallen! Und wenn ich mein Tablet mit einem Passwort aus dreissig Ziffern schütze, dann wird mir die Lust am Binge-Watching im Nu vergehen.

Was aber zum Teufel ist Binge-Watching? – Dauerfernsehen bis zum Umfallen, wenn man denn auf dem Sofa noch umfallen könnte. Und das – immerhin – das habe ich vor, während und nach dem Lockdown mit erfreulicher Konstanz und nachhaltiger Trägheit durchgehalten.

**Thomas Binotto**