

Moment



DIÖZESE
INNSBRUCK

SONDERBEILAGE DER TIROLER TAGESZEITUNG

Oktober 2021



Leben heißt verbunden sein. Und leben heißt, sein Leben zu teilen.

Foto: iStock

Miteinander geteiltes Leben ist immer sinnvoll und erfüllt

Pfarrprovisor Herbert Traxl über den Wert des Verbundenseins und die Herausforderung, eigene Verletzungen und Nöte zu zeigen.

Als ich während meiner Zeit als Pfarrer in Mieming ausgerechnet am Palmsonntag an einer schweren Lungenentzündung erkrankte und auf Anweisung meines Hausarztes bis zum Ostersonntag für alle gottesdienstlichen Feiern pausieren musste, da kam mir zu Ohren, ein fünfjähriger Bub habe am Karfreitag zu seiner Mutter in entschiedenem Tonfall gesagt: „Mama, heind brauch'n mir nit in die Kirch'n g'ahn, weil dr Jesus isch eh g'storbn – und der Pfarer isch ou krank!“ Ich weiß nicht, ob die Mutter ihr Kind dahinge-

hend aufgeklärt hatte, dass ja ein anderer Priester die Vertretung für mich übernommen habe. Wie auch immer, unabhängig davon erzählte mir eine Frau, sie habe gehört, wie mehrere Kirchgänger im Anschluss an die Kar- und Osterliturgie gesagt hätten: „Der Aushilfspriester hat es wirklich sehr gut gemacht – aber es war halt nicht unser Pfarrer!“

Diese beiden Erfahrungen sind für mich nur zwei Beispiele von vielen, die deutlich zeigen: Leben heißt verbunden sein. Für Kinder ist dieses Verbundenseinsgefühl ja noch ganz selbstverständlich. Man denke nur daran, wie natürlich und intuitiv sie sich zu Tieren hingezogen fühlen. Hingegen ist allzu vielen Erwachsenen dieses Sich-mit-allem-verbunden-Wissen leider verloren gegangen. Das mag wohl auch schon früheren Erwachsenen-Generationen so ergangen sein. Doch die Philosophie der Aufklärung

sowie die technischen Errungenschaften der Neuzeit haben eine Lebenskultur geschaffen, die die Souveränität und Autonomie des menschlichen Individuums praktisch absolut gesetzt hat (Die geschöpfliche Mitwelt wurde zur Umwelt und unser Planet zum Rohstofflager ...). So dringend notwendig die geistesgeschichtliche Aufklärung des 18. Jahrhunderts war, so hat sie leider doch auch viele Zusammenhänge zerrissen (z. B. jene zwischen der naturwissenschaftlichen Weltforschung und den innerseelisch-spirituellen Erkenntniswegen,

„Es würde uns miteinander wirklich verbinden, uns zu zeigen, wie wir sind – gerade in unserer Verletzlichkeit.“

Herbert Traxl

die ja doch auch wesentlich zu unserem Menschsein gehören). Manchmal beschleicht mich das Gefühl, dass mächtige Strömungen unserer neuzeitlichen Lebenskultur „den Menschen im Menschen zum Schweigen bringen möchten“.

Leben aber heißt verbunden sein. Und leben heißt, sein Leben teilen. Der (von mir sehr verehrte)

Künstler Joseph Beuys hat vor vielen Jahren ein Kunstwerk geschaffen, das den Titel trägt „Zeige deine Wunde“. Ich denke: Genau das tut uns Menschen oft so not und täte uns so gut, würde uns füreinander öffnen und uns miteinander wirklich verbinden, nämlich uns zu zeigen, wie wir sind – gerade auch in unserer Verletzlichkeit und Verletztheit, die ja keinem von uns Menschen erspart bleibt.

Wäre es nicht langsam an der Zeit, dass der moderne Zeitgeist uns erlauben würde, statt glattgeschönter Facebook-Selfies uns einander zu zeigen, so wie wir eben sind?

Gewiss: Ich selber brauche so manche Stunde und hin und wieder auch einen ganzen Tag, da ich ganz bei mir und nur für mich sein kann – und diese Zeit nehme ich mir auch! Andererseits koste ich jene Momente herzlich aus, welche mir mein Leben für Begegnungen und das Gespräch mit Menschen schenkt, die nicht „über“ etwas reden, sondern „von sich“ – die sich also mit-teilen, d.h. die sich mir öffnen und mir etwas von sich preisgeben (Auf das Gerede „über andere“ reagiere ich seit Jahren unheilbar allergisch!).

Vor einigen Jahren fand in unserer Pfarre Zams ein Informationsabend zum Thema „Christentum und Islam“ statt. Im Laufe des Abends fragte mich eine junge Muslima, ob es für mich

als katholischen Priester denn nicht total belastend sei, wenn jemand zu mir komme und mir die „schlimmen Sünden“ beichte. Meine ehrlich gemeinte Antwort lautete: „Nun, gar so originell sind die Sünden jener Mitchristen, die zur Beichte kommen, nun auch wieder nicht. Und wenn jemand sich mir aufrichtig öffnet, dann ist das, obwohl oft Schweres dabei zur Sprache kommt, für mich immer auch ein Geschenk.“ Die Sorge mancher Menschen, mich ungebührlich zu belasten, wenn

THEMA DIESER
AUSGABE:

LEBEN TEILEN -
Lebendige Gemeinschaft

sie ihre Sorgen und teils wirklich großen Nöte mir gegenüber ausdrücken und so ein Stück weit auch loswerden möchten, sind unbegründet. Meine Erfahrung ist: Geteiltes Leben – ob in Freud oder Leid – ist immer sinnvolles und erfülltes Leben. Denn auf Dauer wirklich lebendig fühlen wir uns Menschen doch erst, wenn andere ihr Leben mit uns teilen – und wir unser Leben mit ihnen.

Herzlich, Herbert Traxl



Foto: Traxl

Herbert Traxl ist Pfarrprovisor in Zams-Zammerberg-Schönwies und Imsterberg sowie Referent und Geistlicher Betreuer im Klösterle Kronburg.

Beim Einkaufen jemanden zum Reden finden

Überkonfessionelle Beratung in einem „Konsumtempel“ – ein einzigartiges Projekt, und das schon seit 19 Jahren. Im „Der Brunnen“ im Einkaufszentrum DEZ können Menschen ihre Sorgen abladen. Er ist eine Anlaufstelle für Suchende, Verunsicherte, Zweifelnde – für alle, die vom Leben

verletzt wurden und oft nicht wissen, wie es weitergehen soll. Anstatt eines Gesprächs kann man sich aber auch einfach zurückziehen – in den Raum der Stille; eine Möglichkeit, kurz der Hektik des Alltags zu entfliehen.

„Der Brunnen“ ist ein gemeinsames Projekt der katholischen und evangelischen Kirche mit dem Einkaufszentrum, das den Raum mietfrei zur Verfügung stellt. Über 40 Ehrenamtliche beraten kostenlos und ohne Voranmeldung. Ihre Aufgabe ist es vor allem zuzuhören, vertraulich und unabhängig von Konfession oder Herkunft. Pro Tag kommen sechs bis zehn BesucherInnen mit ihren Anliegen, Sorgen oder Konflikten. Willkommen sind Menschen aller Weltanschauungen.

Geöffnet ist „Der Brunnen“ montags bis freitags von 10 bis 19 Uhr, samstags von 10 bis 17 Uhr.



„Der Brunnen“: Ein niederschwelliges Gesprächsangebot im DEZ.

Foto: Cincelli

Arno Cincelli
arno.cincelli@dibk.at

Gesprächsoase im Herzen der Stadt

Seit Herbst ist die Gesprächsoase in Innsbruck wieder da. In der neu renovierten Kirche im Herzen der Stadt – Spitalkirche Innsbruck – stehen dreimal pro Woche geschulte Frauen und Männer für Gespräche zur Verfügung.

Das kostenlose Angebot richtet sich an alle, die Rat, Orientierung und Information suchen, unabhängig von Alter, Nationalität und Religionszugehörigkeit. „Viele Menschen sind froh und dankbar, dass ihnen hier ein Raum aufgetan wird, in dem sie über ihre Probleme in aller Verschwiegen-

heit sprechen können“, erklärt Sr. Irma Maria Kuenzer SSps. Derzeit besteht das Team aus elf Personen, die zu den Öffnungszeiten ohne Voranmeldung zur Verfügung stehen. Die Gesprächsoase wurde ursprünglich im Jahr 2001 vom damaligen Rektor des Redemptoristenklosters gegründet. Er hatte das wachsende Bedürfnis von Menschen nach einer Gesprächsgelegenheit, nach Orientierung und religiöser Begleitung wahrgenommen. Nach dem Weggang der Redemptoristen aus Innsbruck musste auch die Gesprächsoase im Sommer 2020 die Maximilianstraße verlassen.

„Nun ist es so weit, dass wir in der Spitalkirche, der Kirche im Herzen der Stadt, einen neuen Ort gefunden haben, noch näher bei den Menschen“, freut sich Sr. Irma Maria. Auffälligster Bereich für die Gesprächsoase ist ein Glaskubus im Eingangsraum der Kirche.

„Wir wollen hier einen Ort der Gastfreundschaft und des Gesprächs schaffen, an dem das Leben und die Fragen der Menschen einen Platz haben“, sagt Kirchenrektor Bischofsvikar Jakob Bürgler. Die Öffnungszeiten sind montags von 16 bis 19 Uhr, mittwochs von 15 bis 18 Uhr und freitags von 9 bis 12 Uhr.



Sr. Irma Maria Kuenzer SSps koordiniert die Gesprächsoase.

Arno Cincelli
arno.cincelli@dibk.at



Anita Löffler (Bildmitte) mit ihrem Team vor dem reich gedeckten Tisch in der Maria-Theresien-Straße in Innsbruck.

Foto: Sigl

Mit Freude ernten, mit Freude teilen

Mit dem Projekt „Ernte gut, alles gut“ lädt die Katholische Frauenbewegung dazu ein, einen Teil der Ernte aus Feld und Garten gegen eine Spende für Frauenprojekte in aller Welt weiterzugeben

Die Erntezeit im Herbst stellt nicht nur Landwirte vor die Herausforderung, Obst und Gemüse rasch zu verpacken oder zu verarbeiten, damit es nicht verderbt.

Auch in den Gärten bleiben oft nur wenige Tage oder Wochen, an denen geerntet werden kann. „Manchmal weiß man dann gar nicht mehr, wohin mit den köstlichen Lebensmitteln“, weiß Anita Löffler aus eigener Erfahrung. Auch wenn viel an Nachbarn und

Freunde verschenkt wird, manchmal bleibt einfach etwas übrig.

Ernte teilen

Doch auch das muss nicht verderben, wenn man sich an dem Projekt „Ernte gut, alles gut“, das die Aktion Familienfasttag der Diözese Innsbruck im Vorjahr ins Leben gerufen hat, beteiligt. Die Idee dahinter: Ein Teil der Ernte aus Feld und Garten wird verarbeitet und an einem Standl in der Heimatgemeinde gegen eine Spende für die Aktion Familienfasttag angeboten. Damit ist nicht nur den Menschen geholfen, die sich die frischen Sachen abholen können. „Mit den Spenden werden Projekte für Frauen in vielen Ländern unterstützt“, erklärt Anita Löffler. Sie arbeitet als Referentin der Aktion Familienfasttag und

hatte im Vorjahr gemeinsam mit anderen Frauen die Idee zu diesem Ernte-Projekt. Ernteprodukte zu teilen passt auch sehr gut zum Motto „Teilen spendet Zukunft“, mit dem die Katholische Frauenbewegung als Trägerin der Aktion Familienfasttag um Spenden für ihre Hilfsprojekte bittet.

Freude multiplizieren

„Ernte gut, alles gut“ will einen weiteren Beitrag dazu leisten, dass unsere Partnerorganisationen ihre Hilfsprojekte weiterführen können“, meint Löffler. Für sie ist klar: „Die Freude wird mit diesem Projekt multipliziert.“ Zur Freude über die reiche Ernte gesellt sich die Freude jener, die das verarbeitete Obst und Gemüse mit nach Hause nehmen können. Und zur Freude darüber, mit der Ernte jemandem eine Freude zu machen, gesellt sich die Freude darüber, Frauen in schwierigen Lebenslagen helfen zu können. Und manchmal ergeben sich auch Gespräche über das beste Marmeladerezept oder die beste Möglichkeit Mangold oder Rettich einzulegen und so für den Winter haltbar zu machen.

Frauen helfen

Die Aktion Familienfasttag fördert rund 100 Projekte in Asien, Lateinamerika und Afrika, die sich für Bildung, Gesundheit und rechtliche Absicherung von Frauen einsetzen. Traditionell wird in der Diözese Innsbruck während der Fastenzeit mit einer „Fastensuppe“ um Spenden gebeten. „Ernte gut, alles gut“ ist ein Projekt, das künftig dieses Anliegen ebenfalls unterstützen soll.

Walter Hölbling
moment@dibk.at



Ein Teil der Ernte aus Anita Löfflers Garten wird für die Aktion „Ernte gut, alles gut“ weiterverarbeitet.

Foto: Löffler

Moment

22. Oktober 2021 – Sonderbeilage

Gründungsherausgeber: Komm.-Rat Joseph S. Moser, April 1993†; Herausgeber: Gesellschafterversammlung der Moser Holding AG; Medieninhaber (Verleger): Schlüsselverlag J. S. Moser GmbH.; Hersteller: Intergraphik GmbH;

Sonderpublikationen, Leitung: Frank Tschoner;

Redaktionelle Koordination: Fiona Zöhrer, Anna Wanker. Redaktion: Arno Cincelli, Walter Hölbling, Lydia Kaltenhauser.

Diözese Innsbruck, Abteilung ÖA: Fiona Zöhrer.

Anschrift für alle: Brunecker Straße 3, 6020 Innsbruck, Postfach 578, Tel. 0 512/53 54-0, Fax 0 512/53 54-3577. moment@dibk.at



Foto: Laichner

Mit dem Verkauf der Schokopralinen beteiligen sich die Kinder in der Pfarre Roppen an der Missio-Hilfsaktion und sammeln Spenden für viele Projekte.

■ SYNODALER PRZESS

Gemeinsam gestalten

Mitte Oktober eröffnete Papst Franziskus in Rom einen zweijährigen Gesprächsprozess in der gesamten Weltkirche. Dieser „Synodale Prozess“ wird im Jahr 2023 in eine Versammlung der Bischöfe in Rom (Bischofssynode) münden. Bis dahin sind Menschen weltweit eingeladen, sich auf diözesaner Ebene und später auf kontinentaler Ebene mit ihren Anliegen einzubringen.

Mit dem Titel „Für eine synodale Kirche: Gemeinschaft, Teilhabe, Sendung“ klingt an, worum es in den kommenden zwei Jahren gehen soll. „Unser Ziel muss sein, als Kirche gemeinschaftlicher, partizipativer und missionarischer zu werden“, so Bischof Hermann Glettler. Es geht dabei um die Frage, wie in der Kirche Gemeinschaft gelebt wird, wie Menschen in Entscheidungen einbezogen werden und wie die Kirche ihre Botschaft weitergibt.

Neben den Gesprächen und Überlegungen in den Pfarrgemeinden wird auf der diözesanen Webseite eine Online-Umfrage dazu einladen, eigene Erfahrungen und Anregungen zur Synode einzubringen. An der Umfrage beteiligen sollen sich ausdrücklich auch Menschen, die der Kirche kritisch gegenüberstehen oder sich ihr nicht zugehörig fühlen. Jede Stimme sei wichtig, damit wir als Ortskirche besser wahrnehmen, ob und wie wir Synodalität bereits leben und wo Veränderungen notwendig sind, meint Bischof Glettler dazu.

Informationen zum Synodalen Prozess sowie den Link zur Online-Umfrage (ab November) finden Sie auf der Homepage der Diözese Innsbruck unter der Internetseite www.dibk.at/synode

Walter Hölbling
moment@dibk.at

Naschen und dabei Gutes tun

Mit Schokopralinen sammeln Kinder Spenden für Projekte in aller Welt.

„Einfach köstlich und doppelt gut!“ – Mit diesen Worten und einem sympathischen Lächeln drückt Nadja Berruyer einer älteren Dame nach der Sonntagsmesse eine Packung Schokopralinen in die Hand. Mehrere Ministranten und Jungscharkinder tun es ihrer quirligen Jugendleiterin gleich.

Die Kinder koste es kaum Überwindung, sich hinzustellen und diese Schokopralinen zu verkaufen, meint sie überzeugt. Denn die meisten Gottesdienstbesucher, die nach dem Schlusssegens aus der Pfarrkirche Roppen strömen, würden sich jedes Jahr erneut über die orange Packung und die acht köstlichen Missio-Pralinen freuen.

Internationale Hilfsprojekte

„Durch den Verkauf dieser fairen und nachhaltigen Produkte werden kirchliche Hilfsprojekte für junge Menschen im globalen Süden unterstützt und wir sind als Pfarre schon mehrere Jahre bei dieser Jugendaktion dabei“, erklärt Nadja weiter, während sie schon wieder für Nachschub an Süßigkeiten sorgt. Rasch ha-

ben die Kinder am improvisierten Missio-Stand vor der Kirchentür die nächsten großzügigen Käufer gefunden.

Ihr liebenswürdiges Verkaufstalent im Zeichen der guten Sache berührt nun einen Familienvater so sehr, dass er noch zu zwei weiteren Pralinenpackungen greift. Ihm gefällt die Idee, dass jede dieser Schokopralinen auch eine Überraschung bereithalte.

Damit sei aber nicht die Haselnuss gemeint, die sich umhüllt von Schokolade im Inneren verberge, sondern die geistreichen christlichen Glaubenssprüche, die auf jeder der acht Pralinen zu lesen sind.

Seit vier Jahrzehnten

Vielleicht liegt genau darin der Erfolg dieser Spendenaktion begründet, die seit über 40 Jahren von Missio Österreich durchgeführt wird und für globale Solidarität und Nächstenliebe sensibilisiert.

Nadja meint treffend: „Die Kids spüren, dass ihr Tun und Sammeln für Kinder in ärmeren Ländern wichtig ist. Sie spüren die wunderschöne Logik unseres christlichen Glaubens: Erst wenn du liebst, kannst du die Welt verändern.“

Die Kinder freuen sich, wenn ich sie dann kleine Missionare der Liebe Gottes nenne. Das sind

sie nämlich wirklich!“

Der Diözesandirektor der Päpstlichen Missionswerke, Johannes Laichner, kostet nach dem Gottesdienst selbst eine erste Praline für dieses Jahr. Noch als er über das Glaubenswort „Gott liebt dich so sehr“ auf der roten Aluverpackung nachdenkt, drückt ihm Nadja schon einen kleinen Informationsfalter in die Hand. „Der Reinerlös unserer süßen Aktion kommt diesen Hilfsprojekten zugute“, erklärt sie und lenkt seine Aufmerksamkeit mit einem gezielten Fingerzeig darauf.

Staunen über die Projekte

Obwohl er die Aktion eigentlich ja genau kennt, staunt er wie so oft über die weltweite Hilfe. In Kenia werden drei Zentren für 350 besonders von Hunger und Dürre gefährdete Kinder im Vor- und Volksschulalter unterstützt. Zusätzlich finanziert der finanzielle Beitrag der Jugendaktion Schulgelder, Schulmahlzeiten, Schulmaterialien und den Transport zur Schule.

Ebenfalls staunt er über den Hinweis, dass auch Mädchen in Pakistan unterstützt werden. Sie arbeiten dort als Hausangestellte für wohlhabende Familien um einen minimalen Lohn und sind zusätzlich Diskriminierung und Misshandlung ausgesetzt. Die

Jugendaktion finanziert Kurse, in denen diese christlichen Mädchen handwerkliche Fähigkeiten erlernen. Dadurch erhalten sie neue berufliche Perspektiven und erfahren, wie sie sich gegen gewaltsame Übergriffe schützen können.

Naschen als gute Tat

So erklärt sich auch für Laichner der Sinn jenes Verkaufsslogans, mit dem Kinder die Missio-Pralinen anpreisen: „Einfach köstlich und doppelt gut!“ Hier wird tatsächlich das Naschen zu einer guten Tat. Er verabschiedet sich von Nadja und ihren „kleinen Missionaren der Liebe Gottes“ – aber nicht ohne noch zwei weitere Pralinenpackungen für eine großzügige Spende zu erwerben. „Selten wird mir der Verzehr dieser Süßigkeit so gut schmecken, davon bin ich überzeugt“, freut er sich darauf.

„Sei fröhlich und tu Gutes“ steht auf der nächsten Praline. Dieses Zitat vom hl. Don Bosco trifft seinen Geschmack: „Glaube schmeckt wirklich süß und gut – das ist die Botschaft dieser wunderbaren Jugendaktion im Weltmissionsmonat Oktober!“

Arno Cincelli
moment@dibk.at

Festlicher Ausklang

Zwei Feste unter freiem Himmel in Innsbruck und Lienz bildeten den Abschluss des Gedenkjahres zum 500. Geburtstag von Diözesanpatron Petrus Canisius. Bischof Hermann Glettler feierte an beiden Orten einen feierlichen Gottesdienst mit den Gläubigen. Zuvor luden unterschiedliche Angebote zur Begegnung ein. Höhepunkte in Lienz war u.a. eine Schnitzeljagd mit 200 MinistrantInnen, in Innsbruck luden Musikgruppen im Hofgarten zum Picknick-Konzert.

Walter Hölbling
moment@dibk.at



Foto: Sigl



Foto: Gestaltmeyr



Geistliche Begleitung hilft bei der persönlichen Standortbestimmung und eröffnet neue Antwortmöglichkeiten – auf die Frage nach dem eigenen Lebensweg und nach Gott. Foto: iStock

Zuhören, Raum schenken und gemeinsam Antworten finden

Geistliche Begleitung ist eine Möglichkeit, gemeinsam nach Gott zu fragen und Antworten aufzuspüren. Für Begleiterin Carola Mitteregger, die hauptberuflich Flugzeuge am Himmel lotst, ist geistliche Begleitung eine besondere Form der Gastfreundschaft, getragen von Wertschätzung, Vertrauen und der Sehnsucht nach Heil-Werden.

Was bedeutet geistliche Begleitung?

Es geht darum, einem Mitmenschen zu helfen, seine Gottesbeziehung zu klären und zu stärken. Dabei sollen eigene Ressourcen und Werte entdeckt werden, die beim Glauben helfen. In der Begleitung sind wir zu dritt: Der oder die Ratsuchende, der/die Beglei-

tende und Gott. Primär geht es um die Beziehung zwischen Begleiteten und Gott, sekundär um die Beziehung von Begleiterinnen und Begleitern mit dem Begleiteten. Meine Beziehung zu Gott spielt natürlich auch mit hinein. Die Verbindung beider mit Gott verbindet miteinander.

Warum suchen Menschen geistliche Begleitung?

Oft lösen konkrete Erlebnisse wie Trennung oder Tod einen Wunsch nach Begleitung aus, oder allgemein die Frage nach dem Sinn des Lebens oder des Leidens. Die Frage, warum Gott etwas zugelassen hat, steht oft im Raum. Es geht nicht darum, dass ich dann auf alles eine richtige Antwort habe, sondern darum, gemeinsam etwas auszuhalten. Manchmal geht es auch um eine Standortbestimmung: Wo stehe ich im Glauben? Woran zweifle ich? Das Heil-Werden der Beziehung zu Gott ist ein Ziel von geistlicher Begleitung. Wichtig ist, dass

geistliche Begleitung auf keinen Fall eine Psychotherapie ersetzen, wohl aber ergänzen kann.

Was macht ein gutes geistliches Gespräch aus?

Geistliche Begleitung ist eine besondere Form der Gastfreundschaft. Grundbedingung sind Vertrauen und Diskretion sowie ein sicherer angstfreier Raum, der frei von Störungen ist. Die Chemie zwischen den beiden Menschen muss stimmen. Es bedarf einer großen Sensibilität im Gespräch, um herauszuhören, was die eigentlichen Fragen der begleiteten Person sind. Gemeinsam machen wir uns dann auf die Suche nach Antwortmöglichkeiten. Ich gebe Raum zum Erzählen und bringe diese Erzählung in Zusammenhang mit der Heilsgeschichte.

Die begleitete Person ist also entscheidend selbst gefragt?

Ja, denn die Person ist selbst Experte für ihr Leben. Das Erzählen und Gehört-Werden geben ihr Autonomie, lassen sie Achtung und Wertschätzung erfahren. Ich gehe den Weg mit, aber ermutige und ermächtige, selbst den eigenen Weg zu finden, die eigenen Stärken aufzudecken und auf das zurückzugreifen, was schon einmal gut funktioniert hat.

Wie geht das konkret?

Praktische Übungen helfen der begleiteten Person, klarer zu sehen. Das ist z.B. ein Tagesrückblick, der mit wenig Zeit einfach umzusetzen ist. In der Rückschau auf den Tag frage ich mich, was mich mit dem Leben verbunden

und was mich weg geführt hat. Ich schaue den Tag mit den Augen Gottes an, nehme wahr, was geschehen ist, gehe auch auf Abstand. Das, was besonders hängen bleibt, lege ich dann in einem Gebet vor Gott. Wer das täglich

„Zuhören ist eine Würdigung des Menschen. Es sagt: ‚Ich schätze, wer du bist und dass du da bist.‘“

Carola Mitteregger

macht, dessen Perspektive ändert sich. Erlebnisse werden in den Kontext des ganzen Lebens und des Glaubens eingeordnet. Diese Praxis schenkt Raum, den Tag nachklingen zu lassen, und ermutigt, auf das Gute zu schauen.

Welche Rolle kommt dem Zuhören im geistlichen Gespräch zu?

In unserer schnelllebigen Zeit fehlt uns oft die Zeit fürs Zuhören. Als geistliche Begleiterin nehme ich mir diese Zeit, schenke Raum und leihe meinem Gegenüber mein wohlwollendes Ohr für seine Sorgen und Nöte. Dieses Zuhören gibt den zu Begleitenden das Gefühl, ernst- und wahrgenommen zu werden. Zuhören ist eine Würdigung des Menschen, eine Anerkennung, es sagt: „Ich schätze, wer du bist und dass du da bist.“

Wie geht es Ihnen als Begleiterin dabei? Was stärkt Sie?

Ich muss mit mir selbst achtsam umgehen. Ich lasse das Gehörte nachklingen und schaue, was es mit mir macht. Es kann sein, dass etwas am Erzählten Erinnerungen in mir weckt. Deswegen ist es so wichtig, dass ich mich selbst geistlich begleiten lasse. Dass ich mich auch selbst in der Wahrnehmung meiner Bedürfnisse übe. Die Übung meines eigenen Glaubens in Schriftlesung, Gebet, viel Zeit in der Natur und eigene Auszeiten stärken mich sehr. Denn nur wenn ich mit mir und Gott in Verbindung stehe, kann ich anderen etwas geben und mit voller Kraft da sein.

Was haben Sie in der geistlichen Begleitung gelernt?

Mir ist klar geworden, dass wir im Grunde alle dieselben Sehnsüchte und Bedürfnisse haben: Anerkannt und geliebt zu werden, Gemeinschaft erleben zu können – das verbindet uns alle sehr miteinander. Das ist die Quintessenz dessen, was die Menschen, die zu mir kommen, bewegt, und wie es mir auch selbst im Leben geht.

Weitere Informationen zu geistlicher Begleitung, dem Beruf als Begleiterinnen und Begleiter und dem Lehrgang „Sehnsucht Spiritualität“ im Bildungshaus St. Michael unter: dibk.at/Themen/geistlichebegleitung

Das Interview führte Lydia Kaltenhauser lydia.kaltenhauser@dibk.at



Foto: Mitteregger

Carola Mitteregger ist geistliche Begleiterin der Diözese Innsbruck und ehrenamtlich für Arche Herzensbrücken tätig. Sie ist verheiratet, Mutter von drei Kindern und Fluglotsin.