

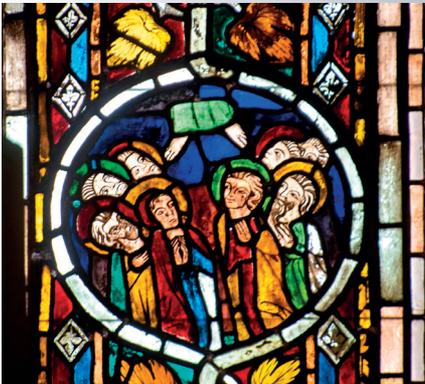


Katholische  
Kirche  
Esslingen



## KIRCHLICHE MITTEILUNGEN

Corona Spezial Mai 2020



Seid gewiss: Ich bin bei Euch  
alle Tage bis zum Ende der Welt  
auch heute!

KATHOLISCHE KIRCHE  
ESSLINGEN

|  |    |
|--|----|
| Vorwort .....                                    | 3  |
| Theologischer Beitrag 1 (Marius Grath) .....     | 4  |
| Theologischer Beitrag 2 (Pater Fabian Eke) ..... | 8  |
| Förderkreis „Nachbarn in Not“ .....              | 15 |
| Tagestreff St. Vinzenz .....                     | 16 |
| Tafelkisten .....                                | 17 |
| was hilft Familien                               |    |
| ein Würfel für alle Fälle .....                  | 18 |
| homeoffice und Kinderbetreuung .....             | 23 |
| einige praktische Tipps .....                    | 24 |
| Impulse  |    |
| Gedanken zu Masken, Pfadfinderlied .....         | 27 |
| Agapefeier, Hausgottesdienst .....               | 28 |
| ökumenisches Abendgebet .....                    | 30 |
| Marienmonat Mai .....                            | 31 |
| Pfingsten .....                                  | 32 |
| Schlußwort .....                                 | 37 |
| Adressen .....                                   | 38 |



**Herausgeber und verantwortlich für den Inhalt:**

*Kath. Münsterpfarramt St. Paul, Mettinger Straße 2, 73728 Esslingen*

*Tel. 07 11 / 39 69 19 – 0, Fax 07 11 / 39 69 19 28*

*E-Mail: [stpaul.esslingen@drs.de](mailto:stpaul.esslingen@drs.de). Internet: [www.stpaul-esslingen.de](http://www.stpaul-esslingen.de)*

*Filialkirche St. Katharina: Kornhalde 4, 73733 Esslingen*

*Kirchengemeinde St. Josef: Barbarossastraße 51, 73732 Esslingen*

*Entwurf: Dorothee Krämer, [Kraemerteam.de](http://Kraemerteam.de)*

*Ausführung: Thomas Dietz*

*Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: .*

*Jahresabo. € 8,00. Bankverbindung nur für die Kirchlichen Mitteilungen:*

*Kath. Verwaltungszentrum, IBAN DE04 6115 0020 0100 3995 25, Stichwort: KiMi.*

*kath. Gemeinde St. Josef, IBAN DE10 6115 0020 0000 1710 63, Stichwort KiMo.*

*Bildnachweis:.*

© Kirchengemeinde St. Paul

## Glauben, Leben und Kirche sein in Zeiten der Krise

■ Wie geht es weiter? Was können wir planen? Was wird möglich sein im Juni, im Juli, im Sommer oder Herbst? Eine Absage jagt die andere... Und auch die KIRCHLICHEN MITTEILUNGEN müssen entsprechend dünn sein – was sollen wir ankündigen? Im Blick nach vorne ist vieles unsicher, auch im Leben. Wenn wir nun über die Zukunft nur wenig Verlässliches sagen können, dann kann das unseren Blick umso mehr auf die Gegenwart lenken – das Hier und Jetzt. Und das ist doch eine ganz besondere Gegenwart! Die uns alle erschüttert, verändert und nachdenklich macht. Die uns vor ganz neue Fragen im Leben und Glauben stellt.

■ Im Pastoralen Team der Katholischen Kirche Esslingen haben wir uns daher entschlossen, Ihnen mit diesem KIMI- SPRECIAL Texte zur Verfügung zu stellen, die sich mit der gegenwärtigen Situation beschäftigen, mit der Corona- Krise. Auf den kommenden Seiten finden Sie ganz unterschiedliche Texte, Themen, Blickwinkel: Theologische Überlegungen, Erfahrungen von Gemeindegliedern und Seelsorger/-innen, kurze und ausführlichere Impulse für das persönliche Beten zuhause für Jung und Alt. Wir haben uns getraut, auch etwas längere Texte zu



Hoffnungslicht im Münster St. Paul (Foto: Möhler)

veröffentlichen: Viele haben jetzt mehr Zeit als sonst, und so besteht die Chance, einen Gedanken auch einmal etwas mehr zu vertiefen, als sonst bei einem Mitteilungsblatt möglich ist. Wir wünschen Ihnen eine gewinnbringende Lektüre! Über Rückmeldungen, Lob und Kritik würden wir uns natürlich freuen.

■ Wir wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen viel Kraft und Zuversicht, natürlich gute Gesundheit, und das wichtigste: Gottes reichen Segen!

*Ihr Pfarrer Stefan Möhler*

## Corona ist keine Strafe - weder von Gott, noch von der Natur!

*...auch nicht ein bisschen. Und auch nicht doch-irgendwie-vielleicht. In diesen Tagen lässt sich nicht nur viel über Pandemien und Virologie lernen, sondern auch über uns Menschen selbst: So lässt sich mit Blick auf unseren Umgang mit Corona unter anderem auch diese Einsicht festhalten: Offenbar können wir es schwerlich lassen, für schlimme Geschehnisse Ursachen, Gründe, Erklärungen und schlechtestenfalls Sündenböcke zu finden. Die Frage zu beantworten, warum das so ist, führte hier zu weit. Warum ich bestimmte Antworten auf diese Frage, nämlich Corona als Heimzahlungsaktion Gottes oder der Natur gegen die Menschen zu deuten, für unsinnig halte, möchte ich hier aber deutlich machen.*

Nicht lange nach Ausbruch von Corona und seiner spürbaren Folgen geisterten die ersten Zusammenhänge zwischen dieser Pandemie und höheren Mächten herum. Beliebte als Urheber der Krise war und ist die Natur selbst. Auch bei so manchem Prominenten. Fußball-Bundestrainer Löw beispielsweise mutmaßte, dass sich zurzeit wohl „die Erde ein bisschen zu wehren scheint gegen den Menschen“<sup>1</sup>. Und natürlich geistern auch durch die Sozialen Medien Ansichten dieser Art. So kursiert dort beispielsweise ein Video (ohne Angabe von Titel und Verfasser), in dem zu pathetischer Filmmusik die Frage „nach dem verdammt Sinn dieses Virus“ gestellt wird. Die Antwort in dem Video fällt eindeutig aus: Das Virus wolle uns damit sagen, dass es von unserem schlechten Verhalten gegenüber Mensch und Natur müde sei. Gemeinsam ist diesen Äußerungen, dass sie die Corona-Pandemie als irgendwie geartete Vergeltungs-

aktion der Natur für das schlechte Verhalten der Menschen interpretieren: auf seinen Umgang mit der Natur, die Ausbeutung von Menschen und natürlicher Ressourcen, auf „Machtgier und Profit“ (Joachim Löw).

Unsinnig an diesen Äußerungen ist nicht die Kritik an diesen in der Tat existierenden Missständen. Im Gegenteil: Wo uns diese Krise hilft, genauer hinzuschauen, wo wir selbst Unrechtsstrukturen, Ausbeutung und zügellosen Kapitalismus mittragen und wo sie uns sogar zu korrigierendem Handeln bewegt, da hat sie tatsächlich etwas Gutes. Aber: Erklärungen, welche „die Natur“ als Urheberin dieses Virus darstellen in dem Sinne, dass sie das Virus willentlich – als Strafe – in die Welt gesetzt habe und sich damit räche, sind hoch problematisch. Durch solche Äußerungen wird schlichtweg ein völlig überholtes und unbrauchbares Welt- und Naturbild transpor-

<sup>1</sup> <https://www.dw.com/de/joachim-löw-zur-corona-krise-die-erde-wehrt-sich/a-52828427>, (27. Apr. 2020.)



www.pixabay.com

tiert. Unbrauchbar deswegen, weil die Natur dabei als handelndes Subjekt mit eigenem Willen und moralischem Kompass (die Natur unterscheidet böse und gute Taten und bestraft die bösen) dargestellt wird. Bei allem verständlichen Bedürfnis danach, eine Antwort auf das Woher und Wozu dieser Krise zu finden, helfen uns solche Erklärungsversuche nicht weiter. Und nicht nur solche Erklärungsversuche sind unbrauchbar. Auch solche, die eine bestimmte theologische Erklärung versuchen, gehen an der Sache vorbei. Denn es ist nicht nur die Natur - die sich vermeintlich irgendwie gegen die bösen Menschen wehren will - die gern als Urheberin der Covid19-Pandemie ausgemacht wird. Auch die Frage, ob vielleicht nicht doch auch Gott selbst irgendwie etwas damit zu tun haben könnte, taucht immer wieder auf. Mal ganz ausdrücklich, mal eher

subtil. Um eine solche Sicht zu begründen, werden gern bestimmte Bibelzitate gezückt und kontextlos in die Welt gesetzt. Ganz ausdrücklich geschieht das z.B. mit Bibelstellen wie aus der Apostelgeschichte in Kapitel 12 Vers 23, in der der Tod des Herodes Agrippa als Folge davon gedeutet wird, dass dieser „nicht Gott die Ehre gegeben hatte“ (Apg 12,23). Wagt man es, solche Deutungen infrage zu stellen, kommen bestimmte Theologen wie Friedhelm Jung, Dekan am „Bibelseminar Bonn“, gerne mit einem beliebten Argument: Nicht diese Deutung ist demnach das Problem, sondern der heutige Mensch mit seinem verweichlichten Gottesbild. Natürlich sei ein strafender Gott „für Menschen mit einem einseitigen Gottesbild (der liebe Gott, der keiner Fliege was zuleide tut) nicht nachvollziehbar“<sup>2</sup>. Davon abgesehen, dass Jung sich hier zum

<sup>2</sup> <https://www.dw.com/de/joachim-löw-zur-corona-krise-die-erde-wehrt-sich/a-52828427>, (27. Apr. 2020.)

Richter über die Gottesbilder vieler Menschen macht, übersieht er offensichtlich auch, dass es sehr gute (biblische) Argumente dafür gibt, Gott als die zuvorkommende und eine reine Vergehen-Vergeltens-Logik-überwindende Liebe zu denken und zu verehren.

Nun gibt es aber auch Beispiele dafür, wo ein Zusammenhang von Krankheit und Tod mit der Sündhaftigkeit der Menschen nur sehr subtil hergestellt wird. Eines dieser Beispiele ist die Initiative „Deutschland-betet-gemeinsam“ vom 8. April 2020. Dabei handelt es sich um eine Online-Gebets-Veranstaltung mit großer Reichweite (nach eigenen Angaben eine Millionen Menschen) und prominenter Unterstützung (Bischöfe, Weihbischöfe und namhafte Politiker/-innen unterstützen sie; Die Schirmherrschaft hat der bayerische Ministerpräsident Markus Söder inne). Die Initiatoren, zu denen auch Johannes Hartl (Gründer des „Gebetshaus Augsburg“) gehört, formulierten unter dem Livestream-Link der Veranstaltung ein Gebet, das der Veranstaltung zugrunde lag<sup>3</sup>. Schaut man sich dieses Gebet genauer an – und mir persönlich ist das wichtig, bevor ich ein Gebet mitspreche –, dann findet sich darin subtil ein ähnlich problematischer Zusammenhang von Verfehlungen der Menschen mit göttlichen Strafen. Subtil deswegen, weil dieser Zusammenhang zwar so nicht explizit

formuliert wird, durch ein abermals kontextloses Bibelzitat aber suggeriert wird. So folgt auf ein Schuldbekennnis und die formulierte Einsicht, dass man Gottes „Gebote missachtet“ und seine „Ordnung verkehrt“ habe, folgende Einlassung aus dem Zweiten biblischen Buch der Chroniken:

„Wenn mein Volk, über das mein Name genannt ist, sich demütigt, dass sie beten und mein Angesicht suchen und sich von ihren bösen Wegen bekehren, so will ich vom Himmel her hören und ihre Sünde vergeben und ihr Land heilen“ (2. Chr 7, 14).

Der sich anschließende weitere Gebetstext wirkt, als ob man dabei unkritisch einfach die Formulierungen aus der Bibelstelle übernommen und eins zu eins auf die aktuelle Krise übertragen hätte. Der Bitte im Gebetstext um Vergebung „Herr, vergib uns unsere Schuld“ entspricht das „Sünden vergeben“ aus der Bibelstelle; die Beteuerung, dass man nun „umkehren“ werde von den „verkehrten Wegen“ entspricht der Aufforderung an die Bevölkerung Israels in der Bibel, „sich von ihren Bösen Wegen zu bekehren“; und die abschließende Gebetsbitte „Heile und erneuere diese Welt“ entspricht der biblischen Formulierung, dass der Herr das „Land heilen“ werde. Auch hier dürfen sich die Verfasser des Gebets also nicht wundern, wenn bei manchem Leser und bei

<sup>3</sup> <https://deutschlandbetetgemeinsam.de/>,

hier findet sich die Aufzeichnung des Livestreams und das genannte Gebet.

mancher Leserin der Eindruck entsteht, dass hier ein kausaler Zusammenhang von Sünde und Krankheit (als Strafe für die Sünde) hergestellt wird. Und da es sich schließlich um ein Gebet inmitten der Corona-Pandemie handelt, darf man sich ebenso wenig wundern, wenn Leute den Eindruck bekommen, sie würden in dem Gebet dazu aufgerufen ihre Sünden zu bekennen, damit die Pandemie wieder verschwindet. Genau ein solcher Aufruf wird in diesem Beitrag abgelehnt, denn so etwas ist irreführend und dekonstruktiv.

Vielleicht erscheint diese ganze Analyse manchem als unnötige Haarspalterei. Bei manchen, die so ein Gebet lesen, regt sich aber auch Unbehagen – teilweise auch aus anderen Gründen<sup>4</sup> - und mancher kann dieses Unbehagen nicht gut ausdrücken. Auch ich persönlich gehöre zu denen, die sich an diesem Gebet stoßen und sich daher von der Initiative distanzieren. Sehr wichtig ist mir dabei noch folgende Differenzierung: Die Fürbitten, die dort ebenfalls formuliert sind, beispielsweise für „die Kranken...die Sterbenden...die Trauernden und Verängstigten“ sowie „für alle, die in der Gesellschaft unersetzliche Dienste leisten“ trage und bete ich aus voller Überzeugung und ganzem Herzen mit. Und natürlich halte auch ich es für wichtig – und vor allem für eine befreiende Sache! – Gott immer wieder meine Fehler darbringen zu dürfen. Aber ich kann das nicht in

einem Rahmen tun, der das Bild von einem mit Krankheit strafenden Gott transportiert.

Abschließend könnte sich noch die Frage aufdrängen, woran ich das festmache, dass ich einen solchen strafenden Gott ablehne. Eine Möglichkeit wäre, dass ich meinerseits mit Bibelziten um mich werfe, etwa indem ich auf den Dialog Jesu mit seinen Jüngern in Joh 9,1-3 verweise. Dort begegnet Jesus einem Blindgeborenen und seine Jünger fragen ihn: „Rabbi, wer hat gesündigt? Er selbst oder seine Eltern, sodass er blind geboren wurde?“ Jesus antwortet ihnen darauf: „Weder er noch seine Eltern haben gesündigt...“. Nimmt man diese Stelle für sich allein, wiederlegt Jesus hier ganz ausdrücklich den Zusammenhang von Sünde und Krankheit. Ich finde das Hin- und Herwerfen von Bibelziten aber nicht zielführend und möchte meine Position abschließend mit zwei Argumenten begründen:

Erstens: Eines hat diese Pandemie gemeinsam mit allen anderen Krisen: Sie trifft zuallererst und am härtesten die Schwächsten und Ärmsten einer Gesellschaft. Bestünde ein Zusammenhang zwischen Sünde und Krankheit/Krise, dann wären diese Menschen auch die größten Sünder. Eine solche Behauptung halte ich aber für höchst abenteuerlich.

Zweitens: Blickt man auf das Gesamt des Lebens Jesu und seiner

<sup>4</sup> Siehe dazu die Kritik des BDKJ

Botschaft, und geht man davon aus, dass wir an dem Menschen Jesus von Nazareth lernen und ablesen können, wie Gott ist, dann wird eines klar: Bei ihm stehen die Kleinsten, die Ausgegrenzten, die Entrechteten, die Sünder an erster Stelle. Er wendet sich ihnen zu und richtet sie auf. Dass er besonders diese mit Krankheiten und Pandemien straft, ist schwer vorstellbar.

Blicken wir zum Schluss nochmals auf die Eingangsfrage nach dem Woher und dem Wozu von Krankheiten, Pandemien – man könnte noch er-

gänzen von Leid, Schmerz und Tod überhaupt – dann ist doch die ehrlichste Antwort: Wir wissen es nicht. Was wir aber sicher wissen ist, was die besten Antworten auf diese Realitäten sind: Solidarität und Nächstenliebe. Diese sind nicht nur vernunftmäßig gut begründet, sondern sie entsprechen auch der Gesamtheit der Botschaft Jesu am meisten, denn sein oberstes Gebot ist „Liebt einander wie ich euch geliebt habe.“ (Joh 15,12)

*Marius Grath*

## **Ist das Corona-Virus eine Strafe von Gott?**

Viele Menschen haben sich die Frage gestellt, ob dieses Virus ein Fluch oder eine Strafe Gottes ist. In unserer täglichen Begegnung mit dem Bösen, der Krankheit, dem Schmerz und der Trauer stellen sich oft ähnliche Fragen. Was habe ich falsch gemacht? Was habe ich getan, um diese Art der Behandlung von Gott zu verdienen? Bestraft Gott mich oder uns?

Die Antwort ist ein klares „Nein“, weil Gott niemals mit dem Bösen in Verbindung gebracht werden kann. Die zentrale Natur Gottes ist Güte und Liebe. Das Buch Micha sagt uns: „Wer ist ein Gott wie du, der Schuld vergibt und Frevel verzeiht, der nicht für immer im Zorn verharrt, sondern es liebt, barmherzig zu sein?“ (Micha 7,18)

Unser heiliger und allmächtiger Gott ist Güte. Seine Güte ist auf der ganzen Welt zu sehen. In seiner Schöp-

fung können wir gerade jetzt im Frühling in der Natur bewundern, wie großartig er ist. Viele können in ihrem eigenen Leben bestätigen, wie gut und großzügig Gott ist. In der Bibel im Buch Ijob steht: „Darum hört mir zu, ihr einsichtsvollen Männer und Frauen! Fern ist es Gott, Unrecht zu tun, und dem Allmächtigen, Frevel zu üben.“ (Ijob 34:10)

Können wir auch vergessen, was der Psalmist schreibt: „Der HERR ist gnädig und barmherzig, langmütig und reich an Huld. Der HERR ist gut zu allen, sein Erbarmen waltet über alle seine Werke (Ps 145.8-9)“. Unabhängig davon, was viele über Gott, denken, die Bibel, das Wort Gottes, sagt uns, dass Gott barmherzig ist. Jesaja fragt: „Kann denn eine Frau ihr Kind vergessen, das sie nährt, hört sie auf, ihren eigenen leiblichen Sohn zu lieben? Und selbst wenn sie ihn vergäße: Ich vergesse dich nicht“

(Jes 49,15). Aufgrund dieser grundsätzlichen Barmherzigkeit Gottes forderte Jesus seine Nachfolger auf und sagte: „Seid barmherzig, wie auch euer Vater im Himmel barmherzig ist!“ (Lk. 6, 36)

Angesichts der weltweiten Krise durch dieses Corona-Virus, wo sich viele Menschen durch die Quarantäne wie in einem Gefängnis eingesperrt fühlen, wollen wir uns an die Reaktion von Paulus und Silas in der Apostelgeschichte erinnern: „Um Mitternacht beteten Paulus und Silas und sangen Gott Loblieder; die andern Gefangenen hörten ihnen zu. Plötzlich entstand ein starkes Erdbeben, so dass die Grundmauern des Kerkers erschüttert wurden. Sofort sprangen sämtliche Türen auf, und allen fielen die Fesseln ab...“ (Apg 16, 25-27)

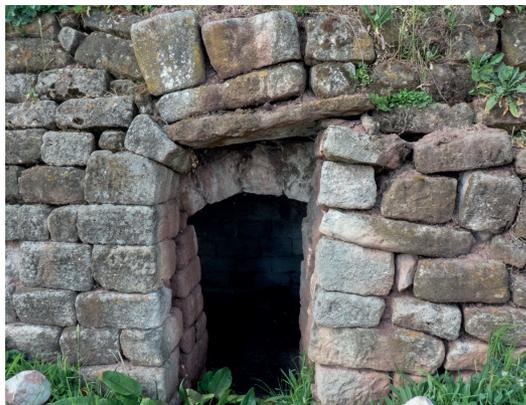
Jetzt wo viele Menschen sich wie gefangen fühlen, möchte ich Sie an die Haltung und Einstellung von Paulus und Silas erinnern, als diese in einem wirklichen Kerker saßen. Nicht weinen und jammern haben

ihnen geholfen, sondern beten und Gott lobpreisen. Daran können wir uns wirklich ein Beispiel nehmen: Gott im intensiven Gebet zu loben, um uns von den Fesseln des Corona-Virus zu befreien.

Wir können Gott nicht dafür verantwortlich machen, wenn wir Dinge tun, die nicht recht und gut sind. Angesichts der Verwirrung und Manipulationen, für die die Welt bekannt ist, ruft Gott uns dazu auf, ihm zu vertrauen und auf ihn zu schauen, um Führung und Schutz zu erhalten. Unsere Bibel rät uns: „Euer Herz lasse sich nicht verwirren. Glaubt an Gott und glaubt an mich!“ (Joh 14,1)

Sicherlich, unser Gott ist gut und treu. Wenden wir uns mit Liebe und Treue an ihn, und er wird uns mit seiner unendlichen Güte segnen. „Denn Gott hat die Welt so sehr geliebt, dass er seinen einzigen Sohn hingab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren geht, sondern ewiges Leben hat.“ (Joh 3,16)

*Pater Fabian Eke*



## Den Glauben leben in Zeiten der Corona- Krise

Alles ist anders in der Zeit der Corona- Krise. Das gilt auch für unser Leben als Christen, für den gelebten Glauben. Vieles Vertraute und Gewohnte ist nicht möglich. Vor allem die konkrete Begegnung und Gemeinschaft in der Kirchengemeinde und im Gottesdienst fehlen. Es ist aber nicht nur Verlust, sondern auch eine Chance, den Glauben auf neue Weise zu leben und Gottes Gegenwart an unerwarteten Stellen in unserem Leben zu erfahren.

Mitglieder unserer Esslinger Kirchengemeinden berichten von ihren Erfahrungen in den letzten Wochen und ihren Gedanken dazu. Danke ihnen allen für diese Einblicke, die nachdenklich machen und ermutigen!

Wir versuchen als Familie den Glauben auch in diesen Zeiten so weit es geht zu leben. Da gab es die Impulse für die Osterzeit oder die häuslichen Andachten, die uns im Briefkasten oder per Mail erreichten. Sehr schön fand ich, dass wir eine kleine Osterkerze nach Hause gebracht bekamen. Diese Dinge ersetzen allerdings nicht das Zusammenkommen als Gemeinde. Wir gehen als Familie jetzt deutlich öfter in eine Kirche um ein Licht anzuzünden und ein Vater Unser zu beten.

Was uns sehr fehlt: Emil hätte am 3. Mai seine Erstkommunion gefeiert. Das schlagartige Ende der Vorbereitung und das ungewisse Verschieben hat uns schon bewegt.

Bleibt uns zu beten, dass bald eine wirksame Methode zur Eindämmung gefunden wird und bis dahin mit Abstand aber im Herzen zusammen zu sein!

*Dr. Markus Michel  
St. Elisabeth*

Bisher Udenkbares ist Wirklichkeit geworden. Dass UNS die Energie- wende mit ihrem kompletten Umstieg auf 100% solarer Energieherkunft gelingen muss, auch das war bisher für viele „undenkbar“ und deshalb ausgeblendet. Das Bewahren der Schöpfung als Auftrag an uns alle könnte nun wieder wahrgenommen werden. Das ist meine Hoffnung als Umsetzung nun gemachter Erfahrungen. Was geht nicht alles, wenn alle miteinander ein Ziel verfolgen. Vielleicht haben wir es nun gelernt und packen die beachtlichen Herausforderungen gemeinsam an.

*Dr. Franz Hein  
St. Josef*



Die gemeinsamen Eucharistiefeiern in der Osterzeit haben mir sehr gefehlt. Wertvolle neue Erfahrungen habe ich mit den vielfältigen und inspirierenden Angeboten auf der Homepage und den Gottesdiensten als Podcast gemacht. Diese können zwar Gemeinschaft nicht ersetzen, sollten aber dennoch wegen ihrer besonderen Qualitäten in Zukunft nach Möglichkeit beibehalten und weiterentwickelt werden.

*Gabriele Alf-Dietz,  
St. Paul / St. Katharina*

Der Ausbruch der Corona Krise hat mich dazu bewegt, mich Gott stärker zuzuwenden. Im Verlauf der Krise merkte ich, wie mein Glauben an einen allmächtigen Gott Risse bekam, weil ich nicht sehe, dass Gott das Leid und die Ängste der Menschen wegnimmt oder lindert. Trotzdem will ich nicht von ihm lassen oder er von mir und ich erspüre ein verletzliches Gefühl des Vertrauens darauf, dass Gott präsent ist ungeachtet dessen, was passiert. Das nimmt mir zuweilen die Angst und ich fühle mich gestärkt!

*Roswitha Anderson  
Katholische Kirche Esslingen*

Daheim mit der Familie zum Gottesdienst versammeln, gemeinsam selber nachdenken, gemeinsam selber machen - so habe ich die letzten Wochen erlebt. Erst fremdartig aber doch intensiver und auch näher. Besonders bewegend war für mich am Ostermorgen das gemeinsame Ent-

zünden des Osterfeuers im Garten (vgl. Foto). Näher im Glauben als Familie, näher am Glauben. Vorlage waren die allwöchentlich veröffentlichten Hausgottesdienste von unseren pastoralen Mitarbeitern. Herzlichen Dank dafür! Ja - aber gleichzeitig bin ich auch traurig darüber was dieses Jahr alles nicht war und unser (Familien-)Leben über viele Jahre bereichert hat: die Palmbüschel am Palmsonntag die Kinder- bzw. Jugendfastenaktion, das Pessachmahl am Gründonnerstag an der großen Tafel im Gemeindezentrum, die Lämmerbackaktion der Ministranten, die Osterübernachtung der Minis, das Exsultet in der dunklen Kirche am Ostermorgen, das fröhliche Osterfrühstück... Bei allen guten neuen Erfahrungen gibt es auch die Trauer über das was nun nicht möglich ist und bisher so einfach selbstverständlich war.

*Andreas Hable  
St. Elisabeth Pliensauvorstadt*



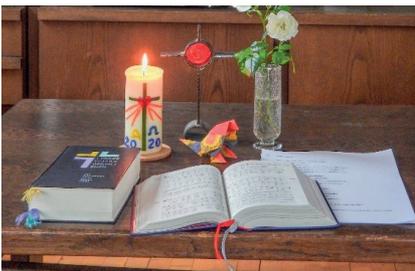
Etwas Bewegung braucht man. Also gehe in die Weinberge. Auf dem Heimweg mache ich in St. Maria Station. Und setze mich in der Kirche gegenüber dem Tabernakel und schaue ihn an und versuche nur an den Herrn zu denken – ist aber nicht so einfach. Nach längerer Zeit bete ich das Lied „Herr, du bist mein Leben“ und „danke, dass ich zu dir gehöre“ und gehe nach Hause.

*Rudolf Weber  
St. Maria, Mettingen*

Der Sonntag ist uns heilig, vor allem der Sonntagvormittag; er ist für den Gottesdienst reserviert.

Wir zwei feiern meistens beide Fernsehgottesdienste mit: zuerst im ZDF und anschließend im SWR mit unserer Osterkerze, dem Kreuz aus Taizé, den Blumen und den Gesangbüchern auf dem Couchtisch. Wichtig ist uns das Mitsingen und Sprechen des Vaterunsers. Bei den Fürbitten legen wir unsere persönlichen Anliegen dazu und nehmen dankbar den Segen mit in die kommende Woche. Das erfüllt uns auch in den gesellschaftlich ausgebremsten Zeiten.

*Gabi und Reinhard Clauss  
St. Katharina*



Wertvoll in diesen Tagen empfinde ich das zunehmende Erkennen, was mir wesentlich ist. Denn ich frage mich, was von dem schmerzhaft Vermissten mir lediglich Gewohnheit ist, die ich ablegen kann. Alles kommt auf den Prüfstein. Mein Glaube und v.a. die Art und Weise, wie ich, wie wir in Gemeinschaft unseren Glauben leben.

Ich stelle fest, dass diese Gewohnheiten immer auch verstellend waren, hinderlich.

Was mir in dieser Zeit der fehlenden gemeinsamen Gottesdienste z.B. gut tut, ist: Christus zu begegnen ohne all die Formen und Bilder, in die wir ihn gewöhnlich pressen. Die jetzigen Begegnungen haben etwas Unmittelbares und ich spüre in ihnen eine Kraft und Reinheit, die alles sprengt und in Fluss bringt!

*Anne Meyer-Kerner  
St. Josef*

Ganz am Anfang habe ich gedacht nicht auch das noch. Pandemie heißt Einschränkung. Heißt auch, Gott auf neuen und ungewohnten Wegen erfahren. Mutig und phantasievoll sein.

Mir fehlt die Nähe zu Menschen und zur eigenen Familie

In der Pandemie leben heißt neue Verhaltensmuster zu lernen und anzuwenden und sich nicht der allgemeinen Panik zu beugen. Mit Ängsten umgehen

Ein großes Stück Entschleunigung erfahren und eine neue Art von De-

mut erfahren. Dasein.

Sich auch mit sich selber beschäftigen müssen, keine Ausrede haben

*Pfr. Peter G. Marx  
Katholische Kirche Esslingen*

Ich erlebe diese Zeit als eine Zeit der großen Herausforderung, Belastung und Entsagung als Alleinstehende. Das Gesicht eines Menschen aus Familie und Freundeskreis zu sehen, seine Nähe und Stimme zu spüren und zu hören ist ein besonderes Geschenk und wahrhafte Verbundenheit. Das vermisse ich ganz besonders.

Auf der Suche nach einer Kraftquelle in meiner vielfältigen Literatur bin ich erneut auf mein Lieblingsthema gestoßen, dem Hohelied der Liebe, und neu dafür entbrannt. Das Kerze entzünden, meditieren zu Hause ab und zu in der Kirche gehört zu meinem täglichen Ritual. Ich nehme es als besondere innere Stärkung wahr.

*Margareta Herrmann- Kreidler  
HlSt. Dreifaltigkeit*



Pandemie  
Zeichen der Zeit  
Globale Krise  
Ausgang offen  
Bedrohung  
Für alle Welt  
Solidarität  
Für alle Welt  
Fragen offen  
Siegt das Wir  
Über das Ich  
Eine Prüfung  
Es ist Zeit  
In Liebe zu teilen

Johannes Warmbrunn  
St. Augustinus

„...Bewahre mich in diesen Tagen vor allzu vielen Klagen. Statt mich den unzähligen Einschränkungen zu widmen, möchte ich mit wachen Augen und weitem Herzen auf das schauen, was alles möglich ist.“

Dieser Satz aus einem Gebet von der Hausandacht zu Palmsonntag, begleitet mich in dieser Zeit.

... was alles möglich ist – diese Worte haben mich nach vorne schauen lassen,

- wenn ich in der Kirche sitze und den Gottesdienst schmerzlich vermisse
- wenn ich nicht meine Mutter besuchen kann
- wenn....

... und mir wurde bewusst.... „Der Herr ist mein Hirte, nichts wird mir fehlen...“

*Alexandra Kohl  
St. Josef*

Ich war und bin sehr dankbar für die Möglichkeit des Mithörens, -singens und Mitmachens am PC. Ich bin dann wirklich dabei. Sollte jemand krank oder verhindert sein wäre es gut, dies beizubehalten. Ansonsten ist dieser Virus mit den Auswirkungen ein guter Blick in die Zukunft, in der Riesenpfarreien mit entsprechenden Wortgottesdiensten oder garnichts entstehen. Denn Ersatz für das Beisammensein kann das nicht sein. Jesus sagte: „Tut dies zu meinem Gedächtnis.“ Verkündung des Wortes, Feier des Abendmahles mit dem „Reichen“ und Essen des

Brottes und Eintauchen in den Wein ist eine Einheit, das Ganze, der Kern. Wie wir das managen, überließ Jesus uns.

Es ist schon ein seltsames Gefühl, obwohl es uns im Vergleich zu manch Anderem sehr gut geht mit Garten und lieben Kindern, die einkaufen und digitale Frühstücke organisieren und mit Abstand nach uns gucken. Es ist wie ein Nest mit Rosenhecken als Rand.

Gabriele Coschurba,  
St. Paul

## Auch in der Zeit der Coronakrise gilt:

**Wir Seelsorgerinnen und Seelsorger der Katholischen Kirche Esslingen sind da und haben ein offenes Ohr für Sie.**

*Sie möchten gerne über Ihre aktuelle Situation sprechen ?  
Sie wünschen sich jemanden, der Ihnen zuhört ?  
Sie brauchen Unterstützung oder konkrete Hilfe ?  
Sie möchten, dass jemand mit Ihnen oder für Sie betet ?  
Sie haben Fragen über den Glauben, Gott und die Welt ?*

**Sie erfahren unsere Kontaktdaten in Ihrem Pfarrbüro.**

**Gerne dürfen Sie auch anrufen bei unserem**

**Seelsorge- Telefon: 0711 39 69 19 16**

**Täglich von 9.00 bis 19.00 Uhr erreichen Sie unter dieser Nummer sicher ein Mitglied unseres Seelsorgerteams.**

## Nachbarn in Not

Wir leben gerade in einer Zeit, in der die Sorgen und Nöte vieler Menschen in unserer Nachbarschaft zunehmen. Vielleicht betrifft es uns auch selbst ganz direkt und wir merken, wie angewiesen wir auf einander sind. Die Welt im Ganzen, die Gesellschaft, Vereine und Kreise, die Gemeinschaft kleiner Gruppen, die Familie, jede und jeder einzelne: Alle leiden unter der Prämisse des Abstandhaltens!

CORONA hat uns alle im Griff!

Alle sind wir betroffen. Niemand kann sich entziehen! Jede und jeder von uns muss damit umgehen. Was wir jetzt alle spüren: Es betrifft meine Gesundheit, mein Wohlergehen, meine Handlungen!

Wie kann ich in der Pandemie leben? Existenzielle Fragen kommen ganz nahe an uns selbst heran. Bleibe ich gesund, wird es mir weiter gut gehen können, was kann ich überhaupt tun, wenn meine Handlungen eingeschränkt sind und werden?

Ja, es betrifft uns alle. Alle diejenigen Nachbarn, die schon vor CORONA in Not und hilfsbedürftig waren, alle, die neu dazugekommen sind und viel-

leicht auch uns selbst. „In Not sein“ kann jede und jeden treffen...

Da ist es wichtig, wenn jemand hilft. Jede und jeder einzelne aus unseren Kirchengemeinden kann helfen. Da sein füreinander, da sein für den Nachbarn in Not.

Auch als Katholische Gesamtkirchengemeinde können wir helfen! Etliche Menschen kommen neu in die Sprechstunde, erzählen von ihren Nöten und brauchen Hilfe. Menschliche Zuwendung, aber auch finanzielle Hilfe! Beides!

Durch den Förderkreis Nachbarn in Not kann ihnen schnell und direkt geholfen werden. Wenn Sie ihn mit einer Spende unterstützen wollen, freuen sich alle, die kommen, und sind dankbar für jede Hilfe. Herzlichen Dank für Ihre nachbarschaftliche Hilfe!

Konto der Katholischen Gesamtkirchengemeinde Esslingen:

Verwendungszweck:

Förderkreis „Nachbarn in Not“

Geldinstitut: KSK Esslingen IBAN:

DE08 6115 0020 0103 1655 05

*Thomas Kubetschek*



Die Räumlichkeiten des Vinzenztreffs bleiben zunächst bis zum 3. Mai 2020 noch geschlossen. Am 30.4. gab es eine nächste Absprache zwischen Bund und Land, die eventuell zu einer Wiedereröffnung des Tagestreffs geführt haben könnte. Ob dies allerdings geschehen ist, wird maßgeblich damit zusammenhängen, wie sich die bestehende Infektionslage an diesem Tag dargestellt hat.

Die gute Nachricht: Seit dem 21. April besteht bereits die Möglichkeit, von Montag bis Freitag ein warmes Mittagessen in bereitgestellten Behälter mitzunehmen. Ausgabe ist vor dem Eingang des Vinzenztreffs in der Mittleren Beutau 43 von 12:00 – 13:00 Uhr. Bei der Abholung wird sich in einer Reihe angestellt, um den Mindestabstand von 1,50 m einzuhalten. Eine telefonische Anmeldung für die Essenabholung ist erforderlich. Sie kann zwischen 10.00 – 14.00 Uhr unter Tel. 0711/353141 erfolgen.

Das neue Angebot der Mitnahme eines warmen Mittagessens hat sich in Windeseile herumgesprochen und wird sehr gut angenommen. Für viele Gäste sind die Mahlzeiten - wegen fehlender Kochmöglichkeiten und finanzieller Ressourcen- in der derzeitigen Krisensituation ungeheuer wichtig.

Sollten sich keine neuen Absprachen zwischen Bund und Land ergeben haben, wird die Essensausgabe ab dem 4. Mai unverändert fortgesetzt!

Neben der Zubereitung des täglichen Mittagessens kann in den Räumlichkeiten des Vinzenztreffs derzeit nur ein reduziertes Angebot des Wäschewaschens stattfinden, das jeweils mit den einzelnen Personen vereinbart werden muss.

Alle anderen Angebote des Tagestreffs fallen der Krise zum Opfer. Aus diesem Grund können die vielen ehrenamtlich Tätigen den Vinzenztreff momentan leider nicht unterstützen. Das ist für das hauptamtliche Team und die Gäste ein herber Verlust und zeigt mehr als deutlich, dass Begegnungen und Austausch untereinander ein wesentlicher Bestandteil des Tagestreffs St. Vinzenz sind! Ohne Miteinander verarmt eine Gesellschaft.

Freuen wir uns auf die Zeit, in der wir hoffentlich wieder „wirklich“ zusammen leben können!

*Thomas Kubetschek*

## Tafel-Kisten stehen zum Befüllen in den Kirchen bereit



Die „Tafel-Kisten“ sind ein Projekt des Caritasausschusses der katholischen Gesamtkirchengemeinde für die Esslinger Tafel CARISatt und stehen in allen katholischen Kirchen Esslingens zum Befüllen bereit. Die Tafel in Esslingen hat – nach kurzer Schließung- seit dem 2.04.20 wieder geöffnet und ist auf solche Spenden angewiesen. Deswegen möchten wir daran erinnern, dass wir uns ganz besonders über gespendete

haltbare Lebensmittel, aber auch über Reinigungs- und Hygieneartikel freuen. Die Kisten werden täglich geleert und der Inhalt wird direkt der Tafel zur Verfügung gestellt. Bitte keine leicht verderblichen Lebensmittel, Kühlprodukte oder Alkohol in die Kisten geben. Allen großzügigen Spendern und Spenderinnen jetzt schon ein herzliches Vergelt's Gott.

*B.Hagelkrüs*

## Familien im Zwiespalt – ein Würfel für alle Fälle



Aufmerksamkeit und beschäftigt werden. In den letzten Tagen habe ich gefühlt 100 Monsterausmalbilder ausgedruckt und 1000 Spiele mit ihm gespielt. Und wenn das mal nicht geht, dann macht er Unfug.

Es ist nicht einfach diesen Artikel so zu schreiben, dass Du daraus einen Nutzen ziehen kannst, denn dazu müsstest du wissen, wie es Dir, beziehungsweise Deiner Familie gerade geht.

Wir haben zwei Kinder, Cinzia (7) und Alessio (5) und das Glück viel zu Hause sein und uns um die Kinder kümmern zu können. Mit Cinzia ist es relativ einfach. Sie hat nach den ersten zwei Wochen das Homeschooling und mich als Lehrerin akzeptiert. Nun ist sie sehr diszipliniert und macht das echt gut. Ich gestehe, ich habe auch Spaß daran! Und ansonsten nimmt sie alles an Input gerne an und beschäftigt sich auch viel selbst. Im Internet gibt es so viele tolle Angebote zum Basteln, Tanzstunden, Sportstunden, Kinderkirche... Außerdem beschäftigen wir uns neben der Gartenarbeit auch mit kochen und backen.

Bei Alessio ist es etwas anders. Egal ob er Videos von der Musik- oder der Tanzschule oder Ideen aus dem Kindergarten bekommt- ohne die anderen Kinder hat er oft keine Lust darauf. Und dennoch will er ständig

Da stoßen wir als Eltern schon öfters an unsere Grenzen.

Was uns persönlich hilft, sind ein strukturierter Tagesablauf, klare Regeln und gemeinsame „Auszeiten“.

Wie geht es Dir/Euch? Vielleicht magst Du es mir mal schreiben (serafina.kuhn@drs.de).

Es gibt vieles was Familien gemeinsam haben, gerade in dieser Zeit. Aber abgesehen davon, dass diese Gemeinsamkeiten unterschiedlich erlebt, gedeutet, genutzt und gelebt werden, gibt es bei allen Gemeinsamkeiten auch Unterschiede in den Familien: Die einen genießen es mehr Zeit zu Hause verbringen zu können, den anderen fällt die Decke auf dem Kopf. Die einen freuen sich endlich ihre Kinder selbst beschäftigen und lehren zu können, andere fühlen sich damit total überfordert. Die einen haben eine sichere Arbeitsstelle und ein sicheres Einkommen, die anderen müssten um ihre Arbeitsstelle und ihr Einkommen bangen. Die einen haben ein menschliches Netzwerk das sie unterstützt, andere sind auf sich

allein gestellt. Die einen sind froh, wenigstens gesund zu sein, andere sind krank oder haben kranke Familienmitglieder.

Jeder Mensch und jede Familie stößt mal an ihre Grenzen, aber zur Zeit sind es besonders viele, die diese Erfahrung machen. Vieles wird sich einpendeln, und doch wird es Situationen geben, in denen wir uns überfordert fühlen und wir weder ein noch aus wissen. Das ist völlig normal, weil es menschlich ist. Es wird auch wieder besser werden!

So unterschiedlich die Familien mit ihren Problemen, Sorgen und Bedürfnissen sind, so unterschiedlich sind auch die Lösungen und die Hilfestellungen die überall kursieren. Deswegen schreibe ich Euch jetzt ein paar Sätze dazu – nicht wie es richtig geht oder wie man es richtig macht – sondern was mir und meiner Familie hilft.

Wir reden mit den Kindern über Gott, über Corona, über...

1. Wir sprechen mit den Kindern und erklären ihnen alles (altersentsprechend). Wissen und Verständnis über die Umwelt und sich selbst gibt Sicherheit.
2. Wir zeigen das „selbst handeln können“ auf. Wenn man z.B. die Oma nicht besuchen kann, dann schreibt man einen Brief. Um

sich nicht anzustecken kann man sich die Hände waschen. Wenn man nicht zur Kirche gehen kann, kann man zu Hause beten.

3. Wir zeigen auf, welcher Sinn hinter dem was wir tun, steckt. Wenn man etwas als Sinnvoll ansieht, dann fällt es einem leichter es zu tun. Z.B. Oma nicht besuchen, damit sie gesund bleiben kann.
4. Und wenn die Kinder Fragen über Gott und Corona stellen, die wir nicht beantworten können, dann antworten wir ehrlich und authentisch darauf. Und wenn wir die Antwort nicht ken-



nen, dann sagen wir das auch. Kinder spüren oft, wenn Erwachsene unehrlich sind.

### Unser aktueller Familienalltag mit Programm

Unser Alltag ist normalerweise gut getaktet: Nach Frühstück, Kindergarten und Schule jagt ein Termin den anderen, danach Hausaufgaben und schließlich Abendessen bis dann alle völlig erschöpft ins Bett fallen – zumindest gilt das für uns Eltern.

Oft haben wir uns gewünscht im Alltag weniger nach der Uhr leben zu müssen – mehr Zeit zu Hause zu haben, intensiver auf die Kinder eingehen zu können. Positiv gesehen: Nun sind diese Wünsche Wirklichkeit, allerdings von Null auf Hundert. Und damit sind wir sehr gefordert.

Jede Familie muss hierbei ihren eigenen Weg finden. Wir merken, dass Menschen Gewohnheitstiere sind, daher geben uns Routine und Struktur Sicherheit und Halt. So gehen wir mit dieser Situation um:

1. Wir haben die Situation angenommen und gemeinsam entschieden. Dabei ging es vor allem um die Fragen: Was ist im Alltag notwendig und was wünschen wir uns zusätzlich?
2. Wir haben To-do-Listen für die selbstverständlichen Aufgaben wie z.B. Zähne putzen und Tagespläne mit den verschiedenen Tagesabschnitten gestaltet.
3. Die flexiblen Abschnitte im Tagesplan sind relativ kurz gehalten (1-2 Stunden) und abwechslungsreich. Dazu gehören Sport (mal draußen mal drinnen), Kunst (oft ganz kreativ mit Klopapierrollen und anderem „Müll“), Digitale Angebote für Bil-

dung, Spiritualität, Bewegung...

4. Zeiten in denen sich die Kinder selbst beschäftigen – auch mal mit Hilfe des Tablets – nutzen wir um wichtige Dinge zu erledigen, Absprachen zu treffen oder um uns einfach kurz auf das Sofa oder den Liegestuhl zu legen.
5. Wichtig ist es für uns vier auch, uns mit Freunden und Nachbarn austauschen. Das geht nicht von Angesicht zu Angesicht, aber über die verschiedenen Medien oder über das Fenster bzw. den Gartenzaun ist da ja auch schon einiges möglich. Die Kinder stehen oft am Gartenzaun und grüßen einfach die Passanten, die sich dann freuen.

### **Wir nehmen unseren Alltag unter die Lupe - Alltagsspiritualität**

Gottes Spuren im Familienalltag sind vielfältig, nur nicht so ganz offensichtlich.

Der Alltag läuft einfach ab, plätschert dahin, zerrinnt manchmal zwischen den Fingern. Kaum hat die Woche begonnen, ist sie fast schon wieder vorbei.

Im Alltag geschieht das Gewöhnliche, das Vorhersehbare und Geplante. Das Kalkulierbare am Alltag ist auch seine Stärke. Mit unserer Alltagsspiritualität unterbrechen wir den Alltag, wir halten ihn an - nicht, um ihn durchzubrechen, sondern um genau diesen Alltag genauer

wahrzunehmen und mit Gott in Verbindung zu bringen.

Bei uns ist es ein Abendritual, aber manchmal ergibt es sich zusätzlich auch mitten am Tag:

Wir schauen genau hin und beachten, was an diesem Tag war, ist oder sein wird und würdigen dadurch diese Ereignisse und damit unseren Alltag und unser Leben.

Ein Ereignis, das beachtet wird, kann neu bewertet werden und für die Zukunft neue Erkenntnisse bringen.

Dem Alltäglichen Beachtung zu schenken heißt auch, Empfindungen und Gefühle wahrzunehmen und zu verarbeiten, die manchmal unentdeckt darin verschwinden.

Gott in unserem Alltag präsent zu haben, bedeutet für uns, genau diese sorgfältig wahrgenommenen Erfahrungen, das, was ans Licht gehoben und gekommen ist, mit Gott in Verbindung zu bringen.

Das, was war oder was sein wird, kann ich vor Gott ausbreiten oder einfach hinlegen: Das ist mein Alltag, darin bin ich und darin ist auch Gott, dem ich beides bringe – den Alltag und mich. Die Alltagserfahrungen mit Gott zu verbinden kann manchmal heißen, für eine Erfahrung zu danken und sie im Dank noch einmal zu genießen. Manchmal kann es bedeuten, mit Gott zu hadern oder sich bei Gott zu beschweren, dass vieles nicht so ist, wie ich es mir wünsche. Manchmal kann es mir helfen zu merken, wo ich noch hän-

ge, oder auch festzustellen, was ich tatsächlich loslassen kann.

Wie zu Beginn geschrieben, kommen wir – so wie alle anderen Familien – auch immer wieder an unseren Grenzen. Die Grenzen spüren wir immer unmittelbar. Die Kraft und die Stärke die wir brauchen, um diese zu überwinden müssen wir manchmal suchen.

Schon in der Bibel gibt sich Gott oft und gerade den Menschen zu erkennen, die an ihre Grenzen gekommen sind und nicht mehr weiter wissen: Der Prophet Elija beispielsweise (1Kön 19). Gott sorgt für ihn, stärkt ihn und gibt ihm neue Perspektiven über die von ihm als unüberwindbar wahrgenommene Grenze hinaus.

Im Familienalltag sind schnell mal die „Grenzen erreicht“ - auf ganz verschiedenen Ebenen. Und doch geht es weiter, im wahrsten Sinne des Wortes: Immer wieder weitet sich etwas, löst sich etwas, ergeben sich neue Sichtweisen- manchmal spüren wir, dass in diesem Augenblick Gott im Spiel ist – wie bei Elija. Gott lockte ihn aus seiner Höhle auf dem Berg und ließ ihn damit auf neue Horizonte schauen.

Gottes Spuren im Familienalltag sind vielfältig: Gott ist erfahrbar im Streiten und Versöhnen, im Teilen und gemeinsamen

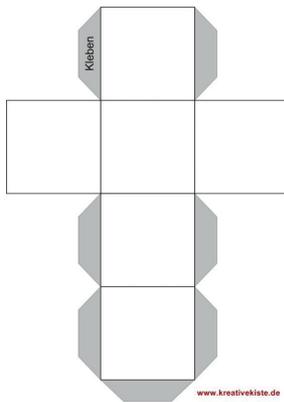


Essen, in Ritualen und Festen, im Lachen und Weinen, in den in der Liebe, im Vertrauen und in der Dankbarkeit, im Fragen und Suchen.

## Und was ist jetzt mit dem Würfel für alle Fälle?

Naja, nachdem nun klar ist, dass jede Familie andere Probleme, Schwierigkeiten und Bedürfnisse hat, gibt es von mir keinen Gebetswürfel, sondern einen Würfel für alle Fälle. Ihr könnt diesen Würfel über diese Seite:

<https://www.kreativekiste.de/gebetswuerfel-vorlage-papier-basteln> kostenlos ausdrucken. (Hier gibt es übrigens viele tolle Sachen!)



Ihr könnt aber auch ein Blatt Papier nehmen und diese Zeichnung die aus Quadraten und Trapezen besteht einfach übertragen. So oder so wird der Würfel ausgeschnitten und zusammengeklebt. Aber davor überlegt ihr zusammen, wie Ihr diesen

Würfel gestalten wollt.

Soll das ein Würfel mit Nacht- oder mit Tischgebeten werden?

Vielleicht braucht ihr aber auch einen Entscheidungswürfel, dann schreibt ihr auf drei Seiten „JA“ und auf drei Seiten „NEIN“ drauf.

Oder können sich die Kinder nie auf ein Gesellschaftsspiel einigen: Dann würfelt Ihr aus ob „Mensch ärgere dich nicht“ oder eines der anderen fünf Spiele auf dem Würfel gespielt werden.

Und wenn ihr Schwierigkeiten habt zu entscheiden wie Ihr Eure Freizeit verbringen oder was Ihr zu Mittag essen wollt, dann könnt Ihr dafür auch jeweils einen Würfel gestalten.

Bestimmt fallen Euch noch mehr Dinge ein, die Ihr würfeln könnt und vielleicht erleichtert und versüßt Euch das auch etwas den Alltag...

## Gebet für die ganze Familie

Dieses Segensgebet will ich Eurer Familie noch mit auf dem Weg geben. Möge es Euch auch so begleiten und stärken wie er es bei uns tut:

Lieber Gott, segne uns und all unsere Verwandten.

Schenke uns deine Liebe und hilf uns, dass wir auch in schwierigen Situationen immer zusammenhalten.

Beschütze uns vor allem Bösen und sei bei uns am Tag und in der Nacht. Amen.

*Serafina Kuhn, Gemeindereferentin*

## Homeoffice und Betreuung von Kleinkindern? Durchhalten!

Eltern, die Kinder im Kita- oder Schulalter haben, müssen seit Mitte März mehrere Dinge miteinander vereinbaren, die sich in der Regel schlecht kombinieren lassen. Kleinkinderbetreuung oder homeschooling und homeoffice gehen nicht gut zusammen. Zudem sind sehr viele Freizeitaktivitäten für Kinder, wie Freunde treffen, Fußball spielen oder das Spielen auf Spielplätzen nicht möglich.

*Wie kommen Familien möglichst gut durch diese Zeit, wenn die Eltern arbeiten müssen und gleichzeitig Kinder betreuen sollen?*

Dr. med. Susanne Schlüter-Müller ist Ärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie und gibt den Hinweis, dass Kindern geregelte Tagesabläufe gut tun. Wenn z.B. nach dem Frühstück ein gemeinsamer Morgenkreis, wie früher in der Kita, gemacht wird, bei dem der Ablauf jeden Tag gleich ist, gibt das Routine und damit ein Stück weit Sicherheit. Da können Lieder und kurze Spiele mit dem gemeinsamen Erstellen eines Tagesplans auf einer Pinnwand oder einem Blatt Papier verbunden werden. So können sich Vorlesen, Basteln, Essenspausen und Zeiten, in denen Kinder einige Zeit allein spielen (sollen), damit Eltern auch arbeiten können, abwechseln. Natürlich ist das oft eine enorme Herausforderung für Kinder wie Eltern und es kann nicht immer gelingen. Deshalb müssen Eltern Randzeiten, also früh morgens oder wenn die Kinder schlafen, nutzen, um zu arbeiten. Das zehrt natürlich sehr an den Nerven. Umso wichtiger ist es für Eltern, sich spätestens am Wochenende bei der Betreuung der Kinder abzuwechseln, damit es für einen Elternteil wirklich eine Pause

geben kann. Auch hier kann ein Plan helfen. Wenn die wirklich dringend notwendige Ruhepause fest eingeplant ist, kann das Gefühl vermieden werden, dass Betreuung und Arbeit uferlos sind.

## Was tun bei Ärger und Konflikten?

Der Kinderschutzbund rät, sich klar zu machen, dass im Moment nicht die Zeit für Perfektionismus ist. Das betrifft die eigene Arbeitsleistung in Job und Hausarbeit und auch die Qualität der Betreuung der Kinder. Wenn der Tag sehr anstrengend war, machen Sie abends lieber Pause, anstatt noch stundenlang die Wohnung zu putzen. Die Art und Weise, wie Sie mit sich umgehen, prägt auch den Umgang mit Ihren Kindern. Wenn man selbst stark gestresst ist, wird man mit den Kindern nicht gelassen umgehen können. Seien Sie gnädig mit sich selbst, dann können Sie es auch mit Ihren Kindern sein. Wenn es Konflikte mit den Kindern gibt, kann es hilfreich sein, für ein paar Minuten in einen anderen Raum zu gehen und einige Augenblicke tief durchzuatmen. Ist Ihr Partner in der

Wohnung, kann ein kurzer Wechsel für eine Beruhigung der Situation sorgen. So lassen sich manche Konflikte entschärfen.

Unsere Kinder verpassen im Moment so viel!

Das stimmt zweifellos. Aber die Kinder können in dieser Zeit auch viel lernen und profitieren. Wenn sich Eltern Zeit nehmen (können), tut den Kindern die Nähe beim gemeinsamen Lesen, Basteln oder Spielen sehr gut. Kinder können, ihrem Alter entsprechend, beim Kochen helfen und so lernen, wie eine Mahlzeit zubereitet wird. Bei einem Spaziergang in der Natur oder auch an einer Wiese entlang, können Kinder vieles entdecken. Kleine Tierchen, Blumen und Bäume sind Dinge, über die man staunen kann. Außerdem kann man gemeinsam Pläne für die Zeit nach den strikten Kontaktbeschränkungen machen. Was wünschen sich

Eltern und Kinder, was dann wieder gemeinsam unternommen werden soll? Der Besuch im Nymphaea oder der Wilhelma, endlich einmal wieder gemeinsam ins Schwimmbad gehen? Oder der Besuch bei Oma und Opa? Es kann gut tun, sich selbst positive Perspektiven zu geben. Der Blick auf das, was momentan nicht geht, ist ohnehin sehr präsent. Ein schöner Tagesabschluss kann ein gemeinsamer Tagesrückblick sein. Wenn man möchte, kann man das als formloses Gebet machen, indem jeder Gott erzählt, was heute schön war, was nicht gut gegangen ist, für wen und was man bitten möchte und auf was man sich am nächsten Tag freut. Einen Tag nicht mit negativen Gefühlen, sondern mit einem guten Ausblick zu beenden, ist für alle ein Gewinn.

*Pastoralreferent Raphael Maier  
Vater von 2 Kindern*

## Großeltern lesen vor: am Telefon oder per Skype

Jeden Abend zur gleichen Zeit mit den Großeltern telefonieren oder skypen gibt Kindern (und Großeltern!) Routine und entlastet die Eltern. In diesen 20 Minuten, in denen Oma vorliest, können Eltern durchatmen und Pause machen oder, wenn es sein muss, arbeiten.



Michael Bogedain Pfarrer@service.de

## Gutes sagen

„Das machst Du gut!“  
 „Wir halten zusammen!“  
 „Ich bin bei Dir!“

Wenn mir jemand etwas Gutes sagt, dann tut das gut. Das macht mich froh. Das stärkt mich. Das gibt mir Kraft.

Wenn mir jemand etwas Gutes sagt, dann wird er zum Segen für mich.

Segen – das ist ein solches gutes Wort. Und genau das will ein Segen sein: etwas Gutes, das mich froh macht, stärkt und mir Kraft gibt.

Genau das will auch Gott für uns.

Nehmt euch mal Zeit, z.B. am Abend, um Euch etwas Gutes zu sagen – vielleicht kann es ja auch ein tägliches Ritual werden, denn es tut einfach gut, etwas Gutes zu hören und zu sagen.

Und dann könnt ihr ja noch um den Segen Gottes bitten. Möglicherweise kennt ihr dazu ein schönes Segensgebet oder Segenslied. Hier ist aber auch ein Vorschlag, wenn ihr wollt auch mit Gesten:

Gott halte Dich, (eine oder beide Hände nehmen)

Gott sei Dir nah, (in den Arm nehmen) was auch kommen mag!

Gott stärke Dich, (Hand auf den Rücken oder die Schulter legen)

Gott geb' Dir Mut, (Hand des Kindes auf sein Herz legen) jetzt und jeden Tag!

Gott segne Dich! (Kreuzzeichen auf die Stirn)

*Markus Vogt,  
 Referent im Fachbereich Ehe und Familie  
 BDKJ/BJA*

## Frühlings-Bingo

Den Frühling draußen genießen und dabei auch noch Bingo spielen?

Druckt oder malt euch die „Frühlings-Bingo“ Vorlage aus und los geht's. Schnappt euch eure Familie und sucht die Farben eurer Bingotabelle.

Wer als erstes vier Farben in einer



Reihe (Horizontal, vertikal oder diagonal) gefunden hat, hat gewonnen! Seid dabei aber nicht zu verbissen und drückt auch mal ein Auge zu, wenn es darum geht, ob die Farbe genau der Vorgabe entspricht.

Oder ihr geht alleine raus und genießt alleine die farbige Natur.

Also schnell raus an die frische Luft und Farben suchen.

## Brauchen Sie Hilfe? Unterstützung für Eltern und Kinder



Nummer gegen Kummer e.V. ist der Dachverband des kostenfreien, telefonischen Beratungsangebotes für Kinder, Jugendliche, Eltern in ganz Deutschland. Ziel des Vereins ist, für alle Kinder und Jugendlichen, ihre Eltern und Erziehungspersonen, Ge-

sprächspartner zu sein, besonders dann, wenn andere fehlen. Junge Menschen finden telefonisch am Kinder- und Jugendtelefon – 116 111 und online bei der E-Mail-Beratung Rat, Hilfe, Trost und Unterstützung. Müttern, Vätern, Großeltern oder anderen Erziehenden steht mit dem Elterntelefon 0800 1110 550 ein qualifiziertes Beratungsangebot zur Verfügung. Die BeraterInnen der „Nummer gegen Kummer“ sind erster Ansprechpartner für alle Fragen, Probleme und in besonders kritischen Situationen. Bei Bedarf öffnen sie den Weg zu weiteren Hilfen.

## Hilfe für Frauen



Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Unter der Nummer 08000 116 016 unterstützen wir 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte beraten wir anonym und kostenfrei.

## Gedanken zu Masken Und was sich dahinter verbirgt.

Wir tragen sie zwischenzeitlich bundesweit und immer mehr auch weltweit. Für die einen ist sie bereits Gewohnheit, andere tun sich schwer: MASKEN.

Aus gewebten Stoff und aus Zellstoff, mit Bändern. Weiß und schwarz, bunt, eher zweckmäßig oder bunt, mitunter auch beides. Professionell oder in Kleinarbeit mühsam hergestellt.

Sie schützen die Anderen und wenig den Träger. Sie erlauben uns, einander zu begegnen, auch dann, wenn es etwas enger wird, auch wenn wir einkaufen gehen oder öffentlich in Bus und Bahn unterwegs sind.

Masken, die eigentlich vieles verbergen, offenbaren jetzt unsere Absicht, offenbaren Respekt vor der Gesundheit des oder der Anderen, Wertschätzung. Sie sagen: Ich denke an dich.

Auch wenn es uns schwer fällt sie zu tragen, wir bringen das zum Ausdruck was wir alle wollen:

Eindämmen des Virus  
Und ... ein Leben ohne sie.

Bleiben Sie gesund und tragen sie ihre Maske. Für sich und andere.

*Peter G. Marx*

## Pfadfinderlied: gilt auch in Corona Zeiten

*Beitrag von P. Marx*

1. Kriecht aus eurem Schneckenhaus  
zieht die alten Kleider aus  
Wir wollen fair und ehrlich sein  
setzen uns're Kräfte ein.

*Refrain:*

*Kommt, lasst uns den Anfang machen.  
Wir probieren neue Sachen.*

*Wir brauchen Mut und Phantasie,  
sonst verändern wir die Erde nie!*

*Hey hey hey*

*Flinke Hände, Flinke Füße,*

*Flinke Hände, Flinke Füße,*

*wache Augen, weites Herz,*

*Freundschaft die zusammen hält,*

*so verändern wir die Welt.*

2. Steht nicht abseits schließt den Kreis,  
jeder neue Freunde weiß.  
Wir brauchen Menschen, die mit uns gehn,  
die Welt mit ihrem Herzen sehn.

Refrain

3. Seht die Welt mit wachen Augen,  
lasst die Sprüche die nichts taugen.  
Wir glauben an den guten Geist,  
der den rechten Pfad uns weist.

Refrain

4. Singt die Lieder, tanzt,  
seid heiter, sagt es allen Menschen weiter:  
Wir haben Hoffnung, die uns trägt,  
Die Brücken zu den Menschen schlägt.

Refrain

Wer gerne zu Hause im Kreise der Familie miteinander Agape feiern möchte....

## Segnung von Brot und Wein

Alle: Aus Körnern wird Brot  
und wir teilen es unter uns.  
Der Saft der Trauben füllt den Becher  
und wir trinken daraus.

1. Mit jedem Stück Brot und jedem Schluck Saft erinnern wir uns: Gott gibt uns das Leben, Gott gibt, was wir brauchen. Gott bewahrt unser Leben.
2. Mit jedem Stück Brot und jedem Schluck Wein werden wir gewiss: Gott verbindet sich mit uns, Gott meint es gut mit uns, Gott bewahrt unser Leben.

Alle: Aus Körnern wird Brot  
und wir teilen es unter uns.  
Der Saft der Trauben füllt den Becher  
und wir trinken daraus.

3. Mit jedem Stück Brot und jedem Schluck Saft erkennen wir: Jesu Hoffnung war stärker als das Leid, Jesu Vertrauen war größer als der Tod. Gott bewahrt sein Leben.
4. Mit jedem Stück Brot und jedem Schluck Wein spüren wir: Gott verbindet uns miteinander, Gott räumt beiseite, was trennt. Gott heilt unser Leben.

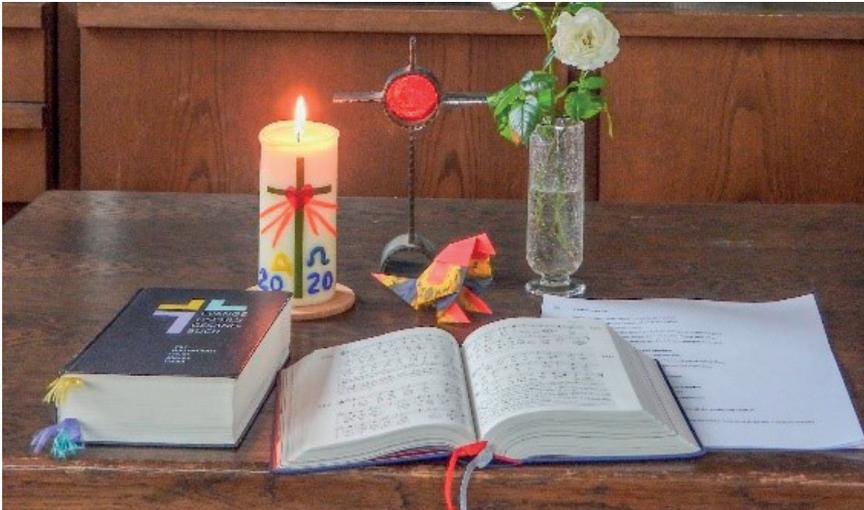
Alle: Aus Körnern wird Brot  
und wir teilen es unter uns.  
Der Saft der Trauben füllt den Becher  
und wir trinken daraus.

Danach miteinander  
essen und trinken!

*(Beitrag von Gabriele Fischer)*



Abraham und Sarah bewirten die Engel  
(Sichem Jakobsbrunnen)



Gabi und Reinhard Claus

*Gotteslob, Kerze und Anzündehilfe, Brotstücke, Traubensaft oder Wein bereitlegen, besprechen wer heute die ‚Leitung‘ übernimmt, die Aufgaben untereinander verteilen.*

- **Kerze anzünden**  
**Kreuzzeichen** (*Einladung sich dabei bewusst zu werden: Lass mich in Deinem Geist denken, reden fühlen!*)
- **Bewusst einen Augenblick der Stille halten** (*dazu mich auf meinen Atem konzentrieren, bewusst mit meinen Gedanken dem Ein- und Ausatmen folgen: „Ich bin da – Gott ist da!“*)
- **Gebet:**
- **Guter Gott,**  
ich bin / wir sind hier, um mich / uns Dir anzuvertrauen.  
Mir / Uns geht es ... *oder* Heute beschäftigt mich / uns besonders ...  
Meine / Unser Gedanken gehen zu den Menschen, die mir / uns wichtig sind ... *evtl. die Namen der Menschen laut aussprechen*  
Ich / Wir bitte Dich ...  
Amen.
- Ich singe / wir singen es oder lese / lesen die Strophen.
- Ich erinnere mich / Wir erinnern uns an ein Wort, eine Stelle, eine Erzählung aus der Bibel und überlege mir / überlegen uns, was sie mir / uns heute sagt.
- **Vater unser**
- **Segen:** Der dreifaltige Gott segne mich / uns und alle Menschen, die mir / uns wichtig sind. Gott segne, alle die, die für andere da sind und gebe Ihnen Kraft.
- **Kreuzzeichen.**

Gabriele Fischer

## Täglich miteinander verbunden im Gebet

Seit einigen Wochen können wir uns nicht mehr in der Kirche zum Gebet versammeln – seither laden die Esslinger Kirchen ein zum Ökumenischen Abendgebet:

Täglich um 19.30 Uhr läuten die Glocken unserer Kirchen und laden zum Gebet.

Wer sich beteiligen möchte, hält beim Klang der Glocken inne und betet in ökumenischer Verbundenheit mit Esslinger Mitchristen aller Konfessionen das Vater Unser – im Gedenken daran, dass unser Glaube an den einen Christus uns über alle Grenzen hinweg verbindet. In die Worte des Vater Unser legen wir unsere Bitte für alle Menschen, die in dieser Krisenzeit ein Leid zu tragen haben. Für die Kranken, Sterbenden, Toten, für ihre Angehörigen. Für alle, die helfen in Kliniken, Heimen, sozialen Einrichtungen. Für Alleinstehende, die einsam sind, für Paare und Familien, die sich zuhause schwertun. Für Menschen, deren Existenz bedroht ist aufgrund der Wirtschaftskrise. Für Politiker um Weisheit und gute Entscheidungen. Um Hoffnung, Zuversicht und Tatkraft für alle.



Wer möchte, schließt an das Vater Unser ein eigenes Beten an, mit persönlichen Worten, mit einer Schriftlesung, mit einer Zeit der Stille. Auch im Gotteslob finden sich geeignete Gebetstexte: Für die Einheit der Kirche (Nr. 21,1 oder 2), für die Kranken (Nr. 17,4) für unsere Welt (Nr. 19 verschiedene Gebete). Auch das traditionelle Tagzeitengebet „Engel des Herrn“ (Nr. 3,6) bietet sich an.

Seit einigen Wochen beten viele Christinnen und Christen so verlässlich täglich am Abend miteinander und füreinander. Viele erfahren dadurch eine starke und tröstliche Verbundenheit. Herzliche Einladung – schließen Sie sich an!

*Pfarrer Stefan Möhler*

## ...den Herzensglauben neu lernen

Papst Franziskus schreibt über die Marienverehrung:

*„Die Verehrung der Mutter Gottes ist keine spirituelle Anstandsregel, sie ist eine Notwendigkeit christlichen Lebens. Der Blick auf die Mutter ermutigt uns, viel unnötigen Ballast abzuwerfen und das wiederzuentdecken, was zählt. Das Geschenk der Mutter, das Geschenk jeder Mutter und jeder Frau ist so wertvoll für die Kirche, die Mutter und Frau ist. Während der Mann oft abstrahiert, Behauptungen aufstellt und Ideen durchsetzt, ist die Frau und Mutter in der Lage zu bewahren, im Herzen zu verbinden und zu beleben. Damit der Glaube nicht zu einer reinen Idee oder Lehre verkommt, brauchen wir alle ein Mutterherz, das die Zärtlichkeit Gottes bewahrt und die Regungen des Menschen wahrnimmt.“*

Unsere Maiandachten sind eine jährliche Einladung zur Begegnung mit Maria und zur Erneuerung unseres Glaubens. Auch in der Zeit der Corona-Krise kann Maria eine gute Begleiterin für uns sein. Viele Erfahrungen, die wir in der Zeit der Krise machen, sind ihr vertraut: JA sagen zu einer Situation, von der wir nicht wissen, wohin sie uns führt. Alleinsein im Glauben und Zweifeln. Leid und Schmerz aushalten und ertragen. An unerwarteter Stelle Trost und Stärkung finden.

Auch gemeinsame Maiandachten gehören zu den Gottesdiensten, die wir in diesen Tagen noch nicht feiern können. Eine Möglichkeit zur Begegnung mit Maria bietet aber auch eine Maiandacht zuhause, allein oder im kleinen Kreis gebetet. Im Gotteslob finden sich geeignete Texte unter den Nummern 675, 1 und 2, 676,4 oder 932. Oder die vertrauten Marienlieder. Im Mai lohnt sich auch ein Besuch in unseren Kirchen, wo unsere Marienfiguren auch in diesem Jahr mit Blumen geschmückt sind und zum Verweilen und Beten einladen.

Gebet

Herr Jesus Christus, Wunderbar war sie, deine Mutter. Und wir sind dankbar, dass auch wir sie Mutter nennen dürfen. Mit ihrem großen, bedingungslosen Ja zu Gottes Ruf hat sie uns gezeigt, was es heißt, einer Berufung zu folgen. Mit ihrer Bereitschaft, dich deinen Weg gehen zu lassen ist zu uns Vorbild darin geworden, unsere Kinder loszulassen, auch wenn es weh tut. Mit ihrem sorgenden Blick für das Wesentliche lädt sie auch uns ein, liebevoll füreinander zu sorgen. Mit ihrer Treue auch unter dem Kreuz ist sie uns Ansporn, auch großes Leid miteinander auszuhalten. Ja, wir danken dir für Maria! Und wir bitten dich um einen Glauben, der so groß ist wie ihrer, damit auch wir einander so Mutter, Vater, Bruder und Schwester sein können, wie du es willst. Amen.

*Pfarrer Stefan Möhler*



Pfingsten ist das dritte der drei wichtigen Feste im Kirchenjahr und es ist das unpopulärste! Dabei ist es doch das entscheidendste. Ohne Pfingsten keine Kirche!

Die Bibel berichtet uns vom Pfingstereignis in tollen Bildern. Unter anderem ist von Feuerzungen die Rede, denn entflammt, begeistert, nun mutig stehen plötzlich Frauen und Männer

zu Jesus Christus und zeigen sich in der Öffentlichkeit.

Die Botschaft von Pfingsten lautet, Jesus der Christus, der von Gott Aufgeweckte, ist zu Gott zurückgekehrt, doch er schickt den Menschen einen Beistand – seinen Beistand: Gottes heiligen Geist.

Diesen Gottes Geist, diesen Beistand nach dem sehnen wir uns in dieser Zeit. Gottes Geist schenkt uns Kraft zum Durchhalten und schenkt uns Mut gegen unproduktive Meinungen anzugehen.

Wie stellen Sie sich diesen Geist, diesen heiligen Geist, diese Kraft von Gott vor? Wie erleben Sie seine Wirkung, gerade jetzt in dieser herausfordernden Zeit?

Für mich ist diese Kraft Gott selbst, die bis heute unter uns und jetzt besonders im persönlichen Leben von jeder/jedem von uns wirkt. Sie wirkt in den Müttern und Vätern, die ihre Kinder zu Hause betreuen. Sie wirkt in den Menschen, die gerade in ihren Berufen alles geben. Sie wirkt in den Menschen, die verantwortungsvoll um Entscheidungen für uns alle ringen. Sie wirkt in allen, die mit Geduld und Zuversicht ihren eingeschränkten Alltag akzeptieren.

Ich denke, dass Menschen schon weit Schlimmeres erlebt haben, als wir es eben erleben und ertragen müssen. Es ist kein Krieg. Wir haben zu essen.

...

Doch statt weiterer eigener Worte, möchte ich Texte zu dieser Geistkraft aus der Glaubensgeschichte sprechen lassen.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und Meditation,

*Gabriele Fischer  
Cityseelsorgern*

## Geist des lebendigen Gottes *ein Körpergebet*

Geist des lebendigen Gottes  
Öffne mich

*Arme ausbreiten*

Geist des lebendigen Gottes  
Öffne mich  
Fülle mich

*Arme ausbreiten  
mit den Händen eine Schale bilden*

Geist des lebendigen Gottes  
Öffne mich  
Fülle mich  
Forme mich

*Arme ausbreiten  
mit den Händen eine Schale bilden  
Hände ineinander legen*

Geist des lebendigen Gottes  
Öffne mich  
Fülle mich  
Forme mich  
Brauche mich

*Arme ausbreiten  
mit den Händen eine Schale bilden  
Hände ineinander legen  
Hände nach vorne öffnen*

Geist des lebendigen Gottes  
Segne und begleite mich / uns  
Heute und morgen und alle Tage

*beide Arme vor der Brust kreuzen  
verneigen*



team@superkraft.ch

## Pfingstsequenz

Komm herab, o Heil'ger Geist,  
der die finstre Nacht zerreißt,  
strahle Licht in diese Welt.

Komm, der alle Armen liebt,  
komm, der gute Gaben gibt,  
komm, der jedes Herz erhellt.

Höchster Tröster in der Zeit,  
Gast, der Herz und Sinn erfreut,  
köstlich Labsal in der Not,  
in der Unrast schenkst du Ruh,  
hauchst in Hitze Kühlung zu,  
spendest Trost in Leid und Tod.

Komm, o du glückselig Licht,  
flle Herz und Angesicht,  
dring bis auf der Seele Grund.  
Ohne dein lebendig Wehn  
kann im Menschen nichts bestehn,  
kann nichts heil sein noch gesund.

Was befleckt ist, wasche rein,  
Drrem gieße Leben ein,  
heile du, wo Krankheit quält.  
Wärme du, was kalt und hart,  
lse, was in sich erstarrt,  
lenke, was den Weg verfehlt.

Gib dem Volk, das dir vertraut,  
das auf deine Hilfe baut,  
deine Gaben zum Geleit.

Lass es in der Zeit bestehn,  
deines Heils Vollendung sehn  
und der Freuden Ewigkeit.

Gesungen wird die Pfingstsequenz am Pfingstsonntag zwischen der 2. Lesung und dem Hallelujaruf vor dem Evangelium. Der Text der Pfingstsequenz ist rund 800 Jahre alt und wird Stephen Langton, dem Erzbischof von Canterbury, zugeschrieben.

## Pfingstlitanei

Gieße deinen Geist aus  
ber Jung und Alt  
ber Mann und Frau  
ber Hoch und Niedrig  
ber Ost und West

Gieße dein Feuer aus  
in das Herz der Menschen  
in den Mund der Menschen  
in die Augen der Menschen  
in die Hände der Menschen

Sende deinen Atem nieder  
ber die, die glauben  
ber alle, die zweifeln  
ber alle, die lieben  
ber alle, die einsam sind

Gieße dein Feuer aus  
ber die Worte der Menschen  
ber das Schweigen der Menschen  
ber die Sprache der Menschen  
ber die Lieder der Menschen

Sende deinen Atem nieder  
ber alle, die Zukunft bauen  
ber alle, die das Gute bewahren  
ber die, die das Leben schtzen  
ber alle, die Schönheit schaffen

Gieße deinen Geist aus  
ber die Häuser der Menschen  
ber die Städte der Menschen  
ber die Welt der Menschen  
ber alle Menschen guten Willens

Hier und jetzt  
ber uns  
gieße deinen Geist aus.

RENOVABIS

## Atme in mir

Atme in mir, Du Heiliger Geist!  
 Dass ich Heiliges denke.  
 Treibe mich, Du Heiliger Geist!  
 Dass ich Heiliges tue.  
 Locke mich, Du Heiliger Geist!  
 Dass ich Heiliges liebe.  
 Stärke mich, Du Heiliger Geist!  
 Dass ich Heiliges behüte.  
 Hüte mich, Du Heiliger Geist!  
 Dass ich es nimmermehr verliere.

*dem Hl. Augustinus zugeschrieben*

## Komm, Heiliger Geist, steh mir bei!

Lass mich deine Nähe erfahren,  
 stärke mein Vertrauen in das Gute in  
 der Welt und gib mir Mut zum Leben!

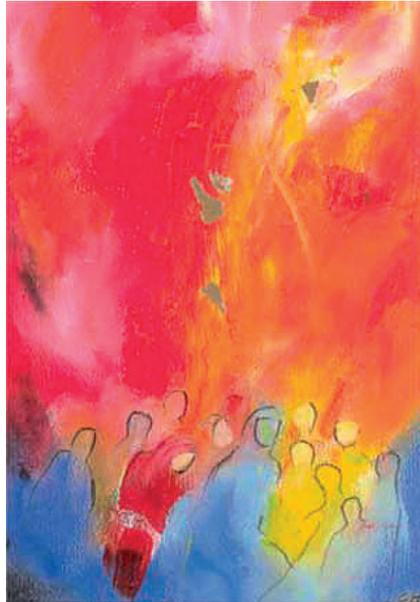
Erleuchte und stärke mich, da-  
 mit ich mich ohne Furcht zu  
 Jesus Christus bekenne!

Mach mich fähig und bereit  
 zum Dienst an den Menschen  
 in den vielfältigen Aufgaben  
 und Nöten unserer Zeit!

Komme, geheimnisvoller Atem, leiser  
 zärtlicher Wind, hauch uns an, damit  
 wir leben, ohne dich sind wir tot!

Komme, in Feuer und in Flam-  
 men, zünd uns an wie ein Licht,  
 mach uns trunken von der Lie-  
 be, wir sind starr, tau uns auf!

Komme, Erfinder neuer Sprachen,  
 gieß dich aus über uns,  
 red in uns mit neuen Zun-  
 gen, komm, begeistere uns!



Komme, du Hoffnung aller Armen,  
 schaff den Wehrlosen Recht, dass  
 die Gebeugten sich erheben,  
 dass sich Völker befreien!

Komme, du Tröster aller Mü-  
 den, Stille mitten im Lärm, in  
 den Terminen schaff uns Pau-  
 sen, lass uns ausruhen in dir!

Komme, du Taube, übers Wasser,  
 bring den Ölzweig herbei, bring  
 uns das Zeichen für den Frie-  
 den, den die Erde ersehnt!

Komme vom Vater und vom  
 Sohne, komm, du schaffende  
 Kraft, mach uns neu, und unsrer  
 Erde hat ein neues Gesicht.

*Lothar Zenetti*

## Ruach<sup>1</sup>

göttlicher atem  
sanfter wind  
sturm  
segne uns  
in diese nacht hinein  
als leises säuseln  
das unsere fragen  
zur ruhe bring  
unsere wunden  
kühlt  
unsere starrheit  
löst  
segne uns  
da wir einander segnen  
amen

*Katja Süß*

<sup>1</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Ruach>

Bistum Osnabrück



## Frauen machen die Kirche weit

du weckst uns auf in dieser zeit  
zu atmen, zu lachen, zu singe  
heilige ruach, mit dir befreit  
machen frauen die kirche weit  
freudig und weit

du gibst uns mut in dieser zeit  
zu fragen, zu reden, zu handeln  
heilige ruach, mit dir befreit  
machen frauen die kirche weit  
helfend und weit

du treibst uns an in dieser zeit  
zu sehen, zu hören, zu segnen  
heilige ruach, mit dir befreit  
machen frauen die kirche weit  
heilend und weit

du schenkst uns zeit in dieser zeit  
zu ruhen, zu beten, zu tanzen  
heilige ruach, mit dir befreit  
machen frauen die kirche weit  
schenkend und weit.

*Verfasserin unbekannt*



## Die ersten Tage ... ... und Wochen

Als ich zum ersten Mal die Auswüchse der sich zur Pandemie entwickelten Epidemie in ihrer Breite wahrnahm, da hätte ich nie an ein Ausmaß dieser Größe gedacht. Aber als Biologe ist mir dennoch die Auswirkung eines Virus bekannt, dessen Eindämmung nicht oder nur schwer zu stoppen ist.

Warum erlebt diese Welt eine solche Katastrophe? Was für eine Botschaft wohnt ihr inne?

Die ganze Welt fällt einem solchen Covid 19 zum Opfer. Menschen infizieren sich, werden krank und manche müssen sterben. Die Bilder von Italien und Spanien brennen sich ein. Menschen sterben. Allein und ohne Angehörige. Und die Angehörigen dürfen nicht zu den Sterbenden: Vätern, Müttern, Geschwister. Der Tod hält reiche Ernte. Und dann das Gegenteil: Menschen, die z.T. unbekümmert, ja sorglos mit der Situation umgehen. Mich kann es nicht treffen. Ich bin Stark und Jung. Ein (lebens-)gefährliches Denken.

Was passiert mit dieser Welt? Ohne Frage: Sie verändert sich. Im Zuge der Seelsorge lerne ich Menschen kennen, die gelähmt sind, und sol-

che, denen in dieser Zeit viel Kraft zuwächst. Menschen, die unseren kirchlichen Alltag prägten, müssen zuhause bleiben, geschützt werden. Junge Leute erlebe ich als äußerst solidarisch. Respektvoller Umgang und fürsorgendes Denken. Menschen helfen großzügig.

Und dann: Ostern kommt. Und wir alle begehen dieses Hauptfest der Christenheit auf eine ganz andere Weise. Ebenso das Passahfest und jetzt auch den Ramadan.

Die ganze Heilige Woche nimmt eine ganz eigene Gestalt an. Das Leiden wird plastisch. Am eigenen Leib wird spürbar was Jesu Botschaft kündigt. Ein ganz anderes Ostern. Statt Urlaub machen, Homeoffice, statt der Ausflugsstour lernen wir uns ganz neu kennen. Statt Gottesdienst Livestream oder Podcast, Gebetsblatt oder Fernsehgottesdienst.

Wie geht es wohl weiter und welche Veränderungen gibt es noch.

Mit welchem Antlitz geht die Welt aus dieser Krise hervor? Fragen über Fragen?

*Peter G. Marx*

## ADRESSEN KATHOLISCHE KIRCHE ESSLINGEN

- Katholisches Münsterpfarramt St. Paul · Mettinger Str. 2 · 73728 Esslingen  
Tel 39 69 19-0
- Kath. Kirchengemeinde St. Albertus · Hasenrainweg 40 · 73730 Esslingen  
Tel 31 54 60 20
- Kath. Kirchengemeinde St. Josef · Barbarossastr. 51 · 73732 Esslingen  
Tel 37 04 015
- Kath. Kirchengemeinde St. Maria · Christian-Knayer-Str. 10 · 73734 Esslingen-Berkheim  
Tel 34 51 591
- Kath. Kirchengemeinde St. Augustinus · Walheimstr. 10 · 73734 Esslingen  
Tel 38 19 32
- Kath. Kirchengemeinde St. Maria · Lerchenbergstr. 6 · 73733 Esslingen-Mettingen  
Tel 32 66 48
- Kath. Kirchengemeinde zur heiligsten Dreifaltigkeit · Böhmerwaldstr. 2 ·  
73730 Esslingen-Zell  
Tel 39 63 46 15
- Kath. Pfarramt St. Elisabeth · Häuserhaldenweg 38 · 73734 Esslingen  
Tel 3 82 03 44