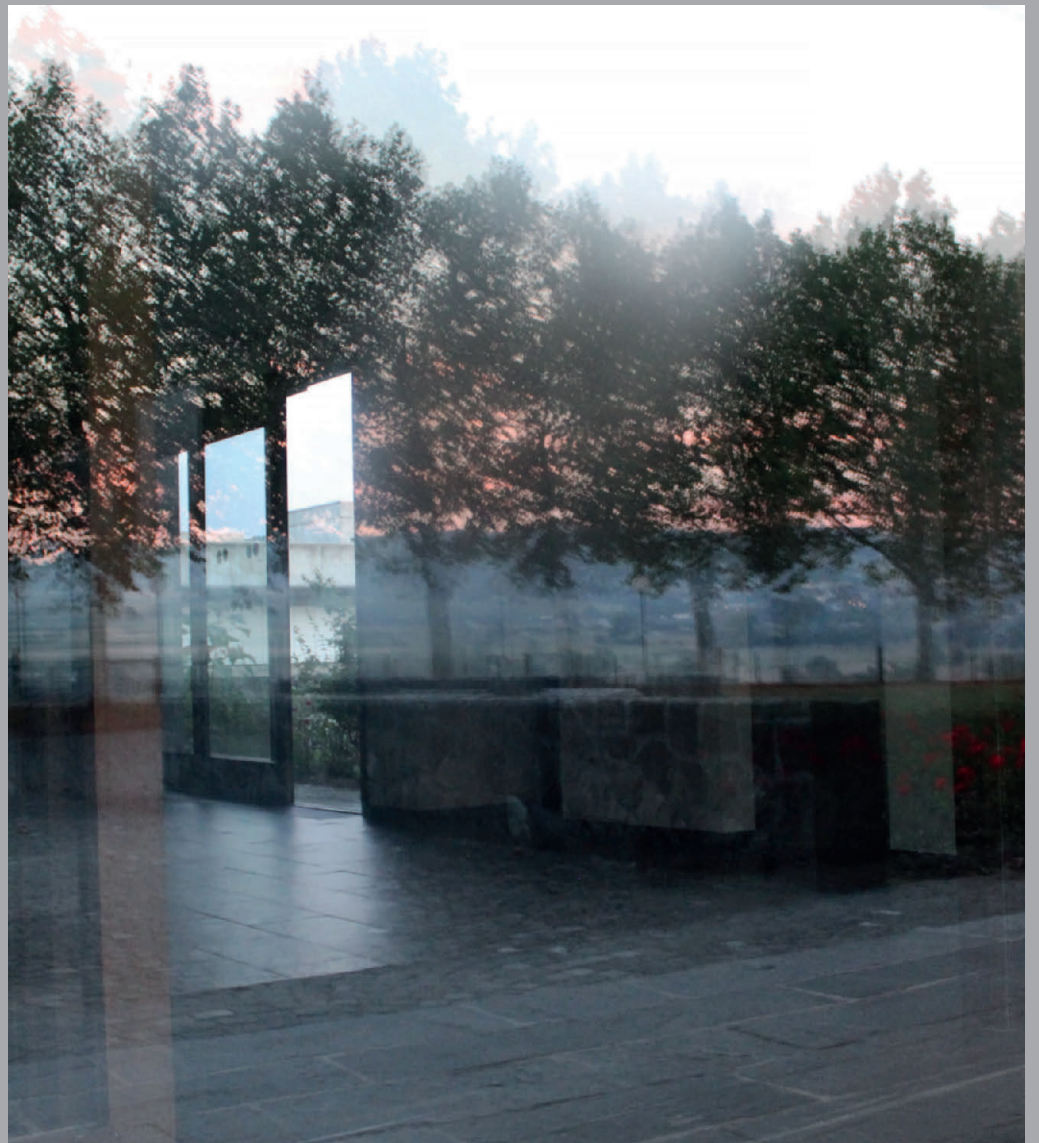


Vom Draussen und Drinnen



Forum

Ihr BaldeggerJournal ist mit in die Ferien gekommen, wo ich Zeit und Musse habe, die verschiedenen Artikel zu lesen. Angesprochen hat mich aber gleich beim Auspacken des Hefes das Titelbild, das mich sofort wieder an die «Ragazart» zurückversetzt hat. Und beim Weiterblättern fand ich gleich nochmals eine Abbildung auf Seite 11. Die Lesende strahlt so eine Ruhe aus inmitten der Büchertürme. Vielen Dank auch wieder für die wunderbaren Texte zu Anspannung und Entspannung. *J.J.;L.*

Das BaldeggerJournal ist kein Krimi, darum bin ich mit dem Lesen erst auf S. 7 angelangt. Es ist wie jedes Mal anspruchsvolle Kost, die es zu geniessen und auszukosten gilt. So unendlich viel Schönes und Tiefes geht mir durch den Kopf, wenn ich im BaldeggerJournal lese. Mir bleibt nur, der ganzen Schwesterngemeinschaft ganz herzlich zu danken! *K.H.;M*

Die drei «Baumgartner Schwestern» im Journal haben mich sehr erfreut und ergötzt. Vielen Dank für diesen köstlichen Beitrag! *U.K.;W.*

Vielen herzlichen Dank für den erfreulichen und anschaulichen Artikel «Wir drei Schwestern aus Weinfeldern» im BaldeggerJournal. Da ich auch ein Thurgauer bin, aber seit 70 Jahren als Lasalle Schulbruder in Neuchâtel lebe, hat mich der Beitrag interessiert. Aufgewachsen bin ich in Sommeri TG, wo mein Vater Lehrer war.

Fr R.B.;N.

Mich freute besonders die Geschichte von der Familie Baumgartner und danke dafür. Wir sind ebenfalls drei Geschwister im Kloster, und unser Vater war auch Sigrüst. *Sr.F.St.;M.*

Gestern erhielt ich die neue Ausgabe des BaldeggerJournals, das ich mit Interesse gelesen habe. Ihre Artikel sind immer interessant und bereichernd. *E.B.;W.*

Als ehemalige Studentin im KG-Seminar, freue ich mich immer wieder, das BaldeggerJournal in den Händen zu haben und Interessantes, Denkwürdiges, Berührendes zu lesen und natürlich in Bild und Text bekannten Gesichtern aus dem Kloster Baldegg zu begegnen. Ihnen allen möchte ich ein herzliches Danke schicken. *A.S.;H.*

Ich erhalte und lese immer sehr gerne das BaldeggerJournal und freue mich es weiterhin erhalten zu dürfen. Euch allen herzliche Grüsse aus der ewigen Stadt! *P.H.;R.*

Ganz herzlichen Dank für das BaldeggerJournal, das mir jedes Mal viel Freude bereitet. *R.A.;St.*

Einmal mehr staune ich beim Lesen des BaldeggerJournals über die Verschiedenheit der Schwestern und die Verschiedenheit ihrer Wege zu Gott. Ich stelle mir vor, dass diese bereichernde Verschiedenheit dem Leben in einer Ordensgemeinschaft von allen eine grosse Toleranz und offene, weite Herzen abfordert, damit sie zum Segen wird für uns alle. *Th.A.;L.*

Das BaldeggerJournal hat immer gute und spannende Artikel. Ich freue mich jedes Mal aufs Neue. Nun bin ich von Zürich ins Wallis zurückgekehrt und möchte weiterhin das Journal lesen. *F.Sch.;N.*

Gleich nach Erhalt Ihres Journals Nr. 48 bin ich in Ihre Lektüre «Vom Anspannen und Entspannen» eingetaucht. Dafür bedanke ich mich. *B.McG.;Z.*

Mit Freuden lese ich immer den Gruss aus Baldegg. Erbaulich, schön, wertvoll und auch bewegend sind eure Schriften darin. Ich lese sie sehr gerne. *R.v.O.;St.*

Vor gut zwei Wochen erhielt ich treu wieder das Journal. Diesmal Thema «Anspannen – Entspannen.» Beim Lesen in den verschiedenen

Gedanken fand ich da und dort auch mein Tun und Lassen. *Sr.M.Sch.;S.*

Ich schreibe Ihnen diese Zeilen wegen Ihrer Buch-Empfehlung im BaldeggerJournal. Mit ist es mit dem Buch genau so ergangen: zuerst habe ich es verschlungen wie ein Krimi und dann habe ich es gerade noch ein 2. Mal mit Bedacht gelesen! *Cb.J.;G.*

Einmal mehr haben Sie mir das BaldeggerJournal zukommen lassen. Dafür bedanke ich mich ganz herzlich. «Vom Anspannen und Entspannen», ein herausforderndes Thema! *J.L.;H.*

Mit grosser Freude habe ich das BaldeggerJournal erhalten. Ich danke Ihnen von Herzen für diese aufmerksame Geste. Die aktuelle Ausgabe bietet eine Vielzahl an interessanten Beiträgen zu wichtigen Themen unserer Zeit. Die Vielfalt der Perspektiven und die inhaltliche Tiefe machen die Lektüre besonders anregend und bereichernd. *Cb.G.;Vatikan*

Herzlichen Dank für das Journal, das von Kreativität gefüllt ist. Ihre Mitschwester «sprühen» gleichsam von ihrem von Vertrauen getragenen Leben unter die Menschen. Beeindruckt hat mich auch die Buchbesprechung, die von verschiedensten Interessen zeugt. *R.K.;W.*

Gestern erhielt ich das BaldeggerJournal «Vom Anspannen und Entspannen». Und ich tauchte gleich ein – das Licht löschen verschob sich dann nach hinten. Ja – es ist wieder eine wunderbare Fülle – interessant – anregend – inspirierend – einfach wunderbar. So danke ich fürs Zustellen und allen am Werk Beteiligten ganz herzlich für dieses BaldeggerJournal. *B.W.;M.*

Impressum

BaldeggerJournal Nr. 49 | 2025, zweimal jährlich
Herausgeberin Kloster Baldegg, CH-6283 Baldegg, T: 041 914 18 00
e-Mail info@klosterbaldegg.ch
Homepage www.klosterbaldegg.ch
Redaktionsteam Sr. Beatrice Kohler, Sr. Boriska Winiger, Sr. Marie-Ruth Ziegler, Sr. Nadja Bühlmann, Sr. Renata Geiger
Grafik grafikcontainer gmbh, Luzern
Druck merkur medien ag, Langenthal
Copyright bei BaldeggerJournal
Lektorat Sr. Boriska Winiger, Sr. Marie-Stefan Würsch
Fotos René Sami, <https://leistungsfotografie.ch/team>, Seite 5, Michael Goima, Tanzania, Seite 13, Sr. Marie-Ruth Ziegler, Umschlag, Seiten 6, 7, 11, 17, 19
Der Redaktion zur Verfügung gestellt: Seiten 4, 5, 8, 15, 18

Postcheck-KontoVerein Kloster Baldegg, 6283 Baldegg | PC 60-984-8 | IBAN CH16 0900 0000 6000 0984 8 | Vermerk: BaldeggerJournal

Post



Bank



Inhalt

4

Wie Innen so Aussen – Wie Aussen so Innen

Von Schreibtisch zu Schreibtisch:
Sr. Hildegard Willi und Thomas Bucheli

6

Psalmen

Draussen und Drinnen – Sehnsucht nach Heimat

Sr. Renata Geiger

7

Drinnen herrscht Friede – draussen ist die Welt unruhig

Sr. Karin Zurbriggen

8

Ausgegrenzt mitten unter uns

Sr. Madeleine Schildknecht, Vera Livaj

9

Psychologisch-theologische Impulse zur Lebensbewältigung

Ich fühle mich immer wieder ausgeschlossen.

Was kann ich tun?
Prof. Dr. Christiane Blank

10

Zuflucht noch hinter der Zuflucht

Gedicht von Reiner Kunze

11

Keller's Reisen

Die Schweiz als Kloster

David Keller

14

Cantate domino

Von aussen betrachtet, nach innen gedeutet

Sr. Renata Geiger

15

Der offene Stall zu Bethlehem

Bischof Dr. Felix Gmür

16

Franziskanische Inputs

Lieber Bruder Franziskus

Sr. Nadja Bühlmann

17

Glauben & Beten

mit Sr. Lorena Jenal

18

übrigens ...

19

Zwei Bilder – ein Leben

Sr. Damiana Bösch ist eine Diepoldsauerin

Editorial

Vom Draussen und Drinnen

Was machst du, fragt Gott
Herr, sag ich,
es regnet,
was soll man tun
Und seine antwort wächst
grün durch alle fenster

Mir stockte fast der Atem beim Lesen. Einfacher sagen, was «drinnen und draussen» geschieht, geht nicht. Reiner Kunze nennt sein Gedicht «Zuflucht noch hinter der Zuflucht».

Liebe Leserin, lieber Leser, unsere Autorinnen und Autoren haben ebenfalls spannende Texte für Sie verfasst. Sie brauchten dafür zwar mehr Worte als Reiner Kunze, doch die Lektüre lohnt sich. Das geschieht mit Bildern, so wie sich Bischof Felix ansprechen liess vom Bild des offenen Stalls von Bethlehem. Sr. Karin inspirierte ein geschnitztes Stück Olivenholz, bearbeitet von einem einfachen Handwerker in Palästina. Ein kleines Kunstwerk, in das er auch die innere Sehnsucht und die äussere Spannung kriegsgeplagter Menschen im Nahen Osten einarbeitete. Sr. Renata lässt uns diesen Spannungsbogen durch die Musik erleben. J.S. Bachs ergreifende Melodie führt von aussen nach innen, aus der Kälte in die Wärme des Herzens. Nicht immer ist das eigene Herz warm und friedvoll. Franziskus, so schreibt Sr. Nadja, habe Wert darauf gelegt, dass seine Brüder und Schwestern zuerst den Frieden drinnen, im eigenen Herzen suchen, bevor sie ihn draussen verkünden. Über die radikale Haltung von Franziskus hat David Keller schon oft nachgedacht, auch über uns und unsere einheimischen Schwestern in Tanzania. Spannend darum seine Überlegung, der Schweiz täte ein bisschen weniger «Gefängnis» und ein wenig mehr «Kloster» gut. Dass Menschen um sich ein Gefängnis aufbauen können, zeigt die Erzählung von Vera, einer freiwilligen Mitarbeiterin von Sr. Madeleine in Sarajevo. Da brauchte es ein langsames Auftauen des kalt gewordenen Herzens. Womit wir beim Wetter gelandet sind: Wärme, Kälte, Regen und Nebel sind Begriffe, die Thomas Bucheli jahrelang bei SRF Meteo erläuterte. Der Seetaler hat sich mit Sr. Hildegard u. a. über die Einflüsse des Wetters auf unser Innen und Aussen unterhalten. Was aber, wenn nicht das Wetter schuld ist am nagenden Gefühl, ausgeschlossen zu sein? Prof. Dr. Blank gibt dazu Impulse aus psychologisch-theologischer Sicht. Und schliesslich stellen wir Ihnen Sr. Lorena und Sr. Damiana vor. Sie haben zwei Dinge gemeinsam: Sie sind miteinander ins Kloster eingetreten und beide brachten einen unverkennbaren Dialekt mit.

Lieber Leser, liebe Leserin
Wir wünschen Ihnen ein beglückendes Weihnachtsfest, drinnen und draussen.

Herzlich grüssen Sie
Ihre Baldegger Schwestern

L. Marie-Luise Geiger

Wie Innen so Aussen – Wie Aussen so Innen

HW Das Prinzip geht davon aus, dass die Realität, die wir wahrnehmen, ein Spiegelbild unserer inneren Zustände und Befindlichkeiten ist. Wir leben in dauernder Wechselwirkung zwischen Innen und Aussen.

Unsere Denkmuster, Überzeugungen, Einstellungen und Empfindungen entscheiden, wie wir das Aussen wahrnehmen, interpretieren und beantworten. So kreieren wir fortwährend unsere äussere Realität mit: unsere Beziehung zu Wetter und Tagesgeschehen, Erfolge und Misserfolge, Zu- und Abneigungen usw. Wir lassen uns vor allem von aussen steuern. Selbst unser Umgang mit der Wetterlage hängt massgeblich von unserer inneren Haltung ab. Dem ist auch der «Wetterprophet Bucheli» ausgeliefert.

Wir leben in einer Zeit der Polarisierung und der lärmenden Informationen und werden von einer aufdringlichen Bilderflut dominiert. Und wir sind gierig nach immer mehr.

Die geheimnisvolle Beziehung zwischen Innen und Aussen aber lässt sich so nicht fassen. Sie ist komplexer, dynamischer und geheimnisvoller. Sie ist eine Art Gesamtstruktur von Welt, Bewusstsein und Erleben. Die Philosophie untersucht, wie die Aussenwelt unser Inneres formt und wie umgekehrt unsere inneren Zustände unsere äussere Wahrnehmung beeinflussen. Sie fragt, ob die Unterscheidung selbst eine Illusion sein könnte, die uns dazu verleitet, etwas «hinter» der Erscheinung zu suchen und wie die ersehnte Stimmigkeit zwischen Innen und Aussen sich finden lässt. Ich finde dafür nur eine Antwort: in Resonanz leben, Sorge tragen zur Resonanzfähigkeit zwischen Innen und Aussen und so Sinn erfahren.

TB Als Meteorologe kann ich deine postulierte Sorge zur Resonanzfähigkeit zwischen Innen und Aussen restlos unterstützen. Sie findet sich auch in der Natur – und beim Wetter. In unserer Aussenwelt laben wir uns am Sonnenschein, bewundern tolle Wolkenbilder und klagen bei hartnäckigem Nebel. Wir freuen uns über einen reinigenden Regenguss, finden aber nassgraues Wetter grässlich. Im Winter ärgern wir uns über eisige Gehwege und erfreuen uns zugleich an einer märchenhaft verschneiten Landschaft. All dies empfinden wir nach innerer Perspektive, Überzeugung und persönlichem Denkmuster.

Rein physikalisch betrachtet sind diese äusserlich sicht- und fühlbaren Wettererscheinungen das nüchterne Produkt eines inneren Energieaustausches, der über das Element Wasser passiert. Wenn immer Wasser seinen physikalischen Zustand ändert und beispielsweise von Wasserdampf zu kleinen Wolken- oder grossen



Sr. Hildegard Willi (HW), Psychologin, im Gespräch mit Thomas Bucheli (TB), der an der ETH einen Abschluss machte in Meteorologie, Klimatologie und Atmosphärenphysik. Er arbeitete beim Bundesamt für Meteorologie und Klimatologie und bei der Wetterfirma «Meteomedia», bevor er 1995 mitbeteiligt war bei der Gründung der Wetterredaktion des Schweizer Radio und Fernsehens. Seither ist er bei SRF in der Funktion als Meteorologe, Moderator und Leiter Teams von SRF Meteo tätig.

Regentropfen kondensiert oder zu Eiskristallen, Schneeflocken oder Hagelkörner gefriert, dann wird Wärme freigesetzt. Umgekehrt wird fürs Schmelzen von Eis und beim Verdampfen oder Verdunsten von flüssigem Wasser Wärme aufgenommen. Dieser Wärmeaustausch ändert aber die Temperatur des beteiligten Wassers nicht – egal, ob es gasförmig, flüssig oder gefroren wird. Diese Art von Wärme wird im Fachjargon daher als sogenannte «latente» Wärme oder Energie bezeichnet, was so viel heisst wie «verborgene» oder eben «innere» Energie.

Was also beim Wetter «Innen» und «Aussen» abläuft, ist physikalisch streng kausal und berechenbar. Nicht so bei uns Menschen. Als Naturwissenschaftler rege ich daher an, dass wir uns bei der Beurteilung der Vorgänge zwischen «wie innen, so aussen» den Einfluss unserer «inneren Energie» auf unsere Betrachtungsweise stets bewusst sind. Gerne zitiere ich hier den Meteorologen und Schiffsadmiral Robert FitzRoy (1805 – 1865): «Es ist die natürliche Neigung des Menschen, das zu unterschätzen, was er nicht versteht». Daher mein Votum: Bleiben wir neugierig und reflektiert – in allen Belangen.

HW Das ist auch meine Erfahrung: Neugierde und Reflexion, Interesse und Aufmerksamkeit, Beziehungen zu Natur und Menschen wollen gelebt werden. Das nährt den Austausch zwischen Innen und Aussen, macht uns berührbar, schafft unserem Staunen Raum. Diese resonante Haltung schützt vor oberflächlichem Polarisieren, Konsumieren und Abwerten. Es geht dabei – wie beim Wetter – um «verborgene» oder eben «innere» Energien.

Resonanz zeigt sich uns als Prinzip sinnstiftenden Lebens in der modernen Welt. Unser Herz ist der Resonanzboden. Es hat, wie jedes Instrument, seinen eigenen, unverwechselbaren Klang. Durch Stauen und Lieben entscheiden wir, was in uns Resonanz auslöst. Alles was ist, hat eine bestimmte Frequenz, schwingt auf seine Weise mit, stimmt sich auf andere Schwingungen ein.

Für mich gehört gute Literatur – vor allem Poesie – zu den wunderbaren Resonanzfeldern. Das Gedicht von Gerhard Meier zeigt diese wechselseitige Beziehung von Natur und Mensch, in der man sich berührt, verwandelt und verbunden fühlt.



ICH SAH
 Ich sah
 wie die Häuser
 die Farbe
 verloren
 Und sah
 wie der Himmel
 die Farbe
 behielt
 Und sah
 wie man stirbt
 und wie man
 geboren
 Wie sommers
 die Ströme ihr
 Wasser
 verloren
 Und wie
 man gläserne
 Marmeln
 verspielt

Der andere grosse Resonanzraum ist doch unser Zusammenleben in dieser Welt, in der kleinen und grossen.

TB Resonanzfelder in der Poesie, schreibst Du? Nehme ich auf! Gerne mache ich das im meteorologischen Kontext am Beispiel von Hermann Hesses letzter Strophe seines Gedichts «Im Nebel»:

Seltsam, Im Nebel zu wandern!
 Leben ist Einsamkeit.
 Kein Mensch kennt den andern.
 Jeder ist allein.

Ich mag diese Zeilen, weil ich Nebel mag – und weil Hesse hier meine Empfindung wiedergibt: Ich mag Nebel, weil er mich abschottend, beschützend, behütend umgibt und mich in meinen eigenen Resonanz-Raum eintauchen lässt. Wandere im Nebel – und dein Leben ist ungestört!

Bezogen auf deine Erwartung oder gar Forderung nach Resonanzfähigkeit als Voraussetzung für die Verbindung von Innen nach Aussen (und vice versa) widerspricht dir Hesse aber mit diesem Gedicht: Du setzt den inneren Resonanz-Raum als Sende- und Empfangsstelle für

den Kontakt nach aussen. Hesse dagegen scheint den Kontaktabbruch mit der Aussenwelt zu zelebrieren. Abschottung zum Zweck der Resonanz ausschliesslich in der eigenen inneren «Bubble». Ein gefährliches Spiel, das in der heutigen Welt immer mehr Überhand gewinnt. Der jüngst vergebene Nobelpreis in Physik lässt mich aber aufhören. Er stärkt die Position deines Anspruches «Alles was ist, hat eine bestimmte Frequenz, schwingt auf seine Weise mit, stimmt sich auf andere Schwingungen ein»: Die diesjährigen Preisträger befassen sich mit einem speziellen Phänomen der Quantenphysik, der sogenannten «Quantenverschränkung». Das Grundprinzip: Elementarteilchen können energetische Hürden überwinden und aufeinander instant reagieren, obwohl sie weit voneinander entfernt sind. Bereits Einstein hat sich mit diesem Problem befasst und dieses Phänomen als «spukhafte Fernwirkung» bezeichnet. Ich rede hier nicht von Geistern. Ich rede von «geheimnisvoller Beziehung», von der Resonanzfähigkeit, wie du es definierst. Inklusiv der Erwartung, dass jeder Impuls von der einen Seite einen neuen, eigenständigen Impuls auf der anderen Seite auslöst. So erst bricht die «Bubble» auf – und führt zu einer reflektierten «resonanten» Weiterentwicklung!

HW Auch ich mag Nebel. Er führt mich in meinen eigenen Resonanzraum hinein und öffnet mich für die Wunder des Aussen. Mit Abschotten hat das für mich nichts zu tun, aber mit Schutz und Staunen, mit geheimnisvollen Beziehungen, die auf dem Grund eines beglückenden Weltbezuges gedeihen. Der gelingt nur über bewussten, herzhaften Austausch zwischen Innen und Aussen. Dabei spielt unsere Haut eine wesentliche Rolle. Nicht umsonst hat sie der Schöpfer zum grössten aller menschlichen Organe geschaffen. Sie ist Hülle und Grenze, Kontaktfläche und Schutz zugleich. Über sie treten wir in Kontakt mit Welt, Natur und Mitmenschen. Über sie werden wir wahrgenommen und nehmen wir wahr. Ist die Haut krank – wie bei den Aussätzigen, zerreisst dieses Verhältnis. Die Betroffenen werden zu Ungesehenen, Isolierten. Niemand will sie sehen, vergessen sie berühren. Unsere Haut ist das Resonanzorgan par excellence zwischen Innen und Aussen, zwischen Körper und Geist, zwischen Mensch und Natur, zwischen Mensch und Mensch, auch zwischen Mensch und Gott. Das zeigt sich in starken Gefühlen wie Angst, Freude, Begeisterung, Liebe, Glück auch in Abneigung, Gewalt und Hass. In Resonanz leben geht unter die Haut, fordert und beschenkt. Feste wie Weihnachten machen das eindrücklich erfahrbar.

Draussen und Drinnen – Sehnsucht nach Heimat

Sr. Renata Geiger



Draussen – unterwegs, bedroht, heimatlos

«Wie liebenswert ist deine Wohnung, Herr der Heerscharen!
Meine Seele verzehrt sich in Sehnsucht nach dem Tempel des Herrn.» Ps 84,2-3a

Psalm 84 ist ein Pilgerlied. Er beginnt draussen, weit weg vom Tempel. Der Betende ist unterwegs auf einem Pilgerweg. Das bedeutet Anstrengung und Unsicherheit, staubige Wege, weite Distanzen und keine Garantie, heil anzukommen.

Wer draussen ist, lebt ungeschützt und das weckt im Betenden die Sehnsucht nach drinnen – nach dem Tempel Gottes, den er vielleicht aus der Ferne sieht.

Das Draussen ist aber nicht nur ein geographischer Ort, fern vom Heiligtum. Es ist auch ein Gefühl existenzieller Ferne, das Leben in einer Welt, die immer brüchiger wird.

So führen die Bilder des Psalms uns mitten in die Gegenwart. Millionen von Menschen sind draussen, auf der Flucht: Familien aus der Ukraine, aus Syrien, aus dem Sudan, Menschen im Gazastreifen, die alles verloren haben und unter Zerstörung und Vertreibung leiden.

Für sie ist «draussen» nicht nur ein Bild, sondern Realität: kein Dach über dem Kopf, Hunger, keine sichere Grenze, keine Hoffnung auf Ankommen. Daraus erwacht die Sehnsucht nach Sicherheit, nach Heimat.

Psalm 84 gibt dieser Sehnsucht eine Stimme. «*Meine Seele verzehrt sich ...*» – nach einem Ort, wo Leben wieder möglich ist.

Drinnen – Ankunft, Sicherheit, Heimat

«Auch der Sperling findet ein Haus und die Schwalbe ein Nest für ihre Jungen.» Ps 84,4a

Wenn schon die Vögel im Tempel ein Zuhause finden, dann sollten Menschen nicht ausgeschlossen sein. Drinnen – das ist nicht nur ein Raum aus Stein. Es ist auch kein Privileg für Fromme und Angepasste. Wenn schon Spatzen und Schwalben willkommen sind, dann erst recht jene Menschen, die draussen stehen. Das Bild kehrt die Hierarchien um. Nicht die Mächtigen oder Reichen haben ein Vorrecht auf Gottes Nähe, sondern Gott selbst schafft Raum für das Schwache, Kleine und Bedürftige. «Drinnen» ist ein Bild für Zugehörigkeit, Heimat und Würde. Es ist ein Ort, an dem Leben – jedes Leben – aufgehoben ist.

Pilgerweg – Drinnen stärkt das Draussen

«Denn ein einziger Tag in den Vorhöfen deines Heiligtums ist besser als tausend andere.» Ps 84,11

Schon im Ersten Testament ist klar, dass Gott sich nicht im Tempel einschliessen lässt. Gott wohnt nicht nur drinnen. Er ist mit den Pilgern unterwegs. Er ist bei den Vertriebenen draussen. Er ist bei denen, die sich ausgeschlossen fühlen, auch in unserer Gesellschaft. Schon das Stehen am Rand, «in den Vorhöfen», genügt, um seine Nähe zu erfahren. Der Satz ist ein Bekenntnis. Ein kurzer Moment bei Gott verändert alles. Denn man bleibt nicht einfach im Tempel. Das Leben pendelt zwischen draussen und drinnen. Am nächsten Tag macht man sich wieder auf den Heimweg. Drinnen ist ein Moment des Atemholens, kein Daueraufenthalt, der die Welt draussen vergisst. Der Beter muss weiterziehen, wieder hinaus in den Alltag, in die Unsicherheit und Ungeborgenheit. Aber wer diesen Augenblick drinnen, im Haus Gottes, erfahren hat, wird draussen anders leben, vertrauensvoller, barmherziger, solidarischer ...

Drinnen – das ist ein Stück Erfahrung von Gottes Reich
Draussen – das ist die Welt, die Gottes Reich nötig hat.

Drinnen und Draussen gehören zusammen. Und Gott ist in beiden gegenwärtig. Er ruft uns, das Geschenk des Drinnen zu teilen – mit denen, die draussen sind. Die Spannung zwischen drinnen und draussen bleibt bestehen. Aber Psalm 84 verspricht, wer sich nach Gott ausstreckt, findet Heimat – nicht als Besitz, sondern als Geschenk.

Drinnen herrscht Friede – draussen ist die Welt unruhig

Sr. Karin Zurbriggen

Ein stilles Kunstwerk

Aus einem Stück Olivenholz, schlicht und unbeachtet, ist ein kleines Kunstwerk entstanden. Die Muttergottes sitzt einfach da auf dem Boden. Auf ihrem Schooss liegt das Kind. Marias Arme umfassen es von beiden Seiten, ein Schutzraum aus Holz. Sie beugt sich nach vorn, ihr ganzer Körper spricht Fürsorge und Zuwendung. Das Kind selbst blickt wach und interessiert in die Welt hinaus, neugierig, offen, als wolle es schon jetzt alles aufnehmen. In dieser unscheinbaren Darstellung zeigt sich eine ganze Botschaft. Weihnachten geschieht im Kleinen, drinnen, verborgen und doch von grosser Kraft.

Werk eines Unbekannten

Die Figur stammt von einem christlichen palästinensischen Handwerker. Vielleicht sass er in einer kleinen Werkstatt in Bethlehem oder in einem Dorf der Westbank, umgeben von Holzspänen, mit Werkzeugen, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Vielleicht lebte er mit einer Familie, vielleicht allein, vielleicht suchte er im Holz Arbeit und Trost zugleich. Wir wissen es nicht. Was bleibt, ist die Figur. Sie erzählt davon, wie tief die Sehnsucht nach Geborgenheit im Herzen eines Menschen wurzelt.

Die Spannung von draussen und drinnen

Wer heute im Nahen Osten lebt, kennt die Spannungen: eingeschränkte Wege, Kontrollpunkte, Arbeitslosigkeit, Hunger, Gewalt und Krieg. Viele Menschen sind in ihrem Alltag ständig auf Unsicherheit eingestellt. Draussen herrscht Lärm, draussen drückt die Enge. Drinnen, in einer Werkstatt, hat jemand in geduldiger Arbeit eine Figur geschaffen, die eine andere Wirklichkeit zeigt. Eine Frau hält ihr Kind. Ein Kind schaut mit klarem Blick der Zukunft entgegen.

Auch die Weihnachtsgeschichte selbst erzählt von dieser Spannung. Draussen ist Bethlehem, das keinen Platz mehr hat. Draussen zeigt sich römische Macht, Herodes voller Angst. Drinnen ist ein Kind in Windeln, eine Mutter, die sich schützend beugt. Drinnen ist Wärme, Zuwendung, Nähe, und doch bleibt das Kind verletzlich. Gerade darin liegt der Kern von Weihnachten. Gott geht hinein in die Unsicherheit, nicht abseits, sondern mitten in sie hinein.

Auftrag heute

Wer die Olivenholzfigur betrachtet, spürt, dass sich Weihnachten nicht in einer heilen Welt ereignet. Es geschieht mitten in Brüchen, Konflikten, im Alltag. Und doch öffnet das Weihnachtsgeschehen Räume des Vertrauens. Wir sind eingeladen, solche «Drinnen-Orte»



zu schaffen, Orte, an denen Menschen aufatmen, wo Vertrauen wächst, wo einer den anderen hält.

Zugleich dürfen wir das «Draussen» nicht übersehen. Es gibt Unruhe, Spannungen und Not, im Nahen Osten ebenso wie in unserer Gesellschaft. Weihnachten erinnert uns daran, dass Gott beides kennt. Er ist bei denen, die draussen keinen Platz finden, und zugleich bei denen, die drinnen Schutz schenken.

Das kleine Kunstwerk eines Palästinensers erinnert uns, dass Gott selbst in unsere Welt gekommen ist. Weihnachten ist kein fernes Fest der Gefühle, sondern ein Ruf zum Handeln. Drinnen wächst Nähe und Vertrauen. Draussen herrscht Unruhe und Unsicherheit. Beides gehört zusammen. Gott ist mitten in dieser Spannung. Er schenkt uns Kraft, Orte des Friedens und der Hoffnung zu schaffen.

Ausgegrenzt mitten unter uns

Sr. Madeleine Schildknecht, Vera Livaja



Ich lernte Vera (1960) vor einem Jahr in einem Seniorenzentrum kennen. Sie ist ein Beispiel gelebter Solidarität mit älteren Menschen – genau das ist das Ziel unseres Vereins für gesellschaftliche Solidarität «Ein Herz für die Nächsten». Gemeinsam mit den Franziskanern von Sarajevo haben wir diese Organisation während der Pandemie gegründet, um verletzlichten älteren Menschen beizustehen.

Sie erzählt:

„Seit vier Jahren bin ich im Ruhestand. Nach vierzig Arbeitsjahren war das für mich kein Rückzug, sondern ein Neubeginn. Während des Krieges war ich allein in Sarajevo zurückgeblieben. Meine Tochter floh mit meinen Eltern nach Kroatien, mein Bruder mit seiner Familie nach Amerika. Ich musste lernen, allein zu überleben. Dieses Gefühl, dass man alles selber machen muss, hat mich geprägt. Vielleicht spüre ich deshalb heute so stark den Wunsch, für andere da zu sein.

Vor einem halben Jahr kamen Schwester Madeleine und das Team des Vereins in das Zentrum für gesundes Altern. Ihre Offenheit berührte mich. Wir wurden eingeladen, in unserer Umgebung aufmerksam zu sein – ob es ältere, einsame Menschen gibt, die Hilfe brauchen.

So hörte ich von Marko, einem Nachbarn, der seit Jahren ohne Strom lebte, ohne Einkommen, ohne Hoffnung. Er ernährte sich von dem, was die Abfallcontainer hergaben. Gemeinsam mit der Sozialarbeiterin des Vereins suchte ich ihn auf. Er sass still vor seiner Wohnung, misstrauisch – doch er liess uns hinein. Was wir sahen, war erschütternd: Dunkelheit, Abfall, Gestank. Ein Mensch, vergessen von der Welt.

Wir wandten uns an das Sozialamt, die Bürgermeisterin, die Gemeindeverwaltung, das Rote Kreuz, den Zivilschutz, humanitäre Organisationen – meist hiess es nur: «Nicht zuständig.» Diese Gleichgültigkeit

und Missachtung trafen mich tief. Wie leicht es ist, wegzusehen, solange man selbst in die Gemeinschaft integriert ist.

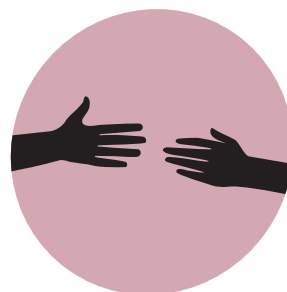
Doch wir gaben nicht auf. Gemeinsam mit Marko gingen wir von Behörde zu Behörde, sammelten Unterlagen, bis er endlich eine kleine Rente erhielt und in die staatliche Krankenversicherung aufgenommen wurde. Als er vor kurzem das erste Geld bekam, rasierte er sich – ein stilles Zeichen, dass er wieder an sich glaubt.

Für die Wohnungsreinigung unterstützte uns das Rote Kreuz. Der Sekretär half persönlich mit, zusammen mit einer Gruppe Freiwilliger. Einen Tag lang trugen wir ganze Abfallberge hinaus. Dann mussten wir jedoch akzeptieren, dass dies eine professionelle Reinigungsfirma übernehmen muss. Nun Sorge ich mich, ob wir den nötigen Betrag dafür aufbringen können.

Heute ist Marko ein anderer Mensch. Er spricht mehr, lacht – er hat viel Humor – und erzählt seine Pläne. Wir helfen ihm, seine Stromschulden zu begleichen und Pflegehilfe zu beantragen. Der Weg durch die medizinische Bürokratie ist mühsam, doch mein Hausarzt unterstützt uns, damit es rasch vorangeht.

Mir kommen schnell die Tränen, Tränen der Freude, wenn Marko wieder ein Schritt gelungen ist, Tränen der Trauer und der Wut, wenn sich Menschen verächtlich abwenden und nichts mit Marko zu tun haben wollen. Ich habe gelernt, wie schmal die Grenze ist zwischen einem Leben in Würde und dem Vegetieren in der Vergessenheit. Wenn wir nicht hinsehen und die Hand reichen, verlieren sich Menschen wie Marko in der Hoffnungslosigkeit und wir ein Stück unserer Menschlichkeit.“

Ich fühle mich immer wieder ausgeschlossen. Was kann ich tun?



Es verunsichert und schmerzt, wenn man zurückgewiesen wird. Gerade in der Ungeborgenheit der heutigen Welt, suchen wir nach Gemeinschaft, nach Zugehörigkeit, Schutz und Halt, aber auch nach Anregung und bereichernden Beziehungen. Paradoxerweise aber fühlen sich heute immer mehr Menschen ausgeschlossen. Jeder vierte Erwachsene in Deutschland sagt von sich, er fühle sich sehr einsam.¹ Oft sind es selbst jene, die sich mit dutzenden von «Followern» darüber hinwegzutäuschen versuchen, dass sie im Grunde zutiefst einsam sind und sich nicht zugehörig fühlen. Das bedeutet aber auch, dass es nicht allein an mir liegt, wenn ich mich ausgeschlossen fühle. Selbst das eifrige Bemühen im Mainstream mitzuschwimmen und sich den neuen Trends anzupassen, genügt anscheinend nicht, um tiefe Gemeinschaft entstehen zu lassen.

Ausgeschlossen zu werden, kann verschiedene Gründe haben, so etwa:

- geringe Toleranz und Akzeptanzbereitschaft sei es von der Gruppe oder vom Ausgeschlossenen
- wenig gegenseitige Flexibilität
- starke Polarisierung > die Guten und die Schlechten
- starke Betonung der eigenen Individualität und Freiheit.

Vielleicht hilft es Ihnen weiter, wenn Sie sich ganz konkret fragen:

- Sehe ich grundsätzlich alles viel zu schwarz? Fühle ich mich «nur» ausgeschlossen, oder werde ich ganz konkret ausgeschlossen?
- Bei welchen Gelegenheiten geschieht dies? Sind es immer ähnliche Gruppierungen, ähnliche Bezugspersonen?
- Herrscht eine grosse Unterschiedlichkeit zwischen meinen Werten, Zielen und Anschauungen und denen der Gruppe?
- Versuche ich mich anzupassen? Wie weit kann ich authentisch bleiben, ohne mich zu verstellen?
- Wie wichtig ist mir meine individuelle Freiheit, wie weit bin ich bereit auf andere zuzugehen, flexibel zu sein?
- Warum will ich überhaupt zu diesen Gruppen dazugehören? Gibt es nicht andere, die besser zu mir passen?

Jeder von uns macht die Erfahrungen, abgewiesen und ausgeschlossen zu werden. Und oft zeigt sich, dass man sich gerade dadurch auf seine eigenen Werte und Ziele besinnt. Modetrends vergehen, Unzufriedenheit und polarisierende Weltanschauungen sind nicht der Nährboden für ein konstruktives Miteinander und Füreinander. Gerade introvertierte Menschen verfügen oft über ein relativ kleines Netz von Beziehungen, die jedoch nicht selten ein Leben lang halten. Der Bücherwurm ist vielleicht ein Fremdkörper im Fanclub der grossen Idole, und der Fussballbegeisterte feuert oft lieber mit Inbrunst seine Mannschaft an als im Motetenchor der Kirche mitzusingen.

Wichtig ist auch, dass man nicht zu schnell aufgibt. Tiefere Beziehungen und die Bereitschaft, den andern mit seinen Eigenarten und Fehlern zu akzeptieren, entwickeln sich erst in einem oft langwierigen Prozess. Geben Sie also nicht zu schnell auf, suchen Sie Anschluss bei Seelenverwandten und lassen Sie das beidseitige Vertrauen und Verständnis langsam wachsen. Viel Erfolg dabei!

Christiane Blank, Dr. theol., lic. phil., Dipl. psych., lehrte 25 Jahre lang als Professorin der Päpstlichen Theologischen Fakultät von São Paulo. Sie beschäftigt sich mit der Erforschung neuer Kommunikationstechniken zur Konfliktbewältigung, um Strategien zur Überwindung psychosozialer Problemsituationen aufzuzeigen.

¹ Vgl: Deutschland-Barometer-Depression 2023, Internet:Forschung-und-lehre.de/zeitfragen

ZUFLUCHT NOCH HINTER DER ZUFLUCHT

für Peter Huchel

Hier tritt ungebeten nur der wind
durchs tor

Hier
ruft nur gott an

Unzählige leitungen lässt er legen
vom himmel zur erde

Vom dach des leeren kuhstalls
aufs dach des leeren schafstalls
schrillt aus hölzerner rinne
der regenstrahl

Was machst du, fragt gott

Herr, sag ich, es
regnet, was
soll man tun

Und seine antwort wächst
grün durch alle fenster

Aus:
Zimmerlautstärke
Reiner Kunze
Gedichte
S. Fischer Verlage, 1977



Die Schweiz als Kloster

David Keller

Am 22. November 1990 stattete Vaclav Havel, Präsident der damaligen «Tschechischen und Slowakischen Föderativen Republik», der Schweiz einen Staatsbesuch ab. Friedrich Dürrenmatt begrüßte den ehemaligen Dissidenten und Gefangenen der 1989 aufgelösten «Tschechoslowakischen Sozialistischen Republik» anlässlich der Verleihung des Duttweiler Preises. In seiner letzten grossen Rede bezeichnete er die Schweiz als Gefängnis. Er sah die Bewohner dieses Gefängnisses nicht nur als Gefangene, sondern gleichzeitig als Gefängniswärter. Nach Dürrenmatt verteidigten die angeblich freien Schweizer ihr Gefängnis gegen äussere Einflüsse unter anderem mit einer weltfremden Neutralität, einer selbstgewählten Isolation in einem vereinigten Europa, einer unsolidarischen Migrationspolitik und einer unzeitgemässen, allgemeinen Wehrpflicht.

Dürrenmatt hat für Verwirrung gesorgt. Was heisst draussen, was heisst drinnen? Ist drinnen Geborgenheit oder Gefangenschaft? Ist draussen Fremdheit oder Freiheit? Wer sind «wir», die wir uns im Gefängnis eingerichtet haben? Wer sind die «Anderen», von denen wir uns abschotten?

Gegen Dürrenmatts «Schweiz als Gefängnis» möchte ich hier ein «afrikanisches Nonnenkloster» als Gegenmodell beliebt machen. Ein gutes Dutzend davon habe ich in meinen Reisen nach Tansania besucht. Als Partnerorganisationen der Arthur Waser Stiftung betrachten wir die Klöster als Akteurinnen von Entwicklung und sozialer Transformation. «Drinnen» schöpfen die Schwestern Kraft aus der Geborgenheit im Glauben und in der klösterlichen Gemeinschaft. Auf das «Draussen» aber sind ihre Werke und ihr ganzes Schaffen ausgerichtet. Ihr Vorhaben ist die soziale Entwicklung in Tansania. Ihre Zielgruppen sind die sozial Benachteiligten, die Kinder und Jugendlichen, die Kranken und Schwachen. Ihr Engagement zielt auf den Gesundheitssektor, den Bildungssektor und viele weitere Bereiche eines defizitären Service Public. Sie schliessen sich nicht ein, sie kapseln sich nicht ab. Ein paar Zahlen: Die rund 18'000 katholischen Schwestern in Tansania, stark wachsend, organisiert in 116 Kongregationen, betreiben nach eigener Statistik u.a. über 225 Schulen im Land, gegen 100 Spitäler und Gesundheitszentren und zahllose Krankenstationen. Die Schwestern stehen mit weitem Abstand auf Rang eins aller afrikanischer Länder, was die Gesamtzahl an Schwestern und Schwesternkongregationen betrifft.

Eine ganz besondere Stellung nehmen die Baldegger Schwestern ein. Sie gründeten 1972 das erste Montessori Ausbildungszentrum in Tansania und bauten die Montessori Lehrerschaft auf, die jährlich Zuwachs durch die Tätigkeit von mittlerweile sechs tansanischen Trainingszentren erhält. Vier von diesen Trainingszentren sind von afrikanischen Schwesternkongregationen geführt, eines von der «letzten» Baldegger Schwester in Tansania, Sr. Denise Mattle. Wir zählen gegen 6500 Lehrpersonen, die heute in mindestens 3000 Kindertagesstätten rund 220'000 Kinder im Land unterrichten. Die Montessori Pädagogik nimmt somit eine überragende Stellung im Bereich der frühkindlichen Bildung ein. In keinem anderen afrikanischen Land gibt es auch nur annähernd vergleichbare Zahlen und auch weltweit steht Tansania inzwischen auf Rang sechs, was die Zahl der Montessori Bildungseinrichtungen betrifft.

Nach jahrelanger Zusammenarbeit mit den zwei Nachfolgekongregationen der Baldegger Schwestern, den «Kleinen Schwestern des heiligen Franz» in Dar es Salam und den «Franziscan Sisters of Charity in Mahenge» und vielen weiteren, seit 1921 von den Baldegger Schwestern inspirierten franziskanischen, benediktinischen und sogar protestantischen Schwesternkongregationen massen wir uns an, beurteilen zu können: Das Werk der Baldegger Schwestern hat Früchte getragen und sie haben die soziale und gesellschaftliche Entwicklung Tansanias massgeblich geprägt. Nebst der Montessori Bewegung haben sie mit dem Bau von Schulen, Gesundheitszentren und Spitälern, unter anderem dem berühmten Spital in Ifakara, Strukturen aufgebaut, die nach wie vor zu den führenden des Landes gehören. Das Spital in Ifakara wurde später zum Joint Venture mit dem schweizerischen Tropeninstitut, das dort jahrelang seine weltweit bekannte Forschung zu tropischen Krankheiten betrieb, stark finanziert von der Schweizer Entwicklungszusammenarbeit. Tansania wurde auch deshalb zum Vorbild für das friedliche Zusammenleben von Christ*innen und Muslim*innen, weil der Einsatz der Baldegger Schwestern in ihren Werken frei von Diskriminierung anderer Religionen war. Und nicht nur in der Schweiz, sondern auch in Tansania achteten sie in ihrer langen Wirkungsgeschichte sehr darauf, Mädchen und Frauen gleichberechtigt zu fördern, ohne Knaben und Männer auszuschliessen.

Wenn auch die kritische Auseinandersetzung mit der Rolle vieler europäischer Klöster bei der Christianisierung Afrikas, ihrer «Missio», legitim ist: Sie verkennt die soziale und gesellschaftliche Wirkung der Klöster, ihre «Caritas». Mit anderen Worten: die entwicklungspolitische



Bedeutung der Klöster und Kongregationen ist zu wenig bekannt, ihre soziale Wirkungsgeschichte in Afrika ist noch nicht geschrieben. Man müsste in Tansania beginnen. Über dem Baldegger Kloster und seinen Nachfolgeklostern in Tansania weht selbstredend der franziskanische Geist. Franz von Assisi und Klara opponierten gegen die Vorstellung sich einschliessender, abschottender Mönche und Nonnen. «Unser Kloster ist die Welt» spiegelt das franziskanische Verständnis der Absage an spirituelle Weltflucht. Als kirchengeschichtlich unbedarfter Laie grenzt es für mich, nebenbei gesagt, buchstäblich an das grösste Wunder des später heiliggesprochenen Franziskus, dass er seine radikale Haltung gegen die frühkapitalistische Wirtschaftsordnung überlebt hat. Sein Bekenntnis zu - und seine Forderung nach - einem Leben in absoluter Armut hätte als Angriff auf den im frühen 13. Jahrhundert zur Schau gestellten Reichtum und den Machtanspruch der Kirche interpretiert werden können. Vielleicht wurden Debatten darüber geführt, ob er als Häretiker verbrannt werden sollte. Er wurde ein Heiliger und der entscheidende Aspekt scheint der, dass er seinen Lebens-

entwurf nicht in erster Linie theoretisierte, sondern vorlebte. In seinen Ansprüchen gegenüber seinem eigenen Leben und Wirken scheint er kompromisslos gewesen zu sein. In seinem Umgang mit der kirchlichen und gesellschaftlichen Macht aber pragmatisch und undogmatisch.

Zurück zu Dürrenmatt: Viele bürgerlichen Politiker waren nach seiner Rede verstimmt und weigerten sich, ihm die Hand zu schütteln. Was die Verdrossenheit dann allerdings rasch zum Erliegen brachte, war sein Tod drei Wochen später. Eine Interpretation seiner Metapher der Schweiz als Gefängnis bestand später darin, dass ihm einfach die Selbstgerechtigkeit der vermeintlich freien Schweizer, Gastgeber des verfolgten Schriftstellers und Dissidenten Havel, auf die Nerven ging. Denn hätte er selber seine Metapher ernst genommen, dann wäre die Frage gewesen: weshalb lebte er sein ganzes Leben in der Schweiz, wenn sie für ihn doch ein Gefängnis war? War Dürrenmatt der Dichter und Denker, der nicht imstande war zu leben, was er predigte? Man müsste es ihm nachsehen, denn die absolute Kohärenz zwischen Ideen

und Taten ist nur für Wenige erreichbar. Auch wenn man sich Mühe gibt: es bräuchte wohl die Grösse einer Klara und eines Franziskus dazu. Umso nachhaltiger ist unser Respekt vor den franziskanischen Frauenklöstern in Tansania, die es noch heute wagen, dem Vorbild von Franz und Klara nachzuleben. Sie haben zwar drinnen die Geborgenheit ihrer Klöster mit den wunderbaren sub-tropischen Klostergärten. Aber ihr Einsatz ist draussen, in einer Welt der grossen gesellschaftlichen Herausforderungen und Möglichkeiten. Vielleicht neige ich dazu, unsere tansanischen Partnerklöster zu romantisieren. Aber ein bisschen weniger «Schweiz als Gefängnis» und mehr «Schweiz als Kloster» fände ich erstrebenswert.

David Keller ist Geschäftsführer der Arthur Waser Stiftung in Luzern. In der Rubrik «Keller's Reisen» reflektiert er Erfahrungen aus seiner überwiegend beruflich bedingten Reisetätigkeit. Dieses Mal über das «Drinnen und Draussen» der Baldegger Schwestern in Tansania.

Von aussen betrachtet, nach innen gedeutet

Sr. Renata Geiger

Ich steh an deiner Krippen hier

J. S. Bach

Ich steh an deiner Krippen hier, o Jesulein, mein Leben,
ich stehe, bring und schenke dir, was du mir hast gegeben.
Nimm hin, es ist mein Geist und Sinn, Herz, Seel und Mut, nimm alles hin
und lass dir wohlgefallen.

Wer kennt sie nicht, die Erfahrung des Draussen-Seins. In der Dunkelheit, im Misserfolg, im Alleinsein, im Nicht-Verstandenwerden, auf der Flucht. Doch in der Weihnachtszeit nimmt uns J. S. Bach mit auf einen Weg von draussen nach drinnen.

Das Spannungsfeld von *draussen und drinnen* gehört zur Weihnachtsgeschichte selbst. Draussen sind die Hirten auf dem Feld, draussen bleibt die überfüllte Herberge – drinnen aber liegt das Kind in der Krippe, drinnen geschieht das Geheimnis Gottes.

J. S. Bach nimmt diesen Gedanken in seiner Vertonung des Textes von P. Gerhardt «Ich steh an deiner Krippen hier» auf. Es ist eine Bewegung von aussen nach innen, von der Kälte ins Wärme, von der Fremdheit zum Vertrauen. Diesen Gedanken drückt die Bassstimme aus. Sie ist mehr als nur harmonische Stütze. Die ruhige, schrittweise Bewegung des Generalbasses wirkt wie ein Schreiten auf einem Weg: Jeder Ton ist ein gemessener Schritt, der zur Krippe, nach innen, führt.

Die Liedmelodie ist schlicht, fast volksliedhaft. Sie ist ein Beispiel dafür, wie Bach mit sparsamen Mitteln aus Text und Musik eine Einheit gestaltet. Diese Schlichtheit unterstreicht die Haltung des Betenden, ein demütiges Vor-dem-Kind-Stehen. Der Dur-Abschluss deutet den Text hoffnungsvoll aus. Obwohl das Lied in dunklerem c-Moll steht, weist Bach mit dem Dur-Schluss auf Freude und Erlösung hin – eine musikalische Umsetzung der Weihnachtsbotschaft. Musik wird hier zu einem Raum, der einlädt, nicht draussen zu bleiben, sondern einzutreten, aus dem Dunkel ins Licht.

Denn die Weihnachtsgeschichte beginnt draussen: in einem Stall, am Rande von Bethlehem. Das Kind kommt nicht in einem Palast, sondern in ärmlicher Umgebung zur Welt. Dieses äussere Bild ist uns vertraut. Wir sehen es in Krippendarstellungen und hören es in Weih-

nachtsliedern. Auch der Choral greift es auf: «Ich steh an deiner Krippen hier.» Doch es genügt nicht, nur bei dieser äusseren Szene zu verweilen. Das zeigt uns das folgende Zeugnis. D. Bonhoeffer schreibt aus dem Gefängnis: «Ausserdem habe ich zum ersten Mal in diesen Tagen das Lied «Ich steh an deiner Krippen hier» für mich entdeckt. Man muss wohl lange allein sein, um es aufnehmen zu können. ... Es gibt eben neben dem Wir doch auch ein Ich und Christus, und was das bedeutet, kann gar nicht besser gesagt werden als in diesem Lied.»

P. Gerhardt deutet die Szene von Anfang an innerlich. Er öffnet das Herz, um Raum zu schaffen für das Kind. Er spricht von einer inneren Beziehung, von einem Vertrauen, das nicht im Stall endet, sondern das ganze Leben prägt.

Gerhardt und Bach stellen uns damit in ein Spannungsfeld: Aussen: die Krippe, der Stall, die sichtbaren Bilder.

Innen: das Herz, der Glaube, die unsichtbare Begegnung.

Die Gefahr liegt darin, nur beim Äusseren stehenzubleiben – beim Schauen, beim Hören der schönen Musik oder vielleicht auch beim kulturellen Brauch. Weihnachten wird dann zu einem Ritual, das aber nicht ins Leben hineinwirkt.

Unsere Aufgabe besteht darin, das Geschehen ins Innere zu übertragen. Die Krippe ist nicht nur ein Ort «dort», sondern ein Bild für das, was in uns geschieht. Weihnachten meint, Gott sucht nicht nur einen Platz in der Weltgeschichte draussen, sondern auch und vor allem drinnen, in deinem und meinem Herzen.

Der offene Stall zu Bethlehem

Weihnachten ist das Fest der Nähe Gottes. Diese Nähe beginnt nicht drinnen in einem warmen Wohnzimmer, sondern draussen in einem Stall, unter halb offenem Himmel, in der Kälte und Finsternis der Nacht. Man könnte auch sagen: Die Weihnachtsgeschichte erzählt von einem Draussen, das zum Drinnen wird. Sie schildert die göttliche Bewegung vom Fernen, das uns Nähe wird, vom Licht, das im Dunkel den Weg weist. Gott wird Mensch an einem Ort, der zur Welt hin geöffnet ist.

«So eilten sie hin und fanden Maria und Josef und das Kind, das in der Krippe lag.» (Lk 2,16)

Hirten werden die ersten Zeugen dieses göttlichen Wunders. Das ist erstaunlich, sind sie doch gesellschaftliche und religiöse Randexistenzen, geprägt durch einen kargen Lebens- und Überlebensalltag. Sie leben fernab vom Jerusalemer Tempel, dem religiösen Zentrum ihrer Zeit. Und doch: Der Stall mit dem Jesuskind ist offen für sie, denn die Krippe ist kein exklusiver Ort, sondern ein Wahrzeichen der radikalen Gastfreundschaft Gottes.

Wer steht heute draussen, zweitausend Jahre später? Wer fühlt sich von der Hoffnung und dem Glauben an Jesus ausgeschlossen – räumlich, sozial, geistlich? Weihnachten ist ja nicht nur ein Fest für die, die bereits «drinnen» sind. Mit der Weihnachtsgeschichte ist ein Ruf verbunden, Türen für unsere Mitmenschen zu öffnen, Fremde und Fremdes willkommen zu heissen.

Wie die Hirten machen sich auch die Weisen aus dem Morgenland auf und kommen zur Krippe. Sie sind fremd und fern und kommen nah, zu Gott, der in Jesus endgültig nahbar wird. Sie suchen, fragen, schreiten voran und finden. Ihre Reise steht für den Glau-



Meister der Münchner Marien Tafeln (tätig um 1450): Geburt Christi, um 1445/1450, Tempera auf Nadelholz, 107 x 80,5 cm, Kunsthaus Zürich, 1936; Bild zur Verfügung gestellt.

benweg vieler Menschen heute: Aussen und Innen treffen sich. Es ist ein saches Sich-Herantasten an das Geheimnis Gottes, das sich nicht aufzwingt, sondern einlädt.

Jesus selbst ist ganz «drinnen», Teil von Israel, Sohn Davids, Messias, Retter, in der Geschichte und im Volk verankert. Gleichwohl geht er hinaus zu den Rändern, zu denen, die «draussen vor der Tür» stehen. Seine Bewegung ist eine Bewegung der Sendung, nicht der Abgrenzung. Folgt unsere synodale Kirche dieser Bewegung?

Die Wärme unseres Glaubens will hinausstrahlen – über das eigene Zuhause und die kirchlichen Mauern hinaus, hinein in alle Welt. In sozialen Projekten, einladenden Gottesdiensten, in kleinen und grossen Gesten der Solidarität wird das Licht des Evangeliums weitergetragen. Dort, wo Menschen einander begegnen, wo Türen geöffnet und

Herzen weit werden, beginnt das Wort Gottes zu leuchten.

Damals wusste niemand, was geschehen würde. Heute kennen wir die Erzählung. Wagen wir es, sie neu zu betrachten? Vielleicht mit den Augen der Hirten und Weisen? Weihnachten ist als kollektive Erinnerung gleichzeitig Aneignung und wird so Gegenwart und Auftrag.

Weihnachten ist das Fest der offenen (Stall-) Türen. Es ruft uns heraus aus dem Eigenen, hin zum Gemeinsamen. Die Krippe steht nicht hinter verschlossenen Türen. Sie steht mitten im Leben, bleibt halb offen – draussen in der Welt und drinnen im schützenden Stall unseres Herzens.

Frohe Weihnachten!
+ Felix Gmür

«Möge der Friede, den sie mit ihren Worten verkünden, zuerst in ihrem Herzen stehen.» Hl. Franziskus.

Lieber Bruder Franziskus

«Herz und Mund und Tat und Leben» sind zwei Kantaten, die Johann Sebastian Bach ca. 490 Jahre nach deinem Tod komponiert hat. Ob Bach sich von deiner Aussage hat inspirieren lassen? Wohl kaum, aber die Kantaten erinnern mich an deine Aussage. Bach hat sie ursprünglich für den 4. Advent geschrieben und erweiterte sie für das Fest Mariä Heimsuchung. Es ging ihm dabei weniger um Worte, sondern vielmehr um das, was er im Herzen empfand und was sich in der Tat, bzw. in seiner Musik ausdrücken sollte.

Hattest du mit deiner Aussage nicht die gleiche Absicht: aus dem Herzen soll kommen und darin verinnerlicht sein, was in Worten zu verkünden ist, bevor es nach «draussen» gelangt? So muss auch der Friede im Herzen entstehen und kann nicht nur von äusseren Umständen abhängig sein. Friede ist eine Herzensangelegenheit und beginnt in mir selbst. Das ist keine neue Erkenntnis, aber eine Tatsache, über die es sich immer wieder nachzudenken lohnt.

Deshalb sind deine und Bachs Worte von Bedeutung: Herz und Tat oder Herz und Wort müssen übereinstimmen, um glaubhaft zu sein. Diese Konsequenz war deine Lebenshaltung. Das, was du «draussen» in der physischen Umgebung lebst, erwogst du zuerst «drinnen» in deinem Herzen. Deine Stärke war es, sozusagen «drinnen» und «draussen» deines Lebens zu verbinden und ganzheitlich zum Ausdruck zu bringen. Auf diese Weise hast du dein Leben mit Gott und entsprechend im Umgang mit der Schöpfung gelebt. Allerdings war dies auch für dich nicht einfach. Du warst mit Vielem nicht einverstanden, was zu deiner Zeit gesellschaftsüblich war oder politisch galt. Denken wir nur an deine Vorstellung von Kirche. Sie entsprach absolut nicht der damaligen kirchlichen Institution. Dies hast du laut kundgetan, aber anstatt im Unfrieden mit dieser Institution zu leben, hast du deiner inneren Überzeugung gemäss gelebt im Geist der Liebe, konsequent, einfach und arm. Deine innere Erfahrung von Frieden hat sich in deinem Bewusstsein festgesetzt und dein Handeln entsprechend geprägt. Etwas, das heute nötiger ist denn je. Darin kannst du uns Vorbild sein.

Lieber Bruder Franziskus, bald feiern wir das Weihnachtsfest. Es lenkt den Blick auf die Geburt Jesu, der Licht und Frieden in die Herzen der Menschen bringen will. Weihnachten lenkt den Blick aber auch auf die Not und Unzulänglichkeiten in den Herzen der Menschen, in der Welt und in der heutigen Kirche. Wie zur Zeit der Geburt Jesu und zu deiner Zeit herrschen heute vielerorts leidvolle Zustände, Ungerechtigkeiten oder gar Krieg.

Blicken wir auf die Institution Kirche. Während sie sich zu deiner Zeit mit Prunk und Reichtum positionierte, leidet sie heute unter grossem Vertrauensverlust durch Missbrauchsskandale und vielem mehr. Ohnmächtig stehen wir dieser Tatsache gegenüber. Auch heute braucht es Reformen und Menschen, die sich einsetzen für Gerechtigkeit, Bewahrung der Schöpfung und Frieden. Dein Beispiel zeigt uns, dass wir unsere Ohnmacht wenigstens dort, wo wir leben, überwinden können. Wir können es dir gleich-tun, indem wir versuchen, von Herzen Licht und Frieden wenigstens in unserer Umgebung, in unserer kleinen Welt, zu ermöglichen. So setzen wir einen Gegenpol zu Gewalt und Ungerechtigkeiten. Dann erfüllt sich dein Wunsch, dass Friede nicht bloss ein leeres Wort ist. Bruder Franziskus, du Bote des Friedens, dies erbitte ich von dir und wünsche es uns allen von Herzen.

Vielleicht könnte deine Aussage dann auch mit dem Titel von Bachs Kantaten überschrieben werden: „Herz und Mund und Tat und Leben“. Was meinst du dazu?

Pace e bene!
Deine Sr. Nadja

Wann bist du ins Kloster eingetreten – und warum?

Als ich 12 Jahre alt war erzählte ein Uznacher Missionar von Afrika. Da erwachte in mir ein Ruf. Als 18-jährige arbeitete ich im Kinderalbula bei den Baldegger Schwestern in Davos. Sr. Luzina in der Küche war für mich ein Engel in Menschengestalt. Sie war so voller Güte und Liebenswürdigkeit. Da wusste ich, ich will Missionarin werden und trat am 8. Sept. 1970 ins Kloster ein.

Wo bist du daheim?

Ich komme aus Samnaun und liebe alles, was zu einem Bergkind gehört. Die erste Lawine vergesse ich nie, weil wir deswegen erst anfangs Sommer die Kartoffeln anpflanzen konnten. Schlimm war, dass mein Papa deswegen ausgelacht wurde. Doch hatten wir Ende September die grössten und besten Kartoffeln im Dorf. Vaterfürsorge und Vatervertrauen sind für mich ganz wichtig.

Ein Erlebnis aus der Kinder- oder Jugendzeit, das dich prägte?

Ich weiss nicht mehr wie alt ich war, als Frauen während einer Beerdigung wegen meiner zwei gehörlosen Brüder sich fragten: Wer hat wohl gesündigt? War es der Vater oder jemand in seiner Verwandtschaft? Kam die Gehörlosigkeit von Mutters Seite? Die Frage nach Schuld war für mich als Kind nicht verständlich, Gott war für mich Liebe, die heilt und segnet und nicht straft.

Wer ist dir Vorbild?

Meine Grossmutter und meine Eltern. Wir waren eine Familie, in der Gott, Kirche und der Pfarrer «alles» waren. Mit dem Pfarrer hatte ich seit ich denken kann Schwierigkeiten, sogar lachen war bei ihm schon fast eine Sünde.

Wer lehrte dich glauben?

Ein Grundstein wurde im Elternhaus gelegt – auf ganz natürliche Weise: Danken fürs Essen, fürs Gelingen, fürs Behütetsein und für die kleinen Freuden im Alltag. Bitten um gutes Gedeihen von Saat und Früchten, oder dass ein krankes Tier im Stall gesunden möge.

Zwei «Klostertanten», der Dorfpfarrer, der uns tolle Erlebnisse ermöglichte, die franziskanischen Schwestern im Altersheim, die mir verschiedenste Arbeiten zutrauten, die Glaubensgespräche, die kritisch-religiösen Auseinandersetzungen und Feiern während der Zeit an der Schule Baldegg, die Gastfreundschaft des Klosters in der Mutterhauskapelle – die Aufzählung kann ich bis zum heutigen Tag weiterführen. Für mich ist Glauben ein nie endender Prozess.

Welche Farbe hat dein Glaube?

Gelb-orange: Lichtfarbe für den Glauben, die das Dunkel durchbricht!

Was bedeutet dir glauben?

Ja-Sagen zu Jesus. Er hat uns Menschen die frohe Botschaft gebracht, dass Gott sein Vater und auch unser Vater ist und



Sr. Lorena Jenal, 1950, aufgewachsen in Samnaun GR mit vier Brüdern. Nach dem Klostereintritt Ausbildung zur Heimerzieherin und Einsatz in Kinderheimen. 1978 Sprachaufenthalt in England. Seit 1979 Missionseinsatz in Papua Neuguinea in der Familienpastoral. Heute leitet sie das von ihr für gefolterte Frauen aufgebaute House of Hope. Für den mutigen Einsatz gegen Gewalt und Hexenverfolgung erhielt sie 2018 den Weimarer Menschenrechtspreis.

dass er uns liebt. In diesem Glauben darf ich ein Werkzeug seiner Liebe sein.

Wer ist Gott für dich?

Gott ist für mich Lebensfülle, Liebesfülle, Lichtfülle in vertrauter Begegnung, liebender Beziehung, heilender Berührung.

Eine konkrete Erfahrung der Vorsehung Gottes in deinem Leben?

In meinem Alltag in Papua Neuguinea erlebe ich die göttliche Vorsehung sehr konkret. Ich werde häufig in kritische Situationen gerufen. Oft geht es darum, einer Frau das Leben zu retten. Rundherum herrscht Verwirrung, Ärger, Durcheinander, plötzlich entspannt sich die Situation: ein Zeichen der liebenden Vorsehung.

Gibt es auch Zweifel?

Ja, ich erlebe auch Zweifel. Ich muss jedes Mal neu lernen, damit umzugehen, auf das Herz zu hören und positive Ratschläge anzunehmen.

Wie betest du?

Mein Beten beruht auf einer freundschaftlichen Beziehung, die immer auf den Freund hört und ihm restlos vertraut. Ich bete mit seinem Wort, das er mir im täglichen Schriftwort und in den Psalmen schenkt.

Welches Wort aus der Bibel oder welches Gebet begleitet dich durch das Leben?

Franziskus lebte das Evangelium für mich ganz realistisch; die Liebe leben durch Verzeihen und Heilen, um so Gerechtigkeit und Friede im Alltag wahr werden zu lassen.

Zwei Dinge, die du den Menschen sagen möchtest

Auch du hast einen einmaligen Auftrag zu erfüllen. Entdecke in allen Menschen das Gute.

Seit 25 Jahren in Baldegg

In der vollen Pfarrkirche von Hochdorf feierten am 12. Oktober 2025 Sr. Bernardine und Sr. Veronica aus Nigeria das Silberne Jubiläum ihrer Anwesenheit und durch sie ihrer Ordensgemeinschaft in der Schweiz. Mit zwei Mitschwestern, Sr. Ann und Sr. Henriette, sind die beiden im Jahr 2000 von Deutschland her in unser Kloster gekommen, um im Pflegeheim mitzuarbeiten. Sr. Henriette blieb nur kurze Zeit in der Schweiz. An ihrer Stelle wirkte nachher Sr. Chikodi bei uns, bis auch sie und Sr. Ann nach Deutschland zurückkehrten. Ihre Ordensgemeinschaft der «Töchter von der Göttlichen Liebe» wurde 1969 von einem nigerianischen Bischof gegründet; sie zählt heute über 900 Schwestern, ist gut organisiert und stark im Wachsen. Als Ordensgemeinschaft päpstlichen Rechts wirkt sie in verschiedenen afrikanischen und europäischen Ländern und auch in den USA. Sr. Bernardine und Sr. Veronica fühlen sich in Baldegg daheim und sind Hochdorferinnen und

Schweizerinnen geworden. Das Fest zum 25-Jahr-Jubiläum war von afrikanischer Fröhlichkeit und Länge geprägt, mit Gottesdienst und Mittagessen von 10.00 bis 16.15 Uhr. Viele nigerianische Gläubige und Priester aus verschiedenen Teilen der Schweiz wirkten mit und freuten sich mit ihren Schwestern. Auch wir freuten uns und sind dankbar für ihre guten Dienste im Pflegeheim.



Vielleicht ein Weihnachtsgeschenk?

Das Buch «Im Kloster Baldegg – Klösterliches Leben in einem Bau von Marcel Breuer» war sehr schnell vergriffen. Nun ist es wieder erhältlich:
<https://www.scheidegger-spiess.ch/>

Möchten Sie mitbauen an einer Montessori Schule in Tanzania?

MCT Challenge Fund Spenden Sie eine Montessori «Nursery School» in Tanzania

Aus der Arbeit der Baldegger-Schwestern in Tanzania ist bis heute ein Netzwerk von über 6'000 Montessori-Lehrpersonen entstanden. Der MCT Challenge Fund unterstützt Lehrer:innen dabei, inspirierende Schulen nach den Mustern der Montessori-Architektur zu bauen und so den gleichberechtigten Zugang zu kindzentrierter Bildung in ihren Dörfern zu ermöglichen.

Mit einem Beitrag kann eine «Nursery School» für 80 Kinder im Wert von CHF 50'000 entstehen, die nicht nur selbständiges Lernen fördert, sondern auch lokale Beschäftigung, Eigenverantwortung und Gemeinnutz stärkt.

Spendenkonto «Challenge Fund»:
 Arthur Waser Foundation, Luzern
 Bank: UBS Switzerland
 Konto: 0230 00512923.63K
 IBAN: CH43 0023 0230 5129 2363 K

Weitere Informationen unter
montessori-architecture.org



Sr. Damiana Bösch ist eine Diepoldsauerin

Du musst halt einmal die Landkarte anschauen, dann weisst du wo Diepoldsau ist. Wir sind sozusagen eine Insel zwischen dem alten und dem neuen Rhein. Unsere Vorvorfahren mussten noch mit dem Schiff nach Lustenau oder in die Schweiz. Vielleicht haben wir darum unsern Charakter und den Diepoldsauer Dialekt. Ich hatte im Noviziat deswegen richtig Schwierigkeiten, auch Sr. Lorena aus Samnaun im Bündnerland. Die anderen Novizinnen verstanden nichts, wenn wir zwei miteinander redeten. Oder verstehst du das Wort «Tippilzouar»? So sagt man dem, der aus Diepoldsau stammt! Heute ist es so, dass ich auch fast so rede, wie man hier halt so redet. Nur wenn ich einen Tippilzouar treffe, geht es wieder mit meinem Dialekt.

Das ist übrigens ein Foto aus meiner Noviziatszeit. Wir hatten damals noch das alte Ordenskleid mit der Pelerine. Mein Bruder meinte, das mit der Pelerine sei schon praktisch, da könne man etwas darunter verstecken. Er dachte wohl ans Schmuggeln. Ich glaube, alle Diepoldsauer schmuggelten und sicher auch die Lustenauer. Auch meine Mutter schmuggelte, obwohl sie immer Angst hatte, erwischt zu werden. Alle waren ja arm. Mein Vater hatte einen Pflanzplatz in Lustenau, wir mussten immer wieder über die Grenze. Die Mutter verstaute die Waren jeweils im Kinderwagen. Als der Zöllner fragte, ob sie etwas zu verzollen habe, hätte ich im Kinderwagen treuherzig meinen Hintern gehoben und mit dem Finger dem Zöllner zeigen wollen, wo das Versteck war.

In Diepoldsau waren die Katholiken die Hauptstrasse hinauf zuhause und die Strasse hinunter die Protestanten. Alles war getrennt, auch die Schule. Nur der Kindergarten und die Turnhalle waren auf der protestantischen Seite. Wir waren 50 Kinder, im Gänsemarsch mussten wir jeweils dorthin. Man wollte halt keinen Kontakt miteinander, warum weiss ich nicht. Das war einfach so. Nach der Schule musste ich in die Hemdenfabrik, zwei meiner Schwestern waren bereits dort. Man machte tagelang das Gleiche, zum Beispiel Manschettennähen, dann nur Knopflöcher und Knöpfe annähen. Wenn's gut ging, erreichte man 5000 Knöpfe im Tag. Später wurde ich Vorarbeiterin und musste Knopflöcher kontrollieren und schauen, ob die Angaben der Mitarbeiterinnen stimmten. Diese kamen aus Italien, Spanien, Österreich, Jugoslawien und natürlich aus dem Rheintal. Zuschneiden war «Männerarbeit». Die fertigen Sachen gingen dann zum «Achermann» in Entlebuch. Ich verdiente am Anfang 95 Rappen in der Stunde, als ich nach über zehn Jahren in der Firma aufhörte, hatte ich fünf Franken Stundenlohn. Den Lohn mussten wir daheim abgeben. Die Mutter gab uns dann einen Fünfliber, von dem wir noch die Socken kaufen mussten. Die Buben, so sagte der Vater, die müssen eine Lehre machen, damit sie eine Familie durchbringen können. Also mussten wir Mädchen



mithelfen verdienen. Wir waren ja neun Kinder. Wir wurden streng und konsequent erzogen, aber schon lieb und gut. Das bleibt einem halt. Mit 27 Jahren kündigte ich. Der Direktor hatte gar nicht Freude. Er kam zweimal und sagte: «Fräulein Bösch, wollen Sie es sich nicht noch einmal überlegen?» Das wollte ich aber nicht. Die Fabrik gibt es heute nicht mehr, das wird jetzt alles in China produziert und der «Achermann-Versand» ist auch verlumpet.

Im Kloster bin ich nun schon über 50 Jahre. Ich konnte in Brig einen Pflegekurs machen und habe in verschiedenen Heimen gearbeitet. Am liebsten war ich eigentlich im Altersheim Murhof, es war einfach schön, wie wir dort alle einander geholfen haben. Jetzt helfe ich schon seit 26 Jahren mit in der Wäscherei des Klosters. Je älter ich werde, umso mehr merke ich, dass sich im Innern bei mir etwas ändert, aber ich kann nicht sagen was. Früher war ich irgendwie unbeschwerter, heute denke ich mehr darüber nach wie ich mein Leben lebe. *mrz*



Treten Sie ein, legen Sie Ihre Traurigkeit ab, hier dürfen Sie
schweigen.

Reiner Kunze: Einladung zu einer Tasse Jasmintee

Klosterherberge
CH-6283 Baldegg
Tel +41 (0)41 914 18 50
info@klosterherberge.ch
www.klosterherberge.ch

Kloster Baldegg
CH-6283 Baldegg
Tel +41 (0)41 914 18 00
info@klosterbaldegg.ch
www.klosterbaldegg.ch
