|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Pfarrnachrichten**  ***St. Gotthard / S. Marco***  **Nr. 7/8/2021**  ***Simplon / Zwischbergen***  ***Dorf Gondo*** |  |

**Kann man auch ohne Religion glauben?**

Für viele Bereiche unseres Lebens wirkte die Corona-Pandemie wie ein Brandbeschleuniger: Prognosen zufolge nehmen z. B. Hunger und Armut in der Welt stark zu. Auch der Auszug aus den Kirchen hat sich in der Krisenzeit verschärft. Religion gilt ohnehin nicht als „systemrelevant“. Und für die meisten Zeitgenossen ist religiöser Glaube längst zur Privatangelegenheit geworden.

Im Dezember letzten Jahres stellte die Süddeut­sche Zeitung die Frage, ob man auch ohne Reli­gion glauben könne. Sie meinte damit den Leistungsdruck, den viele mit Re­ligion und Kirche verbinden. „Geht es denn wirklich ohne? Und was könnte positiv damit gemeint sein?“ so fragt auch Anselm Grün (In: *Einfach leben*, Juni 2021).

„Zunächst ist Glauben etwas ganz Persön­liches. Es geht darum, ob ich an Gott glau­be, an etwas, was größer ist als ich selbst, ob ich mein Leben aus diesem Glauben und aus einem Getragensein heraus le­be. Glaube ist also ein sehr persönlicher Weg. Und Glaube hat auch mit Entschei­dung zu tun. Ich kann mich zwar nicht entscheiden, zu glauben. Aber ich kann mich entscheiden, offen zu sein für das Geheimnisvolle, Numinose, für das, was größer ist als ich selbst. Wenn manche die Religion mit Leistungsdruck verbin­den, so drückt sich damit die Erfahrung aus, die sie als Kinder oder Jugendliche mit der Religion gemacht haben, wie sie ihnen von ihren Eltern und von der Kir­che vermittelt worden ist. Diese Art von Religion gilt es hinter sich zu lassen und sich dem persönlichen Glauben gegenüber zu öffnen.

Auch wenn der Glaube eine persönli­che Entscheidung ist, tut uns doch die Gemeinschaft gut. Es tut uns gut, den Glauben mit anderen Menschen zu teilen. Gerade wenn unser Glaube schwach zu werden droht, hilft es uns, uns getragen zu wissen vom Glauben anderer. Und die Religion als etwas auch sozial Vorgege­benes kann uns einen guten Rahmen für unseren persönlichen Weg vorgeben. Das bedeutet nicht, dass wir alles glauben müssen, was uns die Religionsvertreter sagen. Religion kommt von „religare = anbinden". Religion gibt einen Halt mit ihren Ritualen, die den Menschen die Bindung an Gott vermitteln. Die Religion ist als System Ordnung auf Gott hin. Und das tut dem Menschen in Zeichen von Instabilität und Auflösung von Ordnung durchaus gut.

Der politische Theologe Johann Baptist Metz hat es pointiert so formuliert: „Kür­zeste Definition von Religion: Unterbrechung." Die Religion unterbricht unser durch den Mainstream ge­prägtes Leben und öffnet uns die Augen für den Einbruch, den das Göttliche für uns darstellt. Und dieses Einbrechen des Göttlichen, das uns in Frage stellt, tut uns gut. Es öffnet uns die Augen, damit wir erkennen: Worauf kommt es eigentlich an? Daher möchte ich Religion und Glauben nicht gegeneinander ausspielen. Natürlich kann man eine Zeit lang ohne Religion glauben. Aber auf Dauer ist Reli­gion eine Hilfe und Bestärkung un­seres ganz persönlichen Glaubens.“ *(Vgl. auch das eben erschienene „Anselm Grüns Buch der Antwor­ten. Fragen, die uns jetzt bewegen", hrsg. von Rudolf Walter, Herder 2021)*

Jesus Christus wusste genau, was uns guttut, als er zwölf Freude um sich sammelte und mit ihnen die junge Kirche ins Leben rief. Nun ist es an uns, ihm die Treue zu halten und den Menschen dieser Zeit das vorzuleben, was human und christlich ist.

Frank Sommerhoff

**Sommerzeit**

Voraussichtlich in der zweiten Julihälfte werde ich in Deutschland verweilen. In dieser Zeit vertritt mich André Seiler wie gewohnt. Schon jetzt sagen wir ihm herzlichen Dank! Wir wünschen ihm einen angenehmen Aufenthalt in seiner Heimat!

Im Herbst freuen wir uns auf einen frischen Neustart nach überstandener Krise! Euch und Ihnen allen einen sonnigen Sommer!

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | | **Gottesdienstordnung** | **7/8/2021** |
| **Donnerstag, 1. Juli 2021 / 13. Woche im Jahreskreis**  19.00 Uhr **Stiftmesse** für Adelheid Zenklusen - Bieler und für H. H. Pfarrer Johann Zenklusen und **Gedächtnis** für Ignaz Arnold und Emil Henzen und für Josef und Barbara Arnold – Caminada und Franziska Arnold | | |
| **Freitag, 2. Juli 2021 / Mariä Heimsuchung / Kappellenfest in Maria Bru**  ***9.00 Uhr Heilige Messe*** | | |
| **Samstag, 3. Juli 2021 / Hl. Thomas**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst in Gondo*** | | |
| **Sonntag, 4. Juli 2021 / 14. Sonntag im Jahreskreis**  **10.00 Uhr Amt** | | |
| **Dienstag, 6. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  **Auf den Bleiken:** 8.00 Uhr **Gedächtnis** für Alice Zenklusen – Arnold und für Gotthard und Hanni Zenklusen – Arnold | | |
| **Mittwoch, 7. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Emma Escher und für Leo Ritter und **Gedächtnis** für Adelheid Escher – Arnold und für Moritz Gerold | | |
| **Donnerstag, 8. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  ***Maria Bru: 9.00 Uhr Heilige Messe*** | | |
| **Freitag, 9. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Moritz Gerold und **Gedächtnis** für Simon Zenklusen - Tscherrig | | |
| **Samstag, 10. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  ***19.00 Vorabendgottesdienst im Bord*** | | |
| **Sonntag, 11. Juli 2021 / Kirchweih**  **10.00 Uhr Amt** | | |
| **Dienstag, 13. Juli 2021 / 15. Woche im Jahreskreis**  **In der Kapelle Eggen:** 8.00 Uhr **Stiftmesse** für Leni Zenklusen und **Gedächtnis** für Rudolf Escher (Glis) | | |
| **Mittwoch, 14. Juli 2021 / 15. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Gedächtnis** für Herbert und Beat Jordan und für Verst. d. Fam. Anton und Hermine Gerold | | |
| **Donnerstag, 15. Juli 2021 / Hl. Bonaventura**  ***Maria Bru: 9.00 Uhr Heilige Messe*** | | |
| **Freitag, 16. Juli 2021 / 15. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Josef Rittiner und für H. H. Pfarrer Josef Bühler und **Gedächtnis** für Pius Jordan und Martin Arnold | | |
| **Samstag, 17. Juli 2021 / 15. Woche im Jahreskreis**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst im Bord*** | | |
| **Sonntag, 18. Juli 2021 / 16. Sonntag im Jahreskreis**  **10.00 Uhr Amt** | | |
| **Dienstag, 20. Juli 2021 / 16. Woche im Jahreskreis**  **Auf den Bleiken:** 8.00 Uhr **Stiftmesse** für Gabriel Arnold und **Gedächtnis** für Alice und Jakob Zenklusen und für Jakob und Katharina Dorsaz – Arnold | | |
| **Mittwoch, 21. Juli 2021 / 16. Woche im Jahreskreis**  19.00 Uhr **Gedächtnis** für Simon Arnold und für Stefanie Locher – Escher | | |
| **Donnerstag, 22. Juli 2021 / Hl. Maria Magdalena**  ***8.00 Uhr Amt in Gondo*** | | |
| **Freitag, 23. Juli 2021 / Hl. Birgitta von Schweden**  19.00 Uhr **Gedächtnis** für Therese, Heinrich und Bernhard Gerold und für Marie Scotton und für Anton und Maria Arnold – Henzen und Genoveva Glaisen – Arnold | | |
| **Samstag, 24. Juli 2021 / 16. Woche im Jahreskreis**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst im Bord*** | | |
| **Sonntag, 25. Juli 2021 / 17. Sonntag im Jahreskreis / Kapellenfest auf Alpien / Hl. Jakobus. Hl. Joachim und Anna**  **9.00 Uhr Amt (Simplon Dorf)**  **11.00 Uhr** **Auf Alpien: Gedächtnis** fürHeinrich Zenklusen und für Verst. der Familie Scotton – Ritter und für Leo und Philomena Zenklusen - Zumkemi u. Ang. und für Beatrice Minnig – Jordan und Anny und Ulysse Jordan – Kämpfen und für Verst. d. Fam. Adolf und Konstanzia Gerold - Zumkemi | | |
| **Dienstag, 27. Juli 2021 / 17. Woche im Jahreskreis**  **Auf den Bleiken:** 8.00 Uhr **Stiftmesse** für Clementine Zenklusen-Arnold und **Gedächtnis** für Josef und Agnes Ritter – Escher und Angeh. und für Anna, Meinrad und Carlo Arnold | | |
| **Mittwoch, 28. Juli 2021 / 17. Woche im Jahreskreis**  19.00 Uhr **Stiftmesse** für Edmund Arnold und **Gedächtnis** für Emil und Maria Arnold – Jordan und Angeh. und für Arme Seelen | | |
| **Donnerstag, 29. Juli 2021 / Hl. Marthavon Betanien**  ***8.00 Uhr Amt in Gondo*** | | |
| **Freitag, 30. Juli 2021 / 17. Woche im Jahreskreis**  19.00 Uhr **Stiftmesse** für Andreas Escher und für Johannita Arnold und **Gedächtnis** für Marion Arnold und für Ignaz Arnold und Emil Henzen | | |
| **Samstag, 31. Juli 2021 / Hl. Ignatius von Loyola**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst im Bord*** | | |
| **Sonntag, 1. August 2020 / 18. Sonntag im Jahreskreis**  **10.00 Uhr Amt**  19.00 Uhr Segensandacht für das Vaterland | | |
| **Dienstag, 3. August 2021 / 18. Woche im Jahreskreis**  **Auf den Bleiken:** 8.00 Uhr **Gedächtnis** für Alfons Gerold, Antoinette und Michael Werlen und für Paul und Pauline Jordan | | |
| **Mittwoch, 4. August 2021 / Hl. Johannes Maria Vianney**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Odilo Dorsaz und **Gedächtnis** für Ignaz Escher – Zenklusen | | |
| **Donnerstag, 5. August 2021 / 18. Woche im Jahreskreis**  ***Maria Bru: 9.00 Uhr Heilige Messe*** | | |
| **Freitag, 6. August 2021 / Verklärung des Herrn**  8.00 Uhr **Gedächtnis** für Stefanie Locher – Escher und für Gotthard und Hanni Zenklusen – Arnold | | |
| **Samstag, 7. August 2021 / 18. Woche im Jahreskreis**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst im Bord*** | | |
| **Sonntag, 8. August 2021 / 19. Sonntag im Jahreskreis**  **9.00 Uhr Amt**  **10.30 Uhr Amt beim Barralhaus** | | |
| **Dienstag, 10. August 2021 / Hl. Laurentius**  **In der Kapelle Eggen:** 8.00 Uhr **Gedächtnis** für Rudolf Escher (Glis) und für Fam. Johann und Adelheid Zenklusen - Bieler | | |
| **Mittwoch, 11. August 2021 / Hl. Klara von Assisi**  8.00 Uhr **Gedächtnis** fürJosef und Cölestine Rittiner – Arnold und für Alice und Jakob Zenklusen | | |
| **Donnerstag, 12. August 2021 / 19. Woche im Jahreskreis**  ***Maria Bru: 9.00 Uhr Heilige Messe*** | | |
| **Freitag, 13. August 2021 / 19. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Alois Theiler - Dorsaz und **Gedächtnis** für Kamil und Hortense Arnold und Angeh. | | |
| **Samstag, 14. August 2021 / Hl. Maximilian Maria Kolbe**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst im Bord*** | | |
| **Sonntag, 15. August 2021 / Hochfest der Aufnahme Mariens in den Himmel**  ***9.00 Uhr Amt in Gondo***  **10.30 Uhr Amt** | | |
| **Montag, 16. August 2021 / Hl. Theodor**  **9.00 Uhr Gottesdienst zum Schulbeginn (voraussichtlich)** | | |
| **Dienstag, 17. August 2021 / 20. Woche im Jahreskreis**  **Auf den Bleiken:** 8.00 Uhr **Gedächtnis** für Genoveva, Ignaz und Anton Dorsaz und für Priester und Ordensleute | | |
| **Mittwoch, 18. August 2021 / 20. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Gedächtnis** für Verst. d. Fam. Anton und Hermine Gerold und für Josef und Agnes Ritter – Escher und Angeh. | | |
| **Donnerstag, 19. August 2021 / 20. Woche im Jahreskreis**  ***Maria Bru: 9.00 Uhr Heilige Messe*** | | |
| **Freitag, 20. August 2021 / Hl. Bernhard von Clairvaux**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Katharina Escher und **Gedächtnis** für Fam. Emil und Maria Arnold – Jordan und Kinder und für Fam. Emil und Maria Arnold – Jordan und für Arme Seelen | | |
| **Samstag, 21. August 2021 / Hl. Pius X.**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst in Gondo*** | | |
| **Sonntag, 22. August 2021 / 21. Sonntag im Jahreskreis**  **10.00 Uhr Amt** | | |
| **Dienstag, 24. August 2021 / Hl. Bartholomäus**  **Auf den Bleiken:** 8.00 Uhr **Stiftmesse** für Walter Arnold-Trachsler und **Gedächtnis** für Madlen und Meinrad Gerold und Angeh. und für Verst. der Burgergemeinde Simplon | | |
| **Mittwoch, 25. August 2021 / 21. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Gedächtnis** für Maria Trachsler und Angeh. und für Ernest Trachsler, Markus Arnold 61 und alle Verst. | | |
| **Donnerstag, 26. August 2020 / 21. Woche im Jahreskreis**  ***Maria Bru: 9.00 Uhr Heilige Messe (Letzter Gottesdienst des Jahres)*** | | |
| **Freitag, 27. August 2021 / Hl. Monika**  8.00 Uhr **Gedächtnis** für Therese, Heinrich und Bernhard Gerold und für Moritz Gerold | | |
| **Samstag, 28. August 2021 / Hl. Augustinus**  **19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Gedächtnis** für Josef und Barbara Arnold – Caminada und Franziska Arnold und für Marion Arnold und für Gabriel und Margrit Arnold – Zenklusen und für Anton und Maria Arnold – Henzen und Genoveva Glaisen – Arnold - *Opfer für die Caritas* | | |
| **Sonntag, 29. August 2021 / 22. Sonntag im Jahreskreis**  ***10.00 Uhr Amt in Gondo*** | | |
| **Dienstag, 31. August 2021 / 22. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Stiftmesse** für Ulrika Arnold - Brantschen und **Gedächtnis** für Anna, Meinrad und Carlo Arnold | | |

**Sonntagsopfer**

20. April Diverse Opfer Pfarrei Fr. 231.90

29. April Fastenopfer Fr. 1862.94

18. Mai Medienarbeit Fr. 71.65

18. Mai Diverse Opfer Pfarrei Fr. 407.85

25. Mai Priesterberufe Fr. 155.25

**Spenden:**  Fr. 2100.00

**Herzlichen Dank!**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Gottesdienstordnung** | **7/8/2021** |
| **Donnerstag, 1. Juli 2021 / 13. Woche im Jahreskreis**  8.00 Uhr **Gedächtnis** für Alice und Jakob Zenklusen und nach Meinung | | |
| **Freitag, 2. Juli 2021 / Mariä Heimsuchung / Kapellenfest in Maria Bru**  **9.00 Uhr Amt / Gedächtnis** für Josef und Josefine Schmidhalter – Trachsler und für Gertrud Arnold – Rittiner und Dionys Jordan | | |
| **Samstag, 3. Juli 2021 / Hl. Thomas**  **19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Stiftmesse** für Siegfried Kalbermatter und **Gedächtnis** für Franz und Augusta Bregy | | |
| **Sonntag, 4. Juli 2021 / 14. Sonntag im Jahreskreis**  ***10.00 Uhr Amt in Simplon Dorf*** | | |
| **Donnerstag, 8. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  **Maria Bru: 9.00 Uhr Gedächtnis** für Marie, Karl und Johann Jordan und für Robert Nanzer | | |
| **Samstag, 10. Juli 2021 / 14. Woche im Jahreskreis**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Gedächtnis** für Josef und Anni Jordan und für Josef Squaratti 25 | | |
| **Sonntag, 11. Juli 2021 / 15. Sonntag im Jahreskreis**  ***10.00 Uhr Amt in Simplon Dorf*** | | |
| **Donnerstag, 15. Juli 2021 / Hl. Bonaventura**  **Maria Bru: 9.00 Uhr Gedächtnis** für Gabriel Jordan und für Robert Nanzer | | |
| **Samstag, 17. Juli 2021 / 15. Woche im Jahreskreis**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Stiftmesse** für Theophil Squaratti und **Gedächtnis** für verst. Angeh. | | |
| **Sonntag, 18. Juli 2021 / 16. Sonntag im Jahreskreis**  ***10.00 Uhr Amt in Simplon Dorf*** | | |
| **Donnerstag, 22. Juli 2021 / Hl. Maria Magdalena**  **8.00 Uhr (Gondo)** **Gedächtnis** für Gabriel, Dionys und Erwin Jordan und für Josef Squaratti 25 und Johann Squaratti | | |
| **Samstag, 24. Juli 2021 / 16. Woche im Jahreskreis**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Stiftmesse** für Leopold Tscherrig und Maria Tscherrig - Opassi und Lydia Tscherrig und **Gedächtnis** für Philomena Squaratti | | |
| **Sonntag, 25. Juli 2021 / 17. Sonntag im Jahreskreis / Kapellenfest auf Alpien / Hl. Jakobus. Hl. Joachim und Anna**  ***9.00 Uhr Amt in Simplon Dorf***  **11.00 Uhr** **Auf Alpien: Gedächtnis** fürHeinrich Zenklusen und für Verst. der Familie Scotton – Ritter und für Leo und Philomena Zenklusen - Zumkemi u. Ang. und für Beatrice Minnig – Jordan und Anny und Ulysse Jordan – Kämpfen und für Verst. d. Fam. Adolf und Konstanzia Gerold - Zumkemi | | |
| **Donnerstag, 29. Juli 2021 / Hl. Marthavon Betanien**  **8.00 Uhr (Gondo)** **Gedächtnis** für Meinrad und Genoveva Squaratti und für verst. Angeh. | | |
| **Samstag, 31. Juli 2021 / Hl. Ignatius von Loyola**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Gedächtnis** für Josef Squaratti 25 und nach Meinung | | |
| **Sonntag, 1. August 2020 / 18. Sonntag im Jahreskreis**  ***10.00 Uhr Amt in Simplon Dorf*** | | |
| **Donnerstag, 5. August 2021 / 18. Woche im Jahreskreis**  **Maria Bru: 9.00 Uhr Gedächtnis** für Gabriel Jordan und für Beatrice Minnig – Jordan und Anny und Ulysse Jordan – Kämpfen | | |
| **Samstag, 7. August 2021 / 18. Woche im Jahreskreis**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Gedächtnis** für Gertrud Arnold – Rittiner und Dionys Jordan und für verst. Angeh. | | |
| **Sonntag, 8. August 2021 / 19. Sonntag im Jahreskreis**  ***9.00 Uhr Amt in Simplon Dorf***  ***10.30 Uhr Amt beim Barralhaus*** | | |
| **Donnerstag, 12. August 2021 / 19. Woche im Jahreskreis**  **Maria Bru: 9.00 Uhr Stiftmesse** für H. H. Prior Gratien Volluz und **Gedächtnis** für verst. Angeh. | | |
| **Samstag, 14. August 2021 / Hl. Maximilian Maria Kolbe**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Gedächtnis** für Johann und Melanie Jordan und für Luise und Johann Squaratti | | |
| **Sonntag, 15. August 2021 / Hochfest der Aufnahme Mariens in den Himmel**  **9.00 Uhr Amt**  ***10.30 Uhr Amt in Simplon Dorf*** | | |
| **Donnerstag, 19. August 2021 / 20. Woche im Jahreskreis**  **Maria Bru: 9.00 Uhr Gedächtnis** für Josef und Anni Jordan und für Noemie Jordan – Arnold | | |
| **Samstag, 21. August 2021 / Hl. Pius X.**  **Im Bord: 19.00 Uhr Vorabendgottesdienst / Gedächtnis** für Philomena Squaratti und für Hermann, Gabriel, Meinrad u. Wefi Squaratti u. Alice u. Jakob Zenklusen | | |
| **Sonntag, 22. August 2021 / 21. Sonntag im Jahreskreis**  ***10.00 Uhr Amt in Simplon Dorf*** | | |
| **Donnerstag, 26. August 2020 / 21. Woche im Jahreskreis**  **Maria Bru: 9.00 Uhr Gedächtnis** für Arnold und Oswald Bregy und für Robert Nanzer *(Letzter Gottesdienst des Sommers im Bru)* | | |
| **Samstag, 28. August 2021 / Hl. Augustinus**  ***19.00 Uhr Vorabendgottesdienst in Simplon Dorf*** | | |
| **Sonntag, 29. August 2021 / 22. Sonntag im Jahreskreis**  **10.00 Uhr Amt** - *Opfer für die Caritas* | | |

**Sei gut zu Dir!**

DER HIRNFORSCHER GERALD HÜTHERSAGT: LIEBLOSIGKEIT MACHT KRANK, ABER SELBSTHEILUNG IST MÖGLICH

**Herr Hüther, Ihr neuestes Buch trägt den Titel »Lieblosig­keit macht krank«. Das überrascht. Als Hirnforscher könn­te es Ihnen doch eigentlich egal sein, ob die Menschen mit sich selbst lieblos umgehen oder nicht.**

***Gerald Hüther:*** Ich bin von meiner Profession her Biologe. Und als dieser fasziniert mich die Vielfalt des Lebendigen. Die Freude an der eigenen Lebendigkeit ist uns Menschen in die DNA eingeschrieben. Ich bedaure daher, dass es Menschen gibt, die mit ungestillten Bedürfnissen herumlaufen, die also Bedürftige sind und damit kaum in der Lage, diese Gesellschaft konstruktiv mitzugestalten. Ich möchte diesen Menschen mit meinem Buch eine Perspektive der Veränderung aufzeigen.

**Um welche ungestillten Bedürfnisse geht es?**

***Gerald Hüther:*** Es gibt zwei zentrale seelische Grundbedürfnisse des Menschen: das Bedürfnis nach Verbundenheit, weil der Mensch ein soziales Wesen ist, und das Bedürfnis nach Freiheit und Autonomie, weil jeder Mensch auch ein Individuum ist. Wenn man nun in diese Gesellschaft hineinwächst, dann lässt es sich kaum vermeiden, dass man die Erwartungen anderer, die an einen gerichtet sind — der Eltern, der Lehrer, der Peergroup —, ir­gendwie erfüllen will. Gewisse Anpassungsleistungen sind daher unvermeidlich. Dazu gehört, dass man rasch lernt, auf eigene Wünsche zu verzichten, und die Signale des Körpers, die in eine andere Richtung weisen, zu unterdrücken. Man hält den Mund, passt sich an und findet irgendwelche Ersatzbefriedigungen. Glücklich ist man damit aber nicht. Und liebevoll geht man mit sich selbst dann auch nicht um.

**Was hat das mit dem Gehirn zu tun?**

***Gerald Hüther:*** In der Hirnforschung ist in den letzten zwei Jahr­zehnten deutlich geworden, wie formbar unser Gehirn ist. Es gibt dort keine genetisch festgelegten Verschaltungen. Unser Gehirn bildet diese erst im Laufe des Lebens aus. Deshalb sind wir alle Suchende und müssen herausfinden, wie unser Leben gelingen kann. Dabei kann man sich auch verirren. Als Hirnforscher frage ich mich zum Beispiel, woher es kommt, dass wir Zielen und Vor­stellungen hinterherjagen, die dazu beitragen, dass wir diese Erde und uns selbst zerstören: Erfolg, Karriere, Profit um jeden Preis. Und so bin ich auf die ungestillten Bedürfnisse gestoßen, mit denen viele Menschen herumlaufen und die sie mit diesen zerstöreri­schen Zielen kompensieren. In unseren Gehirnen werden aber strukturell nicht die Probleme verankert, die wir im Leben haben, sondern die Lösungen, die wir finden.

**Welche Signale gibt es, die einem Menschen anzeigen, dass er seine Grundbedürfnisse nach individueller Freiheit und sozialer Verbunden­heit nicht lebt?**

***Gerald Hüther:*** Viele Menschen haben im Prozess des Hineinwachsens in die Gesellschaft gelernt, diese beiden Grundbedürfnisse nicht nur nicht zu leben, sondern sogar zu unterdrücken. Dadurch sind hemmende Verschaltungen in jenen Netzwerkstrukturen des Ge­hirns gewachsen, in denen diese beiden Grundbedürfnisse ausgebil­det werden. Deshalb wirken die meisten Erwachsenen viel weniger lebendig als kleine Kinder. Wir entwickeln als Erwachsene bestimm­te Vorstellungen, worauf es im Leben ankommt: Man muss Auf­merksamkeit und Einfluss erringen, zeigen, was man draufhat, viel Geld verdienen, Erfolg haben, Karriere machen ... Diese Vorstellun­gen bestimmen vielfach unser Denken, Fühlen und Handeln weit­aus stärker als die beiden Grundbedürfnisse, die wir tapfer verpackt haben. Man wird als Karrierist oder Machtmensch aber taub für die eigenen inneren Bedürfnisse und kann auch die Signale des Körpers nicht mehr wahrnehmen: Kopf- oder Brustschmerzen, ständige Müdigkeit, Rückenprobleme, Hautausschläge oder dann manifeste Krankheiten. Das heißt: Das Gehirn kann seiner Aufgabe, das, was im Körper geschieht, zu lenken und zu koordinieren und für Kohä­renz zu sorgen, nicht mehr nachkommen.

**Sozialpsychologen haben das Schlagwort von der »narzisstischen Gesellschaft« geprägt: Die Zahl der Menschen hat heute zugenom­men, die in sich selbst verliebt sind und die eigenen Interessen mit aller Macht durchsetzen. Das ist dann wohl der falsche Ausdruck von Selbstliebe?**

***Gerald Hüther:*** Narzissten sind zutiefst bedürftige Menschen. Sie suchen die Anerkennung durch andere. Sie versuchen ständig, an­dere für ihre Selbstsucht einzuspannen. Im Grunde sind gerade diese Menschen zu einem liebevollen Umgang mit sich selbst gar nicht in der Lage.

**Mein Eindruck ist, dass es in Zeiten der Individualisierung weniger um das Problem der Autonomie geht, sondern mehr um das Grundbe­dürfnis nach Zugehörigkeit. Viele Menschen haben das Gefühl, nir­gends mehr dazuzugehören, weil diese Gesellschaft sich in viele Seg­mente aufgesplittert hat, die oft nichts mehr miteinander zu tun haben wollen.**

***Gerald Hüther:*** So dachte ich auch. Aber: Im Prozess des Erwachsen­werdens sind viele Menschen bereit, die eigenen Bedürfnisse zu verleugnen, um irgendwo dazuzugehören. In meiner Jugendzeit haben viele Jungen angefangen zu rauchen, weil das notwendig war, um zur Peergroup dazuzugehören. Und das, obwohl der Körper klar signalisiert hatte, dass ihm das nicht guttut. Man hat das un­terdrückt, weil man ja die Anerkennung der Kumpel haben wollte. In Umfragen, die ich selbst immer mal wieder durchführe, sagt der Großteil der Erwachsenen, dass sie an mangelnder Selbst­bestimmung leiden würden, also: an fehlender Autonomie und Freiheit. Sie kommen sich vor wie im Hamsterrad. Und wenn man sie fragt, woher dieses Gefühl der mangelnden Selbstbestimmung herrührt, dann sagen fast alle: aus der Herkunftsfamilie. Sie mussten also bereits als Kinder, um wirklich Teil der eigenen Familie zu sein, ihre Eigenständig­keit und ihre Freiheitsbedürfnisse unterdrücken. Diese Men­schen merken oft gar nicht, dass dies in der Schule so weiter­gegangen ist. Denn dort wurden sie nicht als Subjekte gesehen, sondern nur als Objekte von Belehrungen und Bewertungen.

**Wie kann man denn krank machende Vorstellungen — zum Bei­spiel: ein selbstbestimmtes Leben ist nicht möglich, also passe ich mich an — wieder »verlernen«?**

***Gerald Hüther:*** Zunächst müssen wir akzeptieren, dass wir eine andere Person nicht einfach verändern können. Das kann nur diese Person selbst. Ich selbst brauchte eine gewisse Zeit, um das einzu­sehen. Alles, was lebendig ist, kann sich nur selbst verändern. Alles andere sind nur Abrichtungs- und Dressurleistungen. Veränderung geht nur, wenn eine Person das selbst will.

**Aber das ist oft das Problem, dass der Wille schwach ist. Sie schreiben ja selbst in Ihrem Buch, dass es hier ein Umsetzungs-problem gibt und kein Erkenntnisproblem.**

***Gerald Hüther:*** Wollen kann eine Person eine Veränderung nur, wenn das Ergebnis dieser Veränderung in ihren Augen wesentlich attraktiver ist als das, was sie bereits kennt. Viele Menschen fühlen sich zwar nicht wohl in dem, wie sie leben, sei es in der Partner­schaft oder im Beruf, aber es ist ihnen vertraut, da müssen sie keine Angst haben, dass sie irgendwie untergehen. Sie erleben ihren Zu­stand als einigermaßen kohärent. Und weil sie nicht wissen, was eine Veränderung mit sich bringt, bleiben sie aus Angst bei dem, was sie kennen und was ihnen eine gewisse Sicherheit bietet. Man müsste diesen Menschen ein Angebot machen, das so verlockend ist, das sie sich auf eine Veränderung einlassen. Oder es kommen Anstöße aus dem Leben selbst.

**Zum Beispiel?**

***Gerald Hüther:*** Das kann eine Krisensituation sein, in der ein Mensch mit seinen bisherigen Strategien und Vorstellungen an die Wand läuft, in der er oder sie plötzlich wieder einen Zugang zu den eige­nen lebendigen Bedürfnissen bekommt. Diese Person steigt wie Phö­nix aus der Asche aus dieser Krisensituation heraus und ist tatsäch­lich verwandelt. Aber die Konsequenz kann dann sein, dass die Fa­milie kaputtgeht oder man die alten Freunde verliert. Eine andere Möglichkeit sind die Sternstunden, in denen einem plötzlich — bei ei­nem Spaziergang im Wald, beim Lesen eines Buches, in der Begeg­nung mit einem anderen Menschen — aufgeht: »Mein Gott, was füh­re ich denn für ein Leben?! Das will ich doch gar nicht«. Und eine weitere Möglichkeit wäre, einfach liebvoller mit sich selbst umzuge­hen. Zu diesem liebevollen Umgang mit sich selbst können andere Menschen einladen, Freunde, Familienangehörige, Arbeitskollegen. Das wollen wir zum Beispiel mit der Initiative »liebevoll.jetzt« prak­tisch umsetzen. Hier ermutigen Menschen einander, liebevoller mit sich selbst und anderen umzugehen und mehr auf die eigenen Be­dürfnisse zu achten. Denn wenn jemand das umsetzt im Leben, was ihm guttut, wird er auch wieder zum Gestalter des eigenen Lebens. Dann fühlt er sich mit sich selbst wieder wohl und ist dabei auch noch mit anderen Menschen verbunden. Und in der Folge kann ein solcher Mensch auch liebevoller mit seiner Umwelt umgehen.

**Eine Grundaussage in Ihrem Buch ist, dass krank** wird, **wer keine Ver­änderungsbereitschaft zeigt. Ist Veränderung also ein zentraler Teil des Selbstorganisationsprozesses im Menschen?**

***Gerald Hüther:*** Ständige Veränderung ist das Grundmerkmal alles Lebendigen. Es ist eine absurde Vorstellung, es gäbe im Leben ir­gendetwas Stabiles, Statisches. Mit einer deterministischen Vor­stellung, dass alles so bleiben müsse, wie es ist, gerät man zwangs­läufig in einen Zustand immer größerer Inkohärenz, man passt dann immer weniger in eine Welt, die sich ständig verändert. Man kann Lebendiges auch nicht beherrschen: den eigenen Körper et­wa, oder einen Virus.

**Welche Rolle spielen bei einem liebevollen Umgang mit sich selbst die Selbstheilungskräfte des Menschen? Sie schreiben ja,** dass **Selbst­heilung möglich ist.**

***Gerald Hüther:*** Selbstheilung ist möglich, wenn man den entspre­chenden Kräften des Körpers vertraut. Das Gehirn lenkt auf integrie­rende Weise, was im Körper geschieht: Es steuert das Immunsystem, das Hormon-system, das Herz-Kreislauf-System und auch das vegetative Nerven-system. Die dafür verantwortlichen Teile des Gehirns könnten einen Superjob machen, wenn sie nicht ständig gestört würden, weil man mit ungestillten Bedürfnissen he­rumläuft und nicht mit sich selbst zufrieden ist. Dann ist die Unru­he, die Inkohärenz, im Körper derart groß, dass sich die Selbstheilungskräfte nicht mehr entfalten können. Sie wirken nur, wenn al­les, was im Inneren abläuft, möglichst reibungslos ineinandergreift und so wenig Energie wie möglich verbraucht wird.

**Was passiert, wenn diese Kohärenz fehlt?**

***Gerald Hüther:*** Nehmen Sie jemanden, der den ganzen Tag vor dem PC sitzt. Irgendwann meldet sich der Rücken und ruft: »Hallo, es tut weh, du musst dich bewegen!« Weil man aber die Arbeit am PC für wichtiger hält, ignoriert man die Signale des Rückens, oder man hört sie gar nicht mehr, weil man die Signale des Körpers schon län­ger unterdrückt. Was ist die Folge? Die Bänder verhärten, die Seh­nen werden steif, dann der ganze Rücken, und am Ende landet man beim Arzt, der dann auch nicht mehr viel machen kann.

**Sie fordern, unser Zusammenleben in der Gesellschaft liebvoller zu**

**gestalten. Aktuell sehen wir da viel Wut und Hass. Ihre Forde­rung ist nachvollziehbar, aber wohl schwer umzusetzen.**

***Gerald Hüther:*** Das denke ich nicht. Mein Wunsch passt nur nicht in unsere derzeitige Vorstellungs­welt. Zu dieser Vorstellungswelt gehört zum Beispiel der aus dem Sozialdarwinismus abgeleitete Satz: Ohne Wettbewerb kein Fortschritt! Damit wird die knallharte Durchsetzung eigener Interessen gegen­über anderen gerechtfertigt. Das ist eine Ideologie, deren Erfolg noch nicht einmal bewiesen ist. Ich be­zweifle, ob es wirklich der Wettbewerb ist, der evolu­tionär gesehen die großen Durchbrüche gebracht hat. Eine andere, weit verbreitete Vorstellung lautet: Ohne Druck keine Leistung! Nun schauen Sie mal einem Kind zu, wenn es im Sand einen Turm baut: Es wird immer den höchsten Turm bauen wollen, da braucht es keinerlei Druck. Dem Menschen ist die Bereitschaft, Höchstleistungen erbringen zu wollen, einge­schrieben. Kein Mensch will mittelmäßig sein. Mit Zwang wird erst dort gearbeitet, wo die Leistungsbereitschaft eines Menschen zugrunde gerichtet wurde, indem ihm ge­sagt wurde: Deine Leistung genügt nicht! Oder: Ich will, dass du es anders machst, nämlich so, wie ich es will! Und damit wä­ren wir bei der Erziehung — aber das ist ein eigenes Themenfeld.

**Brauchen wir also eine neue Diskussion über unsere Werte?**

***Gerald Hüther:*** Nein, die brauchen wir nicht. Wir müssen endlich ins Handeln kommen. In­tellektuelle Diskussionen haben wir in den ver­gangenen Jahrzehnten schon genug gehabt, die bringen uns nicht weiter.

DAS GESPRÄCH FÜHRTEHARTMUT MEESMANN

***In: Publik-Forum, Extra Leben, Juni 2021.***

**Das Gebetsbuch eines Komikers**

*Von Markus Baumgartner*

**In seinem Buch «A Comedian's Prayer Book» erzählt Frank Skinner als einer der bekanntesten englischen Komiker von seinen Gesprächen mit Gott. Er erforscht seinen Glauben und erklärt, warum es die Atheisten einmal schwer haben werden. Und er betet im Buch für die Atheisten.**

Frank Skinner, 64, gilt als einer der legendärsten Comedians Grossbritanniens. Er ist bekannt für seine unglaubliche Präsenz in der Fantasy Football League sowie als Präsentator seiner phänomenalen TV-Talkshow und als langjähriger Moderator bei Absolute Radio. Skinner blickt auch auf eine erfolgreiche Karriere als Stand-up-Comedian, spielt leidenschaftlich Ukulele und schreibt Kolumnen für die «Times». Zu seinen Auszeichnungen gehören ein Perrier Award 1991 und 2001 wurde er als beste Comedy-Unterhaltungspersönlichkeit in Grossbritannien ausgezeichnet. Geboren wurde er als Christopher Graham Collins und legte sich später den Künstlernamen [Frank Skinner](https://dienstagsmailch.cmail20.com/t/j-l-fzihit-jhitbdlkl-r/) zu. Er ist auch Schriftsteller, Schauspieler und Co-Autor des wohl erfolgreichsten englischen Fussballsongs aller Zeiten «Three Lions». Er bringt das Publikum mit seinem bodenständigen Humor seit Jahren zum Lachen. Der Guardian-Journalist Paul Fleckney sagt über ihn: «Skinner ist eine warme, tadellose Gesellschaft und sein Umgang mit einer Pointe ist immer noch meisterhaft. Es gibt zahlreiche brillante Momente in seiner Stand-Up-Comedy. Ein Abend in Skinners Gesellschaft ist ein Genuss.»

**Wenig Gläubige unter den Spassvögeln**

Jetzt hat der praktizierende römisch-katholische Christ ein Gebetsbuch herausgebracht. Der Titel «Das Gebetsbuch eines Komikers» mag ein bisschen verwirren: Ist es ein Comedy-Buch, das das Gebet lediglich als Vehikel für Gags benutzt? Nein. Ist es also ein Gebetsbuch speziell für Komödianten? Auch nicht, sagt Frank Skinner in einer Kolumne auf der englischen Medienplattform [inews](https://dienstagsmailch.cmail20.com/t/j-l-fzihit-jhitbdlkl-y/): «Ich bin seit über 30 Jahren professioneller Komiker. In dieser Zeit hätten die Gläubigen, die ich unter meinen Spassvögeln kennengelernt habe, zusammengenommen gerade mal einen Opel Corsa füllen können. Warum sollte man sich die Mühe machen, ein ganzes Buch zu schreiben, wenn eine einfache Gruppen-E-Mail ausreichen würde?»

Gibt es einen Platz für Comedy im Gebet? Wenn es einen Platz für Comedy im Leben gibt, dann gibt es auch einen Platz für Comedy im Gebet, sagt Frank Skinner. Er weiss: «Gott ist ein anspruchsvoller Zuhörer, wenn es um hörbare Reaktionen geht. Aber ich liebe es, dass ich die Anspielungen nicht erklären muss.» In der Sammlung von Gebeten hat der beliebte Komiker versucht, die nackte Offenheit der Proberaum-Improvisation beizubehalten - um zu zeigen, wie sich der Glaube anfühlt, von innen heraus. Er hat sie mit all den Produktionswerten versehen, die erforderlich sind, um daraus eine passable öffentliche Unterhaltung zu machen. Darin sind seine Überzeugungen, seine Fragen, seine Ängste, seine Zweifel und sein Hochgefühl in einer lauschenden Form präsentiert.

**Gläubige wie Atheisten notorisch verklemmt**

Frank Skinner sagt zu seinem christlichen Glauben, zu dem er mit 28 Jahren zurückgefunden hatte: «In Wahrheit können sogar andere Christen uns Katholiken ein bisschen exotisch finden. Ich kann das verstehen. Ihnen fehlt unser kontinentaler Geschmack für Statuen-Küsse, zentrierte Heiligen-darstellungen und Skelette in Brautschleiern. Das sind die Dinge, die ich am meisten liebe», so Skinner. «Ich habe das Wort ‘Gläubiger’ auf Thesaurus.com nachgeschlagen und die angebotenen Synonyme waren Anhänger, Hingegebener, Jünger, Mitläufer, Unterstützer, Eiferer, Konvertit und Freak. Ich denke, ich decke alle diese Begriffe in meinem Buch ab.» Natürlich seien Gläubige ebenso wie Atheisten notorisch verklemmt: «Also habe ich vielleicht eine Formel gefunden, die so ziemlich jeden befremdet und verärgert. Wenigstens kann mir niemand vorwerfen, zu kommerziell zu sein.»

Provozierend fragt Skinner: «Gott, ist es okay, für Atheisten zu beten? Eine Komplikation ist natürlich, dass meine atheistischen Freunde - also fast alle meine Freunde - nicht für sich beten lassen wollen.» Sie wären bestenfalls unbeeindruckt, wenn er es ihnen sagen würde. Vor allem, wenn er ihnen genau sagen würde, wofür er in ihrem Namen beten würde. Sie würden es ihm wahrscheinlich übelnehmen, wenn er Phrasen wie «zur Vernunft kommen», «endlich das Licht sehen» und «verlorene Seelen auf der Suche» benützt. Er habe diese Atheisten sicherlich nicht um Erlaubnis gebeten, für sie zu beten. Er treffe sie lieber auf ihrer blinden Seite.

**Erleuchtungen wie Popcorn in der Pfanne**

Frank Skinner provoziert weiter: «Wenn du heute Nachmittag die verdienten Gläubigen einsammeln würdest, gäbe es vermutlich eine ziemlich magere Ausbeute. Das Aussortieren der Geretteten wird sich anfühlen wie das Spiel ‘Wo ist Wally?’ Diese grimmige Knappheit ist wahrscheinlich meine beste Chance, zum Rosinenpicker für das Paradies zu werden. Wenn jedoch meine atheistischen Freunde auf mein Bitten hin anfangen, Erleuchtungen zu haben wie Popcorn in der Pfanne, wird der Wettbewerb viel härter werden.»

**Wohin gehen Atheisten?**

In die Zukunft blickend sagt Skinner: «Wenn der Tag der Herrlichkeit kommt, werden die Gläubigen ihre Qualen hinter sich lassen, wie wenn die Neuheiten in einem Vergnügungsautomaten durch eine herabsteigende Klaue von oben aus ihrer freudlosen Kammer des Materialismus gehoben werden. Die Atheisten dagegen haben eine Krankheit, die sie, wenn sie unbehandelt bleibt, zu Leidtragenden in alle Ewigkeit macht. Zeitliche Qualen körperlicher Natur sind ein kleines Bier im Vergleich zu einer erheblichen Gefährdung der Seele.»

*In:* [*info@dienstagsmail.ch*](mailto:info@dienstagsmail.ch)

Kath. Pfarrämter St. Gotthard und S. Marco, Dorfplatz 7, 3907 Simplon Dorf,

Telefon: 027 979 11 36 E-Mail: [pfarramt.simplon@rhone.ch](mailto:pfarramt.simplon@rhone.ch)

Homepage: [www.gemeinde-simplon.ch](http://www.gemeinde-simplon.ch); [www.gondo.ch](http://www.gondo.ch)