

# Blickpunkte

  
Ausgabe 2/2021

Gemeindebrief der Katholischen Seelsorgeeinheit  
Süßen-Gingen-Kuchen

**EINFACH  
LEBEN!**



In dieser Ausgabe:

Pater Anselm Grün im Gastbeitrag  
über „Einfach Leben“

So leben Sie  
einfacher!

## ■ Editorial

Liebe Mitchristen,

wenn Sie die Blickpunkte in die Hände nehmen, kommen viele verschiedene Gedanken und Anregungen zum Titel „einfach Leben“.

Jeder von uns weiß, dass das Leben nicht einfach ist und wir auch nicht einfach „nur“ leben können.

Doch was bedeutet „Leben“?

Das Leben ist das größte Geschenk Gottes, das jeder von uns erhalten hat und gleichzeitig aber auch bestreiten muss. So lesen wir in der Bibel: „So schuf Gott die Menschen nach seinem Bild, nach dem Bild Gottes schuf er sie, als Mann und Frau schuf er sie.“ (Mose 1, 27)

Jeder von uns hat Talente und Begabungen, die uns einzigartig machen und uns helfen, unser Leben zu leben. Dennoch hält jedes Leben auch seine Herausforderungen bereit, die es zu meistern gilt. Im Laufe der Zeit erleben wir vieles – wir erleben unser Leben – wir sammeln Erfahrungen, die wir dann weitergeben können.

Wenn wir unsere Erfahrungen mit anderen teilen, können wir auch das Leben der anderen bereichern und sie profitieren von unserem Erfahrungsreichtum. Wir können andere dadurch vor Fehlern bewahren und machen dadurch deren Leben „einfacher“.

Wir profitieren voneinander, wenn jeder seine von Gott gegebenen Talente einsetzt und die anderen daran teilhaben lässt. Das ist die Schönheit des Lebens.



Für mich bedeutet Leben:

L = Lieben und geliebt werden

E = Erfahrungen sammeln und weitergeben

B = Beten für die Mitmenschen und mit Gott verbunden bleiben

E = Existenz leben mit unseren Charaktereigenschaften

N = Naturverbunden

Zu leben ist einfach, aber wir machen unser Leben meistens kompliziert. Versuchen wir daher mit Gottes Hilfe, einfach zu leben.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein Leben mit vielen Erfahrungen und Gottes reichem Segen.

Ihr  
Pater Shaji Joseph CMI  
Pfarrer



Seht euch die Vögel des Himmels an: sie säen nicht, sie ernten nicht und sammeln keine Vorräte in Scheunen; euer himmlischer Vater ernährt sie. Seid ihr nicht viel mehr wert als sie? Mt 6,26



## Inhalt ■

Einfach leben - Lebe einfach!	4
Brigittes Interview: Gjon Pjetraj	6
Brigittes Interview: Anna Heinzmann	7
Blick in die Welt: Essen für Gefangene	8
Besinnliches: Nur ein Haufen Steine?	9
Das einfache Leben im Kloster	10
Einfach Leben: Ein Gastbeitrag von P. Anselm Grün	12
Einfach nur leben! - Ein Perspektivwechsel	14
So leben Sie einfacher!	16
Das Wort Gottes in einfacher Sprache: Die neue BasisBibel	20
Unsere Kinderseite: Bienen sind unsere Lebensretter	22
Christinas Buchtipp: „Das Lied des Hirten“	23
Das Kleingedruckte	23



12



22

## ■ Einfach leben - Lebe einfach!

Was heißt einfach leben? Bescheiden leben ohne Komfort, nachhaltig leben mit einem ressourcenschonenden Umgang der Erde, einfach nur „leben“ im hier und jetzt oder etwas ganz anderes? Die Antworten darauf sind so vielfältig wie das Leben, situations- und altersabhängig. Und doch geht es immer um den Kern meiner/unserer Existenz.

Mitten in der Corona-Pandemie schmeckt in Tübingen die Freiheit nach Aperol und Milchkaffee. Es ist frühlingshaft, die Menschen sitzen zusammen, sie essen und trinken - und genießen, was so nirgendwo in Deutschland möglich ist: die offene Gastronomie, das vertraute Leben. Während Deutschland im Lockdown verharrt, hat die Universitätsstadt am Neckar ihren Restaurants, Cafés, Theatern, Museen und Geschäften, vor allem aber ihren Bewohnern, ein wenig Alltag geschenkt. Dahinter steht das Modellprojekt „Öffnen mit Sicherheit“. Der Nachweis eines negativen Tests ist die Eintrittskarte für alle weiteren Annehmlichkeiten. Die Stimmung in der Stadt ist gelöst. Das Leben mit dem Virus sieht so einfach aus.

Es ist ein Experiment mit offenem Ausgang, aber mit Ansage. Dahinter stehen als führender Kopf die Notärztin Dr. Lisa Federle, die Pragmatismus und Durchsetzungsvermögen beweist, sowie ein kantiger Oberbürgermeister, Boris Palmer. Dieser Weg macht Mut, er zeigt auf, es geht auch anders. Er richtet den Blick nach vorne, dem Leben zugewandt. Natürlich gibt es auch hier Widerstand und Kritik, aber dahinter stehen Menschen, die von der Sache und der Richtigkeit ihres Handelns überzeugt sind, die dafür beherzt eintreten und andere mit ihrer Begeisterung mitnehmen. Diese Menschen suchen trotz vieler Hindernisse und Unsicherheiten nach einem Weg, den Dauer-Lockdown zu durchbrechen und einfach zu leben.

Tübingen hat auch mit Ostern zu tun. Nach Palmsonntag mit dem jubelnden Hosianna kommt der Tiefpunkt Karfreitag, der Sieg des Todes über das Leben. Die Menschen sind mutlos und verzagt. Jesus, ihr Retter, ist tot und in einem Grab beigelegt. Doch dann das Wunder, die Frauen finden am Morgen des dritten Tages das Grab leer vor. Der schwere Stein ist weggerollt. Der Ostermorgen umfängt sie mit einem neuen Licht, und sie

gehen hin, um den anderen davon zu berichten, dass Jesus lebt.

Lassen Sie sich in dieser österlichen Zeit von diesem neuen Morgen berühren und leben Sie voller Hoffnung und Zuversicht, der Weg ist frei. Lebe einfach! Mit Vertrauen auf Gott und Gottes Hilfe kommen Steine ins Rollen, werden Grenzen aufgehoben, Hindernisse überwunden, und Auferstehung zu neuem Leben wird möglich. Jeder Tag ist ein kleiner Schritt und ein neuer Anfang.

## Lebe einfach - der Stein ist weggerollt!

Text von Gudula Schaich-Fischer,  
Foto von pixabay.de



Jesus spricht:

**Ich bin die Auferstehung und das Leben. Wer an mich glaubt, der wird leben, ob er gleich stürbe; und wer da lebt und glaubt an mich, der wird nimmermehr sterben. Glaubst du das?**

Johannes 11, 25-26

”

## ■ Brigittes Interview: Gjon Pjetraj

Lieber Herr Pjetraj,  
Sie sind das einzige neue Mitglied im neu  
gewählten KGR Kuchen/Gingen. Erzählen Sie  
uns ein wenig über sich:

Ich bin 48 Jahre alt, komme ursprünglich aus dem  
Kosovo und lebe nun seit 20 Jahren in Kuchen.



Ich bin verheiratet und wir haben 2 Kinder im Alter  
von 16 und 14 Jahren.

### Was machen Sie beruflich?

Ich bin gelernter KFZ-Mechaniker, doch fahre ich  
schon 15 Jahre LKW im Nahverkehr.

### Was war Ihre Motivation für den KGR zu kandidieren?

Vor 12 Jahren zogen wir in die Wohnung beim  
Gemeindezentrum Kuchen und ich übernahm hier  
die Hausmeistertätigkeiten. Vor 6 Jahren wurde  
meine Frau als Mesnerin eingestellt und so hat-

ten wir immer mehr Kontakt zur Kirchengemeinde.  
Hier in Deutschland ist alles viel offener und trans-  
parenter als im Kosovo und so reizte es mich sehr,  
in der Kirchengemeinde mitzuwirken.

### In welchen Ausschüssen sind Sie tätig?

In der Hauptsache im Bauausschuss und ich helfe  
mit, wo man mich braucht.

### Haben Sie ein Hobby?

Ja - Fussball!  
Bis letztes Jahr habe ich bei den „Alten Herren“ in  
Kuchen aktiv gespielt, doch nach einer Schulter-  
verletzung musste ich aussteigen. Viele Jahre habe  
ich auch Kinder trainiert.

### Gibt es einen Lieblingsverein?

In Deutschland: BVB Dortmund. Allgemein: Real  
Madrid

### Welche Musik hören Sie gerne?

Ich mag gerne Popmusik und bin Fan von Michael  
Jackson!

### Haben Sie ein Lieblingsessen?

Ja, das ist „Fli“, eine albanische Spezialität! Das  
ist Teig mit Schmand und Sauerrahm, etwas Milch  
gebacken und man isst dazu z.B. Käse...

### Befassen Sie sich mit Nachhaltigkeit?

Ja, sehr oft!  
Beispielsweise nutzt die ganze Familie, wenn mög-  
lich, das Fahrrad statt dem Auto. Ich suche seit  
einiger Zeit ein neues Auto und habe noch keines,  
weil es einfach so umweltfreundlich wie möglich  
sein soll. Elektrogeräte kaufe ich erst nach stren-  
ger Prüfung des Energieverbrauchs. Wir heizen  
bewusst und gehen sehr sparsam mit Wasser um.  
Außerdem repariere ich Elektrogeräte selbst wenn  
möglich, bevor sie einfach nur entsorgt werden.

### Was würden Sie gerne an der Kirche ändern?

Wie schon gesagt ist in Deutschland alles viel of-  
fener und transparenter als im Kosovo, trotzdem  
würde ich mir wünschen, dass in bestimmten Be-  
reichen Frauen mehr mit ins Boot geholt werden.

Text und Foto von Brigitte Neumann

## ■ Brigittes Interview: Anna Heinzmann

Liebe Anna,  
du bist neues Mitglied im Kirchengemeinde-  
rat Süßen, erzähle uns was über dich:

Ich bin 28 Jahre alt und mit meinem Partner seit  
10 Jahren zusammen. Ich habe Chemie studiert  
und währenddessen als Nebenverdienst Nachhilfe  
gegeben. Hierbei entdeckte ich, dass mir unter-  
richten viel Freude macht!  
In der Zwischenzeit mache ich einen Quereinstieg  
ins Lehramt und berufsbegleitend ein Lehramtsstu-  
dium.

### Warum hast du dich für den Kirchengemein- derat zur Wahl gestellt?

Ich war 16 Jahre lang bei den Ministranten, doch  
irgendwann war Zeit für Neues. Der Abschied fiel  
mir schwer, doch ich konnte mich mit einer Fortbil-  
dung als Lektorin und Kommunionhelferin weiter  
einbringen. Bei der letzten Wahl wurde ich öfters  
angefragt; es reizte mich der Einblick in die Orga-  
nisationsstruktur und ich freue mich auf neue  
Aufgaben.

### In welchen Ausschüssen bist du tätig?

Im Kirchenmusikausschuss, Caritasausschuss,  
Liturgieausschuss und Umwelt- und Nachhaltig-  
keitsausschuss.

### Bleibt dir da noch Zeit für Hobbies?

Zwar zurzeit durch Corona eingeschränkt, doch  
... Ich singe in einem Musicalchor in Eislingen,  
gehe mit meinem Partner gerne tanzen (Standard/  
Latein) und schwimme sehr gerne.

### Was ist dein Lieblingsessen?

Ich esse wenig Fleisch, Fisch nicht unbedingt und  
gar nicht gehen Eier in jeder Form!  
Mein Lieblingsgericht ist Sallerieschnitzel mit  
Spätzle!

### Deine Musikrichtung?

Das ist vielfältig - Klassik, Heavy Metal, Rock, Pop  
...

### Nachhaltigkeit ist das Thema unseres derzei- tigen Gemeindebriefes, wie denkst du darü- ber?

Wir sollten an unsere Umwelt denken und uns fra-  
gen, was wir wirklich brauchen oder was Verdrän-  
gungsmechanismen sind.



Ich versuche z.B. Einwegplastik zu vermeiden,  
doch nicht dogmatisch. Außerdem lege ich Wert  
auf Regionalität und Saisonalität. Einfach bei sich  
selbst anfangen und überlegen - was kann ich tun!

### Was würdest du an der Kirche ändern, wenn du könntest?

Die Kirche sollte sich dem Wandel der Zeiten in  
bestimmten Dingen mehr anpassen. Frauen soll-  
ten eine größere Rolle spielen. Ich wünsche mir  
mehr Verständnis für die Lebensrealitäten und den  
Mut, Fehler einzugestehen.

Text und Foto von Brigitte Neumann

## ■ Blick in die Welt: Essen für Gefangene



Im Juni 2011 war mein erster Nigeria-Aufenthalt und an einem Nachmittag noch Zeit für einen Besuch im Männergefängnis von Nsukka. Nichts ahnend, was ich da zu sehen bekam, ging ich mit. Weggesperrt sind hier Diebe, politisch Andersdenkende, auf ihr Urteil Wartende. Ein Gefangener sagte zu mir, als ich ihm die Hand gab: „God bless you“. Dieses „Gott segne dich“ fing mich ein. Die Gefangenen waren plötzlich nicht mehr gleichgültig. Über sie zu urteilen steht uns nicht zu. Abends fragte ich Monsignore Emmanuel, was ich für die etwa 200 Gefangenen tun könne. Emmanuel schlug ein Mittagessen vor – von ihm organisiert.

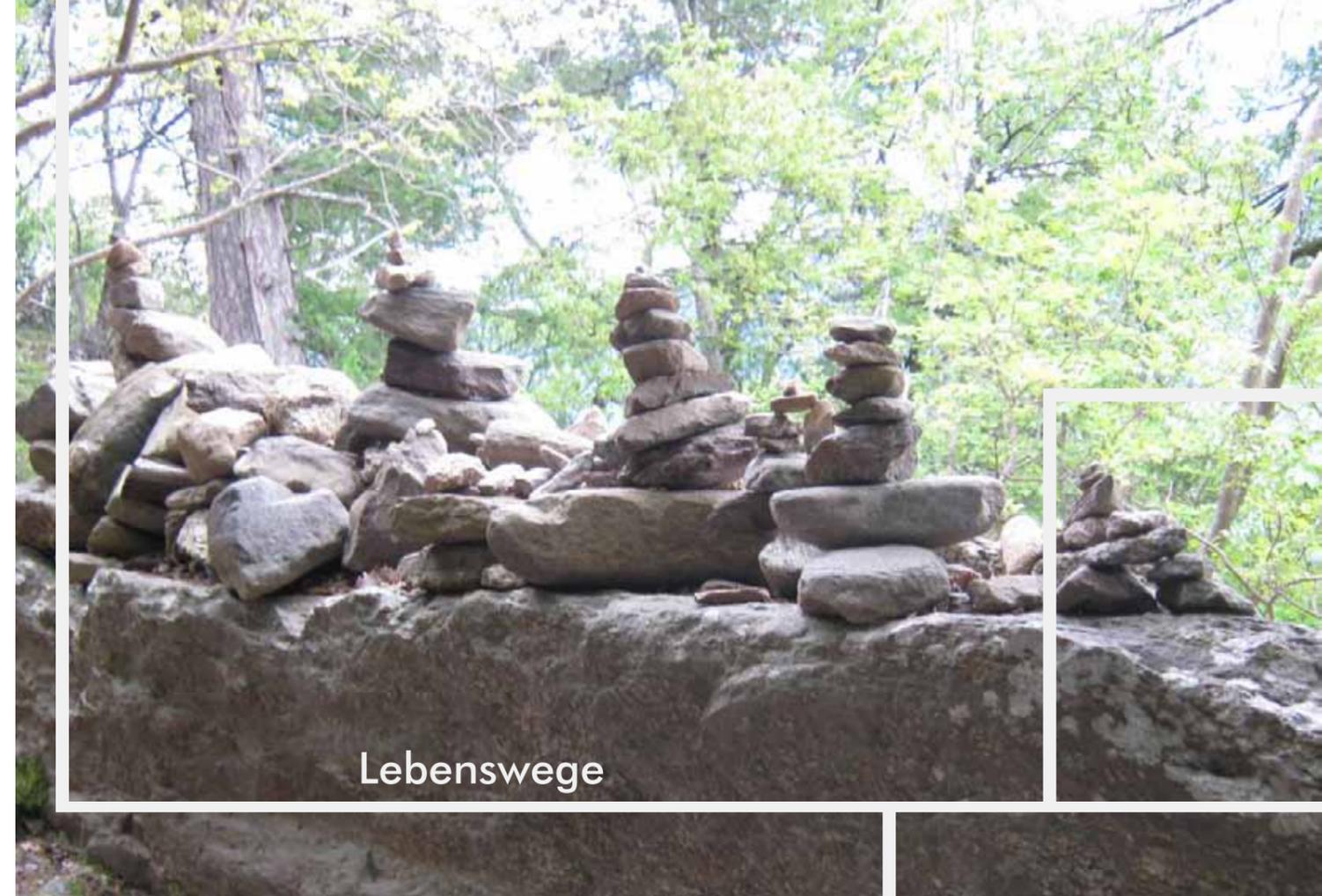
Das wurde von der Gefängnis-Leitung auch ohne Probleme genehmigt. An Weihnachten 2020 war das bereits 32. Essen für die Gefangenen. In Afrika kann man nicht „einfach mal“ etwas machen. Etwas Begonnenes geht immer weiter.

Auf den Fotos sind die Frauen zu sehen, die seit 10 Jahren kochen. Sie machen das zuhause unter „einfach“sten Bedingungen. Es gibt meistens Bohnen (an Weihnachten oft Hühnchen mit Reis, auch als Knödel). Die Bohnen werden zu einem dicken Brei verarbeitet und dann portionsweise in kleine Kochbeutel abgefüllt. Für jeden Gefangenen ein Beutel. Gut verknotet kommen die Knödel in das kochende Wasser im über dem Feuer stehenden Kessel. Die Knödel werden danach in Warmhalte-Behältnissen vom Fahrer Matthew (mit Monsignore Emmanuel)

zum Gefängnis gefahren. Monsignore Emmanuel betet immer vor dem Essen mit den Gefangenen und spricht ihnen Mut zu.

Matthew ist – wie die Frauen – seit beinahe 10 Jahren treu dabei. Ich denke „einfach“ auch deswegen, weil man nach dem Besuch im Gefängnis diesen Dienst mit ganzem Herzen für die Gefangenen tut.

Text und Fotos von Cäcilia Gelmar



## ■ Besinnliches: Nur ein Haufen Steine?

Wie passt das Thema des Gemeindebriefes „Einfach Leben“ zu obigem Foto?

Bei einer Bergwanderung in Südtirol kam ich an dem großen Felsbrocken vorbei. Ich fotografierte ihn mit dem Gedanken, dass ich einmal etwas darüber schreiben könnte. Irgendwann.

Nimmt man das zweite Wort von „Einfach Leben“, dann steckt in jedem aufgetürmten Stein vielleicht ein inneres Gefühl (Trauer, Kummer) der Wanderer, welche diese Steine anhäuften.

Sie legten damit ihre „Lebens“-Last auf den Felsbrocken. Manchmal auch mit einem Gedanken an Gott?

Wenn wir unsere ‚schweren‘ Gedanken aus dem Seelen-Rucksack heraus nehmen und in die Hand Gottes legen, dann wird der „Lebens“-Weg vielleicht leichter gehbar.

Betrachtet man flüchtig das Bild, dann ist es nur ein Haufen ungleich großer Steine. Mehr nicht. Beim genauen Hinsehen erkennt man zwei kleinere Steine. Der darüber liegende dritte Stein bildet eine Brücke. Zufall? Oder stellte diese kleine Steinbrücke für den Wanderer eine Gott-Verbindung her?

Text und Foto von Cäcilia Gelmar

## ■ Das einfache Leben im Kloster

In der Coronapandemie befassen sich viele von uns mit dem Thema, wie soll unser Leben weitergehen. Jeder versucht auf seine Art und Weise weiter zu leben, um diese Zeit zu überstehen, möglichst ohne finanziellen Schaden und Verluste für die eigenen geliebten Personen. Alle wollen einfach weiterleben und dabei glücklich sein.

Was heißt eigentlich glücklich sein? Bin ich und die Familie gesund? Habe ich noch Arbeit und Einkommen oder habe ich schon finanzielle Probleme? Wenn ja, was bedeutet das? Muss ich hungern oder nur sparsam mit dem Geld umgehen? Wenn ich nicht mehr ins Kino, in Konzerte gehen darf, bin ich schon unglücklich? Wenn ich auf Urlaub verzichten muss (soll), bin ich dann unglücklich? Was brauche ich zum Glück und auf was kann ich verzichten?

Die Werbung versucht uns ständig neue Waren schmackhaft zu machen, und es wird uns vorgegaukelt, dass wir glücklich werden, wenn ich das oder jenes kaufe. Brauche ich ein neues Auto, Handy, Fernseher? Brauche ich ständig neue Sachen?

Viele Menschen auf der Welt sind zufrieden und glücklich, wenn sie genügend zum Essen haben. Es gibt auch Menschen, die auf bestimmte Sachen verzichten und trotzdem sagen, dass sie glücklich sind. Es sind Menschen, die bewusst auf manche Sachen verzichten und auf andere Werte bauen. Viele vertrauen auf Jesus Christus und leben nach Gottes Geboten. Viele Frauen und Männer verzichten auf ein normales Leben mit Familie und Kindern und leben in einem Kloster.

Was ist ein Kloster und wie leben dort die Mönche und Nonnen? Ein Kloster als Anlage, das sind verschiedene Gebäude, in denen die Menschen zusammen wohnen, beten, arbeiten und ihren Glauben vertiefen. Das Wort Kloster kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie „verschlossener Ort“. Eine Klosterkirche steht meistens im Mittelpunkt der Anlage. Dazu kommen verschiedene Räume in den Gebäuden wie Refektorium (Speisesaal), Dormitorium (Schlafräume), Kapitelsaal (Raum für Versammlungen) und meistens noch eine Bibliothek. Räume für die Kranken

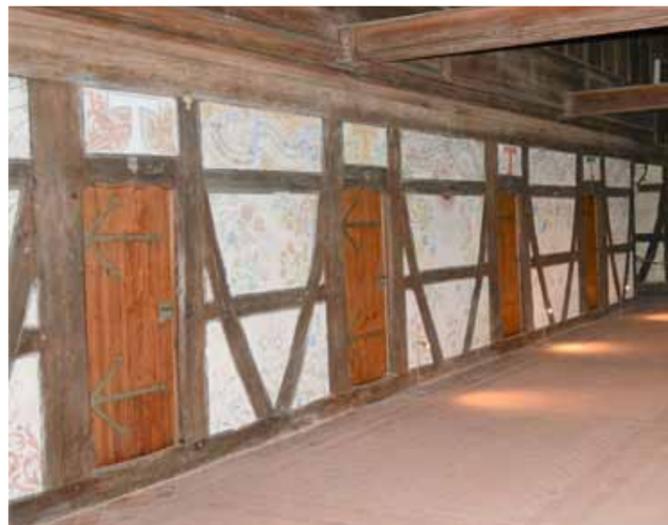


Kreuzgang des Klosters Bebenhausen.

und verschiedene Wirtschaftsgebäude ergänzen das Ganze.

Das Leben im Kloster ist einfach mit einem bestimmten Lebenszyklus. Das ganze Leben wird in erster Linie Gott gewidmet. Die Nonnen und Mönche schließen ein lebenslanges Bündnis mit Gott. Sie beten 5-6 Mal am Tag, ansonsten machen sie verschiedene Arbeiten im Kloster.

Die ersten Klöster sind im 4. Jahrhundert in Ägypten und Palästina entstanden. Das erste Kloster in Europa wurde vom heiligen Martin von Tours in den Jahren 372-375 in Marmoutier an der Loire gegründet. Im deutschen Raum gilt die Abtei St.



Links: Dormitorium des Klosters Bebenhausen mit den verschiedenen Schlafräumen der Mönche.

Oben: Einfache Ausstattung eines Schlafrumes.

sind in der Seelsorge tätig, in Kirchen, Schulen, Krankenhäusern. Sie betreuen auch Menschen in Gefängnissen oder Asylantenheimen, Obdachlose und andere, die seelische Hilfe brauchen.

Maximin in Trier aus dem 4. Jahrhundert als das älteste Kloster. Im Jahre 529 hat der heilige Benedikt von Nursia das Kloster Monte Cassino/Italien gegründet und die Regeln zusammengestellt, die das Leben im Kloster bestimmen sollen.

Alle Menschen im Kloster leben nach dem Motto „Ora et labora“ (bete und arbeite). Nach diesem Muster sind andere Klöster entstanden und haben die Regeln des Hl. Benedikts übernommen. Die ersten paar Jahrhunderte waren alle Mönche Benediktiner. Im 11. Jahrhundert wurden in der Abtei Cluny die Regeln des hl. Benedikt reformiert und so entstand der Orden der Zisterzienser. Heutzutage gibt es viele Orden und die Mönche und Nonnen leben nach Regeln, die aber im Wesentlichen ähnlich sind: Sie leben im Kloster, arbeiten und beten.

Welche Tätigkeiten führen sie aus? Das sind in erster Linie geistliche Aufgaben. Viele von ihnen

In der Kirche feiern sie Gottesdienste und spenden die Sakramente. In vielen Sozialgebieten helfen sie bedürftigen Personen. So erfüllen sie den Auftrag, den sie von Jesus bekommen haben: „Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich Euch.“ (Joh. 20,21)

Die Ordensleute leben nicht ausschließlich von der Kirchensteuer, was viele vielleicht meinen könnten. Fast alle haben einen Beruf, der oft sehr unterschiedlich ist. Sie wollen sich dadurch wirtschaftlich nützlich machen. Viele Klosteranlagen haben eine Brauerei, betreiben Landwirtschaft, Kräuter- und Heilkunde oder eine Imkerei, manchmal auch eine Fischzucht (besonders bei den Zisterziensern).

Im Kloster leben getrennt Priestermonche und Laienmonche, sogenannte Konversen, also die Brüder, die keine Weihen empfangen haben. Sie machen meistens körperliche Arbeiten. Im Kloster befindet sich auch die sogenannte Klausur (Verschluss), die nur für die Mönche zugänglich ist und nicht für die weltlichen Menschen. Ein Abt kann eine Ausnahme erteilen, z.B. für Ärzte oder Handwerker.

Die Ordensschwwestern (Nonnen) gehören nicht zum Klerus, da sie keine Priesterweihe empfangen haben. Sie geloben bei der Profess (Gelübde) drei Sachen: Armut, Ehelosigkeit und Gehorsam. Sie machen ihre erste Profess auf Zeit (meistens drei Jahre) und dann auf Lebenszeit. Viele von ihnen sind in Schulen und Krankenhäusern tätig.

Heutzutage gibt es auch so etwas wie „Kloster auf Zeit“. Die Menschen können dort in Gästezimmern leben wie Mönche und aktiv am Klosterleben (Arbeit und Gebete) teilnehmen. Sehr populär sind verschiedene Seminare oder Bibeltage, wo die Menschen ihren Glauben und ihre Spiritualität vertiefen können. Kurzum kann man sagen, sie können einfach leben. Ein einfaches, glückliches und geregeltes Leben, also das, was wir oft vermissen. Einfach leben in Liebe zu Menschen und zu Gott.

Text und Fotos von Andreas Czerwinski

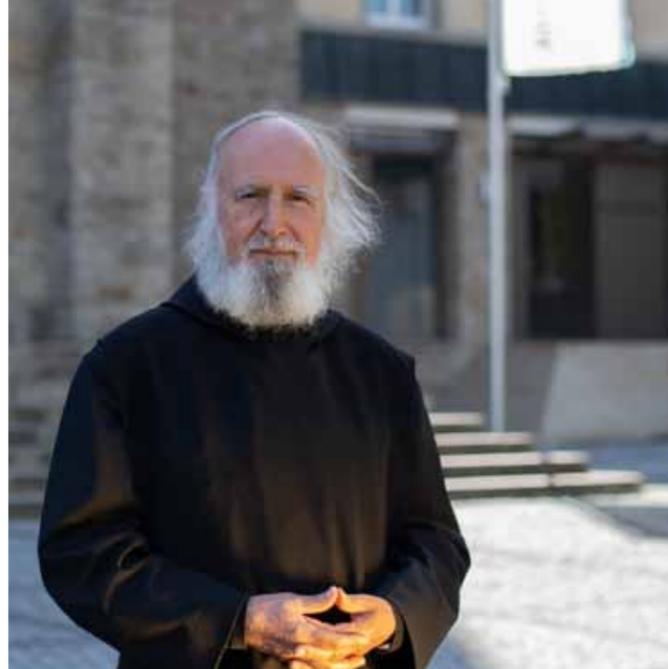
## ■ Einfach Leben

### Ein Gastbeitrag von Anselm Grün

In seinen unzähligen Büchern beschäftigt sich Anselm Grün auch intensiv mit dem „einfachen Leben“. Daher war er prädestiniert für die aktuelle Ausgabe unseres Gemeindebriefs. Als Reaktion auf die Anfrage unserer Redaktion, beteiligte er sich mit diesem Gastbeitrag. Wir freuen uns, dass wir ihn für unsere Blickpunkte gewinnen konnten.

Man kann das Wort „einfach leben“ auf verschiedene Weise deuten. Wenn ich den Akzent auf „leben“ lege, dann heißt es: sich einfach auf den Augenblick einlassen, auf das Gespräch einlassen, einfach da sein, ohne dass man sich rechtfertigen oder etwas vorweisen muss. Wir sehnen uns danach, einfach leben zu können, sich nicht ständig Sorgen um die Zukunft zu machen. Dieses Verständnis meint Jesus wohl, wenn er uns zur Sorglosigkeit aufruft: „Sorgt euch nicht um euer Leben und darum, dass ihr etwas zu essen habt, noch um euren Leib und darum, dass ihr etwas anzuziehen habt. Ist nicht das Leben wichtiger als die Nahrung und der Leib wichtiger als die Kleidung?“ (Mt 6,25) Natürlich sollen wir sorgsam umgehen mit unserem Leben. Die Eltern sorgen sich für die Familie, dass sie finanziell abgesichert ist und die Kinder eine gute Ausbildung bekommen. Diese liebende Sorge ist heilsam. Doch Jesus meint hier die ängstliche Sorge, die quälende Sorge. Einfach leben bedeutet, sich nicht ständig Sorgen zu machen und sich den Kopf zu zerbrechen.

Viele müssen heute vieles erleben, um leben zu können. Sie brauchen weite Reisen und außergewöhnliche Events, um sich am Leben zu fühlen. Einfach leben bedeutet, dass ich mich bei einem einfachen Spaziergang durch den Wald lebendig fühle. Wenn die Lebendigkeit in mir ist, dann wird alles für mich zum intensiven Leben: das Gespräch, der Gottesdienst, die Arbeit. Die Griechen haben einen eigenen Ausdruck für einfach: „haplous“. Das meint, dass ich mich einlasse, ohne ständig zu bewerten, ob der Gottesdienst jetzt schön ist oder nicht, was an der Predigt fehlt. Ich bin einfach da und nehme das wahr, was gerade ist. Sobald wir das Gespräch, den Gottesdienst, die Sitzung bewerten, sind wir nicht mehr einfach. Durch unser Beurteilen gehen wir in Abstand zu dem, was wir erleben. Sich einfach einlassen auf



das Leben ist eine eigene Kunst. Aber sie macht das Leben lebenswert.

Wenn wir den Akzent auf „einfach“ legen, dann hat es verschiedene Bedeutungen. Zum einen meint es den einfachen Lebensstil. Wir sollten uns von Zeit zu Zeit immer wieder einmal überprüfen: Ist unser Lebensstil für uns gut? Schenkt er uns Freude und Freiheit? Oder kreisen wir ständig um den Lebensstandard der andern und setzen uns dann ständig unter Druck?

Mahatma Gandhi hat sich ausgezeichnet durch Bedürfnislosigkeit und Einfachheit. Er hat eine einfache Lebensweise vorgemacht. Das war für ihn nicht nur Ausdruck seiner persönlichen Askese. Er tat es vielmehr in Solidarität mit den Menschen. „Lebe einfach, damit alle einfach leben können.“ Ich soll eine einfache Lebensweise praktizieren, damit auch die andern einfach leben können und das Lebensnotwendige für sich finden. Die einfache Lebensweise ist dann Ausdruck meiner Solidarität mit allen Menschen.

Ein einfacher Lebensstil ist heute für viele Menschen, die bewusst leben, selbstverständlich geworden. Es ist kein Zeichen von Armut oder Einfallslosigkeit. Vielmehr hat ihr einfaches Leben eine eigene Qualität. Ihre anspruchlose Schlichtheit führt zur Zufriedenheit und zu einer Schönheit und Klarheit des Lebens. Von diesem einfachen Leben sagt Jean Paul: „Man kann die seligsten Tage haben, ohne etwas anderes dazu zu gebrauchen als blauen Himmel und grüne Frühlingserde.“ Einfachheit hat für Jean Paul mit Seligkeit zu tun. Wer den blauen Himmel und die grüne Frühlingserde genießen kann, für den ist die einfache

### Zur Person:

Pater Anselm Grün OSB ist Mönch der Benediktinerabtei Münsterschwarzach. Bekannt wurde er als Autor spiritueller Bücher, die überwiegend im klostereigenen Vier-Türme-Verlag und im Herder-Verlag erschienen sind.

Bis 2013 war er als Cellerar für die wirtschaftlichen Belange der Abtei zuständig. Mittlerweile widmet er sich ganz dem Schreiben, seiner Vortragstätigkeit und seinen Kurse im Gästehaus der Abtei.

Lebensweise ein Weg zum wahren Glück.

Lao Tse, der große chinesische Weise, hat die einfache Lebensweise als Anspruchslosigkeit und Genügsamkeit im Blick, wenn er schreibt: „Wenn du erkennst, dass es dir an nichts fehlt, gehört dir die ganze Welt.“ Wenn ich genug habe an dem, was mir Gott geschenkt hat, an meinem Leib und meiner Seele, an den Menschen, mit denen ich lebe, und an den Dingen, die ich besitze, dann gehört mir die ganze Welt. Ich bin einverstanden mit der Welt und so bin ich auch eins mit ihr. Und wenn ich eins mit der Welt bin, dann gehört sie mir. Ich fühle mich zur Welt zugehörig. Aber sie gehört auch mir. In dem einen Augenblick, in dem ich achtsam durch den Wald gehe und den Duft der Bäume rieche, bin ich eins mit der ganzen Welt und letztlich eins mit dem Schöpfer des Alls. Und in diesem Augenblick habe ich das Gefühl: Alles gehört mir. Alles ist auch für mich da, mir gegeben von Gott, der auch mich geschaffen und mich mit seinem Geist erfüllt hat.

Einfach leben bezieht sich jedoch nicht nur auf den Lebensstil. Einfachheit soll auch unser Denken und unser Sprechen prägen. Von Papst Johannes XXIII stammt das schöne Wort: „Vereinfache das Komplizierte und kompliziere nicht das Einfache.“ Vereinfachen meint nicht, dass ich die Dinge zu einfach nehme. Ich soll ihren komplexen Zusammenhang durchaus sehen. Aber ich soll das Komplizierte durchschauen und verstehen. Dann wird es für mich einfach. Und es braucht dann einfache Worte, um die Wirklichkeit zu beschreiben.

„Einfachheit ist das Resultat der Reife“, sagt Friedrich von Schiller. Wir sagen manchmal eher ab-

schätzig von einem Menschen, dass er sehr einfach sei, einfach strukturiert, einfach im Denken, fast etwas einfältig. Schiller sieht die Einfachheit als Zeichen eines reifen Menschen. Wer reif geworden ist, der ist auch in sich und mit sich eins geworden. Seine innere Einheit wird sich auch auf die Beziehung zu den anderen Menschen auswirken. Er wird ihnen gegenüber klar sein. Er muss sich nicht darstellen. Er kann es sich erlauben, einfach da zu sein. Seine Einfachheit im Denken und in seiner Ausstrahlung wirkt befreiend und einend. In seiner Nähe wird einem etwas klar, da klärt sich das Trübe in uns und wir blicken durch.

So kann uns das so unauffällige Wort „einfach leben“ einladen, über unser Leben neu nachzudenken. Wir werden viele Bereiche in unserem Leben entdecken, in denen dieses Wort ein Impuls sein kann, bewusster zu leben, mehr Lebendigkeit in sich zuzulassen und zugleich einfacher zu leben, mit einem Lebensstil, in dem ich mich frei fühle und das Leben genießen kann.

**Text von P. Anselm Grün, Fotos: Pressestelle Abtei Münsterschwarzach und pixabay.de**



## ■ Einfach nur leben! - Ein Perspektivwechsel

Diese drei Worte hatten für mich bis vor kurzem wahrscheinlich noch eine ähnliche Bedeutung wie für Sie. Einfach so dahingesagt, ohne groß den Sinn zu hinterfragen.

Doch jetzt nach meiner Diagnose und der Aussicht, dass nahezu jeder Tag mein letzter hier auf Erden sein könnte, hat dieser Satz eine tiefe Bedeutung für mich.

„Einfach nur leben“, ja, das wäre mein größter, sehnsüchtigster Wunsch. Alles, was bisher augenscheinlich in meinem Leben wichtig war, ist plötzlich total in den Hintergrund gerückt. Nur das „pure, nackte Leben“ ohne Schnickschnack, Reichtum und Ansehen zählt plötzlich so viel, es zählt einzig und allein.

Wie oft werde ich morgens noch aufwachen und die Vögel in meinem Garten zwitschern hören? Winke ich der Nachbarin heute vielleicht ein letztes Mal, weil es mich morgen vielleicht schon nicht mehr gibt?

Wird dieses mein letztes Weihnachtsfest auf Erden sein? Ich weiß es nicht...

Ich würde mir so sehr wünschen, dass ich meine Enkelkinder noch aufwachsen sehe, sie bei wichtigen Lebensabschnitten wie Einschulung oder Erstkommunion begleiten, ihnen zur Seite stehen könnte.

Doch meine Prognose sieht leider schlecht aus und mir bleibt nur die Hoffnung, dass ich wenigstens noch kurze Zeit „einfach nur leben“ darf...



Ich liebe meine Heimat und mein Land. Mit meiner Familie um mich herum konnten wir jeden Tag ein schönes Leben genießen. Wir konnten einfach leben. Bis der Krieg alles zerstörte.

Bomben und Schüsse, Militär und Rebellen. Ein Leben hier im Krieg ist nicht mehr möglich und menschenunwürdig. Unsere komplette Wohnsiedlung ist kaputt.

Die Häuser - unbewohnbar, weil sie einsturzgefährdet sind. Fließend Wasser? Fehlanzeige.

Medizinische Versorgung – kaum möglich, weil alle Stationen überfüllt sind. Ich habe Angst! Angst vor den Milizen, die an jeder Ecke lauern könnten um mich zu erschießen. Jedes mal bete ich, dass meine Familie und ich einen neuen Tag überleben.

Ich bete für meine Söhne, die sich auf die Flucht in ein besseres Land gemacht haben, dass sie heil ankommen und einfach leben können!



Der Wunsch „Einfach nur leben“ aus der Perspektive eines Kranken und eines Flüchtlings zeigt die Mehrschichtigkeit dieses Ausrufes.

Das, was wir für alltäglich erachten, uns frei zu bewegen, Freunde zu treffen, unbeschwerlich durchs Leben zu gehen ohne Angst auf das Morgen, das ist beim Perspektivwechsel sehnlichster Wunsch. Diese zwei Beispiele stehen exemplarisch für viele weitere Momente in denen der Ruf einfach nur leben zu wollen groß wird.

Schauen wir in diesen Momenten nicht weg, sondern gehen auf diese Menschen zu und schenken ihnen das Leben!

Text von Kristina Stadelmayer und Carsten Gerusel, Fotos von pixabay.de

## ■ So leben Sie einfacher!

**Praktische Tipps für den Haushalt, die auch noch nachhaltig sind - Wir haben gesammelt.**

Nachhaltigkeit! – Ein Wort, das uns in den letzten Jahren immer häufiger in fast allen Bereichen unseres Lebens begegnet. Im Alltagssprachgebrauch verbinden wir damit oft Langlebigkeit und Umweltschutz, doch bezieht sich „nachhaltige Entwicklung“ auf den verantwortungsbewussten Umgang mit den endlichen Ressourcen unserer Erde, die unseren Nachkommen erhalten bleiben sollen.

Ökologie, Ökonomie und Soziales bilden die drei Säulen der Nachhaltigkeit in Unternehmen, Gesellschaften, Ländern und auf der ganzen Welt.

**Ökologie** – klassisch Umwelt- und Naturschutz z.B. bezahlbare und saubere Energie

**Ökonomie** – Wirtschaft z.B. Industrie- und Infrastruktur

**Soziales** – z.B. keine Armut

2015 wurden von den Staaten der Vereinten Nationen 17 Ziele (SDGs) auf Basis der 3 Säulen festgelegt, mit der Aufgabe verbunden, diese bis 2030 zu erreichen. Dabei gibt es übrigens 169 Unterziele.

Doch das führt zu weit! Nachhaltigkeit hat viele Facetten, die zu einem Großen und Ganzen beitragen! Wichtig ist, dass wir alle bei uns zu Hause und in unserem Umfeld anfangen. Dazu hier ein kleiner Anfang mit Beispielen einiger Kirchengemeinderäte aus der Seelsorgeeinheit.

PS: Carl von Carlowitz hat im 18. Jahrhundert das erste Mal das Wort Nachhaltigkeit benutzt. Es ging um die Forstwirtschaft und sein Rat war: „Man fällt nur so viele Bäume, wie wieder eingepflanzt werden!“

**Text von Brigitte Neumann,  
Fotos Brigitte Neumann und pixabay.de**



## Tipp 2: Ingwer

Bei Reiseübelkeit/allgemeiner Übelkeit hat sich das Kauen von kleinen Ingwerstückchen bewährt.

## Tipp 3: Reiniger selber machen!

Natürlicher Reiniger für Küche und Bad mit herrlichem Zitronenduft

Benötigt werden:

ca. 500 g Schalen von Zitrusfrüchten  
ca. 500 ml Tafelessig  
ein großes Einmachglas oder ähnliches

Hier die Anleitung zur Herstellung:

1. Schalen der Zitrusfrüchte dicht in das Gefäß füllen.
2. Mit Essig auffüllen, bis die Schalen bedeckt sind.
3. Für zwei bis vier Wochen stehen lassen.
4. Bei Bedarf Essig nachfüllen. Die Schalen sollten immer bedeckt sein, um Schimmel zu vermeiden.



## Tipp 4: Laufen statt fahren!

Im Stadtgebiet zu Fuß gehen oder mit dem Fahrrad fahren.

Dieser Tipp ist einfach umzusetzen. Zu Fuß oder mit dem Fahrrad unterwegs zu sein bringt viele Vorteile. Es kostet nichts, die regelmäßige Bewegung fördert die Gesundheit, man muss keinen Parkplatz suchen, mit dem Fahrrad „parkt“ man direkt vor jedem Geschäft, es ergeben sich mehr Gelegenheiten für nette Begegnungen und nicht zuletzt tut man für die Umwelt etwas Gutes.

## Tipp 1: Feste Seife benutzen

Unser Einstieg Plastik zu sparen, gelang uns über das Kaufen und Benutzen von fester Seife. Inzwischen gibt es in fast jedem Drogerie- und Supermarkt eine Auswahl an Hand-, Dusch- und Haarseifen aus natürlichen Rohstoffen, die kein Bisphenol A (BPA) enthalten und meist in Papier oder Karton verpackt sind. Einmal eingekauft fällt die Umstellung leicht, auch wenn man bei der Haarseife evtl. verschiedene Produkte ausprobieren muss, um die richtige Seife für den eigenen Haartyp zu finden.



## Tipp 5: Werbepost reduzieren

Geht es Ihnen nicht auch so? Die Werbung aus dem Briefkasten landet meist ungelesen im Altpapier. Oder man schaut sie durch und ärgert sich anschließend noch über die Zeitverschwendung. Gehen Sie es an:

Bringen Sie einen Aufkleber „Keine Werbung“ am Briefkasten an. Schreiben Sie „Zurück an Absender“ auf unerwünschte Sendungen und werfen Sie diese in einen Postbriefkasten. Kontaktieren Sie Firmen und bitten um das Entfernen Ihrer Daten aus der Kundendatei. Bei einem Einkauf im Internet immer das Kontrollkästchen für Werbung deaktivieren.

## Tipp 6: Unser tägliches Brot

Brot ist unser tägliches Lebensmittel. Es gibt es in zahlreichen Sorten und immer schön frisch! Brot vom Vortag oder noch älter wird oftmals weggeworfen. Allein in Deutschland landen jährlich 1,7 Millionen Tonnen Brot und Backwaren im Müll. Altbrot schmeckt jedoch weiterhin und lässt sich zu leckeren Speisen verarbeiten. Versuchen Sie zum Beispiel Semmelknödel aus Wecken- und Brotresten, eine leckere Beilage zu Gulasch, Sauerkraut oder Sahnechampignons.

Grundrezept für einen großen Semmelknödel

8 - 10 alte Wecken (auch gemischt mit Brezeln, Schwarzbrot u.a.), Salz, wer möchte kann auch Kümmel dazu geben, 1/8 l lauwarme Milch, 3-4 Eier, eine Zwiebel, Petersilie, 20 g Fett zum Andünsten; zum Kochen reichlich Salzwasser.

1) Wecken und Brotreste in feine Scheiben schneiden, salzen, mit lauwarmen Milch übergießen, zugedeckt 20 bis 30 Minuten ziehen lassen.

2) Geschnittene Zwiebel und gewiegte Petersilie im Fett andünsten, anschließend diese und die Eier zu den Wecken geben, zu Teig verarbeiten und abschmecken. Aus der Teigmasse einen großen Knödel (oder nach Bleiben auch mehrere kleine Knödel) formen. Sollte der Teig zu nass sein, dann noch etwas Semmelbrösel dazu geben. Sollte der Teig zu bröselig sein, dann noch etwas Milch darunter mischen.

3) Knödel in kochendes Salzwasser einlegen, zugedeckt rasch bis zum Kochen kommen lassen, dann halboffen 15 bis 20 Minuten (je nach Knödelgröße) ziehen lassen.

4) Gare(n) Knödel mit Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen, gut abtropfen lassen und sofort servieren.

**Nicht für die Tonne!**



## Tipp 10: Vielfältiger Kaffeesatz

Bei uns wird der Kaffeesatz weiterverwendet. Entweder wird er ins Spülbecken gegossen und runtergeschwenkt. Dadurch wird der Abfluss sauber gemacht (sozusagen durch ein Peeling). Oder wir düngen unsere Pflanzen damit. Wichtig ist nur, dass der Kaffeesatz nicht schimmelt.

Wer mag, kann den Kaffeesatz auch als Peeling für den Körper verwenden.

## Tipp 11: Ameisenschreck!

Lästige Ameisen im Haus kriegt man los, wenn man als Grenze Backpulver streut oder einen Kreidestrich zieht. Die Ameisen werden das Backpulver/den Kreidestrich nicht überschreiten.



## Tipp 12: Unverpackt einkaufen

Wann immer möglich (aufgrund der Corona-Maßnahmen zur Zeit eher schwierig) eigene Gefäße und Taschen zum Einkaufen mitnehmen und Käse, Wurst, Obst und Gemüse dort einpacken (lassen). Milch, Sahne, Joghurt und Quark im Mehrwegglas bevorzugen.

Für Fortgeschrittene: Im Unverpackt-Laden, auf dem Markt oder auf dem Bauernhof einkaufen, alternativ eine Bio-Kiste abonnieren.

## Tipps 7-9: Für jeden machbar

Täglich fülle ich mir mein Trinken für die Arbeit via Wassersprudler in eine Glasflasche ab. Das spart lästige PET-Flaschen und den Gang zum Pfandautomaten.

Dran denken: Papier hat immer eine Vorder- und Rückseite. So kann die Rückseite eines bedruckten Papiers durchaus als Einkaufszettel oder Notizpapier dienen.

Saubere Margarine- oder Frischkäse-Verpackungen eignen sich hervorragend, um Kleinteile aufzubewahren.



## Tipp 13: Kleidung bewusst einkaufen

Wieviel Kleidung brauchen wir wirklich? Liegen nicht viele Teile wenig getragen im Schrank? Deshalb vor jedem Kleiderkauf erst einmal überlegen: Brauche ich das wirklich? Passt es zu meinem Stil? Kann ich es kombinieren? Hat es Chancen, mein Lieblingskleidungsstück zu werden?

Am besten kauft man Kleidung Second Hand. Hier macht allein das Stöbern schon viel Spaß.

Ansonsten gilt, weniger ist mehr und da lohnt es, sich nach ökologisch und fair produzierter Kleidung umzuschauen. Immer mehr Modehäuser (auch in Süßen!) haben solche Kleider im Angebot. Einfach im Lieblingsgeschäft mal nachfragen. Die Nachfrage bestimmt das Angebot! Und wer vor Ort nichts findet: Im Internet gibt es inzwischen einige Slow Fashion Anbieter.

## ■ Das Wort Gottes in einfacher Sprache: Die neue BasisBibel

Eine neue Bibel für eine neue Zeit  
Am 21. Januar 2021 erschien bei der Deutschen Bibelgesellschaft eine neue Übersetzung: die BasisBibel. Warum brauchen wir denn eine neue Übersetzung?, wird sich der eine oder andere vielleicht fragen. Gibt es nicht schon genug deutsche Bibelübersetzungen?

Sprache verändert sich. Als Martin Luther vor 500 Jahren die Bibel ins Deutsche übertrug, lautete sein Erfolgsrezept: „dem Volk auf's Maul schauen“. Er suchte und fand eine Sprache, die auch die einfachen Menschen damals verstanden. Doch die Sprache von damals ist nicht mehr die Sprache von heute. Wie bei jedem Klassiker der Weltliteratur wird deshalb auch für die Bibel von Zeit zu Zeit eine Neuübersetzung notwendig, damit Menschen von heute sie lesen und verstehen können. Das gilt insbesondere für junge Menschen, die mit der traditionellen Sprache und Bildwelt der Bibel nicht vertraut sind.

Doch nicht nur Sprache verändert sich, sondern auch die Art, wie wir lesen. Im Zeitalter digitaler Medien hat sich das Leseverhalten grundlegend verändert. Messenger-Dienste, Online-Berichterstattung, Social Media: Die Textmenge, mit der Menschen jeden Tag konfrontiert werden, nimmt stetig zu. Zeit und Bereitschaft für eine intensive Lesebeschäftigung nehmen dagegen ab. Der lesefreundliche Text der BasisBibel wurde von Anfang an für das Lesen am Bildschirm oder Display konzipiert. Es gibt diese Übersetzung deshalb nicht nur als Buch, sondern auch als Online-Bibel im Internet und in der App Die-Bibel.de.

Was zeichnet die BasisBibel aus?  
Die BasisBibel ist einfach zu lesen und gut zu verstehen. Dazu trägt ihre klare und prägnante Sprache bei, aber auch die Zusatzinformationen sowie ihr innovatives Design. Sowohl die Übersetzung als auch ihre Erklärungstexte wurden auf Basis aktueller Erkenntnisse in der biblischen Forschung vorgenommen. Insgesamt wirkten über 40 Theologinnen und Theologen an der Übersetzung und Prüfung des Textes mit. Dadurch wird neben der



Verständlichkeit auch die inhaltliche Genauigkeit gewährleistet.

Die Sätze der BasisBibel sind in der Regel nicht länger als 16 Wörter und bestehen höchstens aus einem Haupt- und einem Nebensatz. Auch die sprachliche Struktur des BasisBibel-Textes folgt dem Gebot der Einfachheit: Alle Informationen innerhalb eines Satzes sind nacheinander und linear angeordnet. Das heißt, es gibt keine Schachtelsätze oder Einschübe, die den Lesefluss unterbrechen und das Verstehen erschweren. Charakteristisch ist auch das Schriftbild der BasisBibel, denn diese Sinneinheiten werden in den bisherigen Teilausgaben je auf einer eigenen Zeile abgebildet. Das erleichtert das Lesen, Aufnehmen und Verstehen des Textes.

Begriffe, die für die Sprache der Bibel zentral sind, deren Verständnis heute aber nicht vorausgesetzt werden kann, erfordern eine eigene Erklärung. In der BasisBibel werden solche Wörter nicht im Bibeltext umschrieben, wie es in vielen modernen Bibelübersetzungen üblich ist. Begriffe wie „Gnade“, „Reich Gottes“ oder „Messias“ werden stattdessen farblich hervorgehoben und in einem zusätzlichen Kurztext am Rand erläutert.

Für die BasisBibel wurden alle biblischen Texte vollständig neu übersetzt. Grundlage dafür sind die hebräischen und aramäischen Schriften des Alten Testaments sowie der griechische Text des Neuen Testaments. Die Übersetzerinnen und Übersetzer nutzten dafür die aktuellsten wissenschaftlichen Ausgaben, die den Bibeltext am zuverlässigsten wiedergeben. Bei der Übersetzung aus diesen Urtexten wurde Wert daraufgelegt, die ursprüngliche Bedeutung möglichst genau wiederzugeben. Eine weitere Maßgabe der BasisBibel Übersetzung ist, dass wiederkehrende Begriffe im

Urtext auch in der Übersetzung nachvollziehbar sind. Gleiche Stellen in den Evangelien beispielsweise sind in der BasisBibel auch als solche vom Wortlaut erkennbar.

Die BasisBibel ist dadurch einfach zu lesen und gut zu verstehen. Der Rat der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD) empfiehlt sie aus diesem Grund für die Arbeit mit Konfirmanden und Jugendlichen sowie allgemein für eine „Erstbegegnung mit der Bibel“.

Ausgaben der BasisBibel: Kompakt und Komfortabel

Das Neue Testament mit den Psalmen ist bereits 2012 erschienen. Nun ist auch das gesamte Alte Testament übersetzt und in diesem Zuge wurde das Neue Testament noch einmal nachbearbeitet. Für die Vollbibel stellte sich eine knifflige Frage: Wie kann man die großzügige Typographie beibehalten, nach der jede Sinneinheit in einer eigenen Zeile steht zuzüglich der Randerklärungen, ohne nachher einen unhandlichen Wälzer von 4000 Seiten in der Hand zu haben?

Als Antwort auf diese Frage wird die BasisBibel nun in zwei Ausgaben angeboten: Die Komfort-Ausgabe behält das Schriftbild der bisherigen Psalmen- und NT-Ausgabe bei. Jede Sinneinheit innerhalb eines Satzes wird auf einer eigenen Zeile abgedruckt, alle Zusatzklärungen sind vorhanden. Durch eine besonders platzsparende Schrift und ein entsprechendes Layout konnte die Seitenzahl unter 3000 gehalten werden. Die Kompaktausgabe mit knapp 2000 Seiten verzichtet auf den Zeilenumbruch nach Sinneinheiten und bietet dafür einen einspaltigen Blocksatz wie ein Roman. Die Randerklärungen sind dennoch enthalten. Die Ausgabe ist handlicher und bietet sich vor allem für die Verwendung im Religionsunterricht sowie in der Jugendarbeit an.

BasisBibel digital  
Auch in ihrem ureigensten Gebiet, dem digitalen Raum, steht die BasisBibel zur Verfügung, und zwar auf [www.basisbibel.de](http://www.basisbibel.de). Hier sind zusätzliche Informationen zu verschiedenen Begriffen über einen Link zu finden. Neben den Zusatzinformationen gibt es weitere

biblerschließende Medien wie Fotos, Videos und Landkarten. Nach dem Erscheinen der BasisBibel als Buch sollen diese digitalen Angebote nach und nach erweitert und ausgebaut werden. Dabei sind die Rückmeldungen von Nutzerinnen und Nutzern sehr willkommen und sollen berücksichtigt werden. All das macht die BasisBibel zur Bibelübersetzung des 21. Jahrhunderts. Die Bibel lesen und verstehen: Nie war das einfacher als mit der BasisBibel.

Anmerkung der Redaktion: Wenn Sie sich für die BasisBibel interessieren, bestellen Sie diese bitte über Ihren lokalen Buchhändler.

**Text und Fotos: Deutsche Bibelgesellschaft.**



## Unsere Kinderseite

### Bienen sind unsere Lebensretter

Bienen, die kleinen, schwarz-gelben, fliegenden und summenden Objekte sind unsere Lebensretter! - Ja, ganz genau, die kleinen Dinger! Sie fliegen von Blüte zu Blüte und saugen mit ihrem Rüssel den Nektar aus der leckeren Blume. Den Blütenpollen nehmen sie mit ihren Beinchen mit. Ganz nebenbei bestäuben sie somit viele Blüten. Ein Apfel kann zum Beispiel erst wachsen, wenn seine Blüte im Frühling von einer Biene bestäubt wurde. Allerdings wird es für die Biennen immer schwieriger Nahrung zu finden. Nicht alle Blumen sind geeignet für den leckeren Nektar.

#### Zum Abholen

Deshalb haben wir für dich in den Kirchen **Samenmischungen** ausgelegt, die du abholen und in deinem Garten oder einem Topf auf dem Balkon aussäen kannst. Hilfe somit den Bienen zu überleben, denn sie helfen auch dir! Und übrigens... ganz nebenbei machen sie noch leckeren Honig.

### Wunderblume

Lege ein buntes Tonpapier zurecht.  
Zeichne eine Blume nach dem nebenstehenden Muster ab.  
Für den Kreis innen kannst du eine Tasse oder ein Glas zur Hilfe nehmen.  
Schneide sie aus und knicke alles nach innen.



Lege sie nun in eine Schale mit Wasser  
Du wirst staunen was passiert!

Text und Idee von Carsten Gerusel

## Christinas Buchtipp: „Das Lied des Hirten“

Dies ist ein wahrlich beeindruckender Roman über Psalm 23.

Auf einem kleinen Zettel geht dieser Psalm auf eine Reise um die Welt und verändert jede der 12 Personen auf dauerhafte Weise. Egal, ob der verwundete Soldat im Krieg oder der junge Mann, der vom rechten Weg abgekommen ist, der trauernde Witwer oder die kenianische Marathonläuferin, sie alle werden, wie auch der Leser selbst, von diesem Psalm 23 verändert.

Beeindruckend ist auch der Hintergrund der beiden Autorinnen, die als Schwestern gemeinsam dieses und noch weitere Bücher schrieben, obwohl sie über 2 Autostunden voneinander entfernt

### Das Kleingedruckte

Herausgegeben vom Ausschuss für  
Öffentlichkeitsarbeit der Katholischen Seelsorgeeinheit  
Süßen-Gingen-Kuchen.

Redaktionsteam dieser Ausgabe:

Frank Calisse, Andreas Czerwinski, Cäcilia Gelmar,  
Carsten Gerusel, Brigitte Neumann, Gudula Schaich-Fischer,  
Kristina Stadelmayer, Jürgen Valenta

Telefon: 0 71 62 / 72 79  
Internet: [www.se-sgk.de](http://www.se-sgk.de)  
Mail: [MariaeHimmelfahrt.Suessen@drs.de](mailto:MariaeHimmelfahrt.Suessen@drs.de)

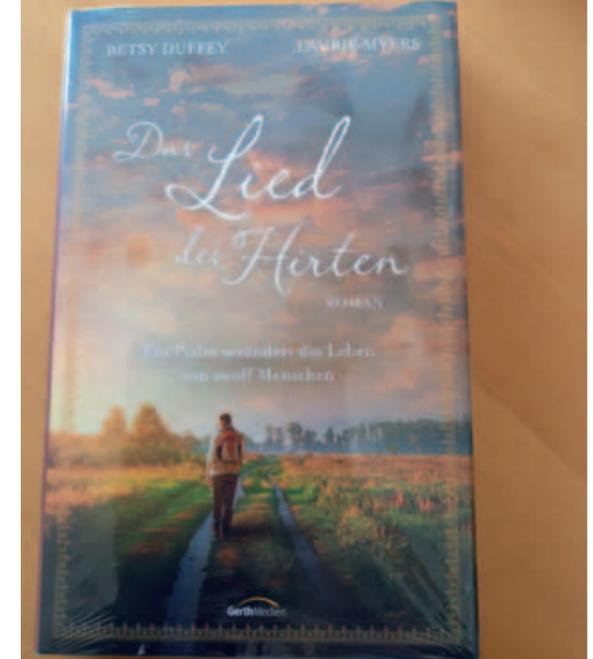
Verantwortlich i. S. des Presserechts  
Pater Joseph Shaji CMI, Pfarrer der Seelsorgeeinheit

Haftungsausschluss:  
Namentlich gezeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall  
die Meinung des Herausgebers oder der Redaktion wider.

Seitengestaltung und Satz  
Frank Calisse

Druck: Druckservice Peter Beck, Süßen  
Auflage: 4.500 Exemplare

Verbreitungsbereich: Süßen, Gingen, Kuchen



wohnen. Die Technik macht es möglich.  
Das Buch ist bei Gerth Medien erschienen und kostet 14,99 Euro.

Text und Foto von Christina Weiss

**Pfarramt Süßen - Mariä Himmelfahrt**  
Lange Straße 24 - 73079 Süßen

Tel. 0 71 62 / 72 79  
Fax 0 71 62 / 4 34 24  
Mail [MariaeHimmelfahrt.Suessen@drs.de](mailto:MariaeHimmelfahrt.Suessen@drs.de)

**Bürozeiten**  
Mo. u. Fr. 10.00 - 12.00 Uhr  
Di. u. Do. 15.00 - 18.00 Uhr

**Bankverbindung - Volksbank Göppingen**  
BIC GE NO DE 51VGP  
IBAN DE 2661 0605 0001 2168 0002

**Pfarramt Kuchen/Gingen - Zum Heiligen Kreuz**  
Filsstraße 2 - 73329 Kuchen

Tel. 0 73 31 / 8 12 86  
Fax 0 73 31 / 8 35 42  
Mail [ZumHeiligenKreuz.Kuchen@drs.de](mailto:ZumHeiligenKreuz.Kuchen@drs.de)

**Bürozeiten**  
Mo., Mi. u. Do. 09.30 - 11.00 Uhr  
Di. 15.00 - 18.00 Uhr

**Bankverbindung - Kreissparkasse Göppingen**  
BIC GO PS DE 6GXXX  
IBAN DE 6061 0500 0000 0501 6532



# Kunterbuntes Gemeindeleben

