

POSITIONEN



Alltagsübung

Monika Pretenthaler
Sonntagskatech., 4. Februar 2024

Angeregt von einem Video, in dem der 6-jährige Ali Sherazi die eindrücklichen Fragen eines in Indien geborenen und in den USA lebenden spirituellen Lehrers sehr lebendig vermittelt, frage ich heute: Was üben oder praktizieren wir in unserem Alltag?

Üben wir Freude? Praktizieren wir Frieden? Schauen wir liebevoll und mit Freundlichkeit auf unsere alltäglichen Aufgaben? Oder üben wir Ärger, Abwertung, Besserwisseri oder gar Wut?

Übung und regelmäßige Praxis haben ihre Wirkung – wir verinnerlichen das Geübte, und wir werden richtig gut darin!

Es ist also nicht egal, was wir üben: Es prägt die Haltung, mit der wir den Menschen und der Welt begegnen. Nehmen wir das große Schöpfungsgedicht von Genesis 1 als Anregung, das – mitten im Chaos des babylonischen Exils und der damit verbundenen existenziellen Verunsicherung – das Vertrauen auf eine ganz andere Sicht stärken möchte: die gute Ordnung der Natur und die Zusage, dass die Menschen als sehr gute Visitenkarten Gottes bleibende Verantwortung für die Schöpfung haben. Der Refrain dieses Textes wiederholt das nicht umsonst und lädt damit ein, dass wir diese Perspektive verinnerlichen und praktizieren.

Was also wollen wir üben? Jeder Tag ist dafür eine neue Chance.

Monika Pretenthaler

monika.pretenthaler@uni-graz.at



HERZ-JESU-SONNTAGSBRIEF

Aktuelle Informationen zum Pfarrleben

SONNTAG, 11. FEBRUAR

10:00 Familienmesse zum Faschingssonntag

gestaltet vom Kinderliturgiekreis und der Familienmusik Herz-Jesu



anschließend **Krapfenjause für alle Kinder** im Bischof-Zwinger-Saal



Pfarrcafé im Clubraum 1

MITTWOCH, 14. FEBRUAR – ASCHERMITTWOCH

18:30 hl. Messe mit Aschenkreuz

SONNTAG, 18. FEBRUAR – 1. FASTENSONNTAG

10:00 hl. Messe

FREITAG, 23. FEBRUAR

18:30 Kreuzweg – keine hl. Messe

SONNTAG, 25. FEBRUAR – 2. FASTENSONNTAG

10:00 hl. Messe

Wir bitten um Ihre **Spende zum Familienfasttag** für Projekte der katholischen Frauenbewegung

Impulse geben „Kraft zum Aufleben“

„Kraft zum Aufleben“ geben wollen in dieser Fastenzeit wieder **Impulse** von Marlies Pretenthaler-Heckel. Beginnend mit Aschermittwoch werden regelmäßig Impulse in Form von „Alltagspsalmen“, die persönliche Kraftorte im Alltag zum Thema haben, als E-Mail oder WhatsApp-Nachricht verschickt.



Wenn Sie diese Impulse über **WhatsApp-Impulse** erhalten möchten, senden Sie eine WhatsApp-Nachricht an diese Nummer: 0676/87422284. Für **E-Mail-Impulse** tragen Sie Ihre E-Mail-Adresse auf www.katholische-kirche-steiermark.at/aufleben ein.

Die Autorin der Impulse, Marlies Pretenthaler-Heckel, ist Theologin, Geistliche Begleiterin und derzeit als Referentin für Verkündigung und Glaube im diözesanen Fachbereich Pastoral & Theologie tätig.

1. Lesung (Lev 13,1-2.43ac.44ab.45-46)

- ¹ Der HERR sprach zu Mose und Aaron:
² Wenn sich auf der Haut eines Menschen eine Schwellung, ein Ausschlag oder ein heller Fleck bildet und auf der Haut zu einem Anzeichen von Aussatz wird, soll man ihn zum Priester Aaron oder zu einem seiner Söhne, den Priestern, führen.
^{43a} Der Priester soll ihn untersuchen. Stellt er eine hellrote Aussatzschwellung fest, die wie Hautaussatz aussieht,
^{44a} so ist der Mensch aussätzig; er ist unrein. Der Priester muss ihn für unrein erklären.
⁴⁵ Der Aussätzige mit dem Anzeichen soll eingerissene Kleider tragen und das Kopfhaar ungekämmt lassen; er soll den Bart verhüllen und ausrufen: Unrein! Unrein!
⁴⁶ Solange das Anzeichen an ihm besteht, bleibt er unrein; er ist unrein. Er soll abgesondert wohnen, außerhalb des Lagers soll er sich aufhalten.

2. Lesung (1 Kor 10,31 - 11,1)

- Schwestern und Brüder! Ob ihr esst oder trinkt oder etwas anderes tut: Tut
³¹ alles zur Verherrlichung Gottes!
³² Gebt weder Juden noch Griechen noch der Kirche Gottes Anlass zu einem Vorwurf!
³³ Auch ich suche allen in allem entgegenzukommen; ich suche nicht meinen Nutzen, sondern den Nutzen aller, damit sie gerettet werden.
¹ Nehmt mich zum Vorbild, wie ich Christus zum Vorbild nehme!

Evangelium (Mk 1,40-45)

- ⁴⁰ In jener Zeit kam ein Aussätziger zu Jesus und bat ihn um Hilfe; er fiel vor ihm auf die Knie und sagte: Wenn du willst, kannst du mich rein machen.
⁴¹ Jesus hatte Mitleid mit ihm; er streckte die Hand aus, berührte ihn und sagte: Ich will - werde rein!
⁴² Sogleich verschwand der Aussatz und der Mann war rein.
⁴³ Jesus schickte ihn weg, wies ihn streng an
⁴⁴ und sagte zu ihm: Sieh, dass du niemandem etwas sagst, sondern geh, zeig dich dem Priester und bring für deine Reinigung dar, was Mose festgesetzt hat - ihnen zum Zeugnis.
⁴⁵ Der Mann aber ging weg und verkündete bei jeder Gelegenheit, was geschehen war; er verbreitete die Geschichte, sodass sich Jesus in keiner Stadt mehr zeigen konnte; er hielt sich nur noch an einsamen Orten auf. Dennoch kamen die Leute von überallher zu ihm.



Jesus lässt dich ins Reine kommen

Voll Hoffnung, dass ihn dieser heilt,
ein kranker Mensch zu Jesus eilt.
Er ist vom Aussatz schlimm befallen
und muss auf Abstand geh'n zu allen.
So kommt zum körperlichen Leid
auch noch dazu die Einsamkeit.
Doch wer kann schon in solchen Lagen
sein Schicksal ganz alleine tragen?
Vom Aussatz gibt es viele Formen.
Wer nicht recht passt in uns're Normen,
wer queer und anders fühlt und denkt,
wird sehr schnell an den Rand gedrängt.
Wem unser Klima Sorgen macht,
der wird mit Hass und Spott bedacht.
Wer seine Meinung offen sagt,
nicht selten über Mobbing klagt.
Dabei bedenken wir mitnichten,
welchen Schaden wir anrichten.
Hat wer an dir was auszusetzen,
wird es auch dich zutiefst verletzen.
Darfst du nicht sein, so wie du bist,
fühlst du dich klein, wertlos wie Mist.
Und was dich in der Seele kränkt,
das wird auch auf den Leib gelenkt.
Aussätzig fühlen sich geschwind,
die nicht mit sich im Reinen sind.
Oft staut sich's an seit vielen Jahren,
was aus der Haut sie nun lässt fahren.
Bitt' Jesus doch, dich zu berühren,
er lässt dich Gottes Liebe spüren.
Er weiß dich voll und ganz zu schätzen
und hat rein gar nichts auszusetzen.