




das
zeichen

KA | Die Zeitschrift des
Katholischen
Apostolats

Maßvoll bleiben – eine Tugend

- 
- + Fasten und Verzichten schärft die Sinne
 - + „Der Tod ist die beste Erfindung des Lebens“
 - + Nach der Not der barocke Rausch

4

GERTRUD BREM

Eine altmodische Tugend

Das Wort ist vielleicht etwas aus der Mode gekommen: Tugend. Und die Mäßigung, das rechte Maß zu halten, das ist eindeutig eine Tugend, wenn nicht gar die Mutter aller Tugenden. Das jedenfalls dachten schon die alten griechischen Philosophen.

8

HERMA BRANDENBURGER

Der Mensch ist gierig

Der Mensch ist nicht von Geburt an tugendhaft und gut. Auch nicht maßvoll. Davon erzählt auch die Bibel, wenn sie den Konflikt zwischen Jakob und Esau aufgreift. Grund allen Übels war auch hier das Gegenteil der Mäßigung, nämlich die Gier.



12

ANDREAS STEIDEL

Der Tod als Antreiber

So seltsam es klingt: Wenn es den Tod nicht gäbe, hätten wir keine Zeit, um glücklich zu sein. Die Begrenzung unserer Zeit führt dazu, dass wir unser Leben in die Hand nehmen und sinnvoll nutzen wollen. Insofern ist weniger tatsächlich mehr.

24

P. ALEXANDER HOLZBACH

Den Lebenswandel ändern

Klimaschutz ist eine geistliche und spirituelle Angelegenheit. Darauf weist uns Papst Franziskus immer wieder hin. Es geht um Gottes gute Schöpfung, die wir bewahren sollen. Und wenn nach der Methode des Schützens gefragt wird, dann sagt auch der Papst: Ändert euren Lebenswandel und werdet bescheidener.



Die Mitte wiederfinden – zum Glück

Was tüftelt die Welt nur an neuen Technologien und Methoden, um sich den bisherigen Lebensstil zu erlauben. Sprintsparende Autos, energiesparende Kühlschränke, Photovoltaik-Anlagen und Wärmepumpen! Ja, der Mensch ist Gott sei Dank erfinderrisch und hat sich so schon aus mancher Notlage gerettet. Nur: Was die Ökologie und die Klimakrise betrifft, hat der Club of Rome, ein Zusammenschluss von Nachhaltigkeits-Experten, in den 70er-Jahren schon formuliert, was die Religionen schon immer wussten: In einer endlichen Welt kann es kein unendliches Wachstum geben.

Wer diese Erkenntnis ernst nimmt, der darf nicht nur auf moderne Technologien setzen, sondern muss zur Kenntnis nehmen, dass der wichtigste Faktor beim Ziel der Nachhaltigkeit der Mensch ist. Und zwar der Mensch und sein Konsumverhalten. Die Menschheit müsste eine große geistige und spirituelle Kraftanstrengung wagen: nämlich weniger zu verbrauchen und endlich Maß zu halten.

Nicht umsonst ist die Mäßigung eine der vier Kardinaltugenden - neben Klugheit und Weisheit, Gerechtigkeit sowie Tapferkeit und Mut. Die Fähigkeit, das rechte Maß zu halten, wurde schon

von den griechischen Philosophen als die Tugend angesehen, die Mitte im Leben zu halten. Und diese Mitte zu halten, ist alles andere als Mittelmaß. Es ist die hohe Kunst des guten Lebens.

Überlegen Sie selbst einmal, wo Sie in Ihrem Leben die Mitte erneut finden wollen. Zwischen Behalten und Hergeben, zwischen Verzicht und Konsum, zwischen Fülle und Leere. Wir alle sind aufgerufen, die Mitte wieder zu entdecken, wenn wir diesen Planeten und unser Dasein bewahren wollen. Und wer sich auf seine Mitte neu einpendelt, der wird nicht unglücklich, sondern glücklich.

Ihr



ALEXANDER SCHWEDA
CHEFREDAKTEUR

Fasten und Verzichten schärft die Sinne	6
P. Jörg Müller	
Respekt, wer Nein sagen kann	10
Vera Novelli	
Die kleinen Dinge	14
Cilli Kehsler	
hin und her	16
Michael Lehmler	
Mein Maß – Meine Entscheidung	18
Claudia Nietsch-Ochs	
Wenn Fasten, dann Fasten, wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn	20
P. Heinz-Willi Rivert	
Nach der Not der barocke Rausch	22
P. Peter Hinsien	
Das Zeichen des Monats	30
der Regenbogen	

Themen 2024

IM NÄCHSTEN HEFT:

Heilige – heute und damals

MAI 2024

Das Modell Ehe

„Der Tod ist die beste Erfindung des Lebens“

Die Zeit ist knapp, die Zeit ist begrenzt, darüber klagen wir immer wieder: Dabei verleiht die Begrenztheit der Zeit vielen Dingen erst ihren Wert, wie wir aus vielen Lebenssituationen wissen.

Mit einem guten Freund war ich vor zehn Jahren in Nashville, Tennessee in den USA. Die Stadt hat eine Vielzahl guter Kneipen mit wunderbarer Live-Musik. Wir sind da mehr zufällig reingerutscht und haben jede Minute genossen. Schade nur, dass wir so wenig Zeit hatten und nach knapp zwei Stunden wieder gehen mussten. Das nächste Mal würden wir dort einen schönen langen Abend einplanen.

Tatsächlich gab es ein nächstes Mal, rund drei Jahre später. Schon kurz nach sieben Uhr saßen wir in der ersten Musik-Bar. Der Abend zog sich wie ein Kaugummi. Statt das unbegrenzte Vergnügen



Bauer und der Tod als Sensesmann, Fresko in den Arkaden im Stadtpark, ehemaliger Friedhof, Schwaz, Inntal, Tirol.

zu genießen, wurde es irgendwie zur Qual. War ja auch nichts mehr Neues, außerdem wurde ich ziemlich müde. Mein Freund leider nicht. So bekamen wir uns über die Frage, wann wir endlich gehen, beinahe in die Haare. Ach, hätten wir doch nur einen Anstusstermin gehabt, wie beim letzten Mal, dann wäre uns das erspart geblieben.

Wie man sich täuschen kann!

Ich habe über diese beiden Erlebnisse oft nachgedacht. Wie man sich doch täuschen kann. Es ist wie mit den drei Programmen im Fernsehen: Als es sie noch gab, ganz ohne Mediathek, Kabel- und Satelliten-TV, wünschte ich mir nichts sehnlicher, als dass es Filme im Überfluss gäbe. Wie hatte ich doch lange Zeit die Amerikaner um ihre 100 Kanäle beneidet!

Als sie dann endlich auch bei uns Realität waren, war der Reiz schnell verflogen. Die zehnte Wiederholung von „Casablanca“ machte auch diesen wunderbaren Film irgendwie belanglos, die unbegrenzte Verfügbarkeit von alten John-Wayne-Western ließ mich schon bald ihre Sendetermine ignorieren. Schade eigentlich, wo man sich früher doch so auf das Programm gefreut hatte.

Zeit ist etwas Kostbares, aber nur, wenn sie nicht unbegrenzt zur Verfügung steht. Das gilt wohl irgendwie auch für die Sendezeit im Fernsehen. Mit dem Urlaub verhält es sich, Stichwort Nashville, ganz ähnlich: Es ist ein Trugschluss, dass das, was wir in kleinen Dosen genossen haben, bei Verdoppelung der Menge automatisch zweimal so schön ist. Ein kurzes Wochenende voller kleiner Überraschungen kann erholsamer sein als eine



ausgedehnte Woche am Strand, deren Ende wir insgeheim herbeisehnen.

Maßhalten ist generell eine gute Idee. Dass das auch für die Zeit gilt, war mir lange nicht klar. Wenn man jung ist, glaubt man sie im Überfluss zu haben. Dann merkt man plötzlich, wie sie verrinnt und schließlich fragt man sich, wo sie geblieben ist. Irgendwann stellt sich die Frage, ob man seine Lebenszeit auch wirklich sinnvoll genutzt hat oder ob sie nur ohne Maß und Ziel vergeudet wurde.

Nutzt eure Zeit

Es war eben das, was der amerikanische Computer-Pionier Steve Jobs bei einer Rede an der Universität Stanford im Juni 2005 den versammelten Studenten und Studentinnen einzubläuen versuchte: Nutzt eure Zeit, lebt euer Leben, arbeitet nicht bloß die Erwartungen anderer ab, sondern fragt euch, was ihr wirklich wollt und was Ihr mit eurer Zukunft anzustellen gedenkt.

Jobs überschrieb das mit der ungewöhnlichen Formel: „Der Tod ist die beste Erfindung des Lebens.“ Nur weil wir sterben müssen und die Zeit auf Erden begrenzt ist, werden wir überhaupt gezwungen, über ihre Verwendung nachzudenken. Das war auch deshalb eine bemerkenswerte Feststellung, weil der Redner schon damals an Bauchspeicheldrüsenkrebs litt und unmittelbar vor Augen hatte, wie begrenzt seine Zeit doch ist.

Es ist nicht lustig, dem Tod ins Gesicht zu schauen. Aber er ermahnt uns tatsächlich, immer mal wieder darüber nachzudenken, was wir mit unserer Lebenszeit anfangen wollen und womit wir sie verplanen. Es hat ein Weilchen gedauert, bis mir klar wurde, dass auch das ein Problem ist: Dass wir zu viel planen.

Als wir das erste Mal in der Musik-Bar in Nashville waren, hatten wir das überhaupt gar nicht vor. Und eben deswegen war es so gut. Überraschung! Es gibt viel zu wenig davon in unserem Leben.

Das hat auch damit zu tun, dass wir ihr kaum Raum und Zeit geben. Statt Neues zu wagen, wiederholen wir sicherheitshalber das Alte. Und sind, oh Wunder, immer wieder enttäuscht.

In den letzten Jahren habe ich mir angewöhnt, bei einer Städtereise nicht mehr großartig vorzuplanen. Ich lasse mich treiben, spaziere durch Häuserschluchten, lasse mich überraschen, wem und was ich dort begegne. Manchmal gehe ich dann auch in eine Kirche hinein, die zufällig auf dem Weg liegt und die in keinem Reiseführer steht. Es ist etwas Wunderbares: Ein paar kostbare Minuten ganz für mich selbst, in denen ich vielleicht auch ein kurzes Gebet sprechen kann.

Wir brauchen nicht nur Zeit für andere, sondern auch für uns und unsere Seele. Ein paar wenige Tage oder Stunden können da Wunder wirken. Doch auch hier gilt: Das zeitlich begrenzte Alleinsein kann eine Wohltat sein, haben wir zu viel davon, beginnen wir uns einsam zu fühlen.

Mit dem Freund verstehe ich mich übrigens noch immer sehr gut. Bald danach haben wir uns über die beiden Abende in den Musik-Bars ausgesprochen und mussten darüber herzlich lachen. „Live and learn“, hat er nur gesagt. Das klingt wie guter Songtitel, vielleicht wird er ja irgendwo einmal auf einer Bühne gespielt. Es muss ja nicht gerade in Nashville, Tennessee sein.

ANDREAS STEIDEL



Ein schönes Geschenk für feinfühlig Menschen, die Mut und Freude suchen und zuversichtlich leben wollen.

das zeichen erscheint 11 Mal im Jahr, inkl. einer Doppelausgabe. Preis: 1,80 € pro Ausgabe, 3,00 € für die Doppelausgabe. Jahresbezug durch Förderer (Austräger): 21,- €, Jahresbezug per Postversand: 27,- €.

Bankverbindung:
Bank für Kirche und Caritas
IBAN: DE87 4726 0307 0018 1817 00
BIC: GENODEM1BKC

Senden Sie bitte die Zeitschrift als Geschenkabonnement

für 1 Jahr bis auf Widerruf

Gültig ab: _____

Name, Vorname

Straße, Nummer

Plz, Ort

Telefon

Unterschrift

Abtrennen und Coupon einsenden an:
das zeichen
Postfach 1162 | 65531 Limburg
oder Mönchsberg 24 | A-5020 Salzburg
kanzlei@pallottiner.org

Abonnement-Empfänger:

Name, Vorname

Straße, Nummer

Plz, Ort

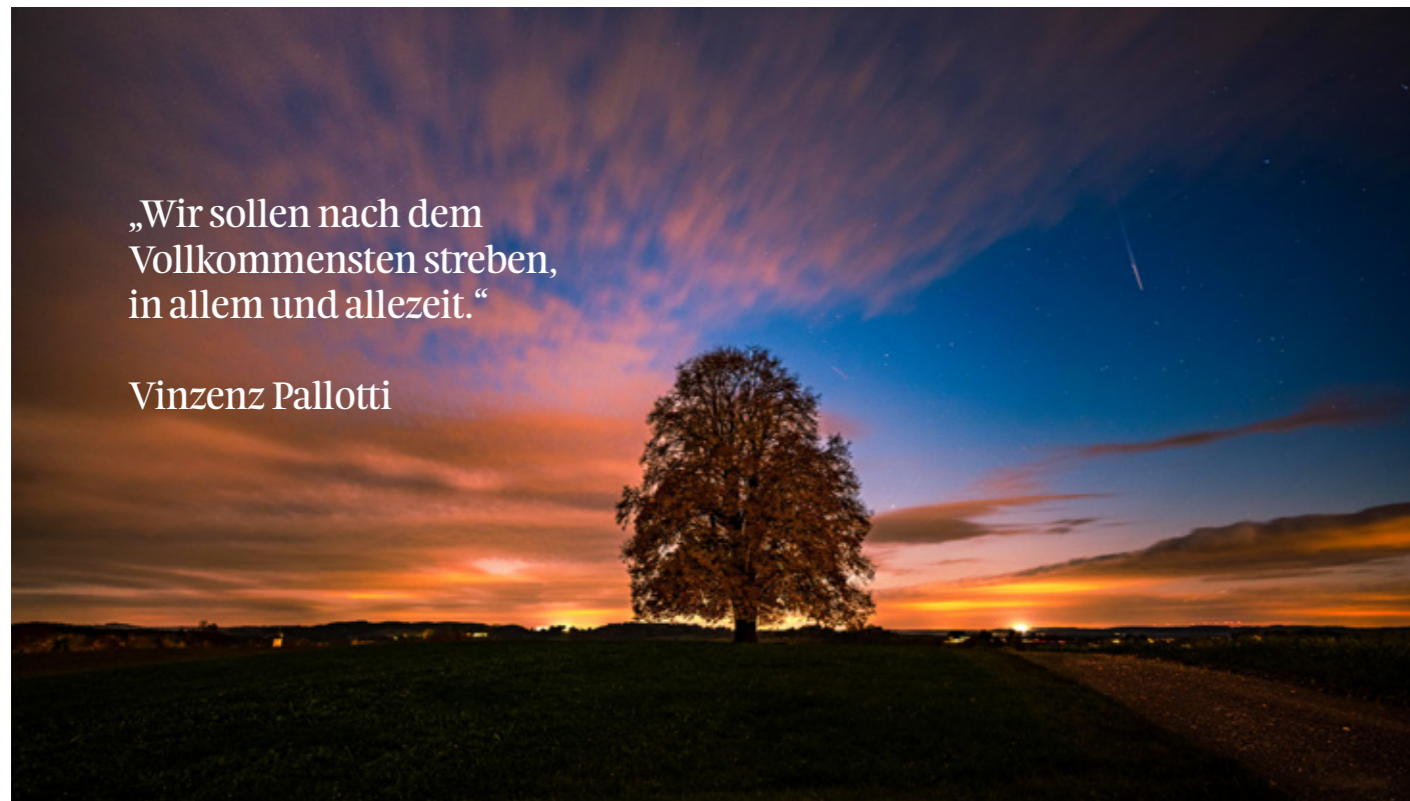
Telefon

1 Fr	Albin, David, Eudokia	13 Mi	Judith, Pauline, Leander	23 Sa	Turibio v. Mongrovejo – Bischof, Rebekka, Otto
2 Sa	Agnes v. Böhmen, Hubert, Karl, Volker	14 Do	Mathilde, Enno	24 So	Palmsonntag , Katharina v. Schweden, Gabriel, Elias
3 So	3. Fastensonntag , Kunigunde, Friedrich	15 Fr	Klemens Maria Hofbauer, Louise, Lukretia, Zacharias	25 Mo	Verkündigung des Herrn, Annunziata, Dismas – Bibl. Gestalt, Maria Rosa, Lucia
4 Mo	Kasimir, Edwin, Humbert	16 Sa	Herbert, Rüdiger	26 Di	Larissa, Ludger, Emanuel
5 Di	Dietmar, Gerda	17 So	5. Fastensonntag , Patrick, Gertrud	27 Mi	Augusta, Ernst, Frowin
6 Mi	Fridolin, Amalie	18 Mo	Cyrell - Bischof, Eduard, Sibylle	28 Do	Gründonnerstag , Guntram, Ingo
7 Do	Perpetua und Felizitas, Reinhard, Volker	19 Di	Josef – Bibl. Gestalt, Marcel	29 Fr	Karfreitag , Berthold, Ludolf
8 Fr	Johannes v. Gott, Gerhard	20 Mi	Claudia, Alexandra, Irmgard, Wolfram	30 Sa	Karsamstag , Dietmut, Leonardo, Maria Resituta
9 Sa	Franziska, Anne, Bruno	21 Do	Benedikt v. Nursia, Emilia, Christian	31 So	Ostersonntag , Amos – Bibl. Gestalt, Kornelia, Klemens
10 So	4. Fastensonntag , Emil, Gustav	22 Fr	Clemens August v. Galen, Lea, Elmar, Reinhilde		
11 Mo	Heinrich Hahn, Rosina, Ulrich				
12 Di	Almut, Beatrix, Serafina				



„Wir sollen nach dem Vollkommensten streben, in allem und allezeit.“

Vinzenz Pallotti



Quellennachweis der Fotos:

Titel Adobe Stock
 S. 3, 4, 9, 10, 18 Adobe Stock
 S. 7, 12, 13, 20 Lisa Bahn Müller
 S. 14 lubomirkin/unsplash
 S. 16 frank mckenna/unsplash
 S. 23 picture alliance
 S. 24 nasa/unsplash
 S. 26 deniz altindas/unsplash
 S. 27 jo sonn/unsplash
 S. 30 mateus campos felipe/unsplash
 S. 31 Rudolf Baier
 Rückseite Rudolf Baier

Erscheinungstag dieser Ausgabe:

1. März 2024
 das zeichen (131. Jahrgang)
 und KA – Katholisches Apostolat
 (90. Jahrgang)

Herausgeber und Verleger:

Pallottiner Körperschaft des öffentlichen Rechts
 Vinzenz-Pallotti-Straße 14
 86316 Friedberg in Bayern
 ISSN 2198-252X

Gesamtherstellung:

Weiss-Druck GmbH & Co. KG
 Hans-Georg-Weiss-Straße 7
 52156 Monschau

Redaktionsanschrift:

das zeichen
 Vinzenz-Pallotti-Straße 14
 86316 Friedberg
 redaktion@pallottiner.org
 Fax: 0821 60052-546

Redaktion:

Alexander Schweda UAC (Chefredakteur), Gertrud Brem, P. Alexander Holzbach SAC, P. Jörg Müller SAC, Vera Novelli

Gestaltung und Layout:

büroeco
 kommunikationsdesign GmbH
 Völkstraße 29
 86150 Augsburg
 www.bueroeco.com

Leserservice:

Provinzkanzlei Nord
 Wiesbadener Straße 1
 65549 Limburg
 Telefon: 06431 401244
 Fax: 06431 401291
 kanzlei@pallottiner.org
Oder
 Provinzkanzlei Süd
 Vinzenz-Pallotti-Str. 14
 86316 Friedberg/Bay.
 Telefon: 0821 60052-580
 Fax: 0821 60052-586
 kanzlei@pallottiner.org

Preis: 1,80 € pro Ausgabe,
 3,00 € für die Doppelausgabe.
 Jahresbezug (11 Ausgaben
 inklusive einer Doppelausgabe):
 durch Förderer (Austräger): 21,- €
 per Postversand: 27,- €



Ein schönes Geschenk für feinfühlig Menschen, die Mut und Freude suchen und zuversichtlich leben wollen.

das zeichen erscheint 11 Mal im Jahr, inkl. einer Doppelausgabe.
 Preis: 1,80 € pro Ausgabe, 3,00 € für die Doppelausgabe. Jahresbezug durch Förderer (Austräger): 21,- €, Jahresbezug per Postversand: 27,- €.

Bankverbindung:

Bank für Kirche und Caritas
 IBAN: DE87 4726 0307 0018 1817 00
 BIC: GENODEM1BKC

Senden Sie bitte die Zeitschrift als Geschenkabonnement

für 1 Jahr bis auf Widerruf

Gültig ab: _____

Name, Vorname _____

Straße, Nummer _____

Plz, Ort _____

Telefon _____

Unterschrift _____

Abtrennen und Coupon einsenden an:
 das zeichen
 Postfach 1162 | 65531 Limburg
oder Mönchsberg 24 | A-5020 Salzburg
 kanzlei@pallottiner.org

Abonnement-Empfänger:

Name, Vorname _____

Straße, Nummer _____

Plz, Ort _____

Telefon _____

