

GRAUBÜNDEN

Nummer 116 | März 2025

PFARRREIBLATT

Fegl parochial grischun | Bollettino parrocchiale grigione



Editorial

Liebe Leserin

Lieber Leser

Am Aschermittwoch, 5. März, beginnt die Fastenzeit, die Vorbereitungszeit auf Ostern. Spontan denken wir beim Wort Fasten an wenig (oder nichts) essen, an Verzicht oder gar an Selbstkasteiung. Die Fastenzeit könnte – und ich meine sollte – aber auch als eine Zeit genutzt werden, in der wir in uns gehen. Die Auferstehung Jesu Christi von den Toten, Ostern, ist das Zentrum unseres Glaubens. Was bedeutet das für uns, die wir auf Jesu Namen getauft sind? Wie setzen wir diese Teilhabe an Christi Tod und Auferstehung in unserem Leben um? Was ist unser Lebenskompass? Was pflegen wir: unser Äusseres oder auch unser Inneres? In unserem Hauptartikel (S. 2–4) erhalten Sie viele Inputs, nicht zuletzt aus der Bibel.

In dieser Ausgabe finden Sie Wissenswertes zur diesjährigen Fastenkampagne (S. 4–6), eine Rezension des neuen Buches von Papst Franziskus (S. 7), Hintergrundwissen zum diesjährigen Weltgebetstag (S. 10) sowie einen einfach formulierten Einblick in das Denken des grossen Dominikaners Thomas von Aquin, der vor 800 Jahren geboren wurde und die westliche Philosophie und Theologie massgeblich prägte hat (S. 6–7).

Auf unserer Jugendseite (S. 11) lesen Sie über die Welt von Social Media. Nicht nur Jugendliche und junge Erwachsene lassen sich von den dort gezeigten Inhalten gerne beeinflussen und viel zu oft irritieren. Vergessen wir nicht: Wir sind Kinder Gottes, wertvoll und geliebt, unabhängig von allen Likes und Klicks!

Mit herzlichem Gruss

Wally Bäbi-Rainalter

Präsidentin der Redaktionskommission



Foto: Bernhard Bislin

DIE VIELEN FACETTEN DES FASTENS

Am 5. März beginnt die Fastenzeit. Doch um was geht es dabei? Vor allem auch in Zeiten des Optimierungswahns, mit dem wir immer wieder konfrontiert werden? Die Antwort ist – wie das Fasten selbst – vielschichtig und mehrdimensional.

Unzufriedenheit mit der eigenen Physis ist in den Ländern des Westens häufig auszumachen. Selbst minderjährige Kinder suchen heute bisweilen nach Lösungen, um etwas zu straffen oder gewisse Körperbereiche fülliger erscheinen zu lassen. Die plastische oder ästhetische Chirurgie ist in erster Linie entwickelt worden, um Menschen nach einem Unfall zu behandeln, beispielsweise um ihr Gesicht oder einzelne Gliedmassen wieder einigermaßen herzustellen. Die entsprechenden medizinischen Behandlungen haben ein hohes Niveau erreicht und sind in der Lage, Menschen von Folgen von Krankheiten oder Unfällen weitestgehend zu befreien.

Ist es zutreffend, dass die Äusserlichkeiten heute stärker im Fokus stehen als die verborgenen, die inneren Werte der Menschen?

Die Nutzung chirurgischer Methoden zur Verbesserung oder Optimierung des eigenen – als nicht genügend schön empfundenen – Körpers kann aus unterschiedlicher Sicht beurteilt werden. Manche Eingriffe haben weniger dramatische Folgen als andere. Eine vermutlich besonders polarisierende Form chirurgischer Tätigkeit ist die Geschlechtsumwandlung; in gewissen Fällen mag das angemessen sein, in anderen Fällen könnte man teilweise von einem Trend oder einer Modeströmung sprechen, wenn insbesondere Jugendliche im Verlauf ihrer Pubertät allenfalls vorschnell gewisse operative Veränderungen wünschen. Chirurgische Arbeit allein reicht nicht, auch Hormontherapien und andere chemische Medikationen sind unerlässlich im Bemühen, die eigenen primären Geschlechtsmerkmale zu verändern. Die Frage der Geschlechtsumwandlung ist ein politisch heiss diskutiertes Thema.



Adobe Stock Fotos

Äusserlichkeiten im Fokus

Zu allen Zeiten haben die Menschen ihre körperlichen Attribute, Schwächen und Vorzüge beeinflusst; mittels entsprechender Kleidung, mittels Schmuck, Bemalung oder Tattoos etc. Die heute möglichen chirurgischen Eingriffe sind jedoch von so hoher Qualität, dass es ohne Weiteres möglich ist, ganz wesentliche Veränderungen am Körper vorzunehmen. Das sind Fortschritte, die besonders viel Einfluss haben auf das Individuum; auf die gesamte Gesellschaft.

Ist es zutreffend, festzustellen, dass die Äusserlichkeiten heute stärker im Fokus stehen als die verborgenen, die inneren Werte der Menschen? Stimmt es, wenn behauptet wird, dass die mühsame Arbeit am eigenen Charakter verdrängt wird durch verhältnismässig schnelle operative Eingriffe? Haben Kritikerinnen und Kritiker recht, wenn sie einen Verlust an spiritueller Kompetenz monieren; wenn sie gleichzeitig eine manchmal hedonistisch anmutende Körperlichkeit hinterfragen?

Hilfsmittel für oberflächliche Ziele

Diese Spannung zwischen Innerlichkeit und Äusserlichkeit zeigt sich insbesondere in der Fastenzeit. Üblicherweise versteht man unter Fasten eine verminderte Nahrungsaufnahme; allenfalls eine nach spezifischen Kriterien zusammengestellte Spezialdiät. Nebst besonderen gesundheitlichen Wirkungen des Fastens geht es häufig auch darum, überflüssige Kilos loszuwerden oder abzuspecken, wie man manchmal sagt.

Wer das Ziel verfolgt, einige Kilos Körpergewicht zu verlieren, der kann zwischenzeitlich – anstelle von klassischen Übungen wie «Iss die Hälfte», «Alkoholverzicht» oder gesunder Diät – auch die Chemie zu Hilfe nehmen; Abnehmspritzen wie Ozempic nutzen besondere Wirkstoffe (z. B. Semaglutid), um das Hungergefühl zu dämpfen. Die Stars und Sternchen scheinen geradezu verrückt nach solchen Hilfsmitteln zu sein. Die Absatzquote der Abnehmspritzen ist enorm hoch. Und die Nachahmer sind viele.

Wie mit dem berühmten Jo-Jo-Effekt und allfälligen Nebenwirkungen umgegangen wird, das muss jede einzelne Person für sich entscheiden. Es ist zu hoffen, dass sich die Konsumenten solcher Hilfsmittel frühzeitig Rechenschaft bezüglich dieser Effekte ablegen.

Ganzheitlicher denken

Nochmals stellt sich die Frage: Reicht es, äusserlich zwar an Gewicht zu verlieren, innerlich jedoch weiterhin behäbig, unbeweglich, dickhäutig und wenig sensibel zu bleiben? Wieder stellt sich die Frage von Aussen und Innen – in welcher Beziehung stehen die beiden Sphären einer Person



zueinander? Was fördert die gesamte Gesundheit, das eigene Wohlbefinden und die lebenswürdige Aufmerksamkeit den andern Menschen gegenüber?

Die Verminderung der Nahrungsaufnahme kann tatsächlich eine erhöhte Sensibilität bewirken. Der Umgang miteinander könnte also vielleicht aufmerksamer, liebevoller, zuvorkommender oder einfühlsamer werden. Das wäre kein Schaden in einer Welt, die eher von Rücksichtslosigkeit geprägt wird.

*Was fördert die gesamte Gesundheit,
das eigene Wohlbefinden
und die lebenswürdige Aufmerksamkeit
den andern Menschen gegenüber?*

Die alten geistlichen Ratschläge für das Fasten sind heute etwas aus der Mode gekommen. Oder kennen Sie die Hinweise, die uns der Prophet Jesaja gibt? Im 58. Kapitel des Jesaja-Buches lesen wir folgendes:

Ein Fasten, das dem Herrn gefällt

Ihr fastet zwar, aber gleichzeitig zankt und streitet ihr und schlagt mit roher Faust zu. Wenn das ein Fasten sein soll, dann höre ich eure Gebete nicht! Denkt ihr, mir einen Gefallen zu tun, wenn ihr bloss auf Essen und Trinken verzichtet, den Kopf hängen lasst und euch in Trauergewändern in die Asche setzt? Nennt ihr so etwas «Fasten»? Ist das ein Tag, an dem ich, der HERR, Freude habe?

Nein – ein Fasten, das mir gefällt, sieht anders aus: Löst die Fesseln der Menschen, die man zu Unrecht gefangen hält, befreit sie vom drückenden Joch der Sklaverei und gebt ihnen ihre Freiheit wieder! Schafft jede Art von Unterdrückung ab! Teilt euer Brot mit den Hungrigen, nehmt Obdachlose bei euch auf, und wenn ihr einem begegnet, der in Lumpen herumläuft, gebt ihm

*Schneller, stärker,
schöner – die inneren
Werte sollten
mit der gleichen
Aufmerksamkeit
gepflegt werden wie
die äusseren. Gerade
in der Fastenzeit.*

Gerade in der Fastenzeit eine wichtige Frage: Wie verhalten sich Inneres und Äusseres zueinander?



Adobe Stock Fotos

*Fasten besteht darin,
sich das Wohlwollen Gottes
und die Barmherzigkeit
Gottes zum Vorbild zu nehmen.*

Der Prophet Jesaja wusste noch nichts von einer Abnehmspritze; er kannte die Wirkung von Semaglutid nicht. Vermutlich war ihm auch der Jo-Jo-Effekt nicht geläufig. Für Jesaja bedeutete Fasten in erster Linie das Bemühen, sich von Selbstsucht und Egoismus zu reinigen.

Innere Sensibilität ist das Ziel

Das Fasten soll zu einer inneren Sensibilität führen respektive das Fasten besteht sogar darin, den Umgang mit sich selbst und mit andern Menschen zu bedenken. Das Fasten besteht darin, sich das Wohlwollen Gottes und die Barmherzigkeit Gottes zum Vorbild zu nehmen. Gottes Wort – so der Prophet Jesaja – hat Gültigkeit: Gott wird die Quelle unserer Freude sein, wenn wir uns als Fastende verändern; wenn wir zu Menschen werden, die Unrecht beenden; wenn wir zu Männern und Frauen werden, die einander die Freiheit zugestehen.

Eine offensichtlich etwas vergessene Dimension des Fastens zeigt der Prophet Jesaja auf. Seine Überlegungen und seine Sicht der Dinge mögen uns in der Fastenzeit begleiten.

P. Markus Muff (OSB)

Fasten bedeutet auch, sich von Egoismus zu befreien.

Kleider! Helft, wo ihr könnt, und verschliesst eure Augen nicht vor den Nöten eurer Mitmenschen! ... Beseitigt jede Art von Unterdrückung! Hört auf, verächtlich mit dem Finger auf andere zu zeigen, macht Schluss mit aller Verleumdung! Nehmt euch der Hungernden an und gebt ihnen zu essen, versorgt die Notleidenden mit allem Nötigen! Dann wird mein Licht eure Finsternis durchbrechen. Die Nacht um euch wird zum hellen Tag. ... Wenn ihr das tut, werde ich die Quelle eurer Freude sein. Ich werde euch reich beschenken und zu Herrschern des ganzen Landes machen, das ich eurem Stammvater Jakob zum Erbe gegeben habe. Mein Wort gilt!

(Jes 58,1–7; 9b–10;14)



HUNGER FRISST ZUKUNFT

Dieses Jahr beginnt ein neuer Drei-Jahres-Zyklus der ökumenischen Kampagne «Sehen und Handeln», die vom 5. März bis 20. April stattfindet. Das Thema des Zyklus lautet «Hunger frisst Zukunft»



Die ökumenische Kampagne 2025 will auf die Nord-Süd-Ungerechtigkeiten aufmerksam machen, die Ursachen des Hungers thematisieren und nachhaltige Lösungsansätze präsentieren.

Derzeit leidet jeder zehnte Mensch auf der Erde an Hunger bzw. ein Drittel der Menschheit an Mangelernährung. Dies obwohl mehr als genügend Nahrung für alle produziert wird.

Problematisches Verteilsystem

Die Produktion von Nahrungsmitteln, die auf Profitmaximierung ausgerichtet ist und mit Düngern, Pestiziden, Monokulturen, Hightech-Saatgut und



Intensivbewässerung arbeitet, laugt die Böden aus und führt zu Wasserknappheit. Einher geht der Verlust der Biodiversität.

Produziert wird vornehmlich im Globalen Süden, da dort die Produktionskosten billiger sind. Grosskonzerne reissen das Land an sich und vertreiben die einheimische Bevölkerung. So wird der weltweite Agrarhandel zu 90 Prozent von fünf Unternehmen kontrolliert. Im Gegenzug zu den bäuerlichen Kleinproduzenten vor Ort werden die Monokultur-Plantagen staatlich gefördert. Die Kleinbauern werden verdrängt, vertrieben. Sie verarmen. Gesunde Lebensmittel werden für sie unerschwinglich. Sie ernähren sich einseitig oder weichen auf billige, hochverarbeitete Lebensmittel (Fast Food) mit viel Fett und Kalorien aus. Es fehlen grundlegende Vitamine und Mineralien. Diese Form von Mangelernährung wird als versteckter Hunger bezeichnet.

Der Markt der hochverarbeiteten Lebensmittel liegt ebenfalls in den Händen weniger Firmen: Acht Firmen kontrollieren 53 Prozent dieses Marktes, mit dem sich dank billiger Massenproduktion höhere Gewinne erzielen lassen als dies mit gesunden Frischprodukten möglich wäre.

Folgen von Mangel- und Unterernährung

Unter- und mangelernährte Menschen sind schwach und anfällig für Krankheiten. Sind Kinder von Unter- und Mangelernährung betroffen, werden sie in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung irreversibel beeinträchtigt. Hunger zerstört deshalb nicht nur einzelne Menschen und ihre persönliche Zukunft, sondern ganze Generationen.

Insgesamt sind 84 Prozent der Menschen südlich der Sahara und 71 Prozent der Bevölkerung Südostasiens von Mangel- oder Unterernährung betroffen. Aber auch 1,6 Prozent der Bevölkerung in Europa.

Öffentlichkeit sensibilisieren und aufrütteln

Fastenaktion und HEKS führen seit 1969 in den sechs Wochen vor Ostern jährlich eine ökumenische Kampagne durch. Seit 1994 beteiligt sich auch «Partner sein», das Hilfswerk der christkatholischen Landeskirche. Die ökumenische Kampagne will die Öffentlichkeit für die Mechanismen sensibilisieren, die weltweit für über 800 Millionen Menschen Hunger und Armut bedeuten.

Die drei Werke wollen überdies Handlungsmöglichkeiten aufzeigen, um Solidarität mit den benachteiligten Menschen zu leben. Dazu zählen: das eigene Konsumverhalten verändern, Menschen in Südprojekten mit einer Spende unterstützen oder sich an einer Aktion beteiligen. Die Projekte der drei Hilfswerke stärken die lokale Bevölkerung im globalen Süden, fördern die bäuerlichen Rechte auf Nahrung, Wasser, Land und Saatgut sowie das Mitspracherecht bei den für die Bauern relevanten politischen Prozessen und Abkommen. Da Hunger oft weiblich ist, setzen sie sich auch für die Rechte von Frauen ein und unterstützen Landwirtschaftsprojekte, die den Anbau nährstoffreicher, lokaler Pflanzen fördern. Dabei sollen immer die Menschen mit ihrer Würde, ihren Rechten, Fähigkeiten und Bedürfnissen sowie ihre natürlichen Lebensgrundlagen im Zentrum stehen.

Verschiedene Aktionen

Bei den verschiedenen Aktionen, die in der Fastenzeit durchgeführt werden, können sowohl einzelne Personen als auch Kirchgemeinden mitmachen. Am 29. März findet der Aktionstag für das Recht auf Nahrung der ökumenischen Kampagne statt. Dabei werden **Fairtrade-Rosen** verkauft, wobei der Erlös der Arbeit von Fastenaktion und HEKS zugutekommt. Dieses Jahr wird alternativ auch Saatgut für blühende Bienenweiden angeboten.

Projekte im Senegal tragen nicht nur zur Nahrungssicherheit, sondern auch zur Erhaltung der Umwelt bei.



«Erdenbrot»: Das Hungertuch 2025.

Bei der **Aktion «Brot zum Teilen»** wird mit jedem gekauften Brot zusätzlich 50 Rappen gespendet. Mit den Spenden werden kleinbäuerliche Familien im Globalen Süden unterstützt, damit sie sich aus Hunger und Armut befreien können.

Tradition, Gemeinschaft, Verbundenheit und Solidarität, all das und noch viel mehr steckt in einem **Suppentag**. Die Suppe kann aus exquisiten Zutaten oder aus Gemüseresten entstehen. Wer neue Erfahrungen machen und Erkenntnisse über sich selber gewinnen möchte, kann in einer

Gruppe **gemeinsam Fasten**. Der freiwillige Verzicht trägt eine neue Dimension in unser Leben. Verschiedene Fastengruppen unter Anleitung erleichtern den Einstieg und das Durchhalten.

Hungertuch «Erdenbrot»

Auf dem diesjährigen Hungertuch verschmelzen Erde und Brot auf einem kosmischen Hintergrund miteinander. «Beides ist für die Menschheit wesentlich für deren Existenz. Ohne Erde kein Korn, ohne Korn kein Brot. Jedoch – Messer und Gabel liegen neben dem «Erdenbrot» bereit, um es zu verzehren. Das Besteck ist Einladung und Bedrohung zugleich. Wird das Brot angeschnitten, so auch der Planet Erde», so die Künstlerin Konstanze Trommer zu ihrem Werk.

Die für uns Europäer ungewohnte Ansicht der Erde zeigt den Norden (Nordamerika) stark erleuchtet, Südamerika liegt hingegen im Schatten und im Brot. Wer wird gesättigt und wer ernährt – auf Kosten seiner Zukunft?

Die Künstlerin Konstanze Trommer wurde 1953 in Erfurt geboren und studierte an der Hochschule für industrielle Formgestaltung Halle Burg Giebichenstein (1972–77). Seit 1982 ist sie als freischaffende Künstlerin tätig. (sc)

Weitere Informationen und Material zur diesjährigen Fastenkampagne finden Interessierte unter materialien.sehen-und-handeln.ch

GOTT BEWEISEN?

Vor 800 Jahren wurde Thomas von Aquin geboren, Der Dominikaner war ein einflussreicher Philosoph und Theologe, der ein umfangreiches Werk hinterliess. Bis heute ist er für seinen «Gottesbeweis» bekannt.

Thomas von Aquin (1225–1274) gilt als einer der bedeutendsten Denker des Mittelalters. Er strebte danach, die aristotelische Tugendlehre mit christlich-augustinischen Erkenntnissen zu verbinden. Diese Synthese kann als Scholastik bezeichnet werden.

Zwei Arten von Wissen im Einklang

Thomas gab der Theologie den Charakter einer Wissenschaft. Aus dem rechtswissenschaftlichen Blickwinkel schuf er den theoretischen Rahmen für das kanonische Recht. Er löste die Gegensätze auf, die zu seiner Zeit zwischen den Anhängern des Augustinus und des Aristoteles bestanden und versuchte zu zeigen, dass sich diese beiden Lehren ergänzen, dass einiges nur durch

Glauben und Offenbarung, anderes auch oder nur durch Vernunft erklärt werden kann.

Eines der bekanntesten Werke des Dominikaners ist die *Summa Theologica*. In diesem Werk werden die (damals) wichtigsten Fragen der christlichen Theologie systematisch darlegt. Es geht um Themen wie die Existenz Gottes, die Schöpfung, die Natur des Menschen, die Ethik und das Verhältnis von Glaube und Vernunft.

Thomas erkannte zwei Arten von Wissen: Das Wissen, das durch den Glauben vermittelt wird und das Wissen, das durch den Einsatz der menschlichen Vernunft erlangt wird. Thomas betonte dass beide Quellen des Wissens – Glaube und Vernunft – miteinander in Einklang stehen können und sich nicht widersprechen müssen.

AGENDA IM MÄRZ

BONADUZ – TAMINS – SAFIENTAL – RHÄZÜNS



Pfarramt

Pfarrer Andreas Rizzo

Kirchgasse 1, 7402 Bonaduz

Telefon 081 641 11 79

pfarrer@kath-kirche-bonaduz.ch

pfarrer@kirchgemeinde-rhaezuens.ch

Pfarrreisekretariat

Rosita Maissen

Telefon 081 641 11 79

Montag und Donnerstag 8 bis 12 Uhr

sekretariat@kath-kirche-bonaduz.ch

sekretariat@kirchgemeinde-rhaezuens.ch

Pfarrerrat Bonaduz/Rhätüns

Präsidentin

Rosita Maissen

pfarrerrat_bonrhae@gmx.ch

Vermietung Pfarreizentrum Bonaduz

Sandra Vieli

Mobile 079 734 17 51

s.vieli@hispeed.ch

Mesmer Bonaduz

Erna Marty

Mobile 079 357 85 83

Mesmer Rhätüns

Josef Janutin

Mobile 079 313 57 05

Hans Zegg

Mobile 079 876 99 43

Anfragen zu Führungen in der Kirche S. Gieri

Riccarda Lemmer

Mobile 079 606 00 91

info@kirchgemeinde-rhaezuens.ch

Mitteilungen aus beiden Pfarreien

Aschermittwoch mit den Jugendlichen der 1. Oberstufe

Wir laden euch herzlich zu unserem Aschermittwoch-Gottesdienst **am 5. März um 18 Uhr** in der Pfarrkirche Bonaduz ein. Dieses Jahr steht unser Gottesdienst ganz im Zeichen der Jugend. Sie bringen ihre Kreativität ein, um uns alle auf den Beginn der Fastenzeit einzustimmen.

Kommt vorbei, bringt Freunde und Familie mit und erlebt, wie unser Gottesdienst durch den Blick der jungen Menschen bereichert wird. Gemeinsam wollen wir den Aschermittwoch als Startpunkt für eine besinnliche und gemeinschaftliche Fastenzeit feiern.

Claudine Petrig, Katechetin

Weltgebetstag

Christliche Frauen von den Cookinseln, einer Inselkette im Südpazifik, haben die Liturgie für den Weltgebetstag für das Jahr 2025 verfasst. Der Psalm 139 steht im Zentrum ihres Gottesdienstes. Die Frauen laden uns ein, die Welt mit ihren Augen zu sehen, ihnen zuzuhören und uns auf ihre Sichtweisen einzulassen. Sie schreiben aber auch: «Gott geht mit uns in die Finsternis am Grund des Ozeans, wo es kein Licht gibt.» Das ermöglicht ihnen, Verletzungen und Kränkungen standzuhalten, mit Krankheiten und Bedrohungen umzugehen. Und doch grüssen sie uns fröhlich und



selbstbewusst mit «Kia orana» und wünschen uns ein gutes und gefülltes Leben.

Die Feier findet **am Freitag 7. März, um 19 Uhr** im Pfarreizentrum statt.

Herzliche Einladung an alle.

Das Vorbereitungsteam

Vorankündigung Weltgebetstag mit Kindern

«Wunderbar geschaffen» ist in diesem Jahr die Liturgie, welche die Frauen von den Cookinseln vorbereitet haben. Das schweizerische Komitee bereitet jedes Jahr auch eine Liturgie für die Kinder vor. Mit den Kindern erarbeite ich einige «Bauteile» dieser Liturgie in einem Workshop. Wir gestalten zusammen den Gottesdienst **am Samstag, 8. März, um 19 Uhr.**

Herzliche Einladung an alle.

Claudine, Katechetin

Gemeinsamer Suppentag

Am Sonntag, 16. März, um 10 Uhr

findet in der Kirche Bonaduz der ökumenische Gottesdienst mit anschließendem gemeinsamen Suppenessen mit den kath. Kirchgemeinden Rhätüns und Bonaduz-Tamins-Safiental und der reformierten Kirchgemeinde Tamins-Bonaduz-Rhätüns statt. Pfarrer Andreas Rizzo und Pfarrer Harald Schade werden den Gottesdienst gemeinsam feiern. Musikalisch wird die Feier von unserem Kirchenchor mit der «Toggenburger Messe» von Peter Roth unter der Leitung von Annegret Ernst-Weissert mitgestaltet. Die Musik wird von traditionellen Instrumenten – Roland Küng am Hackbrett, Wolfgang Lorenz und Karin Goy-Blesi an den Klarinetten und Alfred Blesi am Kontrabass – begleitet.

Nach dem gemeinsamen Gottesdienst begeben wir uns in die Halle Furns, wo wir bei feiner Suppe und anschliessendem Kaffee und Kuchen ein geselliges Beisammensein geniessen.

Die eingenommenen Spenden sind zu Gunsten von HEKS Brot für alle.

Herzliche Einladung an alle!

Kath. Kirchgemeinde Bonaduz-Tamins-Safiental, Kath. Kirchgemeinde Rhätüns, Ref. Kirchgemeinde Tamins-Bonaduz-Rhätüns

Pfarreiausflug 2025



Unser nächster Pfarreiausflug findet **am Donnerstag, 5. Juni**, statt. Wir fahren nach Arbon an den Bodensee. Nach dem gemeinsamen Gottesdienst und Mittagessen werden wir das Saurier-Museum besuchen. Nebst Oldtimer-Fahrzeugen sind auch verschiedene Textilmaschinen ausgestellt. Weitere Infos und Flyer mit Anmeldetalon folgen im April. Ich freue mich auf die gemeinsame Fahrt und auf viele Teilnehmer. Reservieren Sie sich das Datum.

Rosita Maissen, Pfarreirat

Rückblick Ökumenischer Gottesdienst

Vom 18. bis 25. Januar fand die Gebetswoche für die Einheit der Christen statt. In einer Zeit wachsender gesellschaftlicher Spaltungen setzt die Gebetswoche ein wichtiges Zeichen für Zusammen-

halt und gegenseitiges Verständnis. Sie ermöglicht es den Beteiligten, «voneinander zu lernen und die Vielfalt des christlichen Glaubens als Bereicherung zu erleben».

Zu diesem Anlass fand am Sonntag, 19. Januar, traditionell ein ökumenischer Gottesdienst statt. Diesmal in der Kirche Bonaduz. Gestaltet wurde dieser Gottesdienst gemeinsam von Pfarrer Andreas Rizzo und Pfarrer Harald Schade mit musikalischer Unterstützung an der Orgel von Peter Rechsteiner. Anschliessend waren alle herzlich zum gemeinsamen Apéro eingeladen. Sandra Vieli hat mit Hilfe von zwei freiwilligen Religionsschülerinnen der 1. Oberstufe liebevoll feine Häppchen und Getränke serviert. Eine Gelegenheit für Begegnung und interessante Gespräche.

Weitere ökumenische Anlässe im 2025 sind:

7. März: Weltgebetstag in Bonaduz

16. März: Ökumenischer Gottesdienst und gemeinsamer Suppenzmittag in der Halle Furns Bonaduz

28. September: Ökumenischer Gottesdienst in Rhäzüns

Im November: St. Martinsfeiern und Umzüge in Rhäzüns und Bonaduz

Barbara Hartmann

BONADUZ - TAMINS - SAFIENTAL

www.kath-kirche-bonaduz.ch



8. Sonntag im Jahreskreis

Samstag, 1. März

Keine Messfeier

Sonntag, 2. März

09.00 Uhr Messfeier

Montag, 3. März

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr

Aschermittwoch, 5. März

18.00 Uhr Messfeier mit Auflegung der Asche, die Jugendlichen der 1. Oberstufe werden zusammen mit ihrer Katechetin Claudine Petrig den Gottesdienst mitgestalten

Donnerstag, 6. März

Keine Messfeier

Freitag, 7. März

08.30 Uhr Rosenkranzgebet

09.00 Uhr Messfeier

Krankenkommunion am Vormittag

19.00 Uhr Weltgebetstag im Pfarreizentrum

1. Fastensonntag

Kollekte für den Weltgebetstag

Samstag, 8. März

19.00 Uhr Messfeier, Weltgebetstag mit den Kindern

Sonntag, 9. März

09.00 Uhr Messfeier, anschliessend Kirchenkaffi

Montag, 10. März

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr

Rückblick Minis



Wir, die Ministrantinnen und Ministranten von Bonaduz und Rhäzüns, durften am 25. Januar beim Hockeymatch EHC Chur gegen HC La Chaux-de-Fonds dabei sein.

Eines unserer Highlights war, dass wir das Matchspektakel aus der Pepsi-Lounge miterleben durften. Einfach nur lässig. Verwöhnt wurden wir mit Hot-Dogs, Pommes und Getränken.

Das Beste zum Schluss: der 3:0-Sieg für den EHC Chur. Wir kehrten glücklich und voller neuer Eindrücke nach Hause zurück. Für uns alle war es ein tolles Erlebnis. Wir bedanken uns besonders bei Corsin Blumenthal, der uns die Pepsi-Lounge und die Tickets organisiert hat. Ein weiteres Dankeschön geht an die Fahrer und an alle, die mitgewirkt haben.

Die Minis aus Bonaduz und Rhäzüns

Donnerstag, 13. März

17.30 Uhr Messfeier

Freitag, 14. März

08.30 Uhr Rosenkranzgebet

09.00 Uhr Messfeier

2. Fastensonntag

Kollekte für Fastenopfer Brot für alle



Samstag, 15. März

19.00 Uhr Messfeier

Sonntag, 16. März

10.00 Uhr Ökum. Gottesdienst zum Suppentag mit musikalischer Begleitung des Kirchenchores mit der «Toggenburger Messe» und traditionellen Instrumenten, anschliessend gemeinsamer Suppenmittag in der Halle Furns

Montag, 17. März

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr
Stiftmesse für Geschwister Sievi und Angehörige

Donnerstag, 20. März

17.30 Uhr Messfeier
Gedächtnismesse für die Verstorbenen des Frauenvereins

Freitag, 21. März

08.30 Uhr Rosenkranzgebet

09.00 Uhr Messfeier

3. Fastensonntag

Kollekte für die Marianhiller Missionare. Projekt Ostafrika. Die Missionare sind seelsorgerisch tätig und setzen verschiedene Projekte um, wie den Bau von Schulen und Kinderheimen.

Samstag, 22. März

19.00 Uhr Messfeier

Sonntag, 23. März

09.00 Uhr Messfeier

Montag, 24. März

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr

Donnerstag, 27. März

17.30 Uhr Messfeier

Freitag, 28. März

08.30 Uhr Rosenkranzgebet

09.00 Uhr Messfeier

4. Fastensonntag

Kollekte für das Hilfswerk der Ilanzer Dominikanerinnen. Projekt von Sr. Neuma in Brasilien. Schwester Neuma lädt Mädchen und Knaben aus den Elendsvierteln in die «Casa Vida» ein, wo sie wochentags erleben, was menschliche und religiöse Werte sind und wie sie gelebt werden können.

Samstag, 29. März

19.00 Uhr Messfeier
Stiftmesse für Familie Pius Fetz-Bono und Angehörige

Sonntag, 30. März

10.15 Uhr Messfeier
Jahresmesse für Friedrich Ferschin

Montag, 31. März

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr

Beichtgelegenheit nach telefonischer Vereinbarung.
Spital- und Krankenbesuche werden gerne auf Anfrage wahrgenommen.

Taufe

Das Sakrament der Taufe, das Geschenk des Glaubens hat erhalten:

Giovanna Isabella Crescenti, Eltern: Lorenzo und Carina Crescenti-Caluori, getauft am 16. Februar 2025.

Wir wünschen Giovanna Isabella und ihrer Familie alles Gute und Gottes Segen.



Du wirst mir den Weg zum Leben zeigen und mir die Freude deiner Gegenwart schenken. Aus deiner Hand kommt mir ewiges Glück.

Psalm 16,11

Unsere Verstorbenen



Der Herr über Leben und Tod hat zu sich gerufen:

Ursula Candrian-Caluori

* 01.04.1933 † 17.01.2025

Markus Bieler

* 10.09.1955 † 22.01.2025

Herr, gib ihnen die ewige Ruhe, und das ewige Licht leuchte ihnen. Herr, lass sie ruhen in Frieden. Amen.

Mitteilungen

Fastenkalender



Den Fastenkalender finden Sie im Zeitungsständer in der Kirche.

Das Pfarramt

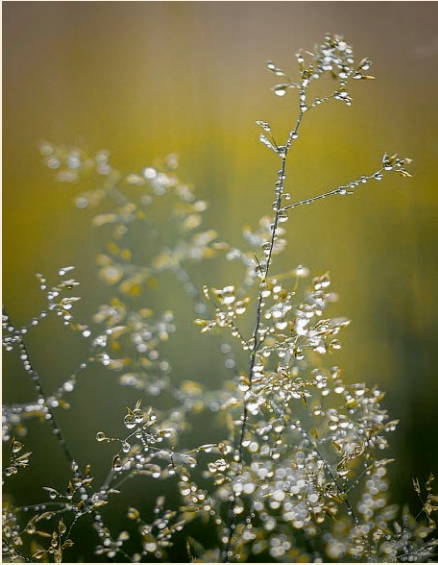
Kirchenkaffi im März



Der Pfarreirat lädt alle **am Sonntag, 9. März**, zum Kirchenkaffi im Pfarrzentrum ein.

Es ist wieder einmal eine schöne Gelegenheit, nach dem Gottesdienst gemütlich zusammensitzend, bei einer heissen Tasse Kaffee zu verweilen und gute Gespräche zu führen. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer. Alle sind herzlich dazu eingeladen.

Gebet in der Fastenzeit



Himmlicher Vater,
in dieser heiligen Zeit der Fastenzeit
kommen wir mit offenen Herzen zu dir,
mit der Sehnsucht nach der Erneuerung
unseres Glaubens
und der Vertiefung unseres
Engagements.

So wie der Winterboden den
Frühlingsregen begrüsst,
lass unsere Seelen deine Gnade
empfangen,
die immer frisch ist und uns immer
verwandelt.

Erneuere in uns, oh Herr,
einen standhaften Geist,
deine Lehren mit Eifer zu umarmen,
deine Gebote mit Eifer zu leben
und dich und unsere Nächsten mit
allem, was wir sind, zu lieben.
Möge das Licht deiner Liebe
die Schatten von Zweifel und
Selbstzufriedenheit vertreiben,
die sich so oft in unseren Herzen
festsetzen wollen.

Führe uns zu dir zurück Vater,
wenn wir uns verirren.
Mit der sanften Hand eines Hirten,
der seine Herde führt.
Gewähre uns die Weisheit,
deinen Weg zu erkennen,
und den Mut, ihn zu gehen,
unbeirrt von den Versuchungen
dieser Welt.

In den stillen Momenten des Gebets
und der Reflexion
entfache die Flamme des Glaubens
neu, die uns näher zu dir zieht,
und entfache unser Engagement,
deinem Reich zu dienen
mit Demut, mit Freude und mit einem
unerschütterlichen Vertrauen
in deinen göttlichen Plan.
Amen.

Autor unbekannt

RHÄZÜNS

www.kirchgemeinde-rhaezuens.ch



8. Sonntag im Jahreskreis

Samstag, 1. März

Keine Messfeier

Sonntag, 2. März

10.15 Uhr Messfeier

Dienstag, 4. März

09.30 Uhr Messfeier
Stiftmesse für Johann
Anton und Margretha Luzia
Arpagaus-Arpagaus und
Sohn Giusep

Aschermittwoch, 5. März

16.30 Uhr Messfeier mit Auflegung
der Asche

Freitag, 7. März

Krankenkommunion am Vormittag
19.00 Uhr Weltgebetstag in Bonaduz
im Pfarreizentrum

1. Fastensonntag

Kollekte für den Weltgebetstag

Samstag, 8. März

17.45 Uhr Messfeier
Stiftmesse für Rosa
Tschalér-Muoth und für
Fidel Johann Caviezel-
Caviezel
Gedächtnismesse für
Italo Zanon

Sonntag, 9. März

10.15 Uhr Messfeier

Dienstag, 11. März

09.30 Uhr Messfeier

2. Fastensonntag

Kollekte für Fastenopfer Brot für alle

Samstag, 15. März

17.45 Uhr Messfeier
Stiftmesse für Sep Antoni
und Josefa Muoth-Spescha

Sonntag, 16. März

Keine Messfeier

10.00 Uhr Ökum. Suppentag in
Bonaduz mit musikalischer
Begleitung des Kirchen-
chores und diversen
Instrumenten, anschlies-
send gemeinsamer
Suppenzmittag in der Halle
Furns

Dienstag, 18. März

09.30 Uhr Messfeier

3. Fastensonntag

Kollekte für die Marianhiller Missionare.
Projekt Ostafrika. Die Missionare
sind seelsorgerisch tätig und setzen
verschiedene Projekte um, wie den
Bau von Schulen und Kinderheimen.

Samstag, 22. März

17.45 Uhr Messfeier
Stiftmesse für Josef
Albrecht-Spescha

Sonntag, 23. März

10.15 Uhr Messfeier
Jahresmesse für Cäzilia
Heini

Dienstag, 25. März

09.30 Uhr Messfeier

4. Fastensonntag

Kollekte für das Hilfswerk der Ilanzer Do-
minikanerinnen. Projekt von Sr. Neuma in
Brasilien. Schwester Neuma lädt Mädchen
und Knaben aus den Elendsvierteln in die
«Casa Vida» ein, wo sie wochentags erle-
ben, was menschliche und religiöse Werte
sind und wie sie gelebt werden können.

Samstag, 29. März

17.45 Uhr Messfeier

Sonntag, 30. März

09.00 Uhr Messfeier

Mitteilungen

Fastenkalender



Den Fastenkalender finden Sie im
Zeitungsständer in der Kirche.

Das Pfarramt

DOMAT / EMS - FELSBERG

www.kath-ems-felsberg.ch



Pfarramt

Pfarrer Gregor Barmet

Katholisches Pfarramt
Via Sogn Pieder 7, 7013 Domat/Ems
Telefon 079 773 96 32
pfarrer@kathems.ch

Vikar Denny George

Telefon 081 630 35 21
Mobile 078 870 96 49
vikar@kathems.ch

Missione cattolica italiana

Don Francesco Migliorati

Via Sogn Pieder 9, 7013 Domat/Ems
Telefon 079 294 35 19

Pfarreisekretariat

Barbara Brot-Crufer

Telefon 081 633 41 77
sekretariat@kathems.ch
Montag: 9–11 Uhr, 14–16 Uhr
Dienstag bis Freitag: 9–11 Uhr

Kirch- und Kulturzentrum

Sentupada

Manuela Hösli-Strobl

Telefon 079 313 16 33
Reservationen/Anfragen
Montag bis Freitag: 9–11 Uhr

Sakristan

Giovanni Brunner

Telefon 078 715 79 56

Kirchgemeindepräsident

Franco M. Thalman

Telefon 081 633 20 33

Grusswort

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Was nährt unsere Seele? Wo brauchen wir Veränderung? Die Fastenzeit lädt uns ein, innezuhalten, unser Leben neu auf Gott auszurichten. In unserer Pfarrei feiern wir den Aschermittwoch als den besonderen Tag, der den geistlichen Weg der Fastenzeit eröffnet. Dieses Jahr gibt es zudem eine «Heilige Woche mit Tiefgang» – eine Zeit, in der wir Passion und Auferstehung Jesu nicht nur liturgisch feiern, sondern auch mit dem Herzen tiefer erfassen. Ich wünsche Ihnen Gottes Segen auf diesem Weg.

Vikar George

Gottesdienste

8. Sonntag im Jahreskreis

Kollekte: Sakristanen-Verband Graubünden

Samstag, 1. März

19.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 2. März

09.30 Uhr HI. Messe
17.00 Uhr Santa messa italiana
18.00 Uhr HI. Messe in Felsberg

Montag, 3. März

17.00 Uhr Rosenkranz

Dienstag, 4. März



15.00 Uhr Trauercafé im Corelin, Via Scherrat 22, Domat/Ems
18.30 Uhr Rosenkranz
19.00 Uhr HI. Messe

Mittwoch, 5. März

Aschermittwoch

Fast- und Abstinenztag

08.30 Uhr Rosenkranz
09.00 Uhr HI. Messe mit Auflegung der Asche
19.00 Uhr HI. Messe mit Auflegung der Asche

Donnerstag, 6. März

09.00 Uhr HI. Messe
17.00 Uhr Kreuzweg

Freitag, 7. März

Herz-Jesu-Freitag

18.30 Uhr Herz-Jesu-Andacht
19.00 Uhr HI. Messe
19.00 Uhr Ökum. Gottesdienst zum Weltgebetstag in der Sentupada (siehe Mitteilungen)
19.00 Uhr Ökum. Gottesdienst zum Weltgebetstag in der Kirche Felsberg (siehe Mitteilungen)

1. Fastensonntag

Kollekte: A-capella-Ensemble ODA, Ukraine

Samstag, 8. März

Herz-Mariä-Sühnesamstag

08.30 Uhr HI. Messe
09.00 Uhr Rosenkranz mit Aussetzung
10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng
18.00 Uhr HI. Messe in alban. Sprache
19.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 9. März

09.30 Uhr HI. Messe mit dem A-capella-Ensemble ODA aus der Ukraine



16.30 Uhr Via crucis (italienisch)
17.00 Uhr Santa messa italiana
19.00 Uhr Komplet

Montag, 10. März

17.00 Uhr Rosenkranz

Dienstag, 11. März

18.30 Uhr Rosenkranz
19.00 Uhr HI. Messe

Mittwoch, 12. März

08.30 Uhr Rosenkranz
09.00 Uhr HI. Messe

Donnerstag, 13. März

09.00 Uhr HI. Messe
17.00 Uhr Kreuzweg

Freitag, 14. März

18.30 Uhr Rosenkranz
19.00 Uhr HI. Messe

2. Fastensonntag

Kollekte: Suppentagprojekt Brasilien/
Kolumbien (Fastenaktion, Luzern)

Samstag, 15. März

Abschlussweekend 3. Oberstufe

10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng
14.00 Uhr Ökum. Minikirche in Felsberg: Der Apfelbaum

19.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 16. März

09.30 Uhr Messfeier ohne Predigt
10.30 Uhr Ökum. Sunntigsfiir in der Sentupada, anschliessend Suppenzmittag in der MZH

10.30 Uhr Ökum. Gottesdienst mit einem Kinderchor in der MZH, anschliessend Suppenzmittag (siehe Mitteilungen)

16.30 Uhr Via crucis (italienisch)

17.00 Uhr Santa messa italiana

18.00 Uhr HI. Messe in Felsberg

19.00 Uhr Komplet

Montag, 17. März

17.00 Uhr Rosenkranz

Dienstag, 18. März

18.30 Uhr Rosenkranz

19.00 Uhr HI. Messe

Mittwoch, 19. März**Josefstag**

08.30 Uhr Rosenkranz

09.00 Uhr HI. Messe

Donnerstag, 20. März

09.00 Uhr HI. Messe

17.00 Uhr Kreuzweg mit Gebet für
Priesterberufungen

Freitag, 21. März

18.30 Uhr Rosenkranz

19.00 Uhr HI. Messe

19.45 Uhr GV kath. Dorfverein in der
Sentupada

3. Fastensonntag

Kollekte: Suppentagprojekt Brasilien/
Kolumbien (Fastenaktion, Luzern)

Samstag, 22. März

10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng

19.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 23. März

09.30 Uhr HI. Messe

16.30 Uhr Via crucis (italienisch)

17.00 Uhr Santa messa italiana

17.00 Uhr Ökum. Kleinkindergottesdienst in der evang. Kirche

19.00 Uhr Komplet

Montag, 24. März

17.00 Uhr Rosenkranz

Dienstag, 25. März**Verkündigung des Herrn**

18.30 Uhr Rosenkranz

19.00 Uhr HI. Messe

Mittwoch, 26. März

08.30 Uhr Rosenkranz

09.00 Uhr HI. Messe



19.00 Uhr Bewusstseinsabend in der
Sentupada, Anmeldung bis
21. März bei Marion Hilber,
Tel. 079 362 68 62

Donnerstag, 27. März

09.00 Uhr HI. Messe

17.00 Uhr Kreuzweg

Freitag, 28. März

18.30 Uhr Rosenkranz

19.00 Uhr HI. Messe

4. Fastensonntag (Laetare)

Kollekte: Für die Schule der Dominikanerinnen in Ghosta/Libanon (Kirche in Not, Luzern)

Samstag, 29. März

10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng

19.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 30. März

Sommerzeit

09.30 Uhr HI. Messe

11.00 Uhr Ökum. Gottesdienst in der
Aula Felsberg, mit Schwyzer-
örgeli Fründä Felsberg zum
Thema «Eine Suppe und
Träume zum Teilen», an-
schliessend Suppenzmittag



12.00 Uhr Generationenzmittag in
Domat/Ems
(siehe Mitteilungen)

17.30 Uhr Via crucis (italienisch)

18.00 Uhr Santa messa italiana

19.00 Uhr Komplet

Montag, 31. März

17.00 Uhr Rosenkranz

Unsere Verstorbenen

Der Herr über Leben
und Tod hat zu sich
gerufen:

Wenczel-Javurek Helmuth

30.05.1933–02.01.2025

Degonda-Berger Astride

19.01.1957–03.01.2025

Bargetzi Thomas

22.08.1940–05.01.2025

Kulmus-Casanova Ursulina

14.03.1942–06.01.2025

Flury Maria

06.07.1941–14.01.2025

*Der Herr schenke ihnen die ewige Ruhe
und seinen Frieden; den Angehörigen
Kraft, Trost und Zuversicht.*

Gedächtnismessen**Donnerstag, 6. März**

Attilio und Margrith Lotici mit Palma

Samstag, 8. März

Erwin Saluz-Caduff (Jahrtag)

Carmen Maria Fabiano-Sanchez (Jahrtag)

Viktor Welz und Familien

Christian und Alfonsa Willi-Caviezel

Sonntag, 9. März

Lea Scarpatetti-Andreoli (Jahrtag)

Samstag, 22. März

Maria Cavegn-Merlo

Sonntag, 23. März

Katharina Arpagaus

Dienstag, 25. März

Giusep Derungs-Derungs und Familie

Andreas und Odette Venetz-Parisse

und Familien

Freitag, 28. März

Wally Grigis-Bühler

Erwin Grigis-Bühler

Samstag, 29. März

Antonia Jörg-Zarn (Jahrtag)

Sonntag, 30. März

Leo und Anna Jörg-Disch und Familien

Alberto und Gina Prinz-Previtali und

sein Bruder Martino Prinz sowie Jean

Marie Grötzinger-Prinz

Kollekten im Januar**1. Januar**

Frauen in Not (Stiftung
Frauenhaus Graubünden)

CHF

310.00

4./5. Januar

Dreikönigssingen für Krebsliga Graubünden 2400.00

11./12. Januar

Solidaritätsfonds für Mutter und Kind (Schweizerischer Katholischer Frauenbund) 500.00

18./19. Januar

Begleitung Schwerkranker und Sterbender (TECUM) 560.00

25./26. Januar

Armut bei uns (Caritas Graubünden) 650.00

Mitteilungen

Senioren-Mittagstisch
6. März – Rest. Schlosshügel

Neue Mikrofonanlage

Nachdem eine neue Mikrofonanlage vor ca. 12 Jahren an der Kirchgemeindeversammlung noch verworfen wurde, war nun allen klar geworden, jetzt ist es Zeit – höchste Zeit. Lieferverzögerungen und Probleme bei der Installation forderten noch etwas Geduld. Das Ergebnis lässt sich sehen. Nun kann jedes Wort verstanden werden. Selbst ein Getuschel am Altar wird publik. Ein grosses Dankeschön an den Vogt der Pfarrkirche, **Elmar Foffa**, der sehr gefordert war. In diesem Sinn herzlich willkommen zu den Gottesdiensten in unserer Pfarrkirche, nehmen Sie teil an der Gemeinschaft der Gläubigen, und erleben Sie das Sakrament der Eucharistie live und lebendig mit. Es würde uns freuen, Ihnen zu begegnen.

Vikar George, Pfarrer Barmet

Wechsel in der Ministrantenleitung

Seit 19 Jahren wirkt Mesmer **Giovanni Brunner** als Präses der Ministranten. Im Jahr 2012 ist er weltberühmt geworden. Viele Ministranten, deren Geschwister und Eltern wie weitere Personen gestalteten in einer kurzen, sehr intensiven Zeit den längsten Rosenkranz der Welt mit 91 Meter Länge. Der Präses wird heuer 60 Jahre alt. Nun darf er etwas kürzertreten. Vielen Dank für den jahrelangen Einsatz.

Priska Federspiel (39) übernimmt. Unterstützt wird sie von Jugendlichen aus dem Ministrantenrat, die allmählich

älter werden und gerne Verantwortung übernehmen. Vielen Dank für die Bereitschaft. (gb)



Porta aviarta – eine Erfolgsgeschichte von 2003 bis 2006 und von 2011 bis 2025

Mit der Eröffnung des Kirch- und Kulturzentrums Sentupada im Jahre 2003 hatte Carlo Lazzarotto – damals Kirchengemeindepräsident – die Idee, mit Veranstaltungen Begegnungen im neuen Haus zu schaffen. Bereits im Dezember fand der erste von insgesamt 60 Events statt. «Porta aviarta» – «offene Tür», so nannte man das Kind passend. Die Veranstaltungen wurden schnell beliebt, der Zustrom grösser, die Messlatte höher. Dann und wann wurde auf die grosse Mehrzweckhalle ausgewichen. Sämtliche Veranstaltungen der Porta aviarta wurden kulinarisch und dekorativ begleitet. Jahrelang leistete das Team der Porta aviarta einen hochstehenden Beitrag an das Emser Kulturleben. Wer ein Projekt startet, muss auch den richtigen Zeitpunkt finden, dieses zu beenden. Ganz herzlichen Dank an Carlo Lazzarotto und seinem Team, das mit enormem Herzblut und Leidenschaft während so vielen Jahren für zahlreiche, lustige und erlebnisreiche Abendveranstaltungen gesorgt hat. Porta aviarta bleibt unvergesslich! (gb)



Weltgebetstagsfeier in Domat/Ems und Felsberg von den Cookinseln



Christliche Frauen von den Cookinseln, einer Inselkette im Südpazifik, haben die Weltgebetstagsliturgie für das Jahr 2025 verfasst. Der Psalm 139 steht im Zentrum ihres Gottesdienstes.

Die Frauen laden uns ein, die Welt mit ihren Augen zu sehen, ihnen zuzuhören und uns auf ihre Sichtweisen einzulassen. Sie schreiben aber auch: «Gott geht mit uns in die Finsternis am Grund des Ozeans, wo es kein Licht gibt.» Das ermöglicht ihnen, Verletzungen und Kränkungen standzuhalten, mit Krankheiten und Bedrohungen umzugehen. Und doch grüssen sie uns fröhlich und selbstbewusst mit «Kia orana» und wünschen uns ein gutes und gefülltes Leben.

Anschliessend an den Gottesdienst **am Freitag, 7. März, um 19 Uhr** in der **Sentupada** gibt es Kaffee und Kuchen. Der Erlös daraus und die Kollekte gehen zugunsten ausgewählter Projekte auf den Cookinseln.

Dunnas a Domat/das Vorbereitungsteam

Ebenfalls **am Freitag, 7. März, um 19 Uhr** findet der ökum. Weltgebetstag in der **evang. Kirche in Felsberg** statt. Mit anschliessendem Imbiss am langen Tisch.

*Das Vorbereitungsteam
Margrit Mathis, Brigitte Janzi,
Annemarie Flütsch,
Jessica Dux, Sybille Jehle*

Einladung zu Komplet und Vesper

PFARRKIRCHE DOMAT/EMS

JEDEN SONNTAG IN DER FASTENZEIT

KOMPLET

JEWEILS UM 19.00 UHR

9. MÄRZ 2025
16. MÄRZ 2025
23. MÄRZ 2025
30. MÄRZ 2025
6. APRIL 2025

PALMSONNTAG:
13. APRIL 2025 UM 19.15 UHR

VESPER OSTERSONNTAG
20. APRIL 2025 – 19.00 UHR

HERZLICHE EINLADUNG

Suppentag Domat/Ems



Am Sonntag, 16. März, um 10.30 Uhr findet in der Mehrzweckhalle Domat/Ems der Suppentag statt. In diesem Jahr unterstützen wir ein Projekt der Organisation Fastenaktion in Brasilien/Kolumbien, damit Wetterextreme und mit ihnen Hunger und Armut nicht weiter zunehmen. Wenn die Klimaerwärmung Böden austrocknet oder Überschwemmungen verursacht, bedeutet das Hunger und Armut für viele Menschen. Der Zugang zu Energie ist aber gerade für in Armut lebende Menschen entscheidend. Ein Umstellen auf nachhaltige und sozial verträgliche Energie ist unumgänglich. Das Hilfsprojekt wird im ökumenischen Gottesdienst detaillierter vorgestellt. Zudem wird uns ein Kindersingchor musikalisch begleiten. Parallel zum Gottesdienst findet für alle Kinder der 1. bis 3. Klasse **um 10.30 Uhr in der Sentupada eine ökumenische Kinderfeier** statt.

OK Suppentag-Team

Suppentag Felsberg

Unsere Vision ist eine Welt ohne Hunger, in der das Recht auf gesunde Ernährung für alle gesichert ist. Doch im Globalen Süden nehmen die Hungerkrisen zu, und der Zugang zu gesunder und kulturell angepasster Nahrung wird immer schwieriger. Hunger und Unterernährung verhindern, dass Menschen ihr Potenzial entfalten und in Würde leben können. Im Norden tragen viele Menschen Verantwortung, einen Beitrag zur Überwindung dieser Krisen zu leisten. Am Suppentag in Felsberg werden die Schwyzerörgeli Fründä Felsberg mitwirken. Das Team Familiengottesdienst lädt Sie herzlich zu diesem ökumenischen Gottesdienst **am Sonntag, 30. März, um 11 Uhr** ein, der das Thema «*Hoffnung und Zukunft*» in den Mittelpunkt stellt. Im Anschluss gibt es einen Suppenzmittag, bei dem der Reinerlös einem HEKS-Projekt zugutekommt. (dg)

GV Katholischer Dorfverein

Am Freitag, 21. März, um 19.45 Uhr sind die Mitglieder des kath. Dorfvereins herzlich zur GV in die Sentupada

eingeladen. Möchten Sie diesen Verein besser kennenlernen und vielleicht beitreten? Im Schriftenstand der Kirche liegen Flyer auf. Herzlich willkommen.

Pia Di Donato

Generationenzmittag

Herzliche Einladung zum Generationenzmittag **am Sonntag, 30. März. Um 10.30 Uhr** ist Türöffnung und **um 12 Uhr** Mittagessen in der Sentupada. Menü: Salatbuffet, Riz Casimir (mit Pouletfleisch), Broccoli und Dessert. Anmeldung bis 26. März bei David Cadalbert, Via Crusch 23, Domat/Ems, Tel. 081 633 29 54, E-Mail cade@bluewin.ch. Herzlich willkommen!

David Cadalbert

Firmanlass Tegia da Vaut



Rund 50 Firmlingen haben sich für den Firmanlass in der Emser Waldhütte angemeldet. Der Anlass stand unter dem Thema: «Die 4 Elemente». Mit Rucksack und Stirnlampen kamen die Firmlinge pünktlich zum Start um 16.30 Uhr. Nach der Begrüssung begannen wir in Gruppen mit dem Postenlauf zu den 4 Elementen. Torwand schiessen, ein Wachsbild entstehen lassen, ein Schöpfparcours, Feuer entfachen und vieles mehr gab es zu bewältigen, und alle waren mit Feuereifer bei der Sache. Danach gab es eine wohlverdiente Pause mit einem feinen Znacht. Höhepunkt und auch Abschluss des Nachmittags war der Gottesdienst im Freien, der von den Firmlingen mitgestaltet wurde. Es war eine sehr stimmungsvolle Feier im Kerzenlicht mit meditativen Texten und schönen Liedern. Um 21 Uhr machten sich alle zufrieden auf dem Heimweg mit vielen schönen Erinnerungen an diesen Abend.

Simone Belet

Kindersegnungsgottesdienste Domat/Ems-Felsberg



VALS



Pfarrei St. Peter und Paul
www.kirchgemeindevals.ch

Pfarradministrator
Joachim Cavicchini
Platz 59, Telefon 081 935 11 07
pfarrer@kirchgemeindevals.ch

Leitung Mesmerteam
Alois Stoffel, 076 497 87 14

Gottesdienste

Samstag, 1. März

09.00 Uhr Hl. Messe am Marien-Altar
18.30 Uhr Beichtgelegenheit

8. Sonntag Jahreskreis

19.30 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 2. März

08.45 Uhr Beichtgelegenheit
09.45 Uhr Hl. Messe
Gedächtnis Emmi und Josef Schnider-Tönz
Gedächtnis für Cornelia Martins-Morim
Dreissigster für Bernhard Berni-Berni

Montag, 3. März

Keine hl. Messe
20.00 Uhr Kirchgemeindeversammlung in der alten Turnhalle

Dienstag, 4. März

19.30 Uhr Hl. Messe
Jahrzeit für Luzia Gartmann-Tönz

Aschermittwoch**Mittwoch, 5. März**

19.30 Uhr HI. Messe mit Auflegung
gesegneter Asche

Donnerstag, 6. März

09.00 Uhr HI. Messe in Valé
Gedächtnis für Andreas
Berni-Ililien

Herz-Jesu-Freitag**Freitag, 7. März**

10.45 Uhr HI. Messe im Wohn- und
Pflegehaus
19.30 Uhr HI. Messe mit dem A-cap-
pella-Ensemble ODA aus
der Ukraine und eucharisti-
schem Segen
Jahrzeit für Kaspar
Loretz-Guthauser

1. Fastensonntag**Samstag, 8. März**

19.30 Uhr Vorabendmesse
Jahrzeit für Antonia und
Fridolin Hubert-Christoffel
Jahrzeit für Paulina und
Alfons Tönz
Gedächtnis für Theres
Berni-Berni
Gedächtnis für Stefan
Schnider-Casutt

Sonntag, 9. März

08.45 Uhr Beichtgelegenheit
09.45 Uhr HI. Messe
Jahrtag für Rosa Illien

Montag, 10. März

Keine hl. Messe

Dienstag, 11. März

19.30 Uhr HI. Messe
Jahrzeit für Joseph
Schmid-Sutter

Mittwoch, 12. März

15.00 Uhr HI. Messe in Maria Camp
Jahrzeit für Karl und
Roberta Mittner-Tönz

Donnerstag, 13. März

09.00 Uhr HI. Messe in Valé
17.00 Uhr Kreuzwegandacht

Freitag, 14. März

15.00 Uhr HI. Messe im Wohn- und
Pflegehaus

Samstag, 15. März

09.00 Uhr HI. Messe am Marienaltar
18.30 Uhr Beichtgelegenheit

2. Fastensonntag

19.30 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 16. März

08.45 Uhr Beichtgelegenheit
09.45 Uhr HI. Messe
Jahrzeit für Mathilde
Peng-Tönz

Montag, 17. März

Keine hl. Messe

Dienstag, 18. März

19.30 Uhr HI. Messe

Heiliger Josef**Mittwoch, 19. März**

09.00 Uhr HI. Messe
Jahrzeit für Theresia und
Joseph Loretz-Hubert

Donnerstag, 20. März

09.00 Uhr HI. Messe in Valé

Freitag, 21. März

15.00 Uhr HI. Messe im Wohn- und
Pflegehaus

Samstag, 22. März

18.30 Uhr Beichtgelegenheit

3. Fastensonntag

19.30 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 23. März

08.45 Uhr Beichtgelegenheit
09.45 Uhr HI. Messe
Jahrzeit für Gertrud und
Johann Joseph Illien-Rieder

Montag, 24. März

Keine hl. Messe

Verkündigung des Herrn**Dienstag, 25. März**

Keine hl. Messe

Mittwoch, 26. März

15.00 Uhr HI. Messe in Maria Camp

Donnerstag, 27. März

09.00 Uhr HI. Messe in Valé
Gedächtnis für Rosa Illien
17.00 Uhr Kreuzwegandacht

Freitag, 28. März

14.30 Uhr HI. Messe auf Leis
(Diesen Gottesdienst
dürfen Sie auch gern in
Skischuhen besuchen.)

Samstag, 29. März

18.30 Uhr Beichtgelegenheit

4. Fastensonntag

19.30 Uhr Vorabendmesse
Jahrzeit für Alfred
Schmid-Stoffel

Umstellung auf Sommerzeit**Sonntag, 30. März**

08.45 Uhr Beichtgelegenheit
09.45 Uhr HI. Messe
Jahrzeit für Anna Emilie
Schmid-Röösl
Im Anschluss: Fastensuppe
im Restaurant Alpenrose

Aus den Pfarreibüchern**Todesfälle**

Am 17. Januar ist aus unserer Pfarrei
gestorben:

Josefina (Fina) Peng-Manetsch

* 25. März 1935

und am 24. Januar

Bernhard Berni-Berni

* 23. März 1935

*Herr, gib ihnen die ewige Ruhe
Und das ewige Licht leuchte ihnen!
Herr, lasse sie ruhen in Frieden!
Amen*

Mitteilungen**Krankensonntag**

Am 2. März begehen wir den Kranken-
sonntag. Wer gerne die Krankensalbung
empfangen möchte, der melde sich
bitte bei Pfarradministrator Joachim.
Der Empfang ist nach den Sonntags-
gottesdiensten in der Kirche, aber
natürlich immer auch gerne bei Ihnen
zu Hause möglich.

Kirchgemeindeversammlung

Am Montag, 3. März, findet in der alten
Turnhalle **um 20 Uhr** die Kirchgemeinde-
versammlung statt. Die Traktandenliste,
das Protokoll 2024, die Rechnung 2024
und das Budget 2025 kann in der Kirche
eingesehen werden und ist auf der
Webseite (www.kirchgemeindevals.ch),
Rubrik Kirchgemeinde) publiziert.
Herzliche Einladung!

Pia Berni

Orthodox. Klangvoll. Anders.

Es freut uns, **am Herz-Jesu-Freitag, 7. März**, im Gottesdienst **um 19.30 Uhr** das A-cappella-Ensemble ODA aus der Ukraine bei uns willkommen heissen zu können. Sie werden den Gottesdienst musikalisch mitgestalten. Vor allem geht es um Musik der heiligen Liturgie von Johannes Chrysostomus und der orthodoxen Vesper. Das Musikrepertoire beinhaltet Musikwerke von unbekanntem byzantinischen und verschiedenen slawischen Meistern. Der aussergewöhnliche Gesang vergegenwärtigt ein geistliches und musikalisches Erbe, das in der Ostkirche die Jahrhunderte bis heute überdauert hat. Die Musik versteht sich als gesungenes Gebet. Herzliche Einladung!

Suppenmittag

Am Sonntag 30. März, laden wir nach dem Gottesdienst, also **ab ca. 11 Uhr**, herzlich zum Suppenmittag ins Restaurant Alpenrose ein. Es gibt Gerstensuppe, Wienerli mit Brot und Tee. Der Erlös geht an das Fastenopfer der Schweizer Katholiken. Wer bereit ist, beim Servieren zu helfen, melde sich bitte bei Pfarradministrator Joachim.

Hauptdarsteller für Krippenspiel gesucht

Neun Monate vor dem Weihnachtsfest feiert die Kirche das Fest Verkündigung des Herrn. Ich hätte grosse Freude, wenn wir am kommenden Weihnachtsfest ein neugeborenes Kind als Hauptdarsteller für das Krippenspiel finden könnten. Ich bedanke mich herzlich für Ihre Bemühungen!

Fastenzeit

In den 40 Tagen vor Ostern sind wir dazu eingeladen, unser Leben wieder neu auf Gott hin auszurichten. Von Feinjustierungen bis hin zu richtigen Kehrtwenden ist bei der Umkehr immer alles möglich. Wir dürfen uns sicher sein: Gott ruft uns immer wieder neu in seine Liebe. Verzicht kann uns dabei helfen, unseren Fokus auf das Wesentliche zu setzen und frei zu werden von Abhängigkeiten und Bindungen, die uns, unseren Beziehungen und unserem Leib schaden können. Herzliche Einladung zur ganz persönlichen Neuausrichtung!

Rückblick

Pfarreise



Unsere erste kleine Pfarreise führte uns an einem Mittwochnachmittag mit dem Gartmann-Car nach Weesen. Dort erfuhren wir von Schwester Konzilia, wie aufwendig die Herstellung der Hostien ist, die wir in Vals verwenden. Dabei stellte sich die Frage, warum wir keine Hostien mit Fischen darauf bekommen. Dann ging es hoch auf die Sonnenterrasse Amden, wo uns Herr Böni erzählte, mit wie viel Herzblut die Weihnachtskrippe dort jedes Jahr installiert wird. Sehr

spannend waren auch die Geschichten, die er uns über die Bäume erzählen konnte. Auf dem Heimweg versuchten wir einer Pizzeria zu zeigen, wie ein «Pizzagiro» funktioniert. Für das erste Mal waren wir ganz zufrieden. Wir freuen uns auf weitere Reisen. Wer Lust hat, eine solche für und mit uns vorzubereiten, ist herzlich eingeladen, sich bei Pfarradministrator Joachim zu melden.

Kerzenweihe an Lichtmess



Jesus will sich uns zu erkennen geben. Er will als Licht in unserer Welt scheinen. Wie der alte Mann Simeon und die Prophetin Hanna sind wir eingeladen, im Kind, in der menschgewordenen Liebe, den Erlöser und Heiland zu erkennen. Das Kerzenlicht ist ein schönes

Symbol für diese Gegenwart Gottes, der Liebe in unserer Welt. Wir danken unserem Mesmer Alois Stoffel, vor allem aber auch seiner lieben Frau Ida für das wunderbare Kerzenarrangement in der Kirche.

FLIMS – TRIN

www.kath-flims-trin.ch



Pfarrei St. Josef
Pfarramt Flims-Trin
Pfarrer Pius Betschart

Via dils Larischs 6b
7018 Flims Waldhaus
Telefon 081 911 12 94
Mobile 079 709 77 58
pfarramt@kath-flims-trin.ch

Pfarreisekretariat /
Vermietung Sentupada
Nadja Defilla

Montag und Dienstag:
9–12 Uhr / 14–17 Uhr
Telefon 081 511 21 95
sekretariat@kath-flims-trin.ch

Kirchgemeindepräsidentin
Wally Bäbi-Rainalter

Telefon 081 911 29 90
Mobile 078 639 62 25
sekretariat@baebi.ch

Grusswort

Liebe Pfarrgemeinde, liebe Gäste

Der liturgische Kalender führt uns wiederum in die Fastenzeit hinein. Jene Gnadenzeit, in der wir Christen uns bewusst werden, wie gross die hingebungsvolle Liebe Gottes ist. Sie zeigt sich nicht nur in den grossen Wundern, die Jesus tat, sondern in der schmerzhaften und leidvollen Lebenshingabe bis ans Kreuz. Verbunden mit dem noch nie dagewesenen Morgen der Auferstehung Christi. Vom Tod zum Leben – vom Dunkel zum Licht – von der Sünde und Versa-

gen zum Leben der Hoffnung und der Liebe. Ist dies nicht auch der Weg der Hoffnung, den wir in diesem Heiligen Jahr gehen wollen? Jede Fastenzeit lädt uns ein, auf unseren Lebens- und Glaubensweg zurückzuschauen. Alle Dunkelheit/Sünde, dem hinzulegen, der den Tod besiegt und vernichtet hat, um anschliessend voll Hoffnung und Freude die Gegenwart und die Zukunft des Lebens in Angriff zu nehmen. Papst Franziskus hält in seinem Schreiben zum Heiligen Jahr fest: «Die sakramentale Vergebung ist nicht nur eine schöne geistliche Chance, sondern ein entscheidender, wesentlicher und unverzichtbarer Schritt für den Glaubensweg eines jeden Menschen. Dort erlauben wir dem Herrn, unsere Sünden zu vernichten, unsere Herzen zu erneuern, uns wieder aufzurichten und uns zu umarmen und uns sein zärtliches und barmherziges Gesicht zu zeigen. Es gibt in der Tat keinen besseren Weg, Gott kennenzulernen, als sich von ihm verzeihen zu lassen (vgl. 2 Kor 5,20) und seine Vergebung zu erfahren. Verzichten wir also nicht auf die Beichte, sondern entdecken wir wieder neu die Schönheit des Sakraments der Heilung und der Freude, die Schönheit der Vergebung der Sünden!»

Das Herz/die Seele soll frei werden von allem Ballast des Negativen, um mit Freude und Hoffnung voranzuschreiten. Sortiert nicht jeder Wanderer vor einer längeren Tour alle Gegenstände aus, auf die er verzichten kann, um nicht Unnötiges über den Berg oder durch die langen Täler tragen zu müssen. Haben wir den Mut, genau diese Erleichterung unserem Herzen/unserer Seele zu gönnen. Lüge, Streit, Lieblosigkeit, Egoismus, Neid ... raus, dafür packen wir ein: Nächstenliebe, Friede, Versöhnung, Freude, Liebe, Hoffnung ...

Ihnen allen wünsche ich eine gnadenreiche Fastenzeit.

Ihr Pfarrer Pius Betschart

Gottesdienste

8. Sonntag im Jahreskreis

Kollekte: Missionsprokur Ilanz

Samstag, 1. März

18.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 2. März

10.00 Uhr Heilige Messe

Aschermittwoch

Mittwoch, 5. März

18.00 Uhr Heilige Messe mit Segnung und Auflegung des Aschenkreuzes

Freitag, 7. März

10.00 Uhr Heilige Messe im Wohn- und Pflegeheim Plaids

18.30 Uhr Heilige Messe mit eucharistischer Anbetung

1. Fastensonntag

Kollekte: für Caritas Schweiz – Syrien

Samstag, 8. März

17.15 Uhr Aussetzung des Allerheiligsten Rosenkranz und Beichtgelegenheit

18.00 Uhr Vorabendmesse anschliessend Vortrag von Mirco Agerde, Opera dell'Amore

Sonntag, 9. März

09.15 Uhr Beichtgelegenheit

09.30 Uhr Kreuzweg

10.00 Uhr Heilige Messe die 5./6. Primarklasse der Schule Flims und Fabio Theus, Katechet stellen das Fastenopferprojekt der Pfarrei vor

Mittwoch, 12. März

18.00 Uhr Heilige Messe

Freitag, 14. März

08.15 Uhr Stille Anbetung vor dem Allerheiligsten

09.00 Uhr Heilige Messe

14.30 Uhr Fiire mit de Chline in der reformierten Kirche St. Martin

2. Fastensonntag – Patrozinium – Fest des heiligen Josef, Kirchenpatron

Kollekte: für die Bedürfnisse der Pfarrei

Samstag, 15. März

17.30 Uhr Kreuzweg

18.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 16. März – Patrozinium

10.00 Uhr Hochfest des heiligen Josef, Kirchenpatron, mit musikalischer Begleitung des A-cappella-Ensembles ODA aus der Ukraine; anschliessend gemeinsamer Apéro

Mittwoch, 19. März – Josefstag

18.00 Uhr Heilige Messe

Freitag, 21. März

09.00 Uhr Heilige Messe

3. Fastensonntag – Suppentag*Kollekte: für ökumenisches Fastenprojekt***Samstag, 22. März**

17.00 Uhr Kreuzweg

18.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 23. März – Suppentag

10.00 Uhr Ökumenischer Gottesdienst; anschliessend Fastensuppe in der Eventhalle Flims Dorf

Mittwoch, 26. März

18.00 Uhr Heilige Messe

Freitag, 28. März

09.00 Uhr Heilige Messe

10.00 Uhr Heilige Messe im Wohn- und Pflegeheim Plaids

4. Fastensonntag – Laetare*Kollekte: für Anima Una Schweiz***Samstag, 29. März**

18.00 Uhr Vorabendmesse

Sonntag, 30. März

09.30 Uhr Kreuzweg

10.00 Uhr Heilige Messe

Gedächtnismessen**Sonntag, 2. März**

Walter Frey

Sonntag, 9. März

Ursula Yourievsky-Beer

Sonntag, 30. März

Pfarrer Ernst Achermann

Jubilare

Wir gratulieren unseren Jubilaren herzlich zum Geburtstag:

Gertrud Fontana

2. März 1935

Iris Cafilisch-Sigrist

17. März 1945

Mitteilungen**Kollekten im Januar****4./5. Januar**

Epiphanie-Opfer für Kirchenrestaurationen 330.80

11./12. Januar

Solidaritätsfonds für Mutter und Kind (SOFO) 464.50

18./19. Januar

Bedürfnisse der Pfarrei 285.35

25./26. Januar

Caritas Graubünden 312.50

Gemeinsames Stricken**Dienstag, 11. März, von 9 bis 11 Uhr**

Das gemeinsame Stricken findet in der Sentupada Flims Waldhaus statt. Alle Interessierten sind herzlich dazu eingeladen. Dies ist ein Projekt der Flimser Kirchgemeinden.

Mittagstisch**Dienstag, 25. März, um 12 Uhr**

Mittagessen in der Sentupada. Anmeldung bis Montag, 24. März, an Monika Schnider, Tel. 079 954 92 44.

Kreuzweg in der Fastenzeit

In dieser Fastenzeit werden wir mehrmals vor den Vorabend- oder Sonntagsmessen gemeinsam den Kreuzweg beten. Die Daten entnehmen Sie bitte der Agenda sowie dem Aushang bei der Kirche. Beim Beten des Kreuzweges betrachten wir den Weg Jesu nach Golgota und schliessen die Sorgen und Nöte unserer Pfarreiangehörigen und die der ganzen Welt mit ein.

Patrozinium – Hochfest des heiligen Josef, Kirchenpatron**Am Sonntag, 16. März,** feiern wir unser Patrozinium, das Fest des heiligen Josef, unseres Kirchenpatrons. Der Gottesdienst wird musikalisch begleitet vom A-cappella-Ensemble ODA aus der Ukraine. Nach der heiligen Messe sind alle Kirchenbesucher herzlich zum gemeinsamen Apéro eingeladen.**Am Mittwoch, 19. März, um 18 Uhr**

feiern wir die heilige Messe zum Hochfest des heiligen Josef, Bräutigam der Gottesmutter Maria.

Fastenaktion

In der diesjährigen Fastenaktion sammeln wir für das Projekt der Fastenaktion Schweiz in der Demokratischen Republik Kongo. Diese ist zwar reich an natürlichen Ressourcen, trotzdem

leben knapp drei Viertel der Bevölkerung in extremer Armut. Vier von fünf Kindern sich chronisch mangelernährt. Dieses Projekt der Fastenaktion wird am ersten Fastensonntag von der 5./6. Primarklasse und Fabio Theus, Katechet, vorgestellt.

Suppentag**Am Sonntag, 23. März,** findet der Suppentag statt. Um 10 Uhr feiern wir einen ökumenischen Gottesdienst in der Kirche St. Josef zusammen mit der reformierten Kirchgemeinde Flims. Anschliessend sind alle zum Suppentag in der Eventhalle Flims Dorf eingeladen. Wir freuen uns auf den gemeinsamen Gottesdienst und den Suppentag, an dem wir Ökumene leben und mit einer Spende den Bedürftigen der Welt eine notwendige Unterstützung leisten können.**Rückblick aus dem Pfarreileben**

Am Fest Darstellung des Herrn, am 2. Februar, haben sich unsere diesjährigen Erstkommunionkinder der Pfarrei vorgestellt.



Am Samstag, 8. Februar, haben die diesjährigen Firmanden mit Fabio Theus, Katechet, einen stimmungsvollen Taizé-Gottesdienst vorbereitet.



Fünf Schritte der Gotteserkenntnis

Mit den fünf Wegen (*quinque viae*) versuchte Thomas die Existenz Gottes zu beweisen. Er ging dabei von den sinnlichen Wahrnehmungen aus: Nichts bewegt sich, ohne dass es zuvor einen Bewegter gibt. Irgendetwas muss die erste Bewegung veranlassen haben, ohne selbst bewegt worden zu sein – dieses Etwas nennen wir Gott.

Nichts wird von sich selbst verursacht. Jede Wirkung hat eine vorausgehende Ursache. Es muss jedoch eine allererste Ursache geben, die nicht durch etwas verursacht wurde – diese erste Ursache nennen wir Gott.

Es muss eine Zeit gegeben haben, in der keine physikalischen Objekte existierten. Da heute physikalische Gegenstände vorhanden sind, muss irgendetwas sie ins Dasein gebracht haben – dieses Etwas nennen wir Gott.

Dinge in der Welt sind unterschiedlich, es gibt jeweils Abstufungen (z. B. bezüglich der Tugend). Abstufungen können wir nur durch den Vergleich mit einem Maximum beurteilen. Menschen kön-

nen sowohl gut als auch schlecht sein, also kann das Maximum des Gutseins nicht in uns liegen. Es muss ein anderes Maximum geben, das den Massstab der Vollkommenheit bildet – dieses nennen wir Gott.

Weltliche Dinge, die der Erkenntnis ermangeln (z. B. Naturkörper), verfolgen einen bestimmten Zweck oder ein Ziel und dies immer oder sehr häufig auf gleiche Art und Weise. Weil Dinge ohne Erkenntnis nicht mit Absicht zu einem Ziel gelangen können, bedeutet es, dass sie gelenkt werden. Folglich gibt es etwas Intelligentes, das alle Naturdinge einem Ziel zuordnet – und das nennen wir Gott.

Mit diesen fünf vereinfacht dargestellten Gedankenschritten versuchte Thomas von Aquin zu zeigen, dass es einen Gott gibt, der als Ursprung von Bewegung, Kausalität, Notwendigkeit, Perfektion und Ordnung dient. Während des Zweiten Vatikanischen Konzils wurden diese Gedanken wieder aufgegriffen, um das Verhältnis von Glaube und moderner Wissenschaft zu klären. (sc)



Carlo Crivelli
(ca. 1430–1495):
der heilige
Thomas von Aquin.

HOFFE. DIE AUTOBIOGRAFIE

Eine Besprechung der Autobiografie von Papst Franziskus.

Es ist bemerkenswert und höchst beeindruckend: Nachdem Papst Franziskus ganz am Anfang seiner Autobiografie erzählt hat, wie seine Grosseltern auf der Fahrt von Italien nach Argentinien beinahe ertranken, widmet er zehn ganze Seiten den heutigen Migranten; vor allem auch den Tausenden, die im Mittelmeer den Tod finden.

Im umfangreichen Buch erinnert sich der Papst nicht bloss an die wichtigen Stationen in seinem Leben, wobei er sehr liebevoll von seiner Familie und unzähligen Freunden erzählt. Viel Platz nehmen auch seine Überlegungen zu den vielfachen Krisen der Gegenwart ein. Temperamentvoll und mutig findet er Worte zu Problemen wie Migration, weltweite Armut, Kriege und Zerstörung der Mitwelt.

Hier beweist der Autor, dass er sein Postulat verwirklicht, der Hirte müsse den Geruch seiner Herde annehmen ...

Walter Ludin

Zum ersten Mal in der Geschichte erscheint die Autobiografie eines Papstes zu seinen Lebzeiten. Das Buch enthält aussergewöhnliche, bisher unveröffentlichte Fotografien, auch aus privaten Quellen. Papst Franziskus: Hoffe. Die Autobiografie aus dem Italienischen von Elisabeth Liebl, 384 Seiten inklusive Bildteil, CHF 33.50, Kösel-Verlag 2025

PAPST FRANZISKUS HOFFE DIE AUTOBIOGRAFIE



KÖSEL

FAR CUREISMA

Da mesjamna dalla tschendra, uonn ils 5 da mars, entscheiva la Cureisma. E durant la Cureisma essen nus envidai da «far cureisma», pia da daventar sez activs e dar a quei temps da preparaziun sin Pastgas in accent special.

In'expressiun populara ei quei «far cureisma». Ella corrispunda al plaid «gignar». Ggina ei in serestrencher el magliar e desister da caussas e purschidas che stattan rehamein a disposiziun a nus. Quei descarga buca mo nies tgierp, mobein intimescha da ver disciplina ed uorden en nies consumar. Gest en in temps nua che bia ei avon maun en surabundanza e nus savein sesurvir da bia caussas, eisi fetg dengrau da dar ina ga ina cunterpeisa en nies agir e guder. Quei che stat adina a disposiziun, piarda cul temps sia valor. Ei gusta buca pli.



Ei dat differentis motivs per gignar

Ozildi mesiran ins savens l'attractivada e la bellezza d'in carstgaun vid sia cumparsa bein proportiunada. Gie buc esser memia gross, mobein gracils e lingiers. Ei dat glied che fa periodicamein gigna per piarder zacons kilos. Ei vegn investau tutta forza e perseveranza per contonscher ina peisa ideala. Mo sch'ins ha suenter quella ggina buca la disciplina da consumar cun mesira, ein ils kilos prest pusepei anavos.

Auters fan desistan da certas spisas e bubrondas ord motivs da sanadad. Il tgierp rebellescha sin certas caussas. Ins sesenta mal sch'ins pren talas.

Puspei auters fan ggina per liberar il tgierp e ses organs da tassis e caussas nuscheivlas. Els secuntentan cun spisas levas, cun té e succs. Suenter ina tala cura sesentien ins fetg bein. Aschia sincereschans els.

Ed ei dat schizun in gignar per murir. Cun renunzar a tutta maglia e da beiber, san ins accelerar il process da murir. Pertgei cun nuot dattan ils organs cul temps si lur funcziun. Savens refusa

in moribund tut el davos stadium El ei semptgaus per murir.

En las biaras religiuns

dat ei dis e temps da ggina. Per ils muslims ei quei in entir meins, il Ramadan. Els desistan naven dalla levada tochen la rendida dil sulegl da tutta maglia e tutta bubronda, Il gadius gigineschans per regla in di avon ina fiasta per aschia sepreparar internamein sin quella. Per Jesus che era gedi, ei il gignar ina realitat ch'el tschenta buc en damonda. El camonda buca expressivamein da far ggina, mo dat igl impuls da far quei a moda verdeivla: «Cura che vus gagineis, buca fagei ina tschera tresta sco ils simuladers. Cura che ti giginas, unscha tiu tgau e lava tia fatscha per che tiu gignar semuossi buca als carstgauns, mobein a tiu Bab» (Mt. 6,16s). El cristianissem ha ei dau durant ils tschentaners adina puspei camonds e perscripziuns da far ggina. Quei era ina ga il temps da Cureisma, mo era certs dis dall'jamna sco il venderdis ni las vigelgias dallas fiastas grondas. Oz vein nus aunc dus dis da ggina ed abstinenzas: Mesjamna dalla tschendra e Venderdis Sogn. Il motiv religios da gignar ei da sesarver per Diu e siu operar saluteivel. E leutier sa il gignar era esser in act da solidaritad cun ils biars che piteschan fom ni han buc il necessari da senutrir andantamein.

Far cureisma

ei per mei dapli che desister da grondas tschaveras. Il reducir il consum dad alcohol, da nicotin, da adina mirar ella televisiun ni el telefonin, sa medemamein esser in segn da ggina. E la Cureisma ei per nus cristians in temps da reconciliaziun, cun Diu e cul concarstgaun. Ils sespruar da metter en uorden ina relaziun sclavinada fuss in clar signal per quei temps. Il prender peda durant quellas jamnas per Diu cun far in'oraziun, cun ir en baselgia, cun reponderar nies far e demanar, tut quei dat tempra speciala a quei temps da preparaziun sin Pastgas.

Gie, ei dat bia modas e manieras da «far cureisma». Pertgei buca empruar ora ina ni l'autra? Per ch'il «far cureisma» meini nus tier las Pastgas che dattan veta nova.

Sur Alfred Cavelti, Glion

«PRONTI SEMPRE A RISPONDERE A CHIUNQUE ...»

Il significato dell'anno giubilare.

Non c'è bisogno di scomodare famosi *opinion-maker* per concludere che viviamo un tempo difficile: a grandi passi in avanti in tutti i campi della scienza e della tecnica corrispondono preoccupanti regressi sul piano della capacità di «restare umani». Basta pensare che la cronaca ci dice che sempre più persone, soprattutto giovani, ormai escono di casa con un coltello in tasca e non hanno remore a utilizzarlo! E più allarghiamo lo sguardo, più scopriamo un mondo in cui sembrano avere la meglio sempre violenza e sopraffazione, i cui i «piccoli» – siano essi bambini o poveri, singoli o interi popoli devono sopportare vessazioni e vivono nella paura. Il mondo – si dirà – è sempre stato così, dominato dalle leggi dei più forti, ma a noi sembrava di aver avuto in sorte di nascere in una parte di mondo e in un tempo in cui, se non per tutti, almeno però per molti era garantita pace e giustizia.

Un «anno di grazia»

L'esperienza dell'Israele biblico ha molto da insegnarci anche se, in realtà, le pratiche religiose previste per l'anno giubilare cattolico hanno ben poco a che vedere con quelle giudaiche. Infatti, l'istituzione dello Shabbat, il giorno del riposo, e poi dello Shemittah o anno sabbatico, cioè del settimo anno, e poi ancora dell'anno giubilare nel quarantanovesimo anno al termine di sette settimane di anni, cioè dei sette cicli di anni sabbatici, esprimeva la forte ricaduta nella concretezza della vita dell'intero popolo della sua assoluta e totale dipendenza da Dio. Dato il rapporto fondativo del popolo dell'elezione con la terra donatagli da Dio, era proprio con la terra che la cadenza sabbatica aveva a che fare: astenersi dal lavoro il settimo giorno, come il settimo anno, come dopo sette settimane di anni significava ripartire dal punto dal quale tutto era cominciato: il dono di Dio.

Affermare, nella pratica della vita sociale, che «la terra è di Dio» comportava il rifiuto di considerarsene proprietari e la regolamentazione degli affitti, con tutto quello che era connesso con tale scansione del tempo collettivo. Era però soprattutto l'affermazione della sovranità di Dio come fondamento teologico alla base dell'intera esistenza individuale e collettiva. Proprio per questo significava anche «liberazione» perché implicava



per tutti, padroni e schiavi, locatari e affittuari, creditori e debitori, un ritorno al punto di partenza cioè al riconoscimento del dono di Dio. Va anche detto, però, che è molto probabile che per Israele sia l'anno sabbatico che quello giubilare restano relegati nell'immaginario ideale.

Per il profeta Isaia la venuta del Messia avrebbe sancito l'ingresso di Israele, alla guida di tutte le nazioni, nel grande giubileo della liberazione, l'anno di grazia del Signore in cui il lieto annuncio avrebbe raggiunto i poveri e la proclamazione della liberazione i prigionieri (cfr. Is 61,1–2), e per il profeta di Nazaret in lui, nella sua predicazione del Regno di Dio quella profezia era arrivata al suo pieno compimento (cfr. Lc 4,17–21).

Tempo della speranza, tempo della pazienza

Il Messia crocefisso muore sulla croce affermando «È compiuto» (Gv 19,30): perché allora tanta è ancora la violenza, perché il mondo è infestato dalle guerre, perché i ricchi sbeffeggiano i poveri, i superbi umiliano i semplici, i persecutori si accaniscono sugli inermi? Il Risorto lo aveva detto ai suoi discepoli prima di salire al Padre: «Non spetta a voi conoscere tempi o momenti che il Padre ha riservato al suo potere» (At 1,8), e da quel momento per i credenti il tempo della speranza coincide con quello della pazienza. Gesù, non ha visto l'arrivo del Regno che aveva annunciato, i suoi discepoli non sono superiori al maestro.

prof.ssa Marinella Perroni

Annuncio dell'anno giubilare ebreo.



FRAUEN LADEN EIN ...

Am 7. März ist Weltgebetstag. Frauen aus verschiedenen christlichen Denominationen laden in rund 150 Ländern zu einer Feier ein. Die diesjährige Liturgie kommt von den Cookinseln.

Das Titelbild wurde – wie die Liturgie des Weltgebetstags 2025 – von Frauen auf den Cookinseln geschaffen.

Kia Orana! So lautet der Gruss auf den Cookinseln. Kia Orana bedeutet «Ich wünsche dir, dass du lange und gut lebst, dass du leuchtest wie die Sonne und mit den Wellen tanzt.»

Die Cookinseln sind ein unabhängiger Inselstaat, der sich aus einer Gruppe von 15 Inseln im südlichen Pazifik zusammensetzt. Auf der knapp 240 km² grossen Fläche leben ca. 15 000 Einwohner (Stand 2021).

Namen zu Ehren von James Cook

Besiedelt wurden die Cookinseln vermutlich im 9. Jahrhundert durch Polynesier. Der erste europäische Kontakt wird auf das Jahr 1595 datiert, als der Spanier Alvaro de Mendaña de Neyra auf der nördlichen Insel Pukapuka landete. Ende des 18. Jahrhunderts suchte James Cook mehrfach die südlichen Inseln des Archipels auf. Der heutige Name Cookinseln wurde von Admiral Adam Johann von Krusenstern bei seiner Weltumrundungsexpedition zu Ehren des Seefahrers James Cook vergeben. Er erschien zum ersten Mal in einer russischen Seekarte zu Beginn des 19. Jahrhunderts. 1888 wurden die Inseln vom Vereinigten Königreich «unter Schutz gestellt», 1901 annektiert und wenig später Neuseeland administrativ zugeordnet. In den folgenden Jahrzehnten erhielten die Inseln zwar mehr Kompetenzen, doch die volle Selbstständigkeit erreichten sie erst 1965. Seit 2019 werden Stimmen laut, die einen traditionellen polynesischen Namen fordern.

Tourismus, Fischerei und Feldbau

Der Tourismus erwirtschaftet rund 67 Prozent des Bruttoinlandproduktes. Exportiert werden Fische, Textilien, Orangen, Gemüse und Ananas. Für den Eigenbedarf werden Papaya, Paprika,



Spielt eine wichtige Rolle in der Ernährung und Naturheilkunde: die Taro-Pflanze.



Melonen sowie Bananen- und Kokospalmen kultiviert. Auch Taro-Anbau ist häufig zu sehen – Taro ist eine Pflanzenart, deren stärkehaltigen Rhizome (Wurzelknollen) gekocht oder geröstet verzehrt werden. Die geriebenen Taro-Rhizome werden in der Naturheilkunde in kühlenden Umschlägen verwendet.

Mehrere Projekte

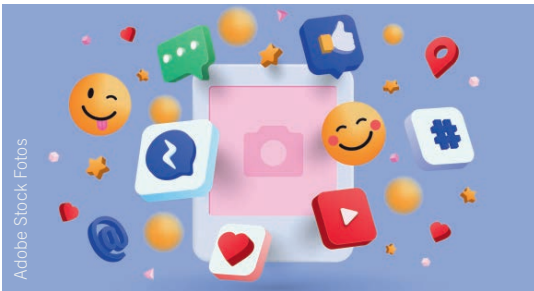
Die Kollekten der Feiern kommen Projekten zugute, die nach strengen Richtlinien ausgesucht wurden und über mehrere Jahre hinweg finanziert werden können. Neu werden mit Schweizer Hilfswerken, die Projekte mit Frauen gemäss den Vergaberichtlinien des Vereins Weltgebetstag Schweiz unterstützen, Vereinbarungen abgeschlossen.

Der Weltgebetstag Schweiz ist Teil einer weltweiten Bewegung von Frauen aus verschiedenen christlichen Traditionen. Jedes Jahr am ersten Freitag im März finden in zahlreichen Pfarreien unter dem Motto «informiert beten – betend handeln» Feiern statt. (sc)

Infos zu einzelnen Feiern in den Pfarreien in den Agendenteilen. Materialien zum Weltgebetstag unter www.wgt.ch

SCHEIN UND SEIN

Schöner, aufregender, cooler - sein Leben inszenieren. Aufmerksamkeit provozieren. Bestätigung suchen. Sich mit anderen vergleichen. Und Likes sammeln, die bedeutungslos sind. Willkommen in der Welt von Social Media.



Im Internet und in Social Media wirkt vieles anders als es ist. Ein grosser Teil des Gezeigten ist nicht real. Dennoch vergleichen sich viele mit den Gezeigten und setzen sich dadurch permanent unter Druck: Sie wollen ebenso so perfekt, so cool, so reich sein.

Social Media ist nicht Real Life!

Denke immer daran, dass Facebook, Instagram und andere Dienste nicht die Realität widerspiegeln. Sie zeigen Ausschnitte von dem, was andere dir zeigen wollen. Die Wirklichkeit sieht oft ganz anders aus. Prinzipiell ist das nicht schlecht, weil so die Privatsphäre geschützt wird. Doch als Betrachtende müssen wir das wissen.

Weil Social Media nicht die Realität zeigt, solltest du dich nie mit dem dort Gezeigten vergleichen. Du kannst nur verlieren, denn nur die schönen Ereignisse und tollsten Bilder landen im Netz. Eine Studie fand sogar heraus, dass positive Nachrichten in Social Media Neid, Frust, Traurigkeit und Einsamkeit auslösen können. Dies sei ein Grund dafür, dass Personen sich in sozialen Netzwerken bewusst positiver darstellen, um im Vergleich nicht schlechter dazustehen.

Wer möchtest du sein?

Wenn du Bilder von dir in Social Media teilst, überlege dir, wie deine Selbstdarstellung bei anderen ankommt. Was deine Freunde vielleicht als «cool» betrachten, finden potenzielle Arbeitgeber nicht so gut. Vor allem mit Partyfotos oder kritischen und beleidigenden Äusserungen musst du vorsichtig sein. Um sicherzustellen, dass du deinen Post später nicht bereust, können dir folgende Fragen helfen:

- Was denke ich in fünf Jahren über diesen Post?

- Welche Personen sollten diesen Post besser nicht sehen?
- Wen interessiert dieser Post überhaupt?

Im Internet kann jeder sein, wer er möchte und sich sogar für eine andere Person ausgeben. Traue nicht allem, was erzählt und geschrieben wird. Wer sich zu viel seinen Internetfreundschaften widmet, verliert vielleicht sogar seine echten Freunde. Online-Freundschaften können aber auch die Real-Life-Freundschaften unterstützen. So steht man häufiger in Kontakt mit Freunden und verliert sich auch über längere Zeiträume nicht aus den Augen.

Wer bist du?

Vergiss nie, dass du klasse bist, so wie du bist. Du hast Stärken und Begabungen, die einmalig sind. Natürlich gibt es auch Bereiche, die dir nicht immer gefallen, aber unterm Strich bist du toll!

Weil du wertvoll und wichtig bist, solltest du dir auch ab und zu etwas gönnen: mit Freunden ausgehen, ein Buch lesen, ein Konzert besuchen ... Freue dich über Komplimente und bedanke dich ohne Nachsatz oder Relativierung. Der, der dich gemacht hat, hat dich mit so viel Gutem ausgestattet, dass es dem einen oder der anderen auffällt – auffallen muss!

Weil du weisst, dass du in Ordnung bist, musst du dich nicht immer profilieren und mit «wahren Geschichten» deinen «Wert» steigern – weder in Social Media noch im Real Life. Du bist geliebt, so wie du bist. (sc/pfarreibriefservice.de)

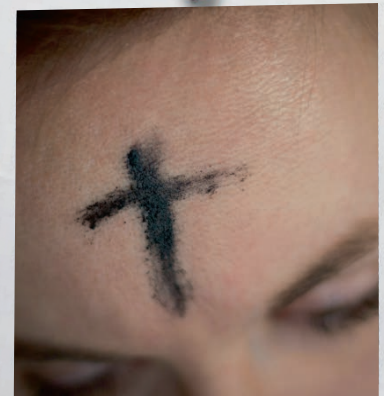
Ein Foto, dass du und deine Freunde cool finden, beurteilt dein Arbeitgeber vielleicht anders.



HABEN SIE GEWUSST, DASS ... ?

... Sie die liturgischen Texte für jeden Tag des Jahres finden unter schott.erzabtei-beuron.de

... Sie auf der romanischen Seite www.pieveldadiu.ch das jeweilige Sonntagsevangelium, die Texte des Zweiten Vatikanischen Konzils und Gebete finden?



Am 5. März 2025 ist Aschermittwoch.

IMPRESSUM

Pfarreiblatt Graubünden
116 | 2025

Herausgeber
Verein Pfarreiblatt
Graubünden, Bawangs 20,
7204 Untervaz

Für den Pfarreiteil ist das entsprechende Pfarramt verantwortlich.
Adressänderungen sind an das zuständige Pfarramt Ihrer Wohngemeinde zu richten.
Bitte keine Adressänderungen an die Redaktion.

Redaktionskommission
Wally Bäbi-Rainalter, Promenada 10a, 7018 Flims-Waldhaus
wally.baebi@pfarreiblatt-gr.ch

Redaktionsverantwortliche
Sabine-Claudia Nold, Bärenburg, Italienische Strasse 71, 7440 Aander
redaktion@pfarreiblatt-gr.ch

Erscheint
11 x jährlich, zum Monatsende

Auflage
17 000 Exemplare

Das Pfarreiblatt Graubünden geht an Mitglieder der Kirchengemeinden von Albula, Ardez, Bonaduz-Tamins-Safiental, Breil/Brigels, Casis, Celerina, Chur, Domat/Ems-Felsberg, Domleschg, Falera, Flims-Trin, Landquart-Herrschaft, Ilanz, Laax, Lantsch/Lenz, La Plaiv/Zuoz, Lumnezia miez, Martina, Pontresina, Rhäzüns, Sagogn, Samedan/Bever, Savognin, Schams-Avers-Rheinwald, Schluein, Scuol-Sent, Sevgein, Surses, St. Moritz, Tarasp-Zernez, Thusis, Trimmis, Untervaz, Vals, Vorder- und Mittelprättigau, Zizers.

Layout und Druck
Visio Print AG
Rossbodenstrasse 33
7000 Chur

Titelbild: Neues wagen, alte Muster durchbrechen, Freiheit erfahren. Die Fastenzeit lädt uns alle dazu ein.
Foto: Adobe Stock

... am **15. März** der **Infotag zum Diplom- und Bachelorstudiengang Religionspädagogik** stattfindet?

Universität Luzern, Frohburgstrasse 3, 6006 Luzern
15. März, 10.15 Uhr, Raum 3.B53 sowie online.
Anmeldung bis spätestens 10. März online unter www.unilu.ch/infotag-rp

... wir am **19. März** des **heiligen Josephs** gedenken? In der Ostkirche wurde Joseph schon sehr früh als Heiliger verehrt, in der Westkirche dagegen erst ab etwa 850 und nur sehr zögernd, da das juristische Vaterschaftsverhältnis im Mittelalter als schwer verständlich galt. Im 17. Jh. wurde der heilige Joseph, der der Überlieferung zufolge im Schoss Mariens und im Beisein Jesu starb, zum Schutzpatron der Sterbenden.



... am **Sonntag, 23. März**, ein **Adoray-Lobpreisabend** stattfindet? Um 19 Uhr in der Kirche St. Luzi in Chur.

... an **Aschermittwoch** in der Westkirche seit dem Pontifikat Gregors des Grossen (590–604) die 40-tägige Fastenzeit vor Ostern beginnt? Die Bezeichnung Aschermittwoch kommt von dem Brauch, an diesem Tag im Gottesdienst die Asche der verbrannten Palmzweige des Vorjahres zu weihen und die Gläubigen mit einem Kreuz aus dieser Asche zu bezeichnen. Die Aschenweihe und der Empfang des Aschenkreuzes gehören zu den heilswirksamen Zeichen, den Sakramentalien. Die Fastenzeit soll an die 40 Tage erinnern, die Jesus Christus fastend und betend in der Wüste verbrachte (Mt 4,2) und auf Ostern vorbereiten.

... dass die **Romero-Tage vom 20. bis 24. März** in Luzern sich in unterschiedlichen Veranstaltungen dem Thema «Hunger – Macht – Wut, Handeln für das Recht auf Nahrung» widmen? Weitere Informationen unter www.comundo.org/romerotage