



Und schon naht wieder die Fastenzeit...

Weihnachten ist noch nicht lange vergangen, da nähert sich schon mit großen Schritten die Fastenzeit. In diesem Jahr beginnt sie besonders früh, der Aschermittwoch fällt heuer auf den 14. Februar. **Das Fasten hat heute wieder einen guten Ruf.** Vielerorts werden das ganze Jahr hindurch Fastenkurse angeboten. Das Fasten bringen wir heute weniger mit Kasteiung und Verzicht, sondern mehr mit Reinigung für Körper und Seele in Verbindung. Genau das ist auch der Sinn der kirchlichen Fastenzeit, allerdings steht hier mehr die SEELE im Mittelpunkt. Immer habe ich bei der Fastenzeit das im Kopf, was der Heilige Benedikt in seiner Regel schreibt: „Der Mönch soll zwar immer ein Leben führen wie in der Fastenzeit. Dazu haben aber nur wenige die Kraft. Deshalb raten wir, dass wir wenigstens in diesen Tagen der Fastenzeit in großer Lauterkeit auf unser Leben achten und alle gemeinsam in diesen heiligen Tagen die früheren Nachlässigkeiten tilgen.“ (RB 49,1f.) Der Heilige Benedikt rät also: Führen wir wenigstens in DIESEN Tagen, die uns auf das Osterfest, das wichtigste Fest im Jahr, vorbereiten sollen, unser Leben so, wie wir es eigentlich IMMER führen sollten.

Was kann das für uns bedeuten? Ich denke, **wichtig ist vor allem, das Herz und den Kopf frei zu bekommen von dem, was uns belastet und blockiert.** Es gibt z.B. kaum etwas, das unser Herz so „verklebt“ für die Liebe Gottes und unserer Mitmenschen wie die **Unversöhnlichkeit.** Auch wenn wir uns an jemandem schuldig gemacht haben, kann das eine große seelische Belastung sein, die uns hindert, unser Herz für das Schöne in der Welt zu öffnen. Manchmal können wir uns auch einfach selbst nicht verzeihen. Ich lade deshalb herzlich ein, während der Fastenzeit das Sakrament der Versöhnung zu empfangen. Das ist keine Wissenschaft. Sprechen Sie sich einfach von der Seele, was sie belastet, ganz offen und ehrlich, und wo sie gerne etwas rückgängig machen würden, wenn Sie könnten. In der Absolution wird Ihnen alles von der Seele genommen und Sie können aufatmen!

Neben der Unversöhnlichkeit sind es oft **schlechte Angewohnheiten**, die uns unfrei machen. Hier kommt dann das Fasten ins Spiel. Das Essen, Süßes oder Alkohol können uns über manchen Frust des Alltags hinwegtrösten, können uns aber auch abhängig und träge machen. Zu viel Fernsehen, Internet- oder Handynutzung stehlen uns oft die Zeit, die wir besser für etwas anderes verwenden könnten. Wie wäre es, sich hier Vorsätze für die Fastenzeit zu machen?

Damit man sich nun nicht übergroße Vorsätze macht, die dann nach wenigen Tagen aufgegeben werden, empfehle ich die 3 K: **K**leine, **K**onkrete, **K**onsequente Schritte. Also: Machen Sie sich nicht einen schwammigen, sondern einen ganz konkreten Vorsatz, der schaffbar ist und den Sie konsequent durchhalten können. Dann können Sie auch die schöne Erfahrung machen, immer freier zu werden von dem, was am Anfang vielleicht schwierig erschienen ist.

Zum Schluss des Kapitels über die Fastenzeit schreibt der Heilige Benedikt über den, der sich so vorbereitet: „**Mit geistlicher Sehnsucht und Freude erwarte er das heilige Osterfest.**“ Das wünsche auch ich Ihnen von Herzen!

Ihr P. Leopold

Ankündigungen

„Ich war krank und ihr habt mich besucht“ (Mt 25,36)

Am 11. Februar feiert die Kirche jedes Jahr den Gedenktag Unserer Lieben Frau von Lourdes, der gleichzeitig als Welttag der Kranken begangen wird. Um die Quelle, die die Heilige Bernadette Soubirous 1858 aufgrund einer Erscheinung der Gottesmutter freigelegt hat, hat sich seitdem ein bedeutender Wallfahrtsort entwickelt. Zahlreiche Heilungen am Leib, vor allem aber an der Seele, werden von dort berichtet. Ich selbst war leider noch nie in Lourdes, habe aber schon von einigen erfahrenen Wallfahrern gehört, dass Lourdes für sie der beeindruckendste der berühmten europäischen Wallfahrtsorte ist.

Fortsetzung auf Seite 2

Wichtige Termine:

02. Feb.	18:00 Uhr	Darstellung des Herrn - Hl. Messe mit Kerzenssegnung und Blasiussegen
03. Feb.	18:30 Uhr	Vorabendmesse mit Blasiussegen
04. Feb.	09:30 Uhr	5. Sonntag im Jahreskreis - Hl. Messe mit Blasiussegen

14. Feb.	18:30 Uhr	Aschermittwoch - Hl. Messe mit Auflegung des Aschenkreuzes
18. Feb.	09:30 Uhr	1. Fastensonntag - Familienmesse mit Möglichkeit zum Empfang des Aschenkreuzes

**Bis inkl. März finden in der Gruberau keine
Heiligen Messen statt!**

Wenn bei uns im Kloster über Wallfahrtsorte und ausgedehnte Reisen dahin gesprochen wird, dann sagt unser P. Markus gern: „Weißt du, wo MEIN Lourdes ist?“ Dann deutet er auf sein Herz und sagt: „DA drinnen!“ Mit einem Wort: Man muss nicht unbedingt große Reisen unternehmen, um Gott zu begegnen und auch nicht, um seine heilende Macht zu erfahren. Das Gute ist - wie so oft - ganz nahe.

Ich lade Sie deshalb ganz herzlich ein, wenn Sie krank sind, vor einer Operation stehen oder einfach unter den Anzeichen des fortschreitenden Alters leiden, einen **Krankensegen** bzw. das **Sakrament der Krankensalbung** zu empfangen. Gerne bringen wir auch die Eucharistie als **Krankenkommunion** zu Ihnen nach Hause. Verzichten Sie nicht auf diese wertvollen Hilfen, die die Kirche anbietet! **Auch wenn Sie jemanden kennen, der sich über einen Besuch freuen würde, melden Sie sich bei uns.** Wir freuen uns, wenn wir helfen können!

P. Leopold

Unser Pfarrblatt heißt „**Treffpunkt**“. Im Jahr 1992 hat damals Pater Karl diese monatliche Pfarrinformation eingeführt. Treffpunkt ist natürlich zunächst die Kirche. Aber nach der Messe ging man, vor allem die Männer, noch zum Wirten, um bei einem Glaserl Wein oder einem kühlen Bier zu plaudern und über Gott und die Welt zu diskutieren. Leider ist diese Sitte in Zeiten von Gasthaussterben, Whats-App und Facebook total abhandengekommen. Ein paar Worte vor der Kirchentür - und jeder geht seinen Weg. **Wie wäre es, wenn wir uns im Pfarrhof ein Stündchen zusammensetzen?** Für Kaffee, Wein, Bier, andere Getränke und einen kleinen Imbiss oder Mehlspeisen könnten wir sorgen. Reden wir nicht darüber wie es einmal war, sondern versuchen wir es einfach. Reden wir wieder Aug in Aug miteinander, nicht mehr nur digitalisiert. Fangen wir am 2. Sonntag im Februar an - **treffen wir uns!**

Leopold Schmözl

Am **Aschermittwoch** (sowie am darauffolgenden 1. Fastensonntag) gibt es die Möglichkeit, das **Aschenkreuz** als sichtbares Zeichen des Beginns der Fastenzeit zu empfangen.

Der Aschermittwoch und der Karfreitag sind **strenge Fast- und Abstinenztage**. Das bedeutet, dass man sich an diesen Tagen auf eine einmalige Sättigung beschränken soll (Fasten). Das kann konkret so aussehen, dass man *eine* Mahlzeit normal einnimmt und bei den anderen Mahlzeiten z.B. nur eine halbe Portion isst bzw. nicht bis zur vollen Sättigung. Das Abstinenzgebot meint den Verzicht auf Fleischspeisen.

Das Abstinenzgebot verpflichtet alle, die das 14. Lebensjahr vollendet haben; das Fastengebot verpflichtet alle Volljährigen bis zum Beginn des 60. Lebensjahres.

Herzliche Einladung zur

Familienmesse

zum Beginn der Fastenzeit
mit Austeilung des Aschenkreuzes

am Sonntag, dem 18. Februar um 9.30 Uhr
in der Pfarrkirche von Sulz.

Wir freuen uns auf Euer Kommen!



NEU AB 11. FEBRUAR 2024



JEDEN SONNTAG NACH
DER PFARRMESSE

PFARRHEIM SULZ

BEI BIER, KAFFEE, TEE, ...
EINFACH NOCH ZUSAMMENSITZEN,
PLAUDERN, DISKUTIEREN

HERZLICH WILLKOMMEN!



Eva hilft!

Zettelchaos?
Dokumentenmappe?
Steuererklärung?
Versicherungspolizzen?
Täglicher Digitaler Wahnsinn?

Eva hilft!

Telefon: 0676 393 65 66

Email:

office@windegger.co.at

Preis nach Vereinbarung

Entgeltliche Einschaltung

In der Fastenzeit bieten wir folgende **Möglichkeiten zur Beichte und Aussprache** an:

Jeden Dienstag ab 18:30 Uhr im Pfarrhof (P. Ndudi)
Jeden Freitag ab 18:00 Uhr in der Kirche (P. Leopold)

Natürlich ist eine Beichte gerne auch nach jeder Heiligen Messe möglich und natürlich können Sie uns jederzeit ansprechen bzw. sich telefonisch bei uns melden, um einen persönlichen Termin zu vereinbaren.

P. Leopold 0699/179 10 500

P. Ndudi 0688/642 38 492

