

In der eigenen Sprache
Das Mannebüro Züri versucht mit interkulturellen Beratern Gewalt einzudämmen. **HINTERGRUND 3**

Die grosse Aggression
Russland-Experte Jens Siegert über Putins Macht-hunger und die Zeit nach dem Despoten. **DEBATTE 4**

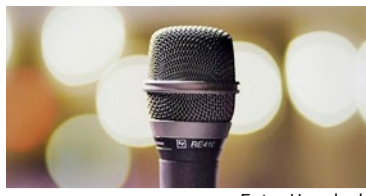


Foto: Unsplash

Die Kraft des Gesangs
Singen tut gut und verbindet: mit sich selbst, anderen und etwas Grösserem, Unsichtbarem. **DOSSIER 5–8**

Kirchgemeinden
Infos aus Ihrer Kirchgemeinde enthält der zweite Bund oder die separate Gemeindebeilage. **BEILAGE**

reformiert.

Die evangelisch-reformierte Zeitung

Kirchenbote
Kanton Zürich

Nr. 22/Dezember 2024
www.reformiert.info

Post CH AG

Das Licht des Advents verändert die Welt

Glauben Theologinnen und Theologen aus aller Welt haben für «reformiert.» Adventstexte ausgesucht und interpretiert. Dabei zeigt sich, wie lebensnah und politisch brisant die Bibel bis heute ist.

«Aufgrund des herzlichen Erbarmens unseres Gottes, mit dem das aufgehende Licht aus der Höhe uns besuchen will, um zu leuchten denen, die in Finsternis und Todesschatten sitzen, um zu lenken unsere Füsse auf den Weg des Friedens.» Lk 1,78f.

Viele Leute in Belarus haben das Gefühl, im Schatten des Todes zu leben. Der Morgen beginnt nicht mit dem hoffnungsvollen Warten auf die Sonne, sondern mit der Angst, dass die Polizei ins Haus einbricht. Wer einer politischen Gefangenen eine Weihnachtskarte schickt oder deren Kind ein Geschenk, kann als Extremistin verunglimpft werden.

Trotzdem bringen die Menschen das Strahlen der aufgehenden Sonne ins Leben anderer. Obwohl öffentliche Solidarität verboten ist, gedeihen Akte der Freundlichkeit im Untergrund. Im Schatten schaffen Menschen Räume der Hoffnung und nutzen den Schutz der Dunkelheit, um einander Gutes zu tun.

Gott kam in die Welt nicht mit Macht, sondern in seiner Verwundbarkeit. Sein Licht durchbrach die Nacht und zeigte, dass die Liebe die Kraft hat, Leben zu verändern. In Belarus lernen die Menschen heute, diese Wahrheit durch kleine Taten des Mutes und der Liebe zu leben.

Natallia Vasilevich ist orthodoxe Theologin und Menschenrechtsanwältin aus Belarus.



Foto: iStock

«Und das Licht scheint in der Finsternis, und die Finsternis hat es nicht erfasst.» Joh 1,5

Die Worte aus dem Johannesevangelium erinnern uns im Advent daran, warum wir Weihnachten feiern: weil Gott Licht und Frieden in unsere dunkle Welt gebracht hat. Doch hier, in Jerusalem und Bethlehem, erleben wir oft eine andere Realität. Der Lärm des Krieges übertrönt die Stille der heiligen Orte, und die Hoffnung scheint von den Mauern, Checkpoints und den täglichen Sorgen erdrückt zu werden.

In der Adventszeit rückt dieses Licht für uns jedoch näher. Es wird klarer, als wir es uns sonst vielleicht bewusst machen. Es ist eine Zeit, in der wir uns fragen: Wo ist dieser Frieden, den Jesus brachte? Wie kann ich als palästinensische Pfarrerin dazu beitragen, ihn sichtbar zu ma-

chen, mitten in der Unruhe und dem Schmerz? Diese Frage stelle ich auch dir: Wie lebst du den Frieden Jesu in deinem Leben?

Im Angesicht des Krieges wird mein Glaube zur Herausforderung, aber auch zur Kraftquelle. Das Licht, das in Bethlehem geboren wurde, ist ein Licht, das mich lehrt, weiter zu hoffen und zu handeln: als Zeugin des Friedens, auch wenn er nicht greifbar scheint.

So wird Advent für mich zu einer Einladung, trotz allem auf Gottes Licht zu vertrauen und das Licht des Friedens, das über alle menschlichen Grenzen hinausstrahlt, zu leben. Wenn wir Christen und Christinnen nicht hier sind, wer sonst soll dann die Geschichte von Jesus Christus weiter leben und erzählen?

Sally Azar ist Pastorin in der evangelisch-lutherischen Kirche in Jordanien und dem Heiligen Land.

«Im fünfzehnten Jahr der Regierung des Kaisers Tiberius – als Pontius Pilatus Statthalter von Judäa war und Herodes Tetrarch von Galiläa, sein Bruder Philippus Tetrarch von Ituräa und der Trachonitis, Lysanias Tetrarch von Abilene, unter dem Hohen Priester Hannas und Kajafas – erging das Wort Gottes an Johannes, den Sohn des Zacharias, in der Wüste.» Lk 3,1f.

Viele mögen sich gelangweilt fragen, was die Aufzählung der Namen herrschender Personen soll. Anders in Hongkong. Es ist erschütternd, wie präzis der Text die Gegenwart beschreibt: Eine Doppelherrschaft von Imperium und lokaler Führung – das Verbindungsbüro Chinas und die Stadtregierung –, verstärkt durch einige mit Beijing verbundene Kirchenleitungen als religiöse

Elite. Der «garstige Graben» (Lesing) zwischen damals und heute ist plötzlich wie verfliegen.

Der Text stellt das Kommen Jesu und das vorgängige Wirken des Täufers präzis in den politischen Kontext der doppelten Unterdrückung durch die römische Kolonial- und die herodianische Lokalmacht und die sadduzäische Tempel-Elite.

In diese aussichtslose Lage tritt ein radikaler Prediger, der Befremden auslöst. Er wendet den Blick ab von der scheinbar unverrückbaren Herrschaft, hin auf uns alle. Veränderung kommt daher: von der Umkehr, Vergebung und Versöhnung der vielen. Die Geschichte gibt ihm recht: Wie Jesus starb er einen Märtyrertod, aber ihr Wirken löste über Jahrhunderte tiefgreifende Veränderungen aus und stürzte Imperien.

Tobias Brandner ist Theologieprofessor und Gefängnisseelsorger in Hongkong.

«Das Volk, das in der Finsternis geht, hat ein grosses Licht gesehen [...], denn ein Kind ist uns geboren: [...] Wunderbarer Ratgeber, Heldengott, Vater für alle Zeit, Friedensfürst.» Jes 9,1–5

Diese Worte des Propheten Jesaja gewinnen an Bedeutung, wenn sie im aktuellen Kontext gelesen werden, der von Kriegen, Völkermorden und Klimakatastrophen geprägt ist. Unsere heutige Zeit bringt uns der damaligen Realität des Propheten näher. Es war eine harte Zeit mit einem grausamen König.

In den Worten des Propheten tauchen zwei Symbole der Hoffnung auf: Licht und Kind. Was bedeutet es, an einen Gott zu glauben, der sich in der Zerbrechlichkeit eines neugeborenen Kindes manifestiert? Ein Kind, das mit vier Eigenschaften ankommt: wunderbarer Ratgeber, starker Gott, ewiger Vater, Fürst des Friedens. Damit das Licht in der Dunkelheit scheint, brauchen wir einen Kindergott, der uns berät und uns hilft. Möge er uns Kraft geben, uns ein Vater oder eine Mutter sein, immer gegenwärtig und in Zeiten von Völkermorden und Kriegen präsent als Fürst des Friedens, als Kind des Friedens.

Silvia Regina de Lima Silva, feministische Theologin, Leiterin der DEI, einer Partnerorganisation von Mission 21 in Costa Rica.

«Und ein Engel des Herrn trat zu ihnen, und der Glanz des Herrn umleuchtete sie, und sie fürchteten sich sehr. Da sagte der Engel zu ihnen: «Fürchtet euch nicht! Denn seht, ich verkündige euch grosse Freude.» Lukas 2,9f.

Afrikanische Hirten leben als Nomaden auf der Suche nach Weideland für ihr Vieh. Es ist schwierig für sie, genug Nahrung und Wasser zu finden oder einen Platz zum Schlafen. Die Botschaft des Engels ist eine gute, hoffnungsvolle Nachricht für sie. In ländlichen Gebieten gibt es unterschiedliche Arten, Neuigkeiten auszutauschen. Wenn sie eine gute Nachricht erhalten, freuen sich die Menschen.

Die Botschaft der Hoffnung ist notwendig. Wir leben in schwierigen Zeiten. Viele Menschen haben Angst, sie wissen nicht, ob sie etwas zu essen bekommen, ob ihre Kinder Schulbildung erhalten, ob sie in Frieden leben können, ob ihre Verwandten in Sicherheit sind.

Der Engel sagt: Habt keine Angst! Er sagt, dass Christus für uns geboren wurde. Das ist ein Trost. Die Adventszeit bringt Frieden, Freude und Hoffnung ins tägliche Leben.

Mary Kategile ist Dozentin und Pfarrerin in der Moravian Church in Mbeya, Tansania, die eng mit Mission 21 verbunden ist.

Mitgliederpresse weiterhin unterstützen

Politik Anders als der Nationalrat hält die vorberatende Kommission des Ständerats an den Förderbeiträgen für die Mitgliedschafts- und Stiftungspresse, von denen auch die Zeitung «reformiert.» profitiert, fest. Jedoch schlägt die Kommission eine Kürzung von heute 20 auf 10 Millionen Franken vor. Die Subvention gebe den Zeitungen Zeit für die Bewältigung der digitalen Transformation. Der Ständerat entscheidet in der Wintersession. fmr

Gewalt gegen Christen in Afrika nimmt zu

Religion Das katholische Hilfswerk «Kirche in Not» warnt vor zunehmender Gewalt gegen Christinnen und Christen insbesondere in Afrika. So habe etwa in Burkina Faso, Mosambik oder in Nigeria die Zahl islamistischer Attacken dramatisch zugenommen und eine «Massenmigration christlicher Gemeinschaften» ausgelöst. Unter der Gewalt der Terrorgruppe Boko Haram und anderer Milizen litten Muslime ebenso wie Christen, betonte der nigerianische Bischof Gerald Mamman Musa an einer Pressekonferenz des Hilfswerks in Deutschland. fmr

Starke Zunahme bei den Kirchenaustritten

Statistik Schweizweit verlor die reformierte Kirche im letzten Jahr gut 39 000 Mitglieder. Damit ist der Verlust gegenüber dem Vorjahr 2023 um 30 Prozent gestiegen, wie aus einer Statistik des Schweizerischen Sozialpastoralen Instituts hervorgeht. Die Evangelisch-reformierte Kirche Schweiz (EKS) führt die Austrittswelle auf die 2023 veröffentlichte Pilotstudie zu sexuellem Missbrauch in der römisch-katholischen Kirche zurück. Die Negativschlagzeilen hätten viele Mitglieder den «innerlich bereits vollzogenen Austritt umsetzen lassen». fmr

Eritreische Gemeinde erhält eigene Kirche

Diaspora Die eritreisch-orthodoxe Gemeinschaft erhält in Lausanne eine eigene Kirche. Bisher feierte sie ihre Gottesdienste in der reformierten Kirche in Chailly, wo es mit bis zu 500 Gottesdienstbesuchern zuweilen etwas eng wurde. Am 1. Dezember findet die Grundsteinlegung auf dem Gelände des ehemaligen Vivariums statt, das brach lag. fmr

Auch das noch

Biegen und biegen, ohne dass es bricht

Diplomatie Die ehemalige Bundeskanzlerin Angela Merkel berichtet in ihrer Autobiografie, wie sie den Papst um Rat fragte. Die Protestantin traf ihn 2017 kurz vor dem G20-Gipfel in Hamburg, wo sie Donald Trump begegnen würde, der das Pariser Klimaabkommen verlassen wollte. Merkel fragte, wie Franziskus mit fundamental unterschiedlichen Meinungen umgehe. «Biegen, biegen, biegen, aber achten, dass es nicht bricht», sagte er. «In diesem Geiste würde ich versuchen, mein Problem zu lösen», schreibt sie. fmr

Das Heks muss über 60 Stellen streichen

Asylwesen Weil das Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz einen Auftrag des Bundes verloren hat, kommt es in der Nordwestschweiz zu Entlassungen. Viele Mitarbeitende wechseln zur Konkurrenz.



Das Heks ist eine wichtige Anlaufstelle für Asylsuchende.

Foto: Keystone SDA

Beim Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz (Heks) verlieren 65 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen die Stelle. Betroffen ist der Rechtsschutz im Bundesasylzentrum Nordwestschweiz im Bereich Inland. Der Stellenabbau ist die unerwartete Konsequenz davon, dass das Heks ein langjähriges Mandat des Staatssekretariats für Migration (SEM) zur Rechtsvertretung von Asylsuchenden verloren hat.

Der Verlust des Auftrags wurde im Juli bekannt, nun zeigen sich die Auswirkungen. Bis Ende November würden bis zu 41 Kündigungen ausgesprochen, sagte Heks-Mediensprecher Dieter Wüthrich auf Nachfrage. Weitere würden folgen, unter anderem für Mitarbeitende mit kürzeren Kündigungsfristen. Das Man-

dat des SEM läuft Ende Februar 2025 aus, bis dahin bleiben sämtliche Arbeitsverhältnisse bestehen. Ein kleines Team soll auch darüber hinaus beschäftigt bleiben, um pendente Fälle abzuschliessen.

Millionenschweres Mandat

Das Hilfswerk ist im Bereich Beratung von Asylsuchenden ein wichtiger Akteur: Es betreibt in zahlreichen Regionen Beratungsstellen für Menschen im erweiterten Asylverfahren. In den Regionen Ostschweiz und Nordwestschweiz – zwei von sechs Asylregionen – übernahm es im Auftrag des Bundes 2019 zusätzlich die Rechtsvertretung von asylsuchenden Personen in den Bundesasylzentren. Dabei ging es um millionenschwere Aufträge, rund 7

Millionen Franken erhielt das Heks im Jahr 2023 vom Bund für die Region Nordwestschweiz und 7,4 Millionen für das Mandat in der Ostschweiz. Der Gesamtertrag für die Inlandsarbeit des Heks belief sich 2023 auf rund 47 Millionen Franken.

Im Sommer wurden die Mandate für die kommenden Jahre neu vergeben. Während das Mandat in der Ostschweiz wieder ans Heks ging, erhielten jenes für die Nordwestschweiz überraschenderweise die Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not (RBS) und das Schweizerische Arbeiterhilfswerk (SAH). Sie sind bereits in Bern und Zürich tätig und damit künftig für drei Asylregionen zuständig. Das SEM begründete den Entscheid gegenüber «reformiert.» damit, dass

das Konzept der Bietergemeinschaft RBS/SAH überzeugt habe.

Dem Verlust des Auftrags gingen allerdings Probleme voraus, mit denen das Heks im Sommer 2023 in die Schlagzeilen geraten war. Ein starker Anstieg der Fallzahlen und ein akuter Personalmangel in der Region Nordwestschweiz hatten dazu geführt, dass die Mitarbeitenden über 400 Asylsuchende zu Gesprächen mit den Behörden nicht mehr begleitet hatten. Das Heks leitete eine interne Untersuchung ein und ergriff Massnahmen. Daraufhin half temporär auch die RBS, die Zahl an Fällen zu bewältigen.

Neue Jobs bei Konkurrenz

Einen Zusammenhang zwischen den damaligen Problemen und dem Verlust des Mandats sieht das Hilfswerk nicht. Die im Lauf von 2023 mani-

«Die im Lauf von 2023 manifest gewordenen Probleme wurden Anfang 2024 behoben.»

Dieter Wüthrich
Mediensprecher Heks

fest gewordenen Probleme, insbesondere die personellen Engpässe, seien Anfang 2024 behoben gewesen, sagt Heks-Sprecher Wüthrich. «Seither ist und bleibt der Rechtsschutz im Bundesasylzentrum Nordwestschweiz wieder vollumfänglich gewährleistet.»

Für die vom Abbau betroffenen Mitarbeitenden besteht ein Sozialplan. Er sieht unter anderem vor, interne Anschlusslösungen zu suchen. Das ist Wüthrich zufolge bei fünf Personen gelungen, weitere fünf hätten eine solche in Aussicht. Auch werden zahlreiche Mitarbeitende zur RBS wechseln. Laut Dominique Weltli, Geschäftsführer der RBS, werden nach derzeitigem Stand fast 30 Heks-Mitarbeitende für die RBS arbeiten. Die Bewerbungen vonseiten Heks-Personal sollen prioritär behandelt werden. Cornelia Krause

Suchender, Mystiker und Friedensstifter

Kultur Das Oratorium über den Einsiedler Klaus von Flüe ist ein eindringlicher Appell, auch heute auf den inneren und äusseren Frieden zu schauen.

Erst hatte Hans-Jürgen Hufeisen nur einige vage Ideen für ein Stück zu Bruder Klaus. Dieser zog in seiner Einsiedelei in Flüeli-Ranft als Ratgeber ein grosses Publikum an.

Dann setzte sich der Blockflötist und Komponist mit dem ehemaligen Grossmünsterpfarrer Christoph Sigrüst zusammen. Die beiden hatten schon zwei Werke gemeinsam entwickelt: das Mysterienspiel «Die Akte Zwingli» und die politische Messe zu Dietrich Bonhoeffer.

Ein Buch und ein Oratorium

Aus der geplanten Klanginstallation mit Libretto wurde mehr. Im September erschien das Buch «Bruder Klaus von Flüe – den Frieden schau-

en» von Sigrüst, und am 8. Dezember wird das gleichnamige Oratorium uraufgeführt.

«Den Kern für das Werk zu finden, war herausfordernd», erzählt Hufeisen. Wie umgehen mit einem Menschen, der nicht lesen und schreiben konnte, der von Partei- und Konfessionspolitik instrumentalisiert wurde, über den es viele Legenden, aber wenige Fakten gibt?

Dass der Politiker, Richter und Vater von zehn Kindern mit 50 die Familie verliess, um sein Leben Gott zu widmen, machte das Ganze nicht einfacher. Belegt ist bloss, dass Bruder Klaus zu einem Bild meditierte, das er «sein Buch» nannte. Und an diesem Bild setzten Hufeisen und Si-

grüst an: beim Punkt und dem kleinen Kreis darum, den sechs Speichen, die zu einem grossen zweiten Kreis und zurück weisen, und dem umrahmenden Quadrat.

Daraus entstand die Struktur im fiktiven, aber auf Zeitdokumenten basierenden Briefwechsel, den Sigrüst im Buch vorlegte. Zweifel, Aufbruch, Gott, Politik, Frieden. Sophie, die älteste Tochter von Bruder Klaus, tauscht sich darin mit Ulrich aus, der als Einsiedler im selben Tal in Kontakt mit ihrem Vater stand. 1481 soll Bruder Klaus entscheidend zum

«Wie umgehen mit dem Leben eines Menschen, über den es viele Legenden, aber wenige Fakten gibt?»

Hans-Jürgen Hufeisen
Blockflötist und Komponist

Stanser Friedensschluss zwischen den eidgenössischen Orten beigetragen haben. Dieser sicherte die erweiterte Eidgenossenschaft.

Den Frieden schauen

Frieden, auch heute dringend benötigt, war die Leitidee für das Oratorium. Dabei nimmt das Herzensgebet des Mystikers einen wichtigen Platz ein. «Liebendes Du, nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen dir. Nimm alles von mir, was mich hindert, zu dir. Gib alles mir, was mich fördert, zu dir.» Für äusseren Frieden brauche es inneren Frieden, ist Hufeisen überzeugt.

Im Oratorium, dirigiert von Davide Fior, erklingen Visionen von Bruder Klaus in Solostimmen, liturgische Volksgesänge im Chor, vorgelesene Briefe aus dem Buch. In einer grossen Klanginstallation, ein dem Radbild nachempfundenes Konstrukt, bringt Komponist Hans-Jürgen Hufeisen Metall- und Holz zum Klingen. Christa Amstutz

Uraufführung, 8. Dezember, 17 Uhr, Grossmünster Zürich, Vorverkauf: seetickets.com

Damit Männer ihre Wut beherrschen

Gesellschaft Im Mannebüro Züri lernen gewalttätige Männer besser mit ihrer Aggression umzugehen. Männer mit Migrationshintergrund finden Hilfe bei interkulturellen Beratern.

Die Polizeistatistiken sprechen eine deutliche Sprache: Gewalttaten werden viel häufiger von Männern begangen als von Frauen. Was die Ursachen sind, weiss das Mannebüro Züri: Die Fachstelle hat sich auf Männergewalt spezialisiert und berät in ihrem Büro an der Zürcher Langstrasse unter anderem Männer, die Gewalt anwandten oder selbst erlitten. Wenn ein Mann im Kanton Zürich wegen Gewalttätigkeit ins Visier der Polizei gerät, kann es sein, dass er dorthin geschickt wird.

Geschäftsleiter des Mannebüros ist seit zehn Jahren Mike Mottl. Er sagt, dass die Gewaltberatungen seines Teams sehr erfolgreich seien, jedoch: «Wir erreichten damit bisher nur Männer aus dem westeuropäischen Raum.» An Tamilen, Eritreer oder Brasilianer etwa seien sie nicht herangekommen. Ein bedeutendes Hindernis war die Sprache. «Eine Gewaltberatung ist sehr persönlich. Sie funktioniert nicht mit einem Dolmetscher», erklärt Mottl.

Mehrsprachige Beratungen

Deshalb lancierte das Mannebüro 2022 interkulturelle Gewaltberatungen: Acht Männer aus verschiedenen Herkunftsländern mit entsprechenden Sprachkompetenzen und einer Ausbildung im sozialen Bereich wurden als Gewaltberater ausgebildet. Somit kann das Mannebüro in rund einem Dutzend zusätzlichen Sprachen begleiten und informieren.

Einer der neuen Berater ist der gebürtige Tamile Jathurshan Premachandran. Der 39-jährige Sozialarbeiter kennt Flucht und Migration aus seiner eigenen Erfahrung. Seit dem Start im Mannebüro hat er vier Klienten beraten. Zu solchen Ange-

boten fänden Migranten schwerer Zugang als Männer, die schon länger in der Schweiz leben, bestätigt auch Premachandran.

«Die erste Einwanderer-Generation der Tamilen lebt immer noch sehr unter sich und ist für das Thema Gewalt nicht sensibilisiert», so Premachandran. Da viele der Männer keine Schweizer Landessprache beherrschten, seien sie nicht gut informiert über hiesige Rechte und Pflichten und Beratungsangebote.

Skeptisch, dann dankbar

Manche seiner Klienten sind dankbar, mit ihm in der Muttersprache sprechen zu können. Allerdings befürchten einige, dass er viele Tamilen kenne und ihnen das ihm Anvertraute weitererzähle. «Aber ich stehe unter Schweigepflicht», betont er.

Manche Klienten des Mannebüros kommen aus eigenem Antrieb. Andere werden von der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde, der Staatsanwaltschaft oder dem Bewährungs- und Vollzugsdienst für eine Gewaltberatung zugewiesen. Grundsätzlich ist die Gewaltberatung im Mannebüro freiwillig. Nach einem Erstgespräch kann sich der Klient entscheiden, ob er weiterhin in die Beratung kommen will. Er kann sie jederzeit abbrechen.

«In den Sitzungen lernen die Klienten zunächst, dass Gewalt nicht nur körperliche Auseinandersetzungen umfasst, sondern auch psychische», sagt Berater Premachandran. «Etwa, zu Hause laut zu sein gegenüber Kindern und Ehefrauen.»

Die Männer sollen lernen, die Tat zu verstehen und Verantwortung zu übernehmen für ihr Handeln. Insbesondere gilt das für die eigenen Emo-



Damit Gewaltprävention alle erreicht, bietet das Mannebüro in Zürich sie nun in Fremdsprachen an.

Foto: iStock

«Die Männer können nach der Gewaltberatung besser mit Stress umgehen, sodass sie nicht mehr gewalttätig werden.»

Jathurshan Premachandran
Interkultureller Gewaltberater

tionen wie Wut oder Frustration. Gemeinsam mit den Klienten analysiert Premachandran, wann sie wütend werden. Er übt mit ihnen Strategien, die verhindern, dass sie von solchen Gefühlen erfasst werden.

Männer mit Migrationserfahrung leiden oft unter hohem Stress, der mit ihrer spezifischen Lebenssituation zusammenhängt. «Viele arbeiten viel und verdienen wenig.» Der finanzielle Druck und prekäre Arbeitsbedingungen könnten dazu führen, dass die Männer zu Hause schnell in Zorn gerieten. Eine Studie in Zürich ergab ausserdem, dass der Alkoholkonsum unter Tamilen sehr hoch sei – auch dies in der Regel ein Symptom von Stress.

Sich in der Beratung zu öffnen, fällt vielen Klienten nicht leicht. Von Sitzung zu Sitzung baut Premachandran Vertrauen auf. «Häufig erwähnen sie erst nach dem dritten oder

vierten Treffen zum Beispiel ein Alkoholproblem», sagt Premachandran. In einem solchen Fall vermittelt er einen Klienten auch an eine spezialisierte Beratungsstelle weiter.

Sensibilisieren für Gewalt

Die Beratungen zeigen Wirkung. Die Klienten seien dankbar für die Hilfe, so Premachandran. «Sie sagen, heute besser mit Stress umgehen zu können und nicht mehr gewalttätig zu sein.»

Die interkulturellen Gewaltberater des Mannebüros Züri werden im neuen Jahr auch in einer anderen Form eingesetzt. «Die Idee ist, dass sie in ihre Gemeinschaften – etwa den Fussballklub oder die Moschee – gehen, um die Leute dort für das Thema häusliche Gewalt zu sensibilisieren», sagt Mike Mottl. Ein erster Workshop befindet sich in Ausarbeitung. Isabelle Berger

«Die Täter leiden unter dem Patriarchat»

Prävention Miriam Suter sprach mit Fachleuten, Politikern und Aktivistinnen über Männergewalt. Sie verlangt ein gesellschaftliches Umdenken.

Warum töten Männer Frauen?

Miriam Suter: Allen Femiziden geht eine gewisse Anspruchshaltung des Mannes gegenüber der Frau voraus. Er hat das Gefühl, die Frau gehöre ihm. Das kommt in romantischen Beziehungen und Familien vor, selten auch in Freundschaften. Keine Rolle spielt dabei, ob sich der Mann die Beziehung einbildet oder nicht. Für die Frauen wird es jeweils gefährlich, wenn sie sich aus diesen Beziehungen lösen wollen.

Lassen sich einheitliche Muster erkennen bei Tätern, die ihre Frauen oder Töchter töten?

Die Täter stammen aus allen Gesellschaftsschichten, Altersgruppen, Be-

rufen und Herkunftsländern. Es sind insgesamt aber Männer, die unter dem patriarchalen Männerbild leiden: «Du musst eine Frau haben und sie ernähren können.» Verliert ein Mann seine Frau, ist er demnach kein «richtiger» Mann mehr.

Was läuft in der Schweiz falsch, dass alle zwei Wochen eine Frau von ihrem Ehemann, Lebensgefährten oder Ex-Partner getötet wird und viele weitere Frauen Opfer von Männergewalt werden?

Ein grosser Faktor ist, dass Gewalt gegen Frauen als Privatsache angesehen wird. Diese falsche Haltung führt dazu, dass Betroffene sich nicht getrauen, über erfahrene Gewalt zu

sprechen. Und die Täter lernen, dass sie davonkommen. Auch fängt Gewalt gegen Frauen nicht erst beim Schlagen an, sondern zum Beispiel schon beim sexistischen Witz. Es gibt viele frauenfeindliche Narrative, die sich hartnäckig halten. Dass eine Frau mitschuldig sei, wenn sie vergewaltigt wird, zum Beispiel.

Die Schweiz hat die Istanbul-Konvention zur Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häuslicher Gewalt 2017 unterzeichnet. Was tut das Land bereits konkret?

Nicht so viel. Das Problem ist der Föderalismus: Für die Umsetzung der Konvention sind die Kantone zuständig, ein landesweit koordiniertes Vorgehen ist daher schwierig. Zu den Hauptforderungen gehören genug Anlaufstellen für Opfer von geschlechtsspezifischer Gewalt, eine Sensibilisierungskampagne und eine landesweit einheitliche Notfallnummer. All dies ist noch nicht umgesetzt. Insgesamt ist der Aufholbedarf massiv und den Verantwortlichen bewusst. Er kostet Frauen- und Mädchenleben.

Wie können Männer daran gehindert werden, zu Tätern zu werden? Es braucht ein gesellschaftliches Umdenken. Die Männer müssen anerkennen, dass es nicht nur um «ein paar böse Männer» geht, sondern ein Männerproblem ist und darum eine Männerlösung braucht.

Wie sollen sie das Problem lösen?

Sie müssen sich fragen, wie es bei ihnen selbst aussieht. Da helfen Angebote wie das Mannebüro in Zürich. Selbstreflexion ist auch im Alltag nötig, etwa im Freundeskreis.

Männer sollen es zur Sprache bringen, wenn ein Kollege mit einer Frau unangemessen umgeht. Und sie sollten reagieren, wenn sie Gefahr laufen, selbst Täter zu werden.

Reichen die Angebote für Männer, die ein Gewaltproblem haben, aus? Zurzeit gibt es genug. Sie werden zunehmend genutzt, was erfreulich ist. Denn das bedeutet nicht unbedingt, dass es mehr Täter gibt. Vielmehr möchten Männer immer häufiger vorsorgen, damit nichts passiert. Interview: Isabelle Berger

Miriam Suter, 36

Die freie Journalistin und Autorin Miriam Suter befasst sich vor allem mit feministischen und gesellschaftskritischen Themen. Mit Slam-Poetin Lisa Christ produziert sie den feministischen Podcast «Faust und Kupfer».

Miriam Suter, Natalia Widla: Niemals aus Liebe. Männergewalt an Frauen. Limmat, 2024, 296 Seiten



Foto: Ana Germann

«Putin hat den Menschen keine Zukunft anzubieten»

Politik Russland-Experte Jens Siegert nimmt in seinem neuen Buch die Zukunft des Landes nach Präsident Wladimir Putin in den Blick. Die weitere Unterstützung der Ukraine hält er für unabdingbar.

Seit bald drei Jahren führt Russland Krieg gegen die Ukraine. Wie präsent ist der Krieg in Ihrem Alltag? Jens Siegert: Auf den ersten Blick hat sich in Moskau nicht viel geändert. Es ist eine Stadt mit allen Annehmlichkeiten und Unannehmlichkeiten, wie sie auch andere europäische Städte haben. Aber der Krieg drückt den Menschen auf die Stimmung. Er wird meist nicht direkt angesprochen, aber immer wieder ist die Rede von «schwierigen Zeiten». Und viele meiner Freunde und Bekannten haben das Land verlassen, weil sie es nicht mehr ertragen konnten oder ihre Sicherheit nicht mehr gewährleistet war.

Wie schätzen Sie Ihre Sicherheitslage ein?

Natürlich habe ich mir schon nach Kriegsbeginn darüber Gedanken gemacht. Ich kam zum Schluss, dass ich im schlimmsten Fall rausgeworfen würde. Aber die Lage muss man immer wieder neu beurteilen.

Insbesondere nach dem Gefangenen-austausch, bei dem neben Oppositionellen auch der US-Journalist Evan Gershkovich zum Faustpfand wurde. Könnte das Russland dazu verleiten, vermehrt Ausländer als Geiseln zu nehmen? Diese Frage stellen sich viele Ausländer in Russland. Wobei bei dem Austausch Freunde von mir freikamen, etwa Oleg Orlow, Mitbegründer der Menschenrechtsorganisation Memorial. Ich habe mich sehr für ihn und die anderen gefreut.

In Ihrem Buch «Wohin treibt Russland?» beschäftigen Sie sich intensiv mit der Zeit nach Putin. Nach einem Machtwechsel sieht es jedoch nicht aus. Warum das Thema? Anlass war die Diskussion im Westen. Mir scheint zunehmend, den Ländern fehlt die Ausdauer, Russland in die Schranken zu weisen. Zugleich wird das Land von vielen als hoffnungsloser Fall mit Blick auf die Demokratie angesehen. Doch wir sollten die Möglichkeit eines demokratischen Russlands nicht komplett ausschliessen. Ich glaube, ein demokratisches, freieres Russland wäre friedlicher als das autoritäre Russland, das wir jetzt haben. Und anders als nach dem Ende der Sowjetunion sollten wir diesmal auf diese Möglichkeit vorbereitet sein.

Es mehren sich Stimmen, die nach Friedensverhandlungen rufen. Was ist Ihre Antwort? Putin will ja gar nicht verhandeln, er sagt das klipp und klar. Ausserdem sind Gesprächskanäle im Hintergrund weiter offen. Vielleicht muss



Erinnert gern ans mächtige Reich, das Russland einst war: Präsident Wladimir Putin.

Foto: Keystone

man das deutlicher machen: Zur Friedenskonferenz in der Schweiz hätte Russland eingeladen werden sollen, dann wäre der Kreml zu einer öffentlichen Absage gezwungen gewesen. Jetzt muss der Westen diesen Krieg durchstehen, damit es danach besser werden kann.

«Wer mit Putin Kompromisse schliesst, erhält nur eine Atempause vor dem nächsten Schlag.»

Wie wichtig ist, dass Putin diesen Krieg im eigenen Land nicht als Sieg verkaufen kann? Ganz entscheidend. Putin funktioniert seit Jahrzehnten immer gleich. Er schlägt zu und schaut, was rauskommt. Dann macht er einen Kompromiss. Dabei kommt der Gegner schlechter weg als zuvor, atmet jedoch auf. Aber der Kompromiss ist nur eine Atempause vor dem nächs-

ten Schlag. Russland könnte also zur Gefahr für weitere Länder werden.

Jüngst hat der ukrainische Präsident Wolodimir Selenski einen «Siegessplan» vorgelegt, der eine weitere Bewaffnung der Ukraine und die Nato-Mitgliedschaft beinhaltet. Wie bewerten Sie das?

Als realistisch. Zu Beginn des Konflikts hätte ich nicht gedacht, dass eine Nato-Mitgliedschaft nötig wird. Doch inzwischen scheint sie mir die einzige Sicherheitsgarantie für die Ukraine zu sein, die Russland in die Schranken weisen dürfte.

Auch Russland verliert Zehntausende Soldaten in diesem Krieg. Spüren Sie gar keine Kriegsmüdigkeit in der Bevölkerung?

Der Kreml gibt keine Zahlen heraus. Propaganda und Zensur unterdrücken das Thema. Mit dem Tod setzen sich fast nur die betroffenen Familien auseinander. Gleichzeitig herrscht in der Bevölkerung das Gefühl vor, man könne ja eh nichts gegen diesen Krieg tun. Zudem verfängt Putins Erzählung, dass nicht Russland diesen Krieg begonnen habe und es sich um einen Verteidigungskrieg handle. In diesem Narrativ sind auch die Ukrainer Opfer, denn Putin zufolge werden sie vom Westen instrumentalisiert. So wird alle Schuld beim Westen abgeladen.

Wandel in totalitären Staaten geht oft von der Opposition aus. Doch

ein Grossteil der Opposition ist im Ausland. Mindert das nicht deutlich die Chancen auf Demokratie?

Fast immer sind diejenigen, die Wandel bringen, in der Minderheit. Diese Minderheit gibt den Anstoss und zieht dann die Mehrheit mit. Laut Erhebungen des Lewada-Zentrums sind in Russland 20 Prozent ideologische Befürworter des Krieges, etwa genauso viele sind Gegner, und dann gibt es die Masse in der Mitte. Im Moment beherrscht Putin das Feld. Aber sobald das Gefüge Risse bekommt, wird eine Konkurrenz zur Stelle sein. Vielleicht sind das dann Oppositionelle, vielleicht aber auch Stimmen, die zwar aus dem Apparat selbst kommen, diesen Krieg jedoch für falsch halten.

Wie wichtig ist die russisch-orthodoxe Kirche für Putin?

Sie dient in den Augen vieler als Legitimierung seiner Herrschaft. Interessant ist, dass etwa 70 Prozent der Russen sagen, dass sie gläubige orthodoxe Christen sind.

Eine beeindruckende Zahl.

Ja, aber sie korreliert mit der Zahl ethnischer Russen. Die russisch-orthodoxe Kirche ist eine Nationalkirche, eng und stark mit dem Staat verbunden. Es gehört zum guten Ton als Regimeanhänger, gläubig zu sein. Dennoch gehen nur etwa zwei Prozent der Menschen regelmässig zur Kirche. Früher gab es die kommunistische Idee, nun gibt es die ortho-

doxe Idee. Die Menschen müssen an irgendetwas glauben. Putin hat keine Zukunft anzubieten, er bietet nur eine Vergangenheit an, sprich das mächtige Reich, das Russland einst war. Der christliche Glaube dagegen ist auf die Zukunft gerichtet, auf die Unsterblichkeit der Seele.

Patriarch Kyrill I. hat sich klar auf Putins Seite gestellt, er unterstützt den Krieg. Gibt es auch eine religiös geprägte Opposition?

Es gab und gibt noch immer mal wieder Priester, die sich gegen den Krieg äussern. Viele von ihnen dürfen nun nicht mehr arbeiten, teilweise wurden sie strafrechtlich verfolgt. In der Orthodoxie spielt die Predigt nicht die gleiche Rolle wie im Protestantismus. Dennoch lässt sich immer wieder auch hier zwischen den Zeilen lesen, selbst heute noch.

Wird eine regimetreue Kirche auch in einem demokratischen Land noch eine Rolle spielen können?

Das glaube ich schon, denn sie ist nicht abhängig vom Personal, sie ist ein Symbol für das Land insgesamt. Besteht das Land, wird auch die Kirche bestehen. Es geht den meisten weniger um den Glauben, sondern um andere Funktionen. Spendet man für die Kirche, tut man etwas Gutes, man erhält etwa architektonisches Kulturgut. Und vielleicht tut man ja doch etwas für die Seelenrettung, man weiss ja nie.

Insgesamt zeichnen Sie ein düsteres Bild. Was macht Ihnen Mut?

Nur sehr wenig. Am ehesten die tiefe Menschlichkeit, die ich noch immer spüre, auch bei Leuten, die nicht der Opposition angehören.

Und woran zeigt sie sich?

Vor einem Jahr waren wir bei Verwandten im Altai an der Grenze zur Mongolei, Kasachstan und China. Beim Essen erhob jemand das Glas Wodka und sagte, er wolle darauf trinken, dass die russischen Jungs im Krieg wohlbehalten heimkommen. In Russland kann man einen Toast ergänzen. Also erhob ich mein Glas und sagte, ich wolle auch auf die unversehrte Rückkehr der ukrainischen Soldaten trinken. Da gab es einen kurzen Moment der Stille, dann ein allgemeines «Ja, natürlich!». Die Vorstellung, der Krieg werde von einem blutrünstigen Volk geführt, ist weitgehend falsch. Kaum jemand will diesen Krieg. Und das macht mir trotz allem ein bisschen Hoffnung. Interview: Cornelia Krause

Jens Siegert, 64

Der Politologe und Publizist leitete das Russland-Büro der Heinrich-Böll-Stiftung und lebt seit 1993 in Moskau. Er beriet auch den Vorstand der mittlerweile aufgelösten Menschenrechtsorganisation Memorial und unterstützt die Aktivistinnen weiter im Exil.

Jens Siegert: Wohin treibt Russland? Szenarien für die Zeit danach. Hirzel, 2024

INSERATE

Wir sind da. Für Menschen in Not. Mitten unter uns.

Nötiger denn je: 51'700 Kontakte pro Jahr

Solidara
ZÜRICH

QR-Code

Spendenkonto IBAN: CH72 0900 0000 8000 7182 5
lichen Dank für Ihre Hilfe!
solidara.ch

reformiert

Überall, wo du bist. Jetzt online lesen.

Wir sind da.

Dank Ihrer Hilfe
www.swsieber.ch

Sozialwerk
Pfarrer Sieber

DOSSIER: *Gesang*

Von der geheimnisvollen Kraft des Singens

Essay Manchmal ist ein Konzertbesuch eine Erweckung. Eine persönliche Geschichte über das Feuer der Musik und das Singen des Unsagbaren, das Pathos in der Stimme von Céline Dion und den Traum von einer Reise ins Herz der Gospelmusik.

Es war in den späten 1990ern, als im Berner Vorort Ostermundigen eine Gruppe junger Leute das Publikum in Massen in die reformierte Ortskirche lockte. The Ostermundigen Jubilation Gospel Choir entstand aus einer Konfirmationsklasse und sang, wie der Name sagt, Gospelmusik. Damals war «Sister Act» mit Whoopi Goldberg in der Hauptrolle ein Hit. Eine Nachtclub-sängerin wird Zeugin eines Mordes und muss in einem Kloster untertauchen, wo sie den Chor zu künstlerischen Höhenflügen führt. Der Film entfachte ein wahres Gospel-Feuer.

Ich hatte ihn noch nicht gesehen, als meine Mutter vorschlug, das Konzert zu besuchen. Also ging ich mit und ahnte nicht, dass das der Anfang einer bis heute andauernden Begeisterung für das Singen werden sollte.

Die Kirche war bis auf den letzten Platz gefüllt. Ich sass auf einer Bank an der Seite. Dann ging es los. Die Musik packte mich sofort, die Stimmung in der Kirche war der Wahnsinn. Mich ergriff eine ungekannte Energie, ein Gefühl der Befreiung, eine Zuversicht, dass Musik ein Weg zum vollkommenen Glück sein müsse.

Eine gesunde Sucht

Das Video und die CD des Konzerts schaute und hörte ich mir daraufhin unzählige Male an und sang mit. So gut es eben ging, damals, mit elf Jahren, konnte ich noch kein Englisch. In der Folge begann ich immer öfter zu singen. Ich wurde fast süchtig danach. Eine gesunde Sucht, wie die Wissenschaft weiss. Zu singen hilft etwa gegen Ängste, verbessert die Atmung, stärkt die Abwehrkräfte, wirkt gar lebensverlängernd. Auch die verbindende Kraft des Singens ist wissenschaftlich erwiesen und Folge des Hormons Oxytocin, das beim gemeinsamen Singen ausgeschüttet wird. Ob jemand gut oder schlecht singt, spielt dabei keine Rolle.

Ich wollte gut singen. So wie Céline Dion. Sie war jene Sängerin, die mich in meinen Anfängen sehr beeindruckte und die ich nachzuahmen versuchte. Durch die Ausdruckskraft ihrer Stimme und das Pathos in ihren Interpretationen, das auf mich inzwischen eher kitschig wirkt, erkannte ich die Kraft, die Gesang einem Text verleihen kann. Ich begann auch eigene Lieder zu schreiben.

Als ich ins Gymnasium kam, war das Singen definitiv mein Ding geworden. Es folgten Jahre mit Unterricht in klassischem und Jazz-Gesang. Neben dem Studium war das Singen meine Hauptbeschäftigung. Ich sang und komponierte



Ob auf der Bühne, unterwegs oder in den eigenen vier Wänden: Singen macht glücklich.

Foto: Annick Ramp

fast ständig. Ich entdeckte, dass dem Gesang etwas ganz Besonderes innewohnt. Nämlich die Möglichkeit, mich ganzheitlich auszudrücken, auch Unsagbares zu äussern, meine Gefühle rauszulassen und zu verarbeiten.

Ich spürte auf geheimnisvolle Weise eine Art Legitimierung meiner Gedanken, wenn ich sie singend ausdrückte. Schmerz etwa wurde

greifbar und damit handhabbar. Beim Singen kann mir niemand widersprechen, niemand meine Gefühle in Abrede stellen.

Aus purer Freude

Mit dieser Erfahrung bin ich nicht allein. Durch mein Interesse am Gospel beschäftigte ich mich in späteren Jahren mit der Geschichte und der Musik der schwarzen Bevöl-

kerung in den USA. Musik spielte in der Bürgerrechtsbewegung eine grosse Rolle. Protest- und Freiheitslieder halfen den Menschen, ihren kollektiven Gefühlen Ausdruck zu verleihen, und einten sie in ihrem erfolgreichen Kampf für Gerechtigkeit. Sie wurden gehört. Singen ist für mich aber vor allem eine grosse Freude. Darum ermuntere ich andere auch immer wieder,

einfach nur aus Freude zu singen. Singen können grundsätzlich fast alle Menschen. Meinen Mann allerdings habe ich bis jetzt noch nicht überzeugen können. Dafür begleitet er mich auf dem Klavier. Und wir haben einen gemeinsamen Traum: eine Auszeit in den USA, um dort zu lernen, wie man richtig Gospel spielt und singt. Isabelle Berger

Erinnerungen an fröhliche Feste wecken

Alterssingen Die ältere Generation kennt noch viele gemeinsame Lieder auswendig. Und singt sie gern weiter.

Hans Egli trifft mit dem Hauswart Vorbereitungen für das monatliche Singcafé im Zürcher Kirchgemeindehaus Oberstrass. «Singen ist gesund», sagt er nebenbei. Man atme bewusst, nehme eine gute Haltung ein, und das gemeinsame Üben sei auch eine soziale Aufgabe.

Der 82-Jährige war bis zur Pensionierung Musiklehrer an der Kantonschule Bülach und Organist an der Kirche Oberstrass. Oft seien die Lieder für ältere Menschen zu hoch geschrieben. Er setzt sie tiefer an.

Was ihn besonders freut, sind die Rückmeldungen, die er meistens von Frauen von an Demenz erkrankten Männern erhält: «Mein Mann ist am Abend nach dem Singcafé ein anderer Mensch. Er kommt aus sich heraus, und er spricht.»

Überraschende Klangfülle

Die Stuhlreihen vor der Bühne füllen sich, während die 83-jährige Alicia Baer auf dem Akkordeon spielt. Roland Hürlimann stimmt mit der Gitarre ein. Dann startet das Singen mit dem Beresina-Lied in überraschender Klangfülle, angeleitet und begleitet von Egli am Klavier.

Es bleibt traditionell. «Là-haut sur la montagne», «Lustig ist das Zigeu-

nerleben», «Oh bella Verzaschina», der Kanon «Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang».

Das Niveau ist hoch, obwohl die Veranstaltung keine Chorprobe ist, sondern sich einfach nur 40 bis 60 ältere Menschen einmal im Monat zum Singen treffen. «Wir können die Lieder auswendig, sind mit ihnen aufgewachsen», meint ein Sänger. «Beim Abtrocknen mit der Mutter, in der Schule, in der Pfadi.»

Das Gehör sei der letzte Kanal, der bei einer Demenz abgebaut werde, sagt Sozialdiakonin Monika Hänggi. Gemeinsam mit der Spitex Zürich hat sie den Anlass initiiert. «Singen lässt im Langzeitgedächtnis Erinnerungen an Kinderlieder, an fröhliche Feste anklingen.» Schön findet sie, dass kaum auszumachen ist, wer von der Anwesenden von Demenz betroffen ist.

Der Tanz im Rollstuhl

Eine Stunde Singen, eine Stunde Beisammensein und eine weitere Singstunde ist das Programm. Die Tische sind hübsch dekoriert, es duftet nach Kaffee und Apfelkuchen, den Spitelernende gebacken haben und nun servieren. Die Stimmung ist warm, es wird viel gelacht.

«Singen tut mir einfach gut», sagt eine Dame. Ohne ein gewisses Training werde ihre Stimme immer rauer. Sie freue sich jedes Mal auf das Singcafé, auch wegen des feinen Kuchens und des herzlichen Empfangs, sagt eine andere.

Einig ist sich die Runde, dass es keine Rolle spielt, wer dement ist und wer nicht: «Ein unnütziges Etikett.» Vor dem nächsten Singen spielt Alicia Baer am Akkordeon auf. Fröhlich wird getanzt. Der Begleiter einer Dame im Rollstuhl dreht sie beschwingt im Kreis. Christa Amstutz



«Das gemeinsame Üben ist eine soziale Aufgabe»: Hans Egli begleitet die Singenden am Klavier.

Fotos: Annick Ramp



«Das Singen hilft aus der Negativspirale»: Bruder Martin im Kloster Disentis.

Singen für Gott und für das Volk

Kloster Bruder Martin singt jeden Tag. Singen ist für ihn wie atmen. Es schafft Gottesnähe und Gemeinschaft.

Bruder Martin ist aufgeregt. Heute muss er als erster Kantor einspringen, nachdem ein Pater krankheits halber ausfällt. Als Vorsänger gibt er den Ton in den gesungenen Stundengebeten. «Wenn du diesen nicht triffst, dann gerät alles aus den Fugen», sagt er mit ernstem Gesicht.

Versunken ins Gebet sitzen auf der Empore der prächtigen Klosterkirche in Disentis zwölf Mönche in schwarzen Gewändern, den Habits. Punkt halb sechs in der Früh erhebt sich die Gemeinschaft, Bruder Martin setzt zum Eingangsgesang an: «Herr, verlass mich nicht, bleib mir nicht fern, mein Gott!» Die Mönche verneigen sich.

Eine Litanei und ein Flehen

Nun stimmt der Kantor den ersten Satz der für heute bestimmten Psalmen an. Den zweiten übernimmt die eine Chorbälfte, den dritten die andere und so fort. Dieser Wechselgesang ist die Grundlage des klösterlichen Psalmengesanges.

Wobei das Wort Singen nicht ganz den Ton trifft. Es ist vielmehr auch eine Litanei, ein Rezitieren oder Flehen. «Anfangs habe ich es nicht verstanden», erzählt der Mönch Martin, nachdem das erste von fünf täglichen

Chorgebeten beendet ist. Aber das Gebet habe eine einfache Logik: Gemeinschaft mit Gott und den Menschen. Das synchrone Singen wirke verbindend. Es verdichte die Geistkraft der Worte.

«Die Stimme ist mein wichtigstes Instrument», sagt Bruder Martin, während er mit wehendem Habit über die steinernen Klostertreppen zum Frühstücksraum geht. Manchmal singe er einfach ganz für sich allein, weil es ihn «belebt».

Und weil es ihm «aus der Negativspirale» helfe, in die offenbar sogar dieser fröhliche Mönch manchmal gerät. Das Singen gibt ihm das Gefühl von Freiheit. Dieselbe, die er empfand, als er vor 18 Jahren den Habit anzog und seither nicht mehr Martin Diego Hieronymi, sondern Bruder Martin genannt wird.

Mit Jackson und Madonna

Er singt, seit er denken kann. Als Kind holte er einen Preis mit den «Singbuben Unterägeri», später sang er mit den Pfadfindern am Lagerfeuer und im Stiftschor des Klosters Einsiedeln. «Und auch daheim im Kinderzimmer mit Michael Jackson und Madonna.»

Bevor Bruder Martin zur Arbeit im Klostersgymnasium geht, hält er auf einer Bank kurz inne und streift einen Rosenkranz vom Handgelenk. «Gegrüsst seist du, Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir», singt er leise vor sich hin.

Viele Texte aus der religiösen Literatur seien vertont worden, sagt er. Nicht aber der deutsche Text des Muttergottes-Gebetes. Also habe er selbst eine Melodie dazu komponiert. «Kürzlich sangen es die Frauen beim Gemeindenachmittag», erzählt Bruder Martin – und singt das Gebet zu Ende. Rita Gianelli

Die Stimme ist ihr Werkzeug

Beruf Fällt Selina Batliners Stimme aus, hat sie ein Problem: Sie ist Profisängerin und braucht ihr Instrument.

Eigentlich hätte Selina Maria Batliner an diesem Novembermorgen mit ihrer Korrepetitorin das Weihnachtsoratorium üben sollen. Doch nun sitzt sie mit Thermosflasche und Taschentüchern auf einem Sofa in einem Übungsraum der Musikschule Bantiger in Bolligen.

Die Sängerin ist erkältet und muss ihre Stimme schonen. Und das ausgerechnet vor der arbeitsintensiven Adventszeit. Wenn sie spricht, klingt sie heiser und kratzig. Kein Vergleich zu ihrem üblicherweise so warmen Sopran, der auf Aufnahmen zu hören ist und in dem sie sowohl klassische Musik als auch Chansons und selbst komponierte Stücke singt.

Zu Hause verankert

Batliner versucht, ihrem Körper derzeit möglichst viel Ruhe zu gönnen. Trotzdem hat sie die Noten immer dabei. Statt zu singen, setzt sie sich mit der Partitur und dem Text auseinander, hört sich Aufnahmen des Stücks an oder spielt sich Teile daraus auf dem Klavier vor.

«Ich bin überzeugt, dass ich das Stück auf diese Weise dennoch einstudieren kann», sagt sie. Im Winter steige halt das Risiko, krank zu werden. «Mit der Zeit lernt man zu ak-

zeptieren, dass das passieren kann.» Ob Selina Batliner krank ist oder gesund: Ihre Stimme ist ihr Arbeitsinstrument. Ihm Sorge zu tragen, prägt jeden Bereich ihres Lebens.

Auch die Psyche ist wichtig. Psychisch gesund zu bleiben, sei Arbeit in diesem Beruf, sagt die Sopranistin. «Man muss ehrlich zu sich sein und herausfinden, was einem gut tut und was nicht.» Wichtig ist ihr, dass sie nicht nur aus dem Koffer lebt wie viele Berufskolleginnen. Oft hält sie sich deshalb in ihrem Zuhause auf. Die Verankerung stütze ihr «psychisches Gleichgewicht».

Ein gefühlovolles Herz

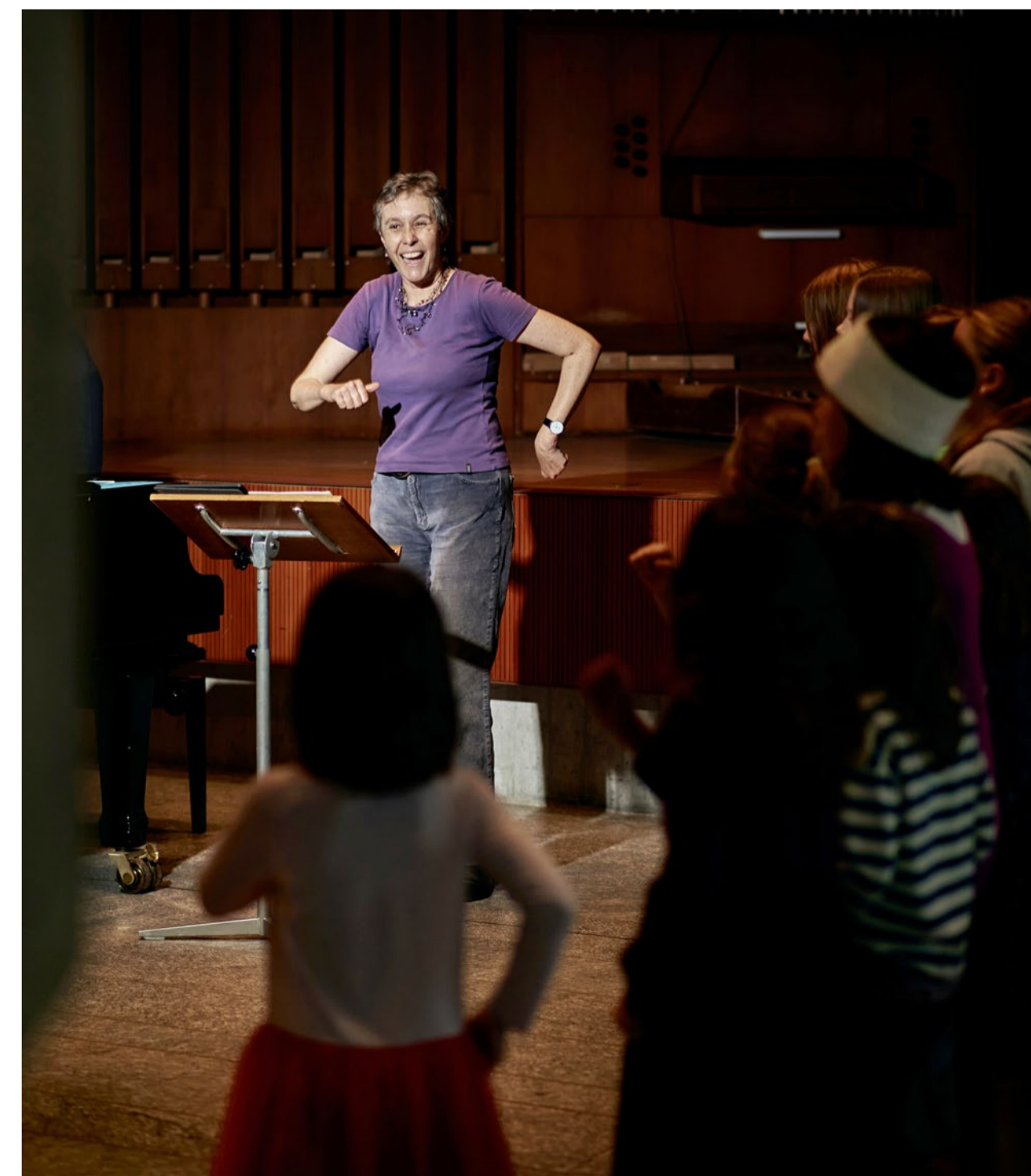
Wenn es ihr gut geht, kann sie auch beim Singen «alles geben». Das ist ihr Ziel, egal wie stark sich ein Engagement finanziell lohnt oder wie sehr es ihr persönlich zusagt. «Um Singen als Beruf auszuüben, muss man dafür brennen.» Batliner will bei ihren Auftritten Freude weitergeben. «Ich möchte die Menschen berühren und bewegen.» Sie sollen spüren, «dass sie ein gefühlovolles Herz haben».

Selina Batliner hat ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht. Damit hat sich ihre Beziehung zum Singen vertieft, wie sie sagt. «Ich habe technisch viel mehr Möglichkeiten mich auszudrücken und damit ein grösseres Freiheitsgefühl beim Singen.» Singen ist für sie ein Ventil. «Als Kind war ich immer zu laut, jetzt bin ich froh um diese Energie, auf der Bühne brauche ich sie.»

An diesem Morgen kann sie sich die Zeit zur Erholung nehmen und darf leise sein. Aber am nächsten Tag muss Selina Batliner wieder fit sein: Es steht die Probe der Solistinnen und Solisten für das Weihnachtsoratorium an. Isabelle Berger



«Wenn es mir gut geht, kann ich alles geben»: Selina Batliner im Proberaum.



«Die Choreografie hilft dabei, sich den Text zu merken»: Gabriela Schöb an der Probe in Thalwil.

Gemeinsam neue Höhen erklimmen

Kinderchor 50 Kinder üben in Thalwil für das Weihnachtsspiel. Ihre Sing- und Spielfreude wirkt ansteckend.

Nach und nach trudeln die Kinder ein zur Probe. Viele von ihnen singen im Kinderchor Thalwil. Andere machen einfach nur mit beim diesjährigen Weihnachtsspiel.

Und gleich geht es los mit Atem- und Einsingübungen, die in immer höhere Stimmlagen führen. «Kinder haben heute erwiesenermassen tiefere Stimmen», sagt Chorleiterin Gabriela Schöb. Grund dafür sei: Es werde immer weniger gesungen, im Elternhaus wie in der Schule.

Oft würden nur Popsongs mitgesungen, die aber nicht für Kinderstimmen geschrieben seien. «Wenn sie nie ein einfaches Kinderlied gelernt haben, sind sie auch mit einem Popsong überfordert», so die Chorleiterin. Es fehle die Anleitung.

Den Nachwuchs fördern

In Thalwil ist das etwas anders. Hier üben 65 Kinder und Jugendliche das ganze Jahr über einmal in der Woche in Chören. Die Zusammenarbeit der katholischen und der reformierten Kirche mit der Musikschule Thalwil hat sich bewährt.

Beim Weihnachtsspiel machen Kinder von der ersten bis zur sechsten Klasse mit. Drei Lieder haben sie in der ersten Probe eingeübt. Später

werden sie diese fulminant wiederholen. Doch jetzt machen sie sich ein neues Lied. «Uf d Wienacht gits für mich e Chappe und Spiilzүүig, wie im letschte Jahr. Ali bringed mir es Gschänkli: Tante, Onkle, das isch klar». Schrittweise wird das Lied länger. Bruder und Schwester kommen hinzu, Mutter und Vater.

Und es wird auch immer schneller. Klatschen und Schnippen rhythmisieren den Gesang, die Mimik und Gestik werden eingeübt. «Die Choreografie hilft ihnen, sich den Text zu merken, die gewünschte Körperspannung zu erzeugen und Pausen zu füllen», erklärt Schöb.

Klatschen und Schnippen

Das zweite neue Lied hören die Kinder erst nur von Musikschullehrerin und Vorchorleiterin Erika Weiss am Klavier. Das bekannte «O Tannenbaum» erkennen viele, aber es klingt irgendwie anders. Ein Mädchen entdeckt, dass die Melodie in Moll versetzt wurde.

Im Text der Neuversion heisst es etwa: «Doch was nützt all die Liechetracht, wänn's mir elei kei Freud macht?» Die Idee eines Mädchens, den Kopf nach «elei» hängen zu lassen, findet Kantorin Schöb toll. Sie schlägt vor, dies erst am Verschluss zu machen, wegen der Stimmkraft.

Die Thalwilerin schrieb Text und Musik für das Spiel auf Basis des Bilderbuchs «Die Weihnachtsmütze». Immer wieder spricht sie zwischen den Kindern kurz über die Inhalte: Weihnachtstress und weihnachtliche Freuden, Einsamkeit und Gemeinschaft.

Noch werden Musik- und Theaterszenen separat geprobt, erzählt Schöb. «Aber wenn gegen Schluss ein Ganzes entsteht, sind die Kinder schon sehr stolz.» Christa Amstutz

«Das gemeinsame Liedgut schafft Identität»

Kirchenmusik Die Theologin und Musikerin Christine Oefele setzt sich dafür ein, dass der Gemeindegesang und auch der Schatz des traditionellen Liedguts gepflegt werden. Alte Kirchenlieder seien trotz Traditionsabbruch weiterhin vermittelbar, sagt sie.



Christine Oefele möchte in den Kirchgemeinden die Freude am reformierten Liedgut wieder entfachen.

Foto: Annick Ramp

In der Adventszeit singen viele Menschen Weihnachtslieder. Welches Lied singen Sie am liebsten?

Christine Oefele: Viele Weihnachtslieder sind mir lieb. Ganz besonders nah ist mir «Ich steh an deiner Krippe hier» von Paul Gerhardt. Der Text richtet sich an das Kind in der Krippe und fasst das Staunen über die Menschwerdung Gottes in berührende Bilder und innige Worte, die ich mir gern leihe, um selbst staunen zu lernen. Dazu kommt noch die wunderschöne Melodie von Johann Sebastian Bach.

Was vermag der Gesang im Gottesdienst, was das Wort nicht kann?

Wie beim Sprechen geben wir beim Singen Worte von uns. Neben diesem intellektuellen Teil kommt aber

beim Singen der körperliche stärker zur Geltung: Es braucht einen gewissen Einsatz, damit der Atem das Instrument zum Klingen bringt. Zudem erzeugt Gesang Atmosphäre und Stimmungen. Die Verkündigung des Evangeliums soll natürlich auch durch das Wort ansprechen, Musik ist jedoch unmittelbarer.

Seit wann singen Christinnen und Christen spirituelle Lieder?

Seit jeher, schon das Neue Testament bezeugt mehrfach den Gesang von geistlichen Liedern. Aus der frühen Zeit des Christentums hat man aber kaum Aufzeichnungen, was genau gesungen wurde. Aus dem dritten und vierten Jahrhundert ist belegt, dass die Menschen Psalmen sangen. Der Bischof Ambrosius von Mailand (374–397) schuf Hymnen mit neuen Texten. Hymnen spielten aber auch bereits zuvor eine Rolle im Ringen um ein einigendes und christliches Glaubensbekenntnis.

Wie klang der Gesang damals?

Das wissen wir nicht. Klar ist aber, dass sich schnell das Ideal des einstimmigen, unbegleiteten Gesangs durchsetzte. Der Instrumentalmusik haftete durch ihre Verwendung im Theater, bei Tanz und Saufgelagen ein schlechter Ruf an. Gegen Ende des vierten Jahrhunderts ver-

teiligen. Dafür nutzte er die Musik seiner Zeit in ihrer ganzen Bandbreite. Einige seiner Lieder schlossen an katholische Gesänge an. Daneben gibt es unter anderem Lieder im Stil der damaligen Bänkelsänger, von denen manche zuerst in der Öffentlichkeit vorgetragen wurden, bevor sie schliesslich Eingang in den Gottesdienst fanden.

Und Zwingli in Zürich?

Zwingli hat sich viel stärker als Luther von allem Katholischen distanziert, so auch von der Gottesdienstform der Messe, zu der auch Musik gehörte. Er wählte mit dem Predigtgottesdienst eine Form, in der es keinen Gesang gab. Zwinglis Ziel war, dass nichts vom Hören des Wortes ablenkt. In der Deutschschweiz etablierte sich daher der Gemeindegesang erst im Laufe des 16. Jahrhunderts. Der Genfer Reformator Calvin steht zwischen Luther und Zwingli. Er liess Musik im Gottesdienst zu, setzte ihr aber Grenzen: nur einstimmiger Gesang mit «würdigen» Melodien und nur biblische Texte. So entstand das weltweit erfolgreichste Gesangbuch: der Genfer Psalter.

Welche Rolle spielt es heute?

Bis heute werden die Genfer Psalmen in reformierten Kirchen weltweit gesungen, in vielen nach wie vor einstimmig. Im deutschschweizerischen Reformierten Gesangbuch ist noch stets eine Auswahl der Genfer Psalmen enthalten, daneben findet sich darin punkto Stil, Herkunft und Form ein breites Repertoire. Mit «Rise up plus» kam vor knapp zehn Jahren zudem ein ökumenisches Gesangbuch mit neuerem Liedgut hinzu. In der Schweiz gibt es ausserdem zahlreiche weitere regionale Publikationen mit modernen Liedern, oft mit Texten in Dialekt.

Obwohl Gemeindegesang heute fest zum Gottesdienst gehört, ist dieser zuweilen ziemlich schwach vorhanden. Wie bringt man die Leute zum Singen?

Bei Beratungen stelle ich häufig fest, wie wenig bewusst manchen Kirchgemeinden ist, dass der Gemeindegesang aktiv gepflegt werden muss. Während sehr langer Zeit war es selbstverständlich, dass die Leute sangen. Heute steht man mit einer gewissen Hilflosigkeit vor der Tatsache, dass dies nicht mehr funktioniert. Da, wo es noch stattfindet, ist die Tradition nie abgebrochen, oder das Singen wird gezielt gefördert. In zahlreichen Kirchgemeinden ist denn auch gar niemand fest für die Kirchenmusik angestellt. Da besteht leider keine Zeit mehr für die Arbeit am Gemeindegesang.

Für viele Menschen ist das traditionelle Liedgut sehr weit weg. Wie lassen sich neue Zugänge schaffen? Ich habe das in schöner Weise bei Johannes Günther gesehen, dem Dirigenten der Berner Kantorei. Er kann die Lieder sehr gut vermitteln. Er gibt oft Hinweise zum Text oder Anregungen, wie man was singt. Zum Beispiel: Steckt darin Wut oder eine Klage? Es soll nicht nur ein Runterleiern sein, vielmehr soll der Gesang Emotionen wiedergeben und einen Bezug zum Text haben. Meine Studentinnen und Studenten lehre ich, dass es ihre Aufgabe ist, dies zu vermitteln. Gemeindegängeleitung ist im Kirchenmusikstudium an der Berner Hochschule der Künste ein fixes Studienfach. Ich animiere die Studierenden jeweils, mit den Pfarrpersonen zusammenzuspannen, damit musikalische und theologische Kompetenz zusammenfinden.

Ist es wichtig, dass alle reformierten Kirchen in der Schweiz dasselbe Gesangbuch haben?

Es ist wichtig, ein gemeinsames Liedgut zu haben, wenn wir über unseren eigenen kleinen Kontext hinweg als Kirche eine gemeinsame Identität haben und miteinander Gottesdienst feiern wollen. Durch den Traditionsabbruch wird die Zahl der Lieder, die als bekannt vorausgesetzt werden können, immer kleiner. Mir ist es ein Anliegen, Glauben nicht weiter zu individualisieren, sondern das Miteinander-Singen zu fördern und ein gemeinsames Repertoire zu pflegen.

Sie initiierten den Berner Singtag, der letztes Jahr erstmals stattfand. Er soll den Gemeindegesang fördern. Wie lautet Ihre Bilanz?

Von vielen Teilnehmenden erhielten wir sehr positive Rückmeldungen, meistens verbunden mit der Frage, wann die nächste Durchführung geplant sei. Auch wir vom Organisationskomitee waren sehr zufrieden mit dem Anlass. Auch über die Tatsache, dass einige Hundert Leute der Einladung gefolgt waren. Die Synode hat das Geld für drei weitere Singtage gesprochen.

Welche Initiativen gibt es über die Kantons Grenzen hinaus?

Die Lied- und Gesangbuchkonferenz, in der ich mitarbeite, hat das schweizerweite Projekt «Enchanté» zur Förderung des Gemeindegesangs lanciert, statt ein neues Kirchengesangbuch in Angriff zu nehmen. Es bietet einen guten Rahmen, um immer wieder Singtage durchzuführen. So wird das Singen erlebbar, und wir können das Feuer weitergeben.

Interview: Isabelle Berger

Christine Oefele, 56

Christine Oefele ist ausgebildete Blockflötistin, Musiklehrerin, Chorleiterin und Theologin. Derzeit habilitiert sie am Institut für Neues Testament der Uni Bern und ist Lehrbeauftragte an der Berner Hochschule der Künste für Liturgik und Hymnologie. Ab Januar 2025 wird sie Beauftragte für Liturgie und Musik der Liturgie- und Gesangbuchkonferenz.

«Mir ist es ein Anliegen, den Glauben nicht noch stärker zu individualisieren, sondern das Singen zu fördern und ein gemeinsames Repertoire zu pflegen.»

Das Kreuz als Reflexionsfolie

Kunst Marina Abramović bringt die Kreuze zurück in die Zürcher Wasserkerche. Die Künstlerin schafft damit einen Raum, unser Glaubenssystem zu hinterfragen: Was ist göttlich, was böse, um uns und in uns selbst?

Vier riesige Kunst-Kreuze stehen seit dem 28. November öffentlich zugänglich in der Wasserkerche beim Helmhaus in Zürich. Geschaffen hat sie eine der grössten lebenden Künstlerinnen überhaupt: die serbische Performance- und Konzeptkünstlerin Marina Abramović (78). Mit ihrem Werk «Four Crosses» präsentiert sie dem Publikum einen Fragenkatalog: Was ist gut, was ist böse, was positiv, was negativ?

Und was, wenn der Mensch am Kreuz eine Frau wäre? Überhaupt: Welche Frauenbilder geistern da in unseren Köpfen rum: Heilige und Hure, Mutter und Geliebte, Täterin und Opfer? Wie hat uns die christliche Ikonografie geprägt? Was bedeutet für uns das Kreuz?

Marter und Martyrium

Das Kunsthaus Zürich zeigt Abramovićs Schaffen bis 16. Februar in einer grossen Retrospektive, die in aller Munde ist. Die Kuratorin Mirjam Varadinis wollte jedoch mit dem Standort Wasserkerche bewusst die Mauern des Museums überwinden. «Marina ist bekannt dafür, dass sie Grenzen sprengt; körperlich, mental und gesellschaftlich.»

Und einige ihrer Arbeiten beschäftigen sich eben auch mit spirituellen Barrieren in den Köpfen. Das gilt besonders für «Four Crosses». Bisher war das Werk nur in Museen zu sehen, etwa bei Retrospektiven in London oder Amsterdam. Kunsthaus-Kuratorin Varadinis fand allerdings, fürs Museum seien die vier grossen Kreuze zu sperrig und eine Kirche eigne sich besser für den Bedeutungskontext.

Sie sagt: «Als Kulturraum und Ort für künstlerische Experimente hat sich die Wasserkerche etabliert.» Marina Abramović sei bei der Besichtigung ganz begeistert gewesen von dem grossen, leeren Kirchenraum: «Sie fand es eine super Idee.»

Und so war der Grundstein für diese Kooperation zwischen Kunsthaus und der reformierten Kirche gelegt. In der Wasserkerche stehen Abramovićs Kreuze nun an einem Ort,



Abramović in der göttlich-positiven Version. Foto: Royal Academy of Arts / David Parry

der dem Werk noch eine zusätzliche Brisanz verleiht, wie Pfarrer Martin Rüschi der Künstlerin erklärte: Hier wurden die Stadtheiligen Felix und Regula geköpft. Marina Abramović gilt selbst als eine Art Märtyrerin für die Kunst, denn sie hat bei ihren Kunstaktionen wiederholt Marter ausgehalten und dem Tod ins Auge geschaut. Etwa 1974 bei ihrer Performance «Rhythm 0», als sie sich widerstandslos von einem Besucher eine geladene Pistole vorhalten liess.

Die Reformation hatte in der Zürcher Wasserkerche zudem mit den alten Bilderwelten der Katholiken aufgeräumt: Es wurden Kreuze hinausgeschafft, Heiligenbilder abmontiert. Auch das passt, weil Abramović mit ihrem Werk die Bedeutung religiöser Bilder hinterfragt.

In «Four Crosses» hat die Künstlerin ihre eigene Bilderwelt von Gut und Böse geschaffen, indem sie sich selbst als göttlich (divine) und böshaft (evil) inszeniert. Die vier leicht

in den Kirchenraum geneigten Kreuze zeigen je neunmal das Gesicht Abramovićs, das jeweils von hinten mit LEDs ausgeleuchtet in den Raum strahlt. Vorn ist die göttliche Abramović zu sehen, links ihr Gesicht in neun Positiven, rechts vom Taufbecken neunfach als fotografisches Negativ gespiegelt.

Kunst schafft Bewusstsein

Wer den Kirchenraum betritt, sieht also zuerst das göttliche Bild der Frau, die zwei Kreuze mit den böartigen Fratzen sind noch im Rücken verborgen. Frau Abramović, können wir also aufs Göttliche zugehen, das Böse hinter uns lassen? Auf die Frage, ob es denn eine Entwicklung hin zum Guten gebe, gab sie die Antwort: «Ich glaube an das Gute im Menschen und daran, dass alles Negative in ihnen von schlechten Erfahrungen stammt.»

«Für mich ist die Reaktion des Publikums das Wichtigste. Sie vervollständigt mein Werk.»

Marina Abramović, Performance-Künstlerin

Negativität könne in Positivität transformiert werden, dafür müsse aber erst einmal die Existenz von Gut und Böse in der Gesellschaft anerkannt werden, so ihre Botschaft.

«Kunst kann zwar die Welt nicht verändern, aber sie kann Fragen stellen und in die richtige Richtung weisen und damit Bewusstheit bringen», sagt Marina Abramović. Dass ihre Kreuze nun in der Zürcher Wasserkerche stehen, verstärkte die Aussagekraft ihres Werks. «Aber für mich ist die Reaktion der Besucherinnen und Besucher entscheidend. Diese müssen ihre eigenen Interpretationen und Projektionen mitbringen – das ist es, was die Arbeit vervollständigt.» Christian Kaiser

Marina Abramović: Four Crosses. Bis 5. Januar, Wasserkerche, Zürich. Podium mit Mirjam Varadinis und Martin Rüschi: 5. Dezember, 18 Uhr. www.wasserkerche.ch

Kindermund



Ist Ruhen nun Stillstand oder ist es Widerstand?

Von Tim Krohn

Bigna schwang sich auf die Tischkante: «Woran schreibst du?» «An einem Vortrag für einen Kirchentag», sagte ich. «Worüber?» «Wenn ich das wüsste. Das Thema ist «anders weiter». Vermutlich soll das bedeuten, dass die Gesellschaft so nicht ewig weitermachen kann. Aber tut sie ja gar nicht, es wechselt schon dauernd alles. Als Kind habe ich gelernt, dass man Schreiner lernt, vierzig Jahre lang schreiner und als Schreiner stirbt. Heute muss man alle zehn Jahre was Neues werden. Dauernd verschwinden ganze Berufszweige. Wie meiner. Wer liest noch Bücher? Wer geht ins Theater oder Kino? Millionen schriftstellernde, schauspielernde, filmende, musizierende Menschen auf der Welt sind arbeitslos. Oder all die Bürofachkräfte, Kassenangestellten, verdrängt von KI! Andersweiter ist keine Fantasie, sondern harte Realität.»

Bigna hörte für einen Augenblick auf, mit den Beinen zu schaukeln: «Vielleicht ist das wichtige Wort ja nicht «anders», sondern «weiter». Ich stutzte nur kurz: «Das ist doch auch Teil unserer Krankheit! Alles muss immer weiter gehen, immer schneller, immer atemloser. Was wäre das Gegenstück? Ruhe? Nur schon das Wort lässt die Leute erschauern. Hiesse das nicht Stillstand, Erstarrung? Ist Ruhe nicht das Motto der Verlierer?»

Bigna kaute am Daumnagel. «Und, ist es?» «Nein, natürlich nicht! Bert Brecht hat geschrieben: «Denn alle rennen nach dem Glück, das Glück rennt hinterher.» Bigna kicherte: «Also muss ich nur stehen bleiben, und das Glück holt mich ein?» «Ja, nur tu das mal, wenn alle um dich herum rennen wie die Blöden.» «Das braucht Mut», gab Bigna zu, «doch wenn erst ein Mensch stehen bleibt, tun die anderen es vielleicht auch, nur schon aus Neugierde, was es da wohl gibt.»

Ich witterte Morgenluft. «Stimmt, und schliesslich kommt der ganze Strom zur Ruhe. Die Welt schöpft wieder Atem. Lernt wieder zu sehen. Zuzuhören. Lernt darauf warten, dass das Glück sie einholt.» «Das wird ein guter Vortrag», sagte Bigna und klopfte mir auf die Schulter. Dann verschwand sie in Richtung Küche, wo Renata gerade ein Blech Kekse aus dem Ofen zog.

Der in Graubünden lebende Autor Tim Krohn schreibt in seiner Kolumne allmonatlich über die Welt des Landkinds Bigna. Illustration: Rahel Nicole Eisenring

Lebensfragen

Warum hilft mir niemand, obwohl ich selber helfe?

Es ist so ungerecht. Ich helfe immer wieder anderen Menschen: Ich leihe Geld aus, mache Besorgungen, helfe aus, wo es mich braucht. Aber jetzt, wo es mir selbst schlecht geht, ist niemand für mich da. Es kommen faule Ausreden wie: «Ich hab selber kein Geld» oder «Ich habe keine Zeit». Das ist der Dank für meinen Einsatz. Was soll ich tun?

Sie besitzen zwei grossartige Eigenschaften, durch die Sie Nächstenliebe leben: Ihre Hilfsbereitschaft und Grosszügigkeit! Sie haben sich aufopferungsvoll mit viel Geld und Zeit für andere eingesetzt. Nun jedoch sind Sie selbst in Not geraten, und niemand aus Ihrem Bekanntenkreis ist bereit, sich zu revanchieren. Man hat Sie im Stich gelassen, und Sie fühlen sich enttäuscht. Das Wort «enttäuscht» enthält «Täuschung» – vielleicht haben Sie sich in Ihren Bekannten getäuscht. Sie hofften, dass das Gute, das Sie tun, zu Ihnen zurückkommt. Doch jetzt zeigt sich: Niemand ist gewillt, etwas zurückzugeben. Das ist schmerzhaft.

Auch wenn es wehtut, wäre es vielleicht besser, Beziehungen, in denen Sie ausschliesslich die Gebende sind, zu beenden oder zumindest nichts mehr zu investie-

ren. Sie sagten mir, dass es Ihnen schwerfällt, Nein zu sagen und nicht zu helfen, wenn jemand in Not ist. Vielleicht gibt es andere Wege, zu helfen: jemanden an eine Fachstelle zu begleiten, anstatt selbst ins Portemonnaie zu greifen. Überlegen Sie sich das nächste Mal, wenn jemand um Hilfe bittet, welche Unterstützung Sie anbieten können, ohne sich selbst in Schwierigkeiten zu bringen.

Kommunizieren Sie ehrlich mit Ihrem Gegenüber, was für Sie möglich ist. Ich empfehle Ihnen, in Ihrer finanziellen Not kirchliche oder andere soziale Hilfestellen in Anspruch zu nehmen. Dort sind Fachleute, die Ihnen Wege aufzeigen können, wie Sie finanziell wieder auf die Beine kommen. Für die seelischen Nöte empfehle ich Ihnen eine seelsorgerliche Begleitung. Ich kann mir vorstellen, dass es schwer

ist, sich aus belastenden Beziehungen zu lösen und neue Kontakte zu knüpfen. Doch meiner Meinung nach ist dies der beste Weg, um zu einem zufriedeneren Leben zu finden. Ich wünsche Ihnen dabei viel Mut.



Corinne Dobler
Sozialwerk Pfarrer Sieber
und Pfarrerin Bremgarten-Mutschellen

Lebensfragen. Drei Fachleute beantworten Ihre Fragen zu Glauben und Theologie sowie zu Problemen in Partnerschaft, Familie und anderen Lebensbereichen: Corinne Dobler (Seelsorge), Margareta Hofmann (Partnerschaft und Sexualität) und Ralph Kunz (Theologie). Senden Sie Ihre Fragen an «reformiert.», Lebensfragen, Postfach, 8022 Zürich. Oder an lebensfragen@reformiert.info



SCHENKEN SIE
Ihrer Freundin
eine Geiss.

UND HELFEN
SIE DAMIT
ARMEN KLEIN-
BÄUERINNEN.



HEKS
Brot für alle.

hilfe-schenken.ch

kultour
GEMEINSAM *erleben* ERLEBEN
052 235 10 00
www.kultour.ch

ATEM-
BERAUBENDE
LAND-
SCHAFTEN

Südamerika

REISEBEGLEITUNG: EMILE STRICKER

6. – 23. APRIL 2025

EINMALIGE REISE ZU DEN WUNDERN DER WELT

Die chilenische Atacamawüste beeindruckt mit ihren schneebedeckten Vulkanen, Flamingos an bunten Seen, tiefblauen Lagunen, dem bizarren «Mondtal», einer spektakulären Geysir-Landschaft und malerischen Indio-Dörfern.

Diese Reise führt auch in die argentinischen Anden mit gewaltigen Schluchten, bunten Gesteinsformationen, fruchtbaren Tälern, Weinanbaugebieten und barocken Kolonialstädten. Ein weiterer Höhepunkt ist der Besuch von Buenos Aires, der quirligen Hauptstadt Argentiniens.

SPINAS CIVIL VOICES

**Wir Blinden sehen anders,
z. B. mit der Nase.**

Obwohl Emilie Martin mit einer Sehbehinderung lebt, steht sie auf eigenen Beinen. Statt mit den Augen orientiert sie sich mit allen anderen Sinnen. Damit sie unabhängig ihre Wege gehen kann, steht ihr der SZBLIND mit Rat und Tat zur Seite.

Selbstbestimmt durch den Alltag.
Dank Ihrer Spende: szblind.ch

SZBLIND
Schweizerischer Zentralverein
für das Blindenwesen

MAHNWACHE

11.12.24

Von 18 bis 18.30 Uhr wachen und beten.
Besammlung um 17.45 Uhr

Infos und Orte:
mahnwache.ch

Wachen Sie mit!




In Solidarität mit Glaubensverfolgten

Obdachlos

Jetzt spende!

Ihre Spende schenkt Obdach und Wärme für Menschen in Not.

sw-sieber.ch



Jetzt via Twint spenden. Danke!



Sozialwerk Pfarrer Sieber

KEREN 1777 HAJESSOD 1777 Für die Menschen Israels

Sichern Sie mit Ihrem Legat Ihren Einfluss auf die nächste Generation in Israel. Werden Sie Teil von Israels Geschichte.

Ein erfülltes Leben erhellet auch das Leben anderer. In der Gegenwart – wie in der Zukunft.



PC-Konto 80-30297-4
IBAN CH29 0900 0000 8003 0297 4
info@kerenhajessod.ch
www.kerenhajessod.ch

ONLINE SPENDEN

Ihre Spende schenkt ein Stück Freiheit.



Merci für Ihre Unterstützung




Helfen verbindet

Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind

Spenden:
IBAN CH53 0900 0000 8000 0048 4
www.cerebral.ch

Lust auf... Im südlichen Schwarzwald

BADENWEILER

Die Perle des Schwarzwaldes

Wellness Privathotel Post

Im Herzen Badenweilers gelegen, gegenüber historischem Kur- u. Schloßpark, Cassiopeia-Therme Kur- u. Festspielhaus, Schloßplatz, großherzogliches Palais, Flaniermeile

Gemeindereisen - Gruppenreisen



www.privathotel-post.de

Thermal-Wellnesslandschaft auf 700 m²
7 Erlebnis-Saunen Bio-Duftsauna, Finische- u. Aussensauna, Edelsteindampfbad, Salz-Sole Inhalation, Infrarotsauna, Dampfbad Thermalbad mit Bodensprudler, Massagedüsen, 2 Sprudelliegen, 6 Luftsprudel, Softpackliege, Wohlfühlpackungen, Sprudelwanne, Massage, Ruheräume Burblick und Wintergarten

Thermalwasser-Erlebnispool

Pauschalen im Internet
Fam. Christian Baltes-Sofienstr.1
79410 Badenweiler-T: 0049-7632-82480
info@privathotel-post.de

Gymnasium Unterstrass Zürich

Infoabende im November, Dezember und Januar besuchen.



Kurzgymnasium



Jetzt Infoabende besuchen!

Musisches Profil Profil Philosophie/Pädagogik/Psychologie Profil Naturwissenschaften+ (Magna)

Dein Gymnasium am Schaffhauserplatz in Zürich

unterstrass.edu



Mehr Freude im Leben: für Lebensqualität spenden



STIFTUNG BRUNEGG
HOMBRECHTIKON
WOHNHEIM
GÄRTNEREI
BLUMENLADEN



Stiftung BRUNEGG
Brunegg 3 | Hombrechtikon
www.stiftung-brunegg.ch
Post-Spendenkonto: 87-2430-9
IBAN CH18 0070 0113 9004 4943 9



velafrica
Mobilität mit Perspektiven

SICHER ZUR SCHULE

Spenden Sie jetzt und ermöglichen Sie Bildung!

IBAN CH27 0900 0000 3000 7391 3
velafrica.ch




reformierte kirche willisau-hüswil

Gesucht per sofort oder nach Vereinbarung

Pfarrperson

für «frischen Wind»
80 – 100% (auch Job-Sharing/ Pfarrehepaar möglich)

- Raum für neue Ideen
- Kirchgemeinde mit 2'000 Menschen
- Engagiertes Team
- Pfarrkollege in Hüswil




Kloster Kappel

Klostertage zu Weihnachten

Fest der Zuversicht
24.-26. Dezember 24

Was will ich - was ist wichtig?
Seminar zur integralen Standortbestimmung
10.-12. Januar 25

www.klosterkappel.ch | info@klosterkappel.ch | 044 764 88 30

Geschichten für alle Generationen



- Vorlesen
- Lesen
- Erzählen

Im Buchhandel oder auf www.mutaborverlag.ch



Eine Schenkung für die Zukunft

Ihr Testament verändert Leben! Handeln Sie nachhaltig und schenken Sie den Schwächsten, die in ihrer Gesundheit und Würde beeinträchtigt sind, eine Zukunft.

Die **Hilfsorganisation Mercy Ships** setzt **Spitalschiffe in Afrika ein**, damit auch ärmere Menschen vor Ort kostenlos von medizinischer Versorgung profitieren können.



Bestellen Sie jetzt unseren **Leitfaden zum Testament** auf unserer Webseite.

In Zusammenarbeit mit der Organisation **DeinAdieu.ch** bieten wir Ihnen auch **kostenlose und unverbindliche Unterstützung** bei der Erstellung eines auf Ihre Situation zugeschnittenen Testaments an.



www.mercyships.ch/nachlass

horyzon



SCHENKEN SIE JUGENDLICHEN HOFFNUNG!

Die Stiftung Horyzon unterstützt Jugendliche im Globalen Süden und befähigt sie, ein selbstbestimmtes und unabhängiges Leben zu führen. Aktuell engagiert sich Horyzon in Haiti, Kolumbien, Uganda, Togo, Palästina und Nepal.

www.horyzon.ch

IBAN: CH07 0900 0000 8000 9113 4



Jetzt mit TWINT spenden!

- QR-Code mit der TWINT App scannen
- Betrag und Spende bestätigen



Menschenhandel ist ein Verbrechen.

Dagegen kämpft die FIZ seit bald 40 Jahren.



FIZ

Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration

Mit Ihrer Spende schenken Sie gewaltbetroffenen Migrant*innen Schutz, Mut und Selbstbestimmung.

Jetzt mit TWINT bezahlen!

- QR-Code mit der TWINT App scannen
- Betrag und Zahlung bestätigen



PK 80-38029-6 | CH66 0900 0000 8003 8029 6 | www.fiz-info.ch

EIN FILM VON **MATI DIOP** REGISSEURIN VON ATLANTIQUE

DAHOMÉY



★★★★

«Tiefgründig und schlagkräftig»

«Nichts als ein kleines Wunder»

MUBI

AB 12. DEZEMBER IM KINO



cbm

ALLEN SEHEN



Weltweit erblinden Millionen von Menschen durch Grauen Star. Mit nur 50 Franken ermöglichen Sie, dass ein blinder Mensch wieder sehen kann. cbmswiss.ch/spenden

Annuary, 4 Jahre

Porträt

Ohne das «und» gibt es ihn nicht

Generationen Elias Rügsegger hat das Generationentandem erfunden. Der Familienmensch heilt mit dem Begegnungsprojekt auch eigene Wunden.



Mitten im Leben mit seinem Begegnungsprojekt «Und Generationentandem»: Elias Rügsegger.

Foto: Daniel Rihs

Elias Rügsegger gibt es nur in Kombination mit dem Wort «und». Er wählte es als Gymnasiast und Jungjournalist als Titel für seine Maturaarbeit, die ein generationenübergreifendes Printmagazin war. Verfasst wurden die Texte jeweils von einer Person unter 25 Jahren und einer über 60. Heute ist «Und Generationentandem» eine eigene Marke und sie ist untrennbar mit dem 30-jährigen verbunden.

Das Projekt ist in zwölf Jahren selbst um einige «und» gewachsen. Inzwischen betreibt das Generationentandem etwa das Begegnungszentrum Offenes Höchhus im bernischen Steffisburg. Der Verein lädt

zu gesellschaftspolitischen Veranstaltungen ein. Gibt ein Magazin heraus. Organisiert Kurse zur digitalen Teilhabe, ein Generationenfestival, Kerzenziehen an Weihnachtsmärkten. Und, und, und.

Meister der Improvisation

Stopp! Wie kann ein Mensch das alles unter einen Hut bringen? Elias Rügsegger lächelt bei dieser Frage: «Weil viele andere Menschen dabei helfen.» «Und» sei schon lange nicht mehr nur sein Baby.

Rügsegger wirkt entspannt und auf das Gespräch fokussiert, obwohl um ihn herum ein rechtes Gewusel herrscht. In der Küche des «Höch-

hus» klappern die Töpfe, sein Team macht am Nebentisch Kaffeepause, ein älterer Herr will wissen, wo «diese Diskussion» stattfindet.

«Die war gestern Abend», klärt Rügsegger auf. «Nein, die ist heute Vormittag», beharrt der Gast. Er habe sich das ja aufgeschrieben. Rügsegger löst das Missverständnis mit Engelsgeduld auf. «Aber Sie finden bestimmt auch jetzt jemanden zum Diskutieren.» Der Gast bleibt, bestellt einen Kaffee und debattiert wenig später mit einem anderen über die Wahl von Donald Trump.

Das kleine Beispiel zeigt, wie und weshalb «Und» funktioniert. «Wir mussten oft improvisieren, und in-

zwischen können wir das richtig gut», sagt Elias Rügsegger.

«Und» gründet auch in seiner eigenen Biografie, in der Familie und Gemeinschaft eine wichtige Rolle spielen. Aufgewachsen ist er mit einer Schwester in der Nähe von Thun.

Die Eltern unterrichteten in der Dorfschule. Verheiratet ist Elias mit seiner langjährigen Partnerin, die er schon seit dem Gymnasium kennt. Die Familie versammelte sich oft zu grossen Treffen. Alle Generationen beisammen, darüber dachte er damals nicht gross nach.

Gegen die Machtlosigkeit

Der erste von mehreren Schicksalsschlägen veränderte das Familienleben. Elias' Schwester nahm sich nach langer psychischer Leidenszeit das Leben. «Sie litt daran, sich in der Welt, in der Gesellschaft, nicht zugehörig zu fühlen», erzählt er. Seine Idee, Menschen zusammenzubringen, Gespräche zu fördern, sich ge-

«Wir schubladiesieren die Generationen eben gerade nicht.»

genseitig zu helfen, hat auch Wurzeln in diesem Verlust.

Ab nächstem Jahr wird Rügsegger mit 80 Prozent für «Und Generationentandem» arbeiten. Finanziert wird das Projekt vom gleichnamigen Verein, der 550 Mitglieder zählt. Von der Gymnasiastin bis zum Hochbetagten engagieren sich 150 Freiwillige: im Sprachcafé, an Tanzabenden, im Generationentalk oder, wie der älteste Helfer, für den Pizzaplusch. Der 95-Jährige stellt jede Woche circa 20 Kilogramm Pizzateig her. Elias Rügsegger sieht sich selbst als «Rückgrat» des Projekts. Nach einem nicht abgeschlossenen Theologiestudium hat er sich im Bereich Führung weitergebildet.

Seine Arbeit mache ihn zufrieden, sagt Elias Rügsegger. «In einer Welt, in der man im Grossen machtlos ist, tut es gut, dort etwas zu bewegen, wo es möglich ist.»

Ändern würde er inzwischen den Namen seiner Maturaarbeit. «Wir sind ein Generationenprojekt, weil wir die Generationen eben nicht schubladiesieren.» Er und sein Team holen Menschen aus ihren jeweiligen Lebenswelten heraus. Damit sie merken, «dass sie mehr verbindet als trennt». Mirjam Messerli

Gretchenfrage

Erich Langjahr, Filmschaffender:

«Die Kirche ist mir eigentlich sehr nah»

Wie haben Sies mit der Religion, Herr Langjahr?

Das beginnt alles in der Kindheit bei mir. Ich bin protestantisch aufgewachsen im katholischen Zug. Im Kindergarten bei Ordensschwwestern malte die Kindergärtnerin drei Herzen und sagte: Das schwarze sei das Herz eines Heidenkinds. Das gefleckte das eines ungetauften katholischen und das weisse das eines getauften katholischen Kindes. Ich ging heim und sagte: «Mutter, mich gibt es nicht.» Ich habe damals darunter gelitten, in einem katholischen Land nicht katholisch zu sein.

Wie ging es dann weiter – als religiös nicht Existenter?

Das Katholische hat mich immer sehr interessiert. Die vielen Farben hätte ich auch gern gehabt. Und in meinem ersten Film, «Ex Voto» (Gelübde), ging ich dem Einfluss der katholischen Kirche in meiner Gegend nach. Für mich ist dieser Film eines meiner wichtigsten Werke.

Und was sind Sie heute?

Etwa mit 21 bin ich aus der Kirche ausgetreten. Aber sie ist mir jetzt eigentlich sehr nah. Ich bedaure, dass oft – durchaus berechtigt – nur von Skandalen berichtet wird. Ich habe grossen Respekt vor Menschen, die sich engagieren für die Gesellschaft und eine bessere Welt – ob in einer Kirche oder nicht.

Lebensthemen beschäftigten Sie auch im Schaffen stark, von «Geburt» 2009 bis zum Tod im neusten Film über eine krebskranke Frau.

Ja, das ist so. Zurzeit sehe ich den Film immer wieder, und ich bin sehr bei der verstorbenen Michèle Bowley, der Protagonistin. Für mich lebt Michèle weiter mit dem, was sie seelisch auslöst.

Was berührt Sie besonders?

Speziell bewegend finde ich, wo sie im Film über Versöhnung in der letzten Lebensphase spricht. Das ist mir sehr wichtig, dieser Reinigungsvorgang am Ende des Lebens. Michèle Bowley macht mir Mut.

Interview: Marius Schären



Erich Langjahr (80) neuster Dokumentarfilm «Die Tabubrecherin» läuft zurzeit in den Kinos. Foto: zvg

Christoph Biedermann



Mutmacher

«Auf einmal wusste ich, was wichtig ist»

«Es ging mir nicht gut. Mein Job, die Beziehung, eine alte Hündin, die Sorgen macht: Der Alltag schien schwer, erdrückend. Ich war an einem Tiefpunkt. Mit der Hündin spazierte ich der Aare entlang, langsam in ihrem Tempo. Die Dämmerung zog über die Altstadt, Nebelschwaden lagen über dem Fluss, Lichter spiegelten sich im Wasser. Die Stimmung war wunderschön. Beim Kreuzackerpark ging auf einmal lautes Gekrächze los. Hunderte Krähen flogen aus allen Himmelsrichtungen zu den uralten Platanen,

auf denen sie ihre Nester gebaut hatten. Sie kreisten über uns, weiter laut krächzend, als würden sie sich begrüßen, sich von ihrem Tag erzählen. Das Spektakel dauerte an, ich fand es unfassbar schön. Und auf einmal wusste ich, was wichtig ist: das Nachhausekommen, Daheimsein. Familie, Freunde. Ankommen. Die Liebe. Das Zusammensein. Gute Gespräche, eine schöne Zeit. In mir machte sich Wärme breit. Wir sassen da, meine Hündin und ich. Ich auf der Bank, sie neben mir. Und ich kralte in ihrem warmen Fell.» Aufgezeichnet: bon

Anita Zulauf, 57, ist kreativ-soziale Berufs- und Familienfrau und lebt in Solothurn. reformiert.info/mutmacher