

GRAUBÜNDEN

Nummer 103 | Februar 2024

# PFARRREIBLATT

Fegl parochial grischun | Bollettino parrocchiale grigione



## Editorial

Liebe Leserin

Lieber Leser

Der Verein Jakobsweg Graubünden feiert dieses Jahr sein 20-jähriges Bestehen. Pfarrer Heiner Nidecker ist eine tragende Figur des Vereins. Im Gespräch mit dem Pfarreiblatt Graubünden gibt er Einblick in persönliche Erlebnisse und Erkenntnisse, die er auf dem Pilgerweg gemacht hat. Überdies erzählt er aus der Gründerzeit und über die Zukunftsvisionen des Vereins Jakobsweg Graubünden. Sie lesen darüber in unseren Hauptartikel auf den Seiten 2 bis 4.

Im Februar jährt sich einmal mehr der Valentinstag. Ist er wirklich eine Erfindung der Blumengeschäfte, wie böse Zungen behaupten? So viel sei hier schon verraten: Nein. Dem 14. Februar liegt die Legende des heiligen Valentin zugrunde. Auf den Seiten 4 bis 6 erfahren Sie mehr.

Auf Seite 6 erinnern wir an Pater Urban Afentranger (OSB) aus dem Kloster Disentis. Im Dezember ist er in Gott eingegangen. Er wird uns u. a. auch als begnadeter Organist in Erinnerung bleiben. *Requiescat in pace.*

Auf Seite 10 lesen Sie die wichtigsten Infos zur diesjährigen ökumenischen Fastenkampagne. Besonders ans Herz gelegt sei Ihnen der angegebene Link. Sie finden dort zahlreiche Ideen zur Gestaltung der Fastenzeit in der Pfarrei oder für sich persönlich.

Auf Seite 11 finden sich einige Tipps für die Fastenzeit, die sich zwar speziell an Jugendliche richten, aber vielleicht auch Ihnen einen Impuls geben können.

Ich wünsche Ihnen einen gesegneten Beginn der Fastenzeit und verbleibe mit herzlichem Gruss



Foto: Bernhard Bislin

**Wally Bäbi-Rainalter**

Präsidentin der Redaktionskommission

## MIT WENIGER ERFÜLLTER

**Auch beim Pilgern gilt: Je leichter das Gepäck, desto weiter kommt man. Seit 20 Jahren existiert der Verein Jakobsweg Graubünden, der vieles bewegt hat. Pfarrer Heiner Nidecker ist ein passionierter Pilger und Initiator des Vereins.**

Das Jahr seines 20-Jahr-Jubiläums feiert der Verein Jakobsweg Graubünden unter dem alten Pilgermotto «mit weniger erfüllter». Nicht nur beim Pilgern gilt: Wer aufbrechen und weitergehen will, muss Altes zurücklassen können. Heiner Nidecker hat diese Erfahrung auf seinen vielen Pilgerreisen mehrfach gemacht. Im Gespräch erzählt er von eindrücklichen Momenten auf dem Jakobsweg, aber auch, wie der Verein Jakobsweg Graubünden gegründet wurde, was alles zum Angebot des Vereins gehört und wie einige Zukunftsvisionen aussehen.

**Pfarreiblatt Graubünden: Heiner Nidecker, seit wie vielen Jahren sind Sie schon auf dem Jakobsweg anzutreffen?**

Pfarrer Heiner Nidecker: Seit rund 25 Jahren. An einer Pfarrerweiterbildung Ende der 90er-Jahre habe ich die wunderschöne Strecke von Le Puy nach Conques (Frankreich, Auvergne) kennengelernt. Weitere Weiterbildungswochen, die ich im Rahmen meiner Kirchengemeindearbeit als Gemeindegewanderten gestalten konnte, sind dazugekommen. Seither bin ich jährlich für einzelne Tage oder auch Wochen auf dem Jakobsweg unterwegs.

**Was fasziniert Sie am Pilgern?**

Das Erlebnis mit dem Licht, das fasziniert mich. Zunächst das Erlebnis mit dem Tageslicht: hell am Morgen, grell am Mittag, warm am Abend. Der Lauf der Sonne, die meinen Schatten verändert: Am Morgen liegt er vor mir, am Nachmittag hinter mir. Worauf fällt in Kirchen das Licht, welche Botschaft verbindet sich damit? Mich beschäftigt beim Pilgern immer neu die Frage, was für mich persönlich, hier und im Heute Licht ist. Der Jakobsweg führt ans Grab von Jakobus, dem ersten biblischen Märtyrer. Wie erhellt Jakobus immer neu meinen Alltag?

Und dann hat mich am ersten Morgen in Finisterra in Spanien beim Aufbruch heimwärts der Wechsel der Himmelsrichtung beeindruckt. Das Licht auf dem Weg westwärts nach Spanien war als Morgenlicht ein Licht,



© Adobe Stock

das mich von hinten anstrahlte und mir meinen Schatten vor meinen Füssen zeigte. Mit dem Wechsel der Himmelsrichtung blendete mich das aufgehende Sonnenlicht. Ich wanderte heim «im Licht», und das erinnerte mich doch deutlich daran, dass ich getauft bin.

Pilgern bedeutet für mich einerseits meine persönliche Tauferinnerung. Andererseits stellt für mich das Pilgern auf dem Jakobsweg die Begehung eines ganz grossen europäischen Erlebnisses dar, des Erlebnisses, dass alles im Leben auf ein oder das Licht zuläuft. «Das Land ist hell und weit!» (aus: RG 843, Schluss-Strophe 3).

*«Ich wanderte heim «im Licht»,  
und das erinnerte mich  
deutlich daran,  
dass ich getauft bin.»*

### **Wie kamen Sie auf die Idee, den Verein Jakobsweg Graubünden zu gründen?**

Die Idee wurde an mich herangetragen. Den beiden Landeskirchen hat vor gut 20 Jahren das Davoser WEF je CHF 50 000.– zur freien Verfügung gespendet. Die reformierte Landeskirche Graubünden hat daraus den Wettbewerb «buna saira» lanciert. Projekte aus der Seniorenarbeit wurden prämiert. Mir wurde angeregt, ein Seniorenprojekt «Jakobsweg Graubünden» einzureichen. Ich habe dieses zusammen mit einer Seniorengruppe erarbeitet. Wir erhielten CHF 20 000.–, die im Jahr 2004 das Startkapital für den Verein Jakobsweg Graubünden bildeten.

### **War es schwierig, Mitstreiter zu finden?**

Nein, es haben sich sehr schnell Seniorinnen und Senioren für die Projektarbeit begeistern lassen. Vor 20 Jahren war das Pilgern auf dem Jakobsweg europaweit en vogue. Die Pilgerfahrt nach Santiago war damals eine populäre Fernwanderung. Das Anliegen, in Graubünden das Pilgern auf dem Jakobsweg zu fördern, hat eine stattliche Gruppe von Seniorinnen und Senioren begeistert.

### **Gab es in den letzten 20 Jahren Schwierigkeiten, mit denen der Verein konfrontiert war?**

Es gab Schwierigkeiten touristischer Art. Wie kommt es überhaupt dazu, dass ein Weg signalisiert werden kann? Wer entscheidet über die Wegführung? Wie ist ein Jakobsweg Graubünden überregional anzulegen? Wie sind die Etappen festzulegen? Wer schreibt einen Wegführer und wie lässt sich der finanzieren? Welche kantonalen Behörden sind von einem solchen Vorhaben betroffen? Wie ist der Entscheid der politischen Gemeinden entlang dem Weg einzuholen? Für alle diese Fragen und noch für viel mehr konnte unser Verein mit einem ausgewiesenen, sehr en-



Adobe Stock Fotos

gagierten Touristikfachmann zusammenarbeiten. Er stand dem Verein beratend zur Seite, hat aber sein Können auch als aktives Vereinsmitglied eingebracht.

Eine grosse Schwierigkeit bildet die Frage nach günstigen Übernachtungsmöglichkeiten. Beim Pilgern reicht der Standard der Herberge, z. B. Jugendherberge. Diese gibt es aber nicht an jedem Ort, und so führt der Jakobsweg Graubünden schon durch eine Hochpreisregion.

### **Was waren die Höhepunkte in den vergangenen 20 Jahren?**

Für mich war es ein Höhepunkt, dass der Verein nach erfolgreichem Projektabschluss nicht aufgelöst, sondern weitergeführt wurde, jetzt mit aktiven Pilgerangeboten. Höhepunkt war aber die Erarbeitungsphase, die Zusammenarbeit im Vorstand, welche zur Vernetzung mit Behörden und Gemeinden führte, die Hilfe und das Interesse, das wir erlebten.

Ein Höhepunkt war auch im Jahr 2014 der Abschluss in Disentis des Projektes «Jakobus entdeckt!», das den inhaltlichen Schwerpunkt des Jakobswegs Graubünden bildet. Ein weiterer Höhepunkt war vor drei Jahren die Ausweitung unserer Angebote auf den Kolumbansweg, der auch durch Graubünden führt.

### **Der Verein hat zahlreiche Angebote, welches sind die wichtigsten?**

Zentral sind die fünf Samstagspilgertage, Jahr für Jahr während der Monate Mai bis November. Ergänzt werden diese mit dem Jugendpilgertag Graubünden, die unser Verein zusammen mit den Beauftragten für Jugendarbeit der beiden Landeskirchen durchführen darf. Wir gestalten die Eröffnung der Pilgersaison zusammen mit einer Kirchgemeinde in Graubünden, im einen Jahr mit einer kath. Pfarrei, im andern Jahr mit einer ref. Kirchgemeinde.

*Auf dem Jakobsweg wirft das Morgenlicht den Pilgern den eigenen Schatten vor die Füsse. Bei der Rückkehr wärmen die Strahlen der aufgehenden Sonne das Gesicht.*

*Wer entscheidet über die Wegführung? Wer über deren Signalisation? Dies waren nur einige Fragen, mit denen sich der Verein Jakobsweg Graubünden in den ersten Jahren konfrontiert sah.*

Die Ausgestaltung des Jakobustages um den 25. Juli zusammen mit der Churer Erlöserpfarre ist ein weiteres Angebot. Am Pilgerstamm während der Monate Februar bis November treffen sich Ehemalige und Interessierte, und am letzten Pilgerstamm im Jahr hält jemand einen Vortrag zu einem Thema aus der Pilgerwelt.

### **Welche Festivitäten sind im Jubiläumsjahr vorgesehen?**

Ich zähle die wichtigen Ereignisse auf. Das Jubiläum beginnt zunächst mit der Generalversammlung der grossen, schweizerischen Pilgervereinigung Freunde des Jakobsweges. Unser Verein hat diese Vereinigung für die GV nach Chur eingeladen. Dann sind es die fünf Samstagspilgertage, die wir in diesem Jahr und vielleicht auch künftig speziell gestalten.

Wir haben fünf Persönlichkeiten eingeladen, einen Samstagspilgertag zu begleiten – die Grossrätin Julia Müller, den Theaterdirektor Roman Weishaupt, Nationalrat Martin Candinas, Bischof Joseph Maria Bonnemain und Professorin Eva-Maria Faber. Sie alle werden einen dieser fünf Pilgertage ganz persönlich ausgestalten. Mehr dazu steht im spannenden Jahresprogramm.

### **Gibt es spezifische Zukunftsvisionen, was den Verein betrifft?**

Ja! Ein grosses Projekt ist, zusammen mit dem Jakobsweg durch das Südtirol und mit dem Walliser Jakobsweg einen alpinen Jakobsweg zu bilden. Dieser wird vom Brennerpass durch das Südtirol, durch Graubünden und das Wallis bis hin zum Genfersee beinahe durch den ganzen Alpenhauptkamm führen. Er wird einen kulturell uralten und höchst vielfältigen Kulturraum erleben lassen.

*Eine Zukunftsvision ist,  
zusammen mit dem Jakobsweg  
durch das Südtirol  
und mit dem Walliser Jakobsweg  
einen alpinen Jakobsweg zu bilden.*

Eine Vision ist es auch, einen Beitrag zu leisten für das sinnstiftende Wandern. Mir ist es auch ein Anliegen, das Pilgern auf dem Jakobsweg Graubünden mit der Auseinandersetzung mit ethischen Fragen zu verbinden. Dazu wünsche ich mir Kontakt zu weiteren Persönlichkeiten als Begleitpersonen beim Samstagspilgern. Gewiss interessiert auch die Frage, wie viele Menschen jährlich auf dem Jakobsweg Graubünden unterwegs sind. (sc/hn)

## **VALENTINSTAG – EINE ERFINDUNG DER BLUMENHÄNDLER?**

**Blumen, Geschenke, Liebesbriefe - am 14. Februar ist Valentinstag. Ist es wirklich ein romantischer Tag oder lediglich Geschäftemacherei? Woher kommt der Valentinstag?**



Böse Zungen behaupten, der Valentinstag sei von den Floristen ins Leben gerufen worden. Doch mit dem Ursprung des Tages ist es etwas komplizierter. Wie bei vielen Feiertagen steht zu Beginn eine Legende, auch wenn sich kaum herausfinden lässt, welche historische Gestalt dahinter steht. Die Legende weiss zu berichten, dass ein armer, in Terni lebender Priester namens Valentin im 3. Jahrhundert Paare christlich getraut haben, und ihnen anschliessend eine Blume aus seinem Garten überreicht haben soll, dies trotz eines kaiserlichen Verbots.

Weil Valentin sich über dieses Verbot hinweggesetzt hatte, soll er am 14. Februar 269 in Rom hingerichtet worden sein.

### Valentin von Terni oder von Rom?

Doch mit dem 14. Februar werden verschiedene Märtyrer mit Namen Valentin in Verbindung gebracht, so auch der heilige Valentin von Rom. Er soll Soldaten getraut haben, denen das Heiraten untersagt war und verbotenerweise christliche Gottesdienste gefeiert haben. Auch er soll im Jahr 269 den Märtyrertod erlitten haben und auf der Via Flaminia begraben worden sein.

Unabhängig davon, ob der heilige Valentin von Terni identisch mit dem heilige Valentin von Rom ist oder nicht: Im Römischen Reich war der 14. Februar eng mit Blumen verknüpft. Denn zu Ehren der Göttin Juno, der Beschützerin von Ehe und Familie, fand um den 13. bis 15. Februar das Fest der Lupercalien statt, bei dem Blumen eine wichtige Rolle spielten. Papst Gelasius I. schaffte die Lupercalien am Ende des 5. Jahrhunderts ab. Handfeste Belege für eine direkte Verbindung zwischen dem römischen Fest und dem Valentinstag stehen aber bis heute aus.

### Was sicher ist

Was wir hingegen sicher wissen ist, dass im Jahr 496 Papst Gelasius I. – der Papst, der die Lupercalien abgeschafft hatte – den 14. Februar zum Tag des heiligen Valentin erklärte. 1969 wurde das Fest des heiligen Valentin jedoch aus dem Römischen Generalkalender gestrichen, weil die Person des Valentin historisch nicht belegt werden konnte. Heute wird der Gedenktag des heiligen Valentin in verschiedenen Konfessionen begangen und findet sich auch im Heiligenkalender einiger lutherischer Kirchen. In Jahren, in denen der Gedenktag liturgisch nicht von einem anderen verdrängt wird, finden zuweilen besondere Wortgottesdienste mit Segnung statt.

### Entstand der Valentinstag im Mittelalter?

Aufschwung erlebte das Fest des heiligen Valentinus im 14. Jahrhundert, in der Zeit der höfischen Liebe und der Minnesänger. Der Englischprofessor Jack B. Orch ist der Überzeugung, dass der Valentinstag im Spätmittelalter entstand. Gemäss seiner umstrittenen These geht die Entstehung des Valentinstages, wie wir ihn kennen, auf die Gedichte des englischen Dichters Geoffrey Chaucer (14. Jh.) zurück. Orch argumentiert, dass zwei Gedichte Chaucers ausschlaggebend dafür waren. Demnach wurden im «Das Parlament der Vögel» der Feiertag des Valentin erstmals mit einer frühlingshaften Vorstellung von Romantik verknüpft. Der Frühling stand in Chaucers Gedichten für die Paarungszeit der Vögel und den Beginn der Blüte:

«For this was on seynt Volantynys day  
Whan euery bryd comyth there  
to chese his make.»



Valentinskarte aus Stoff und Spitze, hergestellt von Esther Howland, ca. 1870.

«Es geschah am Valentinstag.  
Als jeder Vogel kam,  
um seinen Partner zu wählen.»

Geoffrey Chaucer,  
Parlement of Foules, 1382

Im Mittelalter wurde der Valentinstag auch als Lostag oder Vielliebchentag bezeichnet. So wurden vor allem in England und Frankreich durch ein Losverfahren am Vorabend oder direkt am Valentinstag sogenannte Valentinspaare gebildet, die sich kleine Geschenke oder Gedichte schenkten.

### Valentinskarten – eine Mode

Im England des 18. Jahrhunderts entwickelte sich unter Liebenden der Brauch, zum Valentinstag Grusskarten (*Valentines*) zu verschicken sowie Blumen und Süßigkeiten zu verschenken (oft auch anonym). 1797 brachte ein britischer Verleger das Werk *The Young Man's Valentine Writer* heraus, in dem des Dichtens unkundige Männer Verse fanden. Druckereien begannen, Valentinskarten mit Versen und Skizzen zu produzieren – die sogenannten *Mechanical Valentines*. Die Karten wurden teils mit echter Spitze und mit Schleifen produziert – ab der Mitte des 19. Jahrhunderts hingegen mit Papierspitzen.

Von England aus verbreiteten sich im 19. Jahrhundert die Feierlichkeiten zum Valentinstag in der ganzen englischsprachigen Welt – durch Auswanderer in den Vereinigten Staaten, durch die ab 1945 in Deutschland stationierten US-Soldaten auf dem Kontinent. Seit dem späten 20. und frühen 21. Jahrhundert wird der Valen-

**Vor allem in Deutschland und in der Schweiz werden am Valentinstag Blumen verschenkt.**

Valentinstag auch in Ostasien zunehmend gepflegt. Während sich in den USA und in England der Brauch der Valentinskarten erhalten hat, werden in den deutschsprachigen Ländern in erster Linie Blumen und Schokolade verschenkt – in der Schweiz ab den 1960er-Jahren.

Der Valentinstag wird aber zunehmend kommerzialisiert. Als kirchliches Fest kann er deshalb nicht bezeichnet werden. Doch es ist sicher nicht verkehrt, jemandem, den man liebt, Blumen zu schenken oder auf eine andere Art seine Zuneigung zu zeigen. Es gibt viele Kleinigkeiten, die Liebe ausmachen –, freuen wir uns, wenn wir sie geschenkt bekommen, und begegnen wir auch



unseren Mitmenschen mit einem liebevollen Herzen. Nicht nur am 14. Februar. (sc)

## IN MEMORIAM

**Am 3. Dezember 2023 starb Pater Urban Affentranger in seinem 79. Lebensjahr im Regionalspital Ilanz. Der Benediktinerpater war in seinem Heimatkloster Disentis viele Jahre als Lehrer, Rektor, Historiker und Organist tätig.**



Alex Affentranger wurde als zweites von drei Kindern am 18. März 1944 in Retschwil geboren und verbrachte im Luzerner Seetal eine glückliche Kindheit. 1957 kam er an die Klosterschule, die er 1964 mit der Matura Typus A abschloss.

Unmittelbar nach der Matura begann er mit dem Noviziat und legte ein Jahr später die einfache Profess ab. Nebst Theologie, Philosophie und Geschichte (Universität Salzburg) schloss er an der Hochschule Mozarteum Kirchenmusik mit dem Hauptfach Orgel (Staatsdiplom) ab. Mit seiner Promotion über die Bischöfe von Chur im 12./13. Jahrhundert schloss er sein Studium ab. Am 27. Juni 1969 wurde Fr. Urban Affentranger zum Priester geweiht.

### **Vielseitige Tätigkeit**

An der Klosterschule Disentis war Pater Urban als Geschichtslehrer (1975–2012) tätig, im Internat als Lyceumspräfekt (1978–1989). Als Rektor leitete er zwölf Jahre das Geschick des Gymnasiums und des Internates (1985 bis 1997). Ab 1983 lud Pater Urban zum Forum Kloster Disentis ein, welches über 35 Jahre unter seiner Leitung stand und viele berühmte Persönlichkeiten nach Disentis brachte.

Pater Urban war an der Orgel ein Meister der Improvisation. Er war massgeblich am Bau der Chororgel und der Orgel der Marienkirche beteiligt. Als Historiker wurde Pater Urban 1983 das klösterliche Archiv anvertraut.

Unter Abt Pankraz Winiker war Pater Urban Subprior. Er versah zudem das Amt des Gastpeters und Küchenmeisters. Über 20 Jahre war er Mitglied des Kantonalen Seelsorgerates. Er wurde 2008 zum ordentlichen Mitglied der Historischen Sektion der Bayerischen Benediktinerakademie ernannt. Die Gemeinde Disentis ehrte 2019 Pater Urban mit dem «Premi Desertina».

In den vergangenen Jahren hatte Pater Urban verschiedene gesundheitliche Probleme, die mehrere Spitalaufenthalte und Operationen erforderten. Trotz den andauernden Schmerzen kehrte er immer wieder zu seiner geliebten Orgel zurück. Am ersten Adventssonntag legte er seine Seele in Gottes Hände.

# AGENDA IM FEBRUAR

## 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

### Pfarreisekretariat

#### Rosita Maissen

Telefon 081 641 11 79  
Montag und Donnerstag 8 bis 12 Uhr  
sekretariat@kath-kirche-bonaduz.ch  
sekretariat@kirchgemeinde-rhaezuens.ch

### Präsidentin Pfarreirat

#### Rosita Maissen

pfarreirat\_bonrhae@gmx.ch

### Vermietung Pfarreizentrum Bonaduz

#### Sandra Vieli

Telefon 081 630 27 67  
Mobile 079 734 17 51  
s.vieli@hispeed.ch

### Mesmer Bonaduz

#### Willi Signer

Telefon 081 641 12 80

#### Erna Marty

Mobile 079 357 85 83

### Mesmer Rhäzüns

#### Josef Janutin

Mobile 079 313 57 05

#### Hans Zegg

Mobile 079 876 99 43

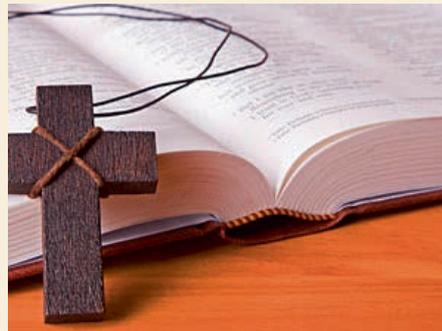
### Anfragen zu Führungen in der Kirche S. Gieri

#### Riccarda Lemmer

Mobile 079 606 00 91  
info@kirchgemeinde-rhaezuens.ch

## Mitteilungen aus beiden Pfarreien

### Glaubensgespräche



#### Am Montag, 5. Februar, um 18.15 Uhr

finden wieder die Glaubensgespräche im Pfarreizentrum Bonaduz statt. Wir werden uns mit verschiedenen Glaubensfragen auseinandersetzen und unser Glaubensbild vertiefen. Ich lade Sie herzlich ein.

*Pfarrer Andreas Rizzo*

### Pfarreiausflug 2024

Dieses Jahr führt uns unser Pfarreiausflug wieder nach Wangen im Allgäu. Wir werden in der Stadtkirche St. Martin die Messe feiern und die Kirche besichtigen. Von April bis Oktober 2024 findet in Wangen die Landesgartenschau Baden-Württemberg statt; es ist für alle Gartenfans eine eindruckliche Ausstellung. Die Gartenschau bietet aber auch für alle anderen interessante Einblicke und viele Möglichkeiten, sich hinzusetzen, auszuruhen und die Schönheiten zu geniessen.

**Am Donnerstag, 6. Juni,** sind wir gemeinsam unterwegs. Reservieren Sie sich das Datum schon jetzt. Ich freue mich darauf, mit Ihnen allen diesen Tag zu verbringen.

*Rosita Maissen, Pfarreirat*

### Impuls

#### Leben in Gemeinschaft

Möge Gottes Segen mit euch sein, betet immer zusammen, und steht immer zusammen, und liebt eure Nächsten wie Jesus jeden einzelnen von euch liebt. Gott segne euch.

*Mutter Teresa*

## BONADUZ - TAMINS - SAFIENTAL

[www.kath-kirche-bonaduz.ch](http://www.kath-kirche-bonaduz.ch)



## Gottesdienste

### Donnerstag, 1. Februar

17.30 Uhr Messfeier

### Freitag, 2. Februar

Kein Rosenkranzgebet  
Krankenkommunion am Vormittag  
17.30 Uhr Maria Lichtmess mit Kerzenweihe

### 5. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte für die Caritas Graubünden*

### Samstag, 3. Februar

19.00 Uhr Messfeier mit Blasiussegen

### Sonntag, 4. Februar

09.00 Uhr Messfeier mit Blasiussegen  
Jahresmesse für Marie-  
Therese Candrian-Widmer

### Montag, 5. Februar

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend  
eucharistische Anbetung  
bis 18 Uhr  
18.15 Uhr Glaubensgespräche im  
Pfarreizentrum

### Donnerstag, 8. Februar

17.30 Uhr Messfeier

### Freitag, 9. Februar

08.30 Uhr Rosenkranzgebet  
09.00 Uhr Messfeier  
Stiftmesse für Eheleute  
Maria und Julius Casutt-  
Lendi und Angehörige

### 6. Sonntag im Jahreskreis

Kollekte für die Franziskanische Gassenarbeit. Unterstützt Menschen in der Schweiz in schwierigen Lebenssituationen, insbesondere Menschen, die auf der Gasse leben.

#### Samstag, 10. Februar

19.00 Uhr Messfeier in Tamins im Gemeindesaal

#### Sonntag, 11. Februar

09.00 Uhr Messfeier  
Stiftmesse für Eheleute Theres und Franz Königsrainer-Kofler und Angehörige

#### Montag, 12. Februar

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr

#### Aschermittwoch, 14. Februar

18.00 Uhr Messfeier mit Auferlegung der Asche, mit den Jugendlichen der 1. Oberstufe

#### Donnerstag, 15. Februar

Keine Messfeier

#### Freitag, 16. Februar

08.30 Uhr Rosenkranzgebet  
09.00 Uhr Messfeier

### 1. Fastensonntag

Kollekte für Oremus. In der Kapelle Oremus im Niederdorf finden eucharistische Anbetungen, Seelsorgegespräche und Katechesen statt.

#### Samstag, 17. Februar

19.00 Uhr Messfeier

#### Sonntag, 18. Februar

09.00 Uhr Messfeier

#### Montag, 19. Februar

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr  
Stiftmesse für Jrène Candrian

#### Donnerstag, 22. Februar

17.30 Uhr Messfeier

#### Freitag, 23. Februar

08.30 Uhr Rosenkranzgebet  
09.00 Uhr Messfeier

### 2. Fastensonntag

#### Samstag, 24. Februar

19.00 Uhr Messfeier, Weltgebetstag mit den Kindern

#### Sonntag, 25. Februar

10.15 Uhr Messfeier

#### Montag, 26. Februar

17.00 Uhr Messfeier, anschliessend eucharistische Anbetung bis 18 Uhr

#### Donnerstag, 29. Februar

17.30 Uhr Messfeier

## Taufe

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

**Nives Lily Kranz**, Eltern: Mario und Sabina Kranz-Bieler, getauft am 17. Dezember 2023.

Wir wünschen Nives und ihrer Familie alles Gute und Gottes Segen.

## Kollekten im Dezember

	CHF
<b>2./3. Dezember</b>	
Für die Pfarrei	97.30
<b>9./10. Dezember</b>	
Für Anima Una	81.35
<b>17. Dezember</b>	
Für den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind	86.85
<b>24./25. Dezember</b>	
Für das Kinderspital in Betlehem	1683.55
<b>31. Dezember</b>	
Für die Pfarrei	85.85

Ein herzliches Vergelt's Gott!

## Mitteilungen

### Maria Lichtmess

Am Freitag, 2. Februar, feiert die Kirche das Fest der Darstellung des Herrn – Maria Lichtmess. In der Messfeier werden die Kerzen, die während des Jahres für die Liturgien verwendet werden, sowie die Kerzen der Gläubigen für den privaten Gebrauch gesegnet. Die zu segnenden Kerzen legen Sie bitte vor Beginn der Messfeier auf den St.-Anna-Altar.

Das Pfarramt

## Blasiussegen

Den Blasiussegen gegen Halskrankheiten können Sie am **Samstag, 3. Februar, um 19 Uhr** und am **Sonntag, 4. Februar, um 9 Uhr** nach der Messfeier empfangen.

Pfarrer Andreas Rizzo

## Weltgebetstag mit den Kindern

Wir feiern auf eine einfache Art und Weise den Weltgebetstag mit den Kindern. Wir basteln und erarbeiten Texte für den Gottesdienst. Der Weltgebetstag findet auf der ganzen Welt immer am ersten Freitag im März statt, und ich möchte diesen auch den Kindern näherbringen und ihnen zeigen, wie wichtig es ist, dass wir Christen zusammen für schwächere Menschen beten können. Ich lade alle herzlich zum Gottesdienst **am Samstag, 24. Februar, um 18.45 Uhr** ein.

Claudine Petrig, Katechetin

## Rückblick Rorate



Eine Handvoll Kinder aus der 6. Primar-klasse standen am 8. Dezember sehr früh auf, um an dem Rorate teilzunehmen. Die Texte wurden vorgängig geübt, und so waren die Schülerinnen und Schüler auch mit einem leicht verschlafenen Blick sattelfest. Die Kirche wurde mit vielen kleinen Kerzen erleuchtet, und die Stimmung war erwartungsvoll. Nach dem gemeinsamen und sehr feinen Frühstück gingen die Kinder gut gestärkt in die Schule.

Claudine Petrig, Katechetin



### Rückblick Krippenspiel

28 Kinder haben an drei Nachmittagen fleissig für das Krippenspiel «Eine himmlische SMS» geübt. Ein Jungengel hat heimlich ein Handy in den Himmel geschmuggelt und mit den anderen Engeln einige SMS an die Menschen verschickt, um diese zum Stall zu führen.

Viele Menschen hätten vergessen, was Weihnachten bedeutet. So machten sich viele Menschen nach dieser SMS auf den Weg nach Bethlehem, denn Bethlehem ist überall dort, wo Weihnachten gefeiert wird.

*Claudine Petrig, Katechetin*



### Rückblick Sternsingen

Am Sonntag, 7. Januar, trafen sich 13 Sternsinger zum Gottesdienst in Bonaduz. Feierlich wurden sie von Pfarrer Rizzo für das Verteilen der Hausseggen gesegnet und für den Weg durchs Dorf entsendet. Stolz begaben sich die Königinnen und Könige auf den Weg und haben bei der ersten Station schon viele Hausseggen verteilen dürfen.

Spontan haben wir dann noch einen Halt gemacht, um ein weiteres Mal zu singen, bevor wir noch die Runde zu Ende liefen. Zum Schluss sangen wir noch einmal beim Pfarreizentrum, danach freuten sich die Kinder auf die warme Stube zu Hause.

*Claudine Petrig, Katechetin*



## RHÄZÜNS

[www.kirchgemeinde-rhaezuens.ch](http://www.kirchgemeinde-rhaezuens.ch)



### Gottesdienste

#### Donnerstag, 1. Februar

16.30 Uhr Messfeier

#### Freitag 2. Februar

Krankenkommunion am Vormittag  
16.30 Uhr Maria Lichtmess mit  
Kerzenweihe

#### 5. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte für die Caritas Graubünden*

#### Samstag, 3. Februar

17.45 Uhr Messfeier mit Blasiussegen

#### Sonntag, 4. Februar

10.15 Uhr Messfeier mit Blasiussegen, anschliessend  
Kirchenkaffi  
Gedächtnismesse für Anna  
Rageth-Vieli

#### Montag, 5. Februar

18.15 Uhr Glaubensgespräche im  
Pfarreizentrum in Bonaduz

#### Dienstag, 6. Februar

09.30 Uhr Messfeier

#### Donnerstag, 8. Februar

16.30 Uhr Messfeier

#### 6. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte für die Franziskanische Gassenarbeit. Unterstützt Menschen in der Schweiz in schwierigen Lebenssituationen, insbesondere Menschen, die auf der Gasse leben.*

#### Samstag, 10. Februar

17.45 Uhr Messfeier  
Stiftmesse für Rudolf und  
Mathilda Tschalèr-Spadin  
und Angehörige

**Sonntag, 11. Februar**

10.15 Uhr Messfeier

**Dienstag, 13. Februar**

09.30 Uhr Messfeier

**Aschermittwoch, 14. Februar**16.30 Uhr Messfeier mit Auferlegung  
der Asche**Donnerstag, 15. Februar**

Keine Messfeier

**1. Fastensonntag***Kollekte für Oremus. In der Kapelle Oremus im Niederdorf finden eucharistische Anbetungen, Seelsorgegespräche und Katechesen statt.***Samstag, 17. Februar**

17.45 Uhr Messfeier

**Sonntag, 18. Februar**

10.15 Uhr Messfeier

**Dienstag, 20. Februar**

09.30 Uhr Messfeier

**Donnerstag, 22. Februar**

16.30 Uhr Messfeier

**2. Fastensonntag****Samstag, 24. Februar**

17.45 Uhr Messfeier

**Sonntag, 25. Februar**

09.00 Uhr Messfeier

Stiftmesse für Marcel Berini

**Dienstag, 27. Februar**

09.30 Uhr Messfeier

**Donnerstag, 29. Februar**

16.30 Uhr Messfeier

**Unser Verstorbener**

Der Herr über Leben und Tod hat zu sich gerufen:

**Martin Spadin**

\*20.10.1940 † 27.12.2023

*Herr, gib ihm die ewige Ruhe, und das ewige Licht leuchte ihm. Herr, lass ihn ruhen in Frieden. Amen.***Mitteilungen****Maria Lichtmess****Am Freitag, 2. Februar**, feiert die Kirche das Fest der Darstellung des Herrn – Maria Lichtmess. In der Messfeier werden die Kerzen, die während des Jahres für die Liturgien verwendet werden, sowie die Kerzen der Gläubigen für den privaten Gebrauch gesegnet. Die zu segnenden Kerzen legen Sie bitte vor Beginn der Messfeier vor den Volksaltar.*Das Pfarramt***Kirchenkaffi im Februar**Der Pfarreirat lädt alle **am Sonntag, 4. Februar**, zum Kirchenkaffi im Pavillon ein. Es ist wieder einmal eine schöne Gelegenheit, nach dem Gottesdienst gemütlich zusammensitzen, bei einer heissen Tasse Kaffee zu verweilen und gute Gespräche zu führen. Ich freue mich auf viele Teilnehmer. Alle sind herzlich dazu eingeladen.*Der Pfarreirat***Blasiussegen**Den Blasiussegen gegen Halskrankheiten können Sie **am Samstag, 3. Februar, um 17.45 Uhr und am Sonntag, 4. Februar, um 10.15 Uhr** nach der Messfeier empfangen.*Pfarrer Andreas Rizzo***Zopf backen mit den Minis**Liebe Minis, nun ist es wieder soweit, und wir können wieder gemeinsam etwas unternehmen. Dieses Mal werden wir Zöpfe herstellen. Wer will, darf zusätzlich einen «Sunnitzopf» backen und damit den Familienangehörigen eine Freude bereiten. Dazu treffen wir uns **am Samstag, 17. Februar, um 10 Uhr** in der Schulküche im Schulhaus Rhäzüns. Ich freue mich, mit euch den Tag zu verbringen und hoffe, dass möglichst viele von euch mitmachen können.*Gruss Riccarda***Rückblick Rorate**

Zwei Schülerinnen aus der 6. Klasse haben in diesem Jahr das Rorate in Rhäzüns vorbereitet und mitgestaltet. Die in Kerzenschein getauchte Kirche lud zu einem feierlichen Rorate ein, um gemeinsam die Zeit des Wartens auf Jesus Christus zu starten. Gekonnt haben die Schülerinnen die besinnlichen Texte vorgetragen. Anschliessend fand ein gemeinsamer Zmorge statt, um anschliessend gestärkt in den Tag zu starten.

*Claudine Petrig, Katechetin***Rückblick Krippenspiel**

Eine besondere Nacht lockten Benjamin, ein kleines Schaf, sowie einen Bettler, einen König und eine Händlerin zum Stall nach Bethlehem. Einem hellen Stern folgend, fanden sie dort Maria und Josef mit dem Jesuskind. Der Bettler fand Arbeit und ein Dach über dem Kopf, und der König und die Händlerin durften helfen und ihre kleinen Probleme lösten sich auf. Benjamin, das kleine Schaf, fand seine Herde und seine Hirten wieder. Die fünf Kinder haben an drei Nachmittagen fleissig geübt und konnten am 24. Dezember die Menschen mit ihrem Spiel überraschen und auf Weihnachten einstimmen.

*Claudine Petrig, Katechetin*

## DOMAT/EMS – FELSBERG

[www.kath-ems-felsberg.ch](http://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  
Reservierungen/Anfragen  
Montag bis Freitag, 9 bis 11 Uhr

### Sakristan

#### Giovanni Brunner

Telefon 078 715 79 56

### Kirchgemeindepäsident

#### Franco M. Thalmann

Telefon 081 633 20 33

## Grusswort

In der Dezember-Ausgabe im Jahr 2023 der Schweizerischen Kirchenzeitung schreibt Abt Urban Federer Folgendes: «Der Christliche Glaube stellt unseren Blick auf die Hoffnung zur Seite. Die Hoffnung muss immer wieder neu genährt werden, damit wir leben können.» Diese Worte des Abtes von Einsiedeln haben mich sehr beeindruckt. Er schreibt seinen Artikel im Zusammenhang mit den Worten seines Ordensvaters Benedikt von Nursia.

Ich habe mich im Zusammenhang mit diesem Thema gefragt: Kann jeder Mensch in all seinen Lebenssituationen die Hoffnung aufrechterhalten? «Die Hoffnung lässt nicht zugrunde gehen» (Römer 5,5). Sie gibt dem Menschen Kraft zum Leben. Als Christen sind wir aufgerufen, Menschen der Hoffnung zu sein und diese Hoffnung mit den Mitmenschen zu teilen.

Viele Menschen verlieren ihre Hoffnung aufgrund von Krankheit, Armut, Krieg, Flucht oder Notlagen in ihrem Leben. Hoffnungsvolles Gebet, gute Worte und Solidarität in Wort und Tat weitergeben, ist das Resultat der Hoffnung.

Sie haben das Jahr 2024 sicherlich mit einigen neuen Vorsätzen begonnen. Hoffnungsvoll gehen wir das schon begonnenen Jahr weiter.

Vikar Denny George

## Gottesdienste

### Donnerstag, 1. Februar

09.00 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Rosenkranz

### Freitag, 2. Februar

#### Maria Lichtmess

19.00 Uhr HI. Messe mit Segnung von Kerzen

### 5. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte: Caritas Graubünden*

### Samstag, 3. Februar

#### Herz-Maria-Sühnesamstag

08.30 Uhr HI. Messe  
09.00 Uhr Rosenkranz mit Aussetzung  
17.00 Uhr Vorabendmesse mit Blasiussegen (auf dem Sentupadaplatz findet der Schnitzelbankabend statt)

### Sonntag, 4. Februar

09.30 Uhr HI. Messe mit Blasiussegen und Segnung des Agatha-Brot  
17.00 Uhr Santa messa italiana  
18.00 Uhr HI. Messe in Felsberg mit Blasiussegen

### Montag, 5. Februar

17.00 Uhr Rosenkranz

### Dienstag, 6. Februar

#### Fasnacht – Margis bel

09.00 Uhr HI. Messe  
Rosenkranz entfällt

### Mittwoch, 7. Februar

09.00 Uhr HI. Messe  
14.00 Uhr Ökum. Kinderkirche/Kino in Felsberg: «Mein Freund der Delfin»  
17.00 Uhr Rosenkranz

### Donnerstag, 8. Februar

#### Fasnacht – Gievgia grassa

09.00 Uhr HI. Messe  
Kreuzweg entfällt

### Freitag, 9. Februar

16.00 Uhr Ökum. Krabbelkirche in Felsberg – «Lars und der Angsthase»  
18.30 Uhr Rosenkranz  
19.00 Uhr HI. Messe

### 6. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte: Sauberes Trinkwasser in Ghana (Aktion Unsere Spende, Visp)*

### Samstag, 10. Februar

10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng  
18.30 Uhr Beichtgelegenheit  
19.00 Uhr Vorabendmesse

### Sonntag, 11. Februar

09.00 Uhr Beichtgelegenheit  
09.30 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Santa messa italiana

### Montag, 12. Februar

17.00 Uhr Rosenkranz

### Dienstag, 13. Februar

18.30 Uhr Rosenkranz  
19.00 Uhr HI. Messe

### Mittwoch, 14. Februar

#### Aschermittwoch

#### Fast- und Abstinenztag

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

**Donnerstag, 15. Februar**

09.00 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Kreuzwegandacht mit Gebet für Priesterberufungen

**Freitag, 16. Februar**

18.30 Uhr Rosenkranz  
19.00 Uhr HI. Messe

**1. Fastensonntag**

*Kollekte: Armut in Graubünden (Bündner helfen Bündnern, Haldenstein)*

**Samstag, 17. Februar**

10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng  
18.30 Uhr Beichtgelegenheit  
19.00 Uhr Vorabendmesse

**Sonntag, 18. Februar**

09.00 Uhr Beichtgelegenheit  
09.30 Uhr HI. Messe  
16.30 Uhr Via Crucis (italienisch)  
17.00 Uhr Santa messa italiana  
18.00 Uhr HI. Messe in Felsberg  
19.00 Uhr Komplet

**Montag, 19. Februar**

17.00 Uhr Rosenkranz

**Dienstag, 20. Februar**

18.00 Uhr HI. Messe am Caumasee (siehe Mitteilungen)  
18.30 Uhr Rosenkranz  
19.00 Uhr HI. Messe

**Mittwoch, 21. Februar**

09.00 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Rosenkranz  
20.00 Uhr Infoabend «Fasten» in der Sentupada (siehe Mitteilungen)

**Donnerstag, 22. Februar**

09.00 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Kreuzwegandacht

**Freitag, 23. Februar**

18.30 Uhr Rosenkranz  
19.00 Uhr HI. Messe

**2. Fastensonntag**

*Kollekte: Kinderhilfe in der Ukraine (Verein Herz für Kinder, Winterthur)*

**Samstag, 24. Februar**

10.30 Uhr HI. Messe, Casa Falveng  
18.30 Uhr Beichtgelegenheit  
19.00 Uhr Vorabendgottesdienst

**Sonntag, 25. Februar**

09.00 Uhr Beichtgelegenheit  
09.30 Uhr HI. Messe



12.00 Uhr Generationenzmittag (siehe Mitteilungen)  
16.30 Uhr Via Crucis (italienisch)  
17.00 Uhr Santa messa italiana  
19.00 Uhr Komplet

**Montag, 26. Februar**

17.00 Uhr Rosenkranz

**Dienstag, 27. Februar**

18.30 Uhr Rosenkranz  
19.00 Uhr HI. Messe

**Mittwoch, 28. Februar**

09.00 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Rosenkranz

**Donnerstag, 29. Februar**

09.00 Uhr HI. Messe  
17.00 Uhr Rosenkranz

**Unsere Verstorbenen**

Der Herr über Leben und Tod hat zu sich gerufen:

**Jung-Durisch Rosi**

12.02.1943–27.11.2023

**Marino-Cadalbert Carmine**

09.01.1952–09.12.2023

**Würmli-Frey Wilhelm Hermann**

18.04.1952–22.12.2023

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

**Gedächtnismessen****Dienstag, 6. Februar**

Anton und Ruth Canova mit Sohn Roland sowie Walburga Canova

**Donnerstag, 8. Februar**

Konrad Bühler

**Samstag, 10. Februar**

Mierta Saluz-Caduff (Jahrtag)  
Brunhilde Brehm-Caluori mit Töchter Astrid Isak-Brehm sowie Helga und Steffen Schäfer-Brehm

**Mittwoch, 14. Februar**

Anton Brazerol-Jörg

**Donnerstag, 15. Februar**

Ursulina und Pieder Cathomas-Jörg und Familie

**Freitag, 16. Februar**

Peter Schnider-Caminada

**Sonntag, 18. Februar**

Stefan Flury

**Mittwoch, 21. Februar**

Anna Maria Jörg-Maron

**Samstag, 24. Februar**

Gion und Pia Schmed-Brunner

**Sonntag, 25. Februar**

Martha und Karl Ruckstuhl sowie Rita und Markus Frischknecht-Ruckstuhl

**Kollekten im Dezember**

	CHF
<b>2./3. Dezember</b>	
Für die Universität Fribourg	465.00
<b>9./10. Dezember</b>	
Für die Pfarrei Faget, Bezirk Timisch/Rumänien	585.00
<b>16./17. Dezember</b>	
Für den Verein Überlebenshilfe Graubünden, Chur	810.00
<b>23./24./25. Dezember</b>	
Für das Kinderspital Bethlehem (Luzern)	3840.00

**Mitteilungen****Senioren-Mittagstisch**

4. Februar – Restaurant Schlosshügel

**Neue Kommunionhelferin**

Nachdem zwei Kommunionhelferinnen eine Pause angekündigt haben, dürfen wir **Angela Isepponi-Cortesi** (38) neu in



diesem liturgischen Dienst willkommen heissen. Die gelernte Pharmaassistentin ist in Poschiavo aufgewachsen und seit 2016 in Domat/Ems wohnhaft. Sie ist mit Michele (Lektor) verheiratet und Mutter von drei Kindern. Vielen Dank für die Bereitschaft. (gb)

### Abschied und Willkomm im Suppentag-Team

Nach neun Jahren verlässt Maria Seglias-Weber (63) das Team als taffe Kassierin. In ihrem zweiten Amtsjahr erlebte sie in der seit 1986 geführten Statistik das höchste Spendenergebnis von netto CHF 7030.–. Demgegenüber steht der Betrag CHF 0.– im Lock-down-Jahr 2020. Vielen Dank für die guten und richtigen Zahlen, aber auch für die Zusammenarbeit im Team. In der Person von **Janine Dürst-Spittele** (38) begrüßen wir die Nachfolgerin.



Die ausgebildete Pflegefachfrau und medizinische Masseurin ist im Aargau aufgewachsen. Seit 2020 wohnt sie mit ihrem Mann und den vier Kindern als «Vollzeit-Mami» in Domat/Ems. Seit ihrer Kindheit ist ihr der Suppentag vertraut: «Ich half immer zusätzlich im Haushalt, um das Fastenopfersäckli mit vielen Batzen zu füllen und durfte dann eine herrliche Bündner Gerstensuppe geniessen – notabene schon damals gekocht von einer waschechten Bündnerin.» Vielen Dank für die Zusage. (gb)

### Nimm Platz

## Was glaubst denn DU?

Zurzeit werden in der Kirche Plätze frei. Wo ist «Dein Platz»? «Kein Platz»? «Es hat Platz»? Herzlich willkommen zum zweiten Anlass der fünfteiligen Reihe zum Thema «Nimm Platz». Wir treffen uns **am Dienstag, 20. Februar, um 18 Uhr** auf dem Parkplatz beim Pfarrhaus. Es folgt die Verschiebung nach Flims mit Privatautos. Dort halten wir Austausch in Form einer «Dialogpredigt» und Gottesdienst im Schnee beim Caumasee. Frische und kalte Luft schafft klare Gedanken! Bewusst findet eine Eucharistiefeier statt in Verbindung zum letzten Abendmahl. Jesus hat die zwölf Plätze sehr unterschiedlich besetzt und dann sein «Andenken» allen hinterlassen. Sogar (s)einen Verräter berücksichtigte er. Gute Schuhe, Trittsicherheit und konstruktive Bereitschaft

zum Austausch sind Grundvoraussetzungen für die Teilnahme an diesem Anlass. Anmeldung bis 10. Februar bei Edith Messer-Jörg, 079 223 64 15 oder edithmesser66@gmail.com. Beinahe vergessen – zum Ausklang gibt's eine warme Suppe. Im Sinne der Synodalität freuen wir uns auf einen schönen und fruchtbaren Abend.

*Team Was glaubst denn Du?*

### Fasten



In der christlichen Tradition wird das Fasten zur geistigen Erneuerung und zur spirituellen Weiterentwicklung gepflegt. Fasten ist somit ein Weg, mit Leib, Geist und Seele aufmerksamer zu werden für uns selbst, unsere Beziehungen, den Sinn des Lebens und um sich mehr auf Gott auszurichten. Jesus spricht: «Ich bin das Brot, das Leben schenkt – wer zu mir kommt, wird nie mehr hungrig sein» Joh 6,35. Die Fastenwoche findet vom 19. bis 26. März statt. Täglich werden zudem verschiedene spirituelle Angebote stattfinden. Lassen Sie sich ein auf eine besondere Fastenzeit. **Infoabend: Mittwoch, 21. Februar, 20 Uhr in der Sentupada.**

*Team Fasten 2024*

### Generationenzmittag

Unser nächstes Beisammensein im neuen Jahr findet am **Sonntag, 25. Februar**, in der Sentupada statt. Das Menü besteht aus Salatbuffet, Lachsfilet, Wildreis, Spinat und Dessert. Das Essen wird ca. **um 12 Uhr** gemeinsam eingenommen und kostet pro Person CHF 25.–. Anmeldung für den Generationenzmittag bis Mittwoch, 21. Februar, bei David Cadalbert, Via Crusch 23, 7013 Domat/Ems, Tel. 081 633 29 54 oder per E-Mail an cade@bluewin.ch

*Team Generationenzmittag*

### Adventsfenster Sogn Pieder

Es hat geschneit, ein Lichterweg erleuchtet den Weg auf die Tuma Casté, Laternen beleuchten den Eingang zur Kapelle S. Pieder. Strahlende Kinderaugen warten gespannt auf die Eröffnung des Adventsfensters und den Beginn der Geschichte. Endlich, die Glocke läutet! Es kann beginnen.



Bruni, das kleine Schwein, zeigt den Tieren im Stall, was sie heute tun können, damit Weihnachten auch bei ihnen einkehrt.

Es war ein stimmungsvoller Anlass für Gross und Klein.

*Elian Cavegn, Nesina Ackermann*

### Adventsbasteln

«Ein Stern über Bethlehem», so hiess es in der Einladung für das ausser-schulische Adventsprojekt. Rund 20 Kinder aus den 2. Klassen von Domat/Ems und Felsberg trafen sich an einem Mittwochnachmittag, um diesen Stern zu basteln. Der Stern zierte die Krippe mit Maria, Josef und natürlich dem Jesuskind. Auch Hirten mit ihren Schafen sowie Engel fanden in der selbstgebastelten Krippe ihren Platz.



Die Kinder waren begeistert und eifrig bei der Arbeit, während im Hintergrund stimmungsvolle Weihnachtsmusik zu hören war. Die Vorfreude auf das bevorstehende Weihnachtsfest wurde bei den Kindern freudig geweckt. Ein gelungener Anlass mit strahlenden Kinderaugen.

*Elian Cavegn*

### Firmweekend Lenzerheide

Einige Impressionen aus vielen Erlebnissen für einmal in Bildern.



Andacht im Schnee



Briefe an Gott



Motiviertes Leiterteam



Familien-Abschlussgottesdienst:  
Toll war's.

Firmteam

### Adventsspiel



Begeistert haben acht Kinder aus der 2. Klasse das Stück «Der weite Weg nach Betlehem» in der Vorabendmesse vom 2. Advent aufgeführt. Der Schnecke gelingt es, den bösen Wolf, den dummen Esel, den nichtsnutzigen Lahmen und die ängstliche Hirtin zu motivieren, den Weg zum Jesuskind zu

gehen. Auch bei den Gläubigen ist die Einladung angekommen.

Annalies Cadruvi

### Weihnachten in einer friedlosen Welt



Zu diesem Thema fand am 17. Dezember ein Friedensgebet in der katholischen Kirche Domat/Ems statt. Rund 30 Kinder haben ein Plakat mit den Nationalitätsflaggen und dem Begriff des Friedens in den verschiedenen Sprachen mit Begeisterung gestaltet. Die Lobpreisgruppe Laax wirkte musikalisch mit. Zusammen mit anderen Beiträgen wurde alles zu einem, grossen und hoffnungsvollen Gebet für den Frieden in der Welt und zum Aufruf, selber im Umkreis für den Frieden einzustehen. Im Anschluss wurde ein Apéro serviert. Sechs Nationen haben Köstlichkeiten aus ihrer Kultur dargeboten. In guter Stimmung und tiefen, lustigen, alltäglichen Gesprächen wurde lange verweilt und der Sonntagabend genossen. (gb)

### Krippenspiel am Heiligabend



Foto: Cornelia Böhm

«Ihr habt Nerven, Leute! Ihr kommt so spät und wollt noch einen Platz? Wir sind total überfüllt!» So wurden Maria und Josef abgewiesen, bis sie endlich im Stall eine Bleibe gefunden haben, wo in einer Futterkrippe unser Heiland geboren wurde. Im traditionellen und anspruchsvollen Stück der schönsten Geschichte der Welt wurden viele musikalische und schauspielerische Talente entdeckt. Vielen Dank allen Kindern und Eltern.

Edith Messer

## VALS



### Pfarrei St. Petrus und Paulus

Pfarrer

**Matthias Andreas Hauser**

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

### Gottesdienste

#### Donnerstag, 1. Februar

09.00 Uhr Heilige Messe in Valé  
Jahrzeit für Anna und Placidus Jörger-Schmidhauser

#### Freitag, 2. Februar



### Darstellung des Herrn Mariae Lichtmess

09.00 Uhr Hauskommunion  
19.30 Uhr Heilige Messe mit Kerzenweihe  
Jahrzeit für Heinrich und Maria Vieli-Schwarz, anschliessend Blasiussegen

**Samstag, 3. Februar**  
**Gedenktag des heiligen Blasius, Bischof von Sebaste in Armenien, Märtyrer**

09.00 Uhr Heilige Messe am Marien-Altar  
 Jahrzeit für Martina Danuser-Furger und Judith Koscun-Danuser, anschliessend Blasiussegen  
 18.30 Uhr Beichtgelegenheit

**Fünfter Sonntag im Jahreskreis**

19.30 Uhr Vorabendmesse  
 Jahrzeit für Martina Loretz-Hubert  
 Gedächtnis für Claudia Stoffel, Amanda und Walter Stoffel-Tönz sowie für Leo Stoffel-Loretz

**Sonntag, 4. Februar**

08.45 Uhr Beichtgelegenheit  
 09.45 Uhr Heilige Messe  
 Dreissigster für Reto Jörger-Kohlhage

**Montag, 5. Februar**



**Gedenktag der heiligen Agatha, Jungfrau, Märtyrin zu Catania**

Keine heilige Messe

**Dienstag, 6. Februar**  
**Gedenktag des heiligen Paul Miki und seiner Gefährten, Märtyrer zu Nagasaki**

19.30 Uhr Heilige Messe  
 Gedächtnis für Elfriede Hedinger-Schnider und Bernhard Hedinger

**Mittwoch, 7. Februar**

15.00 Uhr Heilige Messe in Maria Camp  
 Jahrzeit für Maria Schnider-Schmid

**Donnerstag, 8. Februar**

09.00 Uhr Heilige Messe in Valé  
 Jahrzeit für Andreas und Franziska Vieli-Schwarz

**Freitag, 9. Februar**

09.00 Uhr Heilige Messe  
 Jahrzeit für Maria Helena Albin-Schmid

**Samstag, 10. Februar**



**Gedenktag der heiligen Scholastika, Jungfrau**

09.00 Uhr Heilige Messe am Marien-Altar  
 Jahrzeit für Johann Joseph Heini  
 18.30 Uhr Beichtgelegenheit

**Sechster Sonntag im Jahreskreis**

19.30 Uhr Vorabendmesse  
 Jahrzeit für Stefan Berni-Hubert

**Sonntag, 11. Februar**

08.45 Uhr Beichtgelegenheit  
 09.45 Uhr Heilige Messe

**Montag, 12. Februar**

Keine heilige Messe

**Dienstag, 13. Februar**

19.30 Uhr Heilige Messe  
 Jahrzeit für Gertrud Rieder-Casutt

**Fastenzeit**

**Österliche Busszeit**

**Mittwoch, 14. Februar**



**Aschermittwoch**

**Fast- und Abstinenztag**

19.30 Uhr Heilige Messe mit Auflegung geweihter Asche  
 Jahrzeit für Joseph Anton Peng-Berni

**Donnerstag, 15. Februar**

09.00 Uhr Heilige Messe in Valé  
 Jahrzeit für Alois Jörger-Caminada  
 Gedächtnis für Andreas Berni-Ililien  
 17.00 Uhr Kreuzwegandacht

**Freitag, 16. Februar**

15.00 Uhr Heilige Messe im Wohn- und Pflegehaus  
 Gedächtnis für Hermann Furger-Alig

**Samstag, 17. Februar**

09.00 Uhr Heilige Messe am Marien-Altar  
 Gedächtnis für Elena Schmid-Bianchi  
 18.30 Uhr Beichtgelegenheit

**Erster Fastensonntag**

19.30 Uhr Vorabendmesse

**Sonntag, 18. Februar**

08.45 Uhr Beichtgelegenheit  
 09.45 Uhr Heilige Messe  
 Jahrzeit für Alma Schnider-Lorez und Rudolf Ililien-Schnider

**Quatemberwoche**

**Montag, 19. Februar**

Keine heilige Messe

**Dienstag, 20. Februar**

19.30 Uhr Quatembermesse  
 Gedächtnis für Alfons Tönz

**Mittwoch, 21. Februar**

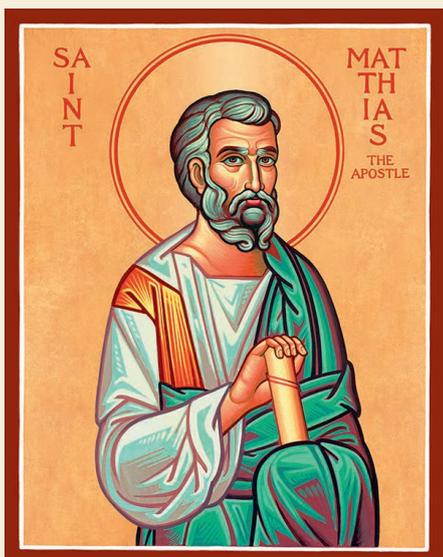
15.00 Uhr Heilige Messe in Maria Camp  
 Jahrzeit für Amanda und Walter Stoffel-Tönz

**Donnerstag, 22. Februar****Fest Kathedra Petri**

09.00 Uhr Heilige Messe in Valé  
Jahrzeit für Maria Hermina  
Stoffel-Tönz  
Gedächtnis für Fredy  
Schnyder-Berni

**Freitag, 23. Februar****Gedenktag des heiligen Polykarp,  
Bischof von Smyrna, Märtyrer**

14.30 Uhr Heilige Messe auf Leis  
Jahrzeit für Magdalena  
Stoffel-Item

**Samstag, 24. Februar****Fest des heiligen Matthias, Apostel**

09.00 Uhr Heilige Messe am Marien-  
Altar  
Gedächtnis für Anne-Marie  
und Christian Hauser-  
Steinegger  
18.30 Uhr Beichtgelegenheit

**Zweiter Fastensonntag**

19.30 Uhr Vorabendmesse  
Gedächtnis für Mathias  
Marth-Berni und Bernhard  
Schmid-Berni

**Sonntag, 25. Februar**

08.45 Uhr Beichtgelegenheit  
09.45 Uhr Heilige Messe  
Gedächtnis für Carino  
Sesto Guelmani-Berni

**Montag, 26. Februar**

Keine heilige Messe

**Dienstag, 27. Februar**

19.30 Uhr Heilige Messe  
Gedächtnis für Stefan  
Schnider-Casutt und  
Theres Berni-Berni

**Mittwoch, 28. Februar**

09.00 Uhr Heilige Messe  
Gedächtnis für  
die Armen Seelen

**Donnerstag, 29. Februar**

Keine heilige Messe

**Aus den Pfarreibüchern****Ein Todesfall**

Am 11. Dezember 2023 ist aus unserer  
Pfarrei gestorben:

**Walter Johann Casutt-Seidl**

\*18. September 1967

Die Urnenbeisetzung fand im engsten  
Familienkreis statt.

*Herr, gib ihm die ewige Ruhe  
und das ewige Licht leuchte ihm.  
Herr, lasse ihn ruhen in Frieden.  
Amen*

**Mitteilungen****Darstellung des Herrn –  
Mariae Lichtmess**

**Am Donnerstag, 2. Februar,** feiert die  
Kirche das Fest der Darstellung des  
Herrn im Tempel zu Jerusalem, Mariae  
Lichtmess. In der Messfeier werden die  
Kerzen, die während des Jahres für die  
Liturgien verwendet werden, sowie die  
Kerzen der Gläubigen für den privaten  
Gebrauch gesegnet. Die zu segnen-  
den Kerzen können Sie vor Beginn

der Messfeier auf den St.-Anna-Altar  
legen. Im Anschluss an die Messfeier  
können die Gläubigen den Blasiussegen  
empfangen

**Blasiussegen**

**Am Samstag, 3. Februar,** dem Ge-  
denktag des heiligen Blasius, können  
die Gläubigen den Blasiussegen gegen  
Halskrankheiten und alle Übel sowohl  
am Vorabend wie auch nach der Mess-  
feier um 9 Uhr empfangen.

**Abwesenheit des Pfarrers**

Am 29. Februar beginnt Pfarrer Hauser  
seinen Urlaub. Darum muss an die-  
sem Tag die Feier der heiligen Messe  
ausfallen.

**Hauskommunion**

Jeweilen am ersten Freitag des Monats  
(Herz-Jesu-Freitag) wird unseren kran-  
ken oder in ihrer Mobilität eingeschränk-  
ten Pfarrei-Angehörigen das Allerhei-  
ligste Sakrament des Altars ins Haus  
gebracht. Wünschen Leute, die bis anhin  
nicht besucht worden sind, die heilige  
Kommunion zu Hause zu empfangen,  
melden sie sich beim Pfarramt.  
Für die Feier der Hauskommunion soll  
ein Tisch würdig hergerichtet werden –  
mit einem weissen Tischtuch, Weihwas-  
ser, einem Kreuz sowie einer oder zwei  
Kerzen.

**Messstiftungen bei einem  
Todesfall**

Bei einem Todesfall ist es sinnvoll und  
üblich, dass die Angehörigen eine  
Messstiftung für das Seelenheil der/des  
Verstorbenen errichten. Damit zele-  
briert der Ortspfarrer während 25 Jah-  
ren einmal jährlich eine heilige Messe  
für die/den Verstorbene/n. Der Pfarrer  
sowie der Vorstand der Kirchgemeinde  
erachten es als wünschenswert, wenn  
dieser alte und nach wie vor sinnvolle  
Brauch weiterhin gepflegt wird.

## 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

**Sekretariat Kirchgemeinde**  
**Vermietung Sentupada**  
**Nadja Defilla**

Montag/Dienstag: 9 bis 11 Uhr  
Telefon 081 511 21 95  
sekretariat@kath-flims-trin.ch

**Kirchgemeindepäsidentin**  
**Wally Bäbi-Rainalter**  
Mobile 078 639 62 25  
sekretariat@baebi.ch

## Grusswort

Liebe Pfarrgemeinde, liebe Gäste

Die alljährliche Fastenzeit lädt uns ein zu Verzicht, Umkehr, Busse und Nächstenliebe. Klassisch wird auf Essen wie Fleisch und Süsses, aber auch auf Alkohol, Kaffee usw. verzichtet. Sein Leben auf Christus auszurichten und mit Spenden oder tätiger Nächstenliebe dem Mitmenschen Gutes zu tun, gehört ebenso dazu. Fastenzeit hat einen Hauch von «isch das anstrengend!», und dies ist tatsächlich so, doch sehen wir es auch als Möglichkeit, neue Gewohnheiten zu etablieren und uns selbst für Körper, Geist und Seele etwas Gutes zu tun. Unliebsame Gewohn-

heiten durch Gutes zu ersetzen, klingt doch super! Wenn doch nicht das lange Üben und Verzichten miteinander gehen würden. Wagen sollten wir es trotzdem und auch einmal Kreativ-Fasten probieren, wie im Artikel «Fastenzeit» beschrieben. Das Gedicht von Ulrike Nägele gebe ich gerne mit auf den Weg in die Fastenzeit:

*Fastenzeit – bin ich bereit?*

*Nicht nur ein Ritual einhalten,  
sondern von Herzen ändern  
mein Verhalten.*

*Nicht nur befolgen eine Regel,  
sondern anders setzen meine Segel.  
Nicht nur auf Nahrung zu verzichten,  
sondern meinen Blick auf Jesus zu  
richten.*

*Meinen Alltag bewusster leben,  
und mich fragen: Wo kann ich heute  
sein ein Segen?*

*Loslassen, was mich gefangen nimmt  
im Leben,*

*mir selbst und anderen vergeben.*

*Ruhe finden in Gebet und Stille,  
um zu erkennen Gottes Wille.*

*Nicht jammern, klagen, kritisieren,  
meine Gedanken auf das Gute fokussieren.*

*Sehen meines Mitmenschen Not  
und Sorgen,*

*und mit Wort und Tat Hoffnung geben  
auf ein neues Morgen.*

*Teilen, zuhören, schenken, geben und  
für andere da sein auf steinigen Wegen.  
Gottes Liebe weitergeben und dadurch  
noch mehr Wunder erleben.*

Mit herzlichen Segenswünschen!

*Pfarrer Pius Betschart*

## Gottesdienste

### Darstellung des Herrn

#### Freitag, 2. Februar

18.30 Uhr Heilige Messe mit eucharistischer Anbetung, Kerzensegnung und Erteilung des Blasiussegens

### 5. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte: für die Caritas Graubünden*

#### Samstag, 3. Februar

18.00 Uhr Vorabendmesse mit Kerzensegnung und Erteilung des Blasiussegens; anschliessend Apéro an der Schneebar der Ministranten

#### Sonntag, 4. Februar

10.00 Uhr Heilige Messe mit Kerzensegnung und Erteilung des Blasiussegens

### Mittwoch, 7. Februar

14.30 Uhr Heilige Messe mit Krankensalbung; anschliessend gemütliches Beisammensein in der Sentupada

18.00 Uhr Heilige Messe

### Freitag, 9. Februar

09.00 Uhr Heilige Messe

10.00 Uhr Heilige Messe im Wohn- und Pflegeheim PLAIDS

### 6. Sonntag im Jahreskreis

*Kollekte: für Christian Solidarity Int.*

#### Samstag, 10. Februar

17.15 Uhr Beichtgelegenheit

18.00 Uhr Vorabendmesse

#### Sonntag, 11. Februar

09.15 Uhr Beichtgelegenheit

10.00 Uhr Heilige Messe, anschliessend Kirchencafé

### Aschermittwoch

#### Mittwoch, 14. Februar

18.00 Uhr Heilige Messe mit Auflegung der Asche

### Freitag, 16. Februar

09.00 Uhr Heilige Messe

### 1. Fastensonntag

*Kollekte: Elternnotruf Schweiz*

#### Samstag, 17. Februar

17.30 Uhr Kreuzweg

18.00 Uhr Vorabendmesse

#### Sonntag, 18. Februar

10.00 Uhr Heilige Messe unter Mitwirkung der 5. Primarklasse der Schule Flims zum Thema Fastenopfer

### Mittwoch, 21. Februar

18.00 Uhr Heilige Messe

### Freitag, 23. Februar

09.00 Uhr Heilige Messe

10.00 Uhr Heilige Messe im Wohn- und Pflegeheim PLAIDS

### 2. Fastensonntag

*Kollekte: Osteuropahilfe «Triumph des Herzens»*

#### Samstag, 24. Februar

18.00 Uhr Vorabendmesse

#### Sonntag, 25. Februar

09.30 Uhr Kreuzweg

10.00 Uhr Heilige Messe

### Mittwoch, 28. Februar

18.00 Uhr Heilige Messe

## Gedächtnismesse

**Samstag, 17. Februar**

Christian Gadiant-Cathomen

## Mitteilungen

### Kollekten im Dezember

	CHF
<b>2./3. Dezember</b> für bedürftige Menschen Graubünden (TDD)	300.00
<b>9./10. Dezember</b> Ministrantenkasse, Pfarrei	212.00
<b>16./17. Dezember</b> Mission St. Anna, Luzern	440.10
<b>23./24. Dezember</b> Schweiz. Hilfe für Mutter und Kind	394.70
<b>24./25./26. Dezember</b> Kinderspital Bethlehem	2 358.05
<b>30./31. Dezember</b> Mary's Meals Schweiz	1 041.40

### Gemeinsames Stricken

**Dienstag, 13. Februar**

Das gemeinsame Stricken findet in der Sentupada Flims Waldhaus von 9 bis 11 Uhr statt. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

### Mittagstisch

**Dienstag, 27. Februar**

Um 12 Uhr Mittagessen in der Sentupada Flims Waldhaus. Anmeldung bis 26. Februar an Monika Schnider, Telefon 079 954 92 44.

*das Team Mittagstisch*

### Blasiussegen/Kerzensegnung

**Am Freitag, 2. Februar**, feiern wir Darstellung des Herrn/Maria Lichtmesse. An diesem Tag und dem darauffolgenden Wochenende, **3. und 4. Februar**, werden in den heiligen Messen die Kerzen gesegnet und der Blasiussegen erteilt. An diesen Gottesdiensten dürfen Sie gerne Kerzen für den privaten Gebrauch mitbringen, um diese segnen zu lassen.

### Vorabendmesse mit den Ministranten

**Am Samstagabend, 3. Februar**, beginnen wir die Vorabendmesse im Freien auf dem Vorplatz der Kirche im Gedenken an die Darstellung des Herrn. Jesus

wird von Maria und Josef in den Tempel gebracht, um das Gesetz zu erfüllen. Simeon nahm Jesus in seine Arme, pries Gott und erkannte in Jesus das Licht, das die Heiden erleuchtet. Der feierliche Einzug in die Kirche erinnert uns daran, das eigene Leben nach Christus auszurichten und ihm nachzufolgen. Im Anschluss an die heilige Messe laden die Ministranten herzlich zu einem Apéro an die von ihnen gebaute Schneebar ein.

### Krankensalbung

**Am Mittwoch, 7. Februar, um 14.30 Uhr** bieten wir eine heilige Messe mit Spendung der Krankensalbung an. Anschliessend findet in der Sentupada ein gemütliches Beisammensein statt.

Am 11. Februar, dem Gedenktag Unserer Lieben Frau von Lourdes, begeht die Kirche den Welttag der Kranken. Jesus selbst wandte sich unermüdlich den Menschen zu, welche sich nach Heil, Trost und Erlösung sehnten und erhörte ihre Bitten. In dieser Messe erbitten wir seine Gnade für alle, die unter Krankheit, Schmerzen und dem Älterwerden leiden. Er sei uns Halt, Trost und Erlösung. Die Krankensalbung kann auch ausserhalb der Messfeier zu Hause, im Spital oder Pflegeheim empfangen werden. Dafür wenden Sie sich bitte an unseren Pfarrer, Pius Betschart, Telefon 081 911 12 94.

### Krippenspiel



An Heiligabend konnte eine volle Kirche das eindrucksvolle Krippenspiel «Der Hirsebrei» geniessen. Daniel, der Wirtsohn, staunte über das Ereignis der Geburt Jesu im Stall von Bethlehem. Fürsorglich und gegen den Willen seines Vaters brachte er heimlich den Rest vom Abendessen hinaus zur armen Familie. Am nächsten Morgen holte er den leeren Topf zurück, der, als er wieder in der Küche ankam, voll war bis zum Rand.

Dies veränderte die Ansicht des Vaters, und von nun an bekam jeder Gast, ob reich oder arm, eine Bleibe in seinem Gasthaus.

Das Ereignis von Weihnachten verändert die Welt bis heute. Ein grosser Dank gilt allen Kindern fürs Aufführen sowie Fabio und Rosanna für die Organisation und dem Flöten-Ensemble für die schöne musikalische Gestaltung.

### Fastenzeit

Mit dem Aschermittwoch beginnt die Fastenzeit. Neben den klassischen Formen des Fastens können wir auch kreativ fasten wie Konsum- oder Auto-Fasten. Hier noch einige weitere Beispiele:

### Smartphone-Fasten

Eine Auszeit vom Smartphone kann extrem lohnenswert sein. Sie gewinnen dadurch jede Menge Zeit, die Sie dafür verwenden können, über sich und Ihr Leben nachzudenken und Ihre Mitmenschen sowie Ihre Umgebung einmal wieder mit vollem Bewusstsein wahrzunehmen.

### Ablenkungs-Fasten

Heute haben wir viele Geräte und Möglichkeiten, uns abzulenken. Die Ablenkung beraubt Sie nicht nur um jede Menge wertvolle Zeit. Es nimmt auch die Möglichkeit, sich selbst zu entdecken, unseren Träumen auf die Spur zu kommen oder neue Inspirationen zu entdecken, verborgene Talente und Fähigkeiten auszubauen oder die Beziehungen zu Gott und den Mitmenschen zu pflegen.

### Jammer- und Kritik-Fasten

Wir sind, so scheint es, Weltmeister im Jammern. Sei es über das Wetter, die Nachbarin, die Politik, die Kirche, die Wirtschaft usw. Wir können über alles und jedes jammern und alles kritisieren. Wir könnten es aber auch lassen. Es ist unsere freie Entscheidung. Beim Jammern fokussieren wir uns auf alles, was schlecht ist, breiten es genüsslich vor uns und anderen aus und erinnern uns immer wieder daran, wie negativ doch alles ist. Dass da keine Lebensfreude aufkommen kann, muss niemanden wundern. Ab jetzt ist jammer- und kritikfreie Zone. Erwähnen Sie stattdessen etwas Positives. Etwas, was gerade schön ist, gut läuft oder wofür Sie dankbar sein können. Statt zu jammern und zu kritisieren, beten Sie lieber ein Vaterunser.

# NEUSTART MIT ENGEL

**Die Dekanatsgruppe Surselva des Kantonalen Seelsorgerates hat beschlossen, die lange gepflegte Tradition eines Impulstages wieder neu anzufachen. Der Neustart ist geglückt.**

Die vergangenen Jahre, die von der Corona-Pandemie und den verordneten Massnahmen geprägt waren, hatten sich auch negativ auf die Impulstage der Dekanatsgruppe Surselva des Kantonalen Seelsorgerates ausgewirkt: Die Tradition der Impulstage war abgebrochen. Mit der personellen Veränderung der Dekanatsgruppe Surselva des Kantonalen Seelsorgerates im vergangenen Jahr wurde diese Tradition wieder aufgenommen.

Das neue Team der regionalen Dekanatsgruppe Surselva des Kantonalen Seelsorgerates hatte für den Impulstag im November 2023 den katholischen Pfarreisaal in Ilanz reserviert und einen abwechslungsreichen Tag gestaltet. Trotz einiger kurzfristiger Absagen infolge von Grippe, war der Anlass gut besucht.

## Ein Engel mit dir

Der Impulstag war ganz den Engeln gewidmet. Das Thema Engel wurde aus verschiedenen Perspektiven angegangen. Sowohl in der Theorie als auch in der Praxis. Von den drei angebotenen Workshops konnten je zwei besucht werden. Man konnte:

- einen Engel mit Draht und Perlen gestalten.
- nach Impulsen von Film und Bilder sich über persönliche Schutzengel-Erfahrungen austauschen.
- im Bibliolog sich selbst in eine biblische Szene versetzen. Die vorgegebene Rolle lud ein, sich aus der Sicht dieser biblischen Figur zu äussern.

Mit einer kurzen Engel-Andacht wurde das Thema feierlich abgerundet. Anschliessend bot sich die Möglichkeit, bei einem gemeinsamen Mittagessen im nahe gelegenen Restaurant den Tag ausklingen zu lassen.

Es waren schöne Begegnungen und für alle ein «engelreicher» Tag. Auch in diesem Jahr wird wieder ein Impulstag im November angeboten. Das Datum ist aber noch nicht bestimmt.

**Sr. Monika Hüppi (OP)**  
Ilanz



# CUREISMA CHE FA PRUIR

**Il temps naven da mesjamna dalla tschendra entochen Pastgas cuoza 40 gis e 6 dumengias. La cefra 40 ha in ferm fundament biblic. Leutier vala ei la peina da s'avischinar inagada als texts ord ils evangelis ch'eiin previ per las dumengias dad uonn.**



L'emprema dumengia da Cureisma presenta la passascha che Jesus fuva 40 gis el desiart. Ella fa endamen ch'il reginavel da Diu ei damaneivel. Quei reginavel da Diu munta che Dieus ei cheu e s'engascha en favur dil carstgaun. El ei presents en nies mund cun sia carezia e siu agir saluteivel. Quei ei la buna nova – era uss e cheu.

## Transfiguraziun

Probabel vevan ils giuvnals da Jesus sias breigias da capir quei messadi dil reginavel da Diu. Igl evangelis dalla secunda dumengia da Cureisma emprova da concretisar silmeins per zacons giuvnals tgi che quei Jesus seigi.

Els ein daventai perdetga che Jesus ei vegnius transfiguraus e che sia vestgadira ei daventada tarlichonta e tut alva. El ei il Fegl carezau, quel che leva da mort en veta. Tut quei po ver impresiunau ils giuvnals, vegn denton a ver schau anavos els cun pli bia damondas che rispostas.

## Marcadonts el tempel

Era ils schabetgs entuorn il tempel da Jerusalem han ils giuvnals pér capiu suenter la levada da Jesus. Nus udin quels la tiarza dumengia da Cureisma. Jesus veva fiers ils marcadonts e scomiaders ord il tempel. Daco? Ei po esser stau il profit sin donn e cuost dad auters che ha fatg agir Jesus aschia. Denton ha el era vuliu dar da capir ch'el sez vegni ad esser liug dalla preschientscha da Diu.

Ina pintga formulaziun gida cheu a capir: Biars hagien anflau la cardientscha en siu num, pia el num da Jesus. Sche nus patertgein vid la muntada da siu num tenor il hebraic Jeschua – Dieus spendra – lu daventa il messadi da Jesus pli clars.

## Discuors cun Nicodemus

Ella medema direcziun va igl evangelis dalla quarta dumengia da Cureisma. El ei prius ord in discuors che Jesus veva menau da notg cun Nicodemus. Jesus ha fatg endamen a lez la siarp ch'era vegnida alzada el Veder Testament per dar spindrament. Neu da quei maletg ha el declarau la muntada dalla crusch. Jesus ei vegnius el mund per ch'il mund vegni spindraus.

## Glorificaziun

Cun igl evangelis dalla tschunavla dumengia da Cureisma vegn la finala enzatgei en moviment, il spindrament annunziaus entscheiva a semussar. Il semsalin sto murir per purtar fretg. La glorificaziun da Jesus munta mort e levada. Quei ei pia in'otra glorificaziun che quella che capeta cu Jesus entra a Jerusalem.

Forsa gartegia ei da tener uonn la frastga ni il dasch da dumengia da palmas cun novs patratgs, patratgs che fan nescher e pruir.

**Andri Casanova, oriunds da Vrin  
president dall'ovra biblica diocesana  
[www.bibelwerk.ch/www.pieveldadiu.ch](http://www.bibelwerk.ch/www.pieveldadiu.ch)**

Ils evangelis per las dumengias da Cureisma cun l'indicaziun dallas paginas tenor il Niev Testament dalla Bibla romontscha ecumena:

1. dumengia	Mc 1,12–15	p. 92
2. dumengia	Mc 9,2–10	p. 115 s.
3. dumengia	Gn 2,13–25	p. 236
4. dumengia	Gn 3,14–2	p. 237 s.
5. dumengia	Gn 12,20–33	p. 267 s.
Dum. da palmas	Mc 11,1–10	p. 123

# UN DIO RICCO DI MISERICORDIA

**Noi cristiani crediamo veramente in un Dio ricco di misericordia. Nella Bibbia però leggiamo anche del giorno del giudizio, della pena eterna, della Geenna, ecc. Come conciliare questi termini minacciosi con la misericordia di Dio?**

«Dio non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui» (Gv 3,17). Questa affermazione tratta dal Vangelo secondo Giovanni è chiara: Gesù è venuto per salvare e non per condannare.

Innanzitutto, dobbiamo capire cosa significa la parola «peccato». L'essenza del peccato non consiste semplicemente nella violazione di qualche norma etica. Il «peccato» è piuttosto una deviazione dalla vita divina, dalla pienezza di vita per la quale siamo stati creati e alla quale siamo chiamati. Quindi, quando commettiamo un peccato, non stiamo solo facendo un torto agli altri, ma anche a noi stessi. Perché con ogni peccato ci allontaniamo dalla vera vita ... Ed è così che nasce quello che comunemente chiamiamo l'inferno.

## Noi costruiamo l'inferno

Dio non ha creato l'inferno. Non lo ha mai voluto. Siamo noi che costruiamo l'inferno attorno a noi, con i nostri peccati, con il nostro allontanarci da Dio e dalla vita divina. Porto solo alcuni esempi:

(1) Consideriamo l'amarrezza. Verosimilmente noi tutti conosciamo questo sentimento, magari dopo un'ingiustizia subita o presunta. Sappiamo benissimo che l'amarrezza ci rende tristi e questa tristezza rovina il rapporto con le persone a noi vicine. Chi non vuole superare questo sentimento di amarrezza si costruisce un pezzo di inferno attorno a sé e non riuscirà mai a essere felice.

(2) Ancora peggio è l'odio e il disprezzo. Questo male divora l'essere umano dall'interno. Coloro che odiano o disprezzano gli altri hanno l'inferno nei loro cuori. L'odio rende impossibile l'accesso al Regno dei Cieli. E questo è logico! Proviamo a immaginarci di dover trascorrere l'eternità in Paradiso con una persona che odiamo o disprezziamo; ciò non sarebbe più il Paradiso, ma piuttosto uno scenario d'orrore.

(3) Prendiamo come terzo esempio l'abuso della nostra libertà, ovvero fare semplicemente quello che si ha voglia di fare, senza un minimo di autocontrollo. Questo abuso della libertà può portare a forme gravi di dipendenza. Non penso solo alle droghe, ma anche all'alcool, al fumo o a internet (una grande tentazione di questo secolo!). Quando abusiamo della nostra libertà, cor-



*Il abuso della libertà può portare a forme gravi di dipendenza.*

riamo il rischio di adottare cattive abitudini che non soddisferanno mai i nostri desideri e ci fanno star male.

## Dio vuole la vita

Riflettiamo sulla nostra vita: Quanti errori! Quanti peccati! Chi potrà allora salvarsi! Questo è impossibile a noi uomini, ma non a Dio, perché a Dio tutto è possibile (cfr. Mt 19,25–26). Dio può darci il dono della vera conversione perché Lui vuole salvarci e condurci alla vita eterna. Dio non vuole la morte del peccatore, ma che si converta e viva (cfr. Ez 33,11).

Quello che possiamo e dobbiamo fare per ottenere la salvezza è approfondire la nostra relazione con Dio; cioè rispondere alla chiamata del Buon Dio – credendo. E credere significa avere fiducia che Gesù Cristo può salvarci e liberarci da ogni cattiva inclinazione, da ogni cattiva abitudine e da ogni vizio.

È allora con fede – con fiducia nella potenza salvifica di Gesù – che dobbiamo entrare nel confessionale, partecipare alla santa Messa, ricevere l'unzione degli infermi e tutti gli altri sacramenti. Dobbiamo essere consapevoli che è Gesù Cristo colui che ci salva. Questa fiducia è un atto di fede che ci apre la porta del Regno di Dio. Non dobbiamo mai disperare, ma piuttosto tenere sempre presente il buon ladrone sulla croce: negli ultimi istanti della sua vita ha riposto tutta la sua fiducia in Gesù. La conversione avvenuta in un istante è stata sufficiente per sentirsi dire da Gesù: «In verità io ti dico: oggi sarai con me nel Paradiso» (Lc 23,43).

*Justinus Pagnamenta OSB, Einsiedeln*

# WENIGER IST MEHR – JEDER BEITRAG ZÄHLT

Die ökumenische Fastenkampagne dauert vom 14. Februar bis zum 31. März und schliesst den Vierjahreszyklus zum Thema Klimagerechtigkeit ab. Die diesjährige Fastenkampagne fokussiert auf den Überkonsum und die Dringlichkeit zu handeln.



Die Menschen im globalen Süden leiden am stärksten unter dem Klimawandel. Vermehrte Wetterextreme wie starke Niederschläge und lange Dürreperioden bedeuten vor allem für die Menschen im globalen Süden mehr Hunger, mehr Krankheiten sowie die Notwendigkeit, ihre Heimat zu verlassen. Die ökumenische Kampagne 2024 appelliert deshalb an alle, ihren Beitrag zu mehr Klimagerechtigkeit zu leisten mit der Botschaft «Weniger ist mehr». Weniger Überkonsum, weniger Energieverbrauch, weniger Food Waste – weniger CO<sub>2</sub>-Ausstoss.

## Ziele der Fastenkampagne

HEKS und Fastenaktion stärken die Autonomie und Widerstandsfähigkeit der Gemeinschaften in den Projektländern. Sie bilden Menschen aus, damit sich diese an die aktuelle Klimasituation anpassen können. Agrarökologische Methoden machen die Menschen unabhängig von Importen, sichern die Ernte und unterstützen eine vielfältige, gesunde Ernährung. Aufforstungsprogramme sichern ebenfalls die Ernährung, denn die Aufforstung von Mangroven sichert den Fischbestand, die Aufforstung von Wäldern schützt vor Erdbeben und Dürren.

Die ökumenische Fastenkampagne will für das Thema Klimaerwärmung sensibilisieren und Anregungen für einen schöpfungsverträglichen Lebensstil geben. Überdies will die Kampagne spirituelle Impulse für die Fasten- bzw. Passionszeit

geben und Mittel für die Projekt- und Programmarbeit der Organisationen sammeln, um klimarelevante und ernährungssichernde Projekte zu fördern.

## Aktionstag: Brot und Rosen

Den ökumenischen Aktionstag vom 16. März kann altbekannt oder in neuer Form – gemäss den Kampagnen-Vorschlägen oder kreativ anders – gestaltet werden. Im Zentrum steht das Recht auf Nahrung für alle. Mit einem Stand oder mit mobilen Gruppen kann darauf aufmerksam gemacht werden. Zum Beispiel durch den Verkauf von Fairtrade-Rosen à CHF 5.– oder in Zusammenarbeit mit einer lokalen Bäckerei ein «Solidaritätsbrot» mit einem symbolischen Aufpreis verkaufen. Der Erlös der Aktion fliesst in die Projekte von Fastenaktion, HEKS und Partner sein. Melden Sie sich an unter [www.sehen-und-handeln.ch/aktionstag](http://www.sehen-und-handeln.ch/aktionstag).

## Weitere Aktionen

**Fasten** lässt uns Gewohnheiten hinterfragen, die Einfluss auf unser Wohlbefinden und die Umwelt haben. Fasten in einer Gruppe hat Vorteile: Der Austausch mit Fachpersonen und anderen Fastenden hilft, dazuzulernen, durchzuhalten und gesund zu bleiben. Mehr Infos unter [www.sehen-und-handeln.ch/fasten](http://www.sehen-und-handeln.ch/fasten).



**Suppentage** während der Fastenzeit erinnern uns, bewusst zu konsumieren. Wie soll der Suppentag gestaltet werden? Mit einer rein pflanzlichen Suppe? Einer Suppe aus gerettetem Gemüse? Einer mit dem Velo ausgelieferten Suppe «to go»? Infos unter: [www.sehen-und-handeln.ch/fastenunter](http://www.sehen-und-handeln.ch/fastenunter).

Viele weitere Ideen, Filme und Unterrichtsmaterial – z. B. Klimadinner «Mord am Amazonas» oder «Esacpe-Spiel» – finden sich auf der Homepage der Fastenkampagne 2024: [sehen-und-handeln.ch](http://sehen-und-handeln.ch). (sc/pd)

# MINIMIZE IN DER FASTENZEIT

**Am 14. Februar beginnt die Fastenzeit. Eine Zeit des Verzichtens und des Besinnens. Wie wäre es, sich in dieser Zeit versuchsweise zu minimieren? Auszumisten? Loszulassen und Ballast abzuwerfen?**

«Minimalismus bedeutet nicht, nichts zu haben, sondern keinen Ballast zu haben», so ein Zitat. Minimalisten sind Menschen, die sich bewusst dafür entscheiden, wenig zu haben. Die sich reduzieren, sich gegen die Konsumgesellschaft und den Kaufwahn wenden. Die Fastenzeit ist eine prima Chance, sich zu minimieren, sich zu reduzieren und unnötigen Ballast loszuwerden.

**Dein Zimmer entrümpeln:** Schau dich in deinem Zimmer um. Welche Sachen liegen seit Ewigkeiten herum, weil du sie nicht mehr brauchst, nicht mehr verwendest? Sie nerven dich. Sie stauben ein. Sie stehen im Weg. Sie rauben wertvollen Platz. Nimm all diese Dinge und packe sie in einen Karton. Verschenke, verkaufe oder spende sie an eine wohltätige Einrichtung.

**Auf soziale Medien verzichten:** Verwende dein Smartphone nur eine Stunde am Tag. Schalte es die restlichen 23 Stunden aus. Und mit ihm WhatsApp, Instagram, Facebook, X, Snapchat, TikTok, Mails, SMS, Telefonanrufe und Co. Schau dich in der Welt um. Habe einen Blick für die kleinen Dinge, für die Menschen, die mit dir auf den Bus warten, die ältere Dame, die Hilfe braucht. Geniesse die analoge Welt, die Ungebundenheit, die Freiheit, die Ruhe.

**Probleme angehen:** Du hast Stress mit deinem besten Kumpel. Du redest seit dem Zickenkrieg nicht mehr mit deiner besten Freundin. Du wolltest dich schon lange bei deiner Wunschfirma für eine Ausbildung bewerben. Du schiebst es immer wieder auf. Pack es an! Dann wird der schwere Rucksack, den du mit dir herumschleppst leichter. Du fühlst dich entspannter, gelöster, zufriedener.

**Konsum fasten:** Du bist immer trendy. Gehst gerne shoppen: die neuesten Klamotten, das aktuellste Smartphone. Du machst jeden Trend mit. Muss das sein? Brauchst du all diese Dinge unbedingt? Du müllst dich mit ihnen zu. Du musst dich nicht über Dinge definieren. Deine Freunde mögen dich, weil du so bist, wie du bist. Nicht weil du schicke neue Sneakers trägst.

**Ballast abwerfen:** Verabrede dich mit dir selbst. Reserviere dafür einen Termin in deinem Kalender. Beschäftige dich mit dir. Was willst du vom Leben? Was wünschst du dir? Was willst du erreichen? Welche Träume hast du? Was willst du verändern? Was musst du beenden? Wo lohnt es sich, neu anzufangen? Was belastet dich? Bist du glücklich? Ordne dich neu. Entrümple deine Seele. Wirf all den Ballast ab.

**Sozial engagieren:** Es gibt Menschen, die unverschuldet in Not geraten sind, weil sie vom Weg abgekommen sind. Obdachlose, Bettler, alte Menschen, die arm sind, Kranke, die nicht arbeiten können, Familien, die zu wenig Geld haben. Setze dich für diese Menschen ein. Engagiere dich.

**Zeit haben:** Jede Minute ist getaktet. Du rennst von Termin zu Termin. Hetzt der Zeit hinterher. Nimm dir Zeit für dich. Überlege dir, was dir wirklich wichtig ist und streiche all die anderen Termine aus deinem Kalender. Lerne Nein zu sagen. Setze Prioritäten. So hast du wieder mehr Zeit. Für dich, für die Menschen, die dir am Herzen liegen, für die Dinge, die dir wichtig sind. Du musst nicht überall dabei sein. Mach weniger, dann kannst du das, was du tust, genießen.

**Ronja Goj**  
in [Pfarreibriefservice.de](mailto:Pfarreibriefservice.de)



# HABEN SIE GEWUSST, DASS ... ?

## IMPRESSUM

Pfarrreiblatt Graubünden  
103 | 2024

**Herausgeber**  
Verein Pfarrreiblatt  
Graubünden, Under Feld 20,  
7012 Felsberg

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

**Redaktionskommission**  
Wally Bäbi-Rainalter, Promena-  
da 10a, 7018 Flims-Waldhaus  
wally.baebi@pfarreibratt-gr.ch

**Redaktionsverantwortliche**  
Sabine-Claudia Nold, Bären-  
burg 124B, 7440 Andeer  
redaktion@pfarreibratt-gr.ch

**Erscheint**  
11 x jährlich, zum Monatsende

**Auflage**  
17 000 Exemplare

Das Pfarrreiblatt Graubünden  
geht an Mitglieder der Kirch-  
gemeinden von Albula, Ardez,  
Bonaduz-Tamins-Safiental,  
Breil/Brigels, Cazis, 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, Samnaun, Sa-  
vognin, Schams-Avers-Rhein-  
wald, Schluein, Scuol-Sent,  
Sevegin, Surses, St. Moritz,  
Tarasg-Zernez, Thusis,  
Trimmis, Untervaz, Vals,  
Vorder- und Mittelprättigau,  
Zizers.

**Layout und Druck**  
Visio Print AG  
Rossbodenstrasse 33  
7000 Chur

**Titelbild: Herberge in Santa Catalina  
de Somoza, Kastilien-Léon, Spanien.**  
Foto: Alamy



Darbringung Christi, byzantinisch,  
Goldzeilenschmelz, 12. Jh., Kunstge-  
werbemuseum Berlin

... wir 40 Tage nach Weihnachten, am  
**2. Februar Mariä Lichtmess** (auch Jesu  
Darbringung im Tempel) feiern? Die Erzäh-  
lung (Lk 2,21f) nennt Riten, die in Vorschriften  
des Buches Leviticus ihre Wurzeln haben:  
Beschneidung des Sohnes am achten Tag  
nach seiner Geburt, Reinigung der Frau,  
Heiligung der Erstgeburt. Die bei Lukas  
geschilderte Abfolge entspricht dem von der  
Tora vorgeschriebenen Zeitschema.

... am 1. Februar Nora  
Tödtling-Musenbichler das Amt  
als **Präsidentin der Caritas  
Österreich** antritt? Sie ist die  
erste Frau an der Spitze der  
Caritas Österreich.

... vom **12. bis 18. April**  
die Frühlingswallfahrt der  
Bistümer Basel, Chur und  
St. Gallen stattfindet?  
Mehr Infos im Lourdes-  
Pilgerbüro: **lourdes.ch**



Erste Frühlingsboten

... die neue **Brücke an der Talstation der  
Disentis Bergbahnen** am 18. Dezember 2023  
von Abt Vigeli Monn eingeweiht wurde? Die  
Brücke über den Rein d'Acletta verbindet das  
Catrina Resort, die Bushaltestelle und das  
Parkhaus der Bergbahnen mit der Talstation  
der Seilbahn ins Disentiser Skigebiet.

... Sie auf der romanischen Seite  
**www.pieveldadiu.ch** das jewei-  
lige Sonntagsevangelium, die  
Texte des Zweiten Vatikanischen  
Konzils und Gebete finden? Die  
Seite wird regelmässig ergänzt.  
Ein Besuch lohnt sich!

... der Salon Theologie im Februar zum  
Thema **«Die Kirche und die  
Menschenrechte – mit Auswirkungen  
bis heute»** stattfindet? Am Mittwoch,  
28. Februar 2024, 20–21.30 Uhr.  
Anmeldung bis einen Tag vorher,  
rein digitales Angebot.  
Infos: [tbi-zh.ch/salon-theologie](http://tbi-zh.ch/salon-theologie)

... der erste **Botschafter des  
Oman beim Heiligen Stuhl**  
ist? Er ist auch Omans Bot-  
schafter in der Schweiz und in  
Liechtenstein. Der Oman ist  
der drittgrösste Staat der ara-  
bischen Halbinsel. Der Islam  
ist Staatsreligion. Unter den  
zahlreichen Gastarbeitern aus  
Ostasien gibt es eine bedeu-  
tende christliche Minderheit.