

# **Infoblatt Pfarrei «Heilig Geist» und deutschsprachige Vereine Siders**



# Allgemeine Gottesdienstordnung

## Deutschsprachige Pfarrei «Heilig Geist»

### Gottesdienste während der Woche

#### Donnerstag:

Schülergottesdienste  
*nach Absprache*  
in Notre-Dame des Marais

#### Freitag:

08.00 Uhr Heilige Messe  
in Notre-Dame des Marais

Bei Beerdigung können Gottesdienste  
ausfallen.

### Gottesdienste am Sonntag

#### Samstag:

Samstag vor dem 1. und 3. Sonntag  
des Monats:

18.00 Uhr Gottesdienst  
in Notre-Dame des Marais

#### Sonntag:

2., 4. und 5. Sonntag des Monats:

10.00 Uhr Heilige Messe  
in der Katharina-Kirche

#### Gottesdienst an Feiertagen

10.30 Uhr Heilige Messe  
in der Katharina-Kirche

## Französischsprachige Pfarreien

### Gottesdienste während der Woche

#### *Heilig-Kreuz-Kirche*

#### Dienstag und Donnerstag

19.00 Uhr Heilige Messe

#### *Notre-Dame des Marais*

#### Mittwoch und Freitag

18.15 Uhr Heilige Messe

### Gottesdienste am Sonntag

#### Samstag:

18.00 Uhr Heilige Messe  
St. Katharina-Kirche

#### Sonntag:

09.15 Uhr Heilige Messe  
Muraz

10.30 Uhr Heilige Messe  
Heilig-Kreuz-Kirche

10.30 Uhr Heilige Messe  
Chippis

19.00 Uhr Heilige Messe  
Noës

Pfarrei Heilig-Geist: UBS CH35 0026 8465 271.M1Z

E-mail: [pfarreiheiliggeist@netplus.ch](mailto:pfarreiheiliggeist@netplus.ch) / [www.pfarreiheiliggeistsiders.ch](http://www.pfarreiheiliggeistsiders.ch)

## «Wenn es dem Körper gut geht, tanzt die Seele»

Beim Lesen eines Ferienberichtes stiess ich auf das italienische Sprichwort «Quando il corpo sta bene, l'anima balla». Also wenn es dem Körper gut geht, tanzt die Seele. In dieser Aussage wird deutlich, was in der Medizin schon länger wichtig ist, nämlich die Einheit von Körper und Geist. Für die Theologie würde das die Einheit von Leib und Seele bedeuten. So wie der Geist, entsprechend seinem Zustand, den Körper mitziehen oder niederdrücken kann, so spiegelt der Körper die Gesundheit wider.

Damit Geist und Körper im Gleichgewicht sind und bleiben, ist Erholung eine wichtige Voraussetzung. Oft hört man: «Hab dr Sorg» – trage Sorge zu dir. Damit ist der Wunsch verbunden, auf die Gesundheit von Körper und Geist zu achten.

Ferien und freie Tage sind dazu da, um sich zu erholen und zu regenerieren. Auch im Arbeitsalltag, in anstrengenden Zeiten, braucht es Momente und Zeiten, um herunter zu fahren, sich zu entspannen.

Gerade in der Sommerzeit sind wir eingeladen, uns in der Natur zu bewegen. Eine Wanderung in der Bergwelt kann uns auf andere Gedanken bringen. Für jüngere Menschen ist der Sport eine gute Ergänzung zum Alltagsleben. Der ältere Mensch braucht einen anderen Rhythmus, sollte nach eigenen, seinem Körper angepassten Formen suchen. Auch ein aufbauendes Gespräch kann Erholung bedeuten.

Erholung hat auch eine spirituelle Seite. Sich Zeit nehmen fürs Gebet, für einen Kapellenbesuch, für den Gottesdienst, für das Lesen eines religiösen Buches. Wer in sich geht, die Arbeit und die Sorgen aus Distanz betrachtet, hat oft einen neuen Zugang zu Dingen, die er vorher nur als Last empfunden hat.

Pfarrer Stefan Roth

*Dann und wann  
das Tempo verlangsamem,  
anhalten,  
ruhig wahrnehmen, was um uns ist,  
was uns schützt, bedroht, erfreut,  
fordert, fördert;  
uns neu einstellen und ausrichten.*

*Dann und wann  
das Tempo verlangsamem,  
anhalten,  
sich hinsetzen und setzen lassen,  
was sich in uns bewegt.*

*Dann und wann  
das Tempo verlangsamem,  
anhalten,  
aus unserer Tiefe Bilder aufsteigen lassen,  
dankbar sein und sehen,  
was sie uns zeigen wollen,  
wohin sie uns weisen.*

(Max Feigenwinter)

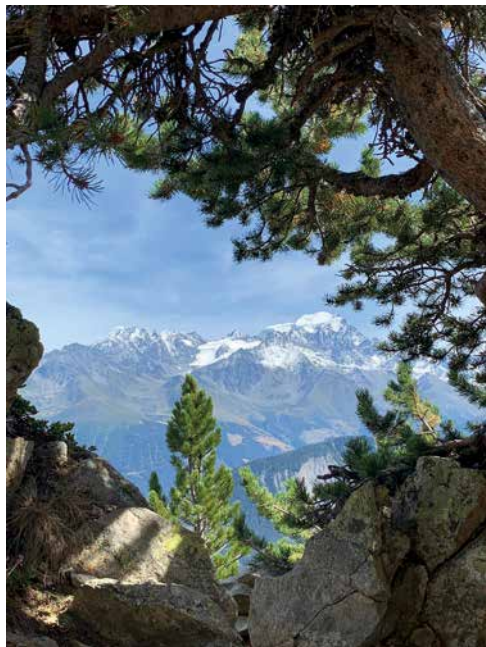


Foto: © A. Salina

# Liturgischer Kalender und Veranstaltungen der Vereine

**Juli 2024**



2. Di MARIÄ HEIMSUCHUNG
3. Mi HL. THOMAS, Apostel
4. Do Hl. Ulrich, Bischof von Augsburg, und Hl. Elisabeth, Königin von Portugal
5. Fr Hl. Antonius Maria Zaccarà, Priester, Ordensgründer  
**08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais  
Gedächtnis für Familie Fux-Hildbrand

6. Sa Hl. Maria Goretti, Jungfrau, Märtyrin  
**18.00 Uhr Vorabendmesse**  
in Notre-Dame des Marais  
Gedächtnis für Otto Witschard und Geschwister  
Lesung 1: Ez 1,28c-2,5  
Lesung 2: 2 Kor 12,7-10  
Evangelium: Mk 6,1b-6  
Opfer für die Pfarrei

## 7. So 14. Sonntag im Jahreskreis

8. Mo Hl. Kilian, Bischof von Würzburg, und Gefährten
9. Di Hl. Augustinus Zhao Rong, Priester, und Gefährten
10. Mi Hl. Knud, König von Dänemark, Märtyrer  
hl. Erich, König von Schweden, Märtyrer  
hl. Olaf, König von Norwegen
11. Do HL. BENEDIKT VON NURSIA, Patron Europas
12. Fr **08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais
13. Sa Hl. Heinrich II. und hl. Kunigunde, Kaiserpaar

14. So **15. Sonntag im Jahreskreis**  
**10.00 Uhr Hl. Messe**  
in der Katharina-Kirche  
Lesung 1: Am 7,12-15,  
Lesung 2: Eph 1,3-14 (oder 1,3-10)  
Evangelium: Mk 6,7-13  
Opfer für die Pfarrei

15. Mo Hl. Bonaventura, Ordensmann, Bischof, Kirchenlehrer
16. Di Gedenktag Unserer Lieben Frau auf dem Berge Karmel
19. Fr **08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais

20. Sa Hl. Margareta, Jungfrau, Märtyrin in Antiochien  
Hl. Apollinaris, Bischof von Ravenna, Märtyrer  
**18.00 Uhr Vorabendmesse**  
in Notre-Dame des Marais  
Gedächtnis für Alice Poisson-Fux  
Lesung 1: Jer 23,1-6  
Lesung 2: Eph 2,13-18  
Evangelium: Mk 6,30-34  
Opfer für die Pfarrei

## 21. So 16. Sonntag im Jahreskreis

22. Mo HL. MARIA MAGDALENA, Apostelin der Apostel
23. Di HL. BIRGITTA VON SCHWEDEN, Ordensgründerin, Patronin Europas
24. Mi Hl. Christophorus, Märtyrer in Kleinasien  
Hl. Scharbel Mahluf, Ordenspriester
25. Do HL. JAKOBUS, Apostel
26. Fr Hl. Joachim und hl. Anna, Eltern der Gottesmutter Maria  
**08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais  
Stiftmesse für Martin Schnyder-Balet;  
Thérèse Hallenbarter  
Gedächtnis für Irma und Simon Anthamatten und Margrith Schwitter

**28. So 17. Sonntag im Jahreskreis**

**10.00 Uhr Hl. Messe**

in der Katharina-Kirche  
Lesung 1: 2 Kön 4,42-44  
Lesung 2: Eph 4,1-6  
Evangelium: Joh 6,1-15  
Opfer für die Pfarrei

29. Mo Hll. Marta, Maria und Lazarus

30. Di Hl. Petrus Chrysologus, Bischof  
von Ravenna, Kirchenlehrer

31. Mi Hl. Ignatius von Loyola, Priester,  
Ordensgründer

## August 2024

1. Do Hl. Alfons Maria von Liguori,  
Ordensgründer, Bischof,  
Kirchenlehrer  
**Nationalfeiertag**

2. Fr Hl. Eusebius, Bischof von Vercelli  
Hl. Petrus Julianus Eymard, Priester,  
Ordensgründer  
**08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais  
Stiftmesse für Kurt Niederberger  
Gedächtnis für Familie Fux-Hildbrand

3. Sa **18.00 Uhr Vorabendmesse**  
in Notre-Dame des Marais  
Lesung 1: Ex 16,2-4.12-15  
Lesung 2: Eph 4,17.20-24  
Evangelium: Joh 6,24-35  
Opfer für die Pfarrei

**4. So 18. Sonntag im Jahreskreis**

5. Mo Weihetag der Basilika Santa Maria  
Maggiore in Rom

6. Di VERKLÄRUNG DES HERRN

7. Mi Hl. Xystus II., Papst, und Gefährten  
Hl. Kajetan, Priester, Ordensgründer

8. Do Hl. Dominikus, Priester,  
Ordensgründer

9. Fr HL. THERESIA BENEDICTA  
VOM KREUZ (Edith Stein)  
**08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais  
Gedächtnis für Barbara Rosset-  
Briand und Aldo Briand

10. Sa HL. LAURENTIUS, Diakon,  
Märtyrer in Rom

**11. So 19. Sonntag im Jahreskreis**

**10.00 Uhr Hl. Messe**

in der Katharina-Kirche  
Lesung 1: 1 Kön 19,4-8  
Lesung 2: Eph 4,30-5,2  
Evangelium: Joh 6,41-51  
Opfer für die Pfarrei

12. Mo Hl. Johanna Franziska von Chantal,  
Ordensgründerin

13. Di Hl. Pontianus, Papst,  
und Hl. Hippolyt, Priester, Märtyrer

14. Mi Hl. Maximilian Maria Kolbe,  
Ordenspriester, Märtyrer

**15. Do FEST MARIÄ AUFNAHME  
IN DEN HIMMEL**

**10.30 Uhr Hl. Messe**

in der Katharina-Kirche  
Lesung 1: Offb 11,19a; 12,1-6a.10ab  
Lesung 2: 1 Kor 15,20-27a  
Evangelium: Lk 1,39-56  
Opfer für die Pfarrei

16. Fr Hl. Theodor, Bischof von Octodurus-  
Martinach, Patron des Bistums Sitten  
**08.00 Uhr Hl. Messe**  
in Notre-Dame des Marais

17. Sa **18.00 Uhr Vorabendmesse**  
in Notre-Dame des Marais  
Gedächtnis für Alice Poisson-Fux  
Lesung 1: Spr 9,1-6  
Lesung 2: Eph 5,15-20  
Evangelium: Joh 6,51-58  
Opfer für die Pfarrei

**18. So 20. Sonntag im Jahreskreis**

19. Mo Hl. Johannes Eudes, Priester,  
Ordensgründer
20. Di Hl. Bernhard von Clairvaux, Abt,  
Kirchenlehrer
21. Mi Hl. Pius, X., Papst
22. Do Maria Königin
23. Fr Hl. Rosa von Lima, Jungfrau  
**08.00 Uhr Hl. Messe** in Notre-Dame  
des Marais
24. Sa HL. BARTHOLOMÄUS, Apostel

**25. So 21. Sonntag im Jahreskreis**  
**10.00 Uhr Hl. Messe**  
in der Katharina-Kirche  
Lesung 1: Jos 24,1-2a.15-17.18b  
Lesung 2: Eph 5,21-32  
Evangelium: Joh 6,60-69  
Opfer für die Caritas Schweiz

27. Di Hl. Monika, Mutter des hl. Augustinus
28. Mi Hl. Augustinus, Bischof von Hippo,  
Kirchenlehrer
29. Do Enthauptung Johannes des Täufer
30. Fr Hl. Guarinus, Bischof von Sitten  
**08.00 Uhr Hl. Messe** in Notre-Dame  
des Marais

31. Sa Hl. Paulinus, Bischof von Trier,  
Märtyrer  
**18.00 Uhr Vorabendmesse**  
in Notre-Dame des Marais  
Gedächtnis für Leontine, Otto und  
Béatrice Imhof; Brigitte Ruppen;  
Odile Elsig; Anna Seiler-Imhof  
Lesung 1: Dtn 4,1-2.6-8  
Lesung 2: Jak 1,17-18.21b-22.27  
Evangelium: Mk 7,1-8.14-15.21-23  
Opfer für die Pfarrei

**1. So 22. Sonntag im Jahreskreis**  
**Weltgebetstag zur Bewahrung**  
**der Schöpfung**

## Liturgische Dienste

Während den Sommerferien (Juli, August) veröffentlichen wir keine Einsatzliste für die Ministranten, Lektoren und Kommunionhelferinnen. Erkundigt euch bitte vor den Gottesdiensten in der Sakristei, ob diese Dienste schon besetzt sind oder nicht. Vielen Dank!

## Aus den Pfarrbüchern



### Beerdigt wurde:

Am 8. Juni 2024

**Charles Albert Antille** (18.10.1944),  
alt-Stadtpräsident

### Opfer Mai 2024

4. für die Ausbildung zu kirchlichen Diensten	Fr. 82.60
9. für die Pfarrei (Christi Himmelfahrt)	Fr. 118.30
11. für das Bistum (Firmung)	Fr. 573.25
18. für die Pfarrei	Fr. 126.10
25. Medienopfer	Fr. 99.90
Fastenopfer der Schüler	Fr. 225.45

## Aus dem Leben der Pfarrei

### Seniorenverein Siders und Umgebung

Im Juli und August sind wir in der Sommerpause und werden das Programm im September wieder aufnehmen.

Wir wünschen eine angenehme und frohe Sommerzeit und grüssen herzlich  
der Vorstand

*Fortsetzung des Pfarreiteils nach dem Dossier*

## Pfarrefest

Die Wetterprognosen erlaubten uns nicht, das Pfarrefest im Pfarrgarten durchzuführen. Schweren Herzens mussten wir das Fest absagen. Wenigstens konnten wir dann nach dem Festgottesdienst im Trockenen ein reichhaltiges Apéro geniessen.

Dem Pfarreirat ein grosses Dankeschön!



## Vergelt's Gott

Im Juni haben die Vereine und Räte der Pfarrei ihre Aktivitäten für das Pastoraljahr 2023/24 beendet. Die Sommerferien bringen eine verdiente Pause ins Vereinsleben. Das soll uns Gelegenheit bieten, um zurückzuschauen und den Verantwortlichen ein grosses Vergelt's Gott auszusprechen.

In erster Linie gilt der Dank dem Pfarreirat und seinen Präsidentinnen Chantal Burri und Marlène Schnyder. Sie haben zusammen mit den drei weiteren Mitgliedern die Anlässe und Feste der Pfarrei organisiert. Ein Dank gilt auch den Katechetinnen Clementine Bellwald und Marianne Mathier. Sie haben die Kinder besonders auf die Erstkommunion und Firmung vorbereitet. Einen Dank verdienen auch die Verantwortlichen des Seniorenvereins und des Oberwalliser Vereins Siders. Mit ihren Anlässen wurden viele ältere Menschen angesprochen und tolle Begegnungen ermöglicht. Nicht vergessen wollen wir unseren Gemischten Chor und seinen engagierten Vorstand und die Dirigentin. Nebst der Mitgestaltung und Verschönerung der kirchlichen Feste hat der Gemischte Chor mit seinem Konzert «Häärz-Liächt» in der Adventszeit einen weiteren Höhepunkt im Pfarreileben gesetzt. Danken wollen wir auch allen, die als Lektoren, Kommunionhelferinnen und Ministranten Dienste in der Liturgie übernehmen.

Für all diese ehrenamtlichen Engagements in der Pfarrei sind wir vom Seelsorgeteam sehr dankbar.

*Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern einen erlebnisreichen Sommer und Gottes Segen.*

*Das Seelsorgeteam*

## Gemischter Chor Siders

### Wenn's auf afrikanisch «fätzt»

(ar) Das Jahreskonzert der Edelweiss Muraz vom 17. Mai 2024, unter der Leitung von Anne Casularo, gab unserem Chor die Gelegenheit sich darzustellen. Und wie! Im besten Lichte selbstverständlich. Der erste Teil des Konzerts bestritt der Chor von Muraz, verstärkt durch Dani Ruppen.

Mit dem zweiten Teil waren wir an der Reihe und das sozusagen als Antithese zum «klassischen» Programm der Edelweiss Muraz. Unsere afrikanischen Lieder begeisterten den Hintersten und Letzten in der gut besuchten Kirche Muraz. Wie denn sonst wäre von uns eine Zugabe gefordert worden? Auf Sympathie stiessen auch die mit dem Chor von Muraz gemeinsam vorgetragenen Lieder, sei's auf italienisch oder auf französisch.

Von unserer Chorleiterin Marie-Elisabeth Hischier-Borter waren nicht nur wir einmal mehr begeistert, sondern durchs Band erfuhr sie grosse Anerkennung und Lob. Danke Lisi! Christine Schmidt war einmal mehr ein sicherer Wert am Klavier. Besten Dank auch dafür. Der Dank geht auch an unsere Ansagerin Christine Signorell, die das souverän gemacht hat.

Fazit: Das Konzert war für uns ein voller Erfolg, der bei so einigen für Überraschung sorgte. Das hat sich beim anschliessenden Apéro gezeigt. Und nicht ganz unbescheiden behaupte ich: «Wir haben wesentlich zum Erfolg des Jahreskonzertes von Muraz beigetragen – und das nicht nur musikalisch, sondern auch hinsichtlich des Publikums, das unserem Chor nahesteht und ihn unterstützt.» Auch dafür danke!



*Bild ar:  
Konzentration  
ist auch beim  
Einsingen  
zum Konzert  
gefordert.*

### Voranzeige – Mitgliedschaft auf Zeit

Mitgliedschaft auf Zeit? Weshalb eigentlich nicht. Gemeinsam zu singen und zu musizieren ist ein vorrangiges Ziel des Gemischten Chors Siders. Das Vereinsjahr 23/24 geht zu Ende, aber wir blicken schon auf das kommende Vereinsjahr, an welchem am 5. April in Turtmann das Gesangsfest 2025 stattfindet. Der Gemischte Chor Siders wird daran selbstverständlich teilnehmen. Im Hinblick auf dieses Gesangsfest lädt der Gemischte Chor Siders alle Gesanginteressenten ein, sich zu melden, wenn sie auch aktiver Teil dieses Festes sein möchten.

Schwerpunktmässig beginnen die Proben, die jeweils am Donnerstagabend durchgeführt werden, im Januar 2025. Interessenten mögen sich bitte bei der Präsidentin Marianne Ruppen (Telefon 079 480 53 50) oder bei der Chorleiterin Marie-Elisabeth Hischier-Borter (079 415 74 60) melden.



## Eine theologische Betrachtung zur Urlaubszeit

Nach getaner Arbeit haben wir uns auch mal Erholung verdient. Christen wissen ohnehin, dass sie nicht alles im Leben in der Hand haben und dass sie darauf vertrauen dürfen, dass die «Früchte» ihres Tuns dennoch reifen.

«Let It Be» lautet einer der wohl bekanntesten Songs der Beatles. 1970 kam das Lied erstmals als Single auf den Markt – und seither hat es unzählige Menschen in seinen Bann gezogen. Man könnte den Liedtitel ins Deutsche so übersetzen: «Lass es einfach mal gut sein!» Es gibt in der Bibel einen Text, der ein ähnliches Thema behandelt wie das, worüber die Pilzköpfe aus Liverpool da singen: das Gleichnis von der selbstwachsenden Saat (Mk 4,26-29). Es passt in diese sommerlichen Tage, in denen es überall blüht und die Früchte reif zur Ernte sind.

Jesus erzählt uns in diesem Gleichnis folgendes: Ein Bauer sät und erntet und in der Zwischenzeit – tut er nichts. Er sorgt sich nicht übermäßig um seine Pflanzen, er grübelt nicht Tag und Nacht, was sein könnte, wenn... Der Landwirt ergibt sich vielmehr ganz und gar seinem Schicksal, weil er weiss: Er kann es ja doch nicht ändern.

Und weil er von der Gewissheit erfüllt ist, dass alles Werden und Gedeihen letztlich in der Hand eines anderen liegt, der alles irgendwie doch zum Guten führen wird. So kann der Bauer seines Lebens froh sein, im Frühjahr säen und im Herbst eine reiche Ernte einfahren – und in der Zwischenzeit sorglos sein Leben verbringen. Er vertraut darauf, dass die Saat aufgeht und wächst und Früchte trägt. Dieses Vertrauen trägt sein Leben.

Ein Plädoyer für die Gelassenheit, das Jesus hier seinen Jüngern ans Herz legt und das auch unserer Zeit guttut. Christ sein heisst nämlich nicht zwangsläufig, ständig zu schauen, dass meine «Saat» auch aufgeht, dass die, denen ich das Evangelium predige, es auch leben. Christ sein heisst nicht, andauernd im Stress durch den Alltag hetzen zu müssen, in Arbeit zu ertrinken, sich jede Erholung zu verbieten.

Markus hat dieses Gleichnis Jesu mit Bedacht in sein Evangelium aufgenommen. Denn er weiss,

wie wichtig es auch für einen Christen ist, einmal Pause zu machen und durchzuschlafen. Wer gut entspannt, findet wieder neuen Elan für die Arbeit.

Für uns heute kann dies heissen: Wir können nicht mit allem, was in unserer Kraft liegt, das Reich Gottes herbeiführen. Wir können und müssen zwar unseren Beitrag dazu in dieser Welt leisten, aber wir müssen auch einsehen, dass es letztlich nicht unser Verdienst ist. Es liegt allein an Gott, sein Reich hier und jetzt anbrechen zu lassen und die Welt zur Vollendung zu führen. Das Wort des Evangeliums auszusäen und unter die Menschen zu bringen, das ist unser Auftrag. Aber was dann geschieht, das weiss Gott allein. Da müssen wir glauben und vertrauen, dass es schon gut wird.

So ist es auch eine zutiefst christliche Lebenseinstellung, gelassen zu sein, einmal auszuruhen von Stress und Hektik, abzuschalten vom Alltag und alle Sorgen zu vergessen. Die Wochen des Sommers bieten uns dazu eine willkommene Gelegenheit. Die Tage des Ausruhens und Entspannens sind auch die Tage, an denen wir uns gerne daran erinnern dürfen, dass alles in Gottes Hand liegt, dass er alles zum Guten führen wird. Und dass wir nach getaner Arbeit auch sagen dürfen: Jetzt ist es Sache eines Anderen, auch etwas aus dem zu machen, was wir ausgesät haben.

Die Zeit zum Durchschlafen ist also ebenso wichtig wie die Zeit der Arbeit. Und besonders die heissen Tage des Sommers laden ein, sich einmal bewusst Pausen zu gönnen. Einmal bewusst Gelassenheit zu üben, weil der Alltag mit seinem Stress und seinen Verpflichtungen doch so schnell wiederkehrt.

Geniessen wir den Sommer als Zeit zum Krafttanken und Ideen sammeln, damit wir danach mit neuem Elan wieder an die Arbeit gehen können. Jetzt ist die Zeit zum Zurücklehnen, zum Durchschlafen, zum Ausruhen. Mit den Beatles dürfen wir dann einstimmen: «Let it Be». Lassen wir es einfach mal gut sein – im Wissen darum, dass Gott die Dinge zum Guten führen wird.

Fabian Brand (KNA)

## Gedanken zum «Salve Regina»

**Die marianische Antiphon beginnt mit dem Gruss an die Gottesmutter: «Sei gegrüsst». Dieser erinnert an den Gruss des Engels bei der Verkündigung.**

Maria wird hier nicht mit ihrem Namen, sondern als «Königin» angesprochen. Dies ist ein indirekter Hinweis auf Jesus Christus, den König des Universums. Erst die Majestät ihres Sohnes verleiht Maria ihre herausragende Würde. Diese besteht in ihrer Berufung, Mutter des Erlösers zu sein. Maria ist Mutter des Auferstandenen, der ihr bereits Anteil an seiner himmlischen Herrlichkeit geschenkt hat. So ist sie für uns zur «Mutter der Barmherzigkeit» geworden, denn in Jesus Christus ist für uns die Barmherzigkeit Gottes konkret erfahrbar geworden. Auch die nachfolgenden Bezeichnungen Mariens als «unser Leben», «unsere Wonne» und «unsere Hoffnung» lassen sich erst im Blick auf Jesus Christus richtig verstehen und einordnen. Jesus Christus selbst ist ja «der Weg, die Wahrheit und das Leben». Indem Maria uns Jesus schenkt, wird auch sie zum Quell des Lebens, zum Grund zur Freude und zum Zeichen der Hoffnung.

Der zweite Teil des «Salve Regina» ist der Ort der Klage. Hier befindet sich der Beter auf der Pilgerschaft vom Ort der Verbannung (Exil) hin zum himmlischen Vaterhaus. Jesus Christus hat diesen Heimweg durch die Erlösung eröffnet. Auch wenn das Ziel hoffnungsvoll ist, der Weg ist mit vielerlei Schwierigkeiten verbunden. Diese können unser Leben manchmal wirklich zum «Tränental» werden lassen. Der selige Hermann der Lahme wird dies oft selber erfahren haben. Und doch bleibt immer Grund zur Hoffnung: Wir sind nicht allein! Wenn einem Kind ein Leid zustösst, geht es zur Mutter. Durch ihre innige Beziehung zu ihrem Sohn wird Maria zur Begleiterin aller, die den «Pilgerweg des Glaubens» gehen. Als «Kind Evas» ist der Mensch in seinem Leben konfrontiert mit Leid und Tod. Maria hat als «neue Eva» das wahre Leben geboren. Sie ist somit

Mutter des erlösten Menschen und führt diesen aus der Verbannung zurück nach Hause.

Im dritten Teil werden zwei Bitten an Maria gerichtet: Es ist ihr liebevoller, mütterlicher Blick im Hier und Jetzt und das Schauen des Herrn in der Ewigkeit. «Zeige uns Jesus!» dürfen wir aber auch umfassender verstehen. Schon jetzt soll uns Maria die Augen öffnen für die Gegenwart des Herrn in unserem Leben, besonders in den Bedürftigen und Notleidenden.

Das «Salve Regina» beginnt mit dem Lob der «Mutter der Barmherzigkeit» und es endet mit einem Lobpreis der gütigen, milden und süssen Jungfrau Maria. Dieser vierte Teil ist ein späterer Zusatz, welcher in der Tradition dem heiligen Bernhard von Clairvaux (1090–1153) zugeschrieben wurde. Pater Sebastian Haas-Sigel OSB (Erzabtei Beuron) schreibt dazu: «Es ist die Freude, die hier singt; die Freude darüber, dass dem suchenden Menschen von Gott her Hilfe geschenkt ist. Maria ist Zeugin dafür und steht dafür ein.»

Durch die Aspekte des Lobes, der Klage und der Bitte nimmt das «Salve Regina» alle Stimmungslagen des Menschen auf. Es ist somit vergleichbar mit den Psalmen der Bibel, welche durch ihren Bildreichtum und die kraftvolle Sprache zu einer Schule des Gebets werden – wenn man sich darauf einlässt.

Auch das «Salve Regina» nimmt den Beter, die Beterin ganz hinein. Es lohnt sich, dieses Gebet immer wieder zu meditieren und auf sich wirken zu lassen. Doch am meisten ehren wir Maria, wenn wir sie nicht nur im Gebet anrufen, sondern auch ihren Glauben, ihre Hingabe und ihre Liebe nachahmen. Werden wir selber zu einem Lied, das mit Maria denjenigen preist, der auch an uns «Grosses getan hat»!

<https://www.kloster-einsiedeln.ch/salve-regina/>

# Graffiti

Auf den ersten Blick sind es nur ein paar Kleckse, unlesbare Hieroglyphen. Erst bei genauerem Hinsehen lassen sich aus den einzelnen Buchstaben Wörter bilden, bekommt die Botschaft eine Wirkung. Einige Jugendliche Sprayer sind echt talentiert und originell, auch wenn manche ihrer Botschaften ziemlich heftig, wenn nicht sogar unverschämt sind – typisch jugendlich. Jemand wünscht die Polizei zum Teufel, ein anderer

*Worauf möchte ich die Welt mit einem Graffito aufmerksam machen?*

lästert über die Politiker. Aber mal ehrlich, hat nicht jeder von uns als Jugendlischer mal solche radikalen Phrasen geschwungen, hatte nicht jeder von uns den Kopf voller Ideen und Wünsche?

Manche Erwachsene stören sich fürchterlich an Graffiti. Sie tun sie als Verschandelung ab, ohne sich genauer mit ihnen auseinanderzusetzen.

Jesus warf im Tempel die Tische der Händler um und vertrieb sie, so zornig machte ihn ihre Habgier, ihre Taktlosigkeit. Wogegen würde



Foto: Sr. Catherine

er heute die Stimme erheben? Achten wir auf die Botschaft, die einige Graffiti an Bahnwaggonen, an Häuserwänden für uns haben: Sei nicht so bequem, akzeptiere nicht alles, wie es ist, setz dich ein für das, was dir wichtig ist!

*Was wäre die Welt ohne die stürmische Jugend, ohne junge Menschen, die rebellieren und sich für Veränderungen einsetzen?*

*Eine ziemlich verschlafene Gesellschaft – ohne Hoffnung und Aufbruch.*



Text aus dem empfehlenswerten Buch

## **55 Orte zum Aufatmen – Pausenzeiten im Alltag von Stephan Sigg**

Orte, an denen du dir und Gott begegnen kannst. Orte im Alltag, die dazu einladen, über sich, das Leben und über Gott nachzudenken. Pausen im hektischen Alltag, z. B. Parkplatz, Kino, Brücke, Sternenhimmel, Seeufer, Heimweg, Fussgängerzone, Supermarkt.

ISBN: 978-3-7666-2595-3

AZB  
CH - 1890 Saint-Maurice



## Kontaktadressen Pfarrei «Heilig Geist»

<b>Pfarrer</b>	<b>Stefan Roth</b> 027 455 14 83
<b>Pastoral- assistentin</b>	<b>Irmine Imseng</b> 079 347 12 64
<b>Pfarrereits- präsidentinnen</b>	<b>Chantal Burri</b> Rte de Miège 21, 3960 Siders 027 323 76 68  <b>Marlène Schnyder</b> Rue de St-Ginier 34 A 3960 Siders 027 470 50 33
<b>Vermögens- Verwaltung</b>	<b>Irmine Imseng</b> Pastoralassistentin
<b>Sakristan</b>	<b>Erich Kuonen</b> 076 219 56 10
<b>Pfarreizentrum:</b>	<b>Dragan Jordakovic</b> Reservations, Hauswart goga.nettoyage@gmail.com Rue d'Orzival 3 3960 Siders 079 781 78 88
<b>Organist/in</b>	<b>vakant</b>
<b>Katechetinnen</b>	<b>Clementine Bellwald</b> 079 906 88 37  <b>Marianne Mathier</b> Varenstrasse 3970 Salgesch 027 455 77 06

## Schulen

<b>Schulleiter Primarschule</b>	<b>Claudio Floris</b> 079 936 14 78
<b>Schulleiter OS Goubing</b>	<b>Rolf Burgener</b> Chemin des Collines 27 3960 Siders 027 452 05 49

## Vereine

<b>Pfadfinder</b>	<b>Dirk Jan Teitsma</b> Abteilungsleiter 079 904 27 10  <b>Barnabas Kuonen</b> Leiter 2. Stufe 079 573 62 18
<b>Senioren</b>	<b>Helene Pfammatter</b> Av de Rossfeld 21, 3960 Siders 027 455 44 52
<b>Oberwalliser Verein</b>	<b>Gaby Michlig</b> Chemin de Chantevent 8 3960 Siders 078 626 09 66
<b>Jodler Klub</b>	<b>Renata Margelist</b> Dorfstrasse 18 3937 Baltschieder 076 561 38 05
<b>Gemischter Chor</b>	<b>Marianne Ruppen</b> Ch. du Rotsé 2, 3960 Siders 079 480 53 50