

LebensZeichen

MITTEILUNGEN DER SALVATORIANERINNEN ÖSTERREICHS | AUSGABE 2/2019



Raus aus dem Hamsterrad! ... leichter gesagt als getan.

Ich wurde gebeten, zum großen Themenkreis „Auszeit – Erholung – Zeit für sich“ einen Artikel für diese Ausgabe der LebensZeichen zu schreiben. Auf den ersten Blick bin ich die denkbar ungeeignetste Person dafür. In meinem Elternhaus war Urlaub ein nie gebrauchtes Wort und eine nie erlebte Zeit. Meine Eltern waren Landwirte im Nebenerwerb. Unser Alltag war geprägt von Fleiß, viel Arbeit und Disziplin. Meine Brüder und ich haben von klein auf gelernt, dass ein großer Bestandteil des Lebens Arbeit ist. So ist es bis heute geblieben. Theoretisch weiß ich natürlich, wie notwendig Erholungsphasen sind. Praktisch bin ich belastbar und leistungsorientiert.

Im Laufe meiner beruflichen Tätigkeit sind administrative Aufgabenbereiche ständig ge-

wachsen. Bei meinem Berufseinstieg spielte der Computer keine Rolle, weil es ihn einfach am Arbeitsplatz noch nicht gab. Inzwischen sitze ich täglich viele Stunden vor diesem Gerät. Alles ist unbemerkt in den letzten drei Jahrzehnten schneller und mehr geworden.

Seit 2014 leite ich eine diözesane Bildungseinrichtung in Tirol. Meine vielen Aufgaben haben die Fähigkeit, dass sie sich ständig und selbstständig vermehren. Wann immer ich glaube, ein Teil davon ist erledigt, steht eine neue Aufgabe im Raum oder eine unerwartete Mail Flut oder neue Verordnungen wollen bearbeitet werden. Sitzungen in diversen Arbeitskreisen und Gremien werden einberufen und es gibt noch viele andere Möglichkeiten der Arbeitsvermehrung. Es scheint, als ob ich Arbeit ma-

AUF EIN WORT

Schwester
Patricia Erber SDS
Provinzleiterin



Im Zusammenhang mit dem Thema Erholung kam mir ein Text von Bernhard von Clairvaux († 1153), einem Zisterziensermönch, in den Sinn. Darin heißt es unter anderem: „Gönne dich dir selbst. Ich sage nicht: Tu das immer, ich sage nicht: Tu das oft, aber ich sage: Tu es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.“ Mich spricht dieser Text sehr an. Er lädt mich ein, mich von Zeit zu Zeit meinen Beschäftigungen zu entziehen, bevor diese mich ziehen und ich mich ganz im Tätigsein verliere. Um ganz für andere da sein zu können ist es klug eine gesunde Form der Selbstliebe zu pflegen. Es ist notwendig in der Stille, Raum für die Begegnung mit sich selbst zu schaffen. In Momenten des Innehaltens wird mir oft erst bewusst, wie sehr ich zuallererst Empfangende bin. Auf vielfältige Weise kommt mir das Geschenk des Lebens entgegen: in der Erfahrung meines Atems, in der Schönheit der Natur, im Gesang der Vögel, in einer spontanen Begegnung. All das kann ich nicht selbst erwirken, es wird mir geschenkt.

Innehalten, für mich sein, die „leisen Töne“ wahrnehmen, berührbar bleiben und mich darin als Beschenkte erfahren. Nur so ist es mir möglich auch wieder gut für andere da sein zu können. „Gönne dich dir selbst.“, so der Aufruf des Hl. Bernhard. Mögen die Sommermonate einen solchen Raum des Ausruhens und der Begegnung mit sich selbst ermöglichen.

Sr. Patricia Erber SDS

Sr. Patricia Erber SDS

IM FOCUS

Sr. Hedwig Roßmann SDS, Salvatorianerin aus Leidenschaft

Schätze deine Arbeit und gönne Dir Ruhe, sie gehören zusammen wie Wurzel und Blüte. Die Atmung hat in meinem Leben eine zentrale Bedeutung: tief ein- und ausatmen, nachspüren und dabei in Verbindung bleiben mit guten Gedanken, die das Leben lebenswert machen. Erholung ist für mich: zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen, zu sich selber finden, sich Zeit schenken, entspannen und loslassen.

Im Jahr 1954 bin ich bei den Salvatorianerinnen eingetreten. In unserem St. Josef Krankenhaus in Wien war ich 49 Jahre lang - bis zum Jahr 2009 - nahe dran am Menschen, was mir viel Freude gemacht hat. Viele Jahre

habe ich als Physiotherapeutin im Rahmen der Schwangerschafts- und Rückbildungsgymnastik zu einer glücklichen Geburt beitragen dürfen. Ein Gedicht von Johann Wolfgang von Goethe (1749 - 1832) war mir dabei ein lieber Begleiter: Im Atemholen sind zweierlei Gnaden: Die Luft einzuziehn, sich ihrer entladen; jenes bedrängt, dieses erfrischt; so wunderbar ist das Leben gemischt. Du danke Gott, wenn er dich presst, und dank ihm, wenn er dich wieder entlässt.

Ehrenamtlich bin ich seit 57 Jahren Sakristantin in unserer Spitalskapelle. Ein schöner Blumenschmuck und das gemeinsame Musizieren mit den Mitschwestern bei den

Eucharistiefeiern liegen mir sehr am Herzen. Jesus ist meine Kraftquelle. Ich bespreche alles mit IHM, mein Leben lege ich in seine Hände. Da entsteht für mich totale Freiheit. Mein Inneres ist erfüllt mit großer Dankbarkeit für meine Berufung durch Jesus Christus als Salvatorianerin! IHM sei Lob, Preis und Dank!



TIPPS & NEWS

Buchempfehlung



Glück im Grünen

Momente in Natur und Garten

Die glücklichen Augenblicke sind nicht nur Inseln der Erinnerung im großen Alltagsmeer. Sie sind das, was einen Menschen wachsen und gedeihen lässt. An ihnen kann man reifen und lernen.

Julia Kospach forscht ihren Glücksmomenten in der Natur nach und stellt fest, dass sie zwei erstaunliche Eigenschaften besitzen: Sie stellen sich gern dort ein, wo man es nicht erwartet und lehren zu erkennen, was einem liegt und gut tut.

Styria Verlag, 2019, Hardcover 12 x 20 cm;
144 Seiten, € 18,00



© Photo und Text: Sr. Heidrun Bauer SDS

HINWEIS

SAVE THE DATE

Pater Jordan (1848 – 1918), Gründer der Salvatorianischen Gemeinschaften, war ein Visionär: weltweit sollen alle Menschen Jesus Christus kennen lernen und so wie JESUS in enger Verbindung mit Gott das eigene Potential voll entfalten!

Vor einem Jahr, während eines Pfarrcafés in Wien, St. Michael, machte Sr. Ulrike Musick SDS, ehemalige Direktorin der Salvatorischule in Wien Kaisermühlen einen beiläufigen Kommentar: „Ein Pater-Jordan-Musical im Jubiläumsjahr 2018 wäre ein Hit!“ Mag. Christian Köhler, Direktor der Albertus-Magnus-Schule in Wien, konterte prompt: „Das lässt sich ziemlich sicher machen. Fragt mal unseren Musikprofessor Michael Wahlmüller, er komponiert viel, seine Frau Martina schreibt Texte.“ Mit dieser Expertise war der Grundstein gelegt. Und diese Idee wird heuer Wirklichkeit!

Herzliche Einladung zur Uraufführung des Musicals über Pater Jordan!

Sonntag, 15. September 2019, 14.30 Uhr in 1010 Wien, Michaelerkirche



>> Fortsetzung von Seite 1



Die Serles (Höhe 2717 m) liegt zwischen Stubaital und Wipptal in Tirol.

© Basotxerri, unverändert, CC BY-SA 4.0

gisch anziehe. Meine Arbeit macht Sinn und auch wenn sie fordert, erfüllt sie mich, denn mein Arbeitsplatz ist sensationell. Er ist ein Kraftplatz in den Bergen. Auf fast 1200 m Seehöhe in einem Seitental des Inntales liegt das neuerbaute und im Februar 2018 eröffnete Bildungshaus St. Michael.

Ein wunderbarer Ort für alle, die Weiterbildung mit Erholung verbinden, für alle, die ihre Kreativität in unterschiedlicher Weise entfalten möchten. Für Wanderer, für Exerzitien, für Menschen, die sich für Lehrgänge wie Geistliche Begleitung interessieren und für vieles andere mehr. Hier erleben unsere Gäste Auszeiten von ihrem Alltag.

Perspektivenwechsel

Wenn es mir gar zu schnell wird, stehe ich von meinem Arbeitsplatz auf und ich genieße den herrlichen Ausblick auf die Serles. Das Bergmassiv weckt in mir das Empfinden von Ewigkeit und relativiert so manches, im Sinne von: Es gab vor mir eine Zeit und es wird auch nach mir eine geben. Berge ruhen in sich und sind ganz sie selbst. Ihr Wesen ist zugleich ihre Bestimmung. Der Blick auf „meine“ Serles erinnert mich an Worte aus dem Buch „Kleine Sakramentenlehre“ von Leonardo Boff, erschienen 1976 im Patmos Verlag: „*Ich widme dieses Büchlein dem Gebirgszug, der immer wieder mein Fenster besucht. Manchmal brennt die Sonne auf ihn, manchmal streichelt sie ihn. Häufig straft ihn der Regen. Nicht selten hüllt sanft der Regen ihn ein. Niemals jedoch habe ich gehört, dass er sich über die Hitze oder Kälte beklagt hätte. Noch nie hat er ein Entgelt für seine majestätische Größe verlangt. Auch will er keinen Dank. Er gibt sich einfach. Ganz umsonst. Dabei ist er keineswegs weniger majestätisch, wenn die Sonne ihn liebkost, als wenn der Wind ihn geißelt. Es ist ihm gleich, ob*

man ihn anschaut. Auch stört es ihn nicht, wenn man ihn erklimmt. Er ist wie Gott: Er trägt alles, erleidet alles; alles nimmt er an. Gott verhält sich wie er. Deshalb ist der Gebirgszug ein Sakrament Gottes: Offenbart, bringt in Erinnerung, liefert Hinweise und verweist auf andere Horizonte.“

Die Neubauphase des Bildungshauses hat mich wirklich gefordert. Es ist unglaublich, was die Bauarbeiter, unsere Kollegen vom Bauamt der Diözese, die Architekten, unsere MitarbeiterInnen, wir alle im Team in dieser Zeit geleistet haben. Das Eröffnungsjahr im neuen Haus war fulminant und wir können mit Stolz sagen: „Das Werk ist gelungen.“ Alles ist neu und innovativ, nur am Ende des Jahres war ich „renovierungsbedürftig“ und erlebte zum ersten Mal in meinem Leben eine Kur.

Wenn sogar die Sockenwolle frei hat ...



Den Kurort im Mühlviertel kannte ich nicht. Drei Wochen sind eine lange Zeit und ich packte mein Auto voll, sicher ist sicher. Von der Sockenwolle, über Bücher, die ich immer schon lesen wollte, der Laptop, das private und das Diensthandy, ich hatte alles für alle Fälle mit. Irgendwie begleitete mich wohl Angst, dass es langweilig werden könnte, wenn ich drei Wochen ohne Arbeit bin. Gar nichts davon habe ich gebraucht. Zum ersten Mal in meinem Leben hatte ich drei Wochen für mich, für meine Gesundheit, für mein Wohlbefinden. Das waren kostbare Stunden, Tage und Wochen.

Neben den Anwendungen und sportlichen Einheiten wanderte ich durch das wunderschöne Mühlviertel und genoss das erwachende Frühjahr. Ich musste nichts bedenken, nichts abwägen, nichts planen, nichts vorbereiten, nichts verteidigen, nichts ausdiskutieren. Einfach gehen, atmen, immer wieder stehen bleiben und den Ausblick genießen. Es war herrlich! Am meisten erstaunt war ich über mich selbst. Ich wusste gar nicht, dass ich das Entspannen richtig gut kann!

Zweimal am Tag die Hauptrolle spielen

Nun sind mein Alltag und ich wieder vereint. Die dreiwöchige Erholungsphase liegt hinter mir.

Zwei kleine Rituale habe ich mir für die kleinen Auszeiten untertags gerettet. Der Blick auf „meine Serles“, weitet meine Sicht und das Herz wird leicht. Ich spüre wie es mir guttut, gleichsam wie ein Berg, in mir zu ruhen, komme was da wolle.

Ganz alltäglich und doch effektiv mein zweites Ritual: Mein Weg zur Arbeit zum Bildungshaus St. Michael ist 16 Kilometer lang, eng und kurvig und führt über eine alte Römerstraße. Ich muss mich auf das Fahren konzentrieren und gerne höre ich schöne Musik während der Fahrt. 25 Minuten bin ich allein im Auto. Ich denke nicht an zu Hause und nicht an den Betrieb. Ich versuche einfach bei mir zu sein. So beginnt und endet mein Arbeitstag. Ich spiele die Hauptrolle. Das tut mir gut und meine beiden kleinen Auszeiten stärken mich für den Tag und lassen mich am Ende eines anstrengenden Arbeitstages ruhiger werden.



© Vanessa Rachlé

- Ing.in Dipl.Päd.in Barbara Haas Bakk.theol., Leitung Bildungshaus St. Michael

ÜBERBLICK

Veranstaltungskalender

Name der Veranstaltung	Termin	Ort
Juli 2019		
Salvatorianische Gebetsuhr	Donnerstag, 4.7.2019 18.00 - 19.30 Uhr	Pfarrkirche St. Michael Michaelerplatz, 1010 Wien
(Weitere Termine: 1.8., 5.9., 3.10., 7.11. und 5.12.2019)		
Einzelexerziten Begleitung: Sr. Amata Rindler SDS P. Josef Wonisch SDS	Beginn: Sonntag, 21.7.2019, 18.00 Uhr Ende: Sonntag 28.7.2019, 13.00 Uhr	Haus der Frauen 8222 St. Johann bei Herberstein 7, Steiermark
Anmeldung: Tel: +43(0)3113/2207; kontakt@hausderfrauen.at		
Salzburger Festspiele – Ouverture spirituelle	Sonntag, 21.7.2019, 14.00 - 17.00 Uhr	Schüttkasten Herbert-von-Karajan-Platz 5020 Salzburg
<i>Auch dieses Jahr starten die Salzburger Festspiele mit der Konzert- und Gesprächsreihe „Ouverture Spirituelle“. Die sogenannten „Disputationes“ – Gesprächsrunden zwischen Vertretern der Weltreligionen und Persönlichkeiten aus Kultur und Wissenschaft – widmen sich im Jahr 2019 dem Themenreigen „Emotionen – Trauer – Trost“. Zur ersten Disputatio wurde Sr. Dr.ª Melanie Wolfers SDS als Rednerin eingeladen.</i>		
Infos: www.disputationes.at		
SEPTEMBER 2019		
Musical über das Leben von Pater Jordan Uraufführung	Sonntag, 15.9.2019 14.30 Uhr	Pfarrkirche St. Michael Michaelerplatz, 1010 Wien
34. Salvatorianischer Begegnungstag Anders miteinander sein – Was reizt mich am Fremden? Referentin: Dr.ª Regina Polak	Samstag, 21.9.2019 9.00 - 17.00 Uhr	Harrachstraße 7, 4020 Linz
Anmeldung: maria.schlackl@salvatorianerinnen.at		

SALVATORIANISCHE FAMILIE

An P. Titus Helde SDS*)

Dein Name, verschwiegen,
verstummt,
in den Jahren verdrängt.
Angst und Beklemmung
sind noch in Erinnerung,
wie gelähmt,
als der Schuss
aus russischer Hand
dich traf, mitten in den Leib,
unter der Standuhr im Kloster.
Nur kurz hat die Zeit den Atem angehalten.
Der Schrecken blieb im Gesicht der Frauen.
Am Friedhof, unter dem Kreuz
steht dein Name als Opfergabe
gegen das Vergessen.

Frauen wurden gerettet durch deinen Mut,
gerettet vor Missbrauch,
Scham und Gewalt.
„# Me too!“ knistert es heute
befreiend
als Ende des Schweigens.

Ein Aufbrechen aus dem
seelischen Kerker
der Unterdrückung,
voll zugefügtem Leid.
Täter werden öffentlich
in Prozess und Urteil.
Ihr Name füllt Zeitungen und Akten.

Dein Name dagegen bleibt still,
umwoben von unerschrockenem Mut,
der Frauen schützt
vor Ohnmacht und Verbrechen,
ein Zeugnis für die Würde
und Schönheit des Lebens.

Dein Name gegen Gewalt,
dein Name für Frieden,
ist viel zu leise im Geschrei der Medien,
das nichts von Lauterkeit und Würde hält.
Ich nenne ihn laut und
sage ihn weiter,
ich säe deinen Namen aus
unter die Menschen
für eine neue Erde
und einen neuen Himmel.

- P. Leo Thenner SDS (Salvatorianer) am 39. Todestag der Ermordung von Oscar Romero, 24. März 2019



*) P. Titus Helde SDS (5. Mai 1905–21. April 1945) wurde von russischen Soldaten im Salvatorianer-Kloster Mistelbach, NÖ., erschossen, als er sich schützend vor Frauen und Mädchen stellte, die sich dort versteckt hielten.

RÜCKBLICK

Gut gewürzter Spendentopf

Jedes Jahr laden der Oberösterreichische Landeshauptmann und die Katholische Frauenbewegung am Familienfasttag zum Benefizsuppenessen ins Landhaus ein. Während in den vergangenen Jahren Wirt*innen die Suppen gekocht haben, kamen sie diesmal von drei Ordensgemeinschaften. Die Salvatorianerin Maria Schlackl hat ihre g'schmackige und xunde Gemüsesuppe angeboten – und damit den Suppentopf erfolgreich in einen Spendentopf verwandelt! Möge der gewandelte Inhalt Frauen in Tansania hilfreich zu Gute kommen, die ihr Leben selbst in die Hand nehmen wollen!



v.l.n.r.: Bischof Manfred Scheuer, Sr. Barbara Lehner, Sr. Maria Schlackl, Paula Wintereder, LH Thomas Stelzer, Pater Hans Eidenberger ©Daniel Kauder

Richtungsweisend

Was ist uns Salvatorianerinnen wichtig, was ist „NOT-wendig“ in der Realität, in der wir in Österreich und Ungarn leben und arbeiten? Welche Brücken verbinden uns mit den Menschen um uns? Was bedeutet das im Blick auf unsere Ordensausbildung? Während unseres Provinzkapitels in Wien vom 22. bis 26. März 2019 gingen wir diesen Fragen nach. Im gemeinsamen Hinhören sammelten wir mögliche Schritte auf Zukunft hin. Künftig setzen wir unter anderem Schwerpunkte in den Bereichen: zeit- und altersgemäße Strukturen, Bewahrung der Schöpfung, Engagement gegen Menschenhandel, Verkündigung als Frau in der Kirche.



Salvatorianerinnen beim Provinzkapitel im März 2019

Wollen Sie LebensZeichen abonnieren?

LebensZeichen erscheint 4x/Jahr, ist kostenlos und kann jederzeit abonniert oder storniert werden: lebenszeichen@salvatorianerinnen.at oder telefonisch unter: +43/(0)1/87844 - 6310.

