



## „Ja, Freunde, Lachen ist gesund!“ Bugs Bunny, Daffy Duck

Vor ein paar Monaten hat sich bei uns im Krankenhaus eine Klinikclownin mit einem genialen kleinen Päckchen, der Gute-Laune-Kiste, von uns in den Ruhestand verabschiedet. Es enthielt neben vielen liebevollen Kleinigkeiten, wie zum Beispiel hübsch genähten Herzchen aus weichen, bunten Stoffen und Süßigkeiten auch eine CD von Eckart von Hirschhausen und Guido Cantz, auf der sie Witze erzählen.

Weil ich Witze liebe, musste ich sie mir selbstverständlich sofort ausborgen, aber jetzt steht sie wieder im sogenannten Kaminzimmer auf dem Klavier (S.2), bereit von jedermann oder -frau angehört zu werden. In einem seiner Beiträge beklagt Hirschhausen, dass im Pschyrembel, dem klinischen Wörterbuch, zum Lachen nur ein sparsamer Satz stünde, der dessen wahrer Bedeutung zusätzlich überhaupt nicht gerecht würde: „Lachen, queres n: engl. transverse grin.

Breites Verziehen des Gesichts bei beidseitiger Faszialisparese“.<sup>1</sup>

Da ich im Gegensatz zu Eckart von Hirschhausen kein Arzt bin und mit dem letzten Wort nicht wirklich etwas anfangen konnte, habe ich auch dieses nachgeschlagen und dabei fest-



gestellt, dass bei dieser nachvollziehbaren Vorgehensweise das Lachen doch tatsächlich in den Verdacht der Krankhaftigkeit geraten könnte, da es in der Worterklärung zu „Faszialisparese“ um die verschiedensten Arten von Nerven- und den damit verbundenen Muskellähmungen geht.

Zum Glück ist es Eckart von Hirschhausen mittlerweile wirklich gelungen, einen wesentlich längeren und positiveren Artikel über das Lachen in diesem Werk zu platzieren, in dem er schließlich sogar als Fachmann für das Lachen benannt wird. Bevor es um das „breite Verziehen des Gesichtes“ geht, steht dort: „Lachen n: engl.

laughter, Laut Volksmund „die beste Medizin“, wissenschaftlicher Gegenstand der Gelotologie (von griechisch γέλος, gélos das Lachen“). Lachen ist ein angeborenes Ausdrucksverhalten des Menschen mit komplexen positiven Effekten auf Physiologie, Psychologie und Sozialverhalten (vgl. Humor\*).

Hintergrund: Lachen ist die natürliche Reaktion eines gesunden Menschen auf komische oder erheiternde Situationen. Bereits Darwin beschrieb im Gegensatz zum Lächeln die typischen, lauten und rhythmischen Phasen der Expiration (Ausatmung), unterbrochen von einer tiefen Inspiration (Einatmung). Beim echten Lachen sind die Augen beteiligt (M. orbicularis oculi). Ab dem 3. Lebensmonat setzt die Fähigkeit zu lachen ein. Am häufigsten taucht Lachen

im Alltag im sozialen Miteinander auf, wo es der Stressminderung, der Abwendung von Konflikten und als Entlastungsreaktion nach überwundenen Gefahren dient. Lachen wirkt schmerzlindernd, angstmindernd und vertrauensstiftend und hat daher eine zentrale Bedeutung in einer gelingenden Arzt-Patienten-Beziehung. Wichtige Pioniere der gesundheitsfördernden Humorforschung sind Michael Titze, Willibald Ruch und Eckart von Hirschhausen. „Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn wir sterben. So wenig wie es aufhört, ernst zu sein, wenn wir lachen.“ (G.B. Shaw).<sup>2</sup>

Aus dem Inhalt	Seite
Lachen ist gesund	1-2
Stellenausschreibungen	2
Nichts ist so beständig wie die Veränderung	3
Aus den Pfarreien ...	4-8
Zum Valentinstag: Was ist Liebe?	
TelefonSeelsorge	9
Oradea: Vergelts Gott!	
Jobcoaching Caritas	10
Können Tiere lachen?	11
Theologisches Fragezeichen	12

# „Ja, Freunde, Lachen ist gesund!“

Fortsetzung von Seite 1

Durch die neue Bewertung des Lachens ist bereits eine eigene Therapieform entstanden, die Gelotherapie bzw. übersetzt Lach-Therapie, die für eine Verbesserung der Atmung sorgt und bewusst zum Abbau von Spannungen und zur Unterstützung der Vertrauensbeziehung zwischen Patient und Arzt bzw. Pflegeperson, besonders bei Krebs, Alzheimer, Depression und chronischen Schmerzen eingesetzt wird. Es ist somit sogar bereits wissenschaftlich anerkannt, dass Lachen gesund ist und beim Gesund-Werden helfen kann.

Lachen ist auch nicht nur für uns Menschen reserviert, auch in der Tierwelt gibt es unterschiedlichste Varianten davon. So hören sich die Rufe des in Australien lebenden Vogels „Lachender Hans“ wie Lachen an und auch der Delfin wirkt mit seinen nach oben gezogenen Mundwinkeln und seinem hohen Keckern, als würde er sich dauernd amüsieren.

Bei vielen Tierarten ist es allerdings einfach nur die normale Art der Verständigung, die sich für uns nur wie Lachen anhört. Trotzdem haben amerikanische Meeresbiologen herausgefunden, dass Delfine sich mit bestimmten Quitschönen freuen,

wenn sie eine Aufgabe lösen konnten, und Krähen scheinen am Himmel immer wieder Flugspiele zu absolvieren, die nicht unbedingt Sinn ergeben, was auch als Freude am Fliegen interpretiert werden könnte.



„Echtes Lachen ist im Tierreich also nicht besonders verbreitet. Entdeckt wurde aber, dass Menschenaffen wie Schimpansen lachen können. Affeneltern kitzeln ihre Affenkinder gerne. Dabei kichern die Jungtiere. Tierforscher haben das Kichern der Affenbabys näher untersucht. Sie wollten wissen, ob das Lachen der Affen ein echtes Lachen ist oder nur ein Ge-

räusch, das wir Menschen als Lachen wahrnehmen. Herausgefunden haben die Wissenschaftler, dass bei den lachenden Affenkinder die gleichen Gehirnteile aktiv sind wie bei einem lachenden Menschen. Affen können also sehr wahrscheinlich lachen. Das können sie, weil sie sehr hoch entwickelte Tiere sind. Millionen andere Tierarten, die es auf der Welt gibt, können das nicht.“<sup>3</sup>

## Lesen Sie dazu auch den Beitrag auf Seite 11.

Also bleibt mir nur noch zu wünschen übrig, dass Sie im Jahr 2022 immer (wieder) etwas finden werden, worüber Sie lachen können. Und das, was wir uns momentan alle wünschen: Bleiben (oder werden) Sie gesund!

Christina Wöhrle  
Pastoralreferentin, Klinikseelsorgerin  
St. Radolt, Radolfzell

- 1 Pschyrembel, klinisches Wörterbuch: „Lachen“, De Gruyter, 2017, 267. Auflage, S. 1008, mittlere Spalte unten.
- 2 Pschyrembel, klinisches Wörterbuch: „Lachen“, De Gruyter, 2017, 267. Auflage, S. 1008, mittlere Spalte, Mitte.
- 3 <https://www.br.de/kinder/wissen-kinder-le-xikon-a-z-100.html>.

Fotos: Christina Wöhrle

## Die Kath. Kirchengemeinde St. Georg - Maria Hilf sucht für das neugebaute 6-gruppige Kath. Kinderhaus St. Georg in der Jungerhalde / Konstanz-Allmannsdorf (Eröffnung im September 2022)

- eine/n Kinderhausleiter/in
- eine/n stellvertretende Kinderhausleiter/in
- Pädagogische Fachkräfte für den Kitabereich (3-6 Jahre)
- Pädagogische Fachkräfte für die Krippe (1-3Jahre)
- einen Hausmeister auf Stundenbasis
- FSJ sowie Auszubildende (PIA; Erzieher/innen)

### Unser Angebot:

- eine anspruchsvolle Tätigkeit mit vielen Gestaltungsmöglichkeiten und einem Höchstmaß an Selbstständigkeit
- Sie finden bei uns ein qualifiziertes und engagiertes Team, das gemeinsam die pädagogische Arbeit lebt und reflektiert.

- Anstellung und Vergütung als Pädagoge nach der AVO in Anlehnung an TVöD- SuE
- die im öffentlichen Dienst üblichen Sozialleistungen

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen bitte an die



Verrechnungsstelle für Kath. Kirchengemeinden Radolfzell, Frau Schlögl, Mezgerwaidring 102  
78315 Radolfzell  
oder an [info@vst-radolfzell.de](mailto:info@vst-radolfzell.de).

Für telefonische Auskünfte steht Ihnen Frau Schlögl unter 07732.8235250 gerne zur Verfügung.

# Nichts ist so beständig wie Veränderung. Katholische Kirche, geht da was?

**Die lokalen Projekte K2030 starten am 8. Februar mit einer ersten Vollversammlung. Unsere Kirche hier in Konstanz – Allensbach – Reichenau und im „östlichen Hegau“ wird anders – aber wie? Aus einem Dekanat werden zwei „Pfarrei neu“ werden.**

Diese Entscheidung ist schon lange getroffen. Aber wie werden wir das gestalten? Es klingt so, wie schon in den Jahren zuvor. Wenn die Ressourcen knapper werden, wenn Personal und Geld weniger wird, werden die pastoralen Räume einfach vergrößert. Man hofft darauf durch enge Zusammenarbeit sogenannte Synergieeffekte zu erzielen. Aber diese Argumente, die in den 90er Jahren schon bemüht wurden, ob sie heute noch so gelten, darf zumindest in Zweifel gezogen werden. Und dieser Prozess der permanenten Vergrößerung der pastoralen Räume lässt sich nur theoretisch weiterschreiben.

**Wie geht katholische Kirche heute? Diese Frage lässt sich nur gemeinsam beantworten und diese Frage lässt sich vor allem nur lokal beantworten. Kirche in Mannheim gestaltet sich anders als Kirche auf der Höri, in Allensbach oder in Konstanz.**

Deshalb besteht der Prozess Kirchenentwicklung 2030 aus vielen lokalen Projekten. Für jede geplante „Pfarrei neu“ ein lokales Projekt. Das heißt für das Dekanat Konstanz zwei lokale Projekte. Die lokalen Projektkoordinator\*innen für Konstanz – Allensbach – Reichenau und für den „östlichen“ Hegau (Raum Radolfzell/Stockach) betonen, dass sie sehr eng zusammenarbeiten wollen, deshalb laden sie nun auch gemeinsam zu einer ersten Vollversammlung ein. Eingeladen sind die Vertreter\*innen der bisherigen Organisationen, die Kirche bilden, also Pfarrgemeinderat\*innen, hauptamtlich pastoralen Mitarbeiter\*innen, Vertreter\*innen der Caritas, Religionslehrer\*innen, Erzieher\*innen und die Ordensangehörigen.

Mit ihnen wollen wir gemeinsam Wege überlegen, wie wir katholische Kirche, wie wir Gemeinde Jesu Christi vor Ort sein wollen. Wie können wir

auch künftig gewährleisten, dass das Evangelium in unserer Gesellschaft präsent ist? Wie erfahren die Menschen, dass die Frohe Botschaft für ihr eigenes Leben relevant ist? Diese Fragen aus den diözesanen Leitlinien könnten auch Leitfragen für unseren weiteren Weg sein.

**Wir wollen die möglichen Wege gemeinsam überlegen und auch gemeinsam gehen in der Balance von Innovation und Tradition mit möglichst hoher Beteiligung aller, die sich in diesen Prozess einbringen wollen.**

**Diese Art der Kirchenentwicklung ist für uns alle neu, aber wir sehen darin eine große Chance, Kirche neu zu denken und ihr ein neues zukunftsfähiges Antlitz zu geben. Kirche ist seit der Geburt Jesu Christi schon immer ein Experimentierfeld gewesen.**

Wie kann die Botschaft Jesu Christi heute in diese Welt in diese Gesellschaft in Eigeltingen, in Heudorf, in Liggeringen, in Mahlsprüden, auf der Insel, in Allensbach und in KN-Fürstentberg gesagt werden?



Wir hoffen auf eine rege Teilnahme an der Vollversammlung und vor allem auf einen fruchtbaren und kreativen Austausch. Wir sind alles keine Profis in solchen Prozessen, aber im Vertrauen auf den Geist Gottes sind wir offen für Ideen und Anregungen.

Obwohl die Vollversammlung am 8. Februar pandemiebedingt digital stattfinden wird, werden wir mit zwei erfahrenen Moderatorinnen der Caritas Konstanz einen unterhaltsamen und gewinnbringenden Abend erleben, davon sind wir überzeugt.

Ralph Haas

für die lokalen Projektkoordinator\*innen

Dafür stehen die lokalen Projektkoordinator\*innen. Die Möglichkeit sich zu beteiligen, wird es vor allem über Arbeitsgruppen geben, die sich mit verschiedensten Themenstellungen beschäftigen werden, wie kirchliche Jugendarbeit, Kindertagesstätte als wichtiger pastoraler Ort, fair.nah.logisch, Vermögen, Schätze, Räume und Finanzen. Neben den Arbeitsgruppen und den lokalen Projektkoordinator\*innen werden die Vertreter\*innen der kirchlichen Organisationen eine Projektleitung bestimmen, die den Prozess steuert, die Ergebnisse der Arbeitsgruppen entgegennimmt und weiter kommuniziert, Inhaltliche Impulse in die Arbeitsgruppen einbringt.

Obwohl die Vollversammlung am 8. Februar pandemiebedingt digital stattfinden wird, werden wir mit zwei erfahrenen Moderatorinnen der Caritas Konstanz einen unterhaltsamen und gewinnbringenden Abend erleben, davon sind wir überzeugt.

Lokale Projektkoordinator\*innen sind für den Bereich  
**östl. Hegau (Raum Radolfzell/Stockach):**  
 Günther Schmidt, Clemens Trefs, Heinz Vogel,  
**für Konstanz – Allensbach – Reichenau:**  
 Vanessa Esper, Ralph Haas, Regina Münch, Thomas Mitzkus

### Pallottiner Konstanz

#### Pallottiner im Haus St. Josef – Kontemplation –

Mo, Di, Sa, 7 Uhr bis 10 Uhr.  
Fr, 19 Uhr bis 20 Uhr: Einführung in  
die Kontemplation.

Sa, 7 Uhr bis 10 Uhr.  
Mo, 18.30 Uhr, Domschule im Kreuz-  
gang des Konstanzer Münsters,  
Gottesdienst in meditativer Form mit  
Bibel-teilen. Für klärende Fragen ste-  
hen wir Ihnen gerne zur Verfügung:  
Telefon P. Kretz 23816, konstanz@  
pallottiner.org.

### Hohenfels

Aktuelle Gottesdienste siehe bitte  
unter: [www.se-hohenfels.de](http://www.se-hohenfels.de)

### Friedensgebet der ACK

**Ökumen. Friedensgebet der christ-  
lichen Kirchen am 3. Freitag im Mo-  
nat um 18.30 Uhr in St. Gebhard,  
Zähringerplatz.**

### Dekanatsjugendbüro

Hofhalde 10a, Kolpinghaus, 78462  
Konstanz - Tel. 07531.9189182.  
E-Mail: [lisa.neubauer@kath-dekanat-  
konstanz.de](mailto:lisa.neubauer@kath-dekanat-konstanz.de)

### Taizégebet

Das Taizégebet findet jeden Donners-  
tag um 18.45 Uhr in der Kirche St.  
Gebhard statt.

### Kolpingsfamilien

#### Konstanz – Zentral

Infos: Otmar Zoll, 07531.8040840 |  
[gebueder-zoll@outlook.com](mailto:gebueder-zoll@outlook.com)

#### Radolfzell

Infos: Johann Bulang 07738.923666

#### Stockach

Infos: Hans-Jürgen Geiger 07771.  
914716 [www.kolping-stockach.de](http://www.kolping-stockach.de)

#### Reichenau

Infos: Gerhard Blum 07534.7313 |  
[www.kolping-reichenau.de](http://www.kolping-reichenau.de)

### Krebsbachtal | Hegau

#### St. Mauritius Eigeltingen

Mi. 02.02., 18.30 h Eucharistiefeier  
mit Kerzenweihe

So. 20.02., 10.00 h Wort-Gottes-Feier

#### St. Blasius Heudorf

So. 06.02., 10.00 h Eucharistiefeier

#### St. Petrus u. Catharina Honstetten

Sa. 05.02., 18.30 h Eucharistiefeier

Sa. 12.02., 18.30 h Eucharistiefeier

So. 27.02., 10.00 h Eucharistiefeier

#### St. Ulrich Nenzingen

Mo. 07.02., 18.30 h Taize-Gebet

So. 13.02., 10.00 h Eucharistiefeier

So. 27.02., 10.00 h Wort-Gottes-Feier

#### St. Peter u. Paul Orsingen

So. 06.02., 10.00 h Wort-Gottes-Feier

So. 20.02., 10.00 h Eucharistiefeier

Sa. 26.02., 18.30 h Eucharistiefeier

#### St. Maria Rorgenwies

Sa. 19.02., 18.30 h Eucharistiefeier

### Bodanrückgemeinden

#### St. Peter und Paul, Litzelstetten

Sa, 12.2.: 10:00 h und 17.00 h Feier  
der Firmung

So, 13.2.: 11:00 h Eucharistiefeier

So, 20.2.: 9:30 h Eucharistiefeier

So, 27.2.: 11:00 Eucharistiefeier für

Närinnen und Narren

#### St. Verena, Dettingen

Sa, 5.2.: 18:30 h Eucharistiefeier

So, 13.2.: 9:30 Eucharistiefeier

So, 20.2.: 11:00 Eucharistiefeier

So, 27.2.: 9:30 Eucharistiefeier für Nä-

rinnen und Narren

#### St. Nikolaus, Dingelsdorf

So, 6.2.: 9:30 h Eucharistiefeier

Sa, 12.+19.2. 18:30 h Eucharistiefeier

So, 27.2.: 9:30 Eucharistiefeier für Nä-

rinnen und Narren

### Citypastoral Konstanz

#### Da Sein

Gelegenheit zum persönlichen Ge-  
spräch im Kirchenladen / Infotheke

der Dreifaltigkeitskirche: Mo – Fr von  
16 bis 18 Uhr und Sa von 11 -13 Uhr

#### Amen: Ökumenisches Abendgebet

mittwochs 18 h - Dreifaltigkeitskirche

#### Mittagspause einmal anders –

Meditation, Stille, Achtsamkeit

jeden Dienstag von 12.30 Uhr bis  
12.50 Uhr – im Chorraum der Dreifal-

tigkeitskirche (nicht in den Ferien)

#### klangstille

jeden Donnerstag, 15 Uhr, Carola  
Ledge, klassische Gitarre

#### „trauern“ – In meiner Trauer wohnt die Liebe

#### Ohne Schuhe – Sololiederabend mit Alexandra Forster

Fr, 04.02., 19.30 Uhr, Hl. Dreifaltigkeit,  
Singer-Songwriter Konzert mit Songs

von Alexandra Forster über Gott und  
die Welt, die Liebe und das Leben.

#### „verliebt“ - Offene Kirche u. Gottes- dienst für Paare am Valentinstag

Mo, 14.02., am Valentinstag öffnet  
die Citypastoral Konstanz die Türen

der Citykirche (Dreifaltigkeitskirche)  
für Paare, frisch Verliebte und lang

Vertraute. An verschiedenen Stati-  
onen gibt es spirituelle Impulse, die

zum Nachdenken und Gespräch ein-  
laden. Kommen und Gehen jederzeit

möglich. 14. Februar, Offene Valen-  
tins-Kirche von 14 – 18 Uhr.

Mo, 14.02., 19 Uhr: Ökumenischer  
Wortgottesdienst mit der Möglichkeit,

Ihre Partnerschaft segnen zu lassen

### Reichenau

Aktuelle Informationen siehe örtliche  
Gottesdienstanzeiger und auf der  
Homepage [www.kath-reichenau.de](http://www.kath-reichenau.de)

### Akademie der älteren Generation

#### 23. Februar

„Das erste Vatikanische Konzil  
und die Entstehung der Altkatholi-  
schen Kirche“

**Referent:** Hermann Eugen Heckel,  
Pfarrer i.R., Kreuzlingen

**15 Uhr – Dreifaltigkeitskirche**

**Information:** Hans-Peter Metzger  
07531.29022, [hpmetzger@web.de](mailto:hpmetzger@web.de)

### Bildungszentrum Konstanz

Aufgrund der Corona-Vorgaben kön-  
nen wir leider zum Zeitpunkt der Er-  
stellung der Kirchlichen Nachrichten  
nicht sagen, welche Veranstaltungen  
wir im Februar 2022 anbieten können.

Bitte besuchen Sie uns auf unserer  
Homepage unter [www.bildungszent-  
rum-konstanz.de](http://www.bildungszentrum-konstanz.de), dort finden Sie im-  
mer die neusten Informationen. Ger-  
ne können Sie uns auch anrufen.

**Wollmatingen – Allensbach**

**St. Martin**

Di 01.02., 8.30 Uhr Eucharistiefeier, anschl. gemeinsames Frühstück  
 So 06.02., 11.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa 12.02., 18.00 Uhr Eucharistiefeier  
 So 20.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Fr 25.02., 10.00 Uhr Eucharistiefeier im Seniorenheim Urisberg

**St. Gallus**

Fr 04.02., 18.30 Uhr Eucharistiefeier  
 So 06.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Fr 11.02., 18.30 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa 13.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Fr 18.02., 18.30 Uhr Eucharistiefeier  
 So 20.02., 11.00 Uhr Eucharistiefeier mit Jambaris

**ZfP**

Sa 26.02., 18.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa 05.02., 16.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa 12.02., 16.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa 19.02., 16.00 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa 26.02., 16.00 Uhr Eucharistiefeier

**St. Nikolaus Allensbach**

Mi, 02.02.: 18.00 h Ökumenisches Friedensgebet, vorauss. im Pfarrheim St. Nikolaus

Do, 03./10./17.02.: 9.30 h Eucharistiefeier der Kath. Frauengemeinschaft  
 So, 06.02.: 11.00 h Eucharistiefeier mit Segnung der Kerzen und Blasiussegen

So, 13.02.: 11.00 h Eucharistiefeier  
 Sa, 19.02.: 18.00 h Eucharistiefeier  
 So, 27.02.: 9.00 h Eucharistiefeier

**St. Josef Langenrain**

Sa, 05.02.: 9.00 h Eucharistiefeier mit Segnung der Kerzen | Blasiussegen  
 So, 20.02.: 9.00 h Eucharistiefeier  
 Alle Gottesdienste finden unter Vorbehalt statt.

*Schauen Sie auch auf unsere Internetseite [www.kath-wa.de](http://www.kath-wa.de) oder in den Schaukästen nach!*

**Hegne, Klosterkirche**

*Aktuelle Informationen zu den Gottesdiensten entnehmen Sie bitte unserer Homepage [www.kloster-hegne.de](http://www.kloster-hegne.de)*

**Männerwerk**

**Männerbetstunden in den Anliegen unserer Zeit auf Loretto:**

Mo, 19h: KN Petershausen, St. Martin, St. Gallus  
 Di, 19h: KN Altstadt  
 Mi, 19h: KN Petershausen: St. Gebhard, St. Suso  
 Fr, 19h: KN St. Georg - Maria Hilf

**Konstanz St. Georg - Maria Hilf**

Di, 01.02., 10.30 Uhr Haus Loretto (Rosenau): **Eucharistiefeier**

Mi, 02.02., 09.00 Uhr St. Georg: **Eucharistiefeier bes. der Senioren**

Do, 10.02./ 24.02., 18.30 Uhr Schmie-derklinik: **Eucharistiefeier**

Fr, 18.02., 17.00 Uhr Maria Hilf: **Stationsgottesdienst** der Erstkommunionkinder

So, 20.02., 10.00 Uhr Maria Hilf: **Eucharistiefeier**, anschl. **Hauskommunion**

**Sasbacher Koinonia**

**Geistlicher Tag im Haus St. Elisabeth, Kloster Hegne**

Der Geistliche Tag lädt ein zur Unterbrechung des Alltags im Schweigen und Hören. Die Elemente sind am Freitag Einübung in Stille und Meditation, Revision (Lebensbetrachtung) und Eucharistische Anbetung, am Samstag Morgenlob, Eucharistiefeier, Schriftgespräch und Erfahrungsaustausch. Sasbacher Koinonia.

**Das Leitwort aus Lk 6,20-26 : "Selig, ihr Armen, denn euch gehört das Reich Gottes."**

**Fr, 17.02., 18h, - Sa, 18.02., 11.30h - unter Corona-bedingtem Vorbehalt**  
*Es gelten die bekannten AHA-Regeln, ein offenes Büffet gibt es nicht.*

**Anmeldung jeweils eine Woche vor Beginn unter Tel. 07533.9366-2000 oder E-Mail: [info@st-elisabeth-hegne.de](mailto:info@st-elisabeth-hegne.de)**

**Kath. Hochschulgemeinde**

**Mittwochs:** 19:00 Mittwochstreff (Eucharistiefeier, Abendessen, Thema), Jakobshaus. 2G+ | Anmeldung

**Sonntags:** 19:00 Hochschulgottesdienst in der Maria Hilf Kirche, anschließend Winter-Wunder-Bar im Jakobshausgarten. 2G+

**KHG-Band:** Wir spielen bei KHG Gottesdiensten „Neue Geistliche Lieder“ und allerhand rockige und poppige Songs. Dafür suchen wir Musiker/innen und Sänger/innen mit Lust und Spaß an der Musik. Info: [info@khg-konstanz.de](mailto:info@khg-konstanz.de)

**Für alle Veranstaltungen verweisen wir auf [www.khg-konstanz.de](http://www.khg-konstanz.de). Dort sind Anmeldemöglichkeiten + Infos tagesaktuell zu finden.**

>>>

**Konstanz Altstadt**

**Seelenamt für die Verstorbenen des vergangenen Monats:**

Do, 03.02., 19 Uhr, St. Stefan

**Seniorengottesdienst**

Di, 01.02., 14:30 Uhr, St. Stefan, voraussichtlich Seniorengottesdienst, Programme liegen zeitnah an den Schriftenständen aus und sind in der Gottesdienstordnung nachzulesen.

**Blasius-Segen**

So, 06.02., in allen Gottesdiensten (und Vorabendmesse) Erteilung des kollektiven Blasius-Segens (keine Einzelsegnungen)

**KIGO Familiengottesdienst**

So, 20.02., 10.30 Uhr, Dreifaltigkeitskirche, als Eucharistiefeier

**See-End**

**St. Peter und Paul Bodman**

So, 06.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier  
 So, 13.02., 10.30 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa, 26.02., 18.30 h Vorabendmesse

**St. Otmar Ludwigshafen**

So, 06.02., 10.30 Uhr Wortgottesfeier  
 Sa, 12.02., 18.30 h Vorabendmesse  
 So, 20.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier  
 So, 27.02., 10.30 Uhr Eucharistiefeier

**St. Nikolaus Espasingen**

Sa, 05.02., 18.30 h Vorabendmesse  
 So, 13.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier  
 So, 20.02., 10.30 Uhr Eucharistiefeier

**St. Germanus u. Vedastus Wahlwies**

So, 06.02., 10.30 Uhr Eucharistiefeier  
 Sa, 19.02., 18.30 h Vorabendmesse  
 So, 27.02., 9.00 Uhr Eucharistiefeier

**Weitere Gottesdienste ...**

**... Andachten, Rosenkränze, ... entnehmen Sie den örtlichen Gottesdienstanzeigern!!**

**Aufgrund der Corona-Pandemie sind alle Termine unter Vorbehalt.**

**Aktuelle Infos entnehmen Sie den Gottesdienstanzeigern, den Homepages, den Schaukästen sowie der örtlichen Presse.**

<<< **Regelmäßige Gottesdienste:**  
 Maria Hilf Kirche: So 19:00, Mi 19:00 (nur am 2. und 9.2.)

Gottesdienste	Samstag / Sonntag	Werktage	Sonstiges
<b>SE Konstanz Altstadt, Pfalzgarten 4, 78462 Konstanz   07531 90620   pfarrbuero@kath-konstanz.de</b>			
Münster Konstanz	So 11.15   19.00	Mo - Sa 9.00	B: Sa 9.30
St. Stefan Konstanz	So 10.00	Mo + Do 19.00	
Hl. Dreifaltigkeit Konstanz	Sa 18.00	Fr 12.00 City-Messe	Ö: Mi 18.00   B: Sa 16.30
Paradieskapelle Konstanz		Mi 19.00	
Kloster Zoffingen Konstanz	So 7.30	Di 17.30   Do 7.30	
Stundengebete	Sa + So 17.40 Vesper u. Komplet in der Klosterkirche		
Marienhaus Konstanz	derzeit keine öffentlichen Gottesdienste		
<b>SE Konstanz St. Georg - Maria Hilf, Maria-Hilf-Platz 3, 78464 Konstanz 07531 9768210   pfarrbuero.mh@kath-mhsg.de</b>			
St. Georg Konstanz	Sa 18.30	Mi 18.30 am 1. Mi im Monat um 9.00	B: Sa 15.30 mtl. abwechselnd mit MH
Kapelle St. Josef Egg		am 3. Freitag im Monat 18.30 fällt Corona-bedingt derzeit aus !!!	
Maria Hilf Konstanz	So 10.00   So 19.00 KHG	Di 9.00   Do 9.00   Fr 18.30	B: Sa 15.30 mtl. abwechselnd mit SG
Loretto-Kapelle Konstanz		Do 17.00 (Mai-Sep)	Do 18.45 Taizégebet (Mai-Sep)
Wohnstift Rosenau KN	Sa 17.00		
<b>Pfarrei Konstanz Petershausen, St. Gebhardplatz 12, 78467 Konstanz   07531 127220   pfarrei-kn@petershausen.net</b>			
St. Gebhard Konstanz	So 11.15	Mi 9.00 Marktmesse	Do 18.45 Taizégebet
Bruder Klaus Konstanz	Sa 17.00 Vorabendmesse	Mo + Di 18.30	
St. Suso Konstanz	So 9.30	Do + Fr 18.30	
<b>SE Bodanrückgemeinden, Martin-Schleyer-Str. 18, 78465 Konstanz 07531 44171   st.peterundpaul.kn@t-online.de</b>			
St. Peter u. Paul Litzelstetten		Do 18.30	
St. Nikolaus Dingelsdorf	Sa 18.30   So 9.30   So 11.00 wöchentl. Wechsel in allen drei Gemeinden	Mi 18.30	B: nach Vereinbarung
St. Verena Dettingen		Di 18.30	
St. Leonhard Wallhausen		Fr 18.30	
Hl. Kreuz Oberdorf	Sa 18.00   So 9.30 letzter Sa/So im Monat		
<b>SE Wollmatingen - Allensbach, Radolfzeller Str. 42, 78467 Konstanz   07531 92480   pfarramt.martin@kath-wa.de</b>			
St. Martin Konstanz			B: nach Vereinbarung
St. Gallus Konstanz	siehe unter "Aus den Seelsorgeeinheiten"	Fr 18.30	B: nach Vereinbarung
St. Nikolaus Allensbach			B: nach Vereinbarung
St. Josef Langenrain			B: nach Vereinbarung
Klosterkirche Hegne		So 9.30 Stundengebete: So 7.30 Laudes   17.45 Vesper	Mo 10.30 Krypta   Di+Fr 17.45 Mi 10.30 Pilgermesse Krypta Do 7.00   Sa 8.00
Kapelle beim ZfP Reichenau	Sa 16.00 Winterzeit   18.30 Sommerzeit (ab 18.3.)		
Kliniken Schmieder Allensbach		Mi 18.30 Eucharistiefeier oder ökumenische Abendandacht im Wechsel	
<b>SE Reichenau, Münsterplatz 4, 78479 Reichenau   07534 995060   info@kirchengemeinde-reichenau.de</b>			
Münster St. Maria und Markus Mittelzell	So 9.00 + 10.30	Fr 18.45	B: Fr 18.15 wenn Messe
St. Georg Oberzell	Sa 18.30   im 14-tägigen Wechsel mit St. Peter u. Paul	Do 18.45	B: Do 18.15 wenn Messe
St. Peter u. Paul Niederzell Stundengebete	Sa 18.30   im 14-tägigen Wechsel mit St. Georg auf Anfrage	Di 18.45 auf Anfrage	B: Di 18.15 wenn Messe
<b>Krankenhäuser</b>			
Luisenheim-Kapelle KN	derzeit keine Gottesdienste		
Salzberg Konstanz			
<b>Kath. Hochschulgemeinde, Werner-Sombart-Str. 11, 78464 Konstanz   07531 62570   khg@uni-konstanz.de</b>			
Maria Hilf Konstanz	So 19.00 nicht in den Semesterferien	die Werktagsgottesdienste finden Sie unter der Rubrik "Aus den Seelsorgeeinheiten"	
B = Bußsakrament   Ö = ökum. Morgen-/Abendgebet   WG = Wortgottesdienst   RK = Rosenkranz			

Gottesdienste	Samstag / Sonntag	Werktage	Sonstiges
<b>SE St. Radolf, Marktplatz 7, 78315 Radolfzell   07732 2016   buero.ulf@kath-radolfzell.de</b>			
Münster ULF Radolfzell	Aktuelle Gottesdienste siehe bitte unter <a href="http://www.kath-radolfzell.de">www.kath-radolfzell.de</a> oder im örtlichen Pfarrblatt		
St. Meinrad Radolfzell			
St. Nikolaus Böhringen			
St. Zeno Stähringen			
St. Ulrich Güttingen			
St. Georg Liggeringen			
St. Gallus Möggingen			
St. Laurentius Markelfingen			
<b>SE Stockach, Pfarrstr. 3, 78333 Stockach   07771 2398   sekretariat@kath-stockach.de</b>			
St. Oswald Stockach	Aktuelle Gottesdienste siehe bitte unter <a href="http://www.kath-stockach.de">www.kath-stockach.de</a> oder im Pfarrbrief.		
St. Michael Hindelwangen			
St. Georg Hoppetenzell			
Herz-Jesu Zizenhausen			
St. Konrad Raithaslach			
St. Vitus Mahlspüren i.H.			
St. Martin Mühligen			
St. Barbara Gallmannsweil			
St. Peter u. Paul Mainwangen			
St. Vitus Zoznegg			
St. Anna Schwackenreute			
<b>SE Krebsbachtal   Hegau, Friedhofstr. 17, 78359 Orsingen-Nenzingen   07771 2529   buero@se-krebsbachtal.de</b>			
St. Ulrich Nenzingen	die Gottesdienste finden im Wechsel statt - siehe hierzu den örtlichen Gottesdienstanzeiger sowie in dieser Zeitung unter „Aus den Seelsorgeeinheiten“		
St. Peter u. Paul Orsingen			
St. Mauritius Eigeltlingen			
St. Petrus u. Catharina Hohnstetten			
St. Blasius Heudorf			
St. Maria Rorgenwies			
<b>SE Hohenfels, Hauptstr. 35, 78355 Hohenfels-Liggersdorf   07557 339   pfarramt@seelsorgeeinheit-hohenfels.de</b>			
St. Cosmas u. Damian Liggersdorf	Aktuelle Gottesdienste siehe bitte unter: <a href="http://www.se-hohenfels.de">www.se-hohenfels.de</a>		
St. Oswald Mindersdorf			
St. Gallus Deutwang			
St. Verena Mahlspüren i. Tal			
St. Agatha Seelfingen			
U.L.Frau Winterspüren			
<b>SE See-End, St.-Otmar-Str. 2, 78351 Bodman-Ludwigshafen   07773 5239   mail@kath-pfarramt-ludwigshafen.de</b>			
St. Peter u. Paul Bodman	Sa 18.30   So 9.00   So 10.30 Eucharistiefeier im Wechsel	Di 18.30 14-tägig	Mi 8.00 Laudes
St. Otmar Ludwigshafen		Fr 18.30 14-tägig	Fr 15.00   So 18.00 Rosenkranz
St. Nikolaus Espasingen		Mi 18.30 im Wechsel mit Wahlwies	
St. Germanus und Vedastus Wahlwies		Mi 18.30 im Wechsel mit Espasingen	Mi 18.00 Rosenkranz Do 8.15 ökum. Morgenlob in der evang. Johanneskirche
<b>Messen in anderen Sprachen</b>			
kroatisch	So 10.00 Kapitelsaal Münster Konstanz	ukrainisch-katholisch	2. + 4. So im Monat 17.30 Kapitelsaal Münster Konstanz
polnisch	2. So / Monat 16.00 Bruder-Klaus KN siehe auch unter St. Oswald, Stockach	italienisch	3. So im Monat 16.00 Kapitelsaal Münster Konstanz

## Konstanz Petershausen

**Gottesdienste poln. Gemeinde**

So.13.02.,9.30h HI. Messe (Br.Klaus)  
So. 27.02., 16h HI. Messe (Br. Klaus).

**Gottesdienste philipp. Gemeinde**

So. 20.02., 14h HI. Messe (Br. Klaus).

**Gottesdienste syrisch - orthodoxe Gemeinde**

So. 13.02., 15.30h HI. Messe (St. Gebhard).

**Ökumene**

Fr. 18.02., 18.30h Friedensgebet (St. Gebhard).

**Senioren**

Do. 17.02., 14.30h Seniorengottesdienst (Bruder Klaus).

**Konzerte**

So. 06.02.2022, 18.00h Konzert am Sonntagabend: „Orgatronic“, Sebastian Bartmann, Stuttgart (Bruder Klaus).

## Stockach

**St. Oswald, Stockach**

Sa, 05.02.: 18.30 h Vorabendmesse, Melanchthonkirche

So, 06.02.: 10.30 h HI. Messe in Zizenhausen

Sa, 11.02.: 18.30 h Vorabendmesse, Melanchthonkirche

So, 12.02.: 10.30 h HI. Messe im Pallottiheim

Sa. 19.02.: 18.30 h HI. Vorabendmesse, Melanchthonkirche

So. 20.02.: 10.30 h HI. Messe in Zizenhausen

Sa. 26.02.: 18.30 h HI. Vorabendmesse, Melanchthonkirche

So. 27.02.: 10.30 h HI. Messe im Pallottiheim; 18.00 h HI. Messe in polnischer Sprache im Pallottiheim

**St. Michael, Hindelwangen**

So, 12.02.: 9.00 HI. Messe

So. 27.02.: 9.00 HI. Messe

**Herz Jesu, Zizenhausen**

So. 12.02.: 9.00 h HI. Messe

So. 27.02.: 9.00 h HI. Messe

**St. Georg, Hoppetenzell**

So. 06.02.: 10.30 h HI. Messe

So. 20.02.: 10.30 h HI. Messe

**St. Konrad, Raithaslach**

So. 06.02.: 9.00 h HI. Messe

**St. Vitus, Mahlspüren i.Hg.**

So. 20.02.: 9.00 h HI. Messe

**St. Martin, Mühlingen**

So. 06.02.: 9.00 h HI. Messe

So. 20.02.: 9.00 h HI. Messe

So. 27.02.: 10.30 h HI. Messe

**St. Vitus, Zoznegg**

So. 12.02.: 10.30 h HI. Messe

## Kloster Hegne

**Nachrichten aus der Theodosius Akademie Stiftung Kloster Hegne**

Sa., 19.02., 10 – 17 Uhr **Kontemplationstag** – Einführung in die stille Meditation mit Ricarda Wagner. Bitte melden Sie sich bis 03.02. an.

Sa., 19.02., 10 – 15 Uhr **Nischentag** – Ein Tag der Stille und des Gebets, des Innehaltens und Auftankens, Austauschs und der Begegnung. Bitte melden Sie sich an.

Do., 03.03., 18.45 – 21.15 Uhr MBSR – **Stressbewältigung durch Achtsamkeit** mit Martina Albiez. 8 Abende, jeweils Donnerstag sowie ein ganzer Samstag. Bitte melden Sie sich bis 10.02. an.

4.-6.03.22, ab 16.30 Uhr bis 13.30 Uhr – **Berufungswochenende** für junge Frauen zwischen 20 und 40 Jahren. Mit einem Schwesternteam. Bitte melden Sie sich bis 16.02. an.

4.-6.03.22, ab 18 Uhr bis 14 Uhr – „Mein Leben leben“- **Einschwingen in die eigene Lebensspur**. Mit Roman Glauben. Bitte melden Sie sich bis 04.02. an.

Sa., 5.3., 9 bis 17 Uhr – **Yoga-Tageskurs** mit Anandi Devasia. Treten Sie für einen Tag aus der Hektik des Alltags aus und tun Sie Ihrem Körper und Geist etwas Gutes. Bitte melden Sie sich bis 17.02. an.

Sa., 5.3., 9.30 bis 17 Uhr – **Zeit zum Malen** – Ein Tag zum Suchen, Erfahren und Gestalten mit Ondine Höhne. Bitte melden Sie sich bis 17.02. an.

Mo., 7.3., 19.30 bis 20.30 Uhr – **Exerzitien im Alltag**. Teilnehmen können alle, die in der Fastenzeit bewusst mit dem Wort Gottes leben möchten. 6 Abende, jeweils Montag. Bitte melden Sie sich bis 17.02. an.

Sa., 12.03., 9.30-17 Uhr **Tag der Stille** – Ein Tag zum Stillwerden, Hören, Kraft schöpfen und vielem mehr. Mit Markus R. T. Cordemann. Bitte melden Sie sich bis 24.02. an.

18.-20.03., ab 18 Uhr bis 14 Uhr **Trauer nach assistiertem Suizid**. Das

Seminar ist geeignet für diejenigen, die um einen Angehörigen, Freund oder Freundin trauern, die mittels assistiertem Suizid verstarben. Mit Dr. André Böhning. Bitte melden Sie sich bis 17.02. an.

18.-20.03., ab 18 Uhr bis 15 Uhr – **Ashram-Tage** mit Anandi Devasia. Wenn Sie Zeiten der Ruhe suchen und sich zugleich auf Ihre persönliche und spirituelle Entwicklung konzentrieren möchten, sind unsere Ashram-Tage eine gute Gelegenheit dafür. Bitte melden Sie sich bis 16.02. an.

24.-25.03., ab 10 Uhr bis 16 Uhr – **Sich führen – Menschen führen** mit Dr. Monica Boos. Seminar für Führungskräfte. Bitte melden Sie sich bis 24.02. an.

28.-29.03., ab 10 Uhr bis 14 Uhr – **Resilienz für Führungskräfte** – die 7 Schlüssel für mehr psychische Widerstandskraft. Mit Dr. med. Ulrike Stefanowski. Bitte melden Sie sich bis 24.02. an.

**Bitte beachten Sie, dass alle Angebote unter den vorliegenden Hygienebestimmungen stattfinden!**

**Info und Anmeldung:** Theodosius Akademie der Stiftung Kloster Hegne, Konradstr. 2a, 78476 Alvensbach-Hegne. Tel. 07533 807700 E-Mail: [info@theodosius-akademie.de](mailto:info@theodosius-akademie.de); [www.theodosius-akademie.de](http://www.theodosius-akademie.de).

## Impressum

**KN Kirchliche Nachrichten des kath. Dekanats Konstanz**

**Herausgeber:** Kath. Dekanat, Pfalzgarten 4, 78462 Konstanz – **V.i.S.d.P.:** Dekan Dr. Mathias Trennert-Helwig (MTH)

**Redaktion:** Henning Feldbaum (HFe) Jungerhalde 22, 78464 Konstanz | 0171.7506804 | [info@eggersoft.de](mailto:info@eggersoft.de)

**Druck:** Druckerei DB GmbH, Fritz-Arnold-Str. 23, 78467 Konstanz, Mail: [info@druckerei-db.de](mailto:info@druckerei-db.de)

**KN Kirchliche Nachrichten erscheint am Anfang eines Monats.**

**Redaktionsschluss ist am 3. eines Monats für den folgenden Monat.**

## Was ist Liebe? Gedanken zum Valentinstag

Ob er ihm eine Antwort auf die Frage: „Was ist Liebe?“ geben könne, fragte Matze Hielscher den Autor Benjamin von Stuckrad-Barre in seinem vielgehörten Podcast „Hotel Matze“. Hintergrund der Frage war ein langes Gespräch über die Liebe und die Hoffnung des Interviewers von dem Vielleser und Autor eine Antwort aus der Literatur zu bekommen, die die Frage für diesen am Treffendsten beantwortete.

Benjamin von Stuckrad-Barre zitierte allerdings keine Lieblingsstelle aus einem Buch, sehr zur Unzufriedenheit von Herrn Hielscher. Ich jedoch fand seine Antwort durchaus anregend.

Sinngemäß sagte er, es gebe darauf selbstverständlich gar keine all-

gemeingültige Antwort. Nur aus diesem Grund würden ja weiterhin und immer neu so viele Gedichte und Songtexte, Romane und Essays, sowie wissen-

schaftliche Abhandlungen dazu geschrieben. Zudem beantworte jeder Mensch diese Frage auch individuell für sich bzw. durch und in seinem Leben und seine Beziehungen. Soweit Benjamin von Stuckrad-Barre.

Ja, Liebe kann zwar bedacht und beschrieben werden, vielfältig definiert und untersucht. Auch gibt es verschiedenste Formen der Liebe. Die romantische Liebe, die Liebe der Eltern zu ihren Kindern, generell in der Familie, Liebe unter Freundinnen und Freunden, aber auch die Liebe zur Natur oder einer bestimmten Beschäftigung. Die Liebe ist ein weites Feld.

Letztlich muss sie erfahren werden. Und diese Erfahrungen manifestieren sich in Handlungen und können in Geschichten erzählt werden.

Im ersten Johannesbrief heißt es in Kapitel 4, Vers 16: „Gott ist die Liebe“. Auch das bliebe sehr philosophisch, wäre die Bibel nicht voll von Geschichten über Erfahrungen damit. Erfahrungen des Volkes Israel mit seinem Gott, die von Rettung und Befreiung, von Trost, Unterstützung und Ermutigung erzählen. Und natürlich die Geschichten Jesu in den Evangelien. Geschichten in denen an Jesus, Gottes menschgewordener Liebe, diese erfahrbar wird. Es sind Geschichten der Hinwendung zu Armen und Kranken, Menschen am Rand, zu Ausgestoßenen, zu Sündern.

Auch Heilige haben durch ihr Leben ein Bild von der Liebe gemalt, ihr in ihren Handlungen Ausdruck gegeben. So wie der Heilige Valentin, der im 3. Jahrhundert n.Chr. gegen das Verbot

von Kaiser Caudius II. Paare nach christlichem Ritus getraut hat und deshalb heute u.a. als Schutzpatron der Liebenden gilt.



**Was ist für Sie Liebe, liebe Leserin, lieber Leser?**

**Wo haben Sie die Liebe in ihrem Leben schon erfahren und von wem und wodurch erfahren Sie sie?**

**Was sind ihre Geschichten?**

Die Citypastoral Konstanz lädt am Valentinstag, 14. Februar, um 19 Uhr alle Liebenden in die Dreifaltigkeitskirche ein, ihre Liebe zu feiern und segnen zu lassen.

Monika Pätzler  
Leiterin Citypastoral Konstanz

Grafik: congerdesign\_cc0-gemeinfrei\_pixabay\_pfarbrieftservice

## Telefonseelsorge - kann man das lernen?

Jeder Mensch kann unerwartet in schwierige Lebenssituationen geraten. Einige lassen sich alleine bewältigen, andere nicht. Was tun, wenn man dann niemand hat, mit dem man darüber sprechen kann? Bei der Telefonseelsorge gibt es die Möglichkeit zum vertraulichen Gespräch – 24 Stunden täglich, anonym und kostenfrei.

Aber wer sind die Menschen, die am anderen Ende des Hörers sitzen? Ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen, die ihre Aufgabe darin sehen zuzuhören und zu begleiten. Auch wenn sie speziell für die Telefonseelsorge ausgebildet sind, handelt es sich nicht um Fachleute. Die ehrenamtlich Mitarbeitenden üben stattdessen die unterschiedlichsten Berufe aus oder sind Student\*innen, Auszubildende, Rentner\*innen und Vollzeit-Eltern.

Die Gespräche mit den Anrufern sind vielfältig: sie können schwierig sein, still oder laut, berührend. Die Ausbildung bei der Telefonseelsorge bereitet auf diese vielfältigen Gesprächssituationen vor, auf die Gefühle und Stimmungen, die am Telefon entstehen. Ziel der Ausbildung ist aber auch, sich in einen Lernprozess zu begeben, eigene Stärken und Schwächen besser kennenzulernen, um so mit der eigenen Persönlichkeit den Anrufern zur Seite stehen zu können.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme. Gemeinsam finden wir heraus, ob dieses Ehrenamt das richtige für Sie ist.

Bernadette Augustyniak  
und Tobias Walkling

[www.telefonseelsorge-schwarzwald-bodensee.de](http://www.telefonseelsorge-schwarzwald-bodensee.de)  
eMail: [info@telefonseelsorge-konstanz.de](mailto:info@telefonseelsorge-konstanz.de) – Tel: 07531.27778



## Freundeskreis Oradea / VS-Villingen e.V.

### Sozial-Ausschuss der Altstadtpfarreien Konstanz sagt: „Vergelts Gott!“

Dank der großen Hilfsbereitschaft vieler Spender konnten Manuel Kune-  
mann, Uli Topka, Julius Lang und Ot-  
mar Zoll trotz Corona am 14.12.21 ...  
**240 Lebensmittelpakete, Kartons  
mit Kleidern, Spielzeug, Schuhen,  
Kuscheltiere** usw. nach Villingen zu  
Frau Irmgard Rösch bringen.  
Mit **Euro 1.230,00** wurde der Trans-  
port unterstützt.

Besonderer Dank, geht an Frau Karin  
Hoehl und die Damen der Frauenge-

meinschaft Litzelstetten, die uns 35  
Lebensmittelpakete und 3 gr. Säcke  
Kuscheltiere brachten, sowie an die  
Fa. freewilly Jeanswear, Fischmarkt  
17, die uns bei der Sammlung der Pa-  
kete hilfreich unterstützt hat.

Mit großer Freude und nach beson-  
deren Transporten der Fa. ebm-papst  
in St.Georgen trafen alle Pakete am  
21.12.2021 in Oradea ein und wur-  
den dort von der Caritas Oradea an  
die ärmsten Familien, Schulheim- und

Straßenkinder bis Weihnachten ver-  
teilt.

So kam auch in den Bergdörfern  
im fernen Oradea/Rumänien Weih-  
nachtsfreude auf.

**Allen Spendern sagen wir ein herz-  
liches „Vergelts Gott“ und wün-  
schen ein gesundes Jahr 2022.**

Rita Englisch

## Jobcoaching der Caritas erneut zertifiziert

Seit 2015 begleitet der Fachdienst  
Betriebliche Inklusion mit dem Job-  
coaching Menschen mit Behinderung,  
die einen Praktikums- oder Arbeits-  
platz auf dem allgemeinen Arbeits-  
markt suchen. Mit der erfolgreichen  
Re-Zertifizierung ist das Jobcoaching  
jetzt langfristig anerkannt und setzt  
künftig einen Schwerpunkt auf digitale  
Kompetenzen.

Menschen mit einer Behinderung, die  
in einer Werkstatt beschäftigt sind,  
sich beruflich weiter entwickeln wol-  
len oder eine Beschäftigung in der  
freien Wirtschaft suchen, finden beim  
Fachdienst Betriebliche Inklusion  
(FBI) passgenaue Unterstützung. Die  
Jobcoaches versuchen, die Wünsche  
und Ziele, die Einschränkungen und  
die Erfordernissen des Arbeitsmark-  
tes miteinander in Einklang zu brin-  
gen: Sie qualifizieren und begleiten  
den Menschen mit einer Behinderung  
am Arbeitsplatz. Und sie unterstützen  
und beraten den Arbeitgeber dabei,  
Anforderungsprofile und Arbeitsbe-  
dingungen an die Einschränkungen  
der neuen Mitarbeitenden anzupas-  
sen. Durch diese langfristige und be-  
darfsgerechte Unterstützung gelingt  
es, gemeinsam individuelle und trag-  
fähige Lösungen zu entwickeln.

Denn erklärtes Ziel des FBI und der  
Jobcoaches ist es, die Menschen in  
eine sozialversicherungspflichtige An-  
stellung zu vermitteln und inklusive  
Arbeitsplätze dauerhaft zu sichern.

Arbeitgeber erhalten häufig  
eine Förderung, bspw. Ein-  
gliederungszuschüsse oder  
einen Nachteilsausgleich.  
Auch hierzu berät sie der  
FBI.

Das Jobcoaching des FBI  
ist seit Oktober 2021 erneut  
nach AZAV zertifiziert und  
zugelassen. „Mit der Re-Zer-  
tifizierung haben wir den  
Nachweis erbracht, dass  
wir alle rechtlichen Anforde-  
rungen an Maßnahmen zur  
Aktivierung und beruflichen  
Eingliederung erfüllen“, un-  
terstreicht FBI-Leiterin Ute  
Jakob. Und: Jakob hat mit  
ihrem Team das Zertifizie-  
rungsverfahren für eine in-  
haltliche Neuausrichtung  
genutzt und das wichtige  
Thema der digitalen Teilha-  
be ins Konzept aufgenom-  
men.

Christine Herbrig, Leiterin des Cari-  
tas-Fachbereichs Menschen quali-  
fizieren und Arbeit geben, ergänzt:  
„Digitale Kompetenzen sind auch für  
eine gelingende Inklusion im Arbeits-  
leben immer wichtiger.“ Die Beratung,  
der Kontakt und die Qualifizierung  
im Rahmen des Jobcoachings finden  
darum künftig auch mit Online-For-  
maten. Weitere Infos unter  
[www.caritas-konstanz.de/fbi](http://www.caritas-konstanz.de/fbi)



*Bild: Die Grundlage für erfolgreiches  
Jobcoaching: Evelyn Kraus und Ute  
Jakob machen sich von jedem Ar-  
beitsplatz ein genaues Bild.  
(Foto: Caritas Konstanz)*

#### Kontakt

Pressestelle Caritasverband  
Konstanz e.V.

c/o Die Regionauten, Harald Kühl  
Tel.: 07531 369 8943  
[presse@caritas-kn.de](mailto:presse@caritas-kn.de)  
[www.caritas-konstanz.de](http://www.caritas-konstanz.de)

# Können Tiere lachen?

## Kitzelexperimente geben Aufschluss

Forscher benutzten ausgeklügelte wissenschaftliche Methoden, um zu prüfen, ob auch Tiere lachen: Sie kitzelten sie.

VON LIZ LANGLEY

VERÖFFENTLICHT AM 12. FEB. 2021, 16:30 MEZ , AKTUALISIERT AM 22. JULI 2021, 15:20 MESZ

### Affen mit Humor

Bisher konnte Gelächter bei Menschenaffen und Ratten nachgewiesen werden – obwohl auch Delfine und Hunde Laute von sich geben, die eine Art spielerische Absicht zu vermitteln scheinen.

Der Westliche Flachlandgorilla Koko war für seine geschickte Nutzung der Zeichensprache bekannt. Das Weibchen fand es „witzig, wenn ich tollpatschig war“, und gab dann lachende Geräusche von sich, erzählte Penny Patterson, die Präsidentin der Gorilla Foundation.



Die Gorilladame hatte auch ein spezielles „Hoho“-Lachen für Besucher, die sie besonders mochte, so Patterson.

2009 führte die Psychologin Marina Davila Ross von der britischen Universität Portsmouth Experimente durch, bei denen sie sehr junge und jugendliche Primaten – wie Orang-Utans, Gorillas und Schimpansen – kitzelte. Die Affen reagierten mit einem Lachen, technisch gesehen eine „kitzelinduzierte Vokalisation“.

Ross, die die Evolution des Lachens erforscht, vermutet, dass wir unsere Fähigkeit zu lachen vom letzten gemeinsamen Vorfahren der Menschen und Menschenaffen geerbt haben, der vor 10 bis 16 Millionen Jahren lebte.

In einer Studie, die in „PLOS ONE“ veröffentlicht wurde, zeigte sie außerdem, dass Schimpansen „Lachgesichter“ zeigen: Sie lächeln mit gebleckten Zähnen, mit oder ohne tatsächliche Lachäußerungen.

Das deutet darauf hin, „dass Schimpansen auf explizitere und damit vielseitigere Weise kommunizieren können“, als wir dachten, sagt sie. Das ist vergleichbar mit dem stillen Lächeln, das Menschen beim Sprechen oder Lachen zeigen, wobei es in jeder Kombination eine eigene Emotion vermittelt.

### Lachende Ratten & Antidepressiva

Auch Ratten wurden im Namen der Wissenschaft gekitzelt.

Jaak Panskepp, ein Psychologe und Neurowissenschaftler an der Washington State University in Pullman, hat her-

ausgefunden, dass gekitzelte Ratten glückliche Geräusche machen.

Eine in Gefangenschaft lebende Wanderratte richtet sich wütend auf. Laufende Forschungen zeigen, dass Ratten eine Vielzahl von Emotionen kommunizieren, darunter auch ein Geräusch, das dem Lachen ähnlich sein könnte.

Als die Wissenschaftler die Nagetiere kitzelten, gaben die Tiere laut einer im Jahr 2000 veröffentlichten Studie dieselben Zirpgeräusche von sich, die sie auch beim Spielen äußern. *(Die Geräusche liegen oberhalb des menschlichen Hörbereichs.)*

Einige der Laborratten mochten das Kitzeln so sehr, dass sie der Hand folgten, die sie kitzelte.

Seitdem haben Panskepp und sei-

ne Kollegen gezeigt, dass die Erforschung des Spiels eine ernsthafte Angelegenheit ist. Er hat zum Beispiel herausgefunden, dass die Verschaltungen im Gehirn, die bei Ratten für das Lachen verantwortlich sind, zur Untersuchung menschlicher Emotionen herangezogen werden können. Er hat außerdem sieben grundlegende emotionale Systeme identifiziert, die in denselben Bereichen von Säugtiergehirnen untergebracht sind.

Seine Forschung hat sogar geholfen, Depressionen bei Menschen zu bekämpfen. Ein in der klinischen Erprobung befindliches Antidepressivum namens GLYX-13 hat seine Wurzeln in der Erforschung des Rattenlachens.

Es ist ein Beispiel dafür, „was erreicht werden kann, wenn man die Emotionen von Tieren für die Entwicklung von Psychopharmaka ernst nimmt“, sagt er.



### Wie Spiel, Lachen und Intelligenz zusammenhängen

Wir halten Ratten und Affen für intelligent, aber Intelligenz ist keine

Voraussetzung für Lachen, fügt Panskepp hinzu.

„Vielleicht sollte man es andersherum betrachten“, sagt er, da es möglich ist, „dass Spielverhalten bei jeder Spezies die soziale Intelligenz steigern kann.“

Um also andere Tiere zu identifizieren, die lachen, müsste man ihm zufolge womöglich nur auf die Geräusche hören, die sie machen, wenn sie sich amüsieren.

Der Artikel wurde ursprünglich in englischer Sprache auf NationalGeographic.com veröffentlicht.

Fotos: Affe - www.br.de | Ratte - Humboldt-Uni, Berlin

# Was ist das Besondere am Lukas-evangelium in diesem Jahr?

Seit der Liturgiereform des II. Vaticanums werden in 3-jährigem Wechsel sonntags die Evangelien nach Matthäus, Markus und Lukas vorgelesen. Teile des Johannes-Evangeliums werden jeweils eingeschaltet, so in der Fastenzeit. Das Lukas-Evangelium in diesem Jahr bietet wohl am meisten „farbiges Profil“. Worin besteht es?

## Die Weihnachtsgeschichte

Kaum ein Abschnitt des Neuen Testaments rührt so viele an wie die Geburt Jesu in einem ärmlichen Stall. Den armen Hirten wird von den Engeln zugerufen: „Heute ist euch der Retter geboren!“ So setzt Lukas gleich seinen Hauptakzent: Gott erbarnt sich der armen und einfachen Menschen; Jesus kommt zu den Sündern, nicht zu den Gesetzestreuen und schriftgelehrten Juden. Der große Lobpreis Marias, das „Magnificat“, muss als revolutionäre Prophetie gehört und gesungen werden: „Er stürzt die Mächtigen vom Thron und erhöht die Niedrigen.“ Dieser Linie folgt auch das weitere „Sondergut“ von Lukas, das wir in den vom ihm ansonsten verwendeten Markus-Evangelium und der Logienquelle „Q“ nicht finden.

## „Wehe den Reichen!“

Hierzu gehört die zentrale Bergpredigt (Mt 5): Lukas lässt die Einschränkung „im Geiste“ bei der Seligpreisung der Armen weg, fügt aber hinzu: „Weh euch ihr Reichen, ihr Satten, ihr Lachenden – ihr habt euren Trost schon erhalten!“ (Lk 6,24-26) Der reiche Kornbauer braucht seine Scheunen nicht mehr erweitern – er stirbt schon in der Nacht (Lk 12,13-21). Noch schlimmer ergeht es dem reichen Prasser, der den armen Lazarus vor seiner Tür nicht sehen will: er fährt auf ewig in die Hölle (Lk 16,19-31). Hier wird das Evangelium tatsächlich zur Drohbotschaft, die erschrecken soll.

## Jesus und die Frauen

Nur bei Lukas wird Maria ihrer eifrigen Schwester Martha vorgezogen, weil jene Jesus zuhört und sich nicht von der Sorge um das Essen umtreiben lässt (Lk 10,38-42). Lukas berichtet auch als einziger von den Frauen, die Jesus mit ihrer Habe unterstützten, und von Maria aus Magdala, aus der



sieben Dämonen ausgefahren waren (Lk 8,1-3). Ausführlich berichtet Lukas von der Salbung Jesu' Füße durch die „Sünderin“, der er Vergebung zuspricht (Lk 7,36-50). Ein Skandal in den Augen des Gastgebers!

## Die größten Gleichnisse: Der barmherzige Vater, der verlorene Sohn und der helfende Samariter

Kaum ein Gleichnis prägt so das christliche Gottesbild wie die Bilderzählung vom „verlorenen Sohn“, der

## Das theologische?

Stellen Sie Ihre Fragen  
an die Redaktion  
unter der Mail-Adresse  
info@eggsoft.de

von seinem barmherzigen Vater trotz seines Absturzes in die Gosse umarmt und in seine volle Würde wieder eingesetzt wird (Lk 15,11-32). Ähnlich schlecht wie der eifersüchtige ältere Bruder kommen die religiösen Repräsentanten, der Priester und der Levit, im Gleichnis vom „Barmherzigen Samariter“ (Lk 10,29-37) weg: nur der häretische Samariter hilft sofort und nachhaltig. Bei Lukas gilt das Evangelium für alle Völker; hier steht er vor allem Paulus nahe, als dessen Mitarbeiter ihn die alte Tradition erkennt (Kol 4,14).

## Ostern geht weiter!

Während die älteste Überlieferung, die Passionsgeschichte nach Markus, mit dem Erschrecken der Frauen am leeren Grab endet (Mk 16,8), überliefert Lukas das Entstehen der österlichen Kirche, in der er selbst in Kleinasien lebt. Die kunstvoll verdichtete Begegnung der zunächst resignierten beiden Jünger auf dem Weg nach Emmaus mit dem Auferstandenen (Lk

24,13-35) baut mit dem Brotbrechen die Brücke zur Urkirche. Sie steht im Mittelpunkt der Apostelgeschichte, die der gelehrte Arzt Lukas mit Himmelfahrt und Pfingsten wiederum universalistisch akzentuiert („alle Völker unter dem Himmel“ Apg 2,5). Auch hier setzt er noch einmal den Akzent der radikalen Gütergemeinschaft: „Sie verkauften Hab und Gut und gaben davon allen, jedem so viel, wie er nötig hatte.“ (Apg 2,45)