

Dem Leben
Richtung geben



Bildungshaus
Landvolkshochschule
Niederalteich

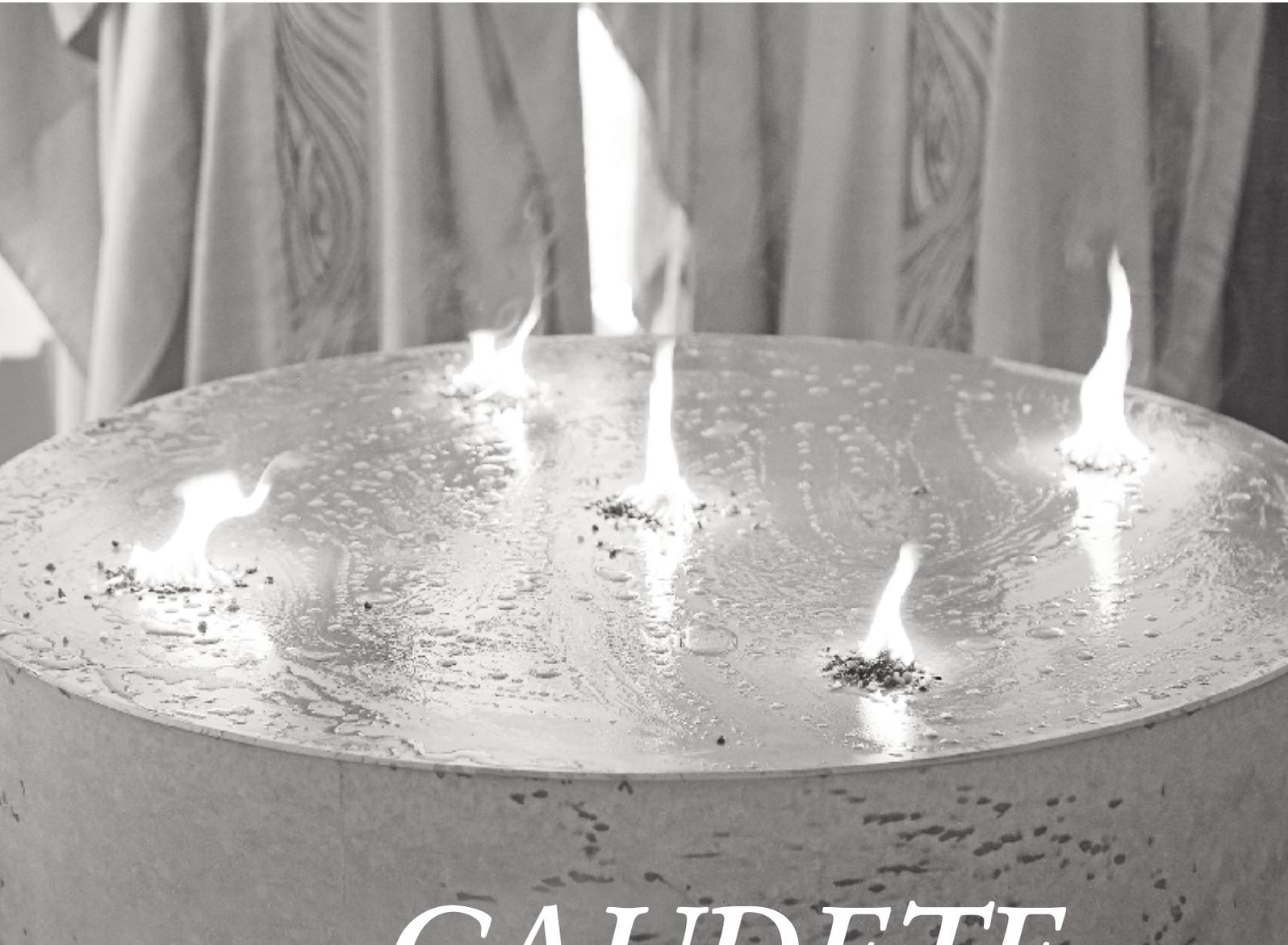
Rundbrief

Zeitung für die Freunde, Partner und Ehemaligen der Landvolkshochschule St. Gunther

EIN GRUND ZUR FREUDE SEITE 4

ANSTRENGUNG KANN FREUDE MACHEN – VIELES LIEGT BEI MIR SEITE 12

EINE FREUDE – ZWISCHENRUF SEITE 14



GAUDETE

Freuet euch!

2 | 19

GAUDETE!
Freuet euch!

Zum Titelbild

Haben Sie schon erraten, was auf dem Titel abgebildet ist? Nein, keine Mehrdochtkerze, sondern der neue Altar in unserer Kapelle während der Segnung. Nach dem Einölen mit Chrisam werden fünf Häufchen mit Weihrauch auf den Altar geschüttet, für die Wundmale Christi, und dann entzündet. Ein Fest für die Sinne und die Seele! Für uns war der Tag ein Freudenfest. Das hat uns ermutigt, den Rundbrief der Freude zu widmen, Freude zu beleuchten und unsere Freude zu teilen.

Und es ist Gaudete, der dritte Adventsonntag, an dem in der Lesung zu hören ist: Freut euch (lat. gaudete!) im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch! Eure Güte werde allen Menschen bekannt. Der Herr ist nahe! (Phil 4,4-5)

*Unser „Hauskalligraph“, Herr Thomas Hoyer,
hat die Worte schön für uns geschrieben.
Danke!*



Liebe Freunde und Freundinnen der LVHS, liebe Ehemalige und Zukünftige, liebe Förderer, liebe Gäste, liebe Leserinnen und Leser!

Voller Freude haben wir an der Landvolkshochschule nach den Belastungen der vergangenen Jahre wieder „Normalbetrieb“ aufgenommen. Alle Stellen sind besetzt, das Haus erstrahlt in neuem Glanz und ist feierlich eingeweiht.

Da ist es nicht schwer gefallen, sich zu freuen.

Wenn Paulus schreibt „freuet Euch!“ klingt es wie ein Befehl. Paulus scheint davon auszugehen, dass man dem einfach nachkommen kann. Er betont: „noch einmal sage ich euch: freuet euch!“

In dieser Aufforderung an die Philipper geht es Paulus nicht um die kleinen Freuden des Alltags, vielmehr spricht er von tiefer innerer Freude, von der „Grundstimmung“ sozusagen. Er ist überzeugt, dass es von innen her froh macht, zu Gott zu gehören. Eine andere Stimmung als Freude ist gar nicht mehr denkbar für den, der in Gottes Hand geborgen ist. Es ist wohl ein Ringen, immer wieder und letztendlich auf das Wirken Gottes zu vertrauen und ihm das eigene Leben und Wirken zu übergeben – bei dem gleichzeitigen Auftrag, in der Welt tätig zu sein und Verantwortung zu übernehmen. Paulus ruft damals und heute dazu auf, sich in der Freude zu üben, Tag für Tag. Das ist eine Entscheidung, eine Haltung. Wer in „der Freude ist“, hat schon Kontakt mit dem Reich Gottes, kann fühlen, wie es in dieser Welt da ist, manchmal in den „kleinen Freuden“. Der freudvolle Mensch erkennt das große „Dahinter“, lebt in dieser Welt und gehört doch nicht ganz, restlos zu ihr. So kann Paulus auch fordern, zu weinen, „als weine man nicht“, und sich zu freuen, „als freue man sich nicht“ (vgl. 1 Kor 7,30).

An Weihnachten hören wir die Worte der Engel „Fürchtet euch nicht, denn siehe, ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteil werden soll: Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist der Christus, der Herr.“ (LK 2,10f)

Die Engel sind Boten der Freude. Ich halte das für eine Einladung, selber zu Boten der Freude zu werden und die großen und kleinen Freuden, Hoffnung, Dankbarkeit und Zuversicht, großzügig zu teilen.

Wir hoffen, mit dem Rundbrief Anlass zur Freude zu geben und die eine oder andere Anregung dazu. Wie immer freuen wir uns über Rückmeldungen!



Ein großer Dank an alle, die mit uns nachgedacht und Beiträge zum Heft geliefert haben!

So bleibt mir, Sie im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Haus zu grüßen, viel Freude bei der Lektüre und gesegnete Zeit zu wünschen!

Elisabeth Simon
Leiterin

Inhalt

Editorial	Seite 3
„Ein Grund zur Freude“ 60-Jahr-Feier und (Wieder)- einweihung der LVHS	Seite 4
Ein ganz besonderer Ort – auf den wir als Bistum stolz sein dürfen.“	Seite 6
Lieder von Kathi Stimmer-Salzeder	Seite 7
Ich verkünde euch ein große Freude...	Seite 10
Anstrengung kann Freude machen – vieles liegt bei mir	Seite 12
Eine Freude Zwischenruf	Seite 14
Buchtip: Momo	Seite 16
Programmnachschau	Seite 18
Programmvorschau	Seite 20
Niederalteicher Kreis	Seite 22
Leser-Echo	Seite 25
Projekt Dagatch	Seite 26
Aus dem Haus	Seite 27
Unser Lieblingsrezept	Seite 31
Nachrufe	Seite 31
Impressum	Seite 31

Freude ist eine Liebeserklärung an das Leben

Adalbert Ludwig Balling

„Ein Grund zur Freude“

60-Jahr-Feier und (Wieder)-einweihung
der LVHS am 29. September 2019



Abt Marianus begrüßt die Gäste in der Basilika



Bischof Stefan häufelt Weihrauch auf den Altar...



Bischof Stefan bei der Predigt



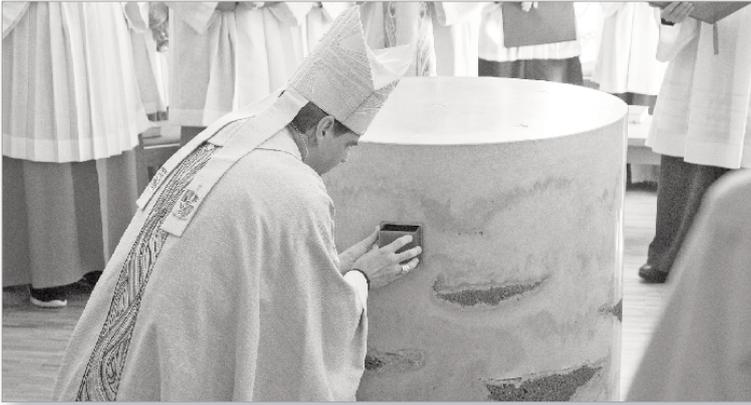
... und entzündet diesen



Martin Behringer
beim Rückblick



Elisabeth Simon verliest die Weiheurkunde



Die Reliquie von Klaus v. Flüe wird eingesetzt



Alle sehen beim stillen Gebet auf die Flammen



In der Basilika sind die Gäste via Bildschirm dabei



DK Dr. Anton Spreitzer,



Bischof Stefan und



Msgr. Josef Fischer pflanzen einen Baum



Der Vorstand strahlt
mit dem Bischof um die Wette

*„Wir leben unser Leben
in wachsenden Ringen“*

Rainer Maria Rilke

„Ein ganz besonderer Ort, auf den wir als Bistum stolz sein dürfen.“

Der 26. Sonntag im kirchlichen Jahreskreis stand ganz im Zeichen der Jubiläums- und Einweihungsfeier in Niederalteich.

Bischof Stefan Oster SDB feierte mit den Gläubigen in der Basilika St. Mauritius das 60-jährige Jubiläum der Landvolkshochschule St. Gunther und weihte den Altar in der neu errichteten Kapelle der LVHS Niederalteich ein.

Zu Beginn des festlichen Gottesdienstes begrüßte die Leiterin der Landvolkshochschule Elisabeth Simon alle Ehrengäste und Gläubigen in der Barockbasilika der Benediktinerabtei, welche mit mehreren großformatigen Flachbildschirmen bestückt wurde, um die feierliche Altarweihe in der kleinen Kapelle für alle Anwesenden erlebbar zu machen.

Bischof Stefan griff in seiner Predigt die Enzyklika „Laudato Si“ von Papst Franziskus auf und verwies darauf, dass die ökologische Frage, die Sorge um unseren Planeten auch immer eine soziale und gesellschaftliche Frage sei.

Eine wichtige Kernaufgabe der Landvolkshochschule, ganz im Sinne von Laudato Si, sei deshalb nicht nur der Erhalt der Schöpfung, sondern auch die Unterstützung von Menschen als Persönlichkeiten zu reifen und verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen.

Im anschließenden Festakt lud der Vorsitzende des Trägervereins, Martin Behringer, zu einem Rückblick und Dank in Bildern ein. Der Finanzdirektor des Bistums Passau, Dr. Josef Sonnleitner verwies auf die große Investition des

Bistums und des Bischöflichen Stuhles in die LVHS. Diese sei zukunftsweisend, da in Niederalteich viel mehr gemacht wurde als die Beseitigung der Flutschäden von 2013. Die Hälfte der Gesamtkosten flossen in die Technik, die Infrastruktur, neue Tagungsräume, sowie die fertiggestellte Kapelle.

Der Tag von heute zeigt, dass von dem, was katastrophal war, etwas erwachsen kann, was noch schöner ist als es zuvor war.

Bischof Stefan im Interview mit „Unser Radio“

Die Landvolkshochschule sei durch diese Investitionen nun wieder auf der Höhe der Zeit, meinte Dr. Sonnleitner. Marcus Hartl von BPM (Bau- und Projektmanagement) erläuterte die Bauschritte und dankte allen am Bau Beteiligten. Niederalteichs Bürgermeister Albin Dietrich und der stellvertretende Landrat Josef Färber gratulierten zum 60-jährigen und zur Fertigstellung des Hauses.

Am Ende des Festaktes pflanzte Bischof Stefan im Garten der LVHS einen kleinen Baum.

Nach dem wie immer köstlichen Mittagessen fanden am Nachmittag zum „Tag der offenen Tür“ in den Räumen der Landesvolkshochschule zahlreiche Lehrgänge und Vorträge, Singen und Werken zum Schnuppern statt. Der Tag endete bei strahlendem Sonnenschein mit einer feierlichen Andacht im Innenhof. ●

Bericht von Wolfgang-Christian Bayer, bearbeitet und ergänzt von Elisabeth Simon. Wir danken dem Bistum für die Überlassung!

„Wo man singt, da lass Dich ruhig nieder, böse Menschen haben keine Lieder.“

In dieser Redewendung steckt eine tiefe Wahrheit: schlecht gelaunt kann man nicht singen. Singen versetzt in andere Schwingungen, die der Freude den Weg bereiten können.

Wir haben Kathi Stimmer gebeten, drei ihrer wunderbaren Lieder in diesem Rundbrief drucken zu dürfen und sagen ihr dafür herzlichen Dank!

Eines der allerneuesten ist auch dabei, angeregt durch das Motto unserer Jubiläumsfeier: „Wir leben unser Leben“. Wir haben es mit Begeisterung gesungen. Wer will, kann das Blatt aus dem Rundbrief heraustrennen und als Liedblatt mitnehmen.

Viel Freude beim Singen und Mitschwingen!



A-Dur

Wir leben unser Leben

Kathi Stimmer-Saenger 2019
nach einem Zitat von Rainer M. Rilke

A h⁷ A Cis D

1.-5. Wir le-ben un-ser Le-ben in wach-sen-den Rin-gen von

A E Fis⁷ h Fis Ais

in-nen her-aus.

1. Wir tra-u-en dem Treu-en und
2. Wir ler-nen und mer-ken, denn
3. Wir ü-ben Be-geg-nen, ein-
4. Wir re-den und schwei-gen, sehn
5. Zur Klü-te hin-fin-den, mit

h⁷ E Cis A h⁷ A Cis

1. grei-fen nach Neu-ern, wir wa-gen uns wei-ter hi-raus,
2. das wird uns stür-ri-scher Zei-ten Ge-braus',
3. an-der zu seg-nen, dass Frie-de er-füllt un-ser Haus,
4. Gren-zen, die zei-gen, nur Lie-be geht d'rü-ber hi-raus,
5. ihr uns ver-bin-den, - wir at-men, wir klü-hen da-raus,

D A E E⁷ A

1. wir wa-gen uns wei-ter hi-raus.
2. für stür-ri-scher Zei-ten Ge-braus'. ZS
3. dass Frie-de er-füllt un-ser Haus.
4. nur Lie-be geht d'rü-ber hi-raus. ZS
5. wir at-men, wir klü-hen da-raus.

ZWISCHENSPIEL
nach je 2 Strophen

A cis⁷ D E fis H⁷ E⁷ E⁷



Du bist die Freude

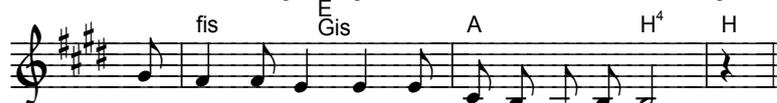
Kathi Stimmer-Salzeder 1990



1. Gib Du mir Stim-me, gib Du mir Klang, gib Du mir Me-lo-di-en für



mei-nen Ge-sang, gib Du mir Wor-te, zu sin-gen da-von,



gib Du die Stim-mung, dann treff ich den Ton.



KV: Du bist die Freu-de un-ter den Men-schen, Du bist das Glück in unserm Lied,



Du bist der Funke in unsrer Be-geg-nung, Du bist die Lie-be, die ge-schieht.



2. Gib Du den An-stoß, denn ich bin so starr, gib Du die Rich-tung, oft
3. Gib Du mir Menschen, die brau-che ich so und sei's ein Lächeln nur
4. Drum such' ich Wor-te, drum wünsch' ich mir Klang und Me-lo-di-en für



2. bin ich ein Narr. Schaff Du Be-we-gung und lass mich nicht los,
3. ir-gend-wo. Wo Freu-de auf-geht, da bist Du im Spiel
4. mei-nen Ge-sang, denn Dei-ne Lie-be, Herr, macht mich so froh

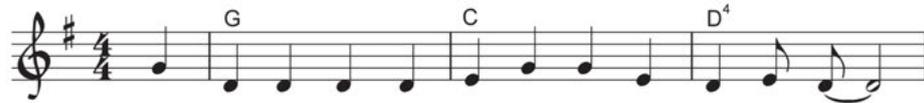


2. bis ich es ah-ne: Die Lie-be ist groß!
3. und das zu wis-sen, be-deu-tet mir viel.
4. und sei's durch ein Lä-cheln nur ir-gend-wo.



Die Freude sucht sich ihren Weg

Kathi Stimmer-Salzeder 1999



1. Die Freu-de sucht sich ih-ren Weg in dich und mich,
2. Die Freu-de wächst ganz leis, so wie ein zar-ter Keim,



1. sie trägt die Bot-schaft von der Hoff-nung tief in sich.
2. und wird ein star-ker Baum, ein schüt-zen-des Da-heim.



1. -6. Und wir be-we-gen mit-ein-an-der uns-re Welt,



in Dei-ner Freu-de, Gott, die uns zu-sam-men-hält.

3. Die Freude sucht sich ihren Weg mit aller Kraft
und zündet in uns für das Leben Leidenschaft.
Und wir bewegen miteinander unsre Welt...
4. Die Freude fängt sich nicht in enger Kleinlichkeit,
sie macht die Augen hell und unsre Hände weit.
Und wir bewegen miteinander unsre Welt...
5. Die Freude trägt uns über Schwachheit und Gefahr,
sie macht uns Deine Liebe ganz lebendig wahr.
Und wir bewegen miteinander unsre Welt...
6. Die Freude lässt uns gehen voller Zuversicht:
Du mit uns auf dem Weg, so wie ein helles Licht.
Und wir bewegen miteinander unsre Welt...

Zwischenspiel nach je 2 Strophen

© MUSIK UND WORT, D-84544 Aschau a. Inn www.musik-und-wort.de

auf CD "Wir mit Dir"

Chorpartitur im Notenheft „Lebendiges Wort“

Ich verkünde euch eine große Freude...

Wer immer diese Zeilen liest, den lade ich ein, diesen angefangenen Satz im Hinblick auf das zu Ende gehende Jahr selber zu vervollständigen. Jetzt kann es sein, dass jemand gleich loslegt, weil ihm eine erlebte große Freude auf der Zunge liegt, und er diese Freude gern loswerden, sie mit anderen teilen will.



Josef Fischer

Oder es macht jemand eine Einschränkung und sagt: Ja, wenn der Satzanfang lauten würde: ich freue mich, weil ..., dann könnte ich schon was sagen, aber gleich verkünden? Und ja, es kann sein, dass einem nicht gleich was einfällt zu diesem Satzanfang, außer: Hm, jaa, naja, also ... Auf jeden Fall lohnt es sich, hier eine Weile innezuhalten. Ich selber habe innegehalten und sage: Unter dem Strich ist es für mich eine wirklich echte Freude, in der LVHS so vielen und solchen Leuten begegnet zu sein.

In der Heiligen Nacht hören wir die Botschaft des Engels...

Noch im laufenden Jahr werden wir wieder mit diesem Satzanfang und dessen Fortführung konfrontiert. In der Heiligen Nacht hören wir die Botschaft des Engels im Evangelium: „Fürchtet euch nicht, denn siehe, ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteilwerden soll: heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren, er ist Christus, der Herr“ (Lk 2, 10f). Das ist Weihnachten in seinem Ursprung, pur, unverfälscht, einzigartig, unersetzlich. Es wird uns was gesagt.

Es wird uns was verkündet. Eine große Freude. Gut, dass der Engel die Botschaft nicht für sich behalten hat, Gott sei Dank, dass es für uns überhaupt eine gute Nachricht, eine frohe Botschaft – denn das heißt Evangelium – gibt.

Habemus papam. Wir haben einen Papst.

Der selben Worte – ich verkünde euch eine große Freude – bedient sich auch der ranghöchste Kardinaldiakon, wenn er von der Loggia des Petersdoms in Rom die Wahl eines neuen Papstes verkündet:

Habemus papam. Wir haben einen Papst (zusammengebracht könnte man ergänzen). Das war zuletzt am 13. März 2013, und der Name des Papstes war und ist Franziskus. Noch einmal: Zunächst ist Freude darüber, überhaupt wieder einen Papst zu haben, mit Zweidrittel-Mehrheit gewählt zu haben. Wie sehr dann die Person des Gewählten die einen mehr und die anderen weniger freut, das ist eine zweite Frage. Ich selber freue mich, dass unser Papst Franziskus heißt, nunmehr schon im siebten Jahr. Dass Evangelii Gaudium, Amoris Laetitia, Laudatio si', Gaudete et exsultate als Anfangsworte päpstlicher Schreiben überhaupt bekannt sind, nicht nur in der Kirche, sondern auch in der Gesellschaft (vielleicht da noch mehr), dass gaudium die innere Freude meint und laetitia die laute, das freut mich.

Dass die LVHS in Niederalteich heuer 60 Jahre alt geworden ist...

Nun schreibe ich für den Rundbrief. Der soll ja auch die Runde machen, weitergesagt, weitergegeben werden. Ich glaube, dass man in jedem Jahr Nachrichten aus der Landvolks-

hochschule findet, die man einleiten kann mit der Aussage: Ich verkünde euch eine große Freude. Aus dem persönlichen Leben ihrer Mitarbeiter/-innen sind es Nachrichten von einer überstandenen Krankheit, oder einer bestandenen Prüfung, oder einem neugeborenen Kind. Was meinen Sie? Ist es nicht ein Grund zu großer Freude, dass die LVHS in Niederalteich heuer 60 Jahre alt geworden ist – und gesund ist, kräftig, lebensmutig und leistungsstark? Dass das Haus saniert ist, nach 6 Jahren, und jetzt ist es so schön, mit der Ideenschmiede und mit der Kapelle samt ihrem Altar, von Bischof Stefan geweiht? Der März 2013 brachte den neuen Papst, der Juni des selben Jahres das Hochwasser und der September des jetzigen Jahres ein runderneuerteres Haus. Ich verkünde euch eine große Freude? 2013? 2019? Hm! Wir haben den Stamm der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Geschäftsführung, das Büro, den erneuerten Vorstand, die pastorale Mitarbeit der Abtei, den Niederalteicher Kreis. Wir haben eine Chefin und zwei Referentinnen: Ich verkünde euch eine große Freude! Und wie hätte die Botschaft 2018 wohl gelautet? Aus welchen Gründen hätten wir damals gesagt: Ich verkünde euch eine große Freude? Die Rufzeichen wechseln sich mit den Fragezeichen ab. Aber, dass aus einem solchen Untergang wie 2013 ein solcher Aufgang wie 2019 geworden ist? Wann kann man da warum und in welchen Zusammenhängen sagen: Ich verkünde euch eine große Freude? Wann ist es so, dass ich mich nicht nur (für mich) freue, sondern dass ich sie verkünden muss, die große Freude, weil ich nicht anders kann?

**Freut euch im Herrn
zu jeder Zeit!**

Noch vor Weihnachten feiern wir den 3. Adventssonntag, der den Namen Gaudete – freut euch – trägt: „*Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch!*“

Der Herr segne dich.

*Er erfülle deine Füße mit Tanz
und deine Arme mit Kraft.*

*Er erfülle dein Herz mit Zärtlichkeit
und deine Augen mit Lachen.*

*Er erfülle deine Ohren mit Musik
und deine Nase mit Wohlgerüchen.*

*Er erfülle deinen Mund mit Jubel
und dein Herz mit Freude.*

*Er schenke dir immer neu die Gnade der Wüste:
Stille, frisches Wasser und neue Hoffnung.*

*Er gebe uns allen immer neu die Kraft,
der Hoffnung ein Gesicht zu geben.*

Es segne dich der Herr.

Aus Ägypten

„Denn der Herr ist nahe“ (Phil 4,4.5). Paulus schreibt das aus dem Gefängnis. Und wenn er so schreibt, dann muss er es wissen, wissen wie der Engel in der Heiligen Nacht. Oder wie Dietrich Bonhoeffer, der in Lebens- und Todesgefahr geschrieben hat: „*Doch willst du uns noch einmal Freude schenken an dieser Welt und ihrer Sonne Glanz, dann wolln wir des Vergangenen gedenken und dann gehört dir unser Leben ganz.*“ Nicht die Tagesform, nicht die Erfolgsmeldung, nicht die Glücksträhne, nicht dass wir noch einmal davongekommen sind, bedingen die Freude, die wir verkünden, sondern dass der Herr uns nahe ist.

Nahe den Gesunden und Kranken, nahe den Einheimischen und den Fremden, nahe den jungen Menschen und den alten, nahe unserer Erde, ihrem Grund und Boden, ihrer Luft, ihrem Wasser, ihrem Klima, nahe unserem Land und seiner Kirche und seiner Landvolkshochschule. ●

Josef Fischer

2. Vorstand von 2009 bis 2019

Anstrengung kann Freude machen – vieles liegt bei mir



■ Laufen im November

Es ist ein Mittwochabend im November. Draußen ist es bereits dunkel geworden und es nieselt leicht. Wie jeden Mittwochabend findet auch heute wieder der Lauftreff statt, bei dem ich bereits seit vielen Jahren dabei bin. Bei dem Wetter draußen lockt es mich heute so überhaupt nicht. Aus der Erfahrung heraus weiß ich aber, dass ich mich später ärgern werde, wenn ich jetzt nicht laufen gehe. Ich weiß, dass mir das gemeinsame Laufen mit den anderen an der frischen Luft gut tut. Also ziehe ich meine Laufsachen an und denke an das gute Gefühl, dass ich bekomme, wenn ich meine Bequemlichkeit überwinde und raus gehe.

Und tatsächlich: schon während des Laufens habe ich das Gefühl, versöhnt zu sein mit dem Wetter und mit mir selbst. Ich bin dankbar, dass ich gesund bin, mich und die Natur so spüren kann und freue mich, dass ich mich durchgerungen habe. Viele Dinge, die mich am Tag bewegt und vielleicht geärgert haben, verlieren in diesem Moment an ihrer Wichtigkeit.

Es gibt Gefühle, die ich nirgendwo kaufen kann, wie so vieles andere in unserer Welt. Es hängt von mir ab, ob ich sie erfahre.

Ich habe nur wenige materielle Wünsche, da ich mir vieles kaufen kann. Aber Gefühle kann ich nicht kaufen und ich erlebe manche nur, wenn ich mich selbst auf den Weg mache. Ich habe kürzlich das erste Mal an einer gemäßigten Fastenwoche nach Hildegard von Bingen bei der Katholischen Erwachsenenbildung in

Niederaltreich teilgenommen. Es war nach den ersten beiden Tagen – die zugegeben für mich anstrengend waren – so fröhlich und schön in unserer Gruppe, das hätte ich vor dem Fasten nicht für möglich gehalten. Am letzten Tag erfüllte uns alle Freude am Leben und am einfachen Essen. Es muss nicht immer so anstrengend sein wie beim Laufen oder Fasten, es reicht oft schon, wenn ich mich ein wenig aus der Komfortzone bewege, und die schönen Dinge wieder mehr Wert schätze.

Es geht nicht darum, ein Martyrium zu erleben oder ins Extreme zu gehen, sondern mich selbst und die einfachen Dinge des Lebens zu genießen.

Die Adventszeit ist oft mit vielfältigen Vorbereitungen für Weihnachten verbunden, die mir aber Freude machen.

Wenn ich die bisherigen Überlegungen auf das Weihnachtsfest übertrage, bedeutet das für mich, dass ich schon in den Wochen vorher etwas zum Fest beitragen kann. Ich schreibe Weihnachtskarten an Freunde und Verwandte, ich schmücke das Haus ein wenig, ich backe. In diesem Jahr im Advent stehe ich zweimal in der Woche etwas eher auf, um das Rorate in der Kapelle der LVHS zu besuchen. Das alles kann ich als Stress betrachten, oder als Vorfreude, als Teil von Weihnachten, vorausgesetzt ich übertreibe nicht.

„Bitte in Papier einpacken...“, es liegt an mir.

Vieles von dem was ich tue hängt von mir selber ab, und wie ich die Dinge betrachte und welche Bedeutung ich ihnen gebe. Ich habe

Handlungsspielräume in meinem Leben und es macht Freude, diese auszunutzen. So wie ich mittwochs entscheide, ob ich zum Laufen gehe, so kann ich das ganze Jahr auch viele andere, vielleicht wichtigere Dinge entscheiden. Ich entscheide, ob ich beim Metzger sage: „*bitte in Papier einpacken*“, ob ich kürzere Strecken auch mal mit dem Fahrrad fahre, wofür ich mich engagiere oder, was ich vielleicht bleiben lasse und, wem ich meine Stimme bei einer Wahl gebe. Das kann mit Anstrengung verbunden sein, aber es macht Freude, das Gefühl zu haben und zu spüren, ich kann etwas gestalten.

Im Rahmen meiner vorherigen Tätigkeit habe ich bei der Planung eines Informationszentrums in Straubing zu den Themen nachwachsende Rohstoffe, Erneuerbare Energien und

Klimawandel mitgearbeitet. Der Anspruch dort ist es, dass die Vorstellung einer veränderten Welt nicht mit dem erhobenen Zeigefinger vortragen werden darf oder moralisch, sondern mit Freude vermittelt werden soll. Auch die LVHS verfolgt dieses Ziel im Rahmen der verschiedensten Angebote in ihrem Programm. Zukunft muss, wenn man sie gestalten will, etwas sein, worauf man Lust hat, sie zu gestalten.

Ich muss nicht die Verantwortung für die ganze Welt auf mich nehmen. Ich kann diese alleine auch nicht verändern, aber als Teil von ihr kann ich viele Dinge tun die gut für mich und für die Welt sind – und das mit Freude.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen frohe Weihnachten! ●

Annette Plank

Harald Welzer, Soziologe und Mitbegründer der gemeinnützigen Stiftung Futurzwei hat in einem Interview im Börsenblatt im Dezember 2018 folgendes gesagt:

“ ... wir als Bewohner liberaler Demokratien des westlichen Nachkriegstypus blicken auf eine unfassbare Erfolgsgeschichte zurück, sowohl, was die Sicherheit angeht, als auch die immateriellen Güter, über die wir verfügen – Lebenserwartung, Gesundheit und insbesondere Freiheit und Demokratie. Das bedeutet für das Individuum den größten Handlungsspielraum, der in der Geschichte überhaupt existiert hat. Wir sind Teil eines erfolgreichen zivilisatorischen Projekts, und das erlegt uns die Verantwortung auf, dieses Projekt weiterzuentwickeln: bei der Sicherung von Freiheit, Demokratie, Teilhabe und Rechtsstaatlichkeit. Um das sicherstellen zu können, müssen wir zwangsläufig die Art und Weise, wie wir wirtschaften, verändern im Sinne eines anderen, nachhaltigen Umgangs mit Welt...“ . ●

https://www.boersenblatt.net/2018-12-27-artikel-_unendliches_wachstum_auf_einem_endlichen_planeten_ist_unmoeglich_-interview_mit_harald_welzer.1572492.html

Freue dich

Nimm die kleinen Freuden des Alltags an. Hier entscheidet sich, ob es dir gut geht oder nicht.

Uns ist die Freude geschenkt, damit wir feiern können; dazu sind wir auf der Welt.

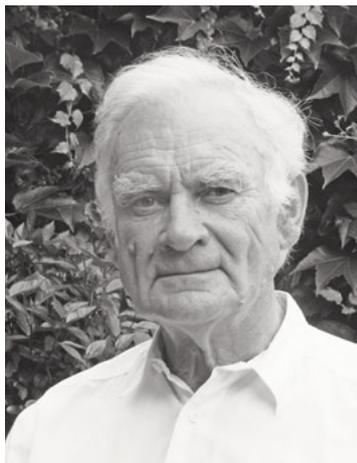
Gott will, dass du dich freust, dass du gerne lebst, dass du dir die Freude gönnt, die dir dein Schöpfer gönnt.

Nur im „Zuviel“ oder im „Zuwenig“ versteckt sich die Sünde. Finde die ER – Füllung in der Freude Gottes.

Elmar Gruber

Eine Freude Zwischenruf

Liebe Ehemalige und Freunde! Wo ist sie denn hingekommen, die kindliche Freude der Vorweihnachtszeit? Mit etwas Wehmut denke ich zurück an Weihnachten in meiner eigenen Kindheit, als im Advent schon dauerhaft Schnee lag, als wir früh um halbsechs von der Mutter geweckt wurden, täglich (außer Sonntag), ohne großen Widerstand, um beim Rorate-Amt im drei Kilometer entfernten Kirchort dabei sein zu können.



Sepp Rehr

Die Freude auf etwas Großes ließ alles Beschwerliche hintanstellen. Und dann kam am Heiligen Abend tatsächlich das Christkind, das gerade um das Hauseck verschwunden war, als wir die Mutter baten, uns am Fenster hochzuheben, um es uns zu zeigen. Schade, vielleicht sehen wir es nächstes Jahr, das Christkind musste eben eilig weiter!

Da wir das Christkind nicht persönlich getroffen hatten, war der Christbaum der Höhepunkt, der war einmalig! Geschenke gab es auch, vor allem Plätzchen, Nüsse, Feigen, später Holzbausteine, und als wir größer waren gab es eine Laubsägegarnitur mit sechs Ersatzsägen! Wir freuten uns himmlisch, über die aus heutiger Sicht kleinen Dinge. Unsere Eltern freuten sich mit, denn wer schenkt, macht sich selbst eine Freude, vor allem wenn keine Absicht auf Dank oder ein Gegengeschenk dahinter ist, wenn es ein „Hingeben“ ist und wenn es angenommen wird. Und der Beschenkte kann sich freuen, wenn er aus Liebe beschenkt wurde, nicht aus Pflichtbewusstsein. Das aber nebenbei.

Wo ist sie hingekommen, die kindliche Freude von vor über 70 Jahren? Ist es unser Wohlstand, der uns die kleinen Freuden banal erscheinen und der die Seele oft so stumm werden lässt? Elisabeth von der Redaktion weiß zu berichten, dass die Menschen in der Dominikanischen Republik zwar bitterarm sind,

aber doch überaus freudig und freundlich. Das wirft tiefgründige Fragen auf, zum Beispiel, ob wir auf dem richtigen Pfad sind, wenn wir mit unserem erklärten „Wachstums-Gesetz“ nach immer mehr, nach jedes Jahr größeren, teureren Geschenken, dann letztlich doch nicht froher werden! Was bringt uns dann all unser Streben? Gut, wir können uns ja kaum absetzen vom großen Strom der gesellschaftlichen Entwicklung und keiner lebt für sich auf einer Insel. Aber wir dürfen uns schon Gedanken machen, auf welcher Seite wir stehen. „Was nützt es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, aber...“, höre ich den Pfarrer predigen. Recht hat er!

Ich selbst merke, wie meine Freude immer wieder erschüttert wird von den oft brutalen Vorgängen, die auf der Welt vonstatten gehen und die über die Medien zu uns kommen, von der Rivalität im Kleinen wie im Großen, von Hass, Gier, Machtstreben, von einem Sauhaufen, so als könnten wir uns in aller Ewigkeit in dieser Welt einkrallen.

Ich habe gute Bekannte, die schalten einfach den Empfang ab, sie ziehen den Stecker und widmen sich lieber nur noch den freudigen Dingen. Denn das Leben auf der Welt kommt uns immer näher und tritt uns so barbarisch gegenüber, dass sie es in ihrer Hilflosigkeit als Einzelne nicht mehr anschauen können.

Ich kann das nicht; mir gebietet es die Solidarität, Anteil zu nehmen an der schweren Last unserer Mitmenschen, meine ich. Aber ich muss mich auch schützen und bedenken, dass ich mich nicht erdrücken lasse vom Elend um mich herum.

Freuden und Leiden auf einer Medaille, wie passt das zusammen und wie können wir dieses Grundgefühl unseres Jahrhunderts meistern?

Dieser Lebenshunger nach Freude im Einklang mit dem Elend auf der Rückseite? Und da hilft mir zu wissen, dass Freude eine Sache der inneren Entscheidung ist.

Im Radio habe ich gehört, dass man Freude gewissermaßen für sich selbst produzieren kann, wenn man vor dem Spiegel so lange übt, bis sich ein freundliches Gesicht einstellt. Freude ist demnach wählbar. Ich bin da noch nicht durch! Aber ernst zu nehmen ist die Erfahrung, dass Freude mit dem Willen zusammenhängt. Die Leiter von Lachseminaren dürfen nach ähnlichen Erfahrungen arbeiten. Ich kann also einerseits wählen, dem Elend ins Auge zu sehen, und kann mich, so gut es mir möglich ist, um Abhilfe bemühen, etwa indem ich mich an Hilfswerken oder sozialpolitischen Organisationen beteilige und hoffe, dass sich irgendwo auf dieser Welt ein Mensch, ein Kind, eine Familie darüber freut. Und ich kann mich auch an den vielen alltäglichen kleinen Dingen freuen, die mir begegnen, wenn ich offen dafür bin. Ich kann also Freude „produzieren“,

hervorrufen. Rupert Federsel hat dafür schöne Worte gefunden:

*„Jeder Gedanke ist eine ungeborene Tat
Jedes Gefühl hat eine Wirkung
Jede Vision hat eine Kraft
Jede Vorstellung hat eine Zukunft
Jeder Traum hat etwas Reales
Jeder Wunsch bewirkt etwas
Jedes Gebet verändert“.*

Zu mir selbst kann ich sagen: Wenn ich gewissenhaft meinen Teil zur Linderung des Elends auf der Welt beigetragen habe, ist mein Herz frei für die vielen kleinen Freuden des Alltags, für die Grüße, Glückwünsche und die Gaben an meine Nächsten.

Jetzt hätte ich bei dem Thema Freude beinahe die „Schadenfreude“ vergessen. Ja, die gibt es auch, wenn zum Beispiel vor dem Spiel der Favorit große Sprüche reißt, dann aber verliert, haha. Allerdings schmeckt sie nicht lange gut, die Schadenfreude, und oft ruft genau diese „Freude“ Unfrieden hervor und damit genau das Gegenteil von echter Freude. Es wäre als hilfreicher, unsere Emotionen wichtigeren Angelegenheiten zu widmen.

Könnte es sein, dass die größte Freude die ist, die sich mitfreut mit dem anderen? Oder können das wirklich nur die Engel, wie man sagt? ●

Sepp Rehr

Adventsgeschenk

Eine Kerze
für die Hoffnung
für die Träume
und den Glauben an sich selbst.

Eine Kerze
für den Frieden
für die Freundschaft
und die Zeit für den anderen.

Eine Kerze
für die Freude
für das Lachen
und den Mut für neue Wege.

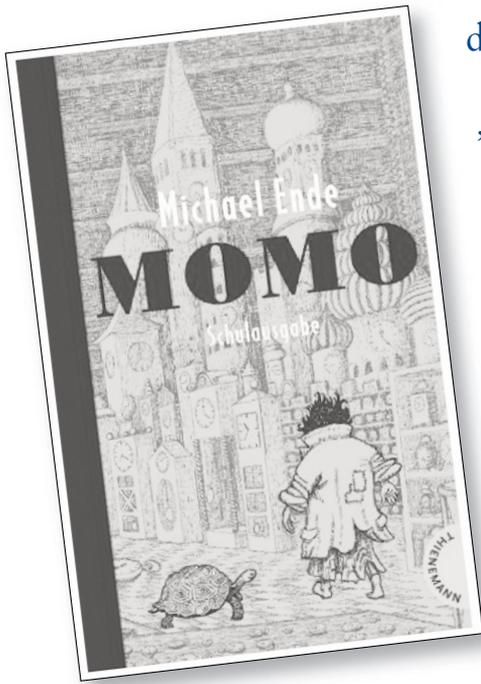
Eine Kerze
für die Liebe
für das Leben
und das Vertrauen in jeden
neuen Tag.

Marion Schmickler-Weber

Momo

Ein modernes Märchen

Momo: oft gelesen, die Geschichte gehört in der Schule, bei Firmungen, auf Hochzeiten, Familiengottes-



diensten,... Ist die Geschichte „ausgelaugt“ oder besitzt sie nach all den Jahren immer noch Aktualität?

Ein Einblick in den Klassiker von Michael Ende, der dieses Jahr 90 geworden wäre.

Um was geht's:

Momo, ein kleines Mädchen, wird eines Tages von Beppo dem Straßenkehrer in einem Amphitheater gefunden. Beppo und Gigi Fremdenführer werden schnell ihre Freunde. Durch ihre besondere Gabe, Menschen so gut zuzuhören und sich in sie hinzuversetzen wird sie bald gerne von Kindern und Erwachsenen aus der Stadt besucht und wird von ihnen ins Herz geschlossen. Eines Tages kommen die „grauen Herren“, Agenten der Zeitsparkasse, in die Stadt und wollen den Menschen ihre Zeit stehlen. Die grauen Herren sind an sich unscheinbar, doch wo sie auftauchen wird es eiskalt und sämtliche Lebensfreude verschwindet. Die grauen Herren reden der Bevölkerung ein, mehr zu arbeiten, um mehr Geld zu verdienen, denn Zeit ist Geld. Die Menschen arbeiten daraufhin mehr, jedoch erscheint ihr Leben leer und trostlos. Bald hat keiner mehr Zeit, auch nicht für Momo. Momo gerät ebenfalls ins Visier der grauen Herren, doch sie durchschaut sie und kann vor ihnen fliehen.

Von der Schildkröte Kassiopeia wird sie zu Meister Secundus Minutius Hora, dem Herr der Zeit geführt. Meister Hora verwaltet die Zeit und teilt jedem Menschen die ihnen gehörende zu. Von Meister Hora erfährt Momo, dass die grauen Herren aus den gestohlenen Stundenblumen (die Lebenszeit der Menschen) ihre Zigarren, drehen, die sie dann als Lebenselixier rauchen.

Als Momo nach einem Jahr in die Stadt zurückkehrt, hat sich alles verändert. Die grauen Herren haben alle Menschen dazu gebracht viel zu arbeiten. Mit Kassiopeia an ihrer Seite geht Momo zurück zu Meister Hora. Dieser weicht sie in das Zeitgeheimnis ein. Momo willigt ein, mit Hilfe einer Stundenblume ihre Freunde und die Bevölkerung der Stadt vor den grauen Herren zu retten. Meister Hora hält die Zeit an, die Welt ist im Stillstand. Nur Momos Zeit läuft durch die Stundenblume weiter und hat dadurch die Chance, die Zigarren zu vernichten und so die grauen Herren zu besiegen und die „gestohlene“ Zeit den Menschen wiederzubringen. Als

der letzte graue Herr besiegt ist, kehren die gestohlenen Stundenblumen als Lebenszeit in die Herzen der Menschen zurück und damit auch die Lebensfreude.

Momo – Ein modernes Märchen für Groß und Klein, dass über die Geschichte hinaus zum Nachdenken anregt.

Wer sind die „grauen Herren“ unserer heutigen Zeit? Arbeit, Internet, Smartphone? „Zeit ist Geld“ – wie aktuell ist doch dieser Satz in unserer heutigen „Zeit“ und Gesellschaft? Lassen wir uns durch digitale Medien, z.B. Smartphone, dazu verleiten, die reale Welt zu „vernachlässigen“ und unser direktes Umfeld weniger bewusst wahrzunehmen? Bekomme ich beispielsweise noch mit, dass ein älterer Herr Hilfe beim Einsteigen in den Bus benötigt, oder ein Schulkind im Bus über seine Erlebnisse in der Schule reden möchte? Schenke ich ihnen meine Aufmerksamkeit oder bin ich zu beschäftigt, da ich vermeintlich wichtige Kontakte über das Smartphone pflegen muss?

Aber nicht nur im Bus, auch grundsätzlich im Alltag stellt sich die Frage: Haben wir wie Momo ein offenes Ohr für die Sorgen und Freuden unserer Familie, Freunde, Bekannten, Nachbarn aus dem Ort? Nehmen wir uns (bewusst) Zeit für sie? Oder lassen wir die grauen Herren unserer heutigen Zeit über unsere Zeit und Lebensfreude bestimmen?

Wer ist unser Meister Secundus Minutius Hora? Nehmen wir einmal an Meister Hora wäre Gott, was fangen wir mit der Zeit an, die uns zugedacht ist? Nutzen wir sie, um sie mit Leben zu füllen? Dabei geht es aber nicht darum, alle Aufgaben gleichzeitig zu machen. Die to-do-Listen, die unseren Alltag bestimmen, benötigen ein gesundes Maß. Den natürliche Rhythmus des Lebens einzuhalten, kann uns helfen, gelassener und achtsamer mit unserem Leben umzugehen.

Hier lässt sich die Weisheit von Beppo, dem Straßenkehrer heranziehen: „Manchmal hat man eine sehr lange Straße vor sich. Man denkt, [...] das kann man niemals schaffen [...]“ Er blickte eine Weile schweigend vor sich hin, dann fuhr er fort:

„Und dann fängt man an, sich zu beeilen. Und man eilt sich immer mehr. Jedes Mal, wenn man aufblickt, sieht man, dass es gar nicht weniger wird, was noch vor einem liegt. Und man strengt

sich noch mehr an, man kriegt es mit der Angst, und zum Schluss ist man ganz außer Puste und kann nicht mehr. Und die Straße liegt immer noch vor einem. So darf man es nicht machen.“ Er dachte einige Zeit nach. Dann sprach er weiter: „Man darf nie an die ganze Straße auf einmal denken, verstehst du? Man muss nur an den nächsten Schritt denken, an den nächsten Atemzug, an den nächsten Besenstrich. Und immer wieder nur an den nächsten.“ Wieder hielt er inne und überlegte, ehe er hinzufügte: „Dann macht es Freude; das ist wichtig, dann macht man seine Sache gut. Und so soll es sein.“ Und abermals nach einer langen Pause fuhr er fort: „Auf einmal merkt man, dass man Schritt für Schritt die ganze Straße gemacht hat. Man hat gar nicht gemerkt wie, und man ist nicht außer Puste.“ Er nickte vor sich hin und sagte abschließend: „Das ist wichtig.“

Was können wir von Momo lernen?

„Was kann ich schon ausrichten? Ich kann ja nicht mein ganzes Leben selbstbestimmen“, werden Sie sich vielleicht jetzt fragen. Aber auch Momo ist „nur“ ein kleines Mädchen. Ihre Stärke liegt im Zuhören. In einem bekannten Lied heißt es: „Schweige und höre, neige deines Herzensohr, suche den Frieden“. Versuchen wir es – hören wir wieder aktiver unseren Mitmenschen zu. Gerade in der heutigen Zeit sind der Dialog, das Zuhören und die Empathie für unser Gegenüber notwendig.

Ich lade Sie ein: greifen Sie wieder zu „Momo“. Lassen Sie sich erneut verzaubern, inspirieren, und von der Botschaft und Weisheit dieser Geschichte berühren.

Michael Endes „Momo“ hat meiner Meinung nach, nach wie vor höchste Aktualität. Vielleicht ist ein neuer Vorsatz für das kommende Jahr, ein offenes Ohr und damit Zeit für mich und andere zu haben und mein Leben nicht fremdbestimmen zu lassen. „Denn Zeit ist Leben. Und das Leben wohnt im Herzen“ (Michael Ende in Momo).

Ihnen und Ihren Familien nun frohe und gesegnete Weihnachten! Ich wünsche Ihnen, dass Sie schöne Stunden im Kreis Ihrer Familie und Freunde verbringen dürfen. ●

Stephanie Sellmayr

Ich wünsche dir Augen,

mit denen Du einem Menschen ins Herz schauen kannst und die nicht blind werden, aufmerksam zu sein auf das, was er von dir braucht.

Ich wünsche dir Ohren,

mit denen Du auch Zwischentöne wahrnehmen kannst, und die nicht taub werden beim Horchen auf das, was das Glück und die Not des anderen ist.

Ich wünsche dir einen Mund,

der das Unrecht beim Namen nennt, und der nicht verlegen ist,

um ein Wort des Trostes und der Liebe zur rechten Zeit.

Ich wünsche dir Hände,

mit denen du lieblosen und Versöhnung bekräftigen kannst, und die nicht festhalten, was du in Fülle hast und teilen kannst.

Ich wünsche dir Füße,

die dich auf den Weg bringen, zu dem, was wichtig ist, und die nicht stehen bleiben,

vor den Schritten, die entscheidend sind.

Ich wünsche dir ein Rückgrat,

mit dem du aufrecht und aufrichtig leben kannst, und das sich nicht beugt,

vor Unterdrückung, Willkür und Macht.

Und ich wünsche dir ein Herz,

in dem viele Menschen zu Hause sind, und das nicht müde wird,

Liebe zu üben und Schuld zu verzeihen.

Jüdischer Segensspruch

Wildkräuter in all ihrer Fülle

Zertifikate für den 8. Kurs

Kräuterpädagogik

18 Frauen haben nach 1-jähriger Ausbildung die umfangreiche und anspruchsvolle Prüfung bestanden. Unter der Leitung von Diplom-Ingenieur Hansjörg Hauser und weiteren hochqualifizierten Referent*innen aus Deutschland und Österreich haben sich die Teilnehmer in 10 mehrtägigen Modulen Wissen um heimische Wildkräuter, Bäume und Sträucher erworben.

In der neuen Schulküche der Landvolkshochschule fanden sie einen idealen Ort zum Probieren der verschiedensten Rezepte. Den Methoden zur anschaulichen Vermittlung der Geschichte, der Verwendung und der

Besonderheiten der einzelnen Pflanzen wurde in der Fortbildung ein besonderer Wert beigemessen. Die Menschen für dieses Wissen zu begeistern und somit weiterzugeben, das ist jetzt Aufgabe der fertigen Kräuterpädagoginnen.

Neben der mündlichen und schriftlichen Prüfung musste während des Jahres ein Herbarium angelegt werden. Im Rahmen der Präsentation ihrer Abschlussprojekte kam die ganze Fülle der Wildkräuter zum Ausdruck. Jede Teilnehmerin hatte dazu einen Tisch ganz individuell und sehr liebevoll gestaltet. Dazu gab es reichlich an Verkostungen von selbst hergestellten Köstlichkeiten.

Die erfahrene Pädagogin und Botanikerin aus Österreich, Getrude Pammer, und die Bildungsreferentin für Landwirtschaft und Ökologie an der LVHS, Annette Plank,

unterstützen Hansjörg Hauser bei der Abnahme der verschiedenen Prüfungen beim letzten Modul. Elisabeth Simon, Leiterin der LVHS, ließ es sich nicht nehmen, eine persönliche Rede zum Abschluss der Kräuterpädagoginnen zu halten und brachte diesen eine besondere Wertschätzung entgegen.

Am Abend der Zertifikatsübergabe wurde noch lange gefeiert. Eine Kursteilnehmerin präsentierte vor der Basilika eine eindrucksvolle Feuershow, die auch einige Niederösterreicher*innen faszinierte.

Wir wünschen allen Teilnehmerinnen nun viel Erfolg in der Anwendung ihrer Kenntnisse und in der weiteren Vermittlung!

Der 9. Kurs ist mit 20 Teilnehmer*innen bereits wieder gestartet. Aufgrund der großen Beliebtheit dieser Ausbildung an der LVHS St. Gunter laufen bereits die Planungen für einen Kurs 2020/2021. ●

Annette Plank

Was der Sonnenschein für die Blumen ist, das sind lachende Gesichter für die Menschen.

Joseph Addison



Die Fülle der Kräuter und ihrer Verwendung wurde auf den Tischen im Saal eindrucksvoll präsentiert

Unser Foto zeigt die neuen Kräuterpädagoginnen zusammen mit der Lehrgangsführung Hansjörg Hauser, Gertrud Pammer und Annette Plank (vorne von links nach rechts).



Hungrig-genug!?

Jahreskurs für junge Erwachsene



Vom 15. bis 17. November trafen sich sechs junge Erwachsene, um sich über das Thema „hungrig-genug!?“ auszutauschen. Hierbei ging es um den Hunger im dreifachen Verständnis.

Zum einen der Lebenshunger. Was ist mein Lebenshunger? Worauf habe ich Appetit im Leben? Was treibt mich an? Was kann meinen Lebenshunger stillen?

Zum zweiten der Hunger auf der Erde bzw. der Nachhaltigkeitsgedanke. Bei diesem Verständnis ging es um die Frage, wie gehen wir mit Lebensmittel um? Andere hungern, wir werfen Lebensmittel weg – Welches Konsumverhalten legen wir an den Tag?

Der dritte und letzte Gedanke führte über diese Thematik hinaus. Uns in Mitteleuropa geht es gut, wir haben zu essen. Dennoch streben wir nach mehr, auch nach Glück. Wir konsumieren Produkte, die uns angeblich glücklicher machen. Was ist aber Glück? Was ist mein persönliches Glück?

Diese Fragestellungen wurden intensiv bearbeitet, reflektiert und diskutiert. Um den kulinarischen Hunger zu sättigen, wurden wir wieder durch das Küchenteam kulinarisch bestens versorgt.

Eine Fackelwanderung und ein Spieleabend sorgten für jede Menge Spaß und gute Laune.

Aufgepasst! Für alle jungen Erwachsenen, die interessiert sind, findet am 11. Januar 2020 ab 10 Uhr ein Kennenlerntag für den neuen genug!?-Jahreskurs 2020 statt.

Wir freuen uns auf euer Kommen!

Weitere Infos und Anmeldung unter www.lvhs-niederalteich.de

Stephanie Sellmayr

„SeelenZeit!“

Freude beim Wiedersehen!

Im Mai 2008 trafen wir uns zum ersten Mal – 26 Frauen und Männer – zu insgesamt 6 Modulen bis März 2009. Mit den Teilnehmern und Teilnehmerinnen aus einer „2. SeelenZeit“ trafen wir uns seitdem fast jährlich zu verschiedenen Aufbaumodulen.



Dieses Jahr war unser Thema: „Ja zu mir“ – begleitet vom bewährten und von uns allen geschätzten Referententeam Irmgard Reis und Konrad Haberber.

Vertraute „Schüttelmeditation“, Bewegung und Tanz mit bunten Tüchern, Körperübungen, Geburtstagsritual, Film, Methoden aus der Biografiearbeit, Zeit mit mir, Zweiergespräche und Austausch in der Gruppe...

„SeelenZeit ist eine Wohlfühlmassage für meine Seele“, so Stephan Bitzinger aus Landshut.

Unser Abschlussritual ist wie immer das gemeinsame Lied „Groß sein lässt meine Seele den Herrn“, wir segnen uns gegenseitig mit Rosenöl, wir stehen im Kreis und beten ein „Vater unser“.

Nächstes Jahr ist wieder SeelenZeit!

Vorfreude...

Andrea Parzefall

25 Jahre Ökosozielles Forum Niederalteich

25. Jahre Nachdenken und Anstöße geben – wurde etwas erreicht?
Herzliche Einladung zu Diskussion und Fachvorträgen am 7. März 2020
an der Landvolkshochschule St. Gunther in Niederalteich!



Wie die Situation der Landwirtschaft, der Bauern und Bäuerinnen tatsächlich ist, ob es einen Anlass zum Feiern gibt, darum geht es in Fachvorträgen und Diskussionen.

Eröffnet wird die Veranstaltung am Vormittag mit einem Impulsvortrag von Dr.

Josef Riegler. Nach der Vorstellung des zu diesem Anlass aufgelegten Manifestes* geht es am Nachmittag in einer Diskussionsrunde weiter mit Vertretern aus der Landwirtschaft, aus der Politik und aus der Gesellschaft aus Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Den Abschluss bildet ein Vortrag von Hubert Weiger, der über grundsätzliche Veränderungen in der gesamten Gesellschaft referiert.

Beim Mittagessen und Kaffee und Kuchen gibt es die Möglichkeiten zum Genuss und regem Austausch! ● *Annette Plank*

* In den per Post versendeten Rundbriefen liegt das Manifest bei!

Niederalteicher Perspektiven 2020: Bioenergie und Klimaschutz!

„Landwirtschaft und Klimaschutz:
Welchen Beitrag kann die Bioenergie leisten?“



Mit dieser Frage eröffnet Dr. Bernhard Widmann, Leiter des Technologie- und Förderzentrums im Kompetenzzentrum für Nachwachsende Rohstoffe (TFZ) im Februar den Auftakt in der Reihe.

In dem Vortrag zeigt Dr. Bernhard Widmann die Rolle der Landwirtschaft bei Klimaschutz, Nahrungs- und Energiebereitstellung auf. Es geht um Chancen, Risiken und die hochaktuelle Frage der Akzeptanz. Für eine faktenbasierte und differenzierte Debatte rund um „Teller, Tank“, „Regenwald“, „Verspiegelung“, „Verspargelung“ und „Vermaisung“ werden einschlägige „energetische“ Fragen behandelt.

Die praktische Anwendung wird im nächsten Vortrag zum Thema „Heizen mit Holz,

Förderung von Hackschnitzel- und Pelletheizungen in Bayern“, gezeigt. Roland Dindaß vom TFZ und Bernhard Pex von C.A.R.M.E.N. e.V. haben umfangreiche Erfahrungen in der Technik und informieren über die Fördervoraussetzungen.

Die Veranstaltung beginnt mit der Besichtigung der Holzhackschnitzelanlage vom Kloster.

Im letzten Vortrag zu dem Thema dreht sich alles um die Faszination Holzbau. Alexander Schulze vom Netzwerk Forst und Holz berichtet über diesen besonderen Werkstoff, der zugleich der älteste und modernste Baustoff im Bauwesen ist. ●

Annette Plank

Die Vorträge finden jeweils freitags (7.2., 6.3. und 27.3.2020) von 14:30 bis ca. 17:00 Uhr statt.

Dazu gibt es Kaffee und Kuchen!

Alle Termine der Niederalteicher Perspektiven finden Sie unter der Rubrik „Landwirtschaft und Leben auf dem Hof“ im Programm 2020 unter www.lvhs-niederalteich.de

LebensMutig

Jede Lebensgeschichte ist einzigartig

Basislehrgang Biografiearbeit 2020/2021



Biografiearbeit nimmt diese Unverwechselbarkeit achtsam und wertschätzend in den Blick, lädt ein zum Reflektieren, Erzählen, Zukunft planen.

In diesem 6-teiligen Lehrgang erleben Sie, wie Biografiearbeit wirkt und Sie erfahren, wie Sie mit Kompetenz und Behutsamkeit biografisches Arbeiten planen und anleiten können – kompetent und achtsam.

Sie lernen das zu Grunde liegende erwachsenenbildnerische Konzept kennen, indem Sie sich mit Ihrer eigenen Lebensgeschichte befassen und sich von den Erlebnissen anderer beschenken lassen.

In Impulsvorträgen, Gruppen-, Paar- und Einzelarbeiten erhalten Sie viele methodische Anregungen. So sammeln Sie praxisbezogene Methoden zur Biografiearbeit, die Sie selbst ausprobieren und reflektieren. Wichtig ist uns die konkrete Umsetzbarkeit in Ihren beruflichen oder ehrenamtlichen Kontexten.

Eingeladen sind alle an Biografiearbeit Interessierte, die Menschen einen Zugang zur eigenen Biografie ermöglichen möchten.

Modul 1: 15./16. Mai 2020

Lehrgangleitung: Susanne Hölzl ●

Verantwortlich: Stephanie Sellmayr
Eine Kooperation der Gesellschaft für Biografiearbeit LebensMutig e.V.



NEU

Bibel erzählen – Geschichten zum Leben erwecken

3. bis 5. April 2020

Erzählen spricht das Herz an und nicht nur den Kopf, bei Erwachsenen wie bei Kindern. Geschichten führen hinein in fremde Welten, in andere Personen. Mit ihnen erweitern der Zuhörer und der Erzähler den Horizont und lernen mit. Besonders biblische Geschichten sind voller Dramatik und Trost, die im Erzählen spürbar werden.

Auch Menschen, die nicht religiös sind, erkennen die Schönheit dieser Geschichten voller Weisheit. In diesen Tagen erleben sie einen Erzähler und lernen erstes Handwerkszeug, um selber Geschichten erzählen zu können. ●

Referent: Jochem Westhof

Verantwortlich: Elisabeth Simon
In Kooperation mit dem Referat Bibelpastoral

„Nix is so schee wia der Moment,
wo ois so is wias ghert und as Leben kriegst einfach gschenkt.
Und des allerbeste is dabei:
Wennd den Moment gfundn host, is er vorbei.“

(Ref. aus „Momentensammler“ Werner Schmidbauer)

Freude ist...

... der Gemütszustand oder die primäre Emotion, die als Reaktion auf eine angenehme Situation oder die Erinnerung an eine solche entsteht.

Je nach Intensität äußert sie sich als Lächeln, Lachen, Freudenschrei oder in einem Handeln.

Im weiteren Sinne kann auch der Auslöser einer Freude, eine frohe Stimmung oder ein frohes Dasein als Freude bezeichnet werden. Der Begriff Glück wird manchmal im Sinne von Freude verwendet.

Weitere Definitionen von Freude:

Für Friedrich Schiller ist Freude ein göttliches Prinzip, wie in seinem Gedicht „An die Freude“ zu lesen („Freude, schöner Götterfunken, Tochter aus Elysium“). Es ist das Prinzip, welches alles Leben antreibt („Freude, Freude treibt die Räder in der großen Weltenuhr“). Außerdem wird es als natureigenes Prinzip beschrieben („Freude trinken alle Wesen an den Brüsten der Natur“).

Quellen: <https://de.wikipedia.org/wiki/Freude>
 Einzelnachweise: 1) Duden
 2) Seite nicht mehr abrufbar,
 Suche in Webarchiven:
 Die primäre Emotion, 2001,
 Alfred Längle

Freude ist für mich...

Mitglieder aus dem Beirat des Niederalteicher Kreises haben sich bereits Gedanken dazu gemacht:

Friedliches Fest – eine Freude

Der Niederalteicher Kreis organisierte am 8. Mai, ein historisches Datum („Kriegsende“) in Europa, einen Abend mit Zeitzeugen zum Thema Europa. Über 70 Jahre friedliches Zusammenleben, aber auch mithin derzeit gefährliche politische Strömungen nahmen die Ehemaligen und Freunde der LVHS zum Anlass, hochkarätige Persönlichkeiten auf einer Zeitreise zu Wort kommen zu lassen.

Montags, wenn es dämmrig wird, kehrt Frieden ein. Ich bin in meinem kleinen Garten auf der Suche nach einem neuen Standort. Nicht immer ist er ganz neu. Trotzdem bleibe ich unvermittelt stehen und ich spüre, das ist er: ein Platz für einen Perspektivwechsel.

Ich nehme mein Werkzeug in die Hand: ein Windlicht mit herzförmigem Ausschnitt und meinen Fotoapparat. Zwei, drei Fotos sind schnell gemacht und dann lasse ich das Licht stehen und gehe zurück ins Haus.

Nun beginnt die Verwandlung: mein kleines Herzlicht wird zum Friedenslicht. Und es hat einen Namen: es heißt jetzt Montagslicht. Vielleicht wird es im Garten von Passanten gesehen, im Dunkeln, zu später Stunde.

Dann kommt mein drittes Werkzeug ins Spiel:

PC oder Smartphone. Das Foto meines Gartenlichts veröffentliche ich in der Gruppe „Montagslichter“, und zwar mit einem Kommentar, zu dessen Inhalt ich mich inspirieren lasse von meinem Friedenslicht und meiner Vorfreude auf die Begegnung, die ich gleich mit ganz vielen „Friedensbewegten“ haben werde: auf der Seite der Montagslichter auf Facebook.

Beim Lesen und Kommentieren gibt es nur friedliches, manchmal trauriges, oft mutiges Einstehen für Nächstenliebe, Hilfsbereitschaft und Mutmacher-Aktivitäten. Alles ist öffentlich zugänglich. Ja, es gibt Zensur. Die Administratoren lassen nur Friedliches zu.

Am Ende eines Montags werde ich ein gutes Gefühl haben, werde ich ganz friedlich zu Bett gehen. Meine Verwandlung zu einem friedlichen Menschen kann beginnen.

Bald werde ich vier Jahre dabei sein, fast kein Rendezvous der Montagslichter versäumt haben. Lächerlich, so ein Unsinn, so eine Zeitverschwendung, werden manche sagen.

Ich werde mich weiter verwandeln. Ich werde noch mehr friedliche Worte suchen und sie werden mir begegnen, in meinem kleinen Garten, bei den Friedlich-Gleichgesinnten im guten Internet. Ja, das gibt es. Mein friedliches Fest – es kann kommen. ●



Herbert Ninding

Herbert Ninding freut sich über Nachahmer und Mitstreiter.

Froh zu sein bedarf es wenig.....

Wer zwischendurch, auswendig gerne mal was singen oder summen mag, allein oder mit anderen, dem sei die alte Weise empfohlen:

WWW.MAMALISA.COM **FROH ZU SEIN** Text & Melody: August Mühling (1786-1847)

Froh zu sein be - darf es we - nig und wer froh ist, ist ein Kö - nig

WWW.MAMALISA.COM

**Liebe Rundbrief-
leserinnen und -leser,**
was fällt Ihnen/was fällt
Dir spontan zu den
Begriffen Gaudete –
Freuet euch!/Freude ein?
Schickt uns doch eure
Gedanken dazu per email
info@lvhs-niederalteich.de
oder per Post.
Wir freuen uns!



Herzlich willkommen im Niederalteicher Kreis

- **Margarete Altenbuchinger-Grüber** aus Bodenkirchen
- **Margareta Geitner** aus Wernberg
- **Josef Schneider** aus Berching

In meiner Lieblings-LVHS spüre ich einen ganz besonderen Geist.

Ist das nicht eine Freude?

Die Menschen, die Räume, das gute Essen.

Das Miteinander, das „für mich sein“.

In meiner Lieblings-LVHS spüre ich einen ganz besonderen Geist.

Andrea Parzefall

Gute Kräuter und gute Wünsche

Richard Ebner, Beiratsmitglied im Niederalteicher Kreis und Kräuterpädagoge zitiert Meisterinnen und Meister der Heilkunst

Zum neuen Jahr wünschen wir Dir...

...den Balsamduft des Vorfrühlings, versteckt in der Kornelkirsche *Cornus mas*, sie ist nicht nur erste Nahrungsquelle für die Wildbienen. Sie ist „warm und ihre Wärme ist mild ... Nimm daher von ihrer Rinde, dem Holz und den Blättern und koche sie in Wasser, und mache daraus ein Bad. Und wer Gicht leidet ... der bade darin oft.“¹ Im Herbst erfreue Dich dann am Dirndlbrand.

...den Saft der Blätter der Pappeln *Populus*, „lauwarm eingeträufelt, hilft gegen Ohrenschmerzen.“² Aus den Pappelknospen „wird auch ein Salb gemacht/welche bei den Apothekern/Unguentum *Populeonis* genannt wird/Die braucht man zu vielen hitzigen brennenden Schmerzen.“³

...die Genialität der Brennessel *Urtica dioica*. Ihr Platz ist da, wo sonst keiner hin will. Kräftiger als die Blätter wirken die Brennesselwurzeln, ein Tee daraus „räumt überhaupt mit faulen Stoffen im Inneren gründlich auf.“⁴ Die Brennessel stabilisiert Dein Immunsystem, reinigt das Blut, regt den Stoffwechsel an, labt Niere, Galle, Leber, löst Verschleimung der Brust, wirkt Entzündungen der Dünndarmschleimhaut und Krebserkrankungen entgegen und ist deshalb zuständig für den großen körperlichen Frühjahrsputz.

...die innere Macht des Spitzwegerichs *Plantago lanceolata*, dem uralten Weggefährten der Menschen. Er „dient innerlich und äußerlich gebraucht wider die Bisse aller schädlichen Thiere“⁵ und anderer misslicher Geschöpfe (A.d.V.). „...unstrittig das erste und beste und häufigste aller Heilkräuter.“⁶

...die ausgleichenden Eigenschaften des „Phu“, des Echten Baldrians *Valeriana officinalis*. „Allzu viel Schlaf gleicht es mit Wachen aus, bei übermäßiger Schlaflosigkeit sorgt es für den entsprechenden Schlaf, es befreit von Erschöpfung, nimmt die Trägheit.“⁷ Es ist eines der besten Nervenmittel und schärft das Augenlicht so, dass Du einen Löwen mit allen Gliedmaßen auf einer Nadel herausarbeiten kannst.⁸ Du bist es wert mit ihm wohl auf zu sein.

...die Beruhigung und Frische der Wasser-Minze *Mentha aquatica*, der Mutter der Pfeffer-Minze, gut, wenn dir etwas auf den Magen schlägt und als „köstliche Herzstärkung“.

...die Stärke des Bärlauchs *Allium ursinum*.

Die Kelten haben ihn vor der Schlacht verspeist. „Er reinigt den ganzen Leib, treibt kranke, verhockte Stoffe aus, macht gesundes Blut und vertreibt und tötet giftige Stoffe.“⁹ Besonders in der zweiten Lebenshälfte ist regelmäßiger Gebrauch von Bärlauch zu machen, da auch jene Beschwerden, die von Arterienverkalkung oder hohem Blutdruck herrühren, nachlassen.

...den reinigenden Blütenschnee der Schlehe *Prunus spinosa*. Schon Ötzi trug dessen getrocknete Früchte als Antibiotikum in seiner Hosentasche. Die gute Wirkung aus einem „Wasser und Syriop von den Blümlin ... für die Bauchwürm, Lendenstein und Schwachheit des Herzens.“¹⁰

...die Kraft und Weisheit der Eiche *Quercus Robur gegen Dünnhäutigkeit*. Solltest du mal „Blut speien“ koche die Bastschicht ab. „Eichenblätter zerstoßen/und auff frische Wunden gelegt/stopfen nicht allein das Blut/sondern heylen und heften sie auch gar wol wider zusammen.“¹¹ Und „wider den Durchlauf oder Bauch-fluss soll man Eychenlaub in sauwrem Wein sieden/und darvon trinken/so stopft sich der Fluss/und lässt bald nach.“¹²

...den hellen Schimmer der Birke *Betula verrucosa*, deren verräucherte Rinde Räume desinfiziert und den alten Geist herauskehrt.

...die entspannende Wirkung des Waldmeisters *Galium odoratum*, der in abendlichen Maienbädern den gesamten Organismus herunterfährt.

...den goldenen Schatz des Fichten-, Tannen- und Lärchenharzes als Balsam der Bäume für Haut und Seele, zum Würzen und Haltbarmachen von Weinen. „Es wird auch dies Harz zu den frischen Wunden gebraucht/dann es heilet und heftet dieselbigen zusammen.“¹³

...die entkrampfende Wirkung der vergessenen Machtwurz der Druiden, den Beifuss *Artemisia vulgaris*. Seine Blätter und Blüten sind voll Tugend; sie sind aromatisch und äußerst sicher und hervorragend zur Anregung von Magensaft und Gallenfluss, zur Bekämpfung von Nervosität und zur Heilung wunder und müder Füße.

Nicht zuletzt wünsche ich Dir...

...ein Ruhkissen aus Oregano, Thymian und Lavendel,

...den sicheren Stand der Königskerze *Verbascum spec.*,

...die Ausstrahlung und Kraft vieler Sommer- und Herbstpflanzen, und vor allem den Genuss und die Heilkraft der Früchte, die aus ihnen erwachsen,

...und überhaupt das Gespür, die einziehenden Jahreszeiten im Kontakt mit der Erde zu kosten und zu spüren,

...sich von den Farben der Schöpfung bescheiden zu lassen,

...und die Muse, die Melodie der Natur in ihrer unendlichen Harmonie aufzunehmen, zu genießen und damit Wurzeln zu schlagen, die Dich weiter über Dich hinaus wachsen lassen und Dich immer tiefer verbinden mit dem, der der Urgrund dieses Wunders ist, Gott, unsere Mutter und unser Vater!

Richard Ebner
Beiratsmitglied im Niederalteicher Kreis
und Kräuterpädagoge

1 Hildegard von Bingen 1098-1178

2 Dioskurides 40-90 n.Chr.

3 Pietro Andrea Mattioli 1501-1577

4 Sebastian Kneipp 1821-1897

5 Caju Plinius Secundus 23-79 n.Chr.

6 Kräuterpfarrer Johann Künzle 1857-1945

7 Lorsch Arzneibuch 800 n.Chr.

8 Vgl. Tabernaemontanus 1520-1590

9 Kräuterpfarrer Johann Künzle

10 Hieronymus Bock 1498-1554

11 Tabernaemontanus 1520-1590

12 Sebastian Kneipp

13 Tabernaemontanus 1520-1590

Man muss die kleinen Freuden aufpicken.

Theodor Fontane

Glaube in den Alltag bringen

Haltung der Freude

Die Haltung der Freude einzunehmen ist eine Entscheidung. Freude hat viel damit zu tun, wie ich meine Umwelt wahrnehme und deute.

Eine einfache, ganz alltägliche Übung kann wesentlich zur tiefen inneren Freude beitragen:

Ich beende jeden Tag damit, den Tag Gott zurück zu geben mit allem, was war. Dafür überlege ich: welche fünf Dinge haben mir heute Freude bereitet? Wichtig ist: Nicht aufgeben, bevor ich wirklich fünf Dinge benannt habe. Das ist manchmal schwer, aber es ist auch eine Frage der Übung.

War da nicht das Morgenrot, der freundliche Gruß, das gute Essen, der Besuch, der Vogel auf dem Balkon, die schöne Musik, die nette Verkäuferin, der hilfsbereite Junge,....?

Beim Vorüberziehenlassen des Tages kommen diese Dinge wieder in den Sinn, in denen sich vielleicht Gott gezeigt hat. Danke dafür! „Und alle Mühe und Plage nimm du an, Gott, ich werfe sie auf dich und vertraue dir!“ (vgl 1 Petr 5,7: Werft alle eure Sorge auf ihn, denn er kümmert sich um euch!) bete ich abschließend. In diesem Vertrauen und der freudigen Erinnerung kann ich mich niederlegen.

Wir laden Sie herzlich ein, dies in den kommenden Tagen und Wochen auszuprobieren und zu üben. Über Rückmeldungen freuen wir uns! ●

Elisabeth Simon



Nichts in der Welt wirkt so ansteckend wie Lachen und gute Laune.

Charles Dickens

Leserecho zum letzten Rundbrief „art-gerecht“

Von **Frau Therese Altmann** haben uns nach dem letzten Rundbrief zum Artikel „Ach, was ist schon gerecht?“ zwei Texte erreicht. Herzlichen Dank dafür!

Das eine ist ein Gedicht des Priesters und ehemaligen Professors für christliche Gesellschaftslehre in Bonn, Franz Gromer, mit dem Titel „Gerechtigkeit“. Aus Platzgründen können wir es leider nicht abdrucken. Es nimmt in vielen Strophen die sogenannte „Gerechtigkeit“ des dritten Reiches in den kritischen Blick und ist erschienen in: Franz Gromer, Schmunzeleien, besinnliche Gedichte und Sonette, Bonn 1973

Das zweite ist ein nachdenkenswerter Text von Edith Stein, den wir gerne weiter geben:

Akzeptiert nichts als Wahrheit, was ohne Liebe ist!

Aber akzeptiert auch nichts als Liebe, was ohne Wahrheit ist!

Eines ohne das Andere wird zur Lüge, die zerstört.

Die Stiftung

St. Gunther Niederalteich

Was unterstützen Sie mit Ihrer Zustiftung?

- den langfristigen Erhalt unseres Bildungshauses
- Angebote zur christlichen Bewusstseinsbildung für Leute vom Land
- unkomplizierte Hilfe, wo's not tut – hier und weltweit

Interesse?

Dann informieren wir Sie gerne näher

Kontakt: Stiftung St. Gunther Niederalteich
c/o Landvolkshochschule Niederalteich e.V.

„Moringa-Projekt“ wird verlängert!

Das sogenannte Moringa-Projekt* der KLB, des Niederalteicher Kreises und dem Senegal e.V. Niederalteich, in Ko-Finanzierung mit dem BMZ und betreut vom ILD, geht in seine Endphase.

Offiziell sollte Ende 2019 Schluss sein, aber durch den verzögerten Beginn um mehr als ein halbes Jahr wird es um 4 Monate verlängert. Einige Projektziele sind noch nicht erreicht und Geld steht noch zur Verfügung.

* **Das Projekt** will zur Verbesserung der Ernährungssicherheit, der Einkommens- und der Umweltsituation im Norden des Senegal, in der Region Podor, beitragen. Zielgruppen sind eine Produktionsgemeinschaft im Dorf Nganga und eine Frauenvereinigung im Dorf Béléle Kélé mit insgesamt 133 Haushalten und 1330 Personen.

Hauptmaßnahmen sind: 14 ha bewässerter Gemüse- und Reisanbau, praktische Aus- und Weiterbildung in Landwirtschaft und Gartenbau, Ernährungs- und Gesundheitsberatung für die Frauen, angepasste Methoden in Verarbeitung und Konservierung von Gemüse und Früchten, Bewusstseinsbildung in Umwelt- und Klimafragen, Pflanzung von 20 000 Moringa-Bäumen mit der Perspektive von Kleinunternehmen für junge Leute.

Die Gesamtkosten betragen in 3 Jahren 273.000 Euro, wovon wir, die deutschen Partner, 25% aufbringen. Anteilig über Lohn- und Verwaltungskosten trägt das Projekt auch zur Finanzierung der Caritas Saint-Louis bei.

Insgesamt ist das umfangreiche Projekt, ungeachtet der Wertschätzung der Dorfbevölkerung, ein intensiver Lernprozess für beide Seiten: Für die Caritas Saint-Louis wegen der großen Entfernung ins Projektgebiet (über 200 km) und der Qualifikation einzelner Mitarbeiter, die es bisher gewohnt waren, Nothilfe zu leisten, aber weniger mit den Anforderungen an Organisation, Aus- und Weiterbildung und mit Kooperationen mit staatlichen Einrichtungen zurechtkommen (z. B. das strikte Einhalten von Finanzplänen oder die Abstimmung mit der senegalesischen Forstbehörde) und für die Partner hier in Deutschland die zum Teil komplizierten administrativen Vorgaben von Seiten von Engagement Global und des BMZ im Rahmen der Digitalisierung der Abläufe. Mich wundert nicht mehr, wenn Senegalesen sagen, die Deutschen wären so kompliziert.

Noch ist es zu früh, die Ergebnisse des Projektes abschließend zu bewerten, quantitativ wie qualitativ. Eine erste Auswertung von unabhängiger Stelle läuft gerade. Ein Folgeprojekt haben wir beim BMZ angemeldet. Es landete bei der Priorisierung aber nicht in der Kategorie vordringlich und wird daher wieder zu erheblichen Verzögerungen bei Bearbeitung und Projektbeginn führen. ●

Sepp Gruber, Projekt-Koordinator der Senegal-Partnerschaft



Aufforstung,



Anbauprogramme und...



Schulungen

Spendenkonto DAGATCH:
DE 4174 1616 0800 0030 3682

Abschied von Msgr. Josef Fischer



Blumen sprechen auch symbolisch. Als Dank bekam Josef Fischer eine Callas (Anerkennung), Gerbera (Menschlichkeit, Wärme, Fröhlichkeit), Orchidee (Gewitztheit und Cleverness), Stiefmütterchen (Bewunderung), Strelizie (Einzigartigkeit), Sonnenblume (Dankbarkeit). Jeder Teilnehmer der Mitgliederversammlung gestaltete eine persönlich geschriebene Dankeskarte, die gesammelt zu einem Dankesbüchlein verarbeitet wurden.

Nach all den umfangreichen „Bewegungen“ in der Landvolkshochschule gab es auch in der Vorstandschaft einen Wechsel. Monsignore Josef Fischer, 2. geschäftsführender Vorsitzender, hat seinen wohlverdienten Ruhestand angetreten. Wir freuen uns natürlich mit ihm und wünschen ihm, dass er den neuen Lebensabschnitt genießen kann, aber wir vermissen ihn auch in unserer Runde. Sepp (wie wir ihn nennen durften) hat uns durch alle Höhen und Tiefen der letzten 10 Jahre begleitet, gestützt und auch getragen. Wenn manchmal eine Wolke der Schwere über uns auftauchte und unser Mut nachließ sagte Sepp „*wird scho*“ und es hat sich alles wieder geregelt.

Wir schätzten an unserem Mitstreiter: Wie in all seinen vielfältigen Zuständigkeiten und Aufgaben war er mit seinem ganzen Herzen bei uns und hat so ein verlässliches und sehr konstruktives Miteinander geprägt. Durch seine Menschlichkeit, Wärme, Fröhlichkeit und auch Gewitztheit waren unsere Arbeitsrunden sehr vertraut. Schwierige Prozesse wurden von einer gewissen Leichtigkeit getragen. Sepp konnte Situationen gut analysieren und einschätzen. Unser Weg war durch seine Weitsicht, Großherzigkeit und gute Menschenkenntnis immer gut geerdet.

Seine Authentizität im Wort und Handeln, sein tiefer Glauben, den er wortstark, aber leise und verständlich vermitteln konnte, hat uns immer wieder eingeladen, mit Freude und Überzeugung den Weg als Christen zu gehen und Verantwortung zu übernehmen. Als Vermittler zwischen der Landvolkshochschule und dem Bistum hat er immer eine Basis des gegenseitigen Verstehens und der Wertschätzung geschaffen.

Ein ganz, ganz großes Danke an Josef Fischer. Vergelt's Gott, an dich, Sepp! In uns sind viele gute Erinnerungen verankert und wir lassen uns weiterhin davon in unserem Tun inspirieren. ●

Christiane Jahrstorfer

**Gottes Liebe wärme dich.
Gottes Gegenwart umstrahle dich.
Gottes Geist möge in dir sein.
Gottes Kraft soll in dir wirken.
Gottes Zärtlichkeit soll dich beschützen.
Gottes Friede soll dich umgeben.**

Aus Irland

Dankeschön!

HERZLICH WILLKOMMEN!

DK Dr. Anton Spreitzer – neuer 2. geschäftsführender Vorsitzender

**Liebe Leserinnen und Leser
des Rundbriefs!**

Nach dem rundum gelungenen Festakt zum Abschluss der Generalsanierung mit der feierlichen Altarweihe in der neuen Kapelle durch H.H. Bischof Dr. Stefan Oster SDB kehrt Alltag in die Landvolkshochschule Niederalteich ein. Das Ergebnis der vielen Überlegungen, Sitzungen, Besprechungen, Planungen... – und dann der Baumaßnahmen selbst kann sich wirklich sehen lassen!

So negativ eindrücklich die Gewalt des Hochwassers war, so positiv eindrücklich sind die Tatkraft und die beeindruckende Ausdauer, mit der man nach der Katastrophe daran ging, die Landvolkshochschule wieder aufzubauen. Ich gratuliere allen Beteiligten zum gelungenen Werk und hoffe auf viele Gäste, die die einladenden Räume der Landvolkshochschule nun wieder mit Leben füllen!

Ich danke Frau Simon für die Gelegenheit, mich an dieser Stelle bei Ihnen als der neue zweite geschäftsführende Vorsitzende des Trägervereins der Landvolkshochschule Niederalteich vorzustellen. Im Rahmen des Festgottesdienstes am 29. September hat das

offiziell ja bereits unser H.H. Bischof getan. Mit meinem Wechsel aus dem Pfarrverband Ortenburg, wo ich die vergangenen fünf Jahre als Pfarrseelsorger gearbeitet habe, nach Burghausen als Direktor im Haus der Begegnung HEILIG GEIST zum September 2019 hat sich bei mir eine ziemlich einschneidende Veränderung ergeben. Ich war sehr gerne Pfarrer im schönen Pfarrverband Ortenburg mit so vielen netten Menschen, denen ich dort begegnet bin! Gleichwohl ist es für mich natürlich eine große Ehre gewesen, dass mich DK Josef Fischer als seinen Nachfolger für das Haus der Begegnung HEILIG GEIST in Burghausen ins Spiel gebracht hat und dass sich das Bistum für mich entschieden hat. Im Zuge dessen wurde ich auch gebeten, Josef Fischer als zweiter geschäftsführender Vorsitzender zu beerben, dem ich natürlich gerne entsprochen habe. So bin ich jetzt bei Ihnen gelandet!

Ich bin Jahrgang 1978 und stamme aus dem kleinen Rottaler Bauerndorf Eholing in der Pfarrei Sulzbach am Inn. Aufgewachsen bin ich auf unserem kleinen Sacherl, auf dem sich ein paar Kühe, Schweine, Ponys, Hasen etc. tummelten, und wo ich zusammen mit meinen zwei Geschwistern den Eltern bei der Bewirtschaftung geholfen habe. Zugegeben, ich besitze kein wirkliches Talent zum

Bauern. Trotzdem glaube ich, dass die Erfahrung beim Ausmisten, Silieren, Futtertröge auffüllen nicht ganz sinnlos waren (auch wenn man sich als junger Kerl schönere Dinge vorstellen kann als ausmisten). Im Nachhinein wird mir immer mehr erst bewusst, welch ein Glück es ist, auf dem Land aufzuwachsen, die gute Luft, die Stille, die Unmittelbarkeit zum Boden genießen zu dürfen – und einen Himmel über sich zu erfahren, der einem viel weiter vorkommt als in der Stadt.

Nach meiner Gymnasialzeit am Maristengymnasium Fürstzell und dem Studium der Theologie in Passau und München war ich Kaplan in Waldkirchen und Passau-St. Anton, anschließend sechs Jahre Subregens am Bischöflichen Priesterseminar St. Wolfgang in Regensburg und schließlich seit 2014 Pfarrer im Pfarrverband Ortenburg. Und jetzt also arbeite ich als Direktor im Haus der Begegnung HEILIG GEIST in Burghausen. Mal sehen, was damit so alles verbunden ist. Spannend wird es sicher – kommen doch Menschen in den unterschiedlichsten Anliegen und aus ganz verschiedenen Kontexten in Häuser wie dem in Burghausen oder in Niederalteich. Mir als Priester liegt natürlich vor allem am Herzen, dass Menschen hier einen Ort finden, wo sie ihren Glauben vertiefen, erneuern oder auffrischen können; dass sie erfahren, dass Gott da ist, dass er lebendig ist und Leben schenkt; dass er das große Geheimnis hinter all den wunderbaren Dingen ist, die seine Schöpfung ausmachen; und dass jeder Mensch als Gottes Abbild und Gleichnis sich seiner eigenen Würde bewusst wird – und diese Würde auch im Andern achtet und ehrt.

In diesem Sinn wünsche ich der Landvolkshochschule Niederalteich einen guten Geist, in dem Menschen hier beisammen sein können, wachsen dürfen, Stärkung und Zuspruch erfahren und in der Freude an der Schöpfung den Schöpfer selbst erahnen. Mögen sie spüren, welch ein Glück es ist, Mensch zu sein – Gottes Kind!.

Dr. Anton Spreitzer, Burghausen



Der neue Vorstand des Trägervereins LVHS St. Gunther e.V.
(v.l.n.r.) Martin Behringer (1. Vorsitzender), Elisabeth Simon (Leiterin), Christiane Jahrstorfer
(3. Vorsitzende), Dr. Anton Spreitzer, Msgr. Domkapitular (geschäftsführender 2. Vorsitzender)

Abt Dr. Marianus Bieber OSB

Liebe Freunde der LVHS!

Vom benachbarten Kloster Niederaltaich haben wir seit Sommer die Seelsorge in der LVHS übernommen.

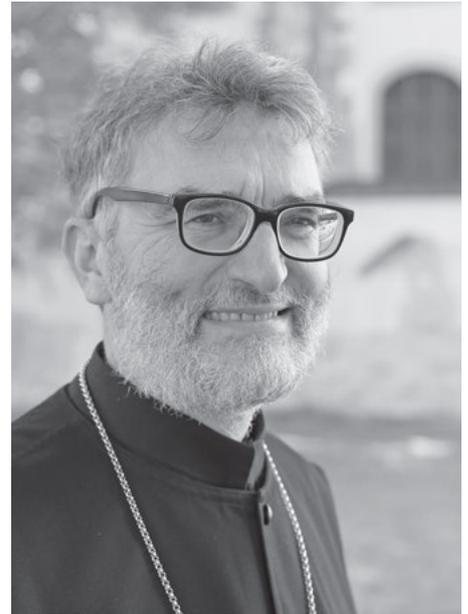
Meine Mitbrüder und ich stehen für Gottesdienste in der neuen Kapelle, für (Beicht-)Gespräche und Vorträge zur Verfügung. Ich koordiniere die Anfragen und Einsätze und übernehme auch selbst gerne Gottesdienste oder ein anderes Angebot.

Ich bin seit 1989 Mönch in Niederaltaich, war nach dem Noviziat die ersten beiden Jahre als Erzieher in unserem Internat eingesetzt, habe dann meine theologischen und ökumenischen Studien in Passau, Genf und Bamberg vollendet – nachdem ich vor dem Studium ein Philosophiestudium in Frankfurt a. M. absolviert hatte. Seit 1995 bin ich im Ökumenischen Institut unserer Abtei, das der LVHS unmittelbar benachbart ist, als Referent tätig. Seit 2002 wird das Institut durch unser Tagungshaus St. Pirmin geistig-geistlich betreut und geleitet. 1995 wurde ich zum Priester, 2001 zum Abt geweiht.

Gestatten sie mir noch ein kurzes Wort zum Thema der „Freude“:

Freude – eine Haltung des Glaubens: Eine Freude über – über das, was uns geschenkt wird, an Begegnungen, an Erfahrungen! Freude des Glaubens ist aber in besonderer Weise auch eine Freude auf – auf das Kommende. Glauben ist eine frohe Erwartungshaltung, die von der Zukunft Alles erhofft – Freude des Glaubens ist so vor allem auch eine Vorfreude! Vorfreude soll die schönste Freude sein, meint der Volksmund. Und in der Tat: der schöne Advent lebt als Zeit der Vorfreude auf Weihnachten doch gerade davon – und das nicht nur in Kinderherzen, wenn dort auch besonders intensiv.

Aber Vorfreude bedeutet beim Glauben noch mehr: es ist die Haltung der gespannten Seele, die nach vorne, auf Zukunft hin ausgerichtet ist. „Spannen“ kann man eine Seele nur nach vorne, nach hinten – auf Vergangenheit zu, bloß in der Erinnerung lebend, schlafft unsere Seele ab. Dies ist sicherlich zunächst das Geheimnis und Vorrecht der Kindheit und Jugendzeit – alles erwartet man von der Zukunft, das ganze Leben liegt vor einem. Doch der Glaube will auch später und gerade im Alter unserer Seele Freude, Vorfreude schenken, Glaube ist Verheißung! Freude ist so eine Grundhaltung der gesunden Seele – ohne



Abt Marianus

Freude wird alles mühsam, schlaff oder gar depressiv. So hat es schon Schiller gesehen: „Freude heißt die starke Feder in der ewigen Natur. Freude, Freude treibt die Räder in der großen Weltenuhr!“

Ich wünsche allen Freunden und Gästen der LVHS diese Freude des Lebens und des Glaubens!

Abt Marianus OSB



Stephanie Sellmayr

Liebe Rundbriefleserinnen und -leser, wer hätte das gedacht? Im letzten Rundbrief schrieb ich noch, dass ich mich freuen würde, wenn sich die Wege der LVHS und meine Wege wieder einmal kreuzen.

Sie kreuzen sich wieder. Ich darf mich Ihnen an dieser Stelle als neue Bildungsreferentin der LVHS vorstellen. Aufgewachsen im oberschwäbischen Allgäu, dem Bachelorstudium Erziehungswissenschaft in Regensburg und dem Master Erwachsenenbildung und Weiterbildung in Bamberg, werde ich nun in den nächsten zwei Jahren das pädagogische Team der Landvolkshochschule unterstützen und meine Ideen einbringen. Die LVHS ist mir durch mein Praktikum und meine Referentinnentätigkeit vertraut. Daher freut es mich besonders, mich wieder für die LVHS einbringen zu dürfen und bedanke mich für das herzliche willkommen heißen.

Seit September ist für mich schon viel im Haus passiert:

Jubiläum, Altarweihe und Begegnungstag der LVHS, Seniorenbildungswoche, Beginn der Landfrauentage, Vorbereitungen für den Jahreskurs für junge Erwachsene und die Familienwochenenden – um nur kurze Einblicke zu geben. Junge Menschen in ihrer Persönlichkeit zu stärken, ihrem Leben Richtung zu geben, aber auch die Erfahrung von älteren Menschen wahrzunehmen, anzunehmen und zu respektieren, ist mir für meine Arbeit wichtig. Gerade diese vielfältige Arbeit mit den unterschiedlichen Zielgruppen macht für mich den Charme von Bildungsarbeit aus. Es freut mich daher besonders zu sehen, dass dies auch das Zusammensein in der LVHS prägt. Die Zusammenarbeit mit allen Mitarbeitenden im und den Ehrenamtlichen rund ums Haus, ebenso die nachbarschaftlichen Beziehungen zum Kloster, empfinde ich über die „normale“ Arbeit hinaus als bereichernd. Weiterhin sind die vielen Begegnungen im Haus für mich der frische Wind, mit dem viele neue Ideen in die LVHS wehen. Ich freue mich auf weitere Begegnungen mit Ihnen und die Arbeit im Haus. **Nun wünsche ich Ihnen frohe und gesegnete Weihnachten und, dass Sie gesund ins neue Jahr kommen!**

Stephanie Sellmayr

Das Küchen- und Serviceteam freut sich über Verstärkung

Im Mai 2019 ist Frau **Gerlinde Brocher-Pauli** aus Reichersdorf zu ihren Wurzeln zurückgekehrt. Nachdem sie bereits von 1986 bis 1989 ihre Ausbildung bei uns absolvierte, arbeitete sie nach einer kurzen Familienauszeit von 1997 bis 2012 als Köchin zuletzt als Küchenleiterin bei uns. Wir freuen uns sehr, dass sie nach der langen Tätigkeit in einer anderen Einrichtung wieder bei uns ist und mit all ihrer Erfahrung, die sie einbringt, praktisch neu anfängt, denn in Haus und Küche hat sich viel geändert. Wir wünschen ihr viel Freude und Erfolg in der Zusammenarbeit mit dem Küchenteam, beim Kochen und Backen. Wir wissen, sie bringt viele gute Ideen in der Umsetzung der regionalen und saisonalen Küche mit. Gottes Segen!

Wir heißen seit November 2019 Frau **Margareta Gaida** aus Thundorf herzlich als weitere Köchin willkommen bei uns! Mit ihren Kenntnissen, die sie als hauswirtschaftliche Betriebsleiterin aus anderen Stellen mitbringt, wird sie an der LVHS viele Möglichkeiten haben, ihre Erfahrungen und ihr Können einzubringen. Wir wünschen ihr Gottes Segen und Begeisterung für den Neustart, viel Freude an der Umsetzung unseres Küchenkonzeptes und an der Zusammenarbeit mit ihrem Küchenteam und Lust am kreativen Kochen! Gottes Segen!



Gerlinde Brocher-Pauli

Margareta Gaida



Seit September 2019 gehört Frau **Nadine Brunnenmeier** aus Auerbach zum Team im Hausreinigungs- und Servicebereich.

Wir heißen sie herzlich im Haus willkommen und wünschen ihr viel Freude bei ihrer Tätigkeit und im Team der Kolleginnen, dazu Gottes Segen! ●

**Freude an der Arbeit
lässt das Werk trefflich
geraten.**

Aristoteles



Ein ganz besonderer Grund zur Freude...

...ist es, wenn ein Kind geboren wird.

Es freut uns sehr zu berichten, dass unsere Referentin, **Magdalena Lummer**, Mutter geworden ist. Der kleine Leopold Johann Emanuel ist am 18. Oktober 2019 geboren. Wir gratulieren von Herzen und wünschen der jungen Familie Gottes reichen Segen, ein gutes Zusammengewöhnen, das Staunen und die Freude, die im Wunder des Lebens liegt, die nötige Geduld und allezeit Zuversicht!

Möge Gott auf dem Weg, den Du vor Dir hast, vor Dir hergehen.

Das ist mein Wunsch für Deine Lebensreise.

Mögest Du die hellen Fußstapfen des Glücks finden und ihnen auf dem ganzen Weg folgen. ●

Elisabeth Simon



Gemüse: „Winterwurzel“ Zutaten für 4 Personen

1 kg Rote Bete
2 Gelbe Rüben
1 mittlere Pastinake
4 rote Zwiebeln
1TL Pfefferkörner
2TL Senfkörner
1TL Kümmel
1 Msp. Chili
2 EL Olivenöl
1 Bio-Zitrone (Zesten und Saft)
100 ml Gemüsebrühe
1Prise Salz + Zucker
Feldsalat
2 Kugeln Mozzarella
2 EL Kürbiskerne zum Bestreuen

Zubereitung:

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Rote Bete gründlich waschen, in Salzwasser ca. 10 – 12 min. kochen, dann schälen und abkühlen. Rote Bete und restliches Gemüse in gleichgroße Würfel schneiden. Die Zwiebeln abziehen und in Spalten schneiden. Die Pfeffer-, Senfkörner und den Kümmel in einem Mörser grob zerstoßen und mit dem Öl und den Zitronenzesten unter das Gemüse mengen.

Mit Salz würzen und in eine ofenfeste Form füllen. Die Brühe angießen und im Ofen ca. 35 min. weich garen. Ab und zu umrühren. Mit Zucker und Zitronensaft abschmecken. Inzwischen den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Das Gemüse aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Den Mozzarella abtropfen lassen und in Würfel schneiden.

Das Gemüse mit dem Salat und dem Mozzarella mischen, auf einer Platte anrichten, mit Kürbiskernen bestreut servieren. **Guten Appetit!**

Eignet sich als festliche Vorspeise, die sich gut vorbereiten lässt (Vortag).

Impressum

Der **Ehemaligen-Rundbrief** ist das Mitteilungsblatt der Ehemaligen-gemeinschaft der Landvolkshochschule St. Gunther in Niederalteich.

Herausgeber:

Bildungshaus und Landvolkshochschule St. Gunther,
Hengersberger Straße 10
94557 Niederalteich
Telefon 09901 9352 - 0
Telefax 09901 9352 - 19
info@lvhs-niederalteich.de
www.lvhs-niederalteich.de

Redaktion: Elisabeth Emlinger

Titelfoto + Fotos: Thomas Hoyer,
Herbert Ninding, pbp, LVHS

Layout: Hirmer_Kommunikation

Druck: Druckerei Mühlbauer,
Hengersberg

Die nächste Ausgabe erscheint im Sommer 2020.

Redaktionsschluss ist am 14. Mai 2020

Lebenswege

In die ewige Heimat heimgegangen sind:

- **Josef Fellner**, Elsendorf, 30. Kurs Männer vom 10. 01. – 11. 03. 1967 am 03. Juni 2018
- **Angela Hirth**, Dietersburg, 18. Kurs Frauen vom 11. 01. – 27. 02. 1960 am 31. Januar 2019
- **Johann Vordermaier**, Kirchweidach, Hauptkurs 92/93, am 17. März 2019
- **Johann Kerschbaum**, Freyung, 12. Kurs Männer vom 08. 01. – 16. 02. 1957 am 4. April 2019
- **Josef Fuchsgruber**, Hebertsfelden, 23. Kurs Männer vom 02. 01. – 02. 03. 1963 am 16. Mai 2019
- **Reserl Weiderer**, Regen, 15. Kurs Frauen vom 17. 02. – 22. 03. 58 am 21. Juni 2019
- **Josef Maschberger**, Markt, 19. Kurs Männer vom 02. 01. – 25. 02. 1961 am 6. Juli 2019
- **Georg Mändl**, Schwandorf, 23. Kurs Männer vom 02. 01. – 02. 03. 1963 am 18. September 2019
- **Josefine Kufner**, Iggenbach, 28. Kurs Frauen vom 07. 01. – 06. 03. 1965 am 30. September 2019
- **Heribert Neppi**, Bogen, 7. Kurs Männer vom 04. 01. – 31. 01. 1954 am 1. Oktober 2019
- **Christian Stangl**, Waldthurn, 24. Kurs Männer vom 18. 11. – 21. 12. 1963 am 5. Oktober 2019
- **Fanny Weig**, Waldthurn, 13. Kurs Frauen vom 19. 02. – 23. 03. 1957 am 12. Oktober 2019
- **Pfr. Karl Schreiber**, Regensburg, 21. Kurs Männer vom 02. 01. – 24. 02. 1962 am 20.10.2019

Freut euch mit den Fröhlichen, weint mit den Weinenden.
(Röm 12,15)

Gott schenke ihnen die ewige Freude!

Liebe Ehemalige,

liebe Freundinnen und Freunde des Hauses!

Eure Beiträge sind uns jederzeit willkommen! Bitte schickt uns aktuelle Familiennachrichten oder Berichte rechtzeitig zu, dann werden wir sie gerne veröffentlichen. Teilt uns auch mit, wenn sich die Bankverbindung oder Adressen verändern!

Herr, ich werfe meine Freude wie Vögel an den Himmel.
Die Nacht ist verflattert, und ich freue mich am Licht.
Herr, ich bin fröhlich.
Die Vögel und Engel singen, und ich jubiliere auch.
Das All und unsere Herzen sind offen für Deine Gnade.
Ich fühle meinen Körper und danke.
Herr, ich freue mich an der Schöpfung.
Und dass Du dahinter bist und daneben und davor und darüber und in uns.
Die Psalmen singen von Deiner Liebe, die Propheten verkündigen sie, und wir erfahren sie.
Ich werfe meine Freude wie Vögel an den Himmel.
Ein neuer Tag, der glitzert und knistert und jubiliert von Deiner Liebe.
Jeden Tag machst Du, Du zählst jeden Tag die Haare auf meinem Kopf.
Halleluja, Herr.

Aus Afrika

Sozusagen grundlos vergnügt

Ich freu mich, daß am Himmel Wolken ziehen
Und daß es regnet, hagelt, friert und schneit.
Ich freu mich auch zur grünen Jahreszeit,
Wenn Heckenrosen und Holunder blühen.
– Daß Amseln flöten und daß Immen summen,
Daß Mücken stechen und daß Brummer brummen.
Daß rote Luftballons ins Blaue steigen.
Daß Spatzen schwatzen. Und daß Fische schweigen.

Ich freu mich, daß der Mond am Himmel steht
Und daß die Sonne täglich neu aufgeht.
Daß Herbst dem Sommer folgt und Lenz dem Winter,
Gefällt mir wohl. Da steckt ein Sinn dahinter,
Wenn auch die Neunmalklugen ihn nicht sehn.
Man kann nicht alles mit dem Kopf verstehn!
Ich freue mich. Das ist des Lebens Sinn.
Ich freue mich vor allem, daß ich bin.

In mir ist alles aufgeräumt und heiter:
Die Diele blitzt. Das Feuer ist geschürt.
An solchem Tag erklettert man die Leiter,
Die von der Erde in den Himmel führt.
Da kann der Mensch, wie es ihm vorgeschrieben,
– Weil er sich selber liebt – den Nächsten lieben.
Ich freue mich, daß ich mich an das Schöne
Und an das Wunder niemals ganz gewöhne.
Daß alles so erstaunlich bleibt, und neu!
Ich freu mich, daß ich . . . Daß ich mich freu.

Aus: Mascha Kaléko:

In meinen Träumen läutet es Sturm.

© 1977 dtv Verlagsgesellschaft, München.