

OSTER Gedanken

Von Gerold Lehner, Superintendent der Evangelischen Diözese OÖ.



Foto: Horst Einöder

Welch ein Mensch!

Wenn mir Unrecht zugefügt wird, ich beleidigt und gedemütigt werde, dann kocht es in mir, dann werde ich wütend, aggressiv, möchte zurückschlagen.

Das ist normal. Nicht normal ist es, wenn einer anders reagiert. Noch dazu, wenn er unschuldig ist.

Den Sohn Gottes verlacht man, bespuckt und quält ihn, peitscht ihn aus und nagelt ihn ans Kreuz. Und er sagt: „Vater, vergib ihnen!“ Lieber stirbt er, als die Liebe sterben zu lassen. Welch ein Mensch...!

Sterbebeamte sieht den heutigen Karfreitag als Gelegenheit,

Alle Menschen sollen

Den heutigen Karfreitag sieht die Linzerin Gerda Atteneder als den perfekten Tag, an dem wir uns umsehen sollten, wo wir im Leben stehen, wohin wir wollen. Denn die Sterbebeamte, die Men-

schen am letzten Weg oder trauernde Angehörige „ins Leben zurück“ begleitet, wünscht jedem von uns, dass er einmal „satt vom Leben“ gehen darf und nicht womöglich Versäumtes bedauert.

Der Tod wird gerne ignoriert, am Karfreitag steht er im Mittelpunkt.

Darum ist der Tag gut, sich bewusst der eigenen Endlichkeit und der jeder Beziehung bewusst zu werden. Das hilft, Prioritäten im Leben zu setzen.

Um nicht am Ende Versäumtes zu bedauern.

Noch nie hat ein Klient gesagt, dass er zu wenig gearbeitet hätte. Das Ziel ist, dass Menschen „lebenssatt“ gehen dürfen. Dass es für sie passt, dass alles erledigt ist. Das hilft auch den Angehörigen, wenn jemand gut vorkommt, wie Sterben geht.

Da können sie loslassen.

Das Wort Loslassen verwende ich nicht. Denn Trauer empfinde ich nur, wenn ich liebe. Und geliebte Menschen soll man nicht loslassen müssen. Man muss den verlorenen Menschen nur ganz anders in sein Leben integrieren. Man will ihn ja nicht vergessen.

Heilt Zeit alle Wunden?

Zeit hilft, ist alleine aber zu wenig, man muss sich aber auch trauen, wirklich ganz bewusst zu trauern. Wenn man um jemanden trauert, ist es so, als wäre man frisch verliebt. Am Anfang zählt



Foto: Markus Schütz

Gerda Atteneder ist Sterbebeamte

Hing'schaut und g'sund g'lebt

www.facebook.com/kraeuterpfarrer und blog.kraeuterpfarrer.at

KRÄUTERPFARRER BENEDIKT



Eine Blüte in Kreuzform

Der Kren trägt diese und stärkt die Immunkraft

ein- bis vielköpfiger Wurzelstock hat es in sich. Sobald man ihn reibt oder kostet, bekommt man die Folgen seines scharfen und im wahrsten Sinne des Wortes reizenden Geschmacks zu spüren. Kaum jemandem bleiben da die Tränen erspart. Durch seine Inhaltsstoffe, die von Vitamin C bis Schwefel reichen, ist die Krenwurzel ein natürlich-

ches Antibiotikum. Der Saft wiederum, der aus dem Meerrettich gewonnen wird, belebt die Schleimhäute des Magens und des ganzen Verdauungsapparates. Dies kann man sich gleich am Morgen zunutze machen, indem man ihn zum

Abwehrkraftverstärker
Zum Frühstück 1 ganzen Apfel reiben und den Saft einer 1/2 Zitrone dazugeben. Dann 1 Esslöffel Honig und 2 Esslöffel Weizenkleie beifügen, 1 Esslöffel biologische Ro-

Frühstück bewusst mit auf den Tisch nimmt.

Gerade zu Ostern sind wir doch froh, wenn unsere körpereigenen Abwehrkräfte gut funktionieren und wir nicht die freie Zeit mit einer lästigen Erkältung oder gar mit Fieber im Bett verbringen müssen. Und für die Seele ist es nur recht, wenn einem die schmerzvollen Herausforderungen, die uns, mehr als uns lieb ist, im Alltag begegnen, nicht total aus unserer Lebensbahn werfen. Der Kren verwandelt das Kreuz in eine Blüte. Das möge all jenen zuteil werden, denen mein Gebet und mein Gedenken unter dem Kreuz des Karfreitags gilt.

sinen unterrühren und als Krönung 1 bis 2 Teelöffel frisch gerissenen Kren darüberstreuen. Alles noch einmal gut abmischen und am besten 1 Stück Knäckebrot dazu essen. Das tut dem Magen gut und fördert die körpereigene Immunkraft ideal.



sich der eigenen Endlichkeit und auch der jeder Beziehung bewusst zu werden

satt vom Leben gehen dürfen

Oster Interview



man die Tage, dann die Wochen, dann Monate – und irgendwann dann die Jahre. Das große Problem ist, dass der Tod in unserer Gesellschaft leider kaum einen Platz hat, dass das Verständnis der Umgebung fehlt.

Hilft der Glaube den Sterbenden und Angehörigen?

Spiritualität hilft sicher, sie bietet einen Leitfaden. Eigentlich ist es egal, ob wir daran glauben, dass es nach dem Tod noch etwas gibt. Wenn es so ist, erleben wir es alle, wenn nicht, dann ist es auch egal. Oft fürchten Menschen, die verwitwete Partner heiraten, dass sie im Leben nach dem Tod unnützlich sind, wenn die Partner ihren ersten Mann oder die erste Frau wieder treffen.

Sie haben keine Angst vor dem eigenen Tod.

Ich sehe das Sterben als großes Abenteuer, auf das ich aber gerne noch viele Jahre warten kann. Wenn es so weit ist, sollen alle Reisevorbereitungen getätigt sein: alles erledigt, alle verabschiedet...

Interview: Markus Schütz

ooe@kronenzeitung.at



Ein Foto mit dem Osterhasen können Kids heute, Freitag, von 15 bis 17 Uhr bei den Ostermärkten in der PlusCity in Pasching und in der LentiaCity in Urfahr machen. Auch morgen, Samstag, kommt der Hase vorbei. In der

PlusCity und im Megaplex gibt's morgen von 14 bis 17 Uhr zudem die Gelegenheit, den Bären aus „Kung Fu Panda“ zu treffen. Die „Krone“ wartet außerdem mit einem Schätzspiel, tollen Preisen und Geschenken!

Neben der Schultasche findet sich Spielzeug in den Nesterln:

Der Osterhase bringt Fahrräder

Den Schulanfängern bringt traditionell der Osterhase die Schultasche, aber allen Kindern legt er Spielzeug ins Nest. Sachen für draußen sind die Klassiker, etwa Fahrräder, Sandschaufeln und -kübeln sowie Schaukeln. Ein Renner ist heuer alles um die Disney-Eiskönigin.

„Frozen“ heißt diese Königin, die Kinderherzen höher schlagen lässt. „Die Produktpalette wurde um Mal- und Bastelboxen sowie ein Tagebuch erweitert“, zählt Georg Obereder, Obmann des Papier- und Spielwarenhandels in der Wirtschaftskammer OÖ, auf. Zu den Trends zählen auch Fangspiele, der „Hoverball“, Nerf-Spritzpistolen sowie „Glibbi“, eine knisternde Masse für den Badespaß.

„Im Schnitt gibt der Osterhase 20 bis 50 Euro aus“, weiß Obereder. Außer, es handelt sich um die Schultasche, dafür muss er schon zwischen 80 und 200 Euro hinlegen. „Immer mehr Kunden achten nicht nur auf Passform und Gewicht, sondern auch auf Nachhaltigkeit“, so Obereder. Es gibt Produktlinien, die Textilien verarbeiten, die zu 100 Prozent aus recycelten PET-Flaschen hergestellt werden.



Foto: Christian Forcher

Am allerwichtigsten im Osternest sind Schoko-Hasen und Eier