



Liebe Leserin,  
lieber Leser,

wie lange schon tragen wir die Sehnsucht nach AufLeben in uns! Lang ist die Zeit der Stille, der Angst, der Trauer und des Wartens.

Ostern - das ist das AufLeben Jesu, aber auch unser AufLeben.  
Wir feiern den Glauben daran, dass der Tod und jede dunkle Zeit, die wir erleben müssen, nicht das Ende bedeutet.

Es wird ein AufLeben geben - für Sie, für uns alle und für die Welt!

An diesem Osterfest wünschen wir Ihnen die Leichtigkeit der Schmetterlinge und die Hoffnung auf Leben! Möge diese Hoffnung Sie tragen - nicht nur an Ostern, sondern an jedem Tag in Ihrem Leben.

Unsere Osterfreude teilen wir mit Ihnen in einem musikalischen Ostergruß von unserem Organisten Benedikt Röhn an der Orgel in Sinzig, St. Peter. Den Link dazu finden Sie [hier](#). Viel Freude dabei.

Die Osternachtfeier in Sinzig, St. Peter, können Sie heute um 21.00 Uhr per Livestream mitfeiern. Den Link zu unserem YouTube-Kanal finden Sie [hier](#).

Ihnen und Ihren Lieben wünschen wir frohe und gesegnete Ostertage!

Ihr Pastoralteam der Pfarreiengemeinschaft Sinzig

Sabine Mombauer, Gemeindeferentin  
Frank Werner, Kooperator  
Thomas Hufschmidt, Kaplan

**Neuigkeiten**

**AufLeben!**



# AUFLEBEN

**AufLeben!**

## AUFLEBEN



*AufLeben* lässt uns eine gute Nachricht in schwierigen Zeiten.  
*AufLeben* lässt uns, wenn ein Mensch wieder gesund wird.  
*AufLeben* lässt uns, wenn wir uns verstanden wissen.  
*AufLeben* lässt uns, wenn uns jemand von der Hoffnung erzählt.  
*AufLeben* lässt uns, wenn wir uns gegenseitig verzeihen.  
*AufLeben* lässt uns die Natur, die uns im Frühling tröstend das neue Leben zeigt.

An unserem größten Fest wünschen wir Ihnen, dass die Botschaft von der Auferstehung Sie neu *AufLeben* lässt. Feiern Sie mit uns das Auf-Leben!

**FROHE OSTERN!**

*Katholische Pfarreiengemeinschaft Sinzig*

## KARSAMSTAG || 3. APRIL 2021

### DAZWISCHEN

Es ist anders geworden im letzten Jahr. Die Pandemie fordert uns. Fordert mich. Rüttelt vieles durcheinander. Rüttelt mich durcheinander. Lässt mich eine emotionale Achterbahnfahrt durchleben. Manchmal komme ich gut klar mit allem, manchmal aber auch nicht.

Kurze Tage. Regen. Keine Sonne. Habe keine Lust mehr auf Spazieren gehen. Drinnen. Habe alle Rezepte auf meiner „Was ich immer schon mal kochen wollte“-Liste ausprobiert. Gefühlt alle Filme auf Netflix angesehen. Kaum persönliche Begegnungen. Mutiertes Coronavirus. Der Lockdown wird erneut verlängert. Viel zu viel Arbeit. Und viel zu viel Zeit vor dem Bildschirm. Monotoner Rhythmus. Nichts Neues. Jeder Tag fühlt sich gleich an. Alles entwickelt sich immer mehr zum Einheitsbrei.

Die Sehnsucht nach Leben, Begegnung und Unbeschwertheit in mir wird immer größer. Es ist kaum zum Aushalten. Ich habe das Gefühl nichts Sinnvolles tun oder gestalten zu können. Ich will nichts mehr von „Fürchte dich nicht“ hören. Es fällt mir schwer es mir selbst zuzusprechen. Hoffnung schwindet. Ich kann Gott nicht in „allen Dingen finden“, so wie es der Heilige Ignatius beschreibt, obwohl ich ihn suche. „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“. Gefühlter Karfreitag.

Aber, ich berappele mich. Stehe auf. Immer wieder. Versuche ganz bewusst und aktiv in meinen Alltag hinein zu gehen. Kann die Hoffnungszeichen in meinem Leben, in meinem Umfeld, in dieser Welt wieder erahnen, sehen, hören, schmecken, riechen und spüren. Die Tage werden wieder länger. Die Regentropfen im Gesicht fühlen sich gut an. Das selbst angezüchtete Tomatenpflänzchen wird immer größer. Eine Freundin erwartet ihr zweites Kind.



Ich fiebere mit. Eine eigentlich schon verloren geglaubte Freundschaft erblüht ganz unverhofft wieder zu Leben.

Ich durchlebe Augenblicke, die Kraft spenden, in denen ich mich ganz unbeschwert und dankbar fühle, ich glücklich bin, in denen ich Gott „in allen Dingen finden kann“ obwohl ich ihn nicht aktiv gesucht habe. Ich spüre Lebendigkeit. Spüre Leben. Spüre Hoffnung. Spüre Verwandlung. Erahne Ostern.

Dabei bleibt es aber (leider) nicht stehen. Mein innerliches „Stimmungsbarometer“ tendiert immer wieder auch in Richtung Karfreitag. Es ist tagesformabhängig. Es wechselt. Es wechselt zwischen Karfreitag, Ostern, Karfreitag, Ostern. Ich fühle mich dazwischen. Ich fühle mich in Spannung. In Spannung zwischen Hoffnung und Hoffnungslosigkeit. In Spannung zwischen Realität und Sehnsucht. In Spannung zwischen Vermissen und Schätzen. In Spannung zwischen Beschränkungen und all den Möglichkeiten, die ich trotzdem habe. In Spannung zwischen wohltuender Entschleunigung meines Alltags, die ich genieße, und Langeweile. In Spannung zwischen der Frage nach Sinn und des Erfahrens von Sinn. Ich fühle mich dazwischen. Es fühlt sich an wie Karsamstag. Karsamstag, der Tag des Aushaltens, der Tag der Spannung schlechthin. Karsamstag, der Tag DAZWISCHEN.

**Annika Frank**  
**Referentin für Diakonische Kirchenentwicklung beim Diözesancaritasverband**

# DAZWISCHEN

(Nicht nur) Fragen eines Christen in der Coronazeit