

# pfarreiblatt

St. Anton • St. Michael | St. Johannes | Der MaiHof - St. Josef | St. Karl  
St. Leodegar im Hof | St. Maria zu Franziskanern | St. Paul | St. Philipp Neri | St. Theodul

## «Wir können etwas bewirken»

Die Luzerner Theologin Jacqueline Keune gestaltet regelmässig das Friedensgebet in der Lukaskirche mit eigenen Texten. Nun ist daraus ein Gedichtband entstanden. [Seite 2](#)

## Hoffnung auf gerechtere Welt

Vor 45 Jahren wurde Oscar Arnulfo Romero, Erzbischof von San Salvador, während einer Messfeier erschossen, weil er sich gegen die Militärdiktatur stellte. Die Romeritage erinnern an seinen Einsatz für Gerechtigkeit. [Seite 3](#)



Gesunde Nahrung ist die Grundlage, dass Menschen ihr Potenzial entfalten können. Foto: Fastenaktion

## «Hunger frisst Zukunft»

Die Ökumenische Fastenkampagne nimmt die nächsten drei Jahre das Thema «Hunger» in den Blick. Den Auftakt macht das Motto «Hunger frisst Zukunft». Denn eine gesunde Ernährung ist das Fundament für ein gelingendes Leben. [Seiten 4/5](#)



## Kolumne



**Guido Ludin ist Hauswart und Sakristan in den Pfarreien St. Anton · St. Michael.**

**> Danke.** Vor ein paar Tagen bin ich aus meinen «wohlverdienten» Ferien zurückgekommen. Aus einer Region mit aktuell 30 Grad zurück in unsere Breiten mit circa 0 Grad. Ein kleiner Schock für meinen Körper, aber natürlich keine Überraschung. Dort wurden die Trauben geerntet und hier blühen die ersten Schneeglöckchen, ein krasser Gegensatz. Doch dieser Gegensatz ist für mich faszinierend. Er zeigt uns, wie vielfältig die Natur ist und wie sie uns immer wieder zu überraschen vermag.

### Natur erfahren

Wir leben mit ihr, wir lieben sie und gleichzeitig ärgern wir uns über das Wetter, wenn es nicht so ist, wie wir es uns erhofft haben. Sei es wegen eines Geburtstagsfestes oder sonst eines Anlasses, den wir gerne ausserhalb des Hauses durchgeführt hätten. Schlussendlich ist dies alles nicht wichtig. Wichtig finde ich, dass die Natur uns (er)nährt und wir uns dieser Tatsache bewusst sein sollten. Dabei meine ich nicht nur, dass sie uns den Magen füllt, sondern auch unser Geist wird genährt, durch all die wunderbaren Eindrücke, die wir erfahren dürfen. Mit den Augen, den Ohren, dem Mund, der Nase, dem Tastsinn und der Haut nehmen wir die Natur wahr – sie berührt unser Herz und unsere Seele – auf wundersame wohlthuende Weise. Ob Gott dieses Wunderwerk nun in sechs Tagen oder in unendlicher Fleissarbeit und Weitsicht erschaffen hat, ist für mich nicht relevant. Ich kann dafür einfach nur danken.

Guido Ludin

Hier äussern sich Mitarbeitende und Gäste der Katholischen Kirche Stadt Luzern zu einem frei gewählten Thema.

## «Wir können etwas bewirken»

Die Luzerner Theologin Jacqueline Keune nimmt wöchentlich am Friedensgebet in der Lukaskirche teil. Regelmässig gestaltet sie dieses selbst, mit eigenen Texten. Nun ist daraus ein Gedichtband entstanden.

**Seit Beginn des Ukrainekriegs beten Sie jeden Mittwoch in der Lukaskirche um Frieden. Woher nehmen Sie die Energie, durchzuhalten?**

*Jacqueline Keune:* Es ist mir ein Herzensanliegen, zusammen mit anderen Menschen dort zu sein. Das Gebet hilft mir, mich nicht an diesen Krieg zu gewöhnen, mich nicht einfach abzufinden mit dem Unrecht.

**Sie halten dem Elend in der Welt die christliche Verheissung entgegen. Der Buchtitel «Es werden wieder Tage sein» verspricht Hoffnung.**

Das ist mir wichtig. In der Bibel gibt es diese verheissungsvollen prophetischen Texte von Jesaja, von Jeremia. Auch der Prophet Jesus von Nazareth sagt in der Bergpredigt: «Selig die Gewaltlosen. Selig die Sanftmütigen, sie werden das Land erben.» Ich verstehe das so: Das Land soll in den Händen derer liegen, die auf Gewalt verzichten. Es geht darum, das im Hier und Jetzt wahrzumachen. Auf das hin lese ich diese Texte, dass die, die jetzt von diesen Kriegen betroffen sind, noch etwas von diesem anderen zu spüren bekommen.

**Zweifeln Sie nie an dieser Verheissung?**

Doch, manchmal schon. Es ist nicht immer einfach, zu hoffen. Die Kräfteverhältnisse sind so ungleich. Männer wie Putin oder Trump sind mit einer ungeheuren Machtfülle ausgestattet. Aber sie sind nicht allmächtig. Auch wir haben Anteil an der Macht, wir sind teilmächtig. Wir können etwas tun, etwas bewirken. Daraus schöpfe ich Hoffnung.

**Was können wir denn konkret tun?**

Wir können die Welt in jedem



**Jacqueline Keune trägt im Friedensgebet in der Lukaskirche oft eigene Texte vor.**

Foto: zvg

Moment zum Besseren verändern. Wir können mitfühlen, Anteil nehmen, nicht gleichgültig bleiben. Ich kann mitgestalten durch das, was ich bei Abstimmungen oder Wahlen ankreuze, ich kann an Demonstrationen teilnehmen, Unterschriften sammeln, mich schreibend zu Wort melden. Im Gebet oder in einer Predigt kann ich klar Stellung beziehen. Das tue ich. Ich spreche nicht einfach von Unrecht oder Krieg, sondern ich sage auch «Putin» oder «Trump». Ich wünsche mir auch von den Kirchen, sie würden das Unrecht mehr beim Namen nennen.

**Was können die Kirchen tun?**

Wer sich auf Jesus von Nazareth beruft, muss sich an die Seite der Kriegsoffer stellen. Wer, wenn nicht die Kirchen, soll an das Unrecht erinnern, das auf der Welt geschieht? Und zwar immer und immer wieder! Die Tragik der Kriege bräuchte von mir aus viel mehr Platz in unseren Liturgien. Aktuell nimmt in der kirchlichen Berichterstattung der Synodale Weg sehr viel Raum ein. Reformanliegen sind auch mir wichtig, aber sie sind nicht die Mitte der Kirche. Wir

dürfen die Opfer dieser Kriege nicht vergessen. Vergessen zu werden, weil der Krieg schon so lange dauert, halte ich für den schlimmsten aller Tode. Das finde ich furchtbar.

**Haben Ihre Gebete und Texte auch eine Wirkung auf die Menschen in der Ukraine?**

Ich hoffe, dass sie etwas davon spüren, dass Hunderttausende Menschen auf dieser Welt sie nicht vergessen haben und Kerzen für sie anzünden. Aber wenn ich mir vorstelle, dass ich irgendwo in einem Kellerloch in Charkiw sitze, wäre das für mich vermutlich kein Trost. Dann wünsche ich mir Sanktionen und politischen Druck auf Putin und Russland, und dass Waffen aus der ganzen Welt zu uns kämen, um uns zu verteidigen. Dennoch: Wenn ich nicht davon überzeugt wäre, dass Beten eine Wirkung hat, würde ich es nicht tun.

Sylvia Stam

### Buchvernissage

DO, 13. März, 19.00, Lukaskirche

Mit Musik von Albin Brun

Jacqueline Keune, Es werden wieder Tage sein. Texte zwischen Trümmern und Träumen. db-Verlag 2025

# Hoffnung auf eine gerechtere Welt

Oscar Arnulfo Romero (1917–1980) wurde am 24. März 1980 während einer Messfeier erschossen. Er wusste, dass sein kompromissloses und mutiges Eintreten für die Armen in El Salvador seinen Tod bedeuten könnte. Die Romerotage in Luzern (20. bis 24. März) erinnern an den Einsatz Oscar Romeros für Gerechtigkeit.

Am 24. März 1980, also vor 45 Jahren, wurde der damalige Erzbischof von San Salvador, Oscar Romero, von einem Mordkommando der salvadorianischen Armee während einer Messe in der Kapelle eines Altersheims kaltblütig erschossen. Dieser tragische Tod war die Konsequenz eines kompromisslosen und mutigen Lebens. Romero hatte sich im Kontext brutaler Unterdrückung von gesellschaftlichen Bewegungen und landlosen Bäuerinnen und Bauern von einem konservativen Kirchenmann zur Stimme der Stimmlosen und zum Gewissen der Nation gewandelt.

Am 14. Oktober 2018 wurde Oscar Romero heiliggesprochen. Dabei war er von der salvadorianischen Bevölkerung schon kurz nach seinem brutalen Tod heiliggesprochen worden und wird seither als San Romero de las Américas (Heiliger Romero der Amerikaner) verehrt. Es brauchte einen Papst wie Franziskus, der Romeros Engagement für soziale Gerechtigkeit und Frieden als Ausdruck von Heiligkeit verstand und ihn deshalb auch offiziell zu einem Vorbild und einer Inspiration für uns alle erklärte.

## Christlicher Glaube ist politisch

«Die politische Dimension des Glaubens bedeutet nichts anderes als die Antwort der Kirche auf die reale politische Herausforderung der Welt, in der sie existiert. Es geht darum, die Verpflichtung des Evangeliums einzulösen; es geht um eine echte Option für die Armen, um die Inkarnation in ihre Welt, um die Verkündigung der Frohbotschaft und darum, den Armen Hoffnung zu geben, sie zur Freiheit zu ermutigen, ihre Rechte zu verteidigen und ihr Leben (Schicksal) zu teilen.» (Oscar Romero)

Romero wusste genau, dass der christliche Glaube immer politisch ist und dass ein konsequentes Einstehen für Menschenrechte und den Schutz der an den Rand Gedrängten unweigerlich zu schweren, in seinem Falle gar tödlichen Konsequenzen führen würde. Dabei war Oscar Romero bis zu seiner Ernennung zum Erzbischof 1977 und darüber hinaus ein konservativer und eher zurückhaltender Kirchenmann gewesen.

Die brutale Ermordung von Rutilio Grande am 12. März 1977, eines befreundeten Jesuiten, einen Monat nach Rome-



Erzbischof Oscar Romero während einer Predigt.

Foto: Bethlehem Mission Immensee / Jean-Claude Gadmer

ros Ernennung zum Erzbischof von San Salvador, brachte aber bei ihm jenen Sinneswandel in Gang, den er später als «Bekehrung» bezeichnen sollte. Plötzlich wurde ihm klar, dass das repressive Regime ein Unrechtsregime ist, das die grosse Mehrheit der Bevölkerung in bitterer Armut hielt. In der Folge besuchte Romero die Armenviertel der Hauptstadt und die entlegenen Gebiete in den Bergen und solidarisierte sich mit den einfachen Menschen, die um ihr Leben und ihre Würde kämpften.

## Stimme der Gerechtigkeit lebt

Wir befinden uns heute weltweit in einer ähnlichen Situation, wie sie Romero Ende der 1970er-Jahre in El Salvador angetroffen hat: Die Schere zwischen Arm und Reich ist weiter auseinandergegangen, ein kleiner Teil der Weltbevölkerung hat sich die Ressourcen dieser Erde angeeignet, Millionen von Menschen werden durch brutale autoritäre Regimes und Kriegstreiber unterdrückt und von Recht und Wohlergehen ausgeschlossen, der Hunger hat weltweit wieder zugenommen. Die Worte

von Romero, mit denen er kurz vor seinem gewaltsamen Tod eine Frage des Reporters des Schweizer Fernsehens beantwortete, sind bis heute zugleich Zeichen der Hoffnung und Aufruf zum Engagement: «Mich können sie töten, nicht aber die Stimme der Gerechtigkeit!»

## Mehr als 40 Jahre – Romerotage

Die (Zentralschweizer) Romerotage, die seit 1983 praktisch jedes Jahr im März in Luzern und Umgebung stattfinden, gedenken dieses mutigen Kämpfers für Gerechtigkeit und für eine Welt, in der alle Platz haben, auch die Natur. Seit dem Bestehen des Romerohauses 1985 sind sie eng mit dessen befreiungstheologischen Vermächtnis verbunden. Die diesjährigen Romerotage unter dem Titel «Hunger – Macht – Wut» widmen sich dem Hunger in der Welt und dem Recht auf Nahrung, für das auch Romero gekämpft hat.

Josef Estermann



Ausschnitt aus dem Film «Das Geschäft mit der Armut», der am 20. März im Rahmen der Romerotage gezeigt wird. Foto: zvg

Das Programm der Romerotage finden Sie unter: [comundo.org/romerotage](http://comundo.org/romerotage) oder auf Seite 19 des Pfarreiblatts.



# Essen wieder schätzen lernen

Die Ökumenische Fastenkampagne nimmt die nächsten drei Jahre das Thema «Hunger» in den Blick. Den Auftakt macht das Motto «Hunger frisst Zukunft». Das Hilfswerk Fastenaktion kehrt damit zu seinem Kernthema zurück.



Viele Menschen im globalen Süden haben keinen Zugang zu solch gesunder Nahrung wie diese Familie in Senegal. Wenn Nahrung nicht genügend Nährstoffe hat, kann das zu «verstecktem Hunger» führen. Foto: Heks/Christian Bobst

**Frau Bucheli, waren Sie schon einmal wirklich hungrig?**

*Fanny Bucheli\**: Wahrscheinlich nicht. «Wirklich hungrig» zu sein beinhaltet für mich eine gewisse Not, physischer oder seelischer Natur, die ich noch nie empfunden habe.

**Nach drei Jahren Klimagerechtigkeit fokussiert Fastenaktion nun auf den Hunger. Warum gerade dieses Thema?**

Hunger ist unser Kernthema: Unser Hauptanliegen ist eine Welt ohne Hunger. Wir widmen diesem einen neuen Dreijahreszyklus. Andererseits bewegt sich bei diesem Thema zu wenig. «Kein Hunger» lautet das zweite der 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung der UNO. Dieses sollte weltweit bis 2030 erreicht

werden. Davon sind wir nicht nur weit entfernt, wir sind auch nicht auf einem sichtbaren Weg einer markanten Verbesserung.

**Haben Sie eine Erklärung dafür?**

Die Länder, die am meisten dafür tun könnten, sind am wenigsten davon betroffen. Nur wenige Menschen im globalen Norden haben Hunger je selbst gespürt. Der Hunger im globalen Süden ist weit weg. Hinzu kommen wirtschaftliche und politische Gründe, die zu ändern viel Kraft brauchen wird.

**«Hunger frisst Zukunft» lautet der Slogan. Wie ist das zu verstehen?**

Wir sprechen von Hunger und vom versteckten Hunger, der durch Mangelernährung entsteht. Beides raubt zukünftigen

Generationen die Chancen auf eine Zukunft. In vielen Gemeinschaften im globalen Süden essen Menschen durchaus genügend Reis oder Maniok. Das nährt sie vorübergehend, aber es sind Kalorien ohne Nährstoffe. Es fehlt an Vitaminen, Mineralstoffen, Folsäure und so weiter. Hier sprechen wir vom versteckten Hunger.

**Was sind die Folgen?**

Die Folgen zeigen sich vor allem bei Kindern. Wenn sie diese Nährstoffe nicht zu sich nehmen, kann das zu Problemen in der körperlichen und geistigen Entwicklung führen, etwa zu Konzentrations- und Lernschwierigkeiten. Das erschwert es, eine Ausbildung zu absolvieren, sodass die Person

weiterhin in Armut leben wird – ein Teufelskreis. Darum frisst dieser Hunger tatsächlich die Zukunft ganzer Generationen.

**Auf dem Bild ist allerdings eine Ärztin abgebildet.**

Das Bild zeigt die senegalesische Ärztin Fatima Mbacke. Sie verkörpert den Traum vieler Kinder, einen Beruf zu lernen. Als Kind sah sie Ärztinnen mit weissen Kitteln und wie diese anderen Menschen helfen konnten. Ihre Familie litt keinen Hunger, daher konnte sie zur Schule gehen. Ihr Traum ist wahr geworden.

**Sie verknüpfen den Hunger im globalen Süden mit Food Waste und Fasten im Norden. Was nützt es einem hungernden Kind im Süden,**



**wenn ich meine Erbsen esse, statt sie wegzuerwerfen?**

(lacht) Natürlich hat ein hungriges Kind im Süden nichts davon. Dennoch: In der Schweiz werden Unmengen an Nahrungsmitteln weggeworfen. Es geht uns einerseits um eine wertschätzende Haltung gegenüber Nahrungsmitteln, andererseits um Wirtschaftspolitik: Die grossen Agrarkonzerne profitieren von der günstigen Produktion im Süden und der hohen Kaufkraft im Norden. Je mehr wir im Norden wegwerfen, desto mehr können sie produzieren.

**Ändert sich daran etwas, wenn ich regionale Früchte und Gemüse kaufe, wie Fastenaktion empfiehlt?**

Ja, denn damit untergraben wir die Machtposition der grossen Agrarkonzerne. Je weniger Druck die Konzerne auf die lokale Bevölkerung ausüben, desto mehr Chancen hat diese, ihre lokalen und saisonalen Produkte für die eigene Gemeinschaft anzubauen, statt für uns im Norden.

**Im Kalender zur Fastenaktion geht es auch ums Fasten. Ist es nicht zynisch, freiwilliges Fasten mit dem Hunger im globalen Süden in Verbindung zu bringen?**

Natürlich fasten Menschen hier freiwillig und zeitlich begrenzt. Das darf man nicht mit hungrigen Menschen gleichsetzen. Beim Fasten steht das Hungergefühl auch nicht im Zentrum, sondern die Öffnung für andere Dimensionen. Es macht einen sensibler für andere, auch für das Leiden anderer. Wenn man das Fasten bricht, nimmt man Nahrungsmittel oft ganz anders wahr, etwa wie lecker eine Kartoffel schmecken kann. Fasten führt somit zu einer Wertschätzung der Nahrungsmittel.

**Das neue Hungertuch wirkt etwas provokativ: Die Erde ist ein Brot. Der globale Süden ist nicht sichtbar. Der globale Norden frisst also den Süden auf. Kann man das so deuten?**

Durchaus. Der Norden liegt im Sonnenschein, der Süden ist eine dunkle Wüste und gleich-

zeitig das Brot, denn der Süden nährt den Norden. Messer und Gabel sind einerseits eine Einladung zum Essen, aber gleichzeitig eine Bedrohung für den globalen Süden. Als Menschen sind wir gezwungen, Lebensmittel zu produzieren. Aber können wir das, was auf der Welt produziert wird, essen, ohne dass wir die Erde selbst anschneiden oder verletzen? Das Hungertuch soll solche Fragen aufwerfen.

Sylvia Stam



Fanny Bucheli. Foto: zvg

\*Fanny Bucheli ist bei Fastenaktion zuständig für die Kommunikation der Ökumenischen Kampagne.



Plakat der Fastenkampagne.

Foto: Heks/Fastenaktion

Von Aschermittwoch bis Ostern (5. März bis 20. April) beleuchtet die Ökumenische Kampagne das Thema Hunger und Unterernährung und wie dadurch die Zukunft ganzer Generationen gefährdet wird. 2023 litten weltweit rund 733 Millionen Menschen Hunger, 2,8 Milliarden konnten sich keine gesunde Ernährung leisten. Mit Informationen und Handlungsempfehlungen möchte die Kampagne dem Hunger entgegenwirken. [sehen-und-handeln.ch](http://sehen-und-handeln.ch)

Pastoralraum Luzern

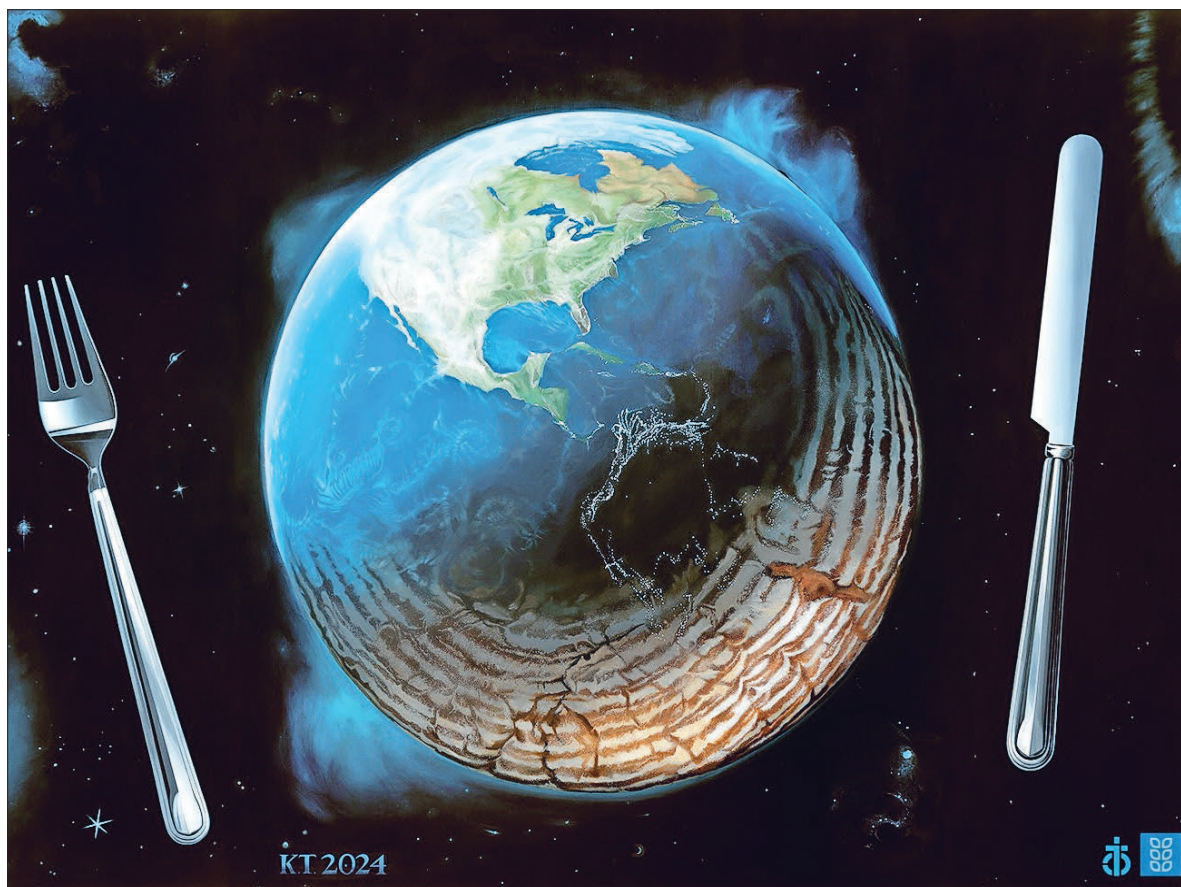
### Ökumenische Fastenkampagne

Den diesjährigen Fastenkalender finden Sie als Beilage in diesem Pfarreiblatt. Die Sammelsäckchen liegen in den Kirchen und Pfarreiheimen auf oder sind in den Pfarreisekretariaten erhältlich. Der Pastoralraum Luzern unterstützt im Rahmen seines dreijährigen Schwerpunktes die Philippinen und die dortigen Partnerorganisationen der Fastenaktion, die sich für die indigene Bevölkerung einsetzen. Diese informieren die Öffentlichkeit über Verletzungen der Menschenrechte, vor allem rund um den Rohstoffabbau. Zum Beispiel bedrohen Minenbauprojekte die Heimat von indigenen Völkern und gefährden die Lebensbedingungen von Millionen Menschen. «Bei meinem Besuch vor Ort war ich sehr beeindruckt von der jahrelangen grossen Widerstandskraft der Beteiligten. Sie nehmen selbst grosses Leid in Kauf im Kampf für die Gerechtigkeit. Ich unterstütze die Fastenaktion, weil Menschen dank ihr Beeindruckendes leisten.»

Herbert Gut,

Pfarreileiter St. Johannes, Luzern

Digitale Spende für das Fastenaktion-Projekt auf den Philippinen, das vom Pastoralraum Stadt Luzern unterstützt wird: [kathluzern.ch/spende-fastenkampagne](http://kathluzern.ch/spende-fastenkampagne)



Wer verzehrt die Welt? Wer ernährt? Wer wird ernährt? Das Hungertuch der deutschen Künstlerin Konstanze Trommler wirft Fragen auf. Foto: Hungertuch «das grosse Fressen» Konstanze Trommler/Fastenaktion/HEKS

# Die Hoffnung ist nichts Passives

Die philippinische Journalistin und Friedensnobelpreisträgerin Maria Ressa kämpft für die Wahrheit und die Demokratie angesichts der weltweiten Massenmanipulationen auf Social Media.

In ihrem vielbeachteten Buch «How to Stand Up to a Dictator» beschreibt Maria Ressa, wie Autokraten auf der ganzen Welt Social-Media-Kanäle systematisch instrumentalisieren, um Demokratien zu zerstören. Die Philippiner:innen sind weltweit am meisten auf Social Media und deshalb auch leichter via Fake News verführbar. Hier ist ein Auszug aus der Rede von Maria Ressa in Rom anlässlich der Eröffnung des Jubiläumsjahrs «Pilger der Hoffnung» im Januar 2025:

## Explosion im Informationssystem

«Seit Jahren schlage ich Alarm: Wie in Hiroshima explodiert gerade eine Atombombe in unserem Informationsökosystem. In der Gier nach Macht und Geld ermöglicht die Technologie heimtückische Manipulation an der Wurzel unserer Demokratie, an uns, den Wähler:innen. Wir Journalist:innen sind oft die ersten Opfer: Wer Macht sucht, nimmt uns zuerst unsere Glaubwürdigkeit. Das kenne ich aus erster Hand. Ich habe es erlebt. Meine Regierung griff mich zeitweise an, mit durchschnittlich 90 Hassnachrichten pro Stunde. Durch die ständige Wiederholung dieser Nachrichten auf Social Media beginnen die Leute, diese Fake News zu glauben.

## Massenmanipulation auf Social Media

Was gerade in Amerika vor den Wahlen geschah, nenne ich die «Philippinisierung der amerikanischen Politik». Bei uns läuft diese Art der systematischen Verunsicherung der Bevölkerung schon lange Zeit. Big Tech hat Social Media von einem Kommunikationsnetz zu einer Massenmanipulationswaffe gemacht. Es sind ausgeklügelte Systeme, entwickelt,

um deine tiefsten psychologischen Schwachstellen auszunutzen. Sie machen Geld aus unserem Zorn und Hass und verstärken unsere Spaltung. Sie schwächen systematisch unser kritisches, nuanciertes Denken und unsere Empathie.

## Ohne Fakten kein Vertrauen

Ich habe es schon viele Male gesagt und sage es erneut. Ohne Fakten können wir keine Wahrheit haben. Ohne Wahrheit können wir kein Vertrauen schaffen. Ohne diese drei haben wir keine geteilte Realität, können wir keine Probleme anfangen zu lösen, geschweige denn die grossen Probleme wie den Klimawandel angehen.

## Ohne Integrität keine Demokratie

71 Prozent der Welt werden jetzt von Autokraten regiert. Wir wählen antidemokratische Führungspersönlichkeiten demokratisch. Doch wie können wir integrale Wahlen und Abstimmungen haben, wenn wir keine integren Fakten haben? Es konnte nachgewiesen werden, dass die Wahlen in den USA (2016), die Abstimmung um den Brexit (2020) und die Wahlen in Rumänien (2024) von russischer Seite via Social Media manipuliert wurden.

## Verstoss gegen die Zehn Gebote

Die Social-Media-Technologie belohnt Lügen. Als ich Papst Franziskus das erste Mal traf, sagte ich ihm, dass dies gegen die Zehn Gebote verstösst. Die Männer, die diese Technologie kontrollieren, verfügen über gottähnliche Macht, aber sie sind nicht Gott. Sie sind nur Menschen, deren Arroganz und Mangel an Weisheit und Bescheidenheit die Welt auf einen dunklen Pfad führt.



Friedensnobelpreisträgerin Maria Ressa bei ihrer Rede im Vatikan im Januar 2025.

Foto: Keystone/AFP, Andreas Solaro

Deshalb werden die Religion, der Glaube, die Katholische Kirche, heute immer wichtiger.

## Wir können Frieden schaffen

1. Zusammenarbeit: Baut jetzt Vertrauen auf und stärkt es, um die Risse in der Gesellschaft zu schliessen, die der Informationsbetrieb aufzureissen versucht, indem er uns gegeneinander ausspielt.
2. Die Wahrheit mit moralischer Klarheit aussprechen: Schweigen angesichts von Ungerechtigkeit ist Mitschuld. Ob es sich um systemischen Rassismus, wirtschaftliche Ungleichheit oder die Aushöhlung demokratischer Normen handelt: Menschen des Glaubens müssen ihre prophetische Stimme zurückgewinnen.
3. Schützt die Verletzlichsten: Unterstützt Journalist:innen, Menschenrechtler:innen und Aktivist:innen, die ihr Leben riskieren. Unterstützt unterdrückte Gruppen, Einwanderer:innen, religiöse Minderheiten, LGBTQ+ und andere, die diskriminiert werden.
4. Erkennt eure Macht: Frieden schaffen ist nicht für Held:innen reserviert; es ist die kollektive Arbeit von Menschen, die

sich weigern, Lügen zu akzeptieren und zu leben.

## Hoffnung ist aktiv und strategisch

Selbst in den schlimmsten Zeiten ist die Hoffnung nicht passiv, sondern aktiv, unerbittlich und strategisch. Wir können nicht zulassen, dass unsere Gesellschaft an den Bruchstellen zerspringt. Wir können daran arbeiten, die wachsenden Gräben zu heilen. Denn jetzt ist es so weit. Diese Zeit ist wichtig. Was wir machen, ist wichtig. Wir können die Flut aufhalten, den Dammbruch stoppen und unsere Welt heilen.»

*Herbert Gut,  
Pfarreileiter*

Fastenaktions-Projekt Philippinen

## Desinformation miterlebt

Herbert Gut, Pfarreileiter St. Johannes, besuchte letztes Jahr das Projekt einer Partnerorganisation von Fastenaktion auf den Philippinen. Denn sein Sohn lebt seit zehn Jahren auf den Philippinen. Dabei erlebte er hautnah mit, wie die Regierung gezielt Desinformationen über Maria Ressa streute.



## Gottesdienste

### Samstag, 8. März

18.00 Gottesdienst, Kapelle St. Anton

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.00 Gottesdienst mit Versöhnungsfeier, Kirche St. Anton

Gestaltung: Franz Scherer

Orgel: Peter Heggli

Kollekte: Stiftung Kifa, Entlastungsprojekte

### Samstag, 15. März

18.00 Gottesdienst, Kapelle St. Anton

### 2. Fastensonntag, 16. März

10.00 Gottesdienst, Kirche St. Michael

Gestaltung: Sophie Zimmermann

Orgel: Philippe Frey

Kollekte: Verein Lisa, Luzern

## Werktagsgottesdienste

Dienstag, 11./18. März

9.00 Eucharistiefeier, Kapelle Matthof

Mittwoch, 12. März

9.00 Frauengottesdienst, Kapelle St. Anton,

anschliessend Kafi und Gipfeli

Donnerstag, 13. März

14.00 Krankensegnungsfeier, Kapelle

St. Anton, siehe Infos Spalte unten

Mittwoch, 19. März

9.00 Gottesdienst, Kapelle St. Anton

## Stunde der Achtsamkeit

Donnerstags, 19.00/19.30,

Kirche St. Michael

## Unsere Verstorbenen

Alois Ottiger (1943)

Dorothea Roos-Portmann (1947)

Hildegard Müller-Hecht (1935)

Julius Herdener (1941)

Eveline Hug (1966)

## Kontakt

Pfarreien St. Anton • St. Michael

St. Anton, Langensandstrasse 5

6005 Luzern

MO–FR, 9.00–12.00/14.00–17.00

St. Michael, Rodteggstrasse 6

DI+DO, 9.00–12.00

anton-michael@kathluzern.ch

041 229 91 00/anton-michael.ch

Am Mittwochvormittag, 19. März, bleiben die Büros geschlossen (interne Weiterbildung).

# Erzählen und zuhören

Stellen Sie sich vor: Ein gemütlicher Nachmittag im Pfarreisaal St. Anton, der Duft von frischem Kaffee liegt in der Luft und verführerische Kuchendüfte lassen einem das Wasser im Mund zusammenlaufen.



**Wandbild von Hans Erni an der Weinberglistrasse 11, hören Sie dazu die Geschichte, siehe Link unten.** Foto: von ABL zur Verfügung gestellt, Fotograf: Stefano Schröter

Seit 2014 ist der Pfarreisaal St. Anton zum Herzstück einer besonderen Tradition geworden. Viermal im Jahr verwandelt sich der Pfarreisaal in eine Schatzkammer voller Geschichten.

### Erzählcafé St. Anton

Hier treffen sich Quartierbewohner:innen, um ihre Erlebnisse, witzige Anekdoten und spannende Quartier- oder Lebensgeschichten zu teilen. Und das Beste daran? Die Türen stehen allen offen! Einfach vorbeikommen, den Geschichten lauschen oder selber Erinnerungen, Erfahrungen und Erlebnisse teilen – und beim anschliessenden Zvieri geht das Plaudern natürlich munter weiter. Es begann 2013 mit einer cleveren Idee: Quartierbewohner:innen gingen gemeinsam mit der Spurguppe «Altersgerechtes Quartier» auf eine besondere Entdeckungstour.

Team Seniorentreff

### Krankensegnungsfeier

DO, 13. März, 14.00, Kapelle St. Anton

Gestaltung: Edith Birbaumer

Orgel: Beat Heimgartner

Anschliessend Zvieri im Pfarreisaal

Die Aufgabe: «Sagt uns, was euch gefällt, was euch stört und was ihr euch wünscht.»

### Magisches passiert

Beim Spazieren begannen die Menschen zu erzählen. Eine Geschichte führte zur nächsten, Erinnerungen sprudelten nur so hervor. Die Idee des Erzählcafés war geboren. Wenn sich der Duft von Kaffee, Imeldas feinen Kuchen mit Erzählstimmen vermischt, entstehen hier wertvolle Geschichten und Gespräche – erzählt von den Menschen, die das Quartier zu dem machen, was es ist.

*Doris Kaufmann,  
Erzählcafémoderatorin*

Hier können Sie einige kurze Geschichten

des Erzählcafés nachhören:

[tribschenluzern.wordpress.com](http://tribschenluzern.wordpress.com)

Webdesign, Tonaufnahmen und

Bearbeitung: Doris Kaufmann

Wer zur Feier kommen möchte und dafür eine Begleitung oder Hilfestellung braucht, meldet sich bis am 10. März bei Edith Birbaumer, 041 229 91 12. Wir versuchen gern, die Teilnahme zu ermöglichen.

## Pfarreiagenda

### Erzählcafé 60plus

DI, 11. März, 14.30–16.30, Saal St. Anton

Thema: Lebensmosaik, Stationen meines Lebens, siehe auch Haupttext

### Fastensuppen

FR, 14. März, ab 12.00, Saal St. Michael

Weitere Daten: FR, 28. März, 4./11. April;

SO, 23. März, siehe Infos unten

### Schnuppertag Pfadi

#### Pfadi St. Michael

SA, 15. März, nachmittags

Lerne die Aktivitäten der Pfadi kennen.

Vielleicht bist du bald auch ein «Mecheler».

Alle Infos unter: [mecheler.ch](http://mecheler.ch)

#### Pfadi St. Anton

SA, 15. März, 14.00, Kirchentreppe bei der Kirche St. Anton

Ab ins Pfadi-Abenteuer! Alle Infos unter: [pfadistanton.ch](http://pfadistanton.ch)

### Jubla-Brunch

SO, 16. März, ab 10.30, im Saal St. Anton

Anmeldung bis 10. März an:

[brunch@jubla-st-anton.com](mailto:brunch@jubla-st-anton.com)

### Mittagstisch

DI, 18. März, 12.15, Pfarreisaal St. Anton

Anmeldung bis MO, 12.00: 041 229 91 00,

[anton-michael@kathluzern.ch](mailto:anton-michael@kathluzern.ch)

### ELKI-Kinoabend für Frauen

DI, 18. März, 19.30, Saal St. Michael

Eintritt fünf Franken, inklusive ein Getränk

Infos: [elkisternmatt.ch](http://elkisternmatt.ch)

### Kinderkleider- / Spielwarenborse

FR, 21. März, 18.00–20.00 und

SA, 22. März, 9.00–11.00,

Saal St. Michael

Infos: [elkisternmatt.ch/kleiderborse](http://elkisternmatt.ch/kleiderborse)

### Ökumenischer Fastensonntag

SO, 23. März, 10.00, Gottesdienst

Kirche St. Anton

Anschliessend Suppenmittag im Saal,

mit Kinderspielecke

### Regelmässige Angebote

Montags: Frauentreff 60+, 14.00–16.00,

reformiertes Kirchenzentrum Weinbergli

Dienstags und donnerstags: Krabbeltreff,

9.30, Kleiner Saal St. Anton

Mittwochs: Malen für Mütter, Väter und

Kinder, 15.00–17.00, Malatelier St. Anton

DO, 20. März: Seniorenjassen, 14.00,

Saal St. Anton

## Gottesdienste

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.30 Eucharistiefeier mit Krankensalbung

Gestaltung: Bruder George

Orgel: Pius Kammermann

Kollekte: Hospiz Zentralschweiz

### Sonntag, 16. März

10.30 Matinée zum St. Patrick

Texte: Franz Szekeeres, Sprecher

Moderation: Herbert Gut

Irische Musik: The Led Farmers

Kollekte: Fastenaktion

Anschließend Beizli-Pub mit Guinness,

Wein und Livemusik

### Kurhotel Sonnmatt

Donnerstag, 20. März, 16.00, Gottesdienst

### Tertianum Bellerive

Freitag, 21. März, 10.00, Gottesdienst,

an der Kreuzbuchstrasse 33b

## Kontakt

Pfarrei St. Johannes

Schädritstrasse 26, 6006 Luzern

041 229 92 00

st.johannes@kathluzern.ch

johanneskirche.ch

Sekretariat:

Monika Schenk, Irene Wigger-Lang

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag, 9.00–12.00

Dienstag und Donnerstag, 14.00–16.00

Pfarrleitung:

Herbert Gut

Pfarrreiseelsorge:

Eva Hämmerle, Stefan Knor

Quartierarbeit:

Anja Willms

Team Religionsunterricht:

Markus Hildbrand, Svenja Antonini-Nova

Offene Jugendarbeit:

Andreas Kaufmann, Peter Egli

Hauswart/Sakristan:

Petar Jurkic, Philipp Winiger

Kirchenmusik:

Beat Heimgartner, Organist

Fausto Corbo, JohannesChor

Jörg Heeb, Kinderchor

## Matinée zum St. Patrick

Am Sonntag, 16. März um 10.30 Uhr liest Franz Szekeeres in der Johanneskirche Texte von Henry David Thoreau.



Die irische Band The Led Farmers tritt an der Matinée zum St. Patrick auf, an der Franz Szekeeres Texte von Henry David Thoreau liest. Foto: zvg

Mahatma Gandhi, Martin Luther King, Friedensaktivisten, die Hippies der 70er-Jahre und viele Menschen, die besorgt sind um das Klima, haben ihn gelesen: den Naturbeobachter, Gesellschaftskritiker und Philosophen Henry David Thoreau. Was ist seine Botschaft in einer Zeit, in der viele Menschen sich und das Wesentliche nicht mehr gut spüren?

### Einfach Leben

Franz Szekeeres, Sprecher, liest verschiedene Texte zum Thema «Einfach Leben» aus den Büchern «Walden», «Tagebuch I», «Ziviler Ungehorsam» von Henry David Thoreau. Die irische Band «The Led Farmers» sorgt für Lebensfreude mit Rhythmen und Melodien aus Irland.

*Herbert Gut, Pfarreileiter*

## Suppenmittag im Quartier

Am Donnerstag, 3. und 10. April gibt es ab 11.45 Uhr ein Suppenmittag für alle Quartierbewohnenden vor dem Vicino Würzenbach.

Miteinander eine dampfende Portion hausgemachte Suppe mit Brot und ein Stück Frucht als Dessert geniessen. Egal ob jung oder alt – alle Quartierbewohnenden und im Quartier Arbeitenden sind bei jedem Wetter herzlich willkommen. Das Suppenmittag wird vom Pfarrerteam gemeinsam mit dem Vicino Würzenbach und der Reformierten Kirche Würzenbach offeriert. Die Kollekte geht an die Fastenaktion.

### Eine Pause, ein Lächeln

Hier geht es nicht nur um die Suppe, sondern auch um das Miteinander: eine kleine Pause im Alltag, ein Lächeln, vielleicht ein neues Gespräch und das Gefühl, Teil einer lebendigen Gemeinschaft zu sein. Kommen Sie vorbei, lassen Sie sich von der herzlichen Atmosphäre inspirieren und geniessen Sie eine kleine Auszeit im Quartier. Wir freuen uns auf Sie!

*Anja Willms, Quartierarbeiterin*

## Pfarreiagenda

Frauenkreis

### Generalversammlung

Di, 11. März, 18.30, Würzenbachsaal

Aktiv im Alter

### Reisebericht Grönland

Do, 13. März, 14.30, reformiertes

Zentrum, Würzenbachmatte 2

Grönland ist faszinierend mit seinen riesigen Gletschern und einer Kultur, die seit Jahrtausenden den Elementen trotzt. Es ist die grösste Insel der Welt, gehört politisch zu Dänemark, geniessen aber eine bedeutende Autonomie. Wir sehen einen Film von Bruno Koller mit Reiseerlebnissen.

### Krabbeltreff Würzenbach

Jeweils am Donnerstag, 9.00–11.00,

Raum Spielgruppe Würzenbach

Der Krabbeltreff Würzenbach bietet Spiel, Spass und Tanz für die Kleinen sowie gemütliches Zusammensein und Erfahrungsaustausch für die Eltern. Für Eltern mit Kindern von 0 bis 4 Jahren. Weitere Infos: Renate Matt, [renatematt@bluewin.ch](mailto:renatematt@bluewin.ch)

### Seelsorgliche Begleitung

Manchmal tut es gut, mit jemandem reden zu können. Wir haben Zeit und ein offenes Ohr für Sie. Wir begleiten Sie in Ihren alltäglichen und spirituellen Lebensfragen. Wir bringen die Krankenkommunion und spenden die Krankensegnung zu Hause. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf: [st.johannes@kathluzern.ch](mailto:st.johannes@kathluzern.ch), 041 229 92 00



Gemeinsam eine Suppe geniessen.

Foto: Freepik



## Gottesdienste

### Freitag, 7. März

16.00 Betagtenzentrum Viva Rosenberg  
Evangelisch-reformierter Gottesdienst

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.00 Gottesdienst mit Kommunionfeier und Aschenausteilung, Liturgiereihe: Wirklich wesentlich wenig – trotzdem erfülltes Leben?

Sowie Gedenken an Verstorbene

Gestaltung: Claudia Jaun

Musik: Margrit Brincken, Orgel

Kollekte: Schweizer Tafel

### Freitag, 14. März

16.00 Betagtenzentrum Viva Rosenberg  
Gottesdienst mit Kommunionfeier

### 2. Fastensonntag, 16. März

10.00 Familiengottesdienst mit Kommunionfeier, Liturgiereihe: Behalte nur, was dir Freude macht.

Gestaltung: Mirjam Furrer

Musik: Mark Steffen mit dem Kinderchor Mailino

Kollekte: Fastenaktion, Landesprogramm Philippinen

Anschliessend Färberwerkstatt

### Unsere Verstorbenen

Maria Katharina Friedli (1926)

## Kontakt

Der MaiHof – Pfarrei St. Josef  
Weggismattstrasse 9, 6004 Luzern  
041 229 93 00  
st.josef@kathluzern.ch  
dermaihof.ch

Sekretariat: Montag bis Freitag,  
9.00–12.00 und 14.00–16.30  
Mittwochnachmittag geschlossen

Pfarrreileiterin:  
Mirjam Furrer, 041 229 93 10  
Pfarreiseelsorgerin:  
Claudia Jaun, 041 229 93 11  
Betagtenheimseelsorger:  
Franz Koller, 041 229 95 13  
Quartierarbeit:  
Silke Busch, 041 229 93 20  
Brigitte Hofmann, 041 229 93 20  
Zentrumsleiterin:  
Wanda Ferrer, 041 229 93 73  
Reservierungen / Gästebetreuung:  
041 229 93 71  
raumreservation.dermaihof@kathluzern.ch

## Wirklich wesentlich wenig

In der Stadt Luzern fragen wir in der Fastenzeit und Karwoche: Was ist eigentlich wesentlich? Wie viel und wovon braucht es für ein Leben in Fülle?



Ruderalfläche bei der Kapelle. Foto: Ramon Imlig

Die Güter, die Nahrung, der Besitz sind sehr ungleich verteilt auf unserer Welt. Das ist allen bekannt. Was ist für uns eigentlich wirklich wesentlich? Was braucht es für ein Leben in Fülle?

### Behalte nur, was dir Freude macht

Dieser Satz stammt von Marie Kondo, die mit ihrer Aufräummethode bekannt geworden ist. Alles, was nicht Freude macht, was wir nicht brauchen, ist Ballast. Manchmal kann das Reduzieren von Dingen, von Erwartungen oder anderem wohltuend, befreiend und bereichernd sein.

### Leben in Fülle braucht Gemeinschaft

Damit alle genug haben und für alle ein Leben in Fülle möglich ist, müssen alle Zugang haben zu Ressourcen, Nahrung und Gütern. Erfülltes Leben für alle gibt es nicht, ohne zu teilen. Niemand lebt alleine auf der Welt. Brot in Gemeinschaft zu teilen, nährt doppelt: an Leib und Seele.

### Mit wenig viel gestalten

Was uns Freude macht, tut gut. Dazu braucht es aber nicht immer viel. Manchmal kann

mit wenig viel gestaltet und produziert werden.

Wir würden uns freuen, wenn Sie in diesem Jahr mittun. Die Künstlerin Yvonne Blaser lädt uns zur Pflanzenfärberwerkstatt ein.

### Gemeinsames Kunstwerk

Gemeinsam drucken wir mit Blüten und Blättern und malen mit unseren selbst hergestellten Farben aus Pflanzen. Die Pflanzen stammen aus dem Pfarreigarten und aus der Nähe. Ein gemeinsames Bild entsteht. Mit wenig aus unserer Umgebung kann viel gestaltet werden. Die Ostereier für die Osternacht werden in diesem Jahr von einer Gruppe mit unseren eigenen Pflanzenfarben gefärbt. Das Gestalten findet dieses Jahr mehrheitlich im Innenraum statt.

### Angebote und Feiern

Gerne laden wir Sie zu unseren Veranstaltungen und Feiern ein. Mehr Informationen finden Sie jeweils im Pfarreiblatt und auf unserem Flyer, welcher ab dem 5. März, Aschermittwoch, bei uns im Foyer aufgelegt sein wird.

Claudia Jaun, Pfarreiseelsorgerin

## Pfarreiagenda

### Färberwerkstatt Drucken, 1. Teil

MI, 12. März, 15.00, Kirchenplatz oder Kleiner Saal

Stoff bedrucken mit Blüten und Blättern.

Es entstehen Gemeinschaftswerke, mit denen wir anschliessend das Foyer im MaiHof schmücken.

Für alle Interessierten, Kinder in Begleitung

### Färberwerkstatt Drucken, 2. Teil

SO, 16. März, 11.00, Kirchenplatz oder Kleiner Saal

Im Anschluss an den Gottesdienst bedrucken wir Stoff mit Blüten und Blättern.

Ergänzend auch Drucken auf Kärtli/Papier  
Für alle Interessierten, Kinder in Begleitung

### Singen mit allen Sinnen

DI, 18. März, 19.30–21.00, Kleiner Saal

Gemeinsam singen und die Herzen, Ohren und Stimme öffnen. Einstieg jederzeit möglich. Kosten: 15 Franken pro Abend.

Vorherige Kontaktnahme erwünscht:

Brigitte Kuster (Leitung), 078 601 21 04, bkuster@gmx.ch

Vorschau

### Dancing Queen – Frauendisco

FR, 21. März, 19.30

Die Frauen MaiHof laden am Freitag, 21. März um 19.30 Uhr zu einer weiteren Frauendisco ein. Beschwingt, fröhlich, ausgelassen und wild zu den Hits aus den letzten Jahrzehnten tanzen.

Eintritt frei, Kollekte

In eigener Sache

### Mittagstisch-Gutscheine

Sind Sie auf der Suche nach einem kleinen Geschenk «aus dem Quartier, für das Quartier»? Mit einem frei wählbaren Betrag können ein oder mehrere Essen am Mittagstisch, der jeweils am Dienstag stattfindet, verschenkt werden. Der Preis pro Mahlzeit beträgt für Erwachsene zehn und für Kinder fünf Franken.



## Gottesdienste

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.00 Wortkommunionfeier  
Gestaltung: Jacqueline Keune  
Musik: Marcel Keckeis  
Kollekte: Wasser für Wasser

### 2. Fastensonntag, 16. März

10.00 Wortkommunionfeier  
Gestaltung: Anita Wagner  
Musik: Marcel Keckeis  
Kollekte: Kirchliche Gassenarbeit

### Unsere Verstorbenen

Maria Zobrist (1929)  
Bernhard Krell (1961)  
Stefan Ehrler (1949)  
Gott nehme sie auf in seinen Frieden  
und schenke den Angehörigen Trost  
und Kraft.

## Kontakt

Pfarrei St. Karl  
Spitalstrasse 93, 6004 Luzern  
041 229 94 00  
st.karl@kathluzern.ch  
kathluzern.ch/karl

Öffnungszeiten Sekretariat:  
MO–FR, 8.15–11.45 Uhr  
Erika Burkard, Marcel Keckeis

CO-Leitung: 041 229 94 10  
Mirjam Furrer, Alain Duff

Pfarreiseelsorge:  
Claudia Jaun, 041 229 94 11  
Judith von Rotz, 041 229 94 14

Team Religionsunterricht:  
Sara Esposito, 041 229 94 13  
Stefan Ludin, 041 229 94 12  
Bergita Krasniqi, 041 229 94 00

Quartierarbeit:  
Isabelle Bally, 041 229 94 20  
Pfarreizentrum: 041 229 94 71  
Habte Ghezu, Selamawit Tewelde

Sakristei: 041 229 94 60  
Herbert Keller, Ruth Rüedi

Kirchenmusik:  
Marcel Keckeis, 041 229 94 05

# Hunger frisst Zukunft

Dieses grosse Thema von Fastenaktion und Heks löst unterschiedliche Reaktionen aus. Wie können wir ausgewogene Nahrung für alle unterstützen?



Hunger – eine weltumspannende Angelegenheit. Foto: Fastenaktion/Heks

Es ist Tatsache: Der Zugang zu Nahrung, insbesondere zu ausgewogener Nahrung, ist sehr ungleich über den Globus verteilt. Rund ein Drittel der Weltbevölkerung leidet unter Hunger oder Unterernährung. Aber was können wir tun?

### Handabdruck vergrössern

Unser ökologischer Fussabdruck ist zu gross. Die beiden Hilfswerke laden uns ein, mit einem neuen Blick unsere Möglichkeiten zu entwickeln: unseren Handabdruck zu vergrössern. Es kann unterstützend und motivierend sein zu schauen, was wir schon erreicht haben und was in kleinen Schritten möglich ist. Dabei wird der Fokus auf das Gemeinsame gelenkt: Was können wir kollektiv tun?

### Hunger hat grosse Auswirkungen

Hunger hat Auswirkungen auf die Menschen. Unter- und mangelernährte Menschen sind anfälliger für Krankheiten, sind geschwächt und in ihrer Arbeitsfähigkeit eingeschränkt. Die Entwicklung von Kindern kann beeinträchtigt werden.

### Stärkung und Ermutigung

Es braucht für uns selber Stärkung und Ermutigung, damit

wir mit Kraft und Motivation für uns hinschauen und unseren Handabdruck entwickeln können. Wir laden Sie ein, während der Fastenzeit mit uns zu feiern und nachzudenken.

### Fastenzeit im St. Karl

Vom 21. bis 27. März findet eine begleitete Fastenwoche im St. Karl statt.

Am Sonntag, 23. März, findet der Gottesdienst um 10 Uhr zum Thema «Oscar Romero und der Hunger nach Gerechtigkeit» statt. Es ist auch ein Gottesdienst im Rahmen der Romerotage.

Der Mittagstisch vom 27. März lädt zu einem vegetarischen Fastenzeit-Menu ein.

Am Mittwoch, 9. April um 19 Uhr laden wir Sie zu einem Workshop zum Thema «Handabdruck vergrössern» ein unter der Leitung von Matthias Dörnenburg, Fastenaktion. Anmeldung bis 6. April an [judith.vonrotz@kathluzern.ch](mailto:judith.vonrotz@kathluzern.ch) oder 041 229 94 00.

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns weiter unterwegs sind.

*Claudia Jaun,  
Pfarreiseelsorgerin*

## Pfarreiagenda

### Musikplausch mit Kinderchor

DO, 13. März, 14.00–17.00,  
Pfarreizentrum

Besonderer Musikplausch, vorgetragen von André Brantschen und Marcel Keckeis. Gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen.

Um 16 Uhr gibt der Kinderchor der 5. Klassen St. Karl ein Ständchen.

Der Kaffeetreff in der Karlistube findet nicht statt.

### Spielgruppe St. Karl

SA, 15. März, 9.30–11.00,

in den Räumen der Spielgruppe

Tag der offenen Tür für alle interessierten Eltern mit Kindern ab drei Jahren.

Kontakt: Annina Schacher,  
[annina.schacher@gmail.com](mailto:annina.schacher@gmail.com)

Katholische und Reformierte Kirche Luzern

### Erzählcafé 55plus

MO, 17. März, 9.00–11.00, Karlistube

Der Austausch an diesem Morgen:

Was lösen Musik, Stimmen oder Geräusche in mir aus?

Neue Gäste sind herzlich willkommen.

Die Gesprächsrunde wird von Kurt Aeschli-  
mann, Myconiushaus, und Isabelle Bally  
geleitet.

### Kaffeetreff im B102

DI, 18. März, 14.00–15.30,

Bernstrasse 102

Herzliche Einladung – kommen Sie vorbei  
zum ungezwungenen Beisammensein mit  
netten Begegnungen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### Weltgeschichtentag

DO, 20. März, 8.00–12.00,

Pfarreizentrum

Der Märchenkreis Kriens mit ausgebildeten Erzählerinnen und Erzählern trägt Märchen und Sagen zum Thema «Deep Water» vor. Eingeladen sind Schul- und Kindergartenklassen des Schulhauses St. Karl. Interessierte Erwachsene jeden Alters sind herzlich willkommen.

Der Eintritt ist frei.



## Gottesdienste

### Samstag, 8. März

16.15 Beichtzeit, Ruedi Beck  
17.15 Eucharistiefeier

### 1. Fastensonntag, 9. März

Predigt: Ruedi Beck mit Solidaritätsgruppe

Kollekte: Fastenaktionsprojekt

8.15 Stiftsamt, Gregorianischer Choral

9.45 Eucharistiefeier für Jung und Alt

«All together – Gemeinsam Sonntag»

11.00 Eucharistiefeier

17.15 Vesper Chorherrenstift

18.00 Meditative Eucharistiefeier

Impuls: Ruedi Beck

### Samstag, 15. März

16.15 Beichtzeit, Ruedi Beck

17.15 Eucharistiefeier

### 2. Fastensonntag, 16. März

Predigt: Claudia Nuber

Kollekte: Kosovo

8.15 Stiftsamt, Gregorianischer Choral

9.45 Eucharistiefeier für Jung und Alt

«All together – Gemeinsam Sonntag»

11.00 Eucharistiefeier

17.15 Vesper Chorherrenstift

18.00 Meditative Eucharistiefeier

Impuls: Richard Strassmann

## Fastensuppe

SO, 9. März, 12.15, Pfarreisaal

Der Pastoralraum hat 2025 erneut das Hilfsprojekt «Philippinen» ausgewählt.

Die Solidaritätsgruppe lädt zur «Fastensuppe» ein. In diesem Rahmen wird ein:e

Mitarbeiter:in der Fastenaktion umfassend über das Projekt informieren und dessen Bedeutung für die betroffenen

Menschen erläutern. Die Einnahmen aus der Veranstaltung werden vollständig der

Fastenaktion zugutekommen und unterstützen die Projekte auf den Philippinen.

## Kontakt

Pfarrei St. Leodegar im Hof  
St.-Leodegar-Strasse 6, 6006 Luzern  
041 229 95 00  
Sekretariat: st.leodegar@kathluzern.ch  
hofkirche.ch

Sie erreichen alle Mitarbeitenden via E-Mail nach folgendem Muster: vorname.name@kathluzern.ch

# Mit Theater gegen Littering

Das Theaterprojekt «Der Abfallkobold» schärft mit einem kreativen Ansatz nicht nur das Bewusstsein für Littering, sondern schafft auch einen Raum für positive Veränderungen – sowohl für Kinder als auch Erwachsene.



Der Abfallkobold sensibilisiert kreativ für Littering. Foto: Nathalie Hildebrand Isler

Littering, das achtlose Wegwerfen kleiner Mengen von Abfällen, ohne die dafür vorgesehenen Abfalleimer zu benutzen, ist eine zunehmende Erscheinung und auch in der Schweiz ein wachsendes Problem. Der zusätzliche Aufwand für die Abfallentsorgung verursacht gemäss dem Bundesamt für Umwelt jährliche Kosten von rund 200 Millionen Franken für die Gemeinden sowie den öffentlichen Verkehr. Die Kosten, die für Private anfallen, werden dabei nicht erfasst.

### Figurenstück «Der Abfallkobold»

Um dieser Problematik entgegenzuwirken, setzt die Schweiz neben Aufklärungskampagnen auch spielerische Ansätze ein. Ein solcher Ansatz ist das Figurentheaterstück «Der Abfallkobold», das auf unterhaltsame Weise vermittelt, wie Abfall richtig entsorgt werden kann und welche Bedeutung Recycling hat. Das Stück thematisiert auf spielerische Weise die Probleme des Litterings und zeigt, dass viele Dinge repariert oder wiederverwendet werden können.

Ursprünglich für Kinder im Alter von fünf bis zehn Jahren

geschrieben, wurde das Theaterstück am 1. August 2012 vom Theater «Petuschka» uraufgeführt und tourte bis 2020 als Wandertheater durch Schulen im Kanton Luzern. Ab März 2025 erwacht das Theater zu neuem Leben.

### Theaterwochen

Während der Theaterwochen im März und September werden etwa 2500 Kinder die Möglichkeit haben, das Stück kostenlos zu besuchen. Organisiert werden diese Theaterwochen vom Strasseninspektorat in Zusammenarbeit mit dem Bereich Volksschulen der Stadt Luzern. Die Katholische Kirche der Stadt Luzern stellt den Pfarreisaal St. Leodegar kostenlos zur Verfügung. Die Aufführungen für Schulklassen finden vom 14. bis 20. März im Saal der Pfarrei St. Leodegar statt.

Im September finden die Vorstellungen im Schulhaus Stafeln im Stadtteil Littau statt.

Daniela Huber

### Aufführung Abfallkobold

SO, 16. März, 13.30, Pfarreisaal  
Öffentliche Gratisvorstellung für alle.  
Anmeldungen sind möglich unter: st.leodegar@kathluzern.ch

## Pfarreiagenda

Spiritualität im Quartierzentrum

### Friedenstänze

MO, 10. März, 19.00–20.30,

Quartierzentrum Wesemlin

Wir singen und tanzen zu einfachen Liedern aus verschiedenen spirituellen Traditionen der Erde. Eingeladen sind alle mit oder ohne Tanzerfahrung.

Anmeldung nicht erforderlich.

Kursleitung: Maya Probst und Bernadette Blum-Elsener

Bewegung und Begegnung

### Qi Gong

DI, 11. März, 14.00–16.00, Pfarreisaal

Kosten: zehn Franken pro Kursnachmittag

Ermässigte Kurskosten für EL-Bezüglerinnen und -Bezügler sowie mit Kultur-Legi.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Die Kurse können auch einzeln besucht werden. Weitere Infos: daniela.huber@kathluzern.ch

### Führung durch den Stiftsschatz

DI, 11. März, 19.15

Der Luzerner Stiftsschatz gehört zu den ältesten und bedeutendsten sakralen Schätzen der Schweiz.

Treffpunkt: Vor der Sakristei der Hofkirche (dritte Türe auf der rechten Seite der Kirche); Eintritt frei, Kollekte; Führung:

Urs-Beat Frei, Spezialist für Sakralkunst.

Weitere Infos: luzern-kirchenschatz.org



Detail an der Decke. Foto: zvg

Quartierarbeit

### Mittagstisch

MI, 12. März, ab 11.30, Pfarreisaal

Für sieben Franken gibt es Suppe oder Salat, Hauptgang und ein Dessert mit Kaffee oder Tee. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Es hat Platz, solange hat ...



## Gottesdienste

Die mit Stern (\*) markierten Gottesdienste werden übertragen:  
franziskanerkirche-live.ch

### Freitag, 7. März

17.15 Feier-Abend

### Samstag, 8. März

16.00 Eucharistiefeier\*, siehe Sonntag

### 1. Fastensonntag, 9. März

9.00/11.00 Eucharistiefeiern

Gestaltung: Bruder Bruno Fäh

Kollekte: Casa Farfalla

Musik: Freddie James, Orgel

### Freitag, 14. März

17.15 Feier-Abend

### Samstag, 15. März

16.00 Eucharistiefeier\*, siehe Sonntag

### 2. Fastensonntag, 16. März

9.00/11.00\* Eucharistiefeiern

Gestaltung: Bruder George

Kollekte: BaBeL Strings

Musik: Freddie James, Orgel

18.00 Byzantinischer Gottesdienst

### Mittwoch, 19. März

9.00 Wortgottesdienst – Josefsfeier der KAB

Gestaltung: Simone Parise

Anschliessend Apéro im Barfüesser

### Feier-Abend

FR, 7. und 14. März, 17.15,

Chorraum der Franziskanerkirche

Texte – Musik – Stille

Unser «Feier-Abend» bietet eine Gelegenheit, nach der Hektik der Arbeitswoche zur Ruhe zu kommen. Im Anschluss sind alle, die persönliche Begegnungen wünschen, zu einem Feierabend-Getränk eingeladen.

## Kontakt

Pfarrei St. Maria

Franziskanerplatz 1, 6003 Luzern

041 229 96 00, st.maria@kathluzern.ch

Sekretariat: 041 229 96 00

Franziska Müller/Karin Brügger

Öffnungszeiten Sekretariat:

Montag bis Freitag, 8.30–11.30

MO, DI, DO, FR, 13.00–16.00

Pfarreileiterin:

Gudrun Dötsch, 041 229 96 10

Pfarreiseelsorger:

Simone Parise, 041 229 96 11

Quartierarbeiterin:

Isabel Portmann, 041 229 96 13

Pfarrzentrum Barfüesser:

Barbara Hildbrand/Dani Meyer

Winkelriedstrasse 5, 041 229 96 96

# Sehnsucht nach Veränderung

Die Fastenzeit lädt dazu ein, Altes loszulassen und sich auf das Eigene und Innere zu besinnen.



**Heilung kann nur durch Versöhnung gelingen: Doch bis die Hände zur Versöhnung gereicht werden, braucht es Mut und Kraft.** Bild: Franziska Müller

Der Jahreswechsel liegt nur wenige Wochen zurück. Die Vorsätze für das neue Jahr sind der Bequemlichkeit und Gewohnheit zum Opfer gefallen. Die Fastenzeit bietet die Chance für einen zweiten Anlauf: Durch Disziplin sich selbst das Gefühl vermitteln, wenigstens etwas in der eigenen kleinen Welt in der Hand zu haben, wenn schon der Einfluss auf das grosse Weltgeschehen aussichtslos erscheint. Aufräumen, Ziele erreichen, Selbstwirksamkeit stärken – das gibt ein gutes Gefühl.

### Siehe, ich mache alles neu

Die Bibel ist voller Geschichten über Neuanfänge: Da ist an erster Stelle Abraham, der in hohem Alter seine sieben Sachen packt und samt Familie aufbricht, voller Vertrauen in Gott und mit dem nötigen Selbstvertrauen; ohne das geht es nicht.

### Versöhnung

Wenn sich etwas bessern soll im persönlichen Leben, würden wohl die meisten nicht über-

flüssige Kilos oder ungelesene Bücher an erste Stelle setzen. Was wirklich nach Verbesserung ruft, sind zerbrochene Beziehungen, Kränkungen, Enttäuschungen, zugefügte Rücksichtslosigkeiten, Brüche in Lebensgeschichten. Heilung kann nur durch Versöhnung gelingen. Das braucht den Mut, um Verzeihung zu bitten und die Kraft, den ersten Schritt zur Versöhnung zu tun. Versöhnung ist emotionale Schwerarbeit. Sie kann auch wirken, wenn das Gegenüber nicht will oder nicht mehr erreichbar ist.

### Busszeit

Auch wenn die guten Vorsätze noch nicht umgesetzt sind, ist das noch kein Scheitern. Aufgeben, das tun nur diejenigen, die von den anderen und schon gar nicht von sich selbst Neues erwarten. Jahreswechsel, vorösterliche Gnadenzeiten sind eine Erinnerung, sogar eine Aufforderung: Fürchte dich nicht vor neuer Enttäuschung. Versöhnung und Neuanfang sind schwer, aber möglich.

*Gudrun Dötsch, Pfarreileiterin*

Vorschau

### Krankensegnungsfeier

SA, 22. März, 16.00, und SO, 23. März, 9.00 und 11.00, Franziskanerkirche

### Rosenkranzgebet

Jeweils DO, 16.30, Marienkapelle der Franziskanerkirche

## Pfarreiagenda

Aktuelle Informationen finden Sie unter:  
franziskanerkirche.ch

Save the Date

### Nachbarschaftsfest

FR, 16. Mai, ab 16.30, Franziskanergärtli  
Am Freitag, 16. Mai lädt die Pfarrei St. Maria zum Nachbarschaftsfest ins Franziskanergärtli ein.

### Gemeinsamer Mittagstisch

DI, 11. März, 11.45, Pfarrzentrum  
Barfüesser

Anmeldung bis FR, 7. März, 10.00:

041 229 96 97, barfueesser@kathluzern.ch

Mittagessen in Gemeinschaft

### Fastensuppe

Jeweils MI und DO, 12. März bis 3. April,  
12.00, Pfarrzentrum Barfüesser

Die feine Fastensuppe wird von Barbara Hildbrand und Dani Meyer gekocht, am 2. April von der KAB. Der Erlös geht an das Fastenaktions-Projekt.

### Pfarreikaffee

SO, 9. und 16. März, 9.30–11.00,  
Pfarrzentrum Barfüesser

Der Erlös kommt der Organisation «Brücke · Le pont» zugute. Die Betreuer:innen freuen sich auf Ihren Besuch.

Vorschau

### Abendmusik

SO, 23. März, 17.00, Franziskanerkirche  
Cantata per Flauto

Sonaten von Corelli, Sammartini, Bellinzani und Händel; Kerstin Fahr (Blockflöte), Daniel Rosin (Cello), Sam Chapman (Laute), Freddie James (Orgel und Cembalo)

### Seelsorgerliche Begleitung

Sie wünschen ein Gespräch mit der:dem Seelsorger:in oder den Empfang der Kommunion zu Hause, dann sind wir gerne für Sie da. Wenden Sie sich bitte an das Pfarrsekretariat.

### Bons für Menschen in Not

Im Pfarrsekretariat können Sie Bons für die «Gassechuchi» à fünf Franken und für die Notschlafstelle à zehn Franken beziehen.

### Unsere Verstorbenen

Seeberger-Bucheli Margrit (1945)

Donnini geb. Küttel Silvia Hermine (1928)

Huwiler Ernst (1933)



## Gottesdienste

### Samstag, 8. März

17.30 Eucharistiefeier und Predigt: Rafal Lupa, Pfarrer

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.00 Eucharistiefeier und Predigt: Rafal Lupa, Pfarrer

Kollekte: SOS-Dienst Luzern

15.00 Eucharistiefeier mit Krankensalbung mit Pfarrer Rafal Lupa

Musik: Karin Inauen-Schaerer, Panflöte und Mathias Inauen, Orgel

### Dienstag, 11. März

18.30 «dienstags» (Feier-)Abendgebet im Chorraum der Kirche St. Paul

### Freitag, 14. März

9.00 Eucharistiefeier mit Übertragung auf Radio Maria

17.30–18.30 Kraft aus der Stille und Beichtgelegenheit: Rafal Lupa, Pfarrer

### Samstag, 15. März

17.30 Eucharistiefeier: Rafal Lupa, Pfarrer  
Predigt: Valentin Beck, Pfarreiseelsorger  
Musik: Kantorengruppe, Judith Rast Zeier, Querflöte, Mathias Inauen, Orgel

### 2. Fastensonntag, 16. März

10.00 Eucharistiefeier: Rafal Lupa, Pfarrer  
Predigt: Valentin Beck, Pfarreiseelsorger  
Musik: Kantorengruppe, Judith Rast Zeier, Querflöte, Mathias Inauen, Orgel  
Kollekte: Haus Hagar Luzern

### Dienstag, 18. März

18.30 «dienstags» (Feier-)Abendgebet im Chorraum der Kirche St. Paul

### Krankensalbung, Kirche St. Paul

SO, 9. März, 15.00, Kirche St. Paul  
Kranke, Betagte, Menschen mit Beeinträchtigungen sind herzlich eingeladen zum Gottesdienst mit Krankensalbung.

### Krankensalbung zu Hause

Wenn Sie den Wunsch haben, dass Pfarrer Rafal Lupa für die Krankensalbung zu Ihnen nach Hause kommt, melden Sie sich bitte im Pfarreisekretariat, 041 229 98 00.

## Kontakt

Pfarrei St. Paul  
Moosmattstrasse 13, 6005 Luzern  
041 229 98 00, st.paul@kathluzern.ch

# Der Weg zur Versöhnung

Der Weg zur Versöhnung ist oft ein langer Prozess. Er bietet jedoch die Möglichkeit, das Verwundete in uns zu Lebendigkeit wandeln zu lassen.



Versöhnungsweg in der Pauluskirche 2023. Foto: Claudia Corbino

Im Gedicht «Neuanfang» schreibt Andreas Knapp: «Deine Wunden aber/wandern noch lange/mit dir.» Es gibt im Leben zugefügte Wunden, die wir mitschleppen und nicht wollen, dass sie heilen. Es gibt seelische Schmerzen, die wir lieber nie hochkommen lassen. Es gibt Tränen, die wir nie weinen möchten.

### Ein Weg über mehrere Etappen

All diese schmerzlichen Erfahrungen engen unser Leben ein. Sie spritzen Gift in unsere Lebendigkeit. Verletzungen zu verstecken und daran zu verzagen, schafft Blockaden und führt zu Scheinleben, Beziehungs- und Lieblosigkeit – aber nicht zu Heilung. Heilung beginnt, wenn wir erlittene oder durch uns zugefügte schmerzliche Erfahrungen nicht ausblenden. Die Evangelien zeigen Jesus immer als Heilenden. Er lädt uns geradezu ein, mit unseren Wunden zu ihm zu kommen. Dabei geschieht Heilung oft nicht von einem Moment auf den anderen, sondern es ist ein Weg, der über mehrere Etappen verläuft. Die

Berichte der Evangelien sollen uns ermutigen, als Verwundete und Versöhnungsbedürftige zu Jesus zu gehen. Wir können ihm das Unversöhnte unseres Lebens zeigen, damit er uns heilt und befreit.

### Das Verwundete wandeln zu lassen

Dieser Weg erfordert aber die Bereitschaft, mit ihm unsere Wunden anzuschauen, von ihm heilen zu lassen und die Narben in unser Leben zu integrieren. In der Pauluskirche bieten wir in der Fastenzeit einen Versöhnungsweg an. Jede und jeder kann diesen Weg gehen und das Verwundete in uns zu Lebendigkeit wandeln lassen. In seinem Gedicht formuliert das Andreas Knapp so: «Bekehre dich nach vorn/von dort her kommen/Arme weit dir entgegen/in ihnen geborgen/verwandelt sich/alles.»

Rafal Lupa, Pfarrer

### Versöhnungsweg

Täglich von 19. März bis 16. April, jeweils 8.00–18.00, Kirche St. Paul  
Der Versöhnungsweg in der Kirche St. Paul ist für alle frei zugänglich.

## Pfarreiagenda

### Plausch-Tanz

DO, 13. und 27. März, 15.00, Paulusheim  
Leitung: Tanzlehrerin Edith Marfurt  
Kostenbeitrag: fünf Franken

### Mittagstisch

FR, 14. März 11.45, Paulusheim  
Während der Schulferien (bis 9. März) fällt der Mittagstisch aus.

### Flohmarkt

SA, 15. März, 9.30–11.30, Paulusheim  
Für Kinderkleider, Spielsachen, Baby- und Kinderartikel

### Diskussion über das Predigtthema

SO, 16. März, im Anschluss an den Gottesdienst: 11.15 bis max. 12.00, Paulusheim (grosser Saal)

Im Anschluss an den Sonntagsgottesdienst vom 16. März sind alle, die möchten, im Paulusheim dazu eingeladen, miteinander über das Predigtthema ins Gespräch zu kommen. Dieses Format der «Predigt-diskussion» möchten wir neu regelmässig anbieten mit dem Ziel einer vertieften Auseinandersetzung und der Möglichkeit des aktiven Gedankenaustauschs. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

### StrickBar

1. und 3. Montag im Monat, 17.00–19.00,  
2. und 4. Donnerstag im Monat, 14.00–16.00, Vicino Neustadt, Claridenstrasse 6  
Wir sind eine frohe Strick- und Häkelrunde. Gerne geben wir unser Wissen weiter. Ein Angebot der Pfarrei St. Paul mit Vicino

Voranzeige

### Einladung zur Fastensuppe

SO, 23. März, 10.00, Gottesdienst zum Fastenthema, 11.00, Fastensuppe im Paulusheim, mit anschliessendem Programm für Kinder

### Unser Taufkind

Martha Josepha Bursztyn

### Unsere Verstorbenen

Maria Magdalena Schärli-Lischer (1936)  
Martha Limacher-Kretz (1935)  
Hildegard Müller-Hecht (1935)  
Friedrich Brun (1929)  
Maria Stejskal-Stupka (1946)  
Werner Fischer (1938)  
Othmar Odermatt (1963)  
Christine Emmenegger-Aebischer (1923)



## Gottesdienste

### Freitag, 7. März

19.00 Gottesdienst zum Weltgebetsstag, reformiertes Kirchenzentrum Littau

### Samstag, 8. März

15.30 Kommunionfeier, Staffelhof

Predigt: Ruedy Sigrist

Musik: Hu Jung, Klavier

Kollekte: Ärzte ohne Grenzen

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.00 Eucharistiefeier, Pfarrkirche

Gestaltung: Karl Abbt und Ruedy Sigrist

Musik: Hu Jung, Orgel

Kollekte: Ärzte ohne Grenzen

### Mittwoch, 12. März

12.00 Mittagsimpuls, Pfarrkirche

Anschliessend Suppenessen im

Dachraum «Roma» im Pfarreihaus

### Samstag, 15. März

10.00 Kommunionfeier, Staffelhof,

in der Kapelle

Predigt: Ueli Stirnimann

Musik: Cyprian Meyer, Orgel

Kollekte: Verein Lisa

### 2. Fastensonntag, 16. März

Kein Gottesdienst in Reussbühl

10.00 Kirche St. Theodul, Littau

Einsetzungsfeier von Pfarreileiter Ruedy Sigrist-Dahinden

Gestaltung: Ruedy Sigrist, Stephan

Leimgruber, Ueli Stirnimann, Yvonne

Wagner und Teammitglieder

Musik: Kirchenchor und Inge Hodel, Orgel

Kollekte: Für Notleidende der Pfarreien

### Mittwoch, 19. März

12.00 Mittagsimpuls, Pfarrkirche

Anschliessend Suppenessen im

Dachraum «Roma» im Pfarreihaus

### Unsere Verstorbenen

Zitha Schärli-Bühler (1931)

### Bezug Fastenaktion-Agenda

Im Schriftenstand der Pfarrkirche liegt die Fastenaktion-Agenda mit wertvollen Impulsen zum Mitnehmen auf.

## Kontakt

Pfarrei St. Philipp Neri

Obermättlistrasse 1

6015 Luzern Reussbühl

041 229 97 00

st.philippneri@kathluzern.ch

pfarrei-reussbuehl.ch

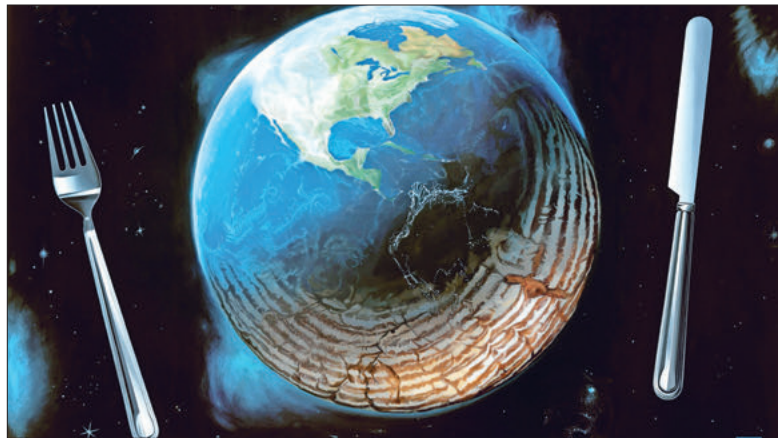
Öffnungszeiten:

MO–MI, 8.15–11.30

DO, 8.15–11.30 und 13.30–17.00

# Zukunft braucht Nahrung

Die diesjährige Fastenkampagne von Fastenaktion, Heks und Partner sein behandelt das Thema «Hunger bekämpfen».



Das Hungertuch 2025/2026: «Das grosse Fressen» von Konstanze Trommer.

Foto: Hungertuch Konstanze Trommer / Fastenaktion / HEKS

Auf der Erde gibt es genug zu essen, aber trotzdem hungert weltweit jede:r Zehnte, und jede:r Dritte ist unterernährt. Die Folgen sind gravierend: Eine mangelhafte Zufuhr an Nährstoffen gefährdet die Entwicklung von Menschen und verbaut so eine chancenreiche Zukunft. Die Projekte von Fastenaktion, Heks und Partner sein ermöglichen den Zugang zu lokaler, gesunder und ausgewogener Nahrung. Danke für Ihren Beitrag für eine Welt ohne Hunger.

### «Das Erdenbrot»

Auf dem Hungertuch verschmelzen Erde und Brot vor einem kosmischen Hintergrund miteinander. Es entsteht ein «Erdenbrot».

Die Künstlerin sagt dazu: «Beides ist für die Menschheit wesentlich für deren Existenz. Ohne Erde kein Korn, ohne Korn kein Brot. Jedoch – Messer und Gabel liegen neben dem Erdenbrot bereit, um es zu verzehren. Das Besteck ist Einladung und Bedrohung zugleich. Wird das Brot angeschnitten, so auch der Planet Erde.»

Diese Überlegungen führen zu folgenden Fragen: Wer verzehrt die Welt? Wer ernährt

und wer wird ernährt? Wer wird gesättigt und wessen Zukunft wird gegessen?

### Gemeinsam Essen in der Fastenzeit

Neben unterschiedlichen Sonntagsgottesdiensten zu der Fastenthematik laden wir Sie vier Mal am Mittwoch zu einem Mittagsimpuls mit anschliessendem feinen Suppenessen ein. Diese Suppenessen sind für einen guten Zweck: Der Erlös kommt Projekten zugute, die sich vor allem für eine stabile Lebensgrundlage und gesunde Ernährung einsetzen. Schenken Sie Menschen, die kein privilegiertes Leben führen dürfen, eine Perspektive, eine Zukunft! Herzlichen Dank.

Ruedy Sigrist-Dahinden,  
Pfarreileiter Reussbühl & Littau

### Versöhnungsfeiern (22./23. März)

Am 3. Fastensonntag feiert die Pfarrei zwei Versöhnungsfeiern. Am Samstag wird im Staffelhof zusätzlich die Krankensalbung gespendet. Wir freuen uns auf Sie.

### Solidaritäts-Zmittag (30. März)

Am Sonntag, 30. März laden wir Sie nach dem Gottesdienst ab 11 Uhr zum Solidaritätessen ins Restaurant Philipp Neri ein. Wir zeigen uns auch in diesem Jahr solidarisch mit Menschen, die kaum genug zum Leben haben.

## Pfarreiagenda

### Mütter- und Väterberatung

#### Persönliche Beratung (mit Anmeldung)

MO, 10. März, 13.30–17.00, Haus der Informatik, Ruopigenplatz 1, 6. Stock

#### Telefonische Beratung

MO–FR, 8.00–11.00 und 13.00–17.00

unter 041 208 73 33 oder

mvb@stadt-luzern.ch

Frauengemeinschaft Reussbühl

### Wanderung

DI, 11. März, 8.40, Bushaltestelle

Ruopigen Zentrum

Die leichtere zweistündige Wanderung führt uns ins Entlebuch. Der kleinen Emme entlang wandern wir von der Chappelbodenbrücke nach Hasle. Unterwegs verpflegen wir uns aus dem Rucksack.

Kosten mit dem Halbtax: etwa 13 Franken  
Bei sehr schlechtem Wetter:

Treffpunkt 13.30, Bushaltestelle Frohbürg, Anmeldung bis SO, 9. März

Auskunft: Edith Weder, 041 250 85 89  
oder Rosmarie Hürlimann, 041 260 30 83

### Mittagsimpuls und Suppenessen

Jeweils MI, 12./19./26. März und 2. April, 12.00, Pfarrkirche

Zur Vorbereitung auf Ostern sind Sie während der Fastenzeit jeweils am Mittwoch um 12 Uhr in die Pfarrkirche zu einem kurzen Mittagsimpuls eingeladen. Im Anschluss verwöhnen uns auch dieses Jahr wieder freiwillige Helferinnen mit einer feinen Suppe im Dachraum «Roma» im Pfarreihaus. An dieser Stelle bedanken wir uns ganz herzlich bei den «Suppenköchinnen» für ihr freiwilliges Engagement.

Frauengemeinschaft Littau

### Kinderartikelbörse Littau

MI, 19. März, 8.30–11.30 und 13.00–15.00, Zentrum St. Michael, Littau

Für Frühlings- und Sommerkleider bis Grösse 176 sowie für Baby-Ausstattung, Spielzeug, Dreirad, Kickboard, Velos bis 24 Zoll und Rollerblades.

Am Dienstag, 18. März können Sie Ihre Waren von 8.30 bis 10 Uhr und von 14 bis 16 Uhr vorbeibringen.

Weitere Infos auf der Homepage:

kinderkleiderboerse-littau.ch oder bei

Eliane Luternauer: 079 484 39 48,

info@kinderkleiderboerse-littau.ch



## Gottesdienste

### Freitag, 7. März

12.15 Friedensgebet  
19.00 Weltgebetstag\*

### 1. Fastensonntag, 9. März

10.00 Eucharistiefeier  
Gestaltung: Stephan Leimgruber  
Kollekte: Malteser

### Mittwoch, 12. März

9.15 Kommunionfeier  
Gestaltung: Ruedy Sigrist

### Freitag, 14. März

12.15 Friedensgebet

### Samstag, 15. März

18.00 Taizégebet, Theodulskapelle

### 2. Fastensonntag, 16. März

10.00 Eucharistiefeier mit KiLi  
Gestaltung: Ruedy Sigrist, Stephan Leimgruber, Yvonne Wagner

Einsetzung des neuen Pfarreileiters Ruedy Sigrist für die Pfarreien St. Philipp Neri Reussbühl und St. Theodul Littau; anschliessend Apéro im Pfarrsaal  
Kollekte: Notleidende der beiden Pfarreien Littau und Reussbühl

### Mittwoch, 19. März

9.15 Eucharistiefeier mit der Liturgie-Gruppe; anschliessend Kafi im Pfarrsaal,  
Gestaltung: Stephan Leimgruber

### Unsere Verstorbenen

Franz Birrer (1934); Franz Stadelmann (1932)

### \*Weltgebetstag

FR, 7. März, 19.00, reformiertes Kirchenzentrum Littau

Der ökumenische Gottesdienst für den diesjährigen Weltgebetstag mit dem Titel «wunderbar geschaffen!» kommt von den Cookinseln. Wir laden euch ganz herzlich ein, mitzufeiern. Anschliessend gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Info: wgt.ch



Illustration zum Weltgebetstag.

Bild: © 2023 World Day of Prayer International Committee, Inc.

## Gemeinsam in die Zukunft

Ruedy Sigrist-Dahinden – der neue Pfarreileiter von St. Theodul und St. Philipp Neri – stellt sich vor.



Ruedy Sigrist erhielt bereits Einblick in verschiedene Arbeitsprozesse der Pfarrei Littau und lernte sein neues Team kennen. Bild: Bernhard Koch

### Für das Vergangene – Dank ...

Die Dankbarkeit ist für mich eine grosse Lebenskraft. So vieles durfte ich bisher erfahren; das Leben und die Menschen haben es wirklich gut mit mir gemeint.

Aufgewachsen bin ich in Kriens. Meine Eltern und Schwestern bedeuteten mir viel. Selbstverständlich gilt dies besonders für meine eigene Familie; ich bin verheiratet und Vater von drei Kindern. Das Zusammenleben als Familie fordert und fördert mich. Kinder sind eine grosse Inspiration und Freude. Der Glaube ist für mich zentral. Die prophetische Geistkraft Gottes belebt, beschwingt und erfüllt mich.

### Seelsorger mit ganzem Herzen

Mein Beruf ist meine Berufung. Nach der kaufmännischen Lehre in der Skifabrik Stöckli studierte ich in Luzern Religionspädagogik und Theologie. Wichtige berufliche Wegstationen waren: Luzern, St. Anton (5 Jahre, Pfarreiseelsorger und Pfarreileiter), Kriens, St. Gallus (14 Jahre, Pfarreileiter, Pastoralraum- und Dekanatsleiter Luzern-Pilatus) und die Meggerwald-Pfarreien (6 Jahre, Pastoralraumleiter).

Ich leite gerne und bin mit ganzem Herzen Seelsorger.

Meine Freizeit verbringe ich abwechselnd aktiv und kontemplativ. Ich schöpfe Kraft aus Natur, Kunst und Sport. «Auftanken» ist wichtig.

### Für das Kommende – Ja

Ja, es gibt viele Herausforderungen. Ja, es ist nicht leicht in der heutigen Zeit und in der Kirche. Ja, vieles ist im Wandel. Ja, wir packen das – gemeinsam – miteinander und füreinander; authentisch, konstruktiv und zuversichtlich.

### Liebe Pfarreimitglieder,

ich freue mich auf vielfältige, wertvolle Begegnungen mit Ihnen und vielen anderen. Ich freue mich auf fröhliche und sinnstiftende Anlässe und erfüllende Konzerte, die das Leben bewusst feiern. Ich freue mich auf den gemeinsamen Glauben an den einen Gott, der uns alle segnet und in seine Nachfolge ruft. Ja, ich bin dankbar und freue mich darauf, ganz da zu sein.

Ruedy Sigrist-Dahinden,  
Pfarreileiter Littau & Reussbühl

### Gottesdienst mit Einsetzung

SO, 16. März, 10.00, Kirche St. Theodul  
Einsetzung des neuen Pfarreileiters Ruedy Sigrist für die Pfarreien St. Philipp Neri Reussbühl und St. Theodul Littau; anschliessend Apéro im Pfarrsaal

## Pfarreiagenda

### Offener Kleiderschrank

MO, MI und FR, 14.00–17.00,  
Zentrum St. Michael

Neue und gebrauchte Kleider für Erwachsene und Kinder  
Während der Schulferien geschlossen

### Meditation im ZSM

FR, 7. März, 8.00–8.30,  
Zentrum St. Michael, Littau

### FG Wandern

DI, 11. März, Samstagern – Hüttensee – Sihlmatt – Menzingen

Wanderzeit: 3 Stunden 30 Minuten  
Abfahrt: Luzern ab 8.06 oder Littau Bahnhof ab 7.35; Rückkehr: 17.43 Littau  
Anmeldung: weber.beatrix@bluewin.ch, 078 641 86 38, bis spätestens SA, 8. März, 18.00. Für die Wanderwoche in Olivone (22. bis 27. September 2025) hat es noch drei freie Plätze. Weitere Auskunft direkt bei Bea Weber

### Café Zwischenhalt

FR, 14. März, 14.00–17.00, Pfarrsaal

### Mittagstisch für Erwachsene

DO, 20. März, 12.00, Pfarrsaal  
Anmeldung bis DI, 18. März

### Kinderartikelbörse

Zentrum St. Michael  
Hier finden Sie (gebrauchte) Baby- und Kinderkleider sowie Babyartikel, Spielwaren, Fahrzeuge und vieles mehr.  
Warenannahme: DI, 18. März, 8.30–10.00 und 14.00–16.00; Verkauf: MI, 19. März, 8.30–11.30 und 13.00–15.00  
kinderkleiderboerse-littau.ch

### Solidaritätessen

SO, 30. März, 11.15, Pfarreisaal  
Spaghetti-Plausch mit Kuchenbuffet zu familienfreundlichen Preisen. Die Frauen des ehemaligen SVKT Littau freuen sich auf viele Besucher:innen. Der Erlös kommt der Fastenaktion zugute.

## Kontakt

Pfarrei St. Theodul  
Gasshofstrasse 2, 6014 Luzern Littau  
041 229 90 00, st.theodul@kathluzern.ch  
pfarre-littau.ch  
Sekretariat: MO–MI, 8.00–11.45  
DO, 8.00–11.45 und 13.30–17.00

## Gottesdienste

### zwölfnachzwölf

Impuls mit Musik

Montag bis Samstag, 12.12–12.30

### Taizé-Singen am Feierabend

Mittwoch, 17.00–17.45

### Friedensgebet

Ökumenisches Friedensgebet in der Lukaskirche mit Gebet, Stille und Hoffnungslichtern

Mittwoch, 18.00–18.30

### Schweigen für den Frieden

Das Schweigen für den Frieden bringt auf leise, aber kraftvolle Art die Anteilnahme und Verbundenheit mit dem Elend von Flüchtlingen und von Krieg, Hunger und Unterdrückung der Betroffenen zum Ausdruck.

Donnerstag, 27. März, 18.30–19.00, auf dem Kommarkt

### Eucharistiefeyer

Donnerstag, 18.45, vorher 18.00 Rosenkranz, Beichtgelegenheit

Samstag, 9.00, vorher 8.20 Rosenkranz (findet im März in der Jesuitenkirche statt)

### Handauflegen und Gespräch

Persönliches Gespräch und Handauflegen durch erfahrene Begleiter:innen

Samstag, 22. März, 12.30

### Gebetsnacht

Samstag, 8. März, 20.00–4.45

### Englischsprachige Eucharistie

Samstag, 17.30

### Zoomgottesdienst Brot & Liebe

Mit Geschichten vom Widerstehen

Link auf [brot-liebe.net](http://brot-liebe.net)

Sonntag, 9. März, 20.00

## Kontakt

Peterskapelle

Kapellplatz 1a, 6004 Luzern

041 229 90 50

[peterskapelle@kathluzern.ch](mailto:peterskapelle@kathluzern.ch)

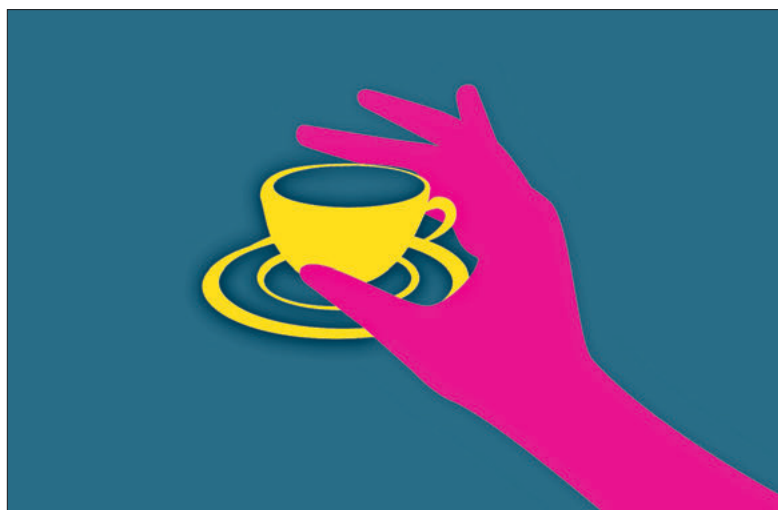
[peterskapelle.ch](http://peterskapelle.ch)

Öffnungszeiten:

MO–SO, 8.00–18.30

## Wirklich wenig

Erlaube dir eine wirklich intensive Erfahrung mit einer Fastenwoche in begleiteter Gruppe. Die Forschung belegt: Fasten ist heilsam für Körper und Seele.



Nur Flüssiges. Foto: grafikcontainer

Fasten ist zu Recht zu einem Trend geworden. Sei es als Intervallfasten, bei dem man nur eine gewisse Zeit am Tag isst, sei es als Heilfasten, bei dem für eine gewisse Zeit ganz auf feste Nahrung verzichtet wird. Es gibt inzwischen genügend gesicherte Forschung, die den positiven Effekt des Fastens belegt. Diese alte spirituelle Praxis erlebt also gerade ein Revival.

### Heilsamer Mangel

Die Ursprünge liegen in der biologischen Entwicklung des Menschen. Über weite Strecken der Menschheitsgeschichte hatten Menschen nicht immer genügend Nahrung zur Verfügung und Konservierungstechniken fehlten. Noch immer sind unsere Körper so eingerichtet, dass sie sich in Zeiten des Mangels regenerieren. Fehlen diese nahrungsarmen Zeiten, kann der Körper diese Prozesse nicht mehr durchführen. Das Immunsystem wird nachhaltig geschwächt und Krankheiten werden begünstigt. Soweit in Kürze das Wissen aus der Forschung. Wir wissen inzwischen, dass auch unsere Seele sich nicht mehr regenerieren kann, wenn

wir sie ständig überfüttern. Seelischer Ballast schwächt dann unsere Resilienz.

### Eine Woche Heilfasten

Im Rahmen der Aktion der Kirchen «wirklich wesentlich wenig» starten wir am 29. März in eine Fastenwoche nach der Methode Buchinger. Dies hilft unserem Körper, sich zu regenerieren, wie auch unserer Seele, Ballast abzuwerfen. Dazu treffen wir uns täglich zum Mittagsimpuls im «zwölfnachzwölf» in der Peterskapelle und gehen danach zu einem Austausch in die Räume der christ katholischen Kirche. Der Austausch über die körperlichen Herausforderungen bekommt genauso seinen Raum wie das Seelische und Spirituelle. Am 5. April gestalten wir gemeinsam ein feierliches Fastenbrechen.

Die Gruppe wird begleitet von Adrian Suter (Christkatholische Kirche) und Meinrad Furrer.

Lust auf diese krasse Erfahrung? Dann bewirb dich bei [meinrad.furrer@kathluzern.ch](mailto:meinrad.furrer@kathluzern.ch). Er wird mit dir Kontakt aufnehmen.

Meinrad Furrer

## Agenda

### Preacher-Slam

FR, 7. März, 19.00

Poet:innen gegen Prediger:innen – wer findet die inspirierendsten Worte zu «wesentlich wenig»? Moët Liechti, Annika Biedermann und Gregor Stäheli (Poet:innen) treten an gegen Gian Rudin, Corinne Dobler und Meinrad Furrer (Prediger:innen). Moderiert wird der wortreiche Wettstreit von der bezaubernden Julia Steiner, längst ein bekanntes Gesicht in der Comedy-Szene.

Slam-Poetry lebt von Tempo, Witz und überraschenden Wendungen – hier prallen pointierte Texte, emotionale Höhenflüge und kluge Gedanken frontal aufeinander. Jede:r performt mit Leidenschaft, das Publikum erlebt Sprachkunst hautnah: laut, leise, nachdenklich, lustvoll. Und mittendrin: Samuel Richner, der Sieger des letzten Slams – diesmal als Opferlamm. Viel Worte um wenig? Genau das macht's spannend!

Eintritt frei, Kollekte

### Digitaler Minimalismus

MI, 12. März, 12.00

Wie können wir unsere digitale Welt so gestalten, dass sie uns bereichert, statt uns auszulaugen? In diesem 60-minütigen Workshop tauchen wir in die Prinzipien der digitalen Achtsamkeit ein und erarbeiten erste Strategien, um das eigene Nutzungsverhalten bewusster zu steuern. Der Workshop richtet sich an alle, die ihr digitales Leben neu ausbalancieren möchten.

Der Anlass ist kostenlos.

Durchgeführt wird der Workshop von Anna Miller, Autorin, Psychologin und Expertin für digitale Achtsamkeit.

Infos: [anna-miller.ch](http://anna-miller.ch)



[peterskapelle.ch/wirklich-neue-wege](http://peterskapelle.ch/wirklich-neue-wege)



## Samstag, 8. März

9.00 Marktgottesdienst mit vorangehendem Rosenkranzgebet

## Sonntag, 9. März

Predigt: Edmund Arens  
Kollekte: Jugend und Familie

## Samstag, 15. März

9.00 Marktgottesdienst mit vorangehendem Rosenkranzgebet

## Sonntag, 16. März – Dies Judaicus

Predigt: Christian Rutishauser  
Kollekte: Institut für Jüdisch-Christliche Forschung  
18.15 Fastenvortrag der Theologischen Fakultät Luzern zum Thema «Nacht»  
Professorin Birgit Jeggler-Merz

Fastenvorträge – Theologische Fakultät  
**Nacht**

Die Nacht, des Tages «dunkle Hälfte» – sie weckt so unterschiedliche Assoziationen wie Ruhe und Geborgenheit einerseits, Dunkelheit, Orientierungslosigkeit, Verlassenheit, Ungewissheit oder Bedrohung andererseits. Sie ist eine Zeit des Rückzugs, der Einsamkeit und Verzweiflung, aber auch der Reflexion, der Transformation und der Offenbarung. So kann «Nacht» eine starke Metapher für sehr unterschiedliche und vielschichtige menschliche Erfahrungen sein – und wird gerade darin auch zu einem überaus spannenden Thema für die Theologie. Die diesjährigen Fastenvorträge in der Jesuitenkirche Luzern beleuchten – mit Beiträgen aus unterschiedlichen theologischen Disziplinen mit ihren je eigenen Zugängen – die ambivalenten Dimensionen der Nacht und laden dazu ein, neue und inspirierende Perspektiven auf die «dunkle Hälfte» zu gewinnen.

SO, 16. März / 23. März / 30. März,  
jeweils um 18.15, in der Jesuitenkirche

## «O wahrhaft selige Nacht». Die nächtlichen Liturgien von Ostern und Weihnachten

Die katholische Kirche kennt zwei Nachtfeiern: allen voran die Osternacht, die «Mutter aller Vigilien» (Augustinus), und dann die Christmette an Weihnachten. Sie entfalten dabei eine breite Nacht- und Lichtmetaphorik und nehmen die Mitfeiernden mit auf einen Weg vom Dunkel zum Licht. In der Osternacht erwartet die Kirche betend die Wiederkunft Christi und besingt die Nacht in den höchsten Tönen als Quelle des Heils. Auch die Christmette als nächtliche Feier hat ein biblisches Motiv: «Als tiefes Schweigen das All umfing und die Nacht zur Mitte gelangt war, da sprang dein allmächtiges Wort vom Himmel.» (Weish 18,14f) Beide Liturgien feiern damit den Neubeginn des Lebens – mitten in der Nacht.

SO, 16. März, 18.15, Birgit Jeggler-Merz,  
Professorin für Liturgiewissenschaft

## Gottesdienstzeiten

Eucharistiefiern Wochentage:  
MO, DO, 17.15; DI, MI, FR, SA, 7.00  
Sonntag: 7.00, 10.00, 15.00, 17.00

## Kontakt

Präfekt: P. Dr. Hansruedi Kleiber SJ  
Präfektur: Sonnenbergstrasse 11,  
6005 Luzern, 041 240 31 33,  
hansruedi.kleiber@kathluzern.ch  
Sekretariat (Dienstag / Donnerstag,  
13.30–16.30):  
Janine Kohler, 041 240 31 34,  
jesuitenkirche@kathluzern.ch  
Sakristei: Sakristan Andrzej Tkaczyk,  
079 275 43 18  
Internet: jesuitenkirche.ch

Hochschulseelsorge: unilu.ch/horizonte  
Fabian Pfaff, Hochschulseelsorger

## Jahrzeiten / Gedächtnisse

### St. Anton

SA 15. 3. 18.00 Walter und Christine Ackermann-Pallmert.

### St. Johannes

Keine Jahrzeiten und Gedächtnisse

### St. Josef

SO 9. 3. 10.00 Caroline und Friedrich Jakob Wigger, Marie und Walter Amstad-Wigger.

### St. Karl

Keine Jahrzeiten und Gedächtnisse

### St. Leodegar im Hof

Hofkirche: MO–FR 18.30 / SA 17.15  
FR 7. 3. Katharina und August Girtanner-Betschart und Angehörige; SA 8. 3. Chorherr Joseph Studhalter; Gotthard und Lea Egli-Amrhyn und Nachkommen; Clemens Bucher-Muff; Robert Muff; MO 10. 3. Franz und Marie Zelger-Schnyder von Wartensee, Rudolf Zeller-Troller; Josef und Barbara Krummenacher-Sennerich und Familie; Katharina Bühler; Franz

Zimmermann und Familie; DI 11. 3. Josef Heinrich Breitenbach, Gattin und Familie; Jakobus Stammler, Bischof von Basel; MI 12. 3. Emanuel Corragioni d'Orelli und Angehörige; SA 15. 3. Dreissigster: Adolf Bürkli; Jahrzeiten: Stiftspropst Othmar Frei; Paul Zemp; Fridolin und Ruth Horner-Küng; Konrad und Margareta Giger-Theiler und Familie; Julius und Leonie Troller-de la Cressonnière und Sohn Alfred; MO 17. 3. Emma Zwinggi-Frey; DI 18. 3. Viktor und Gertrud Zeier-Hänggi; MI 19. 3. Josef und Anna Schiffmann-Zwimpfer, Eltern und Anverwandte; Elise Dubach, Eltern und Geschwister; Hans Kühne-Wicki, Familie und Eltern.

### Klosterkirche Wesemlin

Keine Jahreszeiten und Gedächtnisse

### St. Maria zu Franziskanern

Keine Jahrzeiten und Gedächtnisse

### St. Michael

Keine Jahrzeiten und Gedächtnisse

### St. Paul

FR 7. 3. 9.00 Alfred und Emma Käch-Gander und Familie; Josef und Elise Wiederkehr-Vonesch und Familie; Louise Bühlmann; SA 8. 3. 17.30 Familie Josef Huber-Wili und Familie Alfred Wohler-Renggli; Johann und Ida Schaupp-Gnädinger und Tochter Marie Koller-Schaupp; MI 12. 3. 9.00 Kasimir Gassmann-Häfliger und Frau und Kinder; Adam und Maria Hüslers-Birrer und Familie; SA 15. 3. 17.30 Friedel und Josef Schuler-Jaksits.

### St. Philipp Neri

SO 9. 3. 10.00 Adolf Jakob Kappeler.

### St. Theodul

SO 9. 3. 10.00 Wilhelm und Franziska Giger-Christen, Wilhelm und Anna Giger-Helfenstein, Emil Helfenstein; Elsy und Josef Bammert-Fuchs; Noldy und Alice Bühlmann-Wechsler; Noldy Bühlmann; SO 16. 3. 10.00 Josy und Josef Geisseler-Meierhans; Leo und Elisabeth Waldvogel-Arnet und Angehörige, Richard Doppmann-Waldvogel.

### Peterskapelle

Jeweils um 9.00  
SA 8. 3. Alois Röthelin Widmer; Maria Katharina Lustenberger-Giger; Peter und Barbara Schobinger-Sigrist; Margrith von Moos-Falck und Xaver von Moos-Falck; SA 15. 3. Fischerbruderschaft; Ferdinand Willmann; Johann und Marie Häberli-Bochsler; Josef Segesser von Brunegg, Charlotte Segesser von Brunegg-Schnyder von Wartensee, Maria Segesser von Brunegg-Zardetti; Urnerverein.

## Sonntagslesungen

### Sonntag, 9. März

Dtn 26,4–10  
Röm 10,8–13  
Lk 4,1–13

### Sonntag, 16. März

Gen 15,5–12,17–18  
Phil 3,17 – 4,1 oder 3,20 – 4,1  
Lk 9,28b–36

## Gottesdienste

## In den Pfarrkirchen

	Samstag	Sonntag	Werktags
St. Anton	18.00	10.00 <sup>1</sup>	MI 9.00 <sup>1</sup>
St. Johannes		10.30	
St. Josef		10.00 <sup>1</sup>	
St. Karl		10.00 <sup>1</sup>	
St. Leodegar	17.15 <sup>2</sup>	8.15 <sup>3</sup> 9.45 11.00 18.00	MO–FR 18.30
St. Maria zu Franzisk.	16.00	9.00 11.00	DI, DO 9.00
St. Michael		10.00 <sup>1</sup>	
St. Paul	17.30	10.00	MO, MI, FR 9.00
St. Philipp Neri, Reussbühl		10.00	MI 9.00 <sup>4</sup>
St. Theodul, Littau	18.00 <sup>1</sup>	10.00	MI 9.15

<sup>1</sup> Bitte Pfarreiseite beachten; <sup>2</sup> Beichtthören: 16.15–17.00; <sup>3</sup> Eucharistiefeier des Stifts St. Leodegar, lat.; <sup>4</sup> Mittwochsgebet

## In anderen Kirchen und Kapellen

	Samstag	Sonntag	Werktags
Dreilinden (BZ)	14.45		
Eichhof-Kapelle	15.30		
Gerlisberg		17.00	DI 9.15; DO 8.00; MI, FR 17.00
Hergiswald		10.00	MI, FR, 15.00
Jesuitenkirche		7.00 10.00 15.00 17.00	MO, DO 17.15 DI, MI, FR, SA 7.00
Kantonsspital LUKS (Andachtsraum 3. Stock, Liftreihe C)		9.45	
Kloster Wesemlin		10.00	DI–FR 8.00
Mariahilf	10.30		DI 17.15 <sup>1</sup> ; MI 17.30
Matthof			DI 9.00
Peterskapelle			DO 18.45; SA 9.00
Rosenberg (BZ)			FR 16.00
Sentikirche <sup>2</sup>	10.00 <sup>3</sup>	8.00 9.50	DI, DO, SA 9.00; MI, FR 18.00
Staffelnhof (BZ)	15.30		DI 10.00
Steinhof-Kapelle		10.00	FR 10.00
Unterlöchli (BZ)			FR 10.00 <sup>4</sup>
Wesemlin (BZ)	16.15		

<sup>1</sup> Eucharistiefeier Priesterseminar St. Beat (Semester); <sup>2</sup> Im tridentinischen Ritus;

<sup>3</sup> An jedem 1. Samstag im Monat; <sup>4</sup> Nur für Bewohner:innen und ihre Besucher:innen

## In anderen Sprachen (in der Regel sonntags)

Albanisch	St. Michael, DI–FR 9.00, SA 10.00, 1. FR im Monat 18.30
Englisch	Peterskapelle, SA 17.30 St. Karl, Unterkirche, 2. SA im Monat 17.30 (philippinischer Priester)
Italienisch	Jesuitenkirche 11.30; St. Theodul, Littau 18.00 St. Paul, DO 17.30
Kroatisch	St. Karl 12.00
Polnisch	St. Karl, Unterkirche 17.00, ausser 1. SO im Monat
Portugiesisch	St. Mauritius, Emmen (Kirchfeldstrasse 2) 11.30
Spanisch	Kirche Mariahilf 11.00; 2. und 4. DO im Mt. 18.00
Tamilisch	St. Karl, Unterkirche, 2. SO im Mt. 11.00; 4. FR im Mt. 19.00
Byzantinisch	St. Maria zu den Franziskanern, 16. 3. 18.00

## Kapuzinerkloster Wesemlin

Sonntag, 9. März, 10.00, Eucharistiefeier, Bruder Josef Regli

Mittwoch, 12. März, 8.00, Eucharistiefeier, anschliessend Beten für die Familien

Sonntag, 16. März, 10.00, Eucharistiefeier, Bruder Sleeva Chinnabathini

## Dies und das

## Friedenstänze

Zu einfachen Liedern aus verschiedenen spirituellen Traditionen der Erde wird getanzt und gesungen. Eingeladen sind alle mit oder ohne Tanzerfahrung. Maya Probst Helfenstein und Bernadette Blum-Elsener leiten die Tanzabende. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

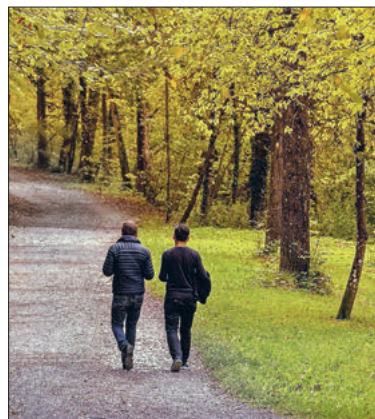
MO, 10. März, 19.00–20.30, Quartierzentrum Wesemlin, Landschaftstrasse 6; Infos: [friedenstaenze.ch](http://friedenstaenze.ch); Kollekte

## Erzählcafé 55 plus

Unter dem Motto «Erinnern – Erzählen – Zuhören» sind Frauen und Männer ab 55 Jahren zum Erzählcafé eingeladen. Die Themen sind in sich geschlossen. Am 17. März findet der Anlass zum Thema «Was lösen Musik, Stimmen oder Geräusche in mir aus?» statt. MO, 17. März, 9.00–11.00, Pfarreihaus St. Karl, Spitalstrasse 93

## Männerpalaver

Palavern ist mehr als blosses Herumreden. Herunterfahren, loslassen, Zeit und Raum geniessen. Im Kreis von Männern jedes Alters zusammensitzen und hören, was andere denken. Das Wort wandert im Kreis, am 19. März zum Thema «Was bin ich wert? Gehöre ich dazu?». MI, 19. März, 19.30–21.30, Feuerstelle im Wald Dreilindenpark / Konsipark, Dreilindenstrasse 93; ab 19.00 mit Apéro; Infos: [maennerpalaver.ch](http://maennerpalaver.ch)



Im Gespräch sein.

Foto: Pixabay/LN\_Photoart



Das Sarner Jesuskind im Benediktinerinnenkloster. Foto: Andrea Moresino

## Wallfahrt zum Sarner Jesuskind

Am 20. März findet die Monatswallfahrt (früher Luzernerwallfahrt) zum Sarner Jesuskind statt. Ab 13.45 Uhr wird der Rosenkranz gebetet, und es besteht eine Beichtgelegenheit. Die Eucharistiefeier beginnt um 14.30 Uhr. DO, 20. März, 13.45 Rosenkranz / Beichtgelegenheit, 14.30 Eucharistiefeier, Benediktinerinnenkloster Samen; weitere Termine: 24. April / 15. Mai / 26. Juni / 17. Juli / 21. August / 18. September / 16. Oktober / 20. November / 18. Dezember

## Flohmarkt

Kinderkleider, Spielsachen sowie Baby- und Kinderartikel erhalten eine zweite Chance. SA, 15. März, 9.00–11.30, Paulusheim, Moosmattstrasse 4

## Figurentheater – Der Abfallkobold

Baschtel, der Abfallkobold, hat sich aus Abfallprodukten ein Haus, ein Auto und vieles mehr gebaut. Leider wohnen im Land nebenan zwei Gruselbolde, die allen Abfall in den Garten von Baschtel hinüberschaufeln. So droht sein Häuschen langsam im Abfall zu versinken. Was soll der Kobold gegen die uneinsichtigen, frechen Kerle machen? Ein Figurentheater für Klein und Gross.

Dauer: circa 90 Minuten  
SO, 16. März, 13.30, Pfarreisaal St. Leodegar; Reservationen möglich unter: 041 229 95 00 oder [st.leodegar@kathluzern.ch](mailto:st.leodegar@kathluzern.ch)



## Zeichen der Zeit

### Heilfastenwoche vor Ostern



#### Der Mensch als Samenkorn.

Foto: Martin Manigatterer / pfarrbriefservice

Im Kapuzinerkloster Wesemlin findet vom 20. bis 27. März eine gemeinsame vorösterliche Heilfastenwoche statt. Heilfasten ist eine traditionelle und bewährte Methode zur Regeneration von Körper und Seele; aus der Tretmühle eingefahrener Gewohnheiten ausbrechen, gewissermassen die innere Ordnung wiederherstellen und einen Neuanfang finden. Die täglichen Meditationen gestaltet Bruder Pascal Mettler jeweils mit Betrachtungen zum Leben und Werk von Schwester Silja Walter.

DO, 20. bis DO, 27. März, 19.30–21.00, Kapuzinerkloster Wesemlin; Anmeldung und Unterlagen: Bruder Pascal Mettler, 079 231 93 84 oder pascal.mettler@kapuziner.org; Kosten: 20 Franken (bitte bar); Infos: klosterluzern.ch

### Matinée zu Sankt Patrick



#### Die Band «The Led Farmers» spielt an der Matinee. Foto: zvg

«Ich bin zwei Jahre in den Wald gegangen, weil ich das Leben in vollen Zügen geniessen wollte, ihm das Mark aus den Knochen saugen und so herzhaft und einfach leben, dass alles, was nicht lebendig wäre, in die Flucht geschlagen würde.» Henry David Thoreau

In der Matinee in der Kirche St. Johannes liest Franz Szekeres Texte von Henry David Thoreau aus den Büchern «Walden», «Tagebuch I» und «Ziviler Ungehorsam». The Led Farmers gestalten die Feier musikalisch. Im Anschluss gibt es Guinness, Wein und Live-Musik. Kollekte SO, 16. März, 10.30, Kirche St. Johannes, Schädritenstrasse 26

## Herausgepickt

### Romerotage vom 20. bis 24. März

Der Hunger ist in vielen Teilen der Welt wieder auf dem Vormarsch. Das hohe Ziel der UNO, alle Menschen bis 2030 angemessen zu ernähren, ist in weite Ferne gerückt. Die Romerotage widmen sich in unterschiedlichen Veranstaltungen diesem Thema:

Donnerstag, 20. März, 19.15, Neubad Luzern (Bireggstrasse 36): «Das Geschäft mit der Armut», ein Film über Lebensmittelkonzerne und deren Auswirkungen auf die arme Bevölkerung im globalen Süden

Freitag, 21. März, 17.30–20.30, Romerohaus (Kreuzbuchstrasse 44): «Hunger frisst Zukunft», Themenabend mit Gästen aus Indien und Honduras. Mit Imbiss. Anmeldung bis 16. März erforderlich unter: comundo.org/romerotage

Sonntag, 23. März, 10.00, Kirche St. Karl (St.-Karl-Strasse 23): «Oscar Romero



Jetzt – Handeln für das Recht auf Nahrung. Foto: AkulininaOlga

und der Hunger nach Gerechtigkeit», Sonntagsgottesdienst zum Gedenken an den Todestag von Oscar Romero Montag, 24. März, 19.30, Romerohaus: «Die Wut im Bauch – Kraft der Veränderung», politisches Nachtgebet

Mittwoch, 19. März, bis Montag, 24. März, jeweils um 12.12, Peterskapelle (Kapellplatz 1a): «zwölfnachzwölf», Innehalten kurz nach Mittag – mit Impulsen zum Thema der Romerotage Infos: comundo.org/romerotage

## Kurzhinweise

### Führung Luzerner Stiftsschatz

Der Luzerner Stiftsschatz gehört zu den ältesten und bedeutendsten sakralen Schätzen der Schweiz. Seit 2018 ist er wieder ausgestellt und durch Führungen allgemein zugänglich gemacht. 2023 wurde die Schatzkammer aufwendig restauriert und erstrahlt seither in neuem Glanz. Urs-Beat Frei, Spezialist für Sakralkunst, führt durch die Schatzkammer.

DI, 11. März, 19.15, Hofkirche; Treffpunkt: vor der Sakristei (dritte Türe auf der rechten Seite der Kirche); Eintritt frei, Kollekte; Infos: luzern-kirchenschatz.org

### Digitaler Minimalismus

Wie können wir unsere digitale Welt so gestalten, dass sie uns bereichert, statt uns auszulaugen? Dieser 60-minütige Workshop widmet sich den Prinzipien der digitalen Achtsamkeit, und es werden erste Strategien erarbeitet, um das eigene Nutzungsverhalten bewusster zu steuern. Der Workshop richtet sich an alle, die ihr digitales Leben neu ausbalancieren möchten. Der kostenlose Anlass wird von Anna Miller, Autorin, Psychologin und Expertin für Digitale Achtsamkeit geleitet.

MI, 12. März, 12.00–14.00, Peterskapelle

### Predigtdiskussion

Die Pfarrei St. Paul startet am 16. März die «Predigtdiskussion». Dieses neue Format richtet sich an all jene Gottesdienstbesucher:innen, die miteinander über das Predigtthema vertieft ins Gespräch kommen möchten. Im Anschluss an den Gottesdienst. Keine Vorkenntnisse notwendig.

SO, 16. März, circa 11.15–12.00, Paulusheim, Moosmattstrasse 4

### Interkulturelles OYA Frauenfest

Die OYA interkulturelle Frauengruppe Luzern organisiert ein Frauenfest im Maihof. SA, 22. März, ab 12.00, Der Maihof, Eintritt: fünf Franken, weitere Infos und Anmeldung: Jovanka Brusin, 079 231 63 93, info@verein-philila.ch, verein-philila.ch

### Offene Stellen

Die aktuellen Stellenangebote und Anstellungsbedingungen der Katholischen Kirche Stadt Luzern: [kathluzern.ch/stellen](http://kathluzern.ch/stellen)

Durch das Scannen des QR-Codes gelangen Sie direkt zu den aktuellen Stellenangeboten.



## Vorschau

### Heilfasten

Vom 29. März bis 5. April gibt es in der Peterskapelle die Möglichkeit des gemeinsamen Heilfastens. Es wird nach der Buchinger-Methode gefastet – eine Woche Verzicht, die Geist und Körper erneuert. Jeden Mittag ist ein Treffen mit Impuls im «zwölfnachzwölf» in der Peterskapelle vorgesehen mit anschliessendem Austausch in den Räumen der Christuskirche. Am 5. April wird gemeinsam das Fastenbrechen gefeiert.

SA, 29. März bis SA, 5. April, Peterskapelle; Infos und Bewerbung bei Meinrad Furrer: [meinrad.furrer@kathluzern.ch](mailto:meinrad.furrer@kathluzern.ch)

### Begegnung mit Bea

Die 63-jährige Bea wächst wohlbehütet in den Bündner Bergen auf und fand sich als junge Erwachsene in der Hölle des Zürcher Platzspitzes wieder. Später kommt sie nach Luzern und zieht unter prekären Verhältnissen drei Buben gross. Sie arbeitet bis heute auf der Chilbi. An diesem Abend teilt sie ihre Erfahrungen von «zu viel» und «nichts». Sie weiss, was Masslosigkeit und unfreiwilliger Verzicht bedeuten. Das Gespräch führt Valentin Beck, Pfarreiseelsorger. Mathias Inauen begleitet den Abend musikalisch.

DO, 3. April, 19.00, Paulusheim

## Zitiert

## Ausgebeutet

Nicht nur die Erde wird gefressen  
 von den Mächtigen  
 Sie verleiben sich die Armen ein  
 lassen sie arbeiten  
 für Rohstoffe  
 für unseren Wohlstand  
 ohne Rücksicht  
 auf Menschenrechte  
 Schöpfungsrechte  
 Kinderrechte  
 Frauenrechte  
 ausgebeutet werden sie  
 Denn ein Menschenleben gilt nicht viel  
 denen  
 die Profit über alles stellen

Dorothee Becker

Aus: *Damit alle eine Zukunft haben,*  
*Meditationen 2025 zum Hungertuch,*  
*Fastenaktion/Heks*

## Impressum

Amtliches Publikationsorgan;  
 erscheint vierzehntäglich

Herausgeberschaft:

  
 Katholische Kirche  
 Stadt Luzern

Katholische Kirchgemeinde Luzern  
 Brünigstrasse 20, 6005 Luzern

  
 Katholische Kirche  
 Reussbühl  
 St. Philipp Neri

Katholische Kirchgemeinde Reussbühl  
 Obermättlistrasse 1, 6015 Luzern

  
 Römisch-katholische  
 Kirchgemeinde Littau

Katholische Kirchgemeinde Littau  
 Gasshofstrasse 2, 6014 Luzern

Auflage: 20 000.  
 Redaktion allgemeiner Teil: Andrea Moresino.  
 Abbestellungen oder Umadressierungen  
 richten Sie bitte an Ihre Pfarrei.  
 Adresse der Redaktion:  
 Brünigstrasse 20, 6005 Luzern;  
 andrea.moresino@kathluzern.ch.  
 Redaktionsschluss Nr. 7/2025: 17. März

## Blickfang



Heiligenstöckli mit besonderen Bildsymbolen. Fotos: Andrea Moresino

## Verkehrsschilder mal anders(wo)

am. Da musste ich zweimal hinschauen. Verkehrszeichen auf einem Heiligenstöckli? Ich musste mich konzentrieren, dass mich dieser Anblick an einer grossen Kreuzung in Graz nicht vom Strassenverkehr ablenkt. Der zweite Blick offenbarte: In jedem der Verkehrsschilder sind christliche Symbole versteckt. Das «X» im Halteverbotsschild wurde etwas gerückt und zu einem Kreuz. Das blaue Parkschild wurde zu einem Christussymbol: X und P, die griechischen Buchstaben Chi (X) und Rho (P) sind die beiden Anfangsbuchstaben für den Namen Christus. Und die Flamme im Hauptstrassenschild scheint den Heiligen Geist zu symbolisieren. Liebe Leserin, lieber Leser, Sie dürfen in aller Freiheit die Bilder mit dem Text darunter für sich selbst in Zusammenhang setzen.

### Was mich bewegt

#### Freude als Haltung

Beim Besuch einer kleinen Klostergemeinschaft am Tag des heiligen Don Giovanni Bosco (1815–1888) feierten wir die Eucharistie. Die Lesung begann mit den Worten: «Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch!» (Phil 4,4) Diese Worte passen zur Lebenshaltung von Don Bosco, der ein froher Priester war. Seine Freude war ansteckend, und er bewahrte sie auch in schweren Zeiten. Es war keine oberflächliche Freude, sondern eine Grundhaltung – genährt durch ein Leben mit Jesus Christus und Liebe zu den Menschen, vor allem Jugendlichen. Ein bekanntes Zitat von ihm lautet: «Fröhlich

sein, Gutes tun und die Spatzen pfeifen lassen.»

Als Getaufte sind wir eingeladen, Dienerinnen und Diener der Freude zu sein (vergleiche 2 Kor 1,24). Auf dem Totenbild eines Priesters unseres Bistums, dem ich viel verdanke, steht: «Herr, schenke mir vor allem die Gabe, mich von Herzen freuen zu können.» Wie oft hörte ich seinen Gruss: «Welche Freude ...!»

Zwar ist es nicht immer einfach, die Haltung der Freude zu bewahren, doch es ist möglich, wenn wir die (vielleicht verschütteten) Quellen der Freude in uns wieder freilegen – gerade als Gläubige. Daher: «Freut euch im Herrn zu jeder Zeit!»

Josef Stübi, Weihbischof

### Buchtipps

#### Ihm glaube ich Gott

Dieser Band vereint die vielgestaltige Auseinandersetzung von Kurt Marti mit Jesus: Aphorismen, Essays, Gedichte und Prosa.

Kurt Marti, *Ihm glaube ich Gott, Über Jesus*, Theologischer Verlag 2024, 230 Seiten, 28 Franken

### Schlusspunkt

Bildung ist die mächtigste Waffe, um die Welt zu verändern.

Nelson Mandela (1918–2013),  
 Südafrikanischer Politiker und Aktivist