Federazione donne evangeliche in Italia (fdei)

Fascicolo interno a RIFORMA n. 44 del 20 NOVEMBER 2026 Reg. Trib. Pinerolo n. 176/1951. Resp. ai sensi di legge: Alberto Corsani
Edizioni Protestanti srl, via San Pio V n. 15, 10125 Torino Stampa: Comgraf Società Cooperativa Quart (Ao)

(UN-) ABHÄNGIG?

DAS PARADOX DER FRAUEN HEUTE

16 Tage gegen Gewalt

Vom 25.November bis zum 10. Dezember

1976
2026

YEARS WITHOUT CEASE

FEDERAZIONE DONNE EVANGELICHE IN ITALIA

Inhaltsverzeichnis

25. NOVEMBER
Wenn der traumprinz deine träume zerstört.....seite 2
26. NOVEMBER
Das museum des selbst: digitaler narzissmus und ich-fragmentierung.....seite 3
27. NOVEMBER
Immer verbunden – immer allein.....seite 4
28. NOVEMBER
Die anatomie der leere.....seite 5
29. NOVEMBER
Die unbeugsame unabhängigkeit der afghanischen frauen.....seite 6
30. NOVEMBER
Mamme no pfas - mütter gegen pfas.....seite 7
1. DEZEMBER
Bildung, die unabhängigkeit schafft.....seite 8
2. DEZEMBER
Eine unsichtbare sklaverei.....seite 9
3. DEZEMBER
Gesehen werden, eine stimme haben, wählen können.....seite 10
4. DEZEMBER
Versteckte abhängigkeiten und alkohol.....seite 11
5. DEZEMBER
Die einen und die anderen.....seite 12
6. DEZEMBER
Glücksspiel.....seite 13
7. DEZEMBER
Frauen heilen.....seite 14
8./9. DEZEMBER
Endometriose, ein unsichtbarer schmerz seite 15
10. DEZEMBER
Wählen und gewählt werden.....seite 16

Die 16 Tage erstrecken sich vom 25. November, dem Internationalen Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen, bis zum 10. Dezember 2026, dem Welt-Tag der Menschenrechte.

Einleitung

Im Jahr 2026 hat FDEI (Verband evangelischer Frauen in Italien) zwei wichtige Jahrestage zum Anlass genommen, um sich mit den damit zusammenhängenden Fragen auseinanderzusetzen: den 80. Jahrestag des Frauenwahlrechts in Italien (Juni 1946) und das 50-jährige Bestehen von FDEI (Mai 1976). Dazu wurde eine Podiumsdiskussion zum Thema "Frei wählen, frei sein" veranstaltet. In diesem Heft möchten wir diese Überlegungen weiterführen und vertiefen, im Hinblick darauf, dass eine freie Entfaltung und die wahre Selbstbestimmung der Frauen noch nicht erreicht ist, dass die Befreiung der Frauen und der gesamten Gesellschaft noch nicht vollzogen ist und in einigen Fällen sogar einige Rückfälle erlitten hat. "Die Befreiung – schreibt die Philosophin Ágnes Heller – ist die Voraussetzung für die Freiheit selbst. Die Befreiung hängt nicht nur davon ab, wer sich befreit, sondern auch von ihm oder ihr (...). Die Frauen können sich von der Bestimmung durch den männlichen Blick befreien, aber das ist in einem gewissen Sinn nur eine negative Freiheit. Nur die Selbstbestimmung ist positive Freiheit." (À. Heller, Il lungo cammino delle donne. Dall'emancipazione alla partecipazione, Lit Edizioni, 2018, S. 12-13).

Andererseits stimmt es auch, dass es den Frauen oft nicht bewusst ist, dass sie noch 'Sklavinnen' sind. Das Paradoxon liegt in der unsichtbaren, aber tiefen Kluft, die die am Papier errungenen Rechte von der alltäglich gelebten Realität trennt. Im letzten Jahrhundert haben die Frauen die Geschichte neu geschrieben und das soziale Gleichgewicht neu gestaltet, indem sie das Wahlrecht errungen, Hürden in Bildung und Arbeit überwunden und Führungsstellen in Politik, Wissenschaft und Wirtschaft eingenommen haben. Sie haben damit zumindest formell die einstmals als Utopie geltende rechtliche Gleichstellung erreicht.

Dennoch verbirgt sich hinter dieser Fassade der Emanzipation und objektiven Selbständigkeit eine tief verwurzelte, oft stillschweigende psychologische, kulturelle und ökonomische Unterordnung unter die Männer. Es stellt sich somit die Frage, ob wir wirklich unabhängig sind oder ob wir noch von nie vollständig abgebauten patriarchalen Strukturen abhängen?

Das Heft dieses Jahres entsteht aus dem Willen, dieses Paradoxon aufzudecken und zu erforschen, und ebenso aus der echten, starken Überzeugung, dass es Frauen gibt, die sich weder körperlich noch geistig unterdrücken lassen, wie die Frauen mit Behinderung auf Seite 10 und die afghanischen Frauen auf Seite 6.

In jedem Zeitalter gelang es vielen Frauen, die Realität ihrer Zeit zu entschlüsseln, persönliche Einschränkungen in Sprungbretter für eigenständige, revolutionäre Wege zu verwandeln und die Fähigkeit zu entwickeln, neue Bahnen einzuschlagen, wenn ihnen die ausgetretenen Pfade versperrt waren. Heute sind es die Frauen, die hartnäckig ihren Platz in der Welt verteidigen, die ihre Unabhängigkeit zu einer geistigen Haltung machen, die einen kritischen Sinn entwickelt haben und damit „Nein" sagen zu vorgefertigten Modellen oder aggressiven, asymmetrischen Beziehungen. Denn es genügt nicht, den öffentlichen Raum erobert zu haben, wenn in der Privatsphäre weiterhin Raum für Asymmetrie und Missbrauch bleibt. Wir laden euch daher ein, gemeinsam mit uns eine Reise der Entdeckung und der Bewusstseinsfindung durch diese Seiten zu unternehmen. Das heutige Paradoxon überwinden bedeutet für uns Frauen, das rechtlich verankerte Konzept der Unabhängigkeit in voll gelebte Wirklichkeit umzusetzen. Es bedeutet, die neuen Generationen so zu erziehen, dass sie in Beziehungen leben können, die auf Gegenseitigkeit und gleicher Würde beruhen, damit keine Frau mehr mit Unterwerfung – oder schlimmer, mit dem Leben – den Preis für ihre Freiheit bezahlen muss.

Mirella Manocchio
Vorsitzende Fdei

25 NOVEMBER 2026

Wenn der traumprinz deine träume zerstört



BUCH: Carmela Mento, Giovanna Spatari, Maria Rosaria Anna Muscatello, *Gabbie di Parole – Il linguaggio della violenza psicologica*, Franco Angeli Edit.

FILM: *Der Unsichtbare – Leigh Whannell, 2020*
Öffne meine Augen – Icíar Bollaín, 2003

FRAGEN
Für eine Diskussion
Wie oft verwechseln wir Kontrolle und Besitz mit Liebe? Schenken wir einer Frau, die sich als Opfer von Gewalt fühlt, aber keine blauen Flecken zeigen kann, genügend Beachtung?

Nicht nur Schläge können verletzen, sondern auch Worte, Verhaltensweisen und Blicke.

Gewalt in einer Liebesbeziehung beginnt oft auf sehr subtile Art, mit einer großen Leidenschaft und emotionsgeladenen Worten. Er gibt seiner Geliebten das Gefühl, etwas ganz Besonderes, Einzigartiges und Außergewöhnliches zu sein, und sagt ihr, dass nur sie ihn verstehen kann. Doch mit der Zeit nimmt er immer mehr Platz ein, rückt in den Mittelpunkt und wechselt zwischen zärtlichen Momenten und Kälte, zwischen Liebkosungen und eisigem Schweigen. Und dann beginnt er mit Erniedrigungen und Beleidigungen, mit Worten, die sie so sehr demütigen, dass sie sich fehl am Platz, unfähig und dumm fühlt.

Am Anfang ist es nicht leicht, psychologische Gewalt zu erkennen und das Verhalten des Partners zu verstehen. Dann beginnt die Frau, an sich selbst zu zweifeln und denkt, dass sie seinen Ärger vielleicht hätte vermeiden können, dass sie vielleicht mehr tun müsste. Aber gerade dies ist der Mechanismus des manipulativen Mannes: Er stellt sich in den Mittelpunkt und bestimmt, wie alles zu funktionieren hat, einschließlich des Lebens seiner „eigenen" Frau. Er kontrolliert sie (Uhrzeiten, Geld, Freundschaften, Telefon), er kritisiert sie (Wie hast du dich denn angezogen? Was hast du wieder angestellt?), würdigt sie herab (du bist immer dieselbe, du schaffst es sowieso nicht, wenn ich nicht da wäre….), er weist ihr die Schuld zu (du hast mich genervt, es ist alles deine Schuld, du tust nicht genug für mich) und bringt sie dazu, an ihrer eigenen Realitätswahrnehmung zu zweifeln (du denkst dir einfach alles aus, das ist nie geschehen, du übertreibst…).

Wenn die Frau dann die Gewalt dieser Mechanismen erkennt, gelingt es ihr oft nicht, sich davon zu befreien und ihn zu verlassen, obwohl sie darunter leidet, da sie von ihm abhängig geworden ist. Warum? Nicht weil sie dumm oder masochistisch veranlagt ist, sondern weil noch immer die Vorstellung vorherrscht, dass Liebe mit Ertragen und Aufopferung verbunden ist, und weil sie sich vielleicht so stark nach Liebe sehnt, dass sie auch eine toxische Beziehung akzeptiert. Vielleicht hofft sie, die anfängliche Leidenschaft wiederzufinden; vielleicht ist sie so stark von ihrer Unfähigkeit überzeugt, dass sie fürchtet, es alleine nicht zu schaffen. Es gibt nur einen Ausweg: einen ersten Schritt setzen, das Schweigen brechen, um Hilfe bitten und sich an ein Anti-Gewalt-Zentrum wenden.

BIBELVERS

Fürchte dich nicht, ich bin mit dir; verzage nicht, denn ich bin dein Gott. Ich stärke dich, ich helfe dir auch, ich halte dich durch die rechte Hand meiner Gerechtigkeit. (Isaia 41,10 (RV 2020))

KOMMENTAR

Von einer Frau, die Opfer von Gewalt ist, verlangt Gott nicht, dort zu bleiben, wo sie verletzt wird, um sich selbst oder den anderen zu beweisen, wie stark sie ist. Er sagt zu ihr: "Fürchte dich nicht: ich bin es, der dich stützt und dir Kraft gibt (Jesaja 41,10). Die Kraft, aus einer gewalttätigen Beziehung auszubrechen, entsteht nicht aus der Fähigkeit, noch länger zu ertragen, sondern aus dem Bewusstsein, dass Gott jeden Schritt in Richtung Freiheit, Sicherheit und Frieden begleitet. Um Hilfe zu bitten, sich von Gewalttätigkeit zu distanzieren, sein eigenes Leben und Herz zu bewahren sind keine Zeichen von Schwäche oder mangelndem Glauben, sondern – im Gegenteil – konkreter Ausdruck von Mut und Vertrauen, mit denen die von Gott angebotene Hilfe angenommen wird.

GEBET

Gott, Du bist denen nahe, die ein gebrochenes Herz haben. Begegne den durch Gewalt verletzten Frauen mit Liebe und schenke ihnen den Mut, um Hilfe zu bitten, sich zu schützen und Freiheit und Frieden wiederzufinden. Stelle ihnen Menschen zur Seite, die fähig sind, ihnen zuzuhören und sie zu stützen. Befreie sie von Angst und Schuldgefühl und mache ihnen bewusst, dass sie wertvoll, geliebt und frei sind. Amen

26 NOVEMBER 2026

Das museum des selbst: digitaler narzissmus und ich-fragmentierung



Die Obsession des digitalen Selbst und die Abhängigkeit junger Frauen von den sozialen Medien lassen sich aus kunstpsychologischer Sicht als modernes "Narzissmus-Syndrom" interpretieren, bei dem der Bildschirm des Smartphones den Wasserspiegel des Mythos ersetzt. Die zwanghafte Suche nach ästhetischer Bestätigung, in Likes und sofortigen Interaktionen gemessen, ist nichts anderes als eine Ich-Fragmentierung in einer permanenten, virtuellen Museumsausstellung, die jederzeit für jeden zugänglich ist.

In der klassischen Porträtmalerei, wie bei Artemisia Gentileschi und Frida Kahlo, war der weibliche Körper ein mächtiges Instrument der Selbstreflexion, wodurch Traumata, Macht oder profunde Identität zum Ausdruck gebracht wurden. Heute kehrt die „Selfie-Kultur" dieses Paradigma um. Der Körper ist nicht mehr Subjekt eines Kunstwerks, das eine intime Wahrheit vermittelt, sondern Objekt eines durch digitale Filter veränderten seriellen Designs, dessen Züge nach den ästhetischen Maßstäben verändert werden, die von Algorithmen vorgegebenen sind.

Dieser visuelle Kurzschluss führt zu einer psychischen Dissoziation: Die junge Frau tritt gleichzeitig als Kuratorin und als Kunstwerk der eigenen virtuellen Galerie auf. Diese mit der andauernden „Ausstellung" verbundene Leistungsangst verursacht Abhängigkeit. Wie in einem kubistischen Gemälde spaltet sich das Selbstbildnis in Tausende digitaler Fragmente, die bei Publikum gut ankommen, während das wirkliche Ich ausgehöhlt wird und gefangen ist im ständigen Bedürfnis, von außen gesehen zu werden und so die eigene soziale Existenz bestätigt zu wissen.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Wie kann uns der Glaube helfen, unser Selbst wiederzufinden, abseits der Blicke anderer?

BIBELVERS

„Alles ist mir erlaubt, aber nicht alles dient zum Guten. Alles ist mir erlaubt, aber ich nichts soll Macht haben über mich" (1 Korinther 6,12)

KOMMENTAR

Es ist nicht leicht, die Grenze zu erkennen zwischen dem gleichgültigen "es ist erlaubt" und dem, was für das Leben nützlich ist, für das, was wirklich zählt, nämlich das spirituelle Leben. Alleine verirren wir uns in einem Labyrinth von Entscheidungen, die auf den ersten Blick alle leicht und erfolgversprechend erscheinen. Auf dem großen Markt der Kommunikationsmittel scheint alles sofort erreichbar, birgt aber Tücken. Besonders junge Frauen sind der Unsicherheit und der Gefahr ausgesetzt, sich unter den vielen angebotenen Identitätsmodellen zu verirren, von einem Selfie zum nächsten, bis sie sich vom Blick der anderen beherrschen lassen. Aber „das Wort des Herren ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Wege" (Psalm 119,105). Auch auf den verschlungensten Wegen gibt es uns die Richtung vor und macht jede von uns frei, sich selbst zu sein.

GEBET

Wir bitten Dich, Herr, erleuchte uns; wir bitten dich für unsere so verletzlichen, aber auch starken, mutigen und ängstlichen jungen Mädchen, die voll Energie stecken und so viele Träume haben, die in einer Welt leben, die so viel zu geben scheint, aber auch so viel nimmt. Wir legen ihre Jugend in Deine Hände, damit Du sie schützt, sie fliegen lässt und ihre Flügel nicht stutzt, sie nicht fallen lässt und ihnen – sollten sie dennoch fallen – hilfst, wieder aufzustehen und zu gehen. Wir vertrauen Dir ihre Zukunft an, damit sie in Freiheit und mit dem Bewusstsein von Rechten und Pflichten leben können. Hilf ihnen, keine Angst vor der Liebe zu haben und auch dann den Mut zum Sprechen aufzubringen, wenn sie unbequem und in der Minderheit sind; zuzuhören, ohne Urteile zu fällen, für Gerechtigkeit einzutreten und Mitleid zu fühlen. Amen.

27 NOVEMBER 2026

Immer verbunden – immer allein



“Als ich in einem See in der Nähe von Ivrea badete, wurde mir mein Rucksack gestohlen. Ich habe alles verloren: Handy, Ausweise, Schlüssel, Brille. Sehr niedergeschlagen machte ich mich auf den Heimweg, mit nichts als einem 10-Euro-Schein in der Hand, den mir eine Freundin für den Kauf der Zugfahrkarte geliehen hatte. Da kam mir ein seltsamer Gedanke: “Das ist meine Chance! Ich habe keine Ausweise, keine Identität! Niemand kann mich finden, mich lokalisieren… ich bin offline und frei!”. Ein Schwindelgefühl kam in mir hoch, der Tag war ja auch ziemlich stressig verlaufen…”

Dass uns die technologische Hyperkonnektivität weniger frei, einsamer und unglücklicher macht, ist eine sehr ernstzunehmende Hypothese. In dem am dichtesten vernetzten Zeitalter der Geschichte nimmt das Gefühl der Einsamkeit ständig zu. Die italienische Psychologenkammer hat erfasst, dass 55% der Patienten Chatbots als “Ersatz” für den Psychologen nutzen und ihr psychisches Gleichgewicht somit einer Maschine anvertrauen. Was aber am meisten Sorgen macht, ist der Verlust der Verbindung mit sich selbst. Der Algorithmus, den wir mit Daten füttern und der unsere Vorlieben und Geschmacksrichtungen kennt, kann unserer widersprüchlichen Komplexität niemals gerecht werden, sondern reflektiert ein erstarrtes Bild von uns selbst, wie ein trüber Spiegel. Wie Pietro Del Soldà in “Amore e libertà” (Liebe und Freiheit) schreibt, laufen wir Gefahr, dass wir “die Hegemonie über unser Leben einer digitalen Identität anvertrauen, die die Komplexität unserer Psyche drastisch vereinfacht”. Diese Komplexität kann aber bei unvorhergesehenen Begegnungen mit Menschen und in Umgebungen zum Vorschein kommen, die ganz anders sind als wir selbst und die uns kein Algorithmus je präsentieren kann. Wir kommen dadurch in Verbindung mit dem, was in uns selbst weniger “nachverfolgbar”, verborgen und abenteuerlich ist. Und bei der Auseinandersetzung mit dem Andersartigen ist man niemals allein.

Wir stecken in einem unsichtbaren Netz von Stimmen aus aller Welt, die ständige Nähe versprechen. Und dennoch empfinden wir inmitten dieses unaufhörlichen Vernetztseins eine starke, tiefe Einsamkeit, die Einsamkeit dessen, der vor den letzten Fragen steht, auf die Tausende von Kontakten keine Antwort kennen: der Sinn des eigenen reellen, nicht virtuellen Lebenswegs, die Bedeutung von Entscheidungen, die Gegenwart von Schmerz und Tod.

BIBELVERS

“Vater, nicht mein, sondern Dein Wille geschehe” (Lukas 22,42)

KOMMENTAR

Genau das hat Jesus in Gethsemane erlebt. Auch er war von Beziehungen umgeben, verbunden mit dem Vater durch ein ewiges Band, mit den Jüngern an seiner Seite. Und dennoch fühlt er im entscheidenden Moment eine abgrundtiefe Einsamkeit, die Einsamkeit eines Menschen, der seine Friedensmission bis zum Ende durchlebt, ohne dem Schmerz zu entrinnen. Während die Jünger schlafen, sagt er: “Meine Seele ist betrübt bis an den Tod”.

Diese Erfahrung betrifft auch uns. Kein “Like” beantwortet existenzielle Fragen; keine digitale Verbindung ersetzt die physische Gegenwart von Menschen, die uns im Schmerz und in der Angst beistehen. Die sozialen Medien können Entfernungen überbrücken, aber unseren Schmerz nicht mitfühlen.

Aber Einsamkeit ist nicht unser Schicksal! In Gethsemane wird die Beziehung Jesu zum Vater nicht beendet, sondern durch Vertrauen gekrönt: “ Vater, nicht mein, sondern Dein Wille geschehe”. Es geht nicht darum, dem Bösen zu unterliegen, sondern Gott zu vertrauen, der auch in tiefster Nacht das Licht leuchten lässt. Wir brauchen nicht nur viele Kontakte, sondern die Gnade Gottes und wahre Verbindungen, die unsere Stille auch tiefster Dunkelheit ausfüllen können.

GEBET

Oh Gott der Liebe, in den Nächten voll Einsamkeit, wenn die Stille unser Herz schwer macht und wir nach einer freundlichen, helfenden Hand suchen, komm und nimm unsere Fragen, Gedanken und Ängste entgegen. Der Du Gethsemane erlebt hast, begleite unsere unsicheren Schritte und befreie uns von der Isolation, die die Hoffnung erstickt. Amen

FRAGEN
Für eine Diskussion
Was suchen wir auf dem Bildschirm, das wir die Menschen in unserer Nähe nicht zu fragen wagen?

28 NOVEMBER 2026

Die anatomie der leere





BUCH: Gabor Maté, *Im Reich der hungrigen* Geister (In the Realm of Hungry Ghosts), ein monumentales Werk, das Neurowissenschaften, klinische Psychologie und tiefe menschliche Empathie vereint.

DROGENABHÄNGIGKEIT: JULIANS STURZ NACH VORN

Julian war ein hervorragender Chemieingenieur und kannte die Dopaminrezeptoren im Gehirn ganz genau. Er wusste, was in seinem Nervensystem vorging, wenn er Mittel einnahm, um den Schmerz einer tragischen Scheidung und eines beruflichen Scheiterns zu betäuben. Jahrelang erlebte er die Abhängigkeit als Paradoxon: er kämpfte gegen sie mit wissenschaftlicher Rationalität und scheiterte jedes Mal.

Der Wendepunkt kam nicht dann, als er entschied, „stark“ zu sein, sondern als er den Mut aufbrachte, sich seiner eigenen Leere ohne Ausrede voll und ganz zu stellen. Eines nachts, als er ganz tief gefallen war, hörte er auf, die Schuld auf die Droge zu schieben, und stellte sich die verbotene Frage: „Wonach hungert meine Einsamkeit wirklich?“. Er erkannte, dass die Sucht der einzige Weg war, um sich eine „Existenzberechtigung“ zu verschaffen, ein Betäubungsmittel gegen das Urteil anderer und gegen seinen eigenen gnadenlosen Perfektionismus.

Julian hörte auf, die Sucht wie einen zu vernichtenden Feind zu behandeln, und begann, sie als Alarmglocke der Seele zu betrachten und darauf zu hören. Jedes Mal, wenn er das Verlangen spürte, nahm er es zur Kenntnis, statt es zu verdrängen, nahm es ins Gebet auf und brachte es vor Gott: „Herr, ich kann ohne Krücken nicht existieren, aber hier bin ich, brich Du dieses Brot des Elends“.

Es war kein gerader Weg, es gab Rückfälle und Momente tiefer Finsternis. Aber die Genesung begann, als er aufhörte, nach moralischer Perfektion zu streben, und begann, sich selbst in seiner Zerbrochenheit zu lieben. Die Chemie in seinem Gehirn änderte sich erst dann, als das Herz einen Platz fand, an dem es sich nicht mehr zu verstecken brauchte.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Sind wir in der Lage, denen beizustehen, die sich in ihrer Sucht isolieren, bevor die Einsamkeit zu einem Käfig wird?

BIBELVERS

Wenn ein unreiner Geist aus einem Menschen ausfährt, durchwandert er wasserlose Gegenden, um eine Ruhestätte zu suchen, findet aber keine. Dann sagt er: „Ich will in mein Haus zurückkehren, das ich verlassen habe“. Und er kommt und findet es leer, sauber und geschmückt. Dann geht er und nimmt sieben andere Geister mit sich, die noch schlimmer sind als er selbst. Sie ziehen dort ein und lassen sich nieder. Und die letzten Dinge jenes Menschen werden schlimmer sein als die ersten.

(Matthäus 12,43-45)

MEDITATION

Die Sucht – nach Nikotin, Drogen oder andere Ersatzmittel – wird oft als moralischer Makel oder mangelnde Willenskraft angesehen. Das ist eine bequeme kulturelle Lüge. Wer gegen eine Sucht kämpft, weiß genau, dass die Willenskraft existiert. Das Problem liegt vielmehr darin, dass sie sich erschöpft.

Der Text nach Matthäus liefert einen schonungslosen anthropologischen und spirituellen Schlüssel. Hirn und Seele dulden keine Leere. Wenn wir eine zerstörerisch Gewohnheit ausmerzen (wenn das Haus “sauber und geschmückt“ ist), aber den inneren Raum verwüstet zurücklassen, schreit diese Leere nach Vergeltung. Für Julian waren Droge oder Zigarette nicht nur chemische Suchtmittel, sondern eine existenzielle Prothese: der Stab, an dem sich die Seele festhielt, um vor lauter Schmerz, Angst oder Gefühl der Unzulänglichkeit nicht zu zerbrechen.

Einem süchtigen Menschen zu sagen “aufhören und Schluss damit” bedeutet, ihm die Prothese wegzunehmen und zu verlangen, auf Beinstümpfen einen Marathon zu laufen. Die Abhängigkeit lasst sich nicht bekämpfen, indem man gegen das Suchtmittel kämpft, sondern indem man den ontologischen Raum füllt, den es eingenommen hat. Solange die Leere nicht durch eine wirkliche Präsenz, durch einen größeren Sinn und eine Barmherzigkeit eingenommen wird, die uns in den Abgründen auffängt, versucht der Verstand, sie mit etwas anderem, oft Schlimmerem zu füllen. Die wirkliche Nüchternheit ist nicht das Fehlen von Gift, sondern die Fülle des Lebens.

GEBET

Herr Jesus, zerbrich die Fesseln der Drogen, befreie meinen Geist, heile mein Herz und gib mir wieder die Kraft, mich für das Leben zu entscheiden. Wenn ich schwach bin, stütze mich. Wenn ich falle, richte mich wieder auf. Wenn ich die Hoffnung verliere, zieh mich an Dich. Lass mich nicht Gefangener der Sucht bleiben, sondern mache mich frei, stark und fähig, neu anzufangen.Amen

29 NOVEMBER 2026

Die unbeugsame unabhängigkeit der afghanischen frauen





BUCH: *Dossier Afghanistan Ausgabe 2025 – I diritti negati delle donne afghane, herausgegeben von CISDA*. Kostenloser Download hier.

Wie lange kann sich eine Welt als zivil bezeichnen, wenn die Hälfte der afghanischen Bevölkerung vom öffentlichen Leben ausgeschlossen ist?

Die Lage der afghanischen Frauen ist eine der verheerendsten Folgen des Wiedererlangens der Macht durch die Taliban im Jahr 2021. Seitdem sind der Zugang zu Bildung und Arbeit, die Bewegungsfreiheit und die Teilhabe am öffentlichen Leben stark eingeschränkt. Durch die zunehmende Ausgrenzung sind die Grundrechte zu einer täglich neuen Eroberung geworden.

Trotzdem schafft sich die Selbständigkeit der Frauen weiterhin Raum. Heimlich lernen, von zuhause arbeiten, die Familie unterstützen und Wissen mit anderen Frauen teilen sind Formen des Widerstands, um eine Dimension der Unabhängigkeit zu bewahren. Es sind oft unsichtbare, aber grundsätzlich wichtige Gesten, um der vom Regime auferlegten Isolation entgegenzuwirken.

In dieser Hinsicht ist das Wirken von RAWA, Revolutionary Association of the Women of Afghanistan, besonders wichtig, die 1977 gegründet wurde, um die Rechte der Frauen zu verteidigen und eine demokratische Gesellschaft zu fördern. Mit Bildungs-, Gesundheits- und Sozialprojekten unterstützt sie die am stärksten benachteiligten Gemeinschaften und macht Bildung zu einem Instrument der Emanzipation.

Von Italien aus steht CISDA, Coordinamento Italiano Sostegno Donne Afghane, den afghanischen Frauenorganisationen zur Seite und unterstützt deren Projekte. Der Widerstand der afghanischen Frauen ist nicht nur eine Reaktion auf die Einschränkungen des Regimes. Es geht um ihren Willen, die Möglichkeit zu bewahren, weiterhin Entscheidungen treffen, Wissen erlangen und die eigene Zukunft aufbauen zu können. Wo Freiheit verwehrt wird, ist jede Form von Selbständigkeit ein Akt des Widerstands.

Bildung, Austausch und Arbeit können Instrumente der Freiheit und des Widerstands für Frauen sein, deren Rechte vom Regime eingeschränkt werden. Gilt dies aber auch für nicht fundamentalistische oder demokratische Kontexte? Warum hat die internationale Gemeinschaft im Namen der Normalisierung des frauenfeindlichen theokratischen Regimes der Taliban die afghanischen Frauen vergessen?

BIBELVERS

"Es wird eine Hütte sein zum Schatten am Tage vor der Hitze und Zuflucht und Obdach vor dem Wetter und Regen" (Jesaja 4,6)

MEDITATION

Manchmal erscheint uns das Leben wie eine glühend heiße Wüste oder ein heftiges Gewitter. Durch widrige Lebensumstände verlieren wir unser Gleichgewicht und unsere Lebenslust. Gott verspricht uns keine uneinnehmbare Festung, sondern schenkt uns eine einfache Hütte, die in den Augen der Welt vielleicht schwach erscheint, aber genügt, uns zu schützen. Im Kapitel 4 erzählt uns der Prophet Jesaja, dass Gott den Gläubigen nach Zeiten der Bedrängnis und Läuterung seinen Schutz verspricht. Er verbannt weder Gewitter noch Lebensschmerz, sondern schafft gerade in der ärgsten Bedrängnis durch seine Nähe einen Zufluchtsort, der uns oft ganz unauffällig umgibt. Vielleicht durch ein Gespräch oder eine unerwartete Lösung, eine emphatische Unterstützung oder ein stilles Gebet. Es sind die kleinen, alltäglichen Gesten, die unsere Seelen erleichtern und neue Hoffnung schöpfen lassen. Unsere Schwestern in Afghanistan, die sich wieder in einer extremen Situation befinden, in der ihnen jede Unabhängigkeit fehlt, brauchen vielleicht genau das, um weiterzuleben und zu kämpfen: ein Zeichen von Frauen aus anderen Teilen der Welt, die an sie denken und sie auch finanziell unterstützen. Ein solches kleines Zeichen kann den Unterschied ausmachen und wir dürfen nicht fehlen, ein solches Zeichen zu setzen.

GEBET

Unser Gott, wir bitten Dich nicht die Gräueltaten zu ändern, die die Menschen begangen haben. Wie könnten wir von Dir verlangen, das zu richten was der Mensch zerstört hat? Wir bitten Dich aber um Kraft und Mut, damit die Welt gerechter wird und die Frauen die Freiheit besitzen, über ihr eigenes Leben zu entscheiden. Amen

30 NOVEMBER 2026

Mamme no pfas - mütter gegen PFAS



Die PFAS-Kontamination im Veneto ist einer der schwersten Fälle von Umweltverschmutzung in ganz Europa. Ein Großteil der Provinz Vicenza und die Gebiete um Verona und Padua sind davon betroffen. Durch das Austreten perfluorierter Alkylsubstanzen aus dem Miteni-Werk in Trissino wurden Gewässer und Grundwasser auf einer Fläche von zirka 180 Quadratkilometern verseucht. Die Zahl der betroffenen Menschen könnte bei 350.000 liegen.

Unter den Vereinigungen, die gegründet wurden, um auf die Kontamination aufmerksam zu machen, hat sich "Gruppo mamme NO PFAS" (Gruppe der Mütter GEGEN PFAS) besonders engagiert. Sie wurde anfangs 2017 von einigen Müttern aus Vicenza angesichts der Ergebnisse der Biomonitoring-Untersuchungen ihrer Kinder gegründet, deren Kontaminationswerte das Zehnfache der Gefahrengrenzwerte überschritten. Über Schulen, Pfarreien und Bekanntenkreise nahmen sie mit anderen Müttern Verbindung auf und waren in kurzer Zeit mehrere Hunderte. Sie klopfen an viele Türen der Institutionen, sprechen mit Fachleuten, Parlamentsabgeordneten und Ministern bis hin zum Europäischen Parlament. Sie nehmen an allen Verhandlungen des Prozesses erster Instanz teil, der im Juni 2025 mit 11 Verurteilungen von Führungskräften von Miteni abgeschlossen wurde. Sie verfolgen nun mit großer Aufmerksamkeit die Sanierungsmaßnahmen und das Biomonitoring.

EMPFOHLENE SERIE: Toxic Town (Netflix). Britische Produktion, handelt von einer der schwersten Umweltkatastrophen Großbritanniens in Corby und dem Kampf einer Gruppe von Müttern.

EMPFOHLENER FILM: "Vergiftete Wahrheit" (Dark Waters, 2019) von Todd Haynes. Handelt von der wahren Geschichte des Rechtsanwalts Robert Bilott (Mark Ruffalo), der als Erster in den USA gegen DuPont wegen PFAS-Kontamination vorging.

FRAGEN Für eine Diskussion
Wie können wir die Fähigkeit von Frauen zur Zusammenarbeit stärken, um Umweltkrisen konkret zu bewältigen?

BIBELVERS

"Weh dem, der die Stadt mit Blut baut und eine Siedlung auf Unrecht gründet." (Habacuc 2,12)

KOMMENTAR

Der Westen befindet sich in einem materiellen und geistigen Sumpf voller Gewalt. Manche fragen sich in ihrem Gewissen, wo uns der vor fünfzig Jahren eingeschlagene Weg des "politisch Korrekten" oder - je nach Wahl - der "Alternativlosigkeit" geführt hat. Außer der Opposition gegen Aufrüstung, Militärdienst, Militarisierung und Krieg, die notwendig sind, um die Ausbeutung der Völker zu beschleunigen, ist die Gesundheit ein Thema, das vereinzelte, eher notfallartige als systemische Mobilisierungen gegen den gesteuerten Abbau des öffentlichen Gesundheitswesens, gegen Klimaerwärmung, Trockenheit und Umweltverschmutzung auslöst, die Krankheiten, Sterblichkeit und eine je nach sozialer Schicht unterschiedliche Lebenserwartung zur Folge haben. Ein Beispiel dafür ist das italienische Netzwerk Zero PFAS (zu dem im Veneto die Mamme noPFAS gehören). Diese giftigen Substanzen werden unter anderem auch in den Kühlkreisen der Rechenzentren für die künstliche Intelligenz verwendet.

Wir Frauen und Männer sind vollkommen abhängig von einer symbolischen Ordnung und einem nicht nachhaltigen, nekrophilen Entwicklungsmodell, dessen Träger wir zugleich sind. Man glaubt, dieses Modell ausgleichen zu können, ohne an den von Habakuk genannten Grundlagen anzusetzen. Und doch hält eine Vielzahl von Menschen guten Willens am Faden des Lebens mit Entschlossenheit und manchmal aus Verzweiflung fest. Werden die Kirchen von heute ein Wort der Befreiung verkünden und entsprechend reagieren können? Oder predigen und praktizieren sie einen Glauben ohne Hoffnung und einen Gott ohne Zukunft?

GEBET

Herr, hilf uns, daran zu denken, dass die Tore Deines Reichs weit offen stehen, auch wenn wir uns umsehen und dies nicht bemerken. Wir leben Tag für Tag, aber jeder neue Tag existiert, weil er auf die Zukunft ausgerichtet ist, und diese Zukunft bist Du, der Du den Tagen Sinn verleihst und uns den ewigen Horizont des Lebens mit Dir heute und bei Dir morgen aufzeigst. Amen



1 DEZEMBER 2026 - WELT-AIDS-TAG

bildung, die unabhängigkeit schafft


Foto Melkam edil

Die German Church School in Addis Abeba ist das erste inklusive Schulprojekt in Äthiopien. Die Schule wurde Anfang der 1970er Jahre von der lutherischen Gemeinde der Kreuzkirche als sozialpädagogisches Projekt gegründet und befindet sich auf dem Gelände der Kirche. Die Einrichtung wird von der Gemeinde selbst, durch private Spenden und von verschiedenen Vereinen finanziert, darunter Melkam Edil und die CBM (Christoffel-Blindenmission). Der derzeitige Schulleiter, Amen Teshome, erklärt, dass der Bildungsweg von der ersten bis zur achten Klasse reicht. „Dank der schulischen Bildung und der Unterstützung fuer die Familien haben unsere Schüler die Möglichkeit, sich ein selbstbestimmtes und unabhängiges Leben aufzubauen."

Durch ein Fernpatenschaftssystem gelingt es der Schule, alle ihre 300 Schüler zu unterstützen – nicht nur während der acht Jahre der Schulpflicht, sondern auch auf dem anschließenden Weg zum Gymnasium, zur Universität oder zur Berufsschule. Derzeit besuchen 46 Schüler mit einer oder mehreren Behinderungen die Schule. Seit Jahren engagiert sich die Einrichtung für die Bildung von Kindern mit Sehbehinderungen, seit einiger Zeit kümmert sie sich auch um Kinder mit Hörbehinderungen. Bis zum nächsten Jahr, so berichtet Amen Teshome, hat sich das gesamte Personal – bestehend aus 23 Lehrkräften und 30 Fachkräften, darunter Sozialarbeiter, die regelmäßig die Familien besuchen, sowie Pflegekräfte – verpflichtet, die Gebärdensprache zu erlernen.

AIDS stellt seit vielen Jahren ein ernstes Problem in Äthiopien dar. Derzeit haben 13 Eltern der Schule mitgeteilt, dass sie HIV-positiv sind, doch Schätzungen zufolge liegt der Anteil zwischen 5 % und 10 %. Sind die Eltern nicht mehr in der Lage zu arbeiten, unterstützt die Schule die Familie finanziell. Diejenigen, die noch arbeiten können, erhalten eine Ausbildung oder Unterstützung bei der Gründung eines kleinen eigenen Unternehmens, mit dem sie ihren Lebensunterhalt bestreiten können; beispielsweise durch die Bereitstellung eines Verkaufsstandes für Kaffee oder Gemüse.

Für die Schüler und vor allem für die Mädchen eröffnet die Möglichkeit, eine Schulausbildung zu absolvieren und zudem die Unterstützung der ganzen Familie zu haben, den Weg in eine Zukunft in Unabhängigkeit

FRAGEN
Für eine Diskussion
Was kostet es uns, und wie sehr bereichert es uns, eine Bildung zu fördern, die denjenigen Würde verleiht, die scheinbar keine Chance darauf haben?

BIBELVERS

„Halte fest an der Weisheit, (…); bewahre sie, denn sie ist dein Leben." Sprüche 4,13

KOMMENTAR

Anlässlich des 1. Dezembers, dem Welt-Aids-Tag, gewinnt diese Überlegung noch mehr an Dringlichkeit. Die German Church School zeigt, wie Nächstenliebe in konkretes Handeln umgesetzt wird. Diese Kinder zu unterstützen, die von der Krankheit ihrer Eltern geprägt oder selbst HIV-positiv sind, bedeutet, den Kreislauf aus Armut und Stigmatisierung zu durchbrechen. Bildung schenkt ihnen ein selbstbestimmtes Leben. Es geht nicht nur um materielle Hilfe: Die Schule wird zum Schlüssel zur Selbstständigkeit, vor allem auch für die Mädchen. Dieses Projekt ist ein lebendiges Beispiel für Nächstenliebe und erinnert jeden von uns daran, wie schon eine kleine Geste Verletzlichkeit in Würde und Hoffnung für die Zukunft verwandeln kann.

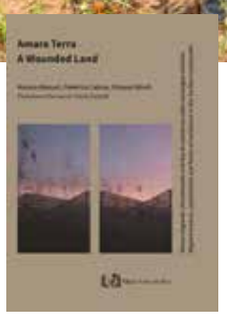
GEBET

Herr, wir danken dir für die Schule, die jeden Jungen und jedes Mädchen aufnimmt. Segne diejenigen, die unterrichten und pflegen, sowie die Familien, die von Krankheit und Elend geprüft sind. Lehre uns eine Selbstständigkeit, die nicht darin besteht, uns in uns selbst zu verschließen, sondern darin, frei leben zu können und uns anderen hinzugeben. Lass die Bildung den Mädchen helfen, einen Weg zu einem selbstbestimmten und unabhängigen Leben einzuschlagen, und den Jungen, zu bewussten Männern heranzuwachsen, die die Freiheit anderer achten. Amen

2 DEZEMBER 2026

Unsichtbare sklaverei





BUCH: *Amara terra.* Monica Massari, Federica Cabras, Simona Miceli, Migrantinnen, Ausbeutung und Formen des Widerstands auf dem sizilianischen Land, Milano University Press, Dezember 2024. (Kostenloser Download hier).

In Sizilien, zwischen Acate und Santa Croce Camerina, lassen weite Plastikflächen die Felder silbern schimmern. Bei unerträglicher Schwüle ernten tausende rumänischer Frauen Gemüse – für 15 Euro pro Tag bei 12 Stunden Arbeit –, während sie die Pflanzenschutzmittel einatmen, eingesperrt auf dem Gelände ihres Arbeitgebers. Wer die Kontrolle über die Arbeit hat, bestimmt alles: die Zeit, die Ausgaben, den Weg zur Schule der Kinder.

Doch das ist nur die sichtbarste Form: Moderne Sklaverei ist kein Trennmechanismus, der die Freien von den Unfreien trennt, sondern eine Abstufung. Das BCDSS (Bonn Center for Dependency and Slavery Studies) hat aufgehört, die Welt in Freie und Unfreie zu unterteilen, und untersucht stattdessen die Abstufungen und asymmetrischen Abhängigkeiten. Auf dieser Skala stehen das Leben vieler Frauen in westlichen Gesellschaften weiter unten, als wir zugeben möchten.

In unserem Land werden 71 % der unbezahlten Pflegearbeit von Frauen geleistet: fünf Stunden pro Tag, 336 Milliarden nicht in Rechnung gestellte Arbeitsstunden. Im Jahr 2024 haben fast 61.000 Eltern mit der Geburt ihres ersten Kindes ihren Arbeitsplatz aufgegeben, sieben von zehn davon waren Mütter. Es mangelt an Betreuungsangeboten, und so entstehen Ungleichgewichte bereits in der Familie. Bei gleicher Arbeitszeit verdient eine Frau 5,6 % weniger; als Akademikerin 16,6 % weniger, als Führungskraft 38,8 % weniger. Wer kein eigenes Einkommen hat, steht vor einer verschlossenen Tür, für die er weder den Schlüssel besitzt noch das Schloss sieht.

Das ist nichts Neues. Im Ospedale degli Innocenti in Florenz war zwischen 1445 und 1485 jedes dritte Findelkind das Kind einer Sklavin.

In Venedig wurden die Sklavinnen getauft und sofort verheiratet, wobei der Ehemann vom Herrn ausgewählt wurde. Die Jahrhunderte sind vergangen, doch auch heute noch können nicht alle Frauen vollständig über sich selbst entscheiden.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Setzen wir uns ausreichend gegen Ausbeutung ein?

BIBELVERS

„...wir waren durch die Elemente der Welt in Knechtschaft gehalten." (Galater 4,3)

KOMMENTAR

Sind wir frei oder nicht? Diese philosophische Frage birgt die Gefahr, dass wir in eine lange Spirale aus Epochen und Disziplinen abgleiten: Als Protestanten erinnern wir uns an den Streit zwischen Luther und Erasmus über die Gewissensfreiheit. Auch Sigmund Freud, der „Vater" der Psychotherapie, bietet eine klare Antwort: Er geht von der Koexistenz verschiedener Anteile unseres Geistes aus, die sich dynamisch abwechseln, sich ergänzen, sich aber auch gegenseitig behindern. „Wo Es war, soll Ich werden", d. h. das Bewusstsein und die damit verbundene relative Entscheidungsfähigkeit. Relativ, weil wir – jenseits eines gewissen Determinismus und des Optimismus des späten 19. Jahrhunderts – wissen, dass unsere heutigen (und zum Teil auch morgigen) Entscheidungen von vielen Faktoren bestimmt werden, sowohl persönlichen (d. h. familiären und generationsbezogenen) als auch sozialen. Wenn wir heute in unserem Land von „Sklaverei" erfahren, macht uns das nicht nur traurig und empört, sondern hinterlässt auch ein Gefühl der Ohnmacht und lässt unser Vertrauen in den Fortschritt von Gesellschaften zusammenbrechen, die vor Jahrzehnten ein hohes Maß an Bewusstsein für ihre eigenen Werte und die Würde der Menschen erreicht hatten.

GEBET

„Christus hat uns befreit, damit wir frei seien; steht also fest und lasst euch nicht wieder unter das Joch der Knechtschaft bringen" (Galater 5,1). Unsere Freiheit, die „Freiheit des Christen", ist nicht nur das Ergebnis klarer Gedanken: Sie entspringt vor allem der Gewissheit, von Gott geliebt zu sein, und daraus resultiert unsere Dankbarkeit und Bereitschaft, uns so anzunehmen, wie wir sind. Herr, hilf uns, uns für das Geschenk deiner Gnade zu öffnen und so zu freudigen und freien Menschen zu werden, die sich für die Freiheit aller Menschen auf der Welt einsetzen. Amen

3 DEZEMBER 2026

Gesehen werden, eine stimme haben, wählen können





FILM: Eva Libertad, Sorda. Der Klang der Welt. Die Behinderung aus der Sicht einer Frau wahrnehmen die sie lebt.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Finden Frauen mit Behinderung in unseren Kirchen nur Aufnahme und Unterstützung, oder finden sie dort auch eine Stimme, Entscheidungsmöglichkeiten, Verantwortung und Führungsrollen?

„Gott sieht mich." Es ist ein einfacher Satz, doch er wird zu einer Freiheitserklärung, wenn er von einer Frau ausgesprochen wird, die daran gewöhnt ist, zuerst durch ihre Behinderung und erst danach als Mensch wahrgenommen zu werden. Hannah Boyd ist eine junge Frau, die nach einer traumatischen Hirnverletzung, die sie im Kleinkindalter erlitten hatte, nicht nur mit den Folgen ihrer Behinderung, sondern auch mit den Erwartungen anderer zu kämpfen hatte. Die Ärzte gingen davon aus, dass sie weder laufen noch sprechen noch ein selbstbestimmtes Leben führen würde. Im Podcast Words of Life (Internationale Heilsarmee) erzählt sie von einem Lebensweg, der von Glauben, einer tiefen psychischen Krise und auch dem schmerzhaften Gefühl geprägt war, von einigen Kirchen vernachlässigt worden zu sein. In der Heilsarmee hat sie einen Ort gefunden, an dem sie nicht durch ihren Rollstuhl definiert wird, sondern einfach als Hannah angenommen wird.

Wenn wir über Frauen mit Behinderungen sprechen, besteht die Gefahr, dass wir vor allem über Betreuung, Schutz und Bedürfnisse sprechen und viel seltener über Selbstständigkeit, Entscheidungsfreiheit, Verantwortung, Berufung, Führungsqualitäten, Wünsche und Zukunft. Doch Unabhängigkeit bedeutet nicht, alles alleine zu tun: Es bedeutet, bei Entscheidungen, die das eigene Leben betreffen, eine aktive Rolle zu spielen, Unterstützung zu erhalten, ohne dass diese den eigenen Willen ersetzt, sowie teilhaben, dienen, arbeiten, lieben, glauben und gehört werden zu können. Die Frage an die Gesellschaft und an die Kirchen lautet auch: Wie viele Hindernisse errichten wir selbst rund um die Selbstbestimmung?

BIBELVERS

„Sie nannte ihn Atta-El-Roi, denn sie sagte: ‚Du bist der Gott der mich sieht!'" (Genesis 16,13)

KOMMENTAR

Hagar ist eine Frau am Rande der Gesellschaft, eine Fremde und verletzlich. Und doch ist sie es, die Gott einen Namen gibt: den Gott, der mich sieht. Von Gott gesehen zu werden bedeutet nicht, in der eigenen Zerbrechlichkeit beobachtet zu werden, sondern in der eigenen Ganzheit anerkannt zu werden. Kein Umstand hebt die Würde, die Stimme oder die Berufung eines Menschen auf. Behinderung betrifft nicht nur den Körper oder den Geist des Menschen: Auch Umgebungen, Strukturen und Einstellungen können Ausgrenzung bewirken. Dies bekräftigt auch die offizielle Stellungnahme der Heilsarmee zu Menschen mit Behinderung, die auf der Würde jedes Menschen basiert, der nach dem Bild Gottes geschaffen ist. Sie ruft dazu auf, Diskriminierung zu überwinden, Selbstbestimmung zu fördern und Menschen mit Behinderung in das Leben der Kirche sowie in die sie betreffenden politischen Entscheidungen einzubeziehen. Das Ziel ist keine Gemeinschaft für Menschen mit Behinderung, sondern eine Gemeinschaft, in der sie gemeinsam mit anderen leben, teilhaben und dienen können. Kirchen, die einen Gott verkünden, der jeden Menschen beim Namen ruft, können zu Werkstätten einer anderen Gesellschaft werden: Gemeinschaften, in denen eine Frau mit Behinderung nicht nur Empfängerin von Fürsorge ist, sondern Subjekt der Mission, des Zeugnisses und des Wandels. Vielleicht fängt es genau hier an: den Raum zu schaffen, in dem sie selbst sprechen, entscheiden und ihre Gemeinschaften verändern können.

GEBET

Gott, der du uns siehst und uns beim Namen rufst, befreie uns von der Sichtweise, die einen Menschen auf das reduziert, was er tun oder nicht tun kann. Lehre uns, in Frauen mit Behinderung Schwestern mit einer Stimme, mit Wünschen, Gaben und Berufungen zu erkennen. Mache unsere Kirchen zugänglich – an den Orten, in den Worten, in den Beziehungen und vor allem bei den Entscheidungen. Schenke uns die Demut, nicht immer für andere zu sprechen, und den Mut, die Barrieren abzubauen, die wir errichtet haben, damit jede und jeder dazugehören, wählen, dienen und voll und ganz mitwirken kann. Lass uns, wenn wir uns mit deinen Augen betrachten, zu Zeugen von Würde, Freiheit und Gerechtigkeit werden. Amen.

4 DEZEMBER 2026

Versteckte abhängigkeiten und alkohol





FILM: *28 Tage* (2000). Eine Geschichte über das Erkennen der Sucht und den schwierigen Weg der Genesung. Gildas OUAKATOULOU, Kapitän, Offizier des Korps von Florenz

DAS SCHWEIGEN BRECHEN UND DIE WÜRDE WIEDER FINDEN

Abhängigkeiten haben nicht immer ein offensichtliches Gesicht. Sie können sich hinter einem geordneten Leben, einem Beruf, einer Familie oder sogar einer ständigen Präsenz in der religiösen Gemeinschaft verbergen. Alkohol, der gesellschaftlich akzeptiert ist, kann zu einem Fluchtweg vor Schmerz, Einsamkeit, Angst oder unausgesprochenen Verletzungen werden. Wenn der Konsum zum Bedürfnis wird, lernt der Betroffene, dies zu verbergen: Er spielt die Mengen herunter, wenn er darüber spricht, trinkt heimlich und verspricht, morgen aufzuhören. Das Schweigen schützt die Sucht, nicht den Betroffenen.

Sucht betrifft nicht nur denjenigen, der trinkt. Sie dringt in Beziehungen ein, untergräbt das Vertrauen und kann Angst, wirtschaftliche Instabilität, Demütigungen und Isolation hervorrufen. In vielen Haushalten sind es vor allem Frauen und Minderjährige, die unter den Folgen leiden. Es muss jedoch klar gesagt werden: Alkohol kann aggressives Verhalten verstärken, rechtfertigt aber niemals Gewalt. Die Verantwortung liegt bei demjenigen, der sie ausübt. Keine Frau sollte dazu aufgefordert werden, ohne Schutz zu schweigen oder zu vergeben oder sich in Gefahr begeben, um das Ansehen der Familie oder der Gemeinschaft zu wahren.

Auch viele Frauen leiden unter einer verborgenen Abhängigkeit. Die Angst, als unzulängliche Mütter, Ehefrauen oder Gläubige beurteilt zu werden, kann sie davon abhalten, Hilfe zu suchen. Hinter dem zu korrigierenden Verhalten steht immer ein Mensch, dem man zuhören muss. Scham isoliert; eine kompetente Aufnahme kann den Weg zur Heilung ebnen. Um Hilfe bitten ist keine Schwäche: Es ist der erste Schritt in die Freiheit. Eine Sucht erfordert oft medizinische, psychologische und soziale Begleitung. Das Gebet und die Gemeinschaft unterstützen diesen Weg, ersetzen jedoch keine professionelle Betreuung.

Eine Antwort der Nähe: Seit ihren Anfängen begegnet die Heilsarmee Menschen, die unter Sucht und Ausgrenzung leiden. Die Entscheidung für Abstinenz steht für Prävention, Freiheit und Solidarität, nicht für moralische Überlegenheit. Als Christen sind wir dazu aufgerufen, auf andere zuzugehen, ohne zu verurteilen, und den Betroffenen vertrauliches Zuhören, die Vermittlung an zuständige Dienste sowie konkreten Schutz vor Gewalt anzubieten. Auch unsere Gemeinschaften müssen lernen, die Anzeichen zu erkennen, Missbrauch nicht zu vertuschen und mit Frauenhäusern, Gesundheitsdiensten und Rehabilitationsprogrammen zusammenzuarbeiten.

FRAGEN

Für eine Diskussion

Um Hilfe zu bitten ist der erste Schritt in Richtung Freiheit: Was kann eine Gemeinschaft tun, damit dieser Schritt auch möglich wird?

BIBELVERS

„Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken.“ (Matthäus 11,28)

KOMMENTAR

Jesus begegnete den Menschen in der Wahrheit, ohne sie auf ihre Fehler zu reduzieren. Er billigte nicht, was das Leben zerstört, sondern gab ihnen ihre Würde zurück und die Möglichkeit, neu anzufangen. Der christliche Glaube verspricht keine magischen Lösungen: Er verkündet, dass kein Mensch mit seiner Sucht gleichzusetzen ist und dass der Schmerz nicht das letzte Wort haben muss. Diese Hoffnung wird glaubwürdig, wenn sie die Form einer verlässlichen Präsenz, einer offenen Tür und konkreter Hilfe annimmt. Wenn Alkohol dein Leben beherrscht oder in deinem Zuhause Angst und Gewalt hervorruft, bleib nicht allein: Sprich mit einer vertrauenswürdigen Person und wende dich an Fachleute. Im Gefahrenfall hat der Schutz von dir selbst und von Minderjährigen oberste Priorität; wende dich sofort an den Notdienst oder eine Anlaufstelle gegen Gewalt.

GEBET

Herr Jesus, wende dich denen zu, die still gegen die Sucht kämpfen, und denen, die in Angst leben. Schenke ihnen den Mut, um Hilfe zu bitten, führe sie zu kompetenten Menschen und mache unsere Gemeinschaften zu sicheren Orten, die von Wahrheit, Schutz und Barmherzigkeit geprägt sind. Im kostbaren Namen unseres Herrn und Erlösers Jesus Christus. Amen.

5 DEZEMBER 2026

Die einen und die anderen



Freiwilligenarbeit entsteht aus der Bereitschaft, etwas von uns selbst – Zeit, Fähigkeiten, Zuhören, Erfahrung – anderen zur Verfügung zu stellen. Im Jahr 2026, dem Internationalen Jahr der Freiwilligen für nachhaltige Entwicklung, sind wir aufgefordert, noch intensiver über den Wert dieses Engagements nachzudenken.

Doch was geschieht in der Beziehung zwischen derjenigen, die Hilfe anbietet, und derjenigen, die sie erhält? Oft denken wir bei Unabhängigkeit an die Fähigkeit, alles alleine zu schaffen. Doch kein Mensch ist autark. Im Laufe des Lebens brauchen wir einander – Fürsorge, ein offenes Ohr, Kompetenzen, Vertrauen, Chancen. Bedürfnisse zu haben bedeutet nicht, abhängig zu sein. Diese Unterscheidung ist wichtig für eine Frau, die versucht, ihr Leben nach erlittener Gewalt wieder aufzubauen. Sich daraus zu befreien bedeutet nicht, sofort alles alleine schaffen zu können. Eine Wohnung, eine Arbeit, die Kinderbetreuung, aber auch eine Beziehung, in der man zugehört wird, können unverzichtbar sein, um neu anzufangen.

Nach einer Beziehung, in der das Vertrauen missbraucht wurde, kann es schwierig sein, sich wieder auf andere einzulassen. Eine respektvolle ehrenamtliche Beziehung kann eine andere Erfahrung bieten: Jemand steht mir zur Seite, ohne für mich zu entscheiden; er hört mir zu, ohne mich zu verurteilen, respektiert mein Ja und mein Nein; er erkennt nicht nur, was ich brauche, sondern auch, was ich weiß, was ich mir wünsche und was ich tun kann.

Helfen bedeutet nicht, sich unentbehrlich zu machen. Und Hilfe anzunehmen bedeutet nicht, auf die eigene Freiheit zu verzichten. Das gilt auch für Freiwillige: Der Wunsch, nützlich zu sein, kann dazu führen, dass wir unsere Grenzen nicht mehr erkennen. Aber auch wer hilft, kann müde werden, Unterstützung brauchen und „Nein“ sagen. Eine Beziehung, die befreit, zehrt weder den Empfangenden noch den Gebenden auf.

Eine wirklich nachhaltige Entwicklung beginnt auch hier: bei Beziehungen, die in der Lage sind, zu stützen, ohne festzuhalten, zu begleiten, ohne sich an die Stelle des anderen zu setzen, zu geben, ohne zu dominieren, und zu empfangen, ohne sich minderwertig zu fühlen.

BIBELVERS

„Wenn nun ich, der Herr und Meister, euch die Füße gewaschen habe, so sollt auch ihr einander die Füße waschen.“ (Johannes 13,14)

KOMMENTAR

Jesus steht vom Tisch auf, legt seine Gewänder ab, nimmt ein Handtuch und beugt sich vor seinen Jüngern, um ihnen die Füße zu waschen. Petrus weigert sich: „Du wirst mir niemals die Füße waschen!“ Jesus antwortet ihm: „Wenn ich dich nicht wasche, hast du keinen Anteil an mir“ (Johannes 13,8). Petrus muss lernen, nicht nur zu dienen, sondern sich auch dienen zu lassen. Das kann auch für uns schwierig sein: Wir sind es nicht gewohnt, uns um andere zu kümmern, auf ihre Bedürfnisse einzugehen und alles alleine zu bewältigen. Hilfe anzunehmen kann uns das Gefühl geben, zerbrechlich oder abhängig zu sein. Jesus hingegen verwandelt den Dienst in eine wechselseitige Beziehung: „einander“. Es gibt nicht einige, die immer helfen, und andere, die immer Hilfe brauchen: Jede kann sich vor der anderen verneigen, und jede muss der anderen erlauben, sich vor ihr zu verneigen.

Dieser Blick stellt auch unsere ehrenamtliche Arbeit in Frage: Die Menschen, denen wir begegnen, sind Menschen mit einer Geschichte, Fähigkeiten, Wünschen und Freiheiten, die es zu respektieren gilt – nicht nur Menschen, die unsere Hilfe benötigen.

Für eine Frau, die eine gewalttätige Beziehung erlebt hat, kann die Begegnung mit jemandem, der ihr zur Seite steht, ohne sie zu kontrollieren, und der ihre Entscheidungen respektiert, die Erfahrung einer anderen Art von Beziehung sein, in der das Bedürfnis nach der anderen nicht bedeutet, ihr zu gehören. Es ist eine der tiefsten Formen der evangelischen Gegenseitigkeit: zu entdecken, dass wir einander brauchen können, ohne uns selbst zu verlieren.

GEBET

Herr, lehre uns, uns vor der anderen zu verneigen, ohne uns überlegen zu fühlen. Lehre uns, eine ausgestreckte Hand anzunehmen, ohne uns schwächer zu fühlen. Schenke uns die Freiheit, zu helfen, ohne unverzichtbar werden zu wollen, und die Demut, um Hilfe zu bitten, wenn unsere Kräfte nicht ausreichen. Lehre uns, die Wünsche, Entscheidungen und Grenzen unserer selbst und der anderen anzuerkennen und zu respektieren. Mache unsere Gemeinschaften zu Orten, an denen wir einander frei und gegenseitig dienen können. Amen.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Wie können wir einander helfen ohne Abhängigkeit zu schaffen, sondern Freiheit und Vertrauen stärken?

6 DEZEMBER 2026

Glücksspiel



In einer Zeit, die von Kriegen, Preissteigerungen, prekären Lebensverhältnissen und Unsicherheit geprägt ist, machen sich viele Menschen große finanzielle Sorgen. In einer solchen Situation kann das Glücksspiel als Fluchtweg erscheinen. Das Spielen beginnt jedoch nicht immer aus finanzieller Not, sondern zur Unterhaltung, um Euphorie und Genuss zu erleben oder als Reaktion auf Stress, Frustration oder Langeweile. Und genau diese emotionale Komponente führt dazu, dass es zu einer zwanghaften Abhängigkeit ausartet.

Oft beginnt es mit einem kleinen Gewinn. Die Euphorie und der Adrenalinschub treiben dazu an, es immer wieder zu versuchen, und jeder Verlust wird – anstatt den Drang zum erneuten Versuch zu bremsen – zu einer Herausforderung: alles zu tun, um den nächsten Gewinn zu erzielen. Ein mehr als nur „teuflischer", pathologischer Kreislauf, in dem sowohl jede Niederlage als auch jeder Gewinn dazu führt, weiterzuspielen. Wenn das Geld ausgeht, geht man so weit, zu lügen, zu manipulieren oder Schulden zu machen, nur um weitermachen zu können; bis schließlich die Arbeit und die wirtschaftliche Stabilität der gesamten Familie gefährdet sind.

Glücksspiel ist eine echte Krankheit. Es handelt sich um eine Abhängigkeit von einer Substanz, die der eigene Körper produziert und assoziiert: Adrenalin. Lange Zeit wurde das Glücksspiel vor allem mit Männern in Verbindung gebracht, doch es ist zunehmend auch ein Problem für Frauen, wenn auch in anderer, diskreterer Form: Rubbellose, Bingo, Lotterien, Online-Plattformen – denn mit dem Computer oder Smartphone lässt es sich leicht völlig anonym spielen. Ein Versuch, Unwohlsein, Stress, Angst, Depressionen, wirtschaftlicher und psychischer Abhängigkeit zu entfliehen; und es handelt sich um ein Phänomen, das sogar unter sehr jungen Mädchen zunimmt.

Um seine Sucht zu stillen, wird der Spieler gerissen und lernt zu manipulieren, wobei er die ihm am nächsten stehenden Menschen mit hineinzieht und alles opfert, nur um seinen Zwang zu befriedigen. Das Spielen wird zum einzigen Lebensinhalt, und die anderen werden zu einem immer unsichtbareren Schatten.

In dieser dramatischen Situation fühlen sich Familienangehörige, Freunde und Partner hilflos, enttäuscht, wütend, vielleicht sogar von Schulden erdrückt, machtlos, und jede Hilfe, die sie zu leisten versuchen, wendet sich gegen sie selbst. Es entstehen Panik angesichts der Dringlichkeit, die Person zu retten, und Schuldgefühle bei dem Gedanken, sie ihrem Schicksal zu überlassen.

Es ist unerlässlich, externe Hilfe im Gesundheitswesen oder bei Organisationen wie dem „12-Schritte-Programm der Anonymen Spieler" zu suchen, das 1957 in den Vereinigten Staaten ins Leben gerufen wurde und über etwa hundert Gruppen in allen Regionen Italiens verfügt. Ein Programm, das sich an dem der „Anonymen Alkoholiker" orientiert und vor allem auf Abstinenz und die Wiedererlangung der Kontrolle über das eigene Leben abzielt.

Angehörige können in den Selbsthilfegruppen „Gam-Anon" Aufnahme und Trost finden.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Wie viel Schweigen und wie viel Scham umgeben diejenigen, die vom Glücksspiel gefangen sind, und wie kann eine Gemeinschaft diese durchbrechen?

BIBELVERS

„Du Elende, ueber die alle Wetter gehen, die keinen Trost fand! Siehe, ich will deine Mauern auf Edelsteine stellen und will deinen Grund mit Saphiren legen und deine Zinnen aus Kristallen machen und deine Tore von Rubinen und alle deine Grenzen von erlesenen Steinen." (Jesaja 54,11–12)

KOMMENTAR

Wenn sich eine Frau im Glücksspiel verliert, steckt dahinter oft ein tiefes Bedürfnis: nach Flucht aus einer Realität, die nicht immer leicht zu ertragen ist. Doch selbst die größten Gewinne können die Leere in ihrem Inneren nicht füllen. Das Glücksspiel tröstet nicht, es macht süchtig und hinterlässt ein bitteres Gefühl der Niederlage. Es gibt jedoch einen Gott, dem unsere Verlorenheit nicht entgeht und der uns verspricht: Unser Wert übertrifft jeden illusorischen Gewinn bei weitem. In Gott müssen wir nicht gewinnen: Wir sind bereits mehr als Siegerinnen dank Jesus, der am Kreuz gesiegt hat und uns ein Leben in Fülle schenkt.

GEBET

Gesegneter Gott, hilf mir, die Liebe in dir zu suchen, in dir die Befriedigung all meiner Bedürfnisse zu finden und meinen unschätzbaren Wert zu spüren, denn du machst mich jedes Mal zur Siegerin, wenn du mir die Kraft schenkst, nicht in den Abgrund des Spiels zu stürzen. Übernimm du die „Kontrolle" über meinen Verstand und mein ganzes Wesen. In Christus Jesus. Amen.

7 DEZEMBER 2026

Frauen heilen



Die Medizin ist sowohl Wissenschaft als auch Kunst im Dienste der menschlichen Gesundheit. Im Westen hat sie sich im Rahmen eines historisch androzentrischen Paradigmas entwickelt, dessen Standards den jungen erwachsenen Mann als Vorbild hatten. Erst in jüngster Zeit – und noch nicht einheitlich – sind geschlechtsspezifische Unterschiede zu einem relevanten Faktor in der Forschung geworden: Es bedarf weiterhin eines starken Engagements für die Sensibilisierung und Ausbildung junger Fachkräfte, beispielsweise im Bereich der pharmakologischen Forschung. Hormonelle und metabolische Faktoren sowie die Körperzusammensetzung beeinflussen die Pharmakokinetik und Pharmakodynamik von Arzneimitteln: Eine ausschließlich auf männliche Parameter ausgerichtete Forschung setzt insbesondere Frauen dem Risiko einer Medikamentenabhängigkeit aus. Standarddosierungen, medizinisch behandelte emotionale Beschwerden und unterschätzte Schmerzen sind Folgen der geschlechtsspezifischen Blindheit und können zu einer übermäßigen Verschreibung oder iatrogenen Abhängigkeit führen. Es gilt, den kulturellen Paradigmenwechsel zu festigen und in die geschlechtsspezifische Medizin zu investieren, um eine genauere, präzisere und bewusstere Medizin zu schaffen, die die Autonomie und Unabhängigkeit von Frauen fördert.

FRAGEN

Für eine Diskussion

Zur Diskussion
Wer entscheidet, welche Körper es wert sind untersucht zu werden und welche Probleme forschungswürdig sind?

BIBELVERS

„Gott schuf den Menschen nach seinem Bilde … und schuf sie als Mann und Frau …“ (Gen 1,27)

KOMMENTAR

Die Geschichte der Exegese hat nicht ausreichend hervorgehoben, dass bereits im Wortlaut des Schöpfungsberichts die Verschiedenheit und die Besonderheit des Männlichen und des Weiblichen als Zeichen einer Gleichheit und einer Distanz zum Vorschein kommen, die allein die Beziehung zwischen freien und unabhängigen Menschen erst möglich machen. Es muss eine Ähnlichkeit geben: jene mit dem Schöpfer, in der sich die Menschen widerspiegeln, jene der gleichen Würde und die einzigartige Identität eines jeden Einzelnen. In dieser Dialektik zwischen Gleichheit und Verschiedenheit entscheidet sich die Möglichkeit der Liebe, die aus gegenseitiger Erkenntnis entsteht und aus dem Wesen jedes Menschen erwächst, der von Anbeginn an beziehungsfähig ist. Der christliche Glaube, in dessen Mittelpunkt die Menschwerdung steht, ist aufgerufen, diese Wahrheit im Leben, in der Arbeit, in den Wissenschaften, im philosophischen und theologischen Denken sowie in der Praxis des Alltags zur Geltung zu bringen: in der Aufmerksamkeit für den anderen in seiner Besonderheit, die sich nicht auf ein Schema reduzieren lässt, einzigartig, unwiederholbar, kostbar und Empfänger aller möglichen Fürsorge, entsprechend der Identität, aus der er geformt wurde und von der der biblische Text das Wort des Zeugnisses gibt.

GEBET

Herr der Weisheit und des Lichts, wir preisen dich und danken dir für das Geschenk der Unterschiede, für die Komplexität der Schöpfung und für die Vielfalt der Schönheit. Wir danken dir für die Frauen der Wissenschaft und des Wissens, mutige Pionierinnen und brillante Forscherinnen, die du der Welt geschenkt hast.

Schau auf jede Frau in ihrem Alltag: auf die, die Gerechtigkeit sucht, und auf die, die für Freiheit und die ihr verwehrten Rechte kämpft. Schenke ihr Intuition, Beharrlichkeit und klaren Verstand sowie Unterstützung, wenn ihr Beitrag in Vergessenheit zu geraten droht oder unterschätzt wird.

Segne die Arbeit aller, damit sie vom Wunsch geleitet wird, zu dienen, das Gemeinwohl zu fördern und die Wahrheit zu suchen. Lehre uns, gemeinsam zu gehen, damit jede Frau frei, selbstbestimmt und unabhängig, ohne Angst und ohne Gewalt aufblühen kann.

Schenke uns die Kraft und den Mut, klare Worte zu finden, Gewalt anzuprangern und ihr Perspektiven der Gerechtigkeit entgegenzusetzen. Lehre uns, die Gegenwart so zu gestalten, dass harmonische Beziehungen in der Verschiedenheit gepflegt werden, und dass die Wissenschaft, bereichert durch vielfältige Beiträge, ein Werkzeug der liebevollen Sorge für das Haus sei, das wir gemeinsam in dieser Welt bewohnen. Amen

8-9 DEZEMBER 2026

Endometriose, ein unsichtbarer schmerz





BUCH: Marcello Ceccaroni, L'inferno invisibile. Endometriose: La solitudine di un dolore senza nome, Laterza, 2026.

DOKUMENTARFILM: Shannon Cohn, Endo What? (2016). Erfahrungsberichte von Frauen mit Endometriose und Beiträge von Experten.

FRAGEN
Für eine Diskussion
Wer in seinem Leid kein Gehör findet – kann sie auf unsere Aufmerksamkeit zählen, oder lassen wir sie allein?

„Das ist weit mehr als nur eine schmerzhafte Periode: Es ist ein Tabu." Die Endometriose ist eine chronische Erkrankung, die Unterleibsschmerzen, sehr schmerzhafte Menstruationen, Müdigkeit und andere Beschwerden verursachen kann, die den Alltag beeinträchtigen und bis hin zu Unfruchtbarkeit und schweren psychischen Störungen führen können. Sie kann bereits im Jugendalter auftreten, und die Diagnose erfolgt oft erst nach einem langen und komplexen Weg. Das Problem ist jedoch nicht nur gesundheitlicher Natur: Eine Schülerin kann Unterricht und Prüfungen verpassen, Berufstätige können an Tagen, an denen die Symptome am stärksten sind, Schwierigkeiten bei der Arbeit haben.

In den letzten Jahren haben einige bekannte Frauen dazu beigetragen, das Schweigen zu brechen, indem sie über ihr Leiden berichteten: die Schauspielerin und Regisseurin Lena Dunham sowie Padma Lakshmi, Fernsehmoderatorin und Aktivistin, die gemeinsam mit dem Arzt Tamer Seckin die Endometriosis Foundation of America gegründet hat, die sich für Aufklärung und Forschung einsetzt. Auch die Sängerin Halsey hat Aufklärungsinitiativen unterstützt. Der Wert dieser Erfahrungsberichte geht über den Bekanntheitsgrad hinaus: Sie erinnern daran, dass hinter einer Diagnose Menschen, Studien, Berufe, Beziehungen und Lebenspläne stehen.

In Italien fällt die Endometriose als chronische Erkrankung unter die „Livelli Essenziali di Assistenza" (LEA), doch die Befreiung von der Zuzahlung (Code 063) gilt nur für die Stadien III und IV der ASRM-Klassifikation. Diese Anerkennung ist nicht gleichbedeutend mit einem allgemeinen Recht auf Abwesenheit von der Arbeit oder der Schule: Die Abwesenheiten unterliegen den geltenden Vorschriften und Verträgen. Es wurden Gesetzesentwürfe für einen besseren Schutz bei Abwesenheiten vom Arbeitsplatz, für flexibles Arbeiten und für das Recht auf Bildung vorgelegt, doch bislang handelt es sich dabei nur um Vorschläge.

Die seit 2007 tätige Fondazione Italiana Endometriosi fördert Forschung, Aufklärung und Unterstützung und fordert, die Verzögerung bei der Diagnose zu verringern. Die Bewegung dieser Frauen wirft eine umfassendere Frage auf: Inwieweit ist eine Gesellschaft in der Lage, das zu erkennen, was man nicht sieht? Endometriose anzuerkennen bedeutet, denen zu glauben, die sagen, dass es ihnen schlecht geht, und ihnen zu helfen, sich besser zu fühlen, ohne dass das Fernbleiben von der Schule oder der Arbeit zu einem Grund für Benachteiligungen wird. Es bedeutet vor allem, die Vorstellung zu überwinden, dass weibliche Schmerzen ein Zeichen von Schwäche sind und ertragen werden müssen, um stattdessen von Gesundheit, Würde, Gleichberechtigung sowie dem Recht auf Bildung und Arbeit zu sprechen.

BIBELVERS

„Und siehe, da war eine Frau, die seit achtzehn Jahren (…) ganz gekrümmt war und sich nicht aufrichten konnte. Und Jesus (…) sprach zu ihr: Frau, du bist von erloest von deiner Krankheit. Und er legte ihr die Hände auf, und sie wurde in diesem Augenblick aufgerichtet und pries Gott." (Lukas 13,11–13)

KOMMENTAR

Die gekrümmte Frau aus dem Lukasevangelium lässt uns an die Leiden denken, von denen Frauen oft betroffen sind, seien sie körperlicher oder auch psychischer Natur: Ihre Unfähigkeit, sich aufzurichten, kann auf die „Last" hindeuten, die Frauen oft tragen müssen, aber auch auf Beschwerden, die heruntergespielt oder ignoriert werden. Es ist Jesus, der ihr Leiden sieht, es nicht ignoriert, sondern sie zu sich ruft und ihr sagt, dass sie befreit ist; die Berührung seiner Hände bewirkt die Heilung und die Fähigkeit, Gott zu verherrlichen. Und entgegen den Gesetzen, die es verbaten, am Sabbat zu arbeiten, bekräftigt er, dass sie von dieser Fessel befreit werden müsse! Jesus ist fähig, die Lasten zu nehmen und die Fesseln zu lösen, die uns bedrücken, selbst in aussichtslosen Situationen, und wir können uns ganz auf ihn verlassen.

GEBET

Wenn das Leiden kommt, wenn der Schmerz sinnlos erscheint, wenn ich das Warum nicht verstehen kann, wenn ich mich verloren fühle, Herr, schau auf mich, schenke mir deine Gnade! Amen.

10 DEZEMBER 2026

Wählen und gewählt werden

Paola Cortellesi, *C'è ancora domani*, Vision Distribution, 2023





BUCH: Serena Dandini, „Paura non abbiamo. Le donne che hanno fatto la Repubblica" – EINAUDI Verlag, Mai 2026

Livia Turco, La Repubblica delle Donne (Vom Wahlrecht zur Gleichstellung der Geschlechter. Siebzig Jahre politischer und ziviler Errungenschaften der italienischen Frauen) – Edizioni UNICOPLI, Juni 2015

DIE MACHT ÜBER SICH SELBST ZU ENTSCHEIDEN

Es ist bekannt, dass italienische Frauen erst 1946 das Wahlrecht erhielten. In der allgemeinen Vorstellung denkt man immer an das (aktive) Wahlrecht, wie in der schönen Schlussszene des Films von Paola Cortellesi, in der die Frauen vor der Wahlurne ihren Lippenstift abwischen, bevor sie den Stimmzettel einwerfen, um nicht zu riskieren, ihn ungültig zu machen. Weniger Beachtung findet hingegen die Tatsache, dass der Zugang zum allgemeinen Wahlrecht auch die Möglichkeit beinhaltet, gewählt zu werden (Wählbarkeit). Auch dies geschah erstmals im Jahr 1946: 21 Frauen wurden in die Verfassungsgebende Versammlung gewählt, gerade einmal 4 % der 556 Abgeordneten, die mit der Ausarbeitung unserer Verfassung beauftragt waren. Es gab also nur wenige Frauen unter den Verfassungsgeberinnen, doch sie waren fähig, sich für die Rechte der Frauen einzusetzen, wie beispielsweise die Lohngleichheit, die dank ihnen in Artikel 37 verankert wurde. Das Wahlrecht bedeutet also auch, in die Entscheidungsgremien gelangen zu können und Kämpfe für die Emanzipation voranzutreiben. Sicherlich ist die Lohngleichheit noch keine weit verbreitete Realität, aber unter den Entscheidungsträgern zu sein, macht den Unterschied, und wirtschaftliche Unabhängigkeit ist ein notwendiger Schlüssel, um die Tür zur Selbstbestimmung zu öffnen.

BIBELVERS

„Da traten die Töchter des Selophead (...) hervor, die Mala, Noa, Kogla, Milka und Tirsa hießen; sie traten vor Mose (...) und die ganze Gemeinde am Eingang des Stiftshütte und sprachen: ‚Unser Vater ist in der Wüste gestorben (...) Warum soll denn der Name unseres Vaters in seinem Geschlecht untergehen weil er keinen Sohn hatte? Gebt uns auch einen Erbteil unter den Brüdern unseres Vaters.'" (4. Mose 27,1–4)

KOMMENTAR

Nach fast 40 Jahren in der Wüste darf das Volk Israel das von Gott versprochene Land betreten, und Mose ist dazu berufen, die Verteilung des Landes unter den Stämmen festzulegen (vgl. Num 26,52-56). Und da treten fünf Schwestern hervor, um auf ihre Lage hinzuweisen: Nach den geltenden Vorschriften hätten sie das Land nicht erben können, und der Name ihres Vaters wäre verloren gegangen. Mit Mut und Entschlossenheit schlagen sie eine Lösung vor, und Gott gibt ihnen Recht, indem er erklärt: „Wenn jemand stirbt, ohne Söhne zu hinterlassen, sollt ihr sein Erbe auf seine Tochter übertragen." (V. 8) Diese Frauen haben, wie alle, die dafür kämpfen, dass alle Menschen die gleichen Rechte haben, über ihre eigene patriarchalische Realität der Ungleichheit hinausgeschaut und sich mit Nachdruck vorgestellt, Eigentum zu besitzen, das sie wirtschaftlich unabhängig machen würde. Sie haben um eine Möglichkeit zur Selbstbestimmung gebeten, die zu einem Recht für alle Frauen geworden ist! Und Gott hat ihr Recht bestätigt: als eigenständige Personen zu existieren und nicht nur als Besitz des Mannes!

GEBET

Gott, unser Schöpfer, Du, der Du den Menschen nach Deinem Bild und Gleichnis geschaffen hast und Mann und Frau denselben Lebensatem und dieselbe Würde eingehaucht hast, wir bitten Dich für alle Frauen der Welt, die sich im Kampf für die Anerkennung gleicher Rechte engagieren. Stärke ihren Mut, wenn die Müdigkeit überhandnimmt, verstärke ihre Stimme, wenn Ungerechtigkeit und Schweigen versuchen, sie zum Verstummen zu bringen. Amen

FRAGEN

Für eine Diskussion

In welchem Zusammenhang stehen die wirtschaftliche Abhängigkeit der Frauen und die Schwierigkeit, sich selbst zu bestimmen?

AN DER ENTSTEHUNG DIESES HEFTES HABEN MITGEWIRKT:

Francesca Barbano, Alberto Bragaglia, Mimma Capodicasa, Assunta Cestaro, Gabriella Ciampi, Paola Dei, Gianluca Fiusco, Rebecca Kassewa Gaisie, Antonella Garofalo, Ioana N. Ghilvaciu, Ilenya Goss, Daniela Lucci, Mirella Manocchio, Virginia Mariani, Luisa Nitti, Gildas Ouakatoulou, Patricia Paredes, Alberto Rocchini, Tina Romanazzi, Gabriella Rustici, Antonella Visintin Rotigni, Nicole Dominique Steiner, Abigaela Trofin, Renate Zwick.
Imseitezione di Pietro Romeo.