

## Sonntagsgedanken

## Gedanken zum Palmsonntag



Seraina Raymann, Sozialdiakonin, Ev.-ref. Kirchengemeinde Grösch-Fanas-Valzeina

Wenn wir den Palmsonntag feiern, spüren wir den Frühling oft schon in der Luft. Es ist zwar gerade nochmals kalt geworden und der Winter grüsst nochmals, bevor er endgültig dem Frühling weicht. Im Frühling spriesst alles. Neues Leben beginnt.

Am heutigen Palmsonntag feiern wir den königlichen Einzug von Jesus Christus in Jerusalem. Er kommt jedoch nicht auf einem Pferd daher, sondern auf einem

Esel reitet er ein. Der Esel steht dafür, dass er mit friedlichen, demütigen und bescheidenen Absichten kommt. Wie es in Markus 10,45 heisst: «Denn auch der Menschensohn ist nicht gekommen, um sich dienen zu lassen. Im Gegenteil: Er ist gekommen, um andern zu dienen und sein Leben hinzugeben als Lösegeld für viele Menschen.»

Jesus Christus wurde am Palmsonntag bejubelt, gefeiert, geehrt, wie ein König. Und einige Tage später war alles wieder komplett anders. Da wollten die Menschen, dass er gekreuzigt wird. Auf das laute «Hosianna» folgt in der Karwoche die Stille des Leidens. Diese Ambivalenzen – wenn die Stimmung von einem Moment auf den anderen kippt oder sich Meinungen radikal ändern – kennen wir, glaube ich, alle. Zeiten, in denen wir uns getragen wissen, und Zeiten,

in denen wir uns verlassen fühlen.

Was hilft uns in Zeiten, in denen wir uns einsam, kraftlos oder unverstanden fühlen? Es kommt bei mir ganz auf die Situation an, doch meistens hilft es, wenn ich es schaffe, mich zu entspannen und zur Ruhe kommen kann. Dann kann ich alles klarer sehen und kann auch die «Metaebene» einnehmen. Mit der Metaebene meine ich, dass man innerlich wie einen Schritt zurück macht und mit einem neuen Blickwinkel auf die Situation schaut. Vielleicht braucht es auch mal radikalere Massnahmen, wie eine Auszeit oder eine klare Analyse der Situation, oder man nimmt sich etwas ganz anderes vor, damit man den Kopf auslüften kann.

Eine Zeit lang wohnte ich ganz in der Nähe eines Sees und merkte, dass es mir gut tat, wenn ich auch

im Winter kurz im See badete. Ich fühlte mich klarer im Kopf und bereit für das Nächste. Es war jedoch nicht immer effektiv, da ich teilweise nach der Arbeit, und das konnte so um die 23.00 Uhr sein, noch ins Wasser ging und dann wieder hellwach war. Es hätte für mich mehr Wirkung gehabt, wenn ich es morgens gemacht hätte, nur bin ich einfach kein Morgenmensch. Eine ganz wichtige Stütze für mich ist das Gebet. Wenn ich meine Erfahrungen und meine Erlebnisse vor Gott bringen kann, ihm das ablegen kann, kann ich auch zur Ruhe kommen. Nicht alles hilft sofort, es ist ein stetes Ausprobieren, doch das Schöne am Gebet und der Stille ist, dass wir das unabhängig davon tun können, ob wir Freude empfinden oder Leid erfahren. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen gesegneten Palmsonntag.

## Prättigau

## SP Prättigau: Mit neuen Kräften ins Wahljahr

An ihrer Jahresversammlung im Restaurant Bahnhöfli in Küblis blickte die SP Prättigau auf ein erfolgreiches Jahr zurück. Gleichzeitig gab sie einen Einblick in die Wahlkampagne, die in den kommenden Wochen startet.

Im vergangenen Jahr konnte die Sektion wiederum einen hohen Mitgliederzuwachs verzeichnen: Insgesamt neun Personen sind der Partei beigetreten. «Das ist ein Rekord», wie Monika Baumgartner, Präsidentin der SP Prättigau, mit Freude an der Versammlung feststellte. Denn mit etwas über 40 Mitgliedern gehört die Sektion zu den kleineren ihrer Art. Ein weiterer Erfolg war, wie es die SP Prättigau geschafft hat, im ganzen Tal Menschen zu finden und zu motivieren, für den Grossen Rat zu kandidieren. In den sechs Wahlkreisen von Seewis bis Klosters bieten somit vier Frauen und sechs Männer mit ganz unterschiedlichen Hintergründen der Bevölkerung eine echte Wahl: Achim Gansner (Seewis); Johanna Bardill, Andris Büsch, Marco Huwiler



Die SP rüstet sich.

(Schiers); Monika Baumgartner (Jenaz); Julia Meier (Luzein); Marianna Dürr-Dachauer (Küblis); Christoph Luzi, Jöri Schwärzel, Rafael von Ow (Klosters). Ansonsten machte die SP Prättigau vor allem am Schreibtisch Politik: So gab sie sich im Rahmen der öffentlichen Auflage beim regionalen Richtplan für Arbeitszonen ein. Und mit 14 Anträgen für das neue Parteiprogramm

der SP Graubünden setzte sie Akzente in zentralen Themen wie Landwirtschaft oder Tourismus. Zum Schluss der Versammlung gab die Präsidentin einen kleinen Ausblick darauf, wie die SP vor den Wahlen in Erscheinung treten wird. So viel sei verraten: Die Flyer und Plakate werden nicht zu übersehen sein. Wer die Kandidierenden in natura etwas näher kennenlernen möch-

te, erhält Anfang Mai Gelegenheit dazu: Die SP Prättigau veranstaltet am 1. Mai in Grösch (17–19 Uhr) und am 2. Mai in Klosters (9–11 Uhr) und Küblis (13.30–15.30 Uhr) jeweils einen Mini-Hengert, wo über einem Kaffee und Totäbeinli am Food-Truck diskutiert werden kann.

Text/Foto: Monika Baumgartner/zVg