

KOMPASS

05/2024

PFADIZEITSCHRIFT FÜR LEITER*INNEN UND PRÄSES

ACHTUNG!

Sich selbst achten

Homo narrans

Achtung – Fertig – Los!



Verband
Katholischer Pfadi

www.kompass.vkp.ch

INHALT

Alle Achtung!	03
Achtung, gefährlich! Oder doch nicht?	04
Sich selbst achten	06
Achtung vor der Schöpfung	08
Homo narrans	10
Sensis – Zusammen ins Gespräch kommen	11
Praktipp: Achtung – Fertig – Los!	12
Fokus: Wertschätzung zeigen	14
Achtung! Playlist	16
Impressum	16



Bildquellen

Cover:

shutterstock, Alif Syahmi

Seite 3:

Wikipedia, Adrian Pingstone

Seite 4:

Wikipedia, Luc Hoogenstein
Wikipedia, Siga

Seite 8 & 9:

oeku Kirchen für die Umwelt
Claudia Baumberger

Seite 14 & 15:

VKP

EDITORIAL

Liebe*r KOMPASS-Leser*in

Das Wort Achtung hat unterschiedliche Bedeutungen. Ganz nach dem Motto «C'est le ton qui fait la musique» will es uns je nachdem etwas anderes sagen. Es gibt diese Achtung-Momente, die du bestimmt auch kennst. «Achtung!», einmal nicht zugehört oder aufgepasst und schon steht man in einer Pfütze oder verbrennt sich den Mund an einer heissen Suppe. Dabei wurde man eigentlich gewarnt. «Achtung, Achtung!», die Ankündigung einer wichtigen Information. Überhört man sie, verpasst man vielleicht einen Zug oder Flug. «Achtung!» und eine ganze Kompanie von Soldat*innen klebt an den Lippen eines Einzelnen und wartet auf den nächsten Befehl. Auch visuell werden wir im Alltag von plakativen, kontrastreichen Schildern gewarnt. Ob Warnung oder Befehl, Aufmerksamkeit ist gefragt. Und wenn man das Schlagwort verpasst, kann das unter Umständen Konsequenzen haben. Meine ganz persönlichen Achtung-Momente habe ich bei Gewittern. Nicht dass ich Angst davor hätte, ganz im Gegenteil, ich finde Gewitter etwas sehr Schönes. Nur bin ich sehr schreckhaft und deshalb warne ich mich selbst. Wenn es blitzt, sage ich mir, mal laut mal leise, «Achtung, Achtung, Achtung...» und das so lange, bis ich den Donner höre. Meist hilft es und manchmal erschrecke ich trotzdem.

In dieser Ausgabe vom KOMPASS findest du einen spannenden Gastartikel von oeku, der die Anliegen und Arbeit des ökumenischen Vereins rund um Nachhaltigkeit beleuchtet. Jupiter berichtet über Mimikry und stösst dabei auf gerissene Tiere, die überraschende Schutzstrategien entwickelt haben. In der Rubrik Fokus zeigt Pelé wie man freiwilligen Arbeit Wertschätzt und gleichzeitig was beim VKP in der letzten Zeit gelaufen ist. Und zu guter Letzt: Alle Achtung vor Tacker, der zu diesem schwierigen Musik-Thema eine gehaltvolle und abwechslungsreiche Playlist erstellt hat.

Viel Spass beim Lesen und liebe Grüsse
Anna/Surya

ALLE ACHTUNG!

Da kommt selbst Chuck Norris
ins Staunen

Von Anna Faust / Surya

Skurrile Rekorde wie der schnellste Halbmarathon im Lebkuchenfrau-Kostüm, die grösste Ziegen-Yoga-Klasse oder die meisten Menschen, die ein Armbad nehmen, sind zwar unterhaltsam, doch ob sie Achtung erhalten, bleibt dahingestellt. Es gibt aber auch Rekorde, die Menschen und Tiere erbringen, die kaum zu glauben sind. «Wie kann ein menschlicher Körper solche Leistungen erbringen?», fragt man sich und betrachtet vielleicht den eigenen Körper. Dann denkt man sich: «Unmöglich. Aber alle Achtung!».

Tiefe

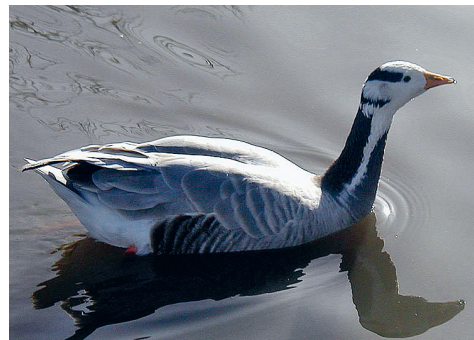
Der österreichische Apnoe-Taucher Herbert Nitsch tauchte 2007 in der Disziplin No Limits sage und schreibe 214 Meter tief, mit nur einem Atemzug, ohne zusätzliche Luftversorgung. Bis heute ist es Mediziner*innen ein Rätsel, wie ein Mensch in solchen Tiefen ohne Hilfsmittel überleben kann. Pottwale halten den absoluten Tauchrekord unter den Säugetieren. Sie können bis zu 3000 Meter tief tauchen. Während ihren Tauchgängen können sie die Organe, welche sie nicht benötigen, abschalten und sparen so Sauerstoff. Zum Vergleich: Menschen können bis 450 Meter tief in speziellen Druckanzügen tauchen. Ausserdem wird ein spezielles Gasgemisch benötigt, damit die Taucher*innen atmen können. Normale Luft wäre tödlich.

Geschwindigkeit

Usain Bolt schlug regelmässig seine eigenen Rekorde. Der Sprinter erreichte bei seinem letzten Rekordlauf eine Geschwindigkeit von 12,5 m/s oder 44,72 km/h. Das schnellste Tier ist der Wanderfalke. Während seiner Sturzflüge erreicht er Geschwindigkeiten von bis zu 180 km/h – andere Quellen sagen 250 km/h. Es mag überraschen, das schnellste Auto der Welt, ist ein 2006 Ford GT. Dieser wurde natürlich umfassend getunt, was aber genau gemacht wurde, will der Besitzer des Wagens nicht sagen. Jedenfalls fuhr Johnny Bohmer mit seinem 16-jährigen Ford 500,2 km/h schnell!

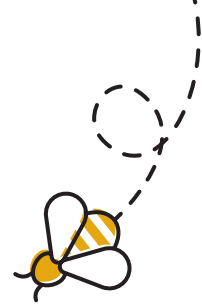
Höhe

Der Mount Everest in Nepal/Tibet ist mit 8849 Meter der höchste Berg der Welt. Heute gilt er als «gut machbar» und der Tourismus vor Ort ist immens (siehe KOMPASS «Gipfel»), doch das war nicht immer so. Unzählige Male probierten Seilschaften den Berg zu erklimmen und das ohne Erfolg. Die Erstbesteigung des Gipfels folgte 1953 von Tenzing Norgay und Edmund Hillary. 1978 gelang es Reinhold Messner und Peter Habeler den höchsten Berg ohne Flaschensauerstoff zu besteigen. Und die schnellste Besteigung tätigte Lhakpa Gelu Sherpa 2003 mit zehn Stunden und 56 Minuten. Im Normalfall benötigen Bergsteiger*innen mehrere Tage, um den Gipfel zu erreichen, unter anderem, um sich an die Höhenluft zu gewöhnen.



Den Rekord für den höchsten Flug im Tierreich führt ebenfalls über den Himalaya. Streifgänse fliegen während ihrer Zugzeit regelmässig in Höhen von bis zu 10 000 Metern über Meer über das höchste Gebirge der Welt.

Faszinierend, oder? Dies ist nur eine kleine Auswahl an wahnsinnigen Rekorde, die Menschen und Tiere erbringen und erbracht haben. Und so wahnsinnig sie sind, dürfen wir nicht vergessen, dass die menschlichen Rekorde alle mit grossem Risiko behaftet sind. Wenn tiefer, schneller, höher das Motto ist, wird die Gefahr sich zu übernehmen gross. Um solche Leistungen zu erbringen, braucht es nicht nur gute Kondition und Technik, sondern auch eine wahnsinnige Willenskraft und ein gesundes Mindset, um die Risiken abschätzen zu können. Alle Achtung!



ACHTUNG, GEFÄHRLICH! ODER DOCH NICHT?

Warnungen deuten auf eine mögliche Gefahr hin.
Diese Warnhinweise kommen auch in der
Tierwelt vor. Doch manchmal sind diese Warnungen
eine Täuschung.

Von David Joller / Jupiter

Achtung, gefährlich! Achtung, giftig! Diese Warnung schreckt auf und mahnt zur Vorsicht, denn da ist etwas, das gefährlich ist oder uns gefährden kann. Vielleicht sehen wir einen Warnhinweis, der uns diese Warnung vermittelt. Vielleicht haben wir eine persönliche Erinnerung daran oder wir haben es von Dritten gehört und verhalten uns dementsprechend. Wenn wir also die Warnung sehen, weichen wir in der Regel der Gefahrensituation aus. Oder wir setzen uns bewusst der Gefahr aus.

Schutz-Mimikry

Dieses Verhalten, Warnhinweise zu beachten, ist nicht nur uns Menschen zu eigen, sondern findet sich auch in der Tier- und Pflanzenwelt. Wenn beispielsweise ein Vogel einen ungeniessbaren Schmetterling verspeist, wird er einen so aussehenden Schmetterling sicher für eine ganze Weile nicht mehr fressen, weil er sich an dieses Erlebnis erinnert. Nun sind Vögel zwar insektenkundig, wissen aber nicht, dass es in der Biologie die Nachahmung gibt, die Mimikry.

Die Mimikry wurde in den 1860er-Jahren erstmals von Henry W. Bates wissenschaftlich beschrieben. In der Bates'schen Mimikry wird eine ungeniessbare Schmetterlingsart beschrieben, zu der eine nahezu identisch aussehende Schmetterlingsart einer anderen Familie der Schmetterlinge existiert, die essbar wäre. Beide Arten kommen am selben Standort vor. Dank dieser Täuschung genießt die essbare Art den Schutz vor dem Fressfeind. Deshalb nennt man diese Art Mimikry auch Schutzmimikry.

Achtung Bienen und Wespen!

Die Schutzmimikry kennen wir auch bei der Familie der Schwebefliegen. Einige Arten sind optisch den Wespen und Bienen, den giftigen Hautflüglern, zum Verwechseln ähnlich. Sie zeigen dieselben gelb-schwarzen Streifen, die als Warnsignal wahrgenommen werden. Schwebefliegen werden deshalb von Fressfeinden gemieden, die bereits einmal den Stachel einer Biene oder einer Wespe gespürt haben. Ein bekanntes Beispiel sind Wespenschwebefliegen: Sie sehen aus wie Wespen, können jedoch in der Luft stehen und sind völlig ungefährlich. Die Hainschwebefliege sieht aus wie eine Biene, die Hornissenschwebefliege beziehungsweise Grosse Waldschwebefliege sieht aus wie eine Hornisse. Einige Schwebefliegenarten ähneln nicht nur optisch ihren Vorbildern, sie verhalten sich auch ähnlich und tönen wie eine Wespe, Hornisse, Biene oder Hummel. Das schützt sie nicht nur vor Fressfeinden, sondern hilft ihnen auch beim Blütenbesuch.



↑ Die Hornissenschwebefliege wird bis zu 22 mm gross.

↗ Auch der Hornissen-Glasflügler, der zur Ordnung der Schmetterlinge gehört, imitiert das Aussehen und Verhalten von Hornissen.



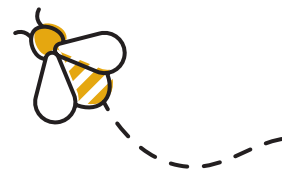
Achtung Plattfisch!

Auch bei höher entwickelten Tieren kommt Mimikry vor. Der Mimik-Oktopus ist ein rund 60 cm langer, harmloser Oktopus und ein wahrer Verwandlungskünstler. Er kann zahlreiche gefährliche Tiere optisch nachahmen und so potenzielle Fressfeinde abschrecken. So gleicht sein Aussehen mal einem giftigen Feuerfisch oder ein andermal dem gelbgebänderten Krait – einer Seeschlange. Beim potenziell giftigen Plattfisch ahmt der Mimik-Oktopus neben der rundlichen Form auch die Position der Augen und sogar die Art zu schwimmen nach. Dieser Tintenfisch und sein Verhalten wurde erst vor gut 20 Jahren während Forschungs-



tauchgängen vor Indonesien entdeckt und beschrieben. Seine Imitation verschiedener Tiere scheint kein Reflex zu sein, sondern ein aktiv gewähltes Verhalten. Denn er wählt beispielsweise den gelbgebänderten Krait nur dann, wenn er einer bestimmten Art des Riffbarsch begegnet. Somit wird er vom Gejagten zum (scheinbaren) Jäger.

«Akustische Mimikry liegt vor, wenn der Angreifer sein Verhalten ändert, nachdem er die akustische Ähnlichkeit zwischen dem nachahmenden Tier und dem Original erkannt hat.»



Achtung Bienen und Wespen – zum Zweiten

Viele bekannte Varianten von Mimikry sind optische Nachahmungen, in der Tierwelt vielfach von nah verwandten Tieren. Das nächste Beispiel geht weit über die Artgrenze hinaus und verblüfft im ersten Moment. Italienische Forscher*innen bemerkten per Zufall beim Einfangen von Fledermäusen der Art Grosses Mausohr, dass diese laut summten. Die Forscher*innen verglichen das Summen mit dem von vier heimischen Insektenarten, worunter die Honigbiene und die europäische Hornisse waren. Das Summen stimmte mit den beiden Arten überein. Dann untersuchten die Forscher*innen, wie die Fressfeinde des Grossen Mausohrs, der Waldkauz und die Schleiereule, auf dieses Geräusch reagierten. Beim Abspielen des Geräuschs entfernten sich die Eulen vom Gerät, beim Abspielen von anderen Geräuschen reagierten sie nicht. In der Untersuchung reagierten wilde Eulen noch stärker als Eulen in Gefangenschaft. Letztere hatten vermutlich mehr schlechte Erfahrungen gemacht mit Bienen und Hornissen, folgerten die Forscher*innen. Weshalb die Fressfeinde auf das Summen reagierten, könnte damit erklärt werden, dass beide Tiergruppen ihre Nester bevorzugt an denselben Orten bauen: in Felsspalten, Baumhöhlen und Hohlräumen von Gebäuden. Dadurch treffen sie häufiger aufeinander und geraten aneinander.

Ähnlich zur optischen Mimikry des Mimik-Oktopus ändert das Grosse Mausohr gezielt sein Verhalten bei Bedrohungen, indem es das Summen der giftigen Hautflügler imitiert, um nahende Fressfeinde abzuschrecken. Die italienischen Forscher*innen haben damit einen der ersten Fälle akustischer Mimikry eines Säugetiers entdeckt. Es ist zu erwarten, dass dieses erlernte Verhalten zur Abwehr von Fressfeinden in der Tierwelt weitaus häufiger vorkommt als bisher bekannt ist.



SICH SELBST ACHTEN

Wertschätzung und Respekt sich selbst gegenüber zu entwickeln ist wichtig, aber manchmal gar nicht so einfach.

Von Anna Faust / Surya

«Die heilige Kraft – ...», «in nur fünf Schritten zu ...», «Power Pose». Meditationen, Podcasts, Videos, Bücher, Vorträge, Lifecoaches ... Unzählige Menschen auf YouTube, Instagram und Co. wollen sie uns lehren: Die Selbstachtung. Klar, Selbstachtung ist ja auch etwas Wichtiges, denn das bedeutet, sich selbst mit Wertschätzung und Respekt zu begegnen. Es ist das Bewusstsein für den eigenen Wert, unabhängig von der Meinung anderer und entwickelt sich mit gesammelten Erfahrungen, Wissen und Erfolgen. Wer Selbstachtung hat, erachtet sich als würdig und wertvoll, unabhängig von persönlichen Schwächen oder Fehlern, und lässt sich nicht all zu leicht von negativen Einflüssen oder Misserfolgen leiten. Selbstachtung ist wichtig für die emotionale Stabilität und für eine gesunde Beziehung zu sich selbst und zu den anderen.

Achtung nicht gleich Akzeptanz nicht gleich Liebe

Zurück zu all diesen Lifecoaches. Die Masse an Angeboten, um Selbstwert, Selbstliebe, Selbstakzeptanz und so weiter zu lernen, ist gigantisch. Und da sind ja dann auch noch diese unterschiedlichen Begriffe. Die Selbstachtung wurde bereits erklärt. Aber was ist denn nun Selbstliebe und Selbstakzeptanz? Und was braucht es, bevor man das andere entwickeln kann?

- **Selbstakzeptanz** bezieht sich darauf, sich selbst vollständig anzunehmen, einschliesslich der eigenen Stärken und Schwächen. Es bedeutet, sich so zu akzeptieren, wie man ist, ohne sich ständig ändern zu wollen oder gegen Teile seiner Persönlichkeit anzukämpfen. Selbstakzeptanz erfordert, dass man seine eigenen Fehler und Unvollkommenheiten anerkennt, ohne sie abzulehnen oder zu verurteilen.
- **Selbstliebe** geht einen Schritt weiter und beinhaltet nicht nur die Akzeptanz des eigenen Selbst, sondern auch die aktive Wertschätzung und Fürsorge für sich selbst. Selbstliebe bedeutet, sich Gutes zu tun, sich zu pflegen und sich emotional zu unterstützen – ähnlich wie man es bei einem geliebten Menschen tun würde.

In der Praxis entwickeln sich Selbstachtung und Selbstakzeptanz oft in einem wechselseitigen Prozess. Durch mehr Selbstakzeptanz steigt die Selbstachtung und durch mehr Selbstachtung wird es leichter, sich selbst zu akzeptieren. Es ist also weniger eine Frage von «was kommt zuerst», sondern vielmehr eine Frage der Balance und der gegenseitigen Verstärkung. Und nur wer sich selbst akzeptiert und achtet, kann sich auch Selbstliebe entgegenbringen.

Das gesunde Mass

Selbstachtung ist entscheidend für eine gesunde Beziehung zu sich selbst, weil sie uns hilft, uns selbst wertzuschätzen. So können wir besser oder gelassener mit Stress umgehen. Wenn wir uns selbst mögen und anerkennen, stärkt das unser Selbstvertrauen und schützt uns unter anderem vor Depressionen und Angststörungen. Aber Achtung: Zu viel Selbstachtung kann problematisch werden. Wenn jemand sich ständig als besser, wichtiger, sprich achtungswürdiger, sieht, kann das arrogant und sogar narzisstisch wirken oder sein. Solche Menschen haben oft Schwierigkeiten, Kritik anzunehmen und kommen nicht gut mit anderen klar. Deshalb ist es wichtig, ein ausgewogenes Verhältnis zu finden. Achten muss man schliesslich auch die anderen Menschen!

Eine dynamische Kurve

Schon in der Kindheit beginnt die Entwicklung von Selbstachtung und hängt stark davon ab, wie wir von unseren Eltern, Lehrer*innen und Freund*innen behandelt werden. Wenn man als Kind oft Lob und Unterstützung vom persönlichen Umfeld erfahren hat, wirkt sich das positiv auf das Selbstwertgefühl und somit auch auf die Selbstachtung aus. Anerkennung für ein gutes Zeugnis, eine Zeichnung oder eine sportliche Leistung lassen uns merken, dass unsere Bemühungen geschätzt werden. Aber auch verständnisvolle Worte, wenn mal was in die Hose geht, sind wichtig. So lernen wir, dass es okay ist Fehler zu machen, um daraus zu lernen und im späteren Leben besser damit umgehen zu können. Andererseits kann eine unfaire Behandlung, fehlende Wertschätzung und Mobbing durch das Umfeld die

Selbstachtung enorm schwächen und das ziemlich nachhaltig. Ein Beispiel aus dem Gespräch mit Nora, 35 Jahre alt: «In meiner Ausbildung habe ich von meiner Lehrmeisterin wenig bis gar keine Wertschätzung erfahren. Es wurde mir zwar gesagt, wenn ich etwas falsch gemacht habe oder zu langsam war, etwas gut zu machen galt aber als ganz selbstverständlich und ich wurde nicht gelobt. Das hat mich in dem Sinne geprägt, dass ich mir lange nichts zutraute und das Gefühl hatte, nicht zu genügen.» Selbstachtung ist ein dynamischer Prozess. Mit neuen Erlebnissen und Erfahrungen in einem positiven sozialen Umfeld, mit Selbstreflexion oder auch mit einer Therapie kann man diesen Kreis durchbrechen.

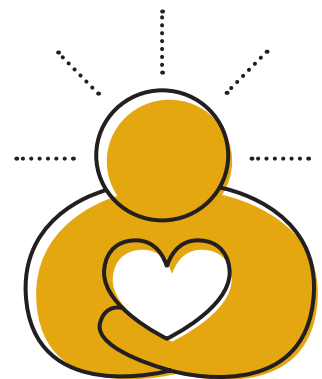
Jetzt kommts doch noch

Diesen Kreis zu durchbrechen ist sicher nicht immer einfach, aber vielleicht hilft dir dieser Mini-Ratgeber es zu schaffen. Einige der folgenden Punkte kannst du gut auch auf dein Umfeld anwenden und so mithelfen, die Selbstachtung anderer zu stärken.

- Ersetze negative Gedanken durch ermutigende Aussagen und behandle dich selbst mit der gleichen Freundlichkeit, die du gegenüber eine*r Freund*in zeigen würdest.
- Setze dir erreichbare Ziele und feiere auch die kleineren Erfolge. Das stärkt dein Gefühl von Fortschritt und zeigt dir, dass deine Bemühungen nicht umsonst sind.
- Achtsamkeit und Selbstfürsorge sind ebenfalls wichtig. Nimm dir regelmässig Zeit für dich selbst, um zu entspannen und zu erholen. Achtsamkeitsübungen wie Meditation oder einfach eine ruhige Auszeit (ohne Handy) helfen dir, dich zentriert und positiv zu halten.
- Wenn Selbstzweifel aufkommen, hinterfrage sie rational. Überlege, ob diese Zweifel auf Fakten basieren oder nur auf Ängsten. Halte positive Eigenschaften und Erfolge schriftlich fest, um dich daran zu erinnern, dass du wertvoll bist.
- Es ist wichtig, für dich gesunde Grenzen zu setzen und «Nein» zu sagen, wenn du dich überfordert fühlst.

Entgegen der Meinung vieler Social-Media-Gurus ist es ganz normal, hin und wieder an sich selbst zu zweifeln oder sich nicht zu mögen. Es ist nicht Sinn und Zweck der Selbstachtung, Selbstakzeptanz oder Selbstliebe sich zu belügen. Negative Gefühle sind absolut menschlich, sollten aber kein dauerhafter Zustand sein. Vielmehr geht es darum sich selbst aus diesem Karussell der Negativität zu befreien. Wenn du im Einklang mit dir selbst bist und dich wertschätzt, brauchst du weniger Bestätigung von anderen. Du erkennst deinen eigenen Wert und musst dich nicht ständig beweisen oder profilieren – das nimmt dir viel Druck. Stattdessen kannst du fokussiert und authentisch handeln, mit dem Wissen, dass du dein Bestes gibst. So kannst du das Leben mehr geniessen!

Und jetzt noch ganz speziell für dich als Abteilungsleiter*in oder Präses: Vergiss nicht, dass du ein Vorbild für deine Pfadis und jüngeren Leiter*innen bist. Also gebe ihnen, wie oben beschrieben, eine gesunde Portion Selbstachtung mit auf den Weg.



ACHTUNG VOR DER SCHÖPFUNG

Was haben das Label «Grüner Guggel»
und der Papst Franziskus gemeinsam?

Von Milena Hartmann und Kurt Zaugg-Ott

Mit dem Label «Grüner Guggel» zertifiziert der Verein oeku Kirchen für die Umwelt, Kirchgemeinden, die ein Umweltmanagementsystem eingeführt haben. Diese Kirchgemeinden haben sich langfristig dazu verpflichtet, kontinuierlich ihre Umweltleistung zu verbessern und auch Energie zu sparen. Sie haben ein Umweltteam, das sich mit dem Thema «Schöpfung achten» auseinandersetzt und dies in die Kirchgemeinde trägt. Dabei bestimmen die Kirchgemeinden selbst, was sie tun möchten. Die meisten engagieren sich für mehr Biodiversität in ihrer Umgebung, sparen Papier, bieten vermehrt vegetarische Apéros an und senken die Temperatur in der Kirche. Bereits 74 Kirchgemeinden sind mit dem Label «Grüner Guggel» zertifiziert.



Sich nicht zu ernst nehmen

2015 hat Papst Franziskus die Enzyklika «Laudato Si – über die Sorge für das gemeinsame Haus» herausgegeben. Dabei geht es um unsere Verantwortung für den Klimaschutz und die Bewahrung der Schöpfung. Es ist die erste Enzyklika, die sich ausführlich mit Umweltfragen auseinandersetzt und den besonderen Herrschaftsanspruch der Menschen zurückweist. «Niemand haben wir unser gemeinsames Haus so schlecht behandelt und verletzt wie in den letzten beiden Jahrhunderten. Doch wir sind berufen, die Werkzeuge Gottes des Vaters zu sein, damit unser Planet das sei, was Er sich erträumte, als Er ihn erschuf, und seinem Plan des Friedens, der Schönheit und der Fülle entspreche», schreibt der Papst (Ladato Si, 53).

In der ersten Schöpfungsgeschichte (Gen 1) schuf Gott die Menschen am selben Tag wie die Landtiere. Es gibt also keinen besonderen Schöpfungstag für die Menschen. In der zweiten Schöpfungsgeschichte (Gen 2) werden die Menschen

beauftragt, den Garten Eden zu bebauen und bewahren. Zur Vorstellung, dass wir Menschen aufgrund der biblischen Schriften besondere Rechte gegenüber der Natur hätten, meint der Papst in der Enzyklika: «Wenn es stimmt, dass wir Christen die Schriften manchmal falsch interpretiert haben, müssen wir heute mit Nachdruck zurückweisen, dass aus der Tatsache, als Abbild Gottes erschaffen zu sein, und dem Auftrag, die Erde zu beherrschen, eine absolute Herrschaft über die anderen Geschöpfe gefolgert wird. Es ist wichtig, die biblischen Texte in ihrem Zusammenhang zu lesen ... und daran zu erinnern, dass sie uns einladen, den Garten der Welt zu «bebauen» und zu «hüten» (vgl. Gen 2,15). Während «bebauen» kultivieren, pflügen oder bewirtschaften bedeutet, ist mit «hüten» schützen, beaufsichtigen, bewahren, erhalten, bewachen gemeint. Das schliesst eine Beziehung verantwortlicher Wechselseitigkeit zwischen dem Menschen und der Natur ein ... Diese Verantwortung gegenüber einer Erde, die Gott gehört, beinhaltet, dass der Mensch, der vernunftbegabt ist, die Gesetze der Natur und die empfindlichen Gleichgewichte unter den Geschöpfen auf dieser Welt respektiert.» (Laudato Si, 67f). 2023 doppelte Papst Franziskus mit «Laudate Deum – an alle Menschen guten Willens über die Klimakrise» nach.

Energie sparen

Die Schöpfung achten heisst auch, sich der kirchlichen Gebäude und deren Zustand zu widmen. Am effektivsten ist es, wenn Kirchgemeinden ihre Heizpraxis analysieren und anpassen, um Energie zu sparen und einen Energiemangel vorzubeugen. Bauphysiker*innen sind sich einig: Kirchliche Gebäude benötigen nur eine Grundtemperatur von 8 °C bis 12 °C und lediglich eine Temperatur von 16 °C bis maximal 18 °C bei Anlässen. Das Raumklima ist allerdings der Knackpunkt: Die relative Luftfeuchtigkeit sollte immer zwischen 45 % und 70 % liegen und die Temperaturveränderung maximal 1.5 °C pro Stunde betragen. Es empfiehlt sich zusätzlich, stosszulüften: Im Sommer bei tiefer und im Winter bei hoher Luftfeuchtigkeit. So wird nicht nur Geld gespart, sondern auch Schäden am Inventar vermieden. Die Kirche in



Einsiedeln ist deswegen gar nicht geheizt. Sollte die Heizung erneuert oder saniert werden, ist es in diesem Sinne auch am besten, sich die Optionen Wärmeerzeugung anzuschauen. Es gibt viele Kirchen und kirchliche Gebäude, die schon länger ohne fossile Wärme- und Stromerzeugung auskommen.

Die Schöpfungszeit feiern

Die Schöpfungszeit dauert vom 1. September, dem Tag der Schöpfung, bis zum 4. Oktober, dem Gedenktag für Franz von Assisi. In dieser Zeit wird auf der ganzen Welt die «Season of Creation» gefeiert. Die oeku erarbeitet dazu Unterlagen für die deutschsprachige und französischsprachige Schweiz wie beispielsweise Predigtimpulse, liturgische Texte, Anregungen für den kirchlichen Unterricht und die Erwachsenenarbeit. Jedes Jahr widmet sich die Schöpfungszeit einem von der oeku definierten Thema: In Anlehnung an die Sustainable Development Goals (Ziele für die nachhaltige Entwicklung) heisst der diesjährige Slogan «Biodiversität – Heilige Vielfalt!». Rund zweihundert Schweizer Kirchgemeinden und Pfarreien feiern in dieser Zeit die Schöpfung.



Die Anliegen der oeku unterstützen

Die oeku vernetzt sich auch politisch. 2023 hat sie zusammen mit dem evangelischen und katholischen Frauenbund, dem HEKS, Fastenaktion und anderen die Koalition «Christ*innen für Klimaschutz» ins Leben gerufen. Die Koalition hat sich für das Klimaschutz-Gesetz eingesetzt und aufgerufen, an der Klimademo 2023 teilzunehmen. Seither äussert sich die Koalition mittels Stellungnahmen zu wichtigen klimapolitischen Themen und gibt Empfehlungen, wie sich Kirchgemeinden und Pfarreien zu den entsprechenden Themen engagieren können.

Wir alle sind auf eine intakte Schöpfung angewiesen: von Landeskirchen, Kirchgemeinderäten*innen bis zu Kirchgänger*innen. Schöpfung achten heisst auch, sich der Verantwortung bewusst zu werden und zusammen die Schöpfung in ihrer Schönheit und Vollkommenheit zu hegen und zu pflegen.

Als ökumenischer Verein «oeku Kirchen für die Umwelt» beraten, schulen und vernetzen wir Kirchgemeinden seit bald 40 Jahren zu Umwelt- und Schöpfungsfragen. Der Verein setzt sich dafür ein, dass sich Kirchgemeinden für die Achtung und Bewahrung der Schöpfung engagieren. Bereits rund 700 Einzel- und Kollektivmitglieder*innen zählt der Verein. Die oeku wird von den Landeskirchen, Kirchgemeinden und Pfarreien sowie von Freikirchen unterstützt und freut sich immer über Kollekten oder Spenden. Ziel der oeku ist, dass Kirchen, Kirchgemeinden und Pfarreien ihre Verantwortung für die Schöpfung in Gottesdiensten und im täglichen Leben wahrnehmen. Besuche uns im Internet auf www.oeku.ch.

HOMO NARRANS

Unser Gehirn mag Geschichten.

Berücksichtigst du das,

ist dir Aufmerksamkeit sicher!

Von Michael Weber / Pelé

Erzählen gehört zum Menschsein: Schon seit Anbeginn wird in allen Gesellschaften und in allen Situationen erzählt. Die Erzählung ist eine der allgemeinen Methoden des Verstehens, die wir in unserer Auseinandersetzung mit der Realität nutzen. Sie gibt mögliche Antworten auf die grundlegenden Fragen «Wer bin ich?», «Wer sind die anderen?» und «Wo ist mein Platz in dieser Welt?». So weit so gut. Aber was genau ist eine Erzählung und was macht sie so erfolgreich?

Erzählende Ereignisverknüpfung

Die kleinsten Teile einer Erzählung sind Ereignisse. Um ein Ereignis zu identifizieren, braucht es einen Zeitpunkt, einen Gegenstand oder Sachverhalt und etwas, das vom Gegenstand oder Sachverhalt ausgesagt wird. Mit einer zeitlichen Abfolge und der sinnhaften Verknüpfung werden die einzelnen Ereignisse in einen Zusammenhang gestellt. Erkennbar werden Handlungsmotive, Pläne, Absichten, Vorhaben oder Wünsche einer Person, womit der Eindruck einer gewissen Notwendigkeit der Abfolge entsteht. Schon bei Aristoteles ist zu lesen, dass eine Erzählung einen Anfang, eine Mitte und einen Schluss hat.

Konflikt. Da unser Leben nicht zuletzt durch Konflikte geprägt ist, gibt es Konfliktsituationen, die (fast) alle schon einmal erlebt haben. Gerne bewirtschaften Erzählungen diese Konfliktfelder und zeigen, wie Protagonisten*innen in diesen handeln und sich so auch selbst verändern. Zu denken ist an Liebe, Überleben, Rettung, Reifung, Freiheit, Abenteuer, Gerechtigkeit, Wahrheit, Ordnung, Ungehorsam, Anerkennung oder Rausch.

Wirkung von Geschichten

Geschichten lösen beim Publikum etwas aus. Sie sind Muster, Modelle, Vorbilder, die wir übernehmen oder uns daran orientieren. Es ist so etwas wie das Lernen am Modell. Dabei wirken viele Funktionen des Gehirns mit. Der Frontalkortex entscheidet, welche Erinnerung hervorgeholt wird und verknüpft sie zu einer Geschichte. Der Kortex merkt sich fortlaufend, an welcher Stelle der Geschichte er ist. Ständig werden unzählige Querverbindungen erstellt, denn mit jedem einzelnen Wort und Ereignis verbinden sich Erinnerungen. In bildgebenden Verfahren wie dem MRI lässt sich eine hohe Tätigkeit nachweisen. Zudem bestehen Geschichten nicht nur aus Informationen, sondern auch aus Emotionen: innerhalb der Geschichte, hervorgerufene Emotionen beim Zuhörer*in und Emotionen zwischen Zuhörer*innen und Erzähler*innen. Beim Verarbeiten von Eindrücken und Wissen sind Emotionen essenziell.

**«Stories are memory aids,
instruction manuals
and moral compasses.»**

Aleks Krotoski

Veränderung

Nur wenn Protagonisten*innen eine Veränderung durchleben, fesseln uns Geschichten. Verkürzt funktioniert das so: Nachdem im Anfang Personen und Ausgangslage vorgestellt worden sind, kumulieren sich die Ereignisse in der Mitte bis zu einem Umschlagpunkt, der in einen Schluss mündet, wo Protagonisten*innen nicht mehr gleich sein werden, wie zu Beginn. Damit eine Erzählung entsteht, braucht es die Zielorientiertheit der Protagonisten*innen und einen

Tipp

Den Wert des roten Fadens kennt jede*r Pfadileiter*in. Geschichten, die über das ganze Quartal oder das ganze Lager weitergesponnen werden, steigern Interesse und Motivation. Damit das ganze aber nicht zu komplex wird, kannst du es halten, wie bei den Serien: Die einzelnen Haupterzählungen der Episoden sind abgeschlossen, aber eine Nebenhandlung bleibt am Ende offen – und motiviert zum Weiterschauen.

SENSIS

Zusammen
ins Gespräch kommen

Von Ivo Bühler/Tacker

SENSIS ACHTUNG!



Alle Achtung. Im Leitungsteam, bei der Lagervorbereitung, für deine Arbeit, im gegenseitigen Respekt; als Gruppe und im eigenen Verhalten. Wir laden ein, gemeinsam über verschiedene Formen der Achtung zu diskutieren

und zu philosophieren. Ausgedruckt kannst du die acht Aussagen als Erweiterung für dein Sensis-Spiel nutzen.

Wir wünschen viel Spass und angeregte Diskussionen!

Alle Infos zu Sensis sowie die Karten vergangener und dieser Ausgabe zum Ausdrucken findest du auf www.vkp.ch
→ KOMPASS → Sensis.

Ich leiste meinen bewussten Beitrag, damit unsere Pfadiabteilung einen nachhaltigen Umgang mit der Schöpfung pflegt.

Damit ein Lager gelingen kann, muss man bei der Nachhaltigkeit hin und wieder ein Auge zudrücken.

Ich wünsche mir mehr Wertschätzung für meine Arbeit.

In unserer Pfadiabteilung werden alle so respektiert, wie sie sind.

Unser Leitungsteam hätte einen Eintrag ins Guinnessbuch der Rekorde verdient.

Durchhalten, auch wenn es einem zu viel wird, ist eine Stärke.

Wer andere achtet, erntet Respekt.

Wer meine Warnung nicht beachtet, ist selbst schuld.

ZITAT

«Auch die Achtung ist eine unwiderrufliche Bedingung der Liebe. Lassen sie uns daher unaufhörlich uns bemühen, nicht nur die Achtung, die wir gegenseitig füreinander tragen, zu erhalten, sondern auch zu erhöhen. Denn dieser Zweck ist es erst, welcher der Liebe ihren höchsten Wert gibt; edler und besser sollen wir durch die Liebe werden, und wenn wir diesen Zweck nicht erreichen, Wilhelmine, so missverstehen wir uns.»

Heinrich von Kleist (1777–1811), deutscher Dramatiker, Novellist, Bühnenschriftsteller und Erzähler; Aus Sämtliche Werke, Briefe. An Wilhelmine von Zenge.

ACHTUNG – FERTIG – LOS!

Eine kleine Sammlung bekannter
und weniger bekannter Gruppenspiele

Von Ivo Bühler / Tacker

Erbsenkönig*in

Achtung, sag niemals «Ja» oder «Nein» ... Ein Spiel zum Kennenlernen, aber auch für jene, die sich schon kennen.

Alle erhalten dieselbe Anzahl Erbsen (Coins, Steinchen oder Ähnliches) in die Hand. Nun beginnt das Spiel. Alle gehen umher, suchen sich eine*n Gesprächspartner*in und fangen zusammen an zu plaudern, um sich kennenzulernen. Es ist jedoch untersagt, die Wörter «Ja» und «Nein» zu nutzen. Wer es trotzdem tut, gibt dem*der Gesprächspartner*in eine Erbse ab und sucht sich jemand anderes zum Kennenlernen.

Wer nach einer festgelegten Zeit im Besitz der meisten Erbsen ist, wird feierlich zum*zur Erbsenkönig*in gekrönt.

Atemlos

Achtung, es wird laut ... Fast wie Helene Fischer, nur nicht durch die Nacht, sondern über das Spielfeld.

Alle stehen an der schmalen Seite eines langen Spielfeldes. Auf Los wird losgerannt und gleichzeitig laut geschrien. Man darf aber nur so lange laufen, wie man ununterbrochen schreien kann. Zum Luft holen, muss man stehen bleiben.

Wer als Erste*r ins Ziel kommt, darf sich «König*in der Lüfte» nennen.

Variante: In einem begrenzten Feld dürfen alle nur rennen, wenn sie schreien. Das Spiel beginnt mit eine*r Jäger*in, der*die den Umlaut «i» schreit, Gejagte schreien «a». Wer berührt wird, wird Jäger*in und schreit nun auch «i».

Ölsardinen

Achtung, es könnte eng werden ... Eine Art Versteckis – nur umgekehrt.

Ein*e einzelne*r Spieler*in versteckt sich in einem begrenzten Gebiet draussen oder in einem Haus. Alle anderen gehen auf die Suche nach ihm*ihr. Wer ihn*sie findet, gesellt sich unauffällig zu ihm*ihr. Bald schon drängen sich alle, wie Sardinen in der Dose, am selben Ort aneinander. Wer den Sardinenhaufen zuletzt findet, versteckt sich als Nächste*r.

Eiszeit

Achtung, es wird cool ... Ein Spiel, das auch als Postenlauf-Station gespielt werden kann.

Mehrere Kleingruppen (vier bis fünf Spieler*innen) treten gegeneinander an. Jedes Team erhält nun ein vorher befeuchtetes und eingefrorenes T-Shirt. Welche Gruppe schafft es am schnellsten, das T-Shirt ohne Hilfsmittel aufzutauen und jemandem aus der Gruppe über den Oberkörper zu ziehen?

PRAKTIPTIP

Sänger*innenstreit

Achtung, es wird laut gesungen ... Ein Spiel für den Bunten Abend oder vor dem Essen.

Es werden ungefähr gleich grosse Klein-/Tischgruppen gebildet. Der*die Spielleiter*in ruft ein Buchstabe. Nun überlegen sich alle Gruppen ein Lied oder einen Refrain, der mit dem entsprechenden Anfangsbuchstaben anfängt und fangen sofort mit singen an. Wer zuerst ist, erhält einen Punkt. Die Gruppe mit der höchsten Punktzahl nach einer bestimmten Anzahl Runden darf zuerst Essen schöpfen.

Variante: Der*die Spielleiter*in zeigt auf eine Gruppe, die sofort mit einem gemeinsamen Lied beginnt. Wenn der*die Spielleiter*in genug gehört hat, zeigt er auf eine andere Gruppe, die nun ein anderes Lied anstimmt. Wem kein Lied mehr einfällt oder wer ein Lied anstimmt, welches bereits gesungen wurde, scheidet aus. Die Letzte Sänger*innengruppe darf zuerst ans Dessertbuffet.

Wo ist der Bagy-Bag?

Achtung, lass dich nicht erwischen ... Ein Spiel für Aufmerksame

Aus einer Pfadikrawatte wird ein Knäuel geknotet. Sie ist der «Bagy-Bag». Alle Mitspieler*innen stehen nun Schulter an Schulter und bilden einen Kreis. Eine Person steht in der Mitte des Kreises und schliesst die Augen. Die Mitspieler*innen geben den Bagy-Bag hinter dem Rücken hin und her und fangen nach einer Weile gemeinsam, im gleichen Rhythmus und monoton an, den Spruch «Wo – ist – der – Bagy – Bag» zu wiederholen. Nun öffnet die Person in der Mitte ihre Augen und fängt an, den Bagy-Bag, der sich hinter den Rücken der Kreispieler*innen herumgereicht wird, zu suchen. Wenn er*sie einen Verdacht hat, zeigt er*sie auf die entsprechende Person und sagt «Du hast den Bagy Bag!». Stimmt die Vermutung, tauschen die beiden Spieler*innen ihre Plätze. Wer mutig ist, darf den Bagy-Bag auch hinter dem Rücken der Spieler*innen in der Mitte zeigen. Wer ihn sieht, singt im selben Rhythmus wie die Gruppe «Ich – seh – den – Bagy – Bag» und alle anderen stimmen zweimal mit ein, bevor die Gruppe wieder zum monotonen «Wo – ist – der – Bagy – Bag» wechselt.

Whiskymixer

Achtung, es wird ernst ... Ein Spiel für Konzentrierte.

Alle stellen sich im Kreis auf. Im Uhrzeigersinn wird das Wort «Whiskymixer» möglichst schnell herumgegeben. Sagt ein*e Spieler*in «Messwechsel», wird die Richtung gewechselt und das Wort «Wachsmaske» entgegen dem Uhrzeigersinn weitergegeben. Wichtig dabei ist die Geschwindigkeit. Wer zögert oder lacht (auch wenn er*sie nicht an der Reihe ist), muss einmal um den Kreis laufen.

FOKUS

Von Michael Weber / Pelé

WERTSCHÄTZUNG ZEIGEN

Freiwillige und Ehrenamtliche leisten unglaublich viel. Da ist eine kleine Aufmerksamkeit immer angebracht!

In der Pfadi leisten Leiter*innen, Rover, Ehemalige, Betreuungspersonen wie Coach und Präses und auch Eltern viele Stunden freiwillige Arbeit. Das ist nicht selbstverständlich und verdient höchste Achtung. Nicht mit Geld, aber mit Aufmerksamkeit. Es gibt viele Möglichkeiten, Danke zu sagen und Aufmerksamkeit zu schenken. An dieser Stelle nutzen wir die Gelegenheit, drei Formen vorzustellen und zugleich über unsere Tätigkeiten und Angebote zu berichten.

Dankesanlass

Ein Dankesanlass oder ein Mitarbeiter*innenausflug ist eine gute Gelegenheit, sich von einer anderen Seite kennenzulernen und die Gemeinschaft zu stärken. Es gibt dabei aber ein paar Dinge zu beachten, darum an dieser Stelle drei gute Tipps:

- Der Anlass darf für die Beteiligten nicht mit grossem Aufwand verbunden sein. Insbesondere soll er nichts kosten und keine aufwändige Vorbereitung benötigen. Auch die zeitliche Verfügbarkeit muss beachtet werden.
- Alle müssen sich wohlfühlen und mit Freude teilnehmen können. Ein Seilpark zum Beispiel ist ein tolles Erlebnis – ausser man hat Höhenangst. In der Regel sind die Vorlie-

ben im Team bekannt, beachte diese unbedingt. Falls du nicht sicher bist, mache verschiedene Vorschläge und lasse das Team auswählen.

- Weniger ist mehr! Bei einem Dankesanlass soll es auch Raum für gemeinsame Zeit haben. Eine Bachwanderung und zusammen ausgefallen kochen bringt vermutlich mehr als ein Ausflug in einen Freizeitpark.

Eben erst fand der Mitarbeiter*innenausflug des VKP statt. Wir reisten nach Aesch, wo Fresh zuhause ist, und machten eine Wanderung ins Klustal. Dort findet sich die grösste zusammenhängende Rebfläche des Baselbiets. Unterwegs stellten wir mit Schrecken fest, dass alle ausser Anna ein Pfadifoulard trugen. Das kann doch nicht sein, und zudem hat sie keinen Pfadinamen! Das änderte sich in den folgenden zwei Stunden. Noch vor dem Mittagessen im kleinen Rebhüsli überreichten wir Surya (vormals Anna) die Taufurkunde. Surya ist Sanskrit und ist in den ältesten Schriften des Hinduismus die Personifizierung der Sonne. Danach erfuhren wir von der Besitzerfamilie einiges über den Rebberg und probierten den Wein. Wir brätelten und machten uns dann gemütlich auf den Rückweg.





Kleine Geschenke

Geschenke sind kleine und grosse – je nach Geschenk – Aufmerksamkeiten. Eine einfache Art, Wertschätzung zu zeigen, da man sich einfach freuen kann. Mit dem Adventskalender für Jugendliche erarbeiten wir schon seit vielen Jahren ein tolles Geschenk, das auch den Leiter*innen abgegeben werden kann.

Mir geht ein Licht auf! So heisst die Ausgabe 2024. Denn, manchmal tappen wir im Dunkeln. Plötzlich geht uns ein Licht auf: Wir verstehen etwas und erkennen Zusammenhänge. Licht wird mit Wissen verbunden. Das ist einleuchtend, oder? Licht steht aber auch für Hoffnung, Geborgenheit, Orientierung oder es warnt vor einer Gefahr. Jesus sagt zu den Menschen: «Ich bin das Licht für die Welt. Wer mir nachfolgt, wird nicht in der Dunkelheit umherirren, sondern er hat das Licht, das ihn zum Leben führt.» Der Advent mit all seinen Lichtern lädt ein, darüber nachzudenken. Der Postkarten-Adventskalender und der dazu passende Türchen-Adventskalender bieten 24 Momente, um ein Türchen in sich zu öffnen: Für jeden Tag im Advent gibt es eine Postkarte mit einem Bild und einem spannenden Text. Du bekommst täglich einen Moment geschenkt, der dich anregt, inspiriert, entspannt, erheitert. Oder anders gesagt: fünf Minuten für dich! Die Adventskalender können im Shop des VKP bestellt werden.

Ausbildung ermöglichen

Eine wichtige Motivation für freiwilliges Engagement, gerade bei jungen Erwachsenen, sind Gestaltungsmöglichkeiten und die Chance, dabei neue Kenntnisse und Erfahrungen zu erwerben. In der Pfadi übernehmen die Leiter*innen schon in jungen Jahren grosse Verantwortung, führen Projekte (Lager) durch, leiten einen Verein und vermitteln ihr Wissen. Das braucht eine breite Palette an Fertigkeiten. Was jede*r Personalverantwortliche*r weiss, sollte auch in der Pfadi selbstverständlich sein: Die Mitarbeiter*innen werden in Aus- und Weiterbildungen gefördert. Und dies kann durchaus über die Pfadi-Ausbildungskurse hinaus gehen. Warum nicht eine Einführung in ein Grafikprogramm oder einen Workshop zur Auftrittskompetenz?

Da wir wissen, wie sehr es hilft, wenn man gut ausgebildet ist, führen wir jedes Jahr einen Präsidkurs durch. So auch im vergangenen September. Dabei lernten die Präsidies ihre Rolle, die Pfadi und das Netzwerk sowie die Methode Anispi kennen. Sie tauschten sich über bewusstes Handeln aus und erlebten eine Nachtaktivität. Damit haben die neuen Präsidies eine gute Grundlage für ihre (neues) Amt.



ACHTUNG! PLAYLIST



Von Ivo Bühler / Tacker

Achtung, diese Playlist ging weniger leicht von der Hand als andere. Sie fühlt sich nicht ganz so rund wie sonst an. Dennoch, mit dem QR-Code kommst du auf die Spotify-Playlist, die dich durch dieses Heft begleitet.

Eine kleine Aufmerksamkeit

Inspiriert von Pelés Artikel zum Danke sagen für die geleistete Freiwilligenarbeit haben unter anderem «Danke» von den Fantastischen 4 oder von Baschi, «Das Geschenk» von Sportfreunde Stiller und «Merci» von Stiller Has in die Playlist Einzug gefunden.

Achtung tragen zur Umwelt

Manchmal braucht es Wesen aus einer anderen Galaxie wie die Band Henge, die uns zeigen, wie gut wir es hier auf unserer Erde haben. Bei ihrem Stopover am diesjährigen Buskers Festival in Bern begeisterten sie mit ihrem Song «In praise of water», der sich nun auch in dieser Playlist findet. Auch Stress mit «On n'a qu'une terre», Thomas D mit «Gebet an den Planet 11.0» oder Ludovico Einaudi mit «Elegy for the Arctic» machen auf die Verletzlichkeit unserer Erde aufmerksam. Einaudi spielte das Piano, in einer Performance für Greenpeace auf einer abgebrochenen Eisscholle vor Spitzbergen. Es lohnt sich auch das entsprechende Video anzuschauen.

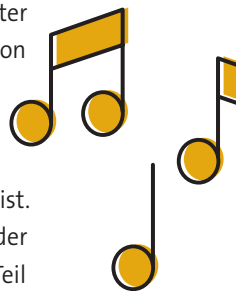
Achtung, fertig, los, direkt zum Rekord

Auch ein paar Tracks für Wettkämpfe findest du in dieser Playlist. «The Race» von Yello, «Bicycle Race» von Queen und «Popcorn» von Hot Butter. Weil «Hey ho, let's go» auch irgendwie nach Start tönt, sind die Ramones mit «Blitzkrieg Bop» in dieser Playlist. Der Rekord der meisten verkauften Singels, und jetzt müsst ihr alle stark sein, ist mit unglaublichen 50 Millionen Exemplaren Bing Crosby's «White Christmas». Lange galt laut Magazin «The Rolling Stone» der Song «Like a Rolling Stone» von Bob Dylan als bester Song überhaupt. Seit 2021 wurde er aber von «Respect» von Aretha Franklin vom Tron gestossen.

Achtsamkeit und Achtung!

So passt «Respect» gerade doppelt gut in diese Playlist. Denn wie im Artikel über die Achtsamkeit gelesen, ist der Respekt vor andern wie auch der Respekt vor sich selbst Teil von Achtsamkeit. So musste ist auch «Respect Yourself» von DJ Bobo (unglaublich, dass er in eine Playlist von mir Einzug hält) in die Auswahl nehmen. Zudem gibt es viele Assoziationen zu «Achtung»: Das Lied «One» von U2 ist auf dem Album «Achtung Baby» zu finden, «Hie u jetzt» von Mia Aegerter auf dem Soundtrack zu «Achtung, fertig, Charlie» und der Track «Schocktherapie» von Fettes Brot beginnt mit den Lyrics «Attention, Attention, dies geht raus an alle Menschen».

Ich wünsche euch viel Spass beim Hören dieser beachtenswerten Mischung.



KOMPASS
5/2024, 85. Jahrgang
erscheint sechsmal jährlich
ISSN 1661-3996

Herausgeber
Verband Katholischer Pfadi VKP

Jahresabonnentment
Für aktive Pfadi CHF 32.–, sonst CHF 37.–
(Ausland CHF 35.–/40.–)
Das Abonnement ist nur auf Jahresende
schriftlich kündbar.
IBAN: CH47 0900 0000 6002 1832 5

Redaktion und Adressänderungen
Zeitschrift KOMPASS, VKP
St. Karliquai 12, 6004 Luzern
Tel. 041 266 05 00
e-mail: kompass@vkp.ch, www.vkp.ch

Gestaltung
icona basel
Angensteinerstrasse 38, 4052 Basel
Tel: 061 312 25 10
www.icona-basel.ch

Druck und Versand
Oberholzer AG

KOMPASS Equipe
Ivo Bühler, Oftringen;
Anna Faust, Luzern;
David Joller, Bern;
Michael Weber, Zofingen