

Für alle,  
die ihre Hände und Füße für mich einsetzen.

© 2021 Elfriede Demml und Martin Lechner

Herausgeber:in: Elfriede Demml und Martin Lechner  
Graz/Bad Aussee – Benediktbeuern 2021

Illustration Titelbild: Jackie Sams

Fotos: Wenn nicht anders angegeben, von Martin Lechner

Bibelstellen: Wenn nicht anders angegeben, Einheitsübersetzung 2016

Lektorat: Elisabeth Fritzl, Christa Krämer, Bernadette Krogger

Layout: DESIGNEREI | [www.designerei.co.at](http://www.designerei.co.at)

Mehr Geschichten und Impulse unter:

[www.edemml.wixsite.com/mit-gott-im-alltag](http://www.edemml.wixsite.com/mit-gott-im-alltag)

Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin/des Autors:

Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien

[www.buchschmiede.at](http://www.buchschmiede.at)

ISBN: 978-3-99129-024-7



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autoren unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Elfriede Demml

*Freiheitsduft*  
mit Hand und Fuß

Mit Fotos und deutenden Betrachtungen  
von Martin Lechner und  
einem Vorwort von Bischof Stefan Oster



## Inhalt

<b>Vorwort von Bischof Stefan Oster .....</b>	<b>7</b>
<b>Freiheitsduft mit Hand und Fuß – Einleitende Gedanken ..</b>	<b>9</b>
<b>Geliebt</b>	
Gott ist die Liebe .....	14
Geschenkte Liebe .....	18
Selbstliebe .....	22
Aus Liebe umworben .....	26
<b>Beschenkt</b>	
Schön bist Du! .....	32
Gemeinsam stark .....	36
Aufmerksamkeit gesucht .....	40
Hingeschaut .....	44
Erblickt .....	48
Umarmt .....	52
Umsorgt .....	56
Behütet .....	60
Zärtlich berührt .....	64
Umgewandelt .....	68
Beherbergt .....	72
Voller Sehnsucht .....	76
<b>Gesandt</b>	
Schon gerettet! .....	82
Wegweiser gesucht .....	86
Himmlicher Manager .....	90
Auf's Ganze gehen .....	94
Gott wirkt im ‚Nutzlosen‘ .....	98
Selig, die .....	102
Rotlicht in marianischem Blau .....	106
Den Weg bereiten .....	111
Aus Vertrauen leben .....	115

Allen alles werden .....	119
Der Kirche ein Gesicht geben .....	123
Mission is possible .....	127
Freiheitsduft .....	131
<b>Dank .....</b>	<b>135</b>
<b>Ein paar Worte zum Schluss von Christa Krämer .....</b>	<b>136</b>

# Vorwort

von **Bischof Stefan Oster**

Vor einigen Jahren hatte ich die Freude, mit jungen Menschen in Benediktbeuern einen Weg der Glaubensvertiefung gehen zu dürfen. „God for you(th)“ haben wir die Gruppe genannt. Und aus denen, die gemeinsam angefangen haben, haben wir ein Team gebildet, das die verschiedenen Treffen, Gebete, Unternehmungen vorbereitet hat – geistlich und organisatorisch. Immer dabei war die Elfriede Demml – die „Friedl“, wie wir sie gerne nennen. Die Gruppe, das Team, bestand aus etwa zehn jungen Menschen, von denen der eine oder die andere auch eine psychische oder physische Last oder Beeinträchtigung mit sich herumgetragen hat. Und im Grunde tun wir das ja alle, ist doch kein Mensch je ganz heil, weder an Leib noch an Seele. Äußerlich am meisten beeinträchtigt von allen war die „Friedl“ – mit ihrem Rollstuhl und mit scheinbar so wenigen Möglichkeiten, die Dinge selbst in die Hand zu nehmen, selbst Hand anzulegen beim Planen, Aufbauen, Gestalten. Für sie sind ja schon die einfachsten täglichen Verrichtungen eine Herausforderung, für die sie oft Hilfe von anderen braucht: Essen, Trinken, Körperhygiene, das Anlegen von Kleidung und anderes mehr.

Elfriede ist sehr eingeschränkt in ihrem „Wagerl“, wie sie den Rollstuhl oft liebevoll bezeichnet. Sie nennt ihn so nach einer Begegnung mit einem gemeinsamen weisen geistlichen Lehrer und Freund, der das Angenagelt-Sein von Jesus am Kreuz mit ihrem „Angebunden-Sein im Wagerl“ verglichen hat. Das ganz Erstaunliche in unserer Gruppe war aber für mich immer wieder die folgende Erfahrung: Äußerlich war „die Friedl“ die am

meisten Beeinträchtigte, aber innerlich erschien sie uns immer als die Freie, die Frohe, die Heile. Die Begegnungen mit Elfriede waren und sind immer schön, voller Leben und Lachen oder voller Verständnis und Teilnahme. Ohne dass sie es je wollte, wurde sie in unserer Gruppe stets als eine Art heimlicher Mittelpunkt gesehen. Dies geschah wie selbstverständlich, wohl deshalb, weil sie in sich die tiefe Sehnsucht trägt, mit ihrem ganzen Leben auf den hinzuweisen, der für sie der Mittelpunkt ist.

Und so hoffe ich für dieses schöne Buch, dieses wunderbare Zeugnis, dass durch die Texte von Elfriede und die tiefen deutenden Betrachtungen von Martin Lechner viele Menschen in eine Begegnung mit dem geführt werden, der das Leben von Elfriede bestimmt und so leuchtend macht: unser gekreuzigter und auferstandener Herr, dem sie alle Ehre geben will.

*Dr. Stefan Oster SDB*  
*Bischof von Passau*



# Freiheitsduft mit Hand und Fuß Einleitende Gedanken



„Guter Hirte“ – Lukas trägt Elfriede  
in die Stiegenkirche Graz zum Loretto-Gebetskreis.

*(Foto: Julia Lacina)*

Liebe Leserin und lieber Leser!

Unsere Lebensumstände können wir uns oft nicht aussuchen. Aber immer können wir uns den inneren Freiraum wahren und entscheiden, wie wir uns zur jeweiligen Situation verhalten. Wir sind nicht Opfer unserer Umstände. Wir haben die Freiheit, sie zu gestalten. Und wir dürfen darauf vertrauen, dass einer mit uns geht, der es gut mit uns meint.

Das vorliegende Buch will einladen und inspirieren, in jeder Begebenheit des Alltags das darin verborgene Geschenk zu entdecken. Das erfordert oft ein abenteuerliches Suchen, aber es lohnt sich. Das weiß ich aus eigener Erfahrung.

Ermutigt durch viele Menschen ist dieses Buch entstanden. Freunde, die sagen: Elfriede, schreib deine Geschichten auf. Fromme Menschen, die sich in ihrem Glauben bestärkt fühlen. Weniger fromme Menschen, die mir beim Abschied sagen: „Und bitte schick mir mal wieder eine Himmels-Geschichte!“ Dementsprechend ist auch die Zielgruppe breit gefächert. Menschen, die Sehnsucht haben, den Duft der Freiheit, die Hoffnung und die Freude, und letztendlich die Spuren Gottes in ihrem Alltag zu entdecken, egal wie widrig die Umstände auch sein mögen.

„Freiheitsduft“ ist nicht nur ein schöner Gedanke, sondern etwas sehr Konkretes, das man im Alltag erfahren kann. Mit Hand und Fuß eben. Ich erfahre Freiheit zum Beispiel besonders in Situationen, in denen andere ihre Hände und Füße für mich einsetzen, bei Dingen, die ich aufgrund meiner körperlichen Einschränkungen nicht kann. Aber auch ich selbst kann durch mein ganzes Dasein für andere den Freiheitsduft spürbar

machen, je nachdem, wie ich mich verhalte. Und das Wichtigste: Derjenige, der uns letztendlich die tiefste Freiheit schenkt, Jesus Christus, ist extra Mensch geworden, hat Hand und Fuß angenommen, damit wir in Freiheit leben können, egal wie die Umstände sind.

Einer der „Ermutiger“ für dieses Buch war Martin Lechner, mein ehemaliger pastoraltheologischer Lehrer in Benediktbeuern und Vorsitzender der dortigen Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen. Trotz durchaus verschiedener biographischer Lebenslagen, theologischer Positionen und spiritueller Zugänge zum christlichen Glauben hat uns doch ein Artikel – er ist hier unter dem Titel „Hingeschaut“ zu finden – zueinander geführt und eine gemeinsame geistliche Spur entdecken lassen. So regte er an, die von mir in den letzten Jahren in verschiedenen Pfarrblättern und in der Tagespost veröffentlichten kleinen Erfahrungsberichte zu einem Büchlein zu bündeln und sie mit von ihm gemachten Fotos und deutenden Betrachtungen „zum Nach-Denken“ sowie mit einem abschließenden Gebet zu umfassen.

Ich wünsche Ihnen „begeisternde“ Lesestunden, in denen Sie aufatmen und dem „Freiheitsduft“ in Ihrem Leben auf die Spur kommen können. Seien Sie gesegnet von Gott, der uns diese Freiheit der Kinder Gottes schenkt.

*Elfriede Demml*



*Geliebt*

# Gott ist die Liebe



Brunnen im Bildungshaus der Calabrine-Schwwestern,  
São Paulo Aufschrift: „Wen da dürstet, der komme  
zu mir und trinke.“

*(Joh 7,37)*

Viele sagen „Ich glaube an die Liebe“ und meinen damit vielleicht eine höhere Macht oder eine positive Lebenskraft. Aber ich kann mich nicht begnügen mit irgendeiner Kraft. Ich habe Gott als eine Person kennen gelernt, als jemanden, zu dem ich DU sagen kann! Und dieser Jemand tut alles, um mir seine Liebe zu zeigen. Er macht sich ohnmächtig und wird Mensch, damit ich ihn sehen, hören und begreifen kann. Er stirbt einen elenden Tod am Kreuz und besiegt so die Nacht des Todes, damit ich mit ihm leben darf.

Nun könnte jemand einwenden: „Ja und, was hast du heute davon, dass Gott das angeblich für dich vor 2000 Jahren getan hat?“

Meine Antwort: Er hört auch heute nicht auf, alles für mich zu tun. Er wirbt um mich wie ein Bräutigam um seine Braut: „Wie der Bräutigam sich freut über die Braut, so freut sich dein Gott über dich“ (Jesaja 62,5). Ja, er klopft an die Tür meines Herzens und wartet voll Sehnsucht darauf, dass ich ihm öffne (vgl. Offenbarung 3,20). Jeden Tag neu wartet er voll Sehnsucht auf mein JA, damit er mich beschenken kann.

Und eines kann ich dir versichern: Dieser Gott hat auch Sehnsucht nach DIR!

## Zum Nach-Denken

Jeder Mensch kennt das Gefühl, das wir Sehnsucht nennen. Im Wörterbuch wird Sehnsucht beschrieben als ein „inniges, schmerzliches Verlangen“. Ja, wir Menschen sehnen uns nach Liebe, nach Glück, nach Freundschaft, nach Gesundheit, nach Frieden und Wohlstand etc., und wir ahnen dabei, dass immer noch mehr möglich sein könnte, als tatsächlich in Erfüllung geht. „Es muss doch mehr als alles geben“, so bringt *Dorothee Sölle* diese Erfahrung auf den Punkt.

Woher aber rührt diese unstillbare Sehnsucht? Was bzw. wer ist ihre Quelle? Die Mystikerin *Simone Weil* (1909–1943) gibt uns eine Antwort, die auch den obigen Text bestätigt. Sie ist davon überzeugt, dass sich zuerst Gott nach dem Menschen sehnt und so im Menschen die Sehnsucht nach Gott weckt. Er wartet wie ein Bettler, wie einer, der um unsere Liebe bittet. Gott also ist die Ursache unseres Sehns und Verlangens: „Seine Sehnsucht ist der lebendige Mensch“ (*Hl. Augustinus*). Und warum? Weil Gott nach Wesen Ausschau hält, „die gemeinsam mit ihm lieben“ (*Johannes Duns Scotus*). Diese göttliche Sehnsucht hat einen Namen: Jesus von Nazareth. Er ist Mensch geworden, um uns zur Mitwirkung an seiner Mission – die Verkündigung des Evangeliums, der „Botschaft des Guten“ (*Christoph Theobald*) – einzuladen. Es geht um nichts weniger als um eine neue Welt, in der Gerechtigkeit und Barmherzigkeit, Liebe und Versöhnung, Friede und Erlösung für alle schon jetzt spürbar werden.



## Gebet

*Alles beginnt mit der Sehnsucht (Nelly Sachs),  
immer ist im Herzen Raum für mehr,  
für Schöneres, für Größeres.  
Das ist des Menschen Größe und Not:  
Sehnsucht nach Stille, nach Freundschaft und Liebe.  
Und wo Sehnsucht sich erfüllt,  
dort bricht sie noch stärker auf.  
Fing nicht auch Deine Menschwerdung, Gott,  
mit dieser Sehnsucht nach dem Menschen an?  
So lass nun unsere Sehnsucht damit anfangen,  
Dich zu suchen,  
und lass sie damit enden,  
Dich gefunden zu haben.*

*Amen*

*(unbekannt)*

# Geschenkte Liebe



Installation in den Trauttmansdorffer Gärten, Meran.

Vergangene Woche hatte ich ein sehr eindrückliches Erlebnis. Ich war mit meinen Firmlingen im Vinzi-Dorf Graz, und Pfarrer Wolfgang Pucher, der dieses Dorf aufgebaut hat, erzählte uns von seiner Arbeit und vom Leben der Obdachlosen, die dort ein Zuhause finden. Wir saßen im „Aufenthaltsraum“, einem Container. Pfarrer Pucher war gerade dabei, den Jugendlichen zu demonstrieren, wie es ist, wenn man täglich Menschen „anschnorren“ muss. Da kam plötzlich ein obdachloser Bewohner des Vinzi-Dorfes an den Tisch und legte jedem der Firmlinge eine Münze aus seiner Hosentasche hin – wahrscheinlich das Geld, das er an dem Tag erbettelt hatte. Mir legte er keine Münze hin. Aber wenige Augenblicke später kam er wieder und hängte mir ein Franziskuskreuz um den Hals. Es roch noch nach Rauch. Offensichtlich hatte er es schon länger mit sich getragen. „Das wird dich beschützen!“ sagte er und verschwand wieder in der Ecke des Raumes.

Die Firmlinge waren schwer beeindruckt von diesem Erlebnis. Jemand, der selbst nicht einmal das Nötigste zum Leben besitzt, hatte ihnen einfach so Geld geschenkt. Selbst der Pfarrer schüttelte den Kopf und meinte: „Ich hab’ schon viel erlebt und ich bin auch davon überzeugt, dass die Bewohner des Vinzi-Dorfes religiöser sind als meine Pfarrgemeinde, aber derartige ist mir noch nicht begegnet.“

Ich selbst trage seither oft dieses Kreuz und versuche, den Mann im Herzen mitzutragen und ihn und seine Geschichte immer wieder vor den Herrn zu legen.

## Zum Nach-Denken

Elfriede Demml selbst kommentiert das oben Erzählte wie folgt: „Das geschilderte Erlebnis passt gut zum Gespräch mit einem weisen alten Mann, der sich selbst als ‚alten Pilgerbruder von Jesus‘ bezeichnet und mit dem ich immer wieder mal telefoniere. Sein Lebensthema ist die ‚Liebe umsonst‘.

In den Augen der Welt bedeutet das Wort ‚umsonst‘ so viel wie nutzlos, Mist. Bei Gott aber heißt umsonst: gratis, geschenkt. Genauso verhält es sich mit dem ‚Überflüssig-Sein‘. Während gemeinhin das Wort ‚überflüssig‘ mit nutzlos, wertlos konnotiert wird, hat es bei Gott einen positiven Klang: überfließend sein, so voll sein von SEINER Liebe, dass sie auf andere überströmt. Sie ist ausgegossen in unsere Herzen (Römer 5,5). Ich will es daher ertragen, ‚über-flüssig‘ zu sein, damit seine Liebe überfließen kann. Ich will es ertragen, ‚umsonst‘ zu sein, damit ich ohne Gegenleistung und zweckfrei lieben kann.“

Diese ‚Liebe umsonst‘ ist geradezu das Qualitätsmerkmal, ja die Identität christlicher Existenz. „Wer liebt, ist ein Christ. (...) Denn die Liebe, die hier als Inhalt des Christseins geschildert wird, verlangt von uns, dass wir versuchen, so zu lieben, wie Gott liebt. Er liebt uns nicht deswegen, weil wir besonders gut, besonders tugendhaft, besonders verdienstvoll sind, weil wir ihm etwa nützlich oder gar nötig wären – er liebt uns, nicht, weil wir gut sind, sondern weil ER gut ist. Er liebt uns, obwohl wir ihm nichts zu bieten haben; er liebt uns selbst noch in den Lumpengewändern des verlorenen Sohnes, der nichts Liebenswertes mehr an sich trägt. Auf christliche Weise lieben heißt, diesen Weg nachzugehen versuchen.“

*(Joseph Ratzinger: Vom Sinn des Christseins, 1965, S. 57)*