



# Christophorus

Mitteilungsblatt für deutschsprachige Katholiken. St. Christophorus Gemeinde, Camberwell

595 Riversdale Road, Camberwell, Vic., 3124 ☎(03) 98824180 E-mail: stchristophorus@bigpond.com  
Website: <http://sanktchristophorus.org>

Vol 5 No 101

Jahresbeitrag \$ 20.00

Juni 2023

## FRONLEICHNAM - 8. Juni

Am 60. Tag nach Ostern - am zweiten Donnerstag nach Pfingsten - feiern die Katholiken Fronleichnam, das "Fest des heiligsten Leibes und Blutes Christi". Doch wissen immer weniger Menschen – seien sie nun getauft oder nicht –, was da eigentlich gefeiert wird. Schlimmer noch: Wenn sie davon hören, dass Brot und Wein zu Leib und Blut Christi werden, dann winken viele ab und bezeichnen es womöglich als "Hokuspokus". Was also hat es damit auf sich, wenn die Christen die wahrhaftige Gegenwart des Gottessohns in der heiligen Eucharistie feiern?



Als Brot des Lebens, als gewandelte Hostie steht Christus selbst im Mittelpunkt der prunkvollen Fronleichnamsprozessionen. Dafür steht auch der ungewöhnliche Name Fronleichnam, denn im Althochdeutschen steht "fron" für "Herr" und "lichnam" für "Leib". Eine wichtige Rolle spielt dabei die Hostie: auf den ersten Blick nur eine kleine unscheinbare Oblate - doch für gläubige Katholiken wird sie durch die Wandlung im Gottesdienst zum "Leib Christi".

Das geht zurück auf das letzte Abendmahl, als Jesus den Aposteln Brot austeilte mit den Worten "Das ist mein Leib". Dieses Geheimnis des "heiligen Brotes" steht auch im Mittelpunkt der feierlichen Fronleichnamsprozessionen, bei denen die Hostie in einer Monstranz durch die Straßen getragen wird.



Bevor die Hostie aber ihrer eigentlichen Bestimmung zukommt, wird sie ganz normal gebacken - einfach mit Mehl und Wasser. Zum Beispiel beliefert die Benediktinerinnenabtei St. Gertrud im Kloster Alexanderdorf bei Berlin Gemeinden in ganz Deutschland.

Zu Besuch in einer Hostienbäckerei.....



### ÜBERBLICK

JEDEN SONNTAG HL. MESSE UM 10 UHR  
04.JUNI DREIFALTIGKEITSSONNTAG  
11. JUNI FRONLEICHNAM

DIENSTAG 13. Juni SENORENTAG  
Wir treffen uns in der Gemeindehalle  
HL. Messe um 10.30 Uhr

## Zu Besuch in einer Hostienbäckerei

"Gott ist individuell - er begegnet jedem persönlich. Mich hat er hierhin geschickt", erzählt Thomas Held, während er kurz nach fünf Uhr am Morgen die unscheinbare Glastür der Hostienbäckerei "Sankt Johannes" in einer Seitengasse des Wallfahrtsortes Kevelaer (NRW) aufschließt. Zügig läuft der 51-Jährige durch den Eingangsladen in die hinteren Räume der ehemaligen Fabrik, wo sich die Backstube befindet. Dort befüllt er einen großen Metalleimer mit Wasser und setzt ihn in ein Rührgerät. In einem weiteren Eimer füllt er Weizenmehl ab, das dem Wasser untergerührt wird.

## Vom Ordensmann zum Hostienbäcker

Mit dem Hostienbacken hat Thomas Held früh begonnen. Erlern hat er das Handwerk, das früher hauptsächlich in Klöstern praktiziert worden ist, selbst in einem solchen Hause. Über 15 Jahre lebte der gebürtige Schwabe in einer Lebensgemeinschaft der katholisch-geistlichen Strömung "Charismatische Erneuerung" in einer Abtei in Frankreich. "Als ich das Kloster in den ersten Tagen nach meiner Ankunft erkundete, entdeckte ich eine kleine, heruntergekommene Hostienbackstube. Gemeinsam mit anderen Ordensgemeinschaften, die in der Nähe lebten, habe ich das Handwerk des Hostienbackens erlernt".

So gründete der junge Ordensmann die alte klösterliche Hostienbäckerei neu. Fortan konnten umliegende Gemeinden mit den selbstgebackenen Oblaten beliefert werden. Dies sprach sich im Ort herum, so dass immer mehr Menschen dem Hostienbäcker über die Schulter schauen wollten. Dabei befragten sie ihn häufig, was sich hinter dem sakralen Gebäck verbirgt. Mit Freude erklärte er ihnen das Handwerk der Hostienherstellung und erzählte dabei auch vom Ursprung der Hostien, dem letzten Abendmahl Jesu mit seinen Jüngern. Dabei soll Jesus laut biblischer Überlieferung ein Stück Brot zerbrochen und an die Jünger mit den Worten "das ist mein Leib, der für euch hingegeben wird" ausgeteilt haben. Christen glauben, dass Jesus mit diesem Zeichen seinen bevorstehenden Tod am Kreuz als Hingabe für die Menschen erklärt hat. Dieser Glaube wurde zur Grundlage der heiligen katholischen Messe. Im Hochgebet, dem Höhepunkt der Feier, spricht der Priester ein Gebet über die Hostien, das zur Wandlung

des Brotes in den Leib Christi führen soll.

Während Thomas Held den interessierten Klosterbesuchern von dieser biblischen Geschichte berichtete, soll es immer wieder zu interessanten Debatten über den Glauben gekommen sein, die, wie er heute sagt, auch seinen eigenen Glauben geprägt haben.

## Hostienbacken als Gottesdienst

Als sich die klösterliche Gemeinschaft, in der er viele Jahre gelebt hat, schließlich auflöste, kam er zurück nach Deutschland und gründete gemeinsam mit seiner späteren Frau die gläserne Hostienbäckerei "Sankt Johannes" in Kevelaer. Dort sieht er sich zu zweierlei Dingen berufen. Auf der einen Seite leistet er mit dem Hostienbacken einen Beitrag zu den Messfeiern - für ihn als getauften Christen eine Art "Gottesdienst". Auf der anderen Seite bietet er Führungen durch die Bäckerei an, in denen er hauptsächlich Kommunionkindern und Firmlingen die theologischen und geschichtlichen Hintergründe der Hostie erklärt. "Glauben muss wieder greifbarer werden. Dafür stehe ich hier", erklärt er.

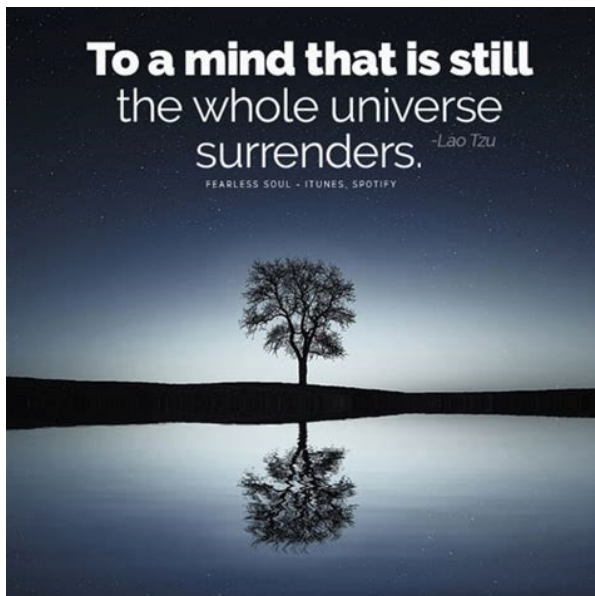
Während Thomas Held über die Geschichte seiner Bäckerei erzählt, ertönt plötzlich ein lautes Pfeifen in der Backstube. Für den Bäcker ist das das Signal, dass die erste Teigmischung des Tages fertig angerührt ist. Routiniert lässt er den fertigen Teig aus dem Rührer in eine Schüssel ab und transportiert ihn in die Backstube. Dort sind mittlerweile zwei seiner Mitarbeiterinnen eingetroffen, die schon den großen Hostienbackautomaten vorgeheizt haben. Gemeinsam spritzen sie den zähflüssigen Teig auf ein 185°C-heißes Hostienbackeisen, das mit einem weiteren Eisen geschlossen wird. Mit einem lauten Zischen entweicht der überschüssige Wasserdampf aus dem Teig, der daraufhinzu einer dünnen Platte erstarrt. Anschließend transportieren sie die noch heißen Hostienplatten in ein Trockengitter. Wenn die Platten abgekühlt und mehrere Stunden in einem Raum mit hoher Luftfeuchtigkeit auseinandergelassen sind, werden die kreisförmigen Oblaten einzeln mit der Stanzmaschine ausgestochen. Erst danach können die Hostienbäcker ihr Resultat begutachten und auf Brüchigkeit testen. Diese ist das wichtigste Qualitätsmerkmal von Hostien. Ende

If you are depressed, you are living in the past. If you are anxious you are living in the future. If you are at peace you are living in the present. Lao Tzu

The wise man does not lay up his own treasures. The more he gives to others, the more he has for his own. Lao Tzu

Silence is a source of great strength.  
Lao Tzu

Knowing others is intelligence;  
knowing yourself is true wisdom.  
Mastering others is strength;  
mastering yourself is true power. Lao Tzu



Spenden :  
Anonym \$ 400,-

Rundbriefeinnahme:  
Anneliese Heilzer, Martha Zimmer Erika und Kress.

Vielen Dank!



*Wir gratulieren recht herzlich  
zum Geburtstag*

*Herzlichen Glückwunsch an:*

*W. Beisner, E. Boucek,  
Adelheit Kelly,  
Annemie Kirchmann,  
B. Krix, C. Kryza, Brigitte Marsch,  
Franziska Meier, E. Staberhofer, R.  
Skok, I. Hepp, Johanna Leiminger  
und Willie Wein.*

**Verleben Sie einen wunderschönen Tag  
im Kreise Ihrer Lieben.**

**Wir wünschen Ihnen gute Gesundheit  
und einen frohen Lebensmut für das  
kommendeneue Lebensjahr!**



## Liebe Senioren,

Unser Klubtag im Mai liegt nun auch schon wieder hinter uns. Das kalte, feuchte Wetter war wohl der Grund, warum viele lieber zuhause blieben, nur 16



Mitglieder waren gekommen. Zuerst zeigte uns Father Kris auf der Leinwand in der Kirche ein paar leichte Übungen, die wir zuhause machen können, um mehr beweglich und gesund zu bleiben.

Dann in der warmen gemütlichen Halle brauchten wir nicht lange auf unser Lunch zu warten, unsere freundliche Küchenhilfe Gina von Tally Ho hatte alles schon griffbereit vorbereitet. Es gab eine riesige Platte mit schmackhaftem Schinken und gebratenen Hühnchenteilen, einen erstklassigen Pastasalat, einen frischen grünen Salat und dazu noch feine Brötchen mit Butter. Ganz besonders wurde der Pastasalat gelobt, er wird sicher von einigen zuhause ausprobiert werden! Und trotz grossem Appetit blieb noch soviel übrig, dass sich jeder noch eine zweite Portion mit nachhause nehmen konnte. Zum Kaffee gab es Petit Fours, sie sahen so meisterhaft perfekt aus, fast zu schade zum Verspeisen, aber sie schmeckten herrlich!!! Richtig erholt und entspannt fuhren wir wieder heimwärts, ein schöner Tag ging dem Ende entgegen.

### **Eine größere, fremde Welt! Mit den Füßen schmecken, aus 200 Augen sehen:**

Menschen lieben es, über Außerirdische nachzudenken, darüber, wie sie wohl aussehen und ob wir uns mit ihnen verständigen können. Doch so weit brauchen wir gar nicht zu schauen, schreibt **der britische Wissenschaftsjournalist Ed Yong** in seinem faszinierenden neuen Buch „*Die erstaunlichen Sinne der Tiere*“: Die Sinne der Tiere sind exotisch genug.

Unsere Welt ist bunt, oft laut und hektisch, sie kann uns schon einmal überfordern. Und doch: Alles, was wir sehen, riechen und hören, ist nur ein kleiner Teil dessen, was man wahrnehmen könnte, wenn man die nötigen Sinnesorgane hätte. Da gibt es nicht nur Töne, die zu hoch oder zu tief für unsere Ohren sind, ultraviolette und infrarotes Licht und Gerüche, die zwar eine Hunde-, aber keine Menschennase wahrnehmen kann. Da sind zum Beispiel auch Oberflächenvibrationen, von denen wir nichts mitbekommen, mit deren Hilfe aber 200000 Insektenarten kommunizieren. „Die Welt um uns herum ist voller Signale, die wir nicht bemerken“, konstatiert Yong.

Er geht die Sinne der Lebewesen eines nach dem anderen durch – Riechen und Schmecken, Sehen, Hören, Schmerz-, Temperatur- und Vibrationsempfinden und die uns so fremden Sinne für magnetische Felder – und erklärt, wie die Organe beschaffen sind, die ihnen zugrunde liegen. Dazu hat er Forscher in ihren Laboren und in der Natur besucht, hat durch Brillen mit Farbfilter geschaut und mit hochempfindlichen Mikrofonen belauscht, wie Buckelzirpen, eine Zikadenart, Vibrationen erzeugen, die sich über die Blätter, auf denen sie sitzen, zu Artgenossen übertragen. Er hat Mörderfliegen zugeschaut, die statt mit der Zunge mit den Füßen schmecken und die so schnell sehen, dass ihnen alles, was wir tun, wie in Zeitlupe vorkommen muss. Bei Fischen sind die Geschmacksrezeptoren über den ganzen Körper verteilt. Überall, wo keine Schuppen sitzen, kann ein Fisch schmecken, er ist eine Art schwimmende Zunge.

Es gibt Tiefseewesen, die so lichtempfindlich sind, dass sie erblinden, wenn neugierige Forscher sie mit den Scheinwerfern ihres U-Bootes anleuchten, Eiwürmer, die mit arktischer Kälte zurechtkommen, aber sterben, wenn ein Mensch sie in seine warme Hand nimmt und Feuerkäfer, die sich am liebsten in einem brennenden Wald paaren: diese finden das Feuer mithilfe von kugelförmigen Infrarotsensoren, die hinter ihren mittleren Beinen sitzen. Fortsetzung nächste Seite.....

Ebenso erstaunlich wie die Vielfalt der tierischen Sinne ist die Findigkeit der Forschenden, die ihnen auf der Spur sind. So banden sie etwa Jakobsmuscheln an kleinen Sitzen vor einem Monitor fest und zeigten ihnen Filme, um festzustellen, was sie mit ihren bis zu 200 Augen sehen können. Oder sie pinselten Ameisen mit dem Geruch toter Artgenossinnen ein, was dazu führte, dass diese von ihren Mitbewohnerinnen auf den Ameisenfriedhof verfrachtet wurden, ob sie zappelten oder nicht. Womit bewiesen war, dass Ameisen sich vor allem an Gerüchen orientieren.

Wir leben alle in einer Welt, doch diese sieht für die verschiedenen Wesen ganz unterschiedlich aus, erklärt Yong. Wir können uns weder vorstellen, noch, wie die Welt für sie aussieht, so der Autor. So leuchten Blüten für manche Vogelarten und Insekten in ultravioletten Farben, die wir nicht sehen. Zudem sind Blüten von charakteristischen elektrischen Feldern umgeben. Auch diese nehmen wir nicht wahr, anders als etwa Bienen und Hummeln, die sie über ihre vielen winzigen Haare registrieren.

Die Welt wirkt beim Lesen plötzlich seltsam fremd. Es ist ein verbreitetes Missverständnis, so Yong, das, was man wahrnehmen kann, für alles zu halten, was wahrzunehmen ist. Und entsprechend zu handeln. Es gehe ihm bei der Betrachtung der Sinne der Tiere weder um Rekorde noch um ein Besser oder Schlechter, ihn interessieren lediglich die Vielfalt und die Möglichkeit, die Lebewesen besser zu verstehen. Denn wir sind die Einzigen, die sich bewusst machen können, dass andere die Welt anders sehen. Nur wir können herausfinden, welche Vielfalt es da draußen gibt.

**Ein faszinierendes Buch! (Artikel aus dem Kulturaustausch 04/2022), in Englisch laut Google:**

**„An Immense World“ New York Bestseller, one of the ten best Books of 2022.**

**Am Dienstag 13. Juni** treffen wir uns wieder in der Halle. Wir fangen mit einer HI. Messe um **10.30 Uhr** an und hoffen, dass dann doch ein paar mehr Freunde kommen. Aber bitte vergesst nicht, Euch vorher bei Marianne, Tel. 9762 3445, oder bei Angelika, Tel. 0408 313 896, oder bei mir, Tel. 0478 153 175 anzumelden. Da unsere Kasse dieses Jahr durch die enorm teuren Busfahrten sehr geschwächt ist, bitten wir um einen kleinen Beitrag von \$ 5.-.

**Am Dienstag 11. Juli** wollen wir uns dann im **Village Green** treffen. Dafür müsst Ihr euch unbedingt vorher anmelden und euer Beitrag ist dann \$ 10.-.

Unseren Geburtstagskindern im Juni gratulieren wir ganz herzlich und liebe Grüße und gute Wünsche auch an unsere Kranken und alle, die nicht mehr zu unseren Treffen kommen können.



Nun noch eine kurze Geschichte vom Ritter Fips, **Ritter Fips und das Küchenpersonal.**

Des jungen Fipsen liebste Schliche, das waren die in Richtung Küche. Zuerst stand er am Herd und roch, was er da Schönes kocht, der Koch; doch galt hauptsächlich sein Interesse nicht etwa dem, was er heute esse mitnichten: Es galt der Mathilde, der Antje, aber auch der Hilde, die Teller wuschen, Silber putzten und so der Küche trefflich nutzten. Mit diesen Damen trieb der Sohn des Hauses dann Konversation.

Schlussfolgerung:

Der Jugend Hang für Küchenmädchen konnte schon Wilhelm Busch bestät'chen.

**Haltet Euch warm und seid herzlich begrüßt, Annemie**

## **Wir sind in einem sehr eleganten Alter. Wir haben ziemlich alles, was wir vor 60 Jahren gern wollten:**

Wir gehen nicht mehr zur Schule und nicht mehr arbeiten, wir haben ein monatliches Taschengeld und haben menschenwürdige Wohnungen. Wir sind nicht gezwungen, pünktlich nach Hause zu kommen. Manche haben einen Führerschein und sogar ein eigenes Auto, Menschen in unserem Alter haben keine Angst, schwanger zu werden oder zu sterben, denn wir haben bereits das Glück, fast alt zu sein. Das Leben ist also Klasse!

Ausserdem: Wir sind unglaublich schlau! Unser Gehirn ist zwar langsamer, weil es mit Wissen überladen ist. Wir sind keinesfalls dumm, wir müssen nur länger unter den Tonnen von Wissen und Erlebtem nach den notwendigen Fakten suchen. In unserem Kopf sind viele angesammelte Sachen, die übrigens Druck auf das Innenohr ausüben, weshalb wir manchmal schlechter hören. Es ist, als würde sich eine Computerfestplatte verlangsamen, weil sie voller Dateien ist.

Unser Gehirn ist nicht schwächer, sondern hat viel mehr Informationen angesammelt. Man sagt, dass Menschen unseres Alters oft ins Zimmer kommen und sich nicht erinnern können, was sie eigentlich wollten. Warum ist das so? Oder wir erinnern uns nicht, wo wir etwas abgelegt haben. Das ist kein Speicherproblem! Damit zwingt uns die Natur nur, uns wenigstens ein bisschen mehr in Bewegung zu bleiben.

## **FÜR ALLE ÜBER 60**

### **Erforderliches Essen**

1. Gemüse, Obst
2. Hülsenfrüchte
3. Nüsse
4. Eier
5. Fisch, Fleisch (ein paar Mal pro Woche)
6. Kaltgepresstes Pflanzenöl (unraffiniert)



### **Drei Dinge, die du versuchen solltest, zu vergessen**

1. Alter
2. Vergangenheit
3. Beschwerden

### **Drei wichtige Dinge**

1. Freunde
2. Positive Gedanken
3. Ein ruhiges und gastfreundliches Haus.



## Deine wichtigsten Aktionen

1. Lächle und lache viel
2. Trainiere, aber nur im eigenen Tempo
3. Verbringe mehr Zeit mit Freunden (nicht immer nur mit Verwandten, Kindern oder Enkelkindern, sondern mit Freunden).



## Sieben wesentliche Dinge

1. Warte nicht, bis du Durst verspürst, um Wasser zu trinken. Trinke öfter.
2. Warte nicht, bis du dich schläfrig fühlst. Schlaf genug bekomme genügend Schlaf.
3. Warte nicht, bis du müde wirst, um dich auszuruhen. Ruhe dich noch etwas öfter aus.
4. Warte nicht, bis du krank wirst, um dich medizinisch untersuchen zu lassen. Gehe lieber regelmäßig zum Onkel Dr.!
5. Du kannst immer auf göttliche Wunder hoffen!
6. Verliere niemals das Vertrauen!
7. Bleib positiv und hoffe immer auf das Beste!



## Wussten Sie schon....einige Fakten über Äpfel und Gurken.

Bei Adam und Eva wollen wir nicht anfangen auch wenn schon ihre erste Nahrung der Apfel war. Auch ohne diese beiden ist der schöne runde grüne oder rotbackige Apfel tief in unserer Seele verwurzelt und weder aus der Kulturgeschichte noch aus der Küche wegzudenken. Er ist Symbol der Fruchtbarkeit, Liebesgabe, Zeichen der Macht. Die Götter in den alten Mythologien hüteten ihre Apfelgärten streng. Zeus schenkte seiner Hera als Hochzeitsgabe einen Apfelbaum. Paris verschenkte seine Gunst mit einem Apfel. Und die germanischen Götter gar, sie waren gar nicht unsterblich und mussten von Zeit zu Zeit von den Äpfeln der Göttin Iduna essen, um sich zu verjüngen.

Und wahrhaftig, der Apfel hat heilsame Wirkung, was die Apfelprodukte zur Darmregulierung in der Apotheke beweisen. Das diese Frucht aber nicht nur gesund ist, sondern auch kulinarisch viel zu bieten hat, ist in fast jedem Koch- und Backbuch bewiesen.

-----

**Gurken** sind uralte Kulturpflanzen. Ihre Herkunft lässt sich mehr als 10.000 Jahre zurückverfolgen: so alt sind Gurkensamen, die an der thailändisch-burmesischen Grenze gefunden wurden. Im Mitteleuropäischen Raum wurden Gurken zuerst von den Lausitzer Wenden angebaut.

Ihrer Sprache, dem Slawischen, verdanken wir den Namen. Auf polnisch heist die Gurke "ogorek" auf tschechisch "okurka".

Gurken gehören zu den kalorienärmsten Gemüsen. 100 Gramm haben nur schlanke 13 Kilokalorien. Sie bestehen zwar zu rund 97 % aus Wasser, aber der Rest hat es in sich: Gurken enthalten viele Vitamine und Mineralstoffe, besonders Kalium, Calcium, Phosphor und Eisen, Provitamin A die Vitamine B und C. Zudem enthält Gurkensaft einen Wirkstoff der die Durchblutung der Haut fördert. Daher die Gurkenmaske und die Gurkenmilch. Die Mineralstoffe sitzen zum grössten Teil direct unter der Schale, weshalb man Gurken nach Möglichkeit nicht schälen, sondern nur waschen sollte. Die modernen Züchtungen sind so gut wie frei von Bitterstoffen. Salz entzieht den Gurken neben dem Wasser auch Mineralstoffe, deshalb immer erst kurz vor dem Essen salzen.

# Zum Schmunzeln

Um seine Wähler positive zu beeindrucken ging **Vladimir Putin** eine Schule in Moscow besuchen um den Schülern einen Vortrag zu halten.

Er malt ihnen mit vielen Worten aus, was Russland doch für eine **mächtige** Nation sei und das er für **sein Volk** nur das **Allerbeste** möchte.

Am Ende seines Vortrags ist ein Zeitabschnitt für Fragen und Antworten vorgesehen.

Die kleine Sasha erhebt die Hand und sagt: "Ich habe zwei Fragen. Warum haben die Russen Krim einfach so eingenommen und warum senden wir Truppen in die Ukraine?"

Putin antwortet : "Good Questions".....ganz plötzlich geht die Schulglocke und die Kinder müssen zur Pause gehen.

Als sie zurückkommen setzen sie sich nieder und es ist noch Zeit für weitere Fragen.

Ein anderes Mädchen, Misha, erhebt ihre Hand und sagt: "Ich habe vier Fragen:

"Warum haben die Russen Krim invaded, warum senden wir Truppen in die Ukraine, warum ging die Schulglocke zur Pause heute 20 Minuten früher als sonst, und wo zur Höl... ist Sasha geblieben ??????"



Richter zur Angeklagten:

„Ihr Name?“

„Gerda Sträubli.“

„Und ihr Alter?“

„Der ist zu Hause.“!!!!



“ Ihr Mann hat seine Sekretärin mit zur Tagung genommen?“  
 “Ja, er findet doch immer wieder Dumme, die sich an den Benzinkosten beteiligen!“

Zwei begeisterte Skatspieler sitzen in einer Irrenanstalt und mustern gespannt jeden Patienten.

Einer nähert sich ihnen, macht eine Verbeugung und stellt sich vor:

“Gestatten Sie, Wilhelm der Zweite.“

“ Verschwinde,“ zischt da der eine,

“wir suchen den Dritten.“ ??????



In der Gruppentherapie des Psychiaters sollen sich die Teilnehmer erst einmal gegenseitig vorstellen.

Der erste beginnt: “ Ich bin der Kaiser von China.“

Darauf der Psychiater:” Wie kommen Sie den darauf?“

“Das hat Gott mit gesagt!“

Darauf ein weiterer Patient:

“Was soll ich gesagt haben??“