

FORMAT⁴

Das Magazin der Katholischen Pfarreiengemeinschaft Kaarst/Büttgen mit den Pfarreien
St. Aldegundis, St. Antonius, St. Martinus und Sieben Schmerzen Mariens

Nr. 1.2021
12. Jahrgang



Gelassenheit

- www.katholisch-in-kaarst.de
- 10 Gebote der Gelassenheit
- Besondere Messen in der Osterzeit
- die aktuelle Vertrauenskrise



Katholische
Pfarreiengemeinschaft
Kaarst/Büttgen

GELASSENHEIT

- 3 Die 10 Gebote der Gelassenheit von Papst Johannes XXIII.
- 4 Auferstehung aus dem Lockdown
- 5 Maiejlöck
- 6 Schreiben zur aktuellen Vertrauenskrise
- 7 Ja, ich bleibe
- 8 Desiderata
- 9 Wer nur den lieben Gott lässt walten
- 10 Gelassenheit im Alter
- 12 Impfen als Lebenselixier
- 15 Gelassenheit
- 16 „aus den Händen geglitten“?
- 18 Die Liturgie der österlichen Tage
- 20 Ein Interview mit Meister Eckhardt dem Schöpfer des Wortes Gelassenheit
- 21 Nimmt das denn gar kein Ende?
- 22 Trotzdem an Morgen denken
- 23 Das Kreuz mit dem Kreuz
- 24 Tschüss Perfektionismus – Hallo Gelassenheit
- 25 Quartiersinitiative Älterwerden „Klöndraht“
- 26 Ein gelassenes Gespräch mit Kaplan Prof. Dr. Alexander Krylov
- 28 Osterhasen basteln mit Wäscheklammern
- 29 Rezept Hefezopf
- 34 Gedenktage unserer verstorbenen Geistlichen

RUBRIKEN

- 30 Kinderseite
- 32 Familienzentren

INFORMAT

- 37 Kommunionkinder 2021
- 38 Besondere Messen Ostern 2021
- 40 Tipps und Termine
- 42 Taufen, Trauungen und Beerdigungen
- 44 Wer Wo Was Wann
- 46 Impressum
- 47 Unsere Gottesdienste



Gelassenheit

Gerne habe ich zugestimmt, für diese Ausgabe von Format⁴ über das Titelthema „Gelassenheit“ zu schreiben. Mein Ziel: Biblisch fundiert, theologisch sicher, auf das Jetzt und Hier bezogen, elegant formuliert, mit Tiefe und Witz, ein Text zum Nachdenken und zum Lächeln, aber: Gelassenheit wird so ganz schön stressig. Falscher Ansatz.

Viel besser: Erst einmal lesen, was Gelassenheit überhaupt ist. Zu meiner großen Überraschung finde ich heraus, dass Papst Johannes XXIII. einmal eine wunderschöne Zusammenfassung, die „10 Gebote der Gelassenheit“ formuliert hat. Ganz ehrlich: Das wusste ich nicht, ein perfektes Google-Suchergebnis.

Jedes seiner Gebote beginnt mit „Nur für heute“. Das befreit vom Erwartungsdruck, das öffnet eine Perspektive für das Heute, das bringt Achtsamkeit und Aufmerksamkeit für den Moment.

Vor allen Geboten steht ein hinweisendes Stichwort. Da sind Grundhaltungen wie Sorgfalt und Realismus dabei, aber auch sehr praktische Tätigkeiten: Lesen oder Planen.

Die „10 Gebote der Gelassenheit“ strahlen selbst diese Gelassenheit aus, eine Leichtigkeit und einen Optimismus. Kein Wort von Konsequenzen, wenn eines der „Gebote“ nicht klappt.

Wunderbar! Mit so viel Gelassenheit habe ich selten einen Text geschrieben!

Ich wünsche Ihnen viel Gelassenheit!

Pfarrer Ulrich Eßer

Die 10 Gebote der Gelassenheit von Papst Johannes XXIII.



1. Leben

Nur für heute werde ich mich bemühen, einfach den Tag zu erleben - ohne alle Probleme meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.



2. Sorgfalt

Nur für heute werde ich größten Wert auf mein Auftreten legen und vornehm sein in meinem Verhalten: Ich werde niemanden kritisieren; ja ich werde nicht danach streben, die anderen zu korrigieren oder zu verbessern... nur mich selbst.

3. Glück

Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin ... nicht nur für die andere, sondern auch für diese Welt.



4. Realismus

Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.



5. Lesen

Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen. Wie die Nahrung für das Leben des Leibes notwendig ist, ist die gute Lektüre notwendig für das Leben der Seele.



6. Handeln

Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen - und ich werde es niemandem erzählen.

7. Überwinden

Nur für heute werde ich etwas tun, wozu ich keine Lust habe. Sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass niemand es merkt.



8. Planen

Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen. Und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: vor der Hetze und vor der Unentschlossenheit.



9. Mut

Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders werde ich keine Angst haben, und mich an allem freuen, was schön ist. Und ich werde an die Güte glauben.



10. Vertrauen

Nur für heute werde ich fest daran glauben – selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten –, dass die gütige Vorsehung Gottes sich um mich kümmert, als gäbe es sonst niemanden auf der Welt. - Nimm dir nicht zu viel vor. Es genügt die friedliche, ruhige Suche nach dem Guten an jedem Tag zu jeder Stunde, und ohne Übertreibung und mit Geduld.

NUTZE DIE FASTENZEIT,
DICH SELBST ZU ERKENNEN.

VERTRAUE DICH
JESUS CHRISTUS AN.

ER BEFREIT UND
MACHT FROH.



Auferstehung aus dem Lockdown

In wenigen Tagen feiern wir Ostern, das Fest der Auferstehung. Während wir uns im letzten Jahr in der Fasten- und Osterzeit in den Lockdown gerettet haben, aber dabei eher die Gefühle der Karwoche und vielleicht des Karfreitags hatten, dürfen wir in diesem Jahr hoffnungsvoller durch das Jahr gehen.

Nein, es ist noch
nicht alles gut.

Und vieles wird sich auch in diesem Jahr immer wieder wandeln und verändern. Aber es scheint doch die Hoffnung gewachsen, dass wir in diesem Jahr mit Impfstoff und gutem Wetter ein Stück Auferstehung aus dem Lockdown erfahren dürfen, wenn wir den Lebensbogen nicht überspannen.

Das Aschenkreuz am Aschermittwoch konnte in diesem Jahr nicht so stattfinden, wie bisher üblich. Wir haben in unserer Pfarreiengemeinschaft daher eine Bildkarte gesegnet und diese dann an die Gläubigen gegeben. Darauf war abgebildet ein Kreuz aus Asche. Die Umrisse des Kreuzes waren von der Asche eingefasst. Im Inneren des Kreuzes zeigte sich ein weißes Kreuz.

Für mich deutet sich an diesem Bild gut die derzeitige Situation an. Noch sind wir gefühlsmäßig in der „Zeit der Asche“, die unser Leben stark einschränkt, die uns zum Nachdenken bringt und zeitweise auch zur Verzweiflung. Aber erkennbar ist in diesem Kreuz schon die Hoffnung und die Zuversicht. Die „Zeit der Auferstehung“ naht und wird in dem weißen

Kreuz sichtbar. Sie ist nicht mehr fern, wenn wir auch noch in diesem Jahr mit verschiedenen Einschränkungen werden leben müssen.

Als Christ weiß ich mich umfassen von Gott und spüre immer wieder, wie er mich – auch in meinem irdischen Leben – herausreißt aus Situationen der Lethargie, der Zurückgezogenheit und der vielen Fragen – der „Aschenzeit“, die auch mich zeitweise umfassen.

Dennoch erlebe ich auch genau das: kleine Auferstehungserfahrungen im Alltag – „Auferstehungserfahrungen“, die mich ermutigen mein Leben frohmachend und mit Gott weiterzuführen.

GREGOR OTTERSACH, PFR.

Maiejlöck

Jester Ovend send mer Zwei durch et Brook gejange.
On esch daiht wier aan dä Mai, wo et aanjefange.
Wo du mesch et ischte Mool häs din Hank jejäve;
Die esch dann behalde han, vör et janze Läwe.

Schmal es immer noch dä Pad, wo em Jras mer soote;
Bloss am Jraav die Pappelbömkes, dat send Bööm jewode.
Week es noch de Loft on stell, die su rückt no Heu;
Die jetz mäkt em Bend on Veel, alles widder neu.

Och mi Häz, dat en der Stuv, wood su krank on ärm,
wöd jetz en der Maieloft, widder richtig wärm.
Dröm jev mesch noch ens din Hank, dat esch fass se dröck,
on möt mesch dem Herrjott dank, vör os Maiejlöck.

W. STAMM 1972

Maienglück

Gestern Abend sind wir beide
durch den Bruch* gegangen.
Und ich dachte wieder an den Mai, als es anfang.
Als du mir zum ersten Mal deine Hand gegeben;
die ich dann behalten habe für das ganze Leben.

Schmal ist immer noch der Pfad,
wo im Gras wir saßen;
nur die Pappelbäumchen am Graben,
die sind Bäume geworden.

Mild ist die Luft und still, sie duftet nach Heu;
sie macht jetzt in Wiese und Feld alles wieder neu.

Auch mein Herz, das im Zimmer so
krank und armselig wurde,
wird jetzt in der Maienluft wieder richtig warm.
Dum gib mir noch einmal deine Hand,
dass ich fest sie drücke,
und ich möchte dem Herrgott danken
für unser Maienglück.

Die Eheleute Elisabeth und Willi Stamm
feierten im Januar ihre Diamanthochzeit.
Wir gratulieren ganz herzlich!

WERNER WINKES



Liebe Leserinnen und Leser,

die Veröffentlichung des Gutachtens der Anwaltskanzlei Gercke über die Aufarbeitung von Missbrauch im Erzbistum Köln (geplant am 18.03.2021) erfolgte nach der Drucklegung unseres Pfarrmagazins. Deshalb konnten wir an dieser Stelle nicht darauf eingehen.

Schreiben des Pfarrgemeinderats Kaarst/Büttgen zur aktuellen Vertrauenskrise

Auf der Sitzung am 6. Februar 2021 hat sich der Kaarster PGR lange und intensiv mit der gegenwärtigen Situation im Erzbistum Köln beschäftigt. In einem offenen und ehrlichen Austausch haben sich die Mitglieder des PGR um die Vorsitzende Dagmar Andrae fassungslos und mit großer Betroffenheit mit der schwachen Kommunikation der Bistumsleitung und den daraus resultierenden anhaltenden Diskussionen auseinandergesetzt.

Schon in einer ersten Stellungnahme hat der PGR sich dem offenen Brief des Katholikenrates im Rhein-Kreis Neuss angeschlossen. Auch wir Kaarster Katholiken haben teilweise mit Sprachlosigkeit, Unverständnis oder Enttäuschung reagiert, weil es der Bistumsleitung bislang nicht gelungen ist, die Menschen von der Richtigkeit des Vorgehens zu überzeugen. Bei vielen Menschen und auch Mitgliedern des PGR entsteht der Eindruck, dass etwas vertuscht werden soll. Wir möchten, dass das Leid der Opfer mehr in den Mittelpunkt gestellt wird und erklären unsere Solidarität und unser Mitgefühl mit allen Betroffenen.

Mit unseren vielfältigen Präventionsmaßnahmen möchten wir vor Ort erreichen, dass Auffälligkeiten früh erkannt und Missbrauch verhindert wird. So soll eine vertrauensvolle Atmosphäre geschaffen werden. Wir möchten Kirche als Ort erlebbar machen, an dem Menschen Verständnis, Hilfe und Zuflucht erfahren.

Wir sehnen uns nach Glaubwürdigkeit und Demut, denn die Nähe zu den Menschen ist das, was uns am Herzen liegt.

Derzeit ruht unsere Hoffnung auf dem 18. März 2021, der Termin der Veröffentlichung des zweiten Gutachtens, an dem der Aufarbeitungsprozess ehrlich weiter fortschreiten kann. An dieser Stelle nehmen wir unseren Kölner Bischof Kardinal Woelki und seine Äußerungen im aktuellen Hirtenbrief zum 1. Sonntag der Fastenzeit (21. Februar 2021) beim Wort, mit dem neuen Gutachten ehrliche Aufklärung zu bewirken, Fehler klar zu benennen und Verantwortung zu übernehmen. Nur so wird Versöhnung möglich.

Kaarst, 24.02.2021
Für den Pfarrgemeinderat
Dagmar Andrae, Vorsitzende



Ja, ich bleibe

Die katholische Kirche hierzulande hat ein schweres Image-Problem. Tausende Menschen kehren ihrer Kirche den Rücken, Tendenz steigend. Gründe sind die Glaubwürdigkeitsverluste, die vor allem durch den Missbrauchsskandal sowie durch Vertuschungsvorwürfe verstärkt werden.

Aber auch viele Gläubige, die jahrelang aktiv und ehrenamtlich ihre Kirche unterstützt haben, erfahren heutzutage eine Zeit der Entfremdung, der fehlenden Bindung und ein Stück Heimatlosigkeit, und das schmerzt sehr. Ja, es ist unfassbar und in keinsten Weise zu tolerieren, was in der Kirche geschehen ist, ja, die Dinge müssen auf den Tisch und aufgeklärt und geahndet werden und ja, es wird höchste Zeit, sich um die Opfer einhaft zu kümmern und ihnen die Hilfestellung zu geben, die sie brauchen.

Und trotzdem, für mich ist ein Weglaufen keine Option. Damit stellt man den gesamten Klerus und die Kirche unter Generalverdacht, und tut denen Unrecht, die ihren Dienst, Ihre Berufung und seelsorgerische Aufgaben gewissenhaft und integer erfüllen.

Ein weiterer Punkt ist der Glaube, der unabhängig ist von Gottes Bodenpersonal. Die Botschaft Jesu verkörpert Liebe, Frieden, Gerechtigkeit, Verzeihen und Versöhnung, Barmherzigkeit und Nächstenliebe, Werte die wir in unserer zerrissenen Welt und in unserem Miteinander so nötig brauchen, Werte, die unser Leben sind. Wir sollten vorsichtig sein, diese Wurzeln zu kappen, uns das eigenen Fundament, das uns trägt, zu zerstören und damit Raum geben für einen Zeitgeist und eine Denkweise, die gefährlich sein können, die Unsicherheit verbreiten und leicht in Standpunktlosigkeit, Belieblichkeit und Verantwortungslosigkeit abgleiten können.

Ich gebe zu, dass auch ich mich mit dem Gedanken getragen und auseinandergesetzt habe, die Kirche zu verlassen, aber ich habe mich entschieden zu bleiben.

Wenn wir bleiben, sind wir berechtigt Kritik zu üben, Missstände aufzuzeigen und Dinge zu beeinflussen, vielleicht sogar zu verändern, zu verbessern, wenn auch meistens nur in kleinen Schritten.

ANNETTE JUNG

Desiderata

Gehe ruhig und gelassen durch Lärm und Hast und sei des Friedens eingedenk, den die Stille bergen kann.

Stehe, soweit ohne Selbstaufgabe möglich, in freundlicher Beziehung zu allen Menschen.

Äußere deine Wahrheit ruhig und klar und höre anderen zu, auch den Geistlosen und Unwissenden; auch sie haben ihre Geschichte.

Meide laute und aggressive Menschen, sie sind eine Qual für den Geist.

Wenn du dich mit anderen vergleichst, könntest du bitter werden und dir nichtig vorkommen; denn immer wird es jemanden geben, der größer ist oder geringer als du.

Freue dich deiner Leistungen wie auch deiner Pläne.

Bleibe weiter an deinem eigenen Weiterkommen interessiert, wie bescheiden es auch immer sein mag. Es ist ein echter Besitz im wechselnden Glück der Zeit.

In deinen geschäftlichen Angelegenheiten lass Vorsicht walten, denn die Welt ist voller Betrug. Aber dies soll Dich nicht blind machen gegen gleichermaßen vorhandene Rechtschaffenheit; viele Menschen ringen um hohe Ideale; und überall ist das Leben voller Heldentum.

Sei du selbst; vor allen Dingen heuchle keine Zuneigung. Noch sei zynisch, was die Liebe betrifft; denn auch im Angesicht aller Dürre und Enttäuschung ist sie doch immerwährend wie wachsendes Gras.

Ertrage freundlich und gelassen den Ratschluss der Jahre, gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf. Stärke die Kraft des Geistes, damit sie dich im plötzlich hereinbrechenden Unglück schütze.

Aber beunruhige dich nicht mit Einbildungen.

Viele Befürchtungen sind Folge von Erschöpfung und Einsamkeit. Bei einem heilsamen Maß an Selbstdisziplin sei gut zu dir selbst.

Du bist ein Kind des Universums, nicht weniger als die Bäume und die Sterne. Du hast ein Recht, hier zu sein. Und ob es dir nun bewusst ist oder nicht: Es gibt keinen Zweifel, das Universum entfaltet sich wie vorgesehen.

Darum lebe in Frieden mit Gott, was für eine Vorstellung auch immer du von ihm hast und was immer dein Mühen und Sehnen ist. In der lärmenden Wirrnis des Lebens erhalte dir den Frieden mit deiner Seele.

Trotz all ihrem Schein, der Plackerei und zerbrochenen Träumen ist diese Welt doch wunderschön.

Sei achtsam. Strebe danach, glücklich zu sein.

MAX EHLMANN, 1927

Wer nur den lieben Gott lässt walten

ist ein Kirchenlied, das von Georg Neumark um 1641 gedichtet und vertont wurde. Das Lied umfasste ursprünglich sieben Strophen; Im Gotteslob (GL 424) wurden die Strophen 1, 2, 3, 6 und 7 abgedruckt.

Dazu sollte man wissen, dass Georg Neumann eine Erfahrung der Rettung aus einer persönlichen Not erlebte:

Er wollte im Jahr 1640 als Zwanzigjähriger von seinem Schulort Gotha zum Studium nach Königsberg reisen. Er weiß, sein Vorhaben ist gefährlich, denn in Zeiten des Dreißigjährigen Krieges gilt weder Recht noch Gesetz. Er schließt sich einer Gruppe von Kaufleuten an und ist erleichtert, dass er nicht alleine reisen muss.

Aber es stellt sich heraus, dass dies keine gute Idee war, zusammen mit Kaufleuten unterwegs zu sein. Der Tross, dem er sich anschloss, wird bei Magdeburg überfallen und gänzlich ausgeraubt, einige werden erschlagen. Neumark überlebt knapp, verliert alles, was er dabei hat: Geld, Bücher und seine Kleider. Er zieht trotzdem weiter, bettelt, nimmt Hilfsjobs an und schlägt sich durch, bis er eineinhalb Jahre später Kiel erreicht. Er fleht Gott fortwährend um Hilfe an. Und eines Tages passiert es dann. Die Hilfe kommt. Er erhält eine Stelle als Hauslehrer und somit ein Dach, zu essen und ein bisschen Auskommen.

An dem Tag, an dem er die Zusage für eine Lehrerstelle erhält, genau an diesem Tag ist dieses Lied entstanden, an jenem Tag also, an dem Georg Neumark auf die Zeit von Not und Leid zurückblicken und den Blick wieder nach vorne richten kann.

1. Wer nur den lieben Gott lässt walten
und hoffet auf ihn allezeit,
den wird er wunderbar erhalten
in aller Not und Traurigkeit.
Wer Gott dem Allerhöchsten traut,
der hat auf keinen Sand gebaut.
2. Was helfen uns die schweren Sorgen,
was hilft uns unser Weh und Ach?
Was hilft es, dass wir alle Morgen
beseufzen unser Ungemach?
Wir machen unser Kreuz und Leid
nur größer durch die Traurigkeit.
7. Sing, bet' und geh auf Gottes Wegen,
verricht' das Deine nur getreu
und trau des Himmels reichen Segen,
so wird er bei dir werden neu.
Denn welcher seine Zuversicht
auf Gott setzt, den verlässt er nicht.

Schön wäre es, wenn leidvolle Erfahrungen immer so enden würden wie bei Georg Neumark.

Wir wissen, dass die Wirklichkeit oft anders aussieht. Und trotzdem darf ich darauf hoffen, dass Gott mich begleitet, gerade in den schlimmen Stunden.

Die letzte Strophe ist für mich eine der eindrucksvollsten im gesamten „Gotteslob“. Sie kann als Richtschnur für ein ganzes Leben gelten, führt sie uns doch vor Augen, dass es nicht ausreicht, alleine auf Gottes Hilfe zu bauen und ansonsten die Hände in den Schoß zu legen. Ich bin auch gehalten, das Meine getreu zu verrichten, meine Gaben und Fähigkeiten nach Kräften einsetzen, um zum Segen für mich und andere zu werden.

Zum Schluss noch ein Tipp:
Kennen Sie den Kinofilm
„Vaya con Dios“?

Da wird an einem Wendepunkt der Handlung das Lied mit solch einer Inbrunst gesungen, dass ich „hin und weg“ war. Überhaupt ist der Film mit überragenden Schauspielern besetzt (u.a. Daniel Brühl), sehr anrührend und empfehlenswert.

Den gesamten Film kann man sich über einen Streamingdienst anschauen; den Ausschnitt mit der oben genannten Szene finden Sie bei YouTube.

Viel Vergnügen!

WERNER WINKES



Gelassenheit im Alter

Bei der Vorbereitung auf das Thema stieß ich unter meinen Büchern auf den antiken Schriftsteller Cicero, der in einem Dialog über das Alter Cato den Älteren über Senioren sprechen lässt. Diese beklagten sich ständig über all die Verluste an Aktivitäten, Sinnenfreuden und auch Anerkennung, die das Alter mit sich bringe. Cato hält dagegen, dass er viele Menschen ohne Klagen über das Alter kennengelernt habe. Es müsse also etwas mit der inneren Einstellung zu tun haben. Cato: „Denn ältere Leute, die gelassen, nicht mürrisch und nicht unfreundlich sind, erleben ein durchaus erträgliches Alter. Ein unfreundliches und schroffes Wesen aber macht jedes Alter zur Plage.“

Wenn ich über dieses Thema nachdenke, kommt mir meine Oma in den Sinn, zu der ich ein sehr herzliches Verhältnis hatte. Als wir uns einmal über den Tod unterhielten, war ich ganz erstaunt, wie gelassen sie darüber sprechen konnte. Im Krieg zweimal ausgebombt, hatte sie ihren als Invalide aus dem Krieg zurückgekehrten Ehemann durch Putzstellen mitversorgt. Zwei ihrer Kinder musste sie zu Grabe tragen und war doch ganz ohne die Ängste, die das Altwerden und das Sterben hervorrufen können. Diese Ängste können beherrschend werden. Werde ich dement? Was ist, wenn ich hilflos werde und allein bin? Wird mich eine schwere Krankheit treffen mit langem Siechtum? Wird das Geld reichen? Wie komme ich mit der modernen Technik zurecht, ohne die man ja immer mehr den Anschluss verliert? Kann ich Hilfe durch Familie oder Freunde erwarten? Muss ich irgendwann ins Seniorenheim?

Doch wie gehe ich mit diesen Ängsten um, wie bearbeite ich sie.

Lasse ich mich von ihnen seelisch runterziehen oder werde ich durch sie so gelähmt, dass ich meinen Alltag nicht mehr bewältigen kann?

Es gehört beim Älterwerden dazu, sich mit diesen Ängsten vernünftig auseinander zu setzen.

Und da fängt Gelassenheit an, sich über seine altersbedingten Einschränkungen ungeschönt klar zu werden.

Wenn man sich in den besten Erwachsenenjahren befindet, will man sich entfalten, alle Möglichkeiten, die das Leben bietet, ausnutzen und seine Kompetenzen immer mehr ausbauen. Doch wenn man älter wird, gilt es, ein anderes Denken zu beginnen. Ein „Mehr-desselben“ wird man nicht mehr realisieren können aber sicher ein „Anders-als-bisher.“

Das fällt zunächst nicht leicht.

Wen schmeichelt es nicht, wenn man gesagt bekommt, man sehe noch so jung aus. Viele umgeben sich lieber mit jüngeren Menschen. Sich mit Gleichaltrigen oder Älteren zu treffen wird oft gemieden: Man will nicht in den Spiegel eigener Defizite sehen, nicht zum Club der Verlierer zählen, nicht immer mit der wahrscheinlich eigenen Zukunft konfrontiert werden oder einsehen müssen, dass trotz aller Anstrengungen immerwährende Jugend nicht machbar ist. Da helfen keine Salben und keine kosmetischen Operationen.

Leben ist nicht nur Wachstum, Bewegung und Veränderung. Der Verlust von Fitness und körperlicher Attraktivität zeigen uns die eigene Vergänglichkeit auf, über die wir nachdenken können.



Diese Reflexion ist bereits die Basis für Gelassenheit im Alter. Ich lasse das Entwicklungsdenken, das in weiten Teilen meines Lebens maßgeblich war, hinter mir und trete einfach mal einen Schritt zurück.

Wenn ich zu nahe an etwas dran bin, übersehe ich das Ganze. Einen Schritt zurück zu treten, lässt mich mehr sehen. Der Psychotherapeut Paul Watzlawick spricht davon, zu Lösungen zweiter Ordnung zu kommen. Diese haben oft etwas Überraschendes, Unerwartetes, etwas mit dem man nicht rechnet. Helfen kann uns dabei der Humor, der uns vor allen Mitgeschöpfen auszeichnet. Humor bedeutet doch, selbst einen Schritt zurücktreten, sich nicht für den Nabel der Welt zu halten, sondern sich auch mal von außen zu betrachten. Dafür muss man nicht witzig sein.

Das ist nicht jedem gegeben. Humor ist eine Herzenssache. Den Aachenern ist die Anerkennung einen Orden „Wider den tierischen Ernst“ wert. Wie endet Diakon Willibert Pauels, „Ne Bergische Jung“, seine berühmten Büttenreden: „Im Garten des Lebens ist Humor der beste Dung.“ Lachen können über seine eigenen altersbedingten Defizite, sie anzunehmen, auch wenn es manchmal erheblicher Trauerarbeit bedarf und damit umgehen zu lernen, wäre so eine Lösung zweiter Ordnung.

Eine gute Bekannte sprach davon, sich jeden Tag neu an Dingen zu erfreuen, für die sie früher keinen Blick gehabt habe. Die Entdeckung der Langsamkeit ohne den Trubel früherer Jahre oder die Zeit für mich selbst können mir helfen, den gelassenen Umgang mit der Begrenztheit meines eigenen Lebens einzuüben.

Ein guter Bekannter verriet mir vor kurzem, dass er in schwierigen Situationen ein Stoßgebet zum Himmel schicke: „Herr, dein Wille geschehe aber gib mir auch die Kraft damit umzugehen“. Er spüre dann immer eine starke Gelassenheit, die ihm schon so oft geholfen habe.

Ein älterer Freund von mir, der jeden Tag neu mit Einschränkungen der Beweglichkeit konfrontiert wird, bemerkte vor kurzem:

„Ich weiß mich doch getragen von Gott und hoffe, dass wir das Beste noch vor uns haben.“

RICHARD DERICHS

Impfen als Lebenselixier

Seit fast einem Jahr beschäftigen wir uns nun mit der Corona-Pandemie. Nur wenige Menschen hatten eine Pandemie bisher erlebt. Wissenschaftler, die virologische Erkenntnisse erforschen, konnten zunächst keine zuverlässigen Informationen über den Verlauf dieser Pandemie geben. Ebenso war es Ihnen nicht möglich einen genauen Pandemiefahrplan für Deutschland, Europa und die Welt zu erstellen. Politiker schienen bisweilen mal von dieser oder jener Information hin- und hergerissen und im schnellen Entscheidungsprozess hat sich dennoch vieles gut entwickelt, wenn es auch Fehler gegeben hat, die uns beschäftigen oder noch beschäftigen werden.

**Unser Grundgesetz will
zunächst das Leben von
Menschen schützen.**

Darauf ist es konzipiert und ausgerichtet. Die beiden Weltkriege und der Holocaust unter der nationalsozialistischen Herrschaft haben gerade uns Menschen in Deutschland die Würde des Einzelnen in besonderer Weise vor Augen gestellt.

Der Staat soll besonders diejenigen schützen, die schutzlos sind oder sich nicht selbst schützen können.

Auch für uns Christen ist es eine wesentliche Maxime, dass wir das Leben von Menschen achten und uns daher für den Lebensschutz in vielen Situationen einsetzen. Jesus hat dies immer wieder verdeutlicht und in der Bibel gibt es viele Situationen, in denen Gott den Menschen vor dem Unheil rettet.

Gott will das Leben der Menschen schützen, denn er hat den Menschen erschaffen.

Er gibt ihm allerdings auch Freiheit zum eigenen Handeln, die Möglichkeiten der Vernunft das Leben zu beschreiben und zu verstehen, sowie im Lernen sich den gegebenen Situationen seiner Würde entsprechend anzupassen.

So lässt Gott auch Fehler, Schuld und Sünde zu, die das Leben bedrohen und den Menschen massiv einzuknechten vermögen. Daher geht eigentlich nichts, was wir tun, ohne Verantwortung füreinander, für das eigene Leben und für den uns umgebenden Lebensraum.

Mit der Zeit haben die Wissenschaftler immer mehr über das Virus gelernt und Maßnahmen empfohlen, damit die Intensivstationen nicht überlastet sind und auch das Krankenpflegepersonal möglichst nicht ständig an den Grenzen ihrer Belastbarkeit arbeiten.

Wir haben gelernt: Nur, wenn das gewährleistet ist, gibt es Chancen für diejenigen Menschen, die an Covid19 erkrankt sind. Darauf müssen alle politischen Maßnahmen und Entscheidungen abgestimmt sein, wenn wir das Leben von Menschen schützen wollen.

Hier liegt dann unsere Verantwortung als Christen und als Menschen in Deutschland diesem Ziel zu dienen.

Das bedeutet Einschränkung im persönlichen Leben. Das tut weh und ist wirklich oft bitter. Dabei denke ich nicht zuerst an die persönliche Flugreise, auf die wir derzeit verzichten müssen, an das Maskentragen oder



die Verhinderung von Zusammenkünften jeglicher Art.

Besonders denke ich an Menschen, deren Lebensunterhalt durch die Pandemie weggebrochen ist und die nicht wissen, wie es wohl weitergehen wird.

Die Einschränkung aller wird zur Existenzfrage von betroffenen Branchen und der Menschen, die dort arbeiten. Nicht zu vergessen ist das Leid derjenigen, die ihr Leben nun allein gestalten müssen, bei denen sich Einsamkeit bemerkbar macht und die sich Fragen nach ihrem Lebenssinn stellen. Nicht zuletzt geht es um zahlreiche Menschen, die durch oder mit Corona verstorben sind und deren Angehörige.

Inzwischen wissen wir: mit einem Impfstoff, der weltweit verimpft werden muss, kann es uns gelingen diese Pandemie zu besiegen. Ich bin sehr froh, dass ein solcher Impfstoff schon jetzt nach ca. einem Jahr entwickelt wurde und dass wir als Menschen die Fähigkeit haben solchen Bedrohungen zu begegnen. Ich verstehe die Ungeduld sehr gut, die sich medial ausbreitet und besonders bei allen sehr stark Betroffenen erkennbar ist.

Dennoch versuche ich persönlich mit Geduld, Gelassenheit und Dankbarkeit die Situation auszuhalten und Gott und den Wissenschaftlern immer wieder zu danken, dass innerhalb von einem Jahr Impfstoffe als neue Lebenselixiere gefunden wurden.

GREGOR OTTERSACH, PFR.

Rasant breitet sich
der Frühling aus –
schneller als Corona,
farbiger als Corona,
heilsamer als Corona.

Jesu Auferstehung –
diesmal in der Natur.

Gott sei Dank.

Halleluja.

PETER SCHOTT, IN: PFARRBRIEFERVICE.DE



pexels-photomix-company

Wenn Versöhnung gelingt

**Das Fest der Auferstehung
ist immer auch ein Fest der
Versöhnung –
der Versöhnung mit jenen
Menschen
und Lebensumständen,
die zu meiner Kreuzigung führten,
zu meinem Groll, meiner Bitterkeit,
zur Kreuzigung meiner Hoffnungen
und Wünsche,
zur Kreuzigung meiner Pläne und
Versprechungen.**

IRMELA MIES-SUERMAN, IN: PFARRBRIEFSERVICE.DE

Alles nimmt ein gutes Ende
für den, der warten kann

LEO N. TOLSTOI

Gelassenheit

Gelassenheit bedeutet innere Ruhe, seelisches Gleichgewicht, Gleichmut und Entspannung.

Es steht für Gemütsruhe, die Fassung bewahren und Besinnlichkeit.

Gelassenheit bedeutet nicht, in Sicherheit zu sein vor dem Sturm.

**Gelassenheit bedeutet Ruhe
bewahren inmitten des
Sturms.**

Wir sind grade in einem Sturm, wir alle zusammen. Aber wir alle müssen jetzt eins tun: durchatmen, zur Ruhe kommen und Kraft tanken. Denn unsere Situation können wir nicht ändern, wir müssen sie hinnehmen und akzeptieren.

Aber wir können unser seelisches Gleichgewicht in Einklang bringen und die Situation für uns selber ein Stückchen erträglicher machen.

**Wir müssen jetzt das Positive
im Sturm sehen, wie den
Regen wenn er auf unser
Gesicht prasselt.**

Guter Gott, bitte gib uns die Gelassenheit die Situation hinzunehmen, die wir nicht ändern können.

Gib uns den Mut, die Dinge zu ändern, die wir ändern können und gib uns die Weisheit das eine vom anderen zu unterscheiden.

MESSDIENERLEITERIN TAMARA PFAD AUS VORST



pexels-kelly-ritta

„aus den Händen geglitten“?

Meine Gedanken zum Thema „Gelassenheit“

Während der Vorbereitung dieses Heftes überschlagen sich die täglichen Corona-Nachrichten und Pseudo-Nachrichten in der Presse und den digitalen Medien. Zahlen, Statistiken und Schlagzeilen, in denen sich Trauer und Ängste, aber auch Hoffnungen widerspiegeln. „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Christi.“ so heißt es in der berühmten Aussage des II. Vatikanischen Konzils über die Kirche in der Welt von heute.

Trauer

Trauer herrscht besonders bei allen, die einen geliebten Menschen verloren haben. Dabei denke ich an die, bei denen eine Corona-Infektion zum Tod geführt hat, aber auch an die, die sich aus Verzweiflung und Angst das Leben genommen haben, weil ihre Existenz vernichtet worden ist, der Arbeitsplatz, das mühevoll aufgebaute Geschäft, der kleine Betrieb. Denn für viele kam die zugesagte Hilfe Monate zu spät. Traurig stimmen mich die Mails von Schülern, die im Lockdown ihre Orientierung verloren haben, weil der Schulalltag mit seiner gewohnten Struktur sich auflöst, der Kontakt mit Freunden, der Austausch. Traurig auch, dass die sprachlich schwachen Schüler aus Familien, die eingewandert oder als Flüchtlinge nach Deutschland gekommen sind, offensichtlich besonders isoliert und hilflos sind.

Hier fällt es schwer,
Gelassenheit zu empfinden.



Das Leid scheinen vor allem die „Armen und Bedrängten aller Art“ zu tragen. Es geht wie so oft einher mit Ungerechtigkeit und mangelnder Solidarität. Um Gesundheit und Leben anderer zu schützen, werden einigen als Opfer Beruf und Existenz, Bildungs- und Ausbildungschancen genommen – ohne gerechten Ausgleich.

Angst

„Angst beschreibt jene geistige Verfassung, in der das Leben als solches bedroht zu sein scheint und auf dem Spiel steht. Solche Angst kann eine angemessene wie unangemessene Reaktion auf die Welt sein, in der sich ein Mensch vorfindet. Entscheidend ist dabei das Erleben, von der Beziehung zu anderen Menschen, zur Welt und zu Gott abgeschnitten und getrennt zu sein. Angst vereinzelt und

isoliert Menschen voneinander und lässt die Welt bedrohlich und eng erscheinen.“ (soweit eine Definition der Wiener Theologieprofessorin Regine Polak). Dass Angst eng macht, spiegelt sich im Themenspektrum der Medien wider: Corona und kein Ende, kaum noch andere Themen, kaum noch ein Blick auf das, was unser Leben noch ausmacht. War da noch etwas?

Keine Gesellschaft kann auf Dauer ohne Schaden im Zustand der Angst leben. Angst schwächt das Immunsystem, schwächt die Abwehrkräfte, die jeder Mensch von Natur aus hat. Angst verbreiten die Zahlen über mangelnde Intensivbetten. Als erstrebenswert gilt, möglichst viele freie Betten zur Behandlung vorzuhalten und es regiert die Angst, dass es zu wenige sein könnten. Mir macht im gleichen Maße die Vorstellung Angst, auf einer solchen Intensivstation zu landen. Ohne Besuch, abgeschnitten von allem, einsam und todkrank, das scheint mir persönlich – ich bin selbst Risikopatient – kein erstrebenswertes Ziel.

So verschaffe ich mir Gelassenheit durch Abstand zu den Medien und ihren Zahlen. Zahlen und Statistiken sind lediglich Hilfsmittel, um eine Situation oder ein Problem zu beschreiben. Sie müssen in einen Zusammenhang gestellt werden. Einige wenige täglich in den Schlagzeilen genannte „Kennziffern“ können nicht den Anspruch erheben, die vollständige Wirklichkeit abzubilden. Das Vertrauen in die Zahlen scheint ungebrochen seit den Tagen, in denen „Quirinius Statthalter von Syrien war“ und alle Untertanen

des Kaisers Augustus datenmäßig erfasst wurden (Lukasevangelium, Kapitel 2, Vers 2). Zweifellos lassen sich mit sog. repräsentativen Stichproben z. B. Wahlergebnisse voraussagen. Die täglich veröffentlichten Infektionszahlen aber basieren nicht auf einer Testgruppe, die repräsentativ für die Gesamtbevölkerung ist. Wissenschaftler fordern dies schon seit längerem (z. B. der Makroökonom Prof. Dr. Klaus Wäldle von der Universität Mainz, zu finden unter www.macro.economics.uni-mainz.de) – ohne Resultat.

Freude

„Das Virus hat uns fest im Griff“, ist eine im Journalismus beliebt gewordene Floskel, um Meldungen einzuleiten. Die Welt scheint still zu stehen. Ist das so? Ich schaue aus dem Fenster und sehe blauen Himmel und weiße Wolken, ich höre die Vögel und schaue zu, wie sie sich ihr Futter zusammensuchen. Ich sehe Bäume und die ersten Blumenknospen. Im Februar hatten wir Schnee, die Kinder aus unserem Hof bauten Schneemänner. Die Welt dreht sich also weiter. Die Natur bewegt sich, atmet, singt. Sie bringt neues Leben hervor, begräbt das alte – what a wonderful world. Ich habe Zeit, diese Wunder neu zu entdecken, wieder mal zu staunen: Wie fein gefiedert scheinen die Äste und Zweige der Bäume, genau austariert tragen sie Schnee- oder Blattlast. Wie zielsicher finden die Vögel des Himmels ihren Weg.

„Seht: Sie säen nicht, sie ernten nicht und sammeln keine Vorräte in Scheunen“,

heißt es im Evangelium nach Matthäus (Kapitel 6, Vers 26). Mich erfüllen die Natur und ihre Geschöpfe immer wieder mit unglaublicher Freude. Der Freude, da zu sein und daran teilzuhaben. Denn wir sind Teil der Natur, nicht mehr, aber auch nicht weniger. Das gibt mir Gelassenheit. Und: „Wer von euch kann mit all seiner Sorge sein

Leben auch nur um eine kleine Spanne verlängern?“, (so bemerkt Matthäus im Anschluss an seinen Hinweis auf die Vögel).

Hoffnung

Das Leben, das die Natur schenkt, lässt sich am besten durch Beobachten erfassen, durch Staunen würdigen. In der Tradition des christlichen Glaubens gibt es den Begriff der Kontemplation, das Leben in den Orden und Klöstern ist davon geprägt – man vertieft sich in ein Objekt, um Erkenntnis darüber zu gewinnen und Weisheit. Die Natur zu respektieren, statt sie auszubeuten, zu schauen, statt zu „machen“. Wie sehr ist uns das aus den Händen gegliedert, um eine Bemerkung der Bundeskanzlerin aufzugreifen, die damit allerdings den Umgang der Infektionslage kommentieren wollte.

Ein unsichtbares winzig kleines Virus (120-160 nm klein – 1 Nanometer ist ein Milliardstel von einem Meter) macht uns auf drastische Art und Weise deutlich, dass das Leben eigenen Gesetzen gehorcht. Es wandelt und verändert sich, es variiert Bekanntes und bringt Neues hervor.

Das Leben zeigt sich als unberechenbar.

Wir meinen, wir könnten es manipulieren und beherrschen, aber offensichtlich haben wir uns nicht genug hinein vertieft, um sein Geheimnis zu begreifen. Wenn man in dem Bewusstsein lebt, dass es keine letzten Geheimnisse gibt, dass alles erforschbar, machbar ist, dass alles in die Verfügbarkeit durch Menschen gestellt ist, dann wird es schwer, diesem Virus gegenüber gelassen zu bleiben. Dann stehe ich unter dem Druck, ständig neue Maßnahmen ergreifen zu müssen. Ich verliere Augenmaß und Besonnenheit, denn ich mache mich ja schuldig, wenn die getroffenen Maßnahmen nicht den gewünschten Erfolg bringen. Es folgen dann oft die Rufe nach Verantwortung und Schuldzuweisungen.

Eigentlich müssten wir als Christen wissen, dass wir als Menschen immer und an jedem Ort in Zusammenhänge von Schuld verstrickt sind. Wir können als Menschen nicht perfekt und fehlerlos sein. Egal, was wir tun, wir bleiben anderen immer etwas „schuldig“. Die Taufe, so sagt unser Glaube, befreit uns von der Last dieser Schuld. Sie lässt uns barmherzig werden und lädt uns ein, gelassener – nicht aber nachlässig – damit umgehen.

Unser Leben spielt sich immer noch innerhalb des Horizonts ab, den wir mit unseren Sinnen erfassen können. Unsere „Reichweite“ ist sehr begrenzt. Zahllose Kreaturen können besser hören, sehen, riechen als wir. Wir haben uns dafür die Technik zugelegt, die vor allem im Dienst der Wirtschaft steht. Mit Technik und Wirtschaft haben wir ein globales Netz geschaffen, das dem Virus die ideale Infrastruktur bietet und das die Ärmsten der Armen in die Flucht treibt.

Hamid, der elternlose Junge aus Afghanistan, den ich begleiten darf, hat am 1. Februar 2021 eine Ausbildung als Friseur begonnen. In seiner Welt ist die deutsche Sprache ein großes Problem. Er gibt sich viel Mühe, mit Haarfarben und Pflegeprodukten zurecht zu kommen, Köpfe zu waschen und zu massieren. Er ist stolz, wenn er gut geföhnt oder sorgfältig Strähne für Strähne Haarfarbe aufgetragen hat. Jeden zweiten Tag übt er mit mir Deutsch. Und wenn ich merke, dass er besser zwischen „ö“ und „ü“ unterscheiden kann, dass sein Lesen langsam flüssiger wird und dass er ein Wort wie „Effilierschere“ oder „Frisiertisch“ souveräner ausspricht, dann erfasst mich eine ungeheure Freude: über unsere Fähigkeit zu lernen, das Gute weiterzugeben.

Ich fasse Mut und Gelassenheit – und die halte ich fest.

MARTIN DEGENER

Die Liturgie der österlichen Tage

Letztes Jahr 2020 traf es uns wie ein Schlag, keine Ostergottesdienste wegen Corona!

Dieses Jahr werden wohl Gottesdienste unter den inzwischen gewohnten Einschränkungen stattfinden.

Die Angebote in Fernsehen, Radio und Internet sind reichhaltiger geworden, so dass wir irgendwie auch in diesem Jahr an der Osterliturgie teilhaben können.

Ostern ist übrigens stets am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond im Frühling. Hier soll in aller Kürze ein Bogen gespannt werden von Gründonnerstag bis Ostermontag. Eifrige Messdiener sprechen scherzhaft vom 5-Tage-Rennen.

So ist das Osterfest doch der Höhepunkt im liturgischen Kirchenjahr. Die meisten kennen die Osternacht und vielleicht den Kreuzweg an Karfreitag, aber es darf auch „durchgefeiert“ werden. Die Liturgie an den drei Tagen von Gründonnerstag bis zur Osternacht ist im Grunde ein einziger Gottesdienst *triduum paschale* oder – der längste Gottesdienst der Welt! Ostern geht ursprünglich aus dem jüdischen Passahfest hervor (hebr. pessach = Vorübergang des Herren) und bedeutet soviel wie „Morgenröte“ (griech. *éos*).

In der Karwoche vor Ostern (kara = Trauer) wird in besonderer Weise der Passion Christi gedacht (passio = Leiden). Am **Palmsonntag** treffen sich die Gläubigen in Erinnerung an den triumphalen Einzug Jesu in Jerusalem vor der Kirche zur Segnung der Palm- oder Olivenzweige (meist Buchsbaum) mit anschließender Palmprozession in die Kirche. Der von der Gemeinde erwartete Messias wurde mit Hosanna-Rufen (hosianna = hilf doch!) und schwenken der Palmzweige begrüßt.

Am **Gründonnerstag** (urspr. greinen = weinen), bei grün denken wir an die Natur, an den nahenden Frühling, die Entstehung neuen Lebens. Die Kirche gedenkt des letzten Abendmahls, das Jesus mit seinen Jüngern hielt, und damit der Einsetzung der Eucharistie (eucharistia = Danksagung). Im Gottesdienst verstummen nach dem Gloria Orgel und Glocken bis zur Osternacht. Stattdessen werden sog. Klappern aus Holz eingesetzt. Hiermit wird die Trauer um das Leiden und Sterben Jesu zum Ausdruck gebracht (Evangelium: Joh 13). Jesus hatte als Zeichen seiner vorbehaltlosen Dienstbereitschaft am Nächsten seinen Jüngern die Füße gewaschen. Auch heute noch wird mancherorts symbolisch mit einer Fußwaschung durch den Priester daran erinnert. Nach dem Schlussgebet – der Schlusssegen entfällt – werden die für die Kommunion am Karfreitag konsekrierten Hostien

feierlich in einer Prozession in eine seitliche Kapelle zur Anbetung gebracht. In St. Aldegundis in Büttgen z. B. gibt es eine Prozession der Gemeinde von der neuen in die alte Kirche. Die Messe endet ohne Worte oder Gesang durchaus befremdlich. Die Altartücher und Blumen werden entfernt, die Kreuze verhüllt. Auch die Weihwasserbecken an den Eingängen werden geleert.

Mancherorts findet eine Nachtwache statt, es wird die Nacht „durchgemacht“ in Stille, Gebet und Gespräch.

Der **Karfreitag** wird als Fasttag, im Zeichen der Trauer, in Stille und Besinnlichkeit begangen.

Am Morgen finden meist Kreuzwegandachten statt. Mit Gebet und Meditation werden die 14 Stationen des Kreuzweges durchlaufen. Der Kreuzweg ist mancherorts um eine 15. Station (Auferstehung Jesu) erweitert. Am Nachmittag wird um die Todesstunde Jesu, etwa 15 Uhr nach der heutigen Zeitrechnung (Mt 27,46) ein Wortgottesdienst angeboten. Die Karfreitagsliturgie ist von eindrucksvoller Schlichtheit und beginnt mit der Prostratio. Der Priester legt sich ausgestreckt vor den Altarstufen zum stillen Gebet nieder. Diese Gebärde ist Ausdruck seiner tiefen Erschütterung darüber, dass der „Urheber des



Lebens“ getötet worden ist (vgl. Apg 3,15). Das Passionsevangelium (Joh 18) wird gelesen. Es folgt ein besonderer Ritus, zunächst ein umfangreiches Fürbittgebet, anschließend wird zur Kreuzverehrung das mit einem violetten Fastentuch bedeckte Kreuz vor dem Altar enthüllt. Die Gemeinde ist eingeladen, das Kreuz durch Kniebeuge und Handauflegen zu verehren. Zur Kommunionfeier werden die am Gründonnerstag konsekrierten Hostien gereicht.

An Karsamstag herrscht Grabesruhe.

In der **Osternacht** zwischen Karsamstag und Ostersonntag feiern die Christen die Auferstehung Jesu Christi von den Toten.

Diese Liturgie beansprucht durchaus mehr als zwei Stunden, die am späten Abend oder am frühen Ostermorgen stattfinden kann. Sie beginnt außerhalb der Kirche mit dem Osterfeuer, an dem die Osterkerze entzündet wird. Traditionell wird z. B. in Holzbüttgen das Osterfeuer auf dem Friedhof entzündet.

Die Osterkerze wird mit dem Ruf „Lumen Christi“ („Licht Christi“) in die dunkle Kirche getragen und die Gläubigen entzünden ihre Kerze am Licht der Osterkerze.

Danach stimmt der Priester einen feierlichen Lobgesang (Exultet) an. Im Wortgottesdienst folgen mindestens drei Lesungen aus dem Alten Testament, u. a. die Schöpfungsgeschichte aus dem Buch Genesis und der Bericht aus dem Buch Exodus vom Zug der Israeliten durch das Rote Meer und der damit verbundenen Befreiung aus der Sklaverei. Insgesamt sind sogar neun Lesungen vorgesehen für die Osternacht. Unter Glockengeläut wird das Gloria gesungen und nach der Lesung aus dem Brief des Apostels Paulus an die Römer (Epistel) folgt das Evangelium (Mt 28) von der Auferstehung Jesu Christi. Nach der Predigt findet die Tauffeier statt, nach der Allerheiligenlitanei erneuern die Gläubigen ihr Taufbekenntnis und werden mit dem neu geweihten Wasser besprengt. Manchmal werden in der Osternacht feierlich Täuflinge in die Gemeinschaft der Christen aufgenommen. Höhepunkt der Osternachtliturgie ist die Eucharistiefeier. In manchen Gemeinden folgt das Fastenbrechen (Agape = Liebesmahl), ein gemeinsamer schlichter Imbiss z. B. im Gemeindesaal.

Mit dem **Ostersonntag** beginnt die Osteroktav (lat. octo = acht). In der Osterliturgie feiern die Christen die Auferstehung Jesu Christi eigenständig neben der Osternacht. Nach dem Wachen in der Osternacht wird am Tage noch einmal im Johannesevangelium (Joh. 20) bestätigt: Es stimmt

wirklich, der Herr ist tatsächlich auferstanden. Weniger liturgisch, eher kultig ist die mittelalterliche Tradition des Osterlachsens *Risus paschalis*, wenn der Priester durch Witze und Anekdoten die Gemeinde zum Lachen bringt.

Das Evangelium vom **Ostermontag** ist die sog. Emmausgeschichte (Lk 24,13). Es wird berichtet, dass sich Jesus zwei Jüngern angeschlossen hat, die enttäuscht auf dem Weg nach Emmaus waren. Doch erst beim Brechen des Brotes zum Abendessen erkannten sie Jesus und machten sich auf den Weg nach Jerusalem zurück, um den anderen Jüngern davon zu erzählen.

Die Osteroktav endet mit dem **Weißten Sonntag**, der klassische Tag für die Erstkommunionfeier. Der Name erinnert an die weißen Gewänder der neu getauften. Die Osterzeit endet nach 50 Tagen am Pfingstfest.

Am Ende sei noch darauf hingewiesen, dass die Gottesdienste dieses Jahr im Rahmen des aktuellen Corona-Konzeptes vor Ort nicht so stattfinden werden, wie hier beschrieben wurde.

BERNHARD WOLFF

siehe z. B. auch:

Manfred Becker-Huberti/Ulrich Lota,
Katholisch A – Z (Freiburg 2009),
Liborius Olaf Lumma, *Feiern im Rhythmus
des Jahres* (Regensburg 2016) oder
www.katholisch.de



Ein Interview mit Meister Eckhardt dem Schöpfer des Wortes Gelassenheit

Sie haben vor 700 Jahren gelebt und es als Dominikanerpater weit gebracht. Immerhin hatten Sie an der berühmten Pariser Universität Sorbonne promoviert und dort als Magister einige Jahre den einzigen für einen Nicht-Franzosen reservierten Lehrstuhl innegehabt. Selbstverständlich hat man damals als Gelehrter Latein gesprochen. Wieso kommt es, dass sie der Wortschöpfer des schönen deutschen Wortes Gelassenheit wurden?

Nun, wir Dominikaner verstehen uns als Predigerorden. Wir leben aus der Beschäftigung mit der heiligen Schrift und deren geistiger Betrachtung. Wir fühlen uns als Beschenkte, wenn wir uns in Stille auf IHN und sein Wort hin konzentrieren. Dieses Geschenk haben wir immer versucht, an die Menschen weiterzugeben. Und das waren die Leute in den Städten und Dörfern, die damals meistens weder lesen noch schreiben konnten. Zu ihnen mussten und wollten wir in ihrer Sprache reden. Da ich in Thüringen geboren wurde, ist meine Muttersprache Mittelhochdeutsch als Vorläuferin eurer heutigen Sprache. Und so kam es, dass die Menschen in Deutschland aus Magister Eckhardt einen Meister Eckhardt gemacht haben.

Wenn wir heute über Gelassenheit reden, denken wir daran, innerlich cool zu bleiben oder etwas nicht an sich heran zu lassen. Was haben Sie denn unter der Gelassenheit verstanden?

Die gewohnte Haltung zur Welt hat nicht dabei geholfen, Konflikte zu lösen und Religion friedlich auszuüben und zu leben. Es lässt sich beobachten, wie sehr egozentrische Haltungen dazu führen, dass nur die eigene Perspektive auf die Welt zählt und notfalls auch gewaltsam durchgesetzt wird. Die Haltung der Gelassenheit kann uns helfen, Abstand zu uns selbst und unseren Egoismen zu bekommen.

Gelassenheit hat aus meiner Sicht zwei Aspekte: Ich muss mich zunächst selbst lassen, also etwas aktiv tun, um schließlich der zu werden und zu sein, der gelassen ist. Ich will es an einem Beispiel erklären:

Einmal kam ein betuchter Mensch zu mir und sagte, er habe große Dinge hinweggegeben an Grundbesitz und an Habe, um seine Seele zu retten. Da dachte ich: Ach, wie wenig und Unbedeutendes hast du doch gelassen! Es ist eine Blindheit und eine Torheit, solange du irgendwie auf das schaust, was du gelassen hast. Hast du aber dich selbst gelassen, so hast du wirklich gelassen. Wirklich gelassen ist nur, wer sich gänzlich zu lassen vermag: absichtslos, unterschiedslos und rückhaltlos..

Das klingt für uns heutige Menschen doch sehr radikal und abgehoben. Lässt sich denn in unserer Zeit wirklich so leben?

Mir ist bewusst: Das ist ein hohes Ziel! Und in reiner Form werden wir wahrscheinlich erst im Tod gelassen.

Es geht darum, gelassener zu werden: Mich drängt es doch oft nach immer mehr. Doch auf dem Weg zur Gelassenheit hilft es mir, alles, was ich wissen und haben will, erst einmal sein zu lassen. Das meint, nicht meine eigenen kurzsichtigen Ziele zu verfolgen, sondern das Leben auf mich zukommen zu lassen. Es bedeutet, den Druck zu nehmen aus dem alltäglichen Leben. Wir sind alle getrieben in irgendwelchen Zwecken, wir müssen dies oder jenes erreichen. Und da gilt es, erst mal zu sagen: „Stopp, das muss nicht so sein. Das ist vielleicht gar nicht das Richtige. Und wenn ich so weiter mache, verfehle ich genau das Richtige.“

Man hat Sie einen Mystiker genannt und ihre Schüler Johannes Tauler und Heinrich Seuse auch.

Für einige von euch war er ein Zeitgenosse: Karl Rahner, einer der bedeutendsten Theologen des 20. Jahrhunderts. Er sagte einmal: „Der Christ der Zukunft wird ein Mystiker sein oder er wird nicht sein“. Das heißt doch: Man kann als Christ in der Zukunft nur dann existieren, wenn der Glaube mehr ist als ein reines Bekenntnis, als eine Lehre, der man folgt. Wenn mit Mystik gemeint ist, dass es einer lebendigen, inneren Gotteserfahrung bedarf, dann bin ich ein Mystiker.

Meister Eckhardt, wir danken ihnen für das Gespräch

RICHARD DERICHS

Nimmt das denn gar kein Ende?

Nun beschäftigt uns dieses Virus von der Größe von gerade mal 60 bis 160 Nanometern (also 0,000 060 mm) schon länger als ein Jahr, verängstigt uns, blockiert, durchdringt unser Leben.

Wir sind zu Getriebenen geworden, manche fühlen sich bevormundet und ihrer persönlichen Freiheiten beraubt. Wie auch immer: Es geht sprichwörtlich „ans Eingemachte“, denn wir müssen eine eigene Stellung zu dem Problem finden, unser Handeln selbst verantworten. Darauf kommt es zuerst an. Die Vorschriften der Politik sind nicht mehr als ein Gerüst, eine Mindestanforderung, an die ich mich auf jeden Fall halten soll.

Abschalten kann man Angst - Impulse sicherlich nicht, dafür gehen sie uns zu nahe.

Unsere menschliche Natur neigt schnell dazu, dass unsere Gedanken dann um gar keine anderen Themen kreisen können. Wir sollten lernen, besser mit Sorgen umzugehen.

Die Lösung heißt: Gelassenheit walten lassen.

Nun, eine Worthülse, die zu allem passt, darf daraus nicht werden, vielmehr eine Lebenseinstellung, die nichts mit Faulheit oder Überheblichkeit zu tun hat. Sie ist auch nicht mit Gleichgültigkeit zu verwechseln oder Abgebrühtheit.

Der gelassen Denkende hat sich klar überlegt, was für ihn wichtig ist – oder auch nicht. Er beurteilt die Lage mit Ruhe und Verstand, entscheidet dann, ob es sich lohnt, Zeit und Energie einzusetzen. Was nicht zu verändern ist, nimmt er an.

Es ist gut möglich, dass seine Einschätzung sich hinterher als falsch erweist, dennoch kann er damit umgehen, weil sie seiner eigenen Überzeugung entsprochen hat.

Das Wort „Gelassenheit“ stammt ab vom mittelhochdeutschen Begriff „gelāzenheit“. Sich „gelāzen“ zu verhalten bedeutete so viel wie „sich niederlassen, sich ruhig benehmen“ aber auch „Gott ergeben sein“.

Der letztgenannte Ausdruck ist heute nicht unbedingt mehr positiv besetzt, denn wir verbinden mit ihm eher eine altmodische Haltung, die alles erträgt und als vorgegeben ansieht, die uns unmündig zurücklässt.

Aber – seien wir ehrlich – manches in unserem Leben können wir gar nicht beeinflussen, es ist nicht in unserer Hand. Dazu zählt nicht zuletzt unsere eigene Geburt, die uns in eine Zeit stellt, die voller Probleme steckt, aber auch viele froh machende Erfahrungen bereithält.

Darum: lasst uns lernen, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden und von Gott Gegebenes anzunehmen, sei es Freude oder Last.

Seien wir gelāzen.

WERNER WINKES

Trotzdem an Morgen denken

Die Pandemie legt einen traurigen Schleier auf unser derzeitiges Leben. Menschen und auch Christen sind resigniert, aggressiv, weniger zugänglich und genervt.

Wie finden wir zu einer Gelassenheit, die unser Leben trotz Einschränkungen lebenswert macht? Wie können wir neue Chancen sehen und mit Solidarität und Freude durch die nicht leichte Zeit gehen?

- Zurücklassen
- Zukunft sehen
- Aufbrechen

Weil viele Menschen mehr Zeit haben als sonst, erkennen nicht wenige im Nachdenken über das eigene Leben dasjenige, was das Leben in den vergangenen Jahren schwermacht hat. Daher räumen viele Menschen in ihrem Leben auf, sortieren aus und wollen das zurücklassen, was daran hindert eigenes Leben und Familienleben zu entfalten.

Der Hl. Ignatius von Loyola erkennt erst auf seinem Krankenlager, was für ihn wirklich lebenswert ist und was er zurücklassen muss. Wer zurücklassen kann, wird das Leben gelassener angehen können.

Die Konzentration auf das Wesentliche ermöglicht Gelassenheit.

Viele Tätigkeiten und Beziehungen sind uns in den vergangenen Jahrzehnten wichtig geworden. Sie haben Freude in unser Leben gebracht, Mut gemacht und gemeinsames Leben ermöglicht. Nicht selten konnte neue Zukunft gesehen und gemeinsam gestaltet werden. Vieles von dem, was wir dabei bisher getan haben, spielt sich nun online ab oder muss warten, bis viele Menschen geimpft sind.

Dennoch bleibt die Aufgabe für uns: die Zukunft auch jetzt schon sehen, den Blick über die derzeitige Situation heben und mit neuen Gedanken, Ideen und erkannten Chancen den Weg in die eigene Zukunft gedanklich und vorausschauend erkennen.

Hier können uns Paulus und Petrus in den biblischen Geschichten ermutigen, weil sie trotz schwieriger Lagen immer wieder die Zukunft in den Blick genommen haben. So konnten sie ihrer christlichen Gemeinschaft immer wieder Perspektive schenken. Wer für sich selbst solche Perspektiven entwickelt hat, auch wenn es keine sichere Gewähr auf Umsetzung gibt, spürt Gelassenheit im eigenen Leben, denn Ziele sind im Blick.

Die Situation der Pandemie macht viele Menschen lethargisch, traurig und müde, vielleicht auch depressiv. Egal wie schwer eine Situation gerade ist: Es scheint nicht anders zu gehen als jeden Tag neu anzufangen und wieder aufzubrechen in den neuen Tag, die neue Situation, die neue Lebens- oder Verhaltensumstellung. Eine biblische Gestalt, die diesen Aufbruch in seinem Leben gestaltet hat, ist Abraham. Immer wieder bricht er seine Zelte ab und beginnt neu mit seinem Volk. Für viele Menschen in Deutschland gehört ein solch wiederkehrender Aufbruch nicht zum eigenen Leben.

Wer sich allerdings darauf einstellt, dass das eigene Leben in gewissen Zeiten von solchen Aufbrüchen gekennzeichnet ist, wird gelassener im Umgang mit solchen Situationen und vermag angemessen für sich selbst und für seine Familie darauf zu reagieren.

GREGOR OTTERSBACK, PFR.

Die Gnade der Ruhe und Gelassenheit ist besonders notwendig. Mit ihr lassen sich alle Übel in Freude ertragen.

PAPST JOHANNES XXII

DAS KREUZ MIT DEM KREUZ

Ein kleines Inserat in einer Zeitung - Das Kreuz mit dem Kreuz - pries mit diesen wenigen Worten einen neuen Ratgeber an: „Gymnastik bei Bandscheiben-Schäden“.

Könnte diese Überschrift nicht auch für alle anderen Kreuze in unserem Leben gelten?

Dieser Gedanke kam mir beim Lesen.

Täglich sind wir Kreuzungen ausgesetzt. Wer hat nicht schon erlebt, dass seine Pläne durchkreuzt wurden. Wer hat nicht schon den Vorwurf vernommen, dass das Leid der Welt den Himmel anklagt? Wer fühlt sich nicht ohnmächtig wenn er vom Hungertod unschuldiger Kinder liest? Wer hat nicht schon gespürt: ich kann nicht mehr, und ich will auch nicht mehr?

Ein Meer von Kreuzen tut sich uns auf, die viele Namen tragen: Enttäuschung, Einsamkeit, Krankheit, Trauern, Missbrauch, Gewalt, Arbeitslosigkeit, Misserfolg, Existenznot, Scheidung, Spott, Verleumdung, Mobbing usw, usw

Mit dem Leid leben zu können versuchen Menschen auf die unterschiedlichste Weise. Es gibt ein Gedicht von Adalbert von Chamisso. „Die Kreuzschau“. In dieser Ballade wird erzählt, wie ein Pilger sich im Traum bei Gott beklagt, dass sein Kreuz unangemessen schwer sei, und er bittet um eines, das seinen Kräften entspricht. Daraufhin versetzt Gott den Mann in eine riesige Halle, angefüllt mit dem Leid der Welt in Kreuzgestalten. Der Pilger probiert eins nach dem anderen, aber keines passt. Schließlich entdeckt er eines, dass Erleichterung zu versprechen scheint, und er bittet Gott, es gegen sein Kreuz austauschen zu dürfen. Dabei erkennt er, dass er sein altes Kreuz wieder gewählt hat.

Vielleicht hat der Dichter mit dem Gedicht die tiefgreifende Erfahrung verarbeitet, dass Auflehnung gegen Schmerz und Leid nur noch tiefer in Dunkel und Verlassenheit drückt, dass Trost und Hoffnung wachsen können, wenn ich mich meinem Kreuz zuwende und um Kraft zum Tragen bitte und auch darum, dass mir Menschen beistehen, die selber Krankheit, Verluste, Todesbegegnungen erfahren haben und dadurch reicher geworden sind an Liebe und Verständnis, Gelassenheit und Gottvertrauen.

Mir gelingt es nicht die These „jeder Mensch bekommt genau das Kreuz, das er auch tragen kann“ zu akzeptieren.

Zu viel an unbeschreiblicher Qual, Verfolgung, Ausweglosigkeit bricht immer wieder durch Menschen über Menschen herein und viel Leid verursacht durch Krankheit oder Naturkatastrophen bleibt unerklärlich, obwohl auch hier menschliche Schuld beteiligt sein kann.

Ich glaube auch nicht, dass die heilende Liebe Gottes, die uns Jesus aufgezeigt hat, damit beschäftigt ist, Kreuze zu zimmern und auszuteilen, das besorgen wir Menschen selbst.

Ich glaube aber, dass alle Kreuze unseres Lebens vom einem Kreuz durchquert werden, das uns aufrichten kann und trösten, das uns ermutigt und Kraft gibt, wenn wir es nur zu lassen.

ANNETTE JUNG



Tschüss Perfektionismus – Hallo Gelassenheit

Perfektionismus kann krank machen. Leider ist es häufig so, dass wir erst nach einem Warnschuss im Sinne eines Burnouts zur Einsicht kommen, dass der eingeschlagene Kurs uns nicht weiterbringt. Erst dann finden wir ein angemessenes Maß an Ansprüchen, welches gesund ist und unserem Wesen entspricht.

Ungesunder Perfektionismus führt nicht selten zu gesundheitlichen Problemen – etwa Verspannungen, Schlafstörungen oder depressiven Verstimmungen.

Wie erkenne ich einen eingeschränkten Lebensradius und die somit fehlende Gelassenheit? Kann ich durch fehlende Gelassenheit womöglich sogar die Freude am Leben komplett verlieren?

Das Wichtigste ist Selbstreflexion. Wenn ein eingeschränkter Lebensradius nicht erkannt wird, bzw. man sich selbst nicht hinterfragt oder sich selbst „übergeht und sich nicht wahrnimmt“, gelangt man in eine Negativspirale. Stichwort „loslassen“, um gelassen zu werden und den Druck aus Allem zu nehmen.

Ein paar Tipps, die helfen könnten:

- **Achtsamkeitsübungen**

Achtsamkeit ist mehr als nur ein „Motowort“. Sie hilft unseren Alltag zu entschleunigen und den Stress zu reduzieren.

- **Exerzitien**

Gelassenheit durch Glauben, Gebet und innere Einkehr. Innere Besinnung und Entspannung durch Ruhe.

- **Eigene Regeln aufstellen**

Zum Beispiel: Mittagspause nicht am Arbeitsplatz, oder Überstunden nur in Ausnahmefällen, bei den Kindern auch mal „nein“ sagen, sich regelmäßig kleine Auszeiten nehmen (auch wenn es nur eine Viertelstunde ist)

- **Bessere Leistung ohne Perfektionismus**

Perfektionismus schafft es meist nicht Fehler zu verhindern. Er ist eher ein Garant, sich zu verzetteln, Dinge gar nicht erst zu beginnen oder sie nicht zu Ende zu bringen. Wer bei der Arbeit verbissen und verkrampft ist, macht Fehler. Wer sich selbst und seiner Aufgabe gegenüber positiv eingestellt ist, der ist kreativer, gelassener und kann sich besser konzentrieren.

- **Sich nicht in Details verlieren**

Es ist zielführender, sich auf das Große und Ganze zu konzentrieren. Stichwort: Pareto-Prinzip.

Es hilft den Überblick zu behalten. Man beginnt mit den nötigsten Aufgaben und kümmert sich erst später um Details – wenn noch Zeit ist. Wer es einmal ausprobiert hat, wird feststellen, dass das Endergebnis sogar besser wird, wenn man sich nicht an Kleinigkeiten aufhält.

- **Progressive Muskelentspannung nach Jacobson**

Die progressive Muskelentspannung führt zu Ruhe und Gelassenheit und hilft auch bei Schlafstörungen. Sie eignet sich besonders gut bei innerlichen Unruhen und verbessert die Stressverträglichkeit.

- **Loslassen**

Loslassen ist eine Grundvoraussetzung, um Veränderungen im Leben zulassen zu können,

...und nun viel Erfolg beim Ausprobieren und Umsetzen.

Neues Angebot der Quartiersinitiative Älterwerden in Büttgen: „Klöndraht“

Noch eine Kleinigkeit zum Schmunzeln:

„My house was clean last week, sorry you missed it“

(mein Haus war letzte Woche noch sauber, sorry dass Du es verpasst hast)

Dieser Spruch sorgt immer für ein kleines Lächeln, denn er erinnert daran, dass nicht immer alles perfekt sein muss.

NICOLE & ANDRÉ STÜWE

Mal-miteinander-reden-können ist gerade in diesen schwierigen kontaktarmen Corona-Zeiten für ältere, oft alleinlebende Menschen besonders wichtig.

Deshalb haben Gerda Linden, Ellen Schmittner und Beate Kopp als Organisationsteam im Rahmen der Quartiersinitiative Älterwerden in Büttgen den „Klöndraht“ ins Leben gerufen.

Ab 2. Februar 2021 bieten Ehrenamtliche unter der kostenfreien Telefonnummer **0174-1877843** die Möglichkeit zum Klönen am Telefon an.

Die „Klönzeiten“ sind immer dienstags und donnerstags von 14 bis 18 Uhr und sonntags von 10 bis 14 Uhr.

Spontan haben sich bisher zehn Büttgerinnen und Büttger bereit erklärt, sich wechselseitig für Telefongespräche zur Verfügung zu stellen.

Alle Ehrenamtlichen sind mit der Methode des aktiven Zuhörens vertraut. Gerda Linden, Sozialarbeiterin und Heilpädagogin, die bereits die ehrenamtlichen Begleiter der Pflegenden Angehörigen fachlich betreut, wird diese Ehrenamtlichen ebenfalls einmal pro Monat im Erfahrungsaustausch und in der Gesprächsführung fachlich begleiten.

Wichtig ist den Initiatoren zu betonen, dass sich der „Klöndraht“ wesentlich von der krisenorientierten Telefonseelsorge unterscheidet.

Der „Klöndraht“ richtet sich an Menschen, die gerne mal jemanden zum Zuhören und zum Reden hätten, weil sie vielleicht alleine leben und sich einsam fühlen - gerade weil wegen Corona viele Veranstaltungen und lieb gewordene Treffen mit Familie und Freunden ausfallen. Einfach mal miteinander reden, vertraulich und kostenlos. Ein „offenes Ohr“ finden zum Austausch von Alltagsthemen oder von Informationen.

Dieses neue Angebot „Klöndraht“ der erfolgreichen Quartiersinitiative Älterwerden in Büttgen, die getragen wird von der Kooperation des Caritasverbandes und der Stadt Kaarst, rundet zusätzlich das bereits vorhandene vielfältige Spektrum dieser inhaltlich von Ehrenamtlichen gestalteten Quartiersinitiative weiter ab.

Sobald es die Corona-Situation erlaubt, kann das vielfältige Angebot im „Büttger Treff“ wieder aktiv wahrgenommen werden.

Weitere Informationen zum Programm gibt es auf der Internetseite www.buettinger-treff.de oder bei Cordula Bohle ☎ 02131 -202 50 60.

Zum Schmunzeln und zum Nachdenken

Ein gelassenes Gespräch mit Kaplan Prof. Dr. Alexander Krylov

Ihr neues Buch war innerhalb weniger Wochen ausverkauft. Was hat den Leser so beeindruckt? Haben Sie einen solchen Erfolg erwartet?

Damit habe ich überhaupt nicht gerechnet. Wer interessiert sich schon für kleine Geschichten aus der untergegangenen Sowjetunion? Es hat sich gezeigt, dass auch westeuropäische Leser sich im Buch wiederfinden – die Jugendlichen und auch die Senioren. Ich habe viele Rückmeldungen bekommen: für Menschen ist es immer spannend, die eigenen Erfahrungen mit fremden zu vergleichen.

Viele Geschichten sind einfach witzig. Im Buch gibt es viele Überraschungen sowie einiges zum Schmunzeln und Nachdenken auch über unsere heutige Zeit...

So, wie im normalen Leben. Die besten Witze werden nicht ausgedacht, sie entstehen in unserem Alltag. Ich wollte mit dem Buch zeigen, dass jedes einzelne Leben spannend ist und dass es in jedem Leben einen Platz für den Glauben gibt.

Werden Sie nun weitere Bücher schreiben? Was ist Ihr nächstes Projekt?

Im Moment schreibe ich keine weiteren Bücher. Ich bin Seelsorger – dass ist das Wichtigste in meinem Leben. Das Schönste aber dabei sind nicht irgendwelche Projekte, sondern das alltägliche Zusammensein mit Gott und den Menschen, wie bei jedem anderen Priester.

Im letzten Jahr habe ich wegen Corona einen YouTube-Kanal namens You-Priest gegründet und angefangen kleine Videofilme über den Glauben für Kinder und Erwachsene zu drehen.



Sie kommen gut an. Pandemie macht kreativ, am Wichtigsten sind jedoch direkte Begegnungen.

Das Leitthema unseres Heftes ist die Gelassenheit. Wie stehen Sie dazu?

Man kann nicht selten eine falsche Gelassenheit erleben. Es gibt Momente, in denen es gut ist, emotional und entscheidend zu reagieren. In manchen philosophischen Schulen versteht man unter Gelassenheit ruhiges Nicht-Anhaften, Gleichgültigkeit, Nicht-Unterscheiden oder sogar Nichts-tun. Das widerspricht unserer christlichen Sicht. Wir wissen aus dem Evangelium, dass auch Christus nicht immer ruhig und meditativ war. Unsere christliche Gelassenheit ist nicht das blinde Egal. Sie bedeutet nicht, dass wir uns bedenkenlos einem Schicksal ausliefern. Christliche Gelassenheit ist immer mit Verantwortung und mit Vertrauen auf Gott verbunden.

Gelassenheit wird oft mit Loslassen verbunden

Loslassen von Sünde, von dem, was für uns nicht gut ist, was uns unserer

Freiheit beraubt. Der Glaube ist aber eine Bindung – zuerst eine Bindung an Gott. Dann auch eine Bindung an die konkreten Menschen und auch an die Kirche. Man löst diese Bindungen nicht beliebig, wenn etwas schief läuft. Man lernt also die Gelassenheit durch das Vertrauen und nicht durch einen Bruch.

Sprechen Sie in Ihrem Buch darüber? Sind Sie ein gelassener Mensch?

Im Buch gibt es verschiedene Anekdoten, die das Thema des Vertrauens ansprechen. Mit der Zeit habe ich gelernt, dass Gott uns hilft, in jeder anscheinend unlösbaren Situation einen Ausweg zu finden und unser Leben noch schöner zu machen. In dem Sinne bin ich in den letzten Jahren etwas gelassener geworden. Jeder von uns kann hier noch viel lernen.

Worauf freuen Sie sich an Ostern?

Im Buch erzähle ich auch, wie es an Ostern in meiner Kindheit war. Wir haben es nicht nur im Verborgenen gefeiert, aber es war sogar schwer den Ostertermin zu erfahren. Ich freue mich jedes Jahr auf das Osterfest und auch auf die frohe Botschaft des Evangeliums. Der Tod, die Sünde und das ganze Leid der Welt werden am Ende vergehen. Ist die Auferstehung Christi nicht die beste Grundlage für unsere Gelassenheit?

DIE REDAKTION FORMAT4 DANKT KAPLAN KRYLOV FÜR DAS INTERVIEW. DIE ANTWORTEN AUF DIE FRAGEN ERHIELTEN WIR SCHRIFTLICH.

*„Wie ich zum Mann wurde. Ein Leben mit Kommunisten, Atheisten und anderen netten Menschen“
von Alexander N. Krylov, 200 Seiten,
ISBN 978-3863572754. Die 2.
Auflage erscheint im fe-medienverlag
im März 2021 und ist im Buchhandel
zum Preis von 10 Euro erhältlich.*



Kaplan Prof. Dr. Alexander Krylov

am 1. Juli 1969 in eine deutsch-russische Familie hineingeboren

abgeschlossene Studien der Geschichte u. sozial-ökonomischen Wissenschaften, der Wirtschaftswissenschaften u. der Theologie, Promotion in Sozialphilosophie u. Psychoanalyse (1999)

Arbeitserfahrung als Lehrer u. Leiter des Sozial-Paduanischen Dienstes

Leitende Positionen in der Stiftung „Kinder Russlands“ u. der Show-Firma „Uventa“, sowie stellvertretender Dekan der Fakultät für Wirtschaft u. Management in Moskau

langjährige Arbeit im Institut für Weltwirtschaft u. internationales Management der Universität Bremen

Professur im Kommunikationsmanagement in Berlin u. Moskau, 2. Vorsitzender der „Bremen School of Economics“

Seit 2008 Direktor des West-Ost-Instituts in Berlin

Autor u. Herausgeber von mehr als 20 Büchern u. Sammelwerken

31. Mai 2015 Diakonenweihe in der Kaarster Pfarrkirche St. Martinus durch Weihbischof Ansgar Puff

3. Juni 2016 Priesterweihe im Kölner Dom durch den Erzbischof von Köln, Rainer Maria Kardinal Woelki

Ein Grashalm

Vom
Winde bewegt
durch das Wasser gestärkt
wächst er
aus der Erde

dank der Sonne
lebt er
richtet sich auf
ersteht jeden Tag
neu

KLAUS JÄKEL, IN: PFARRBRIEFERVICE.DE





Niedliche Osterhasen basteln mit Wäscheklammern: schnell und einfach

Diese lustigen Klammer-Osterhäschen verschönern Ihren Ostertisch. Das Beste: Sie sind kinderleicht und ruck zuck gebastelt.

Das brauchen Sie:

- Wäscheklammern aus Holz
- Bastelkarton in Weiß
- pinker oder roter Filzstift
- schwarzer Fineliner
- Schere
- Alleskleber

So einfach geht's:

- Je Hase brauchen Sie eine Wäscheklammer. Malen Sie auf die dünnen Enden der Wäscheklammer mit dem pinken oder roten Filzstift einen nach oben hin schmal werdenden Strich.
- Schneiden Sie sodann für den Kopf der Osterhäschen gleich große Kreise aus dem Bastelkarton aus: Durchmesser ca. drei bis vier Zentimeter.
- Jetzt müssen die Häschen ein niedliches Gesicht verpasst bekommen: Nase, Mund, Zähne und Schnurrhaare. So wie es Ihnen gefällt. Bestenfalls das Gesicht vorher mit Bleistift vorzeichnen. Schön ist es, wenn sich die Häschen ein bisschen unterscheiden.
- Nun können Sie die kleinen Hasengesichter auf die Klammern kleben. Dabei sollte die Metall-Feder vollständig bedeckt werden. Und schon ist die Häschen-Deko fertig.

NICOLE STÜWE

congerdesign pixabay

Die gegenseitige Liebe gleicht den Mangel in vielen Dingen aus; und dann schenkt sie uns jene Ruhe und Gelassenheit in den Heimsuchungen, aus der so unendlich viel Gutes kommt.

PAPST JOHANNES XXII

Hefezopf

Ein Hefeteigrezept für einen köstlich schmeckenden Hefezopf zu Ostern.



Die Kaarster Traditions-Konditorei- und Bäckerei Schop verrät uns ein geheimes Rezept.

Konditormeister Hermann-Josef Schop hat im Jahr 1985 die bereits 1949 gegründete Bäckerei Schop in Kaarst von seinem Vater übernommen.

Es wird größter Wert auf frische Backwaren, Kuchen und Torten gelegt. Das sehen Sie auf den ersten Blick und schmecken es sofort.

Hefeteig für den Osterzopf:

Zutaten:

500 g lauwarme Milch
1000 g Weizenmehl Type 550
125 g Zucker
125 g weiche Butter oder Margarine
2 Eier
70 g Hefe
20 g Salz
Hagelzucker oder Mandeln zum Garnieren
1 Ei zum Bestreichen

Zubereitung:

Hefe in der Milch auflösen lassen. Danach Zutaten in eine große Schüssel geben und sofort kräftig verkneten. Den Teig so lange kneten, bis er elastisch und glatt ist. Von Hand etwa 10 Min., mit der Küchenmaschine entsprechend weniger. Wer möchte, kann natürlich noch Rosinen dazugeben. Den Teig nun abgedeckt 15 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Eine Backunterlage mit Mehl bestreuen, den gegangenen Hefeteig darauf geben und diesen von Hand nochmals durchkneten. Nun den Teig formen und einen Zopf aus zwei oder drei Strängen flechten. Den Zopf diagonal auf

das gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Backblech legen. Nun ein Ei verquirlen und eine Prise Zucker und Salz zugeben und den Zopf damit bestreichen. Nach Wunsch mit Hagelzucker bestreuen. Jetzt sollte er nochmals 15 Minuten ruhen.

Den Backofen auf 180°C / 200°C vorheizen. Es wird Ober- und Unterhitze empfohlen, da der Zopf bei Heißluft schneller trocken werden kann. Bei Heißluft ein Schälchen mit Wasser in den Ofen stellen und die Temperatur anpassen.

Auf die mittlere Schiene des Ofens schieben und etwa 30 - 35 Minuten backen. Bitte beachten Sie, dass je nach Gerätetyp die Backzeit, sowie die Gradzahl variieren kann. Der Zopf sollte eine karamellfarbene Bräunung haben.

Guten Appetit

NICOLE STÜWE

Liebe Erwachsene,

seit mehr als 30 Jahren gilt die Kinderrechtskonvention der Vereinten Nationen (VN) in Deutschland - und seitdem wird darüber diskutiert, Kinderrechte ausdrücklich im Grundgesetz zu verankern.

Ein großer Schritt dorthin ist zu Beginn des Jahres 2021 gelungen:

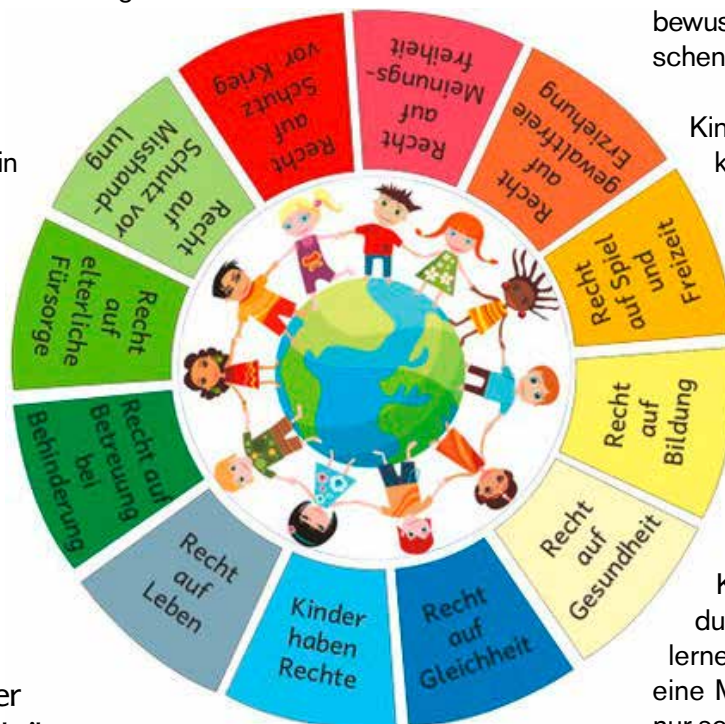
Das Bundeskabinett verabschiedete am 20. Januar einen Referentenentwurf, der vorsieht, Artikel 6 Absatz 2 des Grundgesetzes durch die folgenden Sätze zu ergänzen:

„Die verfassungsmäßigen Rechte der Kinder einschließlich ihres Rechts auf Entwicklung zu eigenverantwortlichen Persönlichkeiten sind zu achten und zu schützen. Das Wohl des Kindes ist angemessen zu berücksichtigen.“

Der verfassungsrechtliche Anspruch von Kindern auf rechtliches Gehör ist zu wahren.

Die Erstverantwortung der Eltern bleibt unberührt.“

Die Kinderseite dieser Ausgabe beschäftigt sich mit dem Thema „Gewalt gegen Kinder“ worunter auch sexueller Missbrauch fällt.



Auch wir wollen das Bewusstsein und den Mut der Kinder schärfen und wir wollen Hilfestellung geben.

Wir hoffen, dass Kinder durch viel Aufklärung lernen, auf sich aufmerksam zu machen, sobald sie sich bedrängt und unwohl fühlen.

Wir möchten Sie unterstützen im Umgang mit diesem sensiblen Thema.

Gewalt an Kindern oder sexueller Missbrauch hat immer mit **MACHT** zu tun, Täter nutzen ihre eigenen Schwächen aus und demonstrieren gerade Kindern gegenüber ihre (vermeintliche) **MACHT**.

Grundsätzlich ist wichtig, Kinder (auch wenn sie noch so jung sind) in ihrer Eigenständigkeit, in ihrem Tun mit ihren Fragen und Sorgen ernst zu nehmen und sie zu stärken und so zu selbstbewussten und selbstständigen Menschen wachsen zu lassen.

Kinder, die sich oft anpassen oder keine eigene Meinung äußern dürfen, sind gefährdet. Sie leisten weniger Widerstand gegenüber Übergriffen und werden leicht zu Opfern.

„Kinder dürfen **NEIN** sagen...“

Kinder müssen früh an Entscheidungen beteiligt werden, damit sie lernen an Prozessen mitzuwirken, eine Meinung/Position zu haben – nur so werden sie widerstandsfähig.

Wir als Erwachsene müssen an den Orten, an denen uns Kinder oder junge Menschen begegnen, wachsam und sensibel sein für deren Anliegen, Sorgen oder Nöte.

Auch wir müssen mutig sein, schwierige Themen ansprechen, Hilfestellungen anbieten und an die richtigen Stellen verweisen.

KLAUDIA HOFMANN UND DAGMAR ANDRAE

Eine Broschüre für ältere Kinder, Eltern und Menschen im Umgang mit Kindern, in sieben Sprachen erhältlich.

Herausgeber: Deutscher Caritasverband e.V. (DCV) Caritas
Behindertenhilfe und Psychiatrie e.V. (CBP)
KTK-Bundesverband e.V. Karlstraße 40, 79104 Freiburg
https://www.ktk-bundesverband.de/cms/contents/ktk-bundesverband.de/medien/dokumente/kinder-duerfen-nein/kinder_duerfen_nein_sagen_web.pdf

Es lohnt sich in jedem Fall die ganze Broschüre zu lesen!
Gewalt kann auf unterschiedliche Weise passieren.
Es gibt verschiedene Arten von Gewalt.
Aber es ist egal, welche Gewalt es ist:



Gewalt ist immer verboten! Niemand darf mir weh tun!

Es gibt körperliche Gewalt, seelische Gewalt und sexuelle Gewalt.

- Ich habe ein Recht auf Schutz.
- Es soll mir gut gehen.
- Niemand darf mich ausnutzen.
- Niemand darf mir weh tun.
- Niemand darf mir Gewalt antun.
- Niemand darf mir Angst machen.
- Auch Erwachsene, die ich gerne mag, dürfen mir keine Gewalt antun.
- Auch meine Eltern dürfen mir keine Gewalt antun.
- Auch meine Erzieherinnen und Lehrerinnen dürfen mir keine Gewalt antun.
- Ich habe ein Recht darauf, selbst über meinen Körper zu bestimmen.
- Ich entscheide selbst, mit wem ich kuscheln möchte.
- Niemand darf mich küssen, wenn ich das nicht will.
- Niemand darf mich anfassen, wenn ich das nicht möchte.
- Niemand darf Fotos oder Filme machen, wenn ich das nicht will.

Meine Rechte sind wichtig.
Die Rechte von Kindern müssen eingehalten werden.
Auch meine Rechte müssen eingehalten werden.
Darauf müssen meine Eltern und alle Erwachsenen achten.
Sie müssen mich und andere Kinder vor Gewalt schützen.
Damit es allen Kindern gut geht.

Empfehlenswerte Bilderbücher für Kinder im Kita Alter
(sicher in unseren kath. Büchereien erhältlich)

- **Die Geschichte vom kleinen Schwein, das nicht NEIN sagen konnte**
von Sabine Ludwig und Sabine Wilharm, Verlag Dressler
- **NEIN heißt NEIN, sagt die Maus**
Von Martin Fuchs und Hildegard Müller, Verlag Annette Betz
- **Der NEINrich**
von Edith Schreiber-Wicke und Carola Holland, Verlag Thienemann
- **Ich bin stark, ich sag laut Nein!**
Von Susa Apenrade und Miriam Cordes, Arena Verlag



Familienzentren – Treffpunkte für Familien und Menschen aus allen Generationen

Aus unseren fünf Kindergärten wurde in den letzten fünfundzwanzig Jahren Kindertagesstätten. Der Bedarf der Familien änderte sich, und die Kinder blieben über Mittag in den Einrichtungen.

Aus den Kindertagesstätten wurden kath. Familienzentren.

In unseren zwei katholischen Familienzentren, die sich aus zwei, bzw. drei Einrichtungen im Verbund zusammensetzen, wird Gemeinschaft gelebt und Glauben erfahrbar gestaltet. Durch die nahe Lage zu unseren Kirchtürmen ist der Kirchenraum den Kindern vertraut. So manches Kindergartenfest, Abschiedsfest, Advent,- und Osterfest beginnt in der Kirche, und Gottes Nähe und Segen wird erfahrbar. Unterstützt werden wir hier von Frau Berweiler und Frau Meßing.

Gerne laden wir Eltern, Großeltern, Verwandte und Gemeindemitglieder zu unseren Gottesdiensten ein. Es entsteht ein buntes Miteinander der Generationen.

Im Jahr 2007 qualifizierte sich die Kita St. Martinus zum Familienzentrum NRW und im Jahr 2009 folgte die Kita St. Aldegundis.

Im Jahr 2019/20 gab es die Möglichkeit, eine weitere Einrichtung aus unserem Kirchengemeindeverband zu qualifizieren. So machte sich die Kita Holzbüttgen auf den Weg.

Doch was ist eigentlich ein Familienzentrum?

Familienzentren sind Einrichtungen, die Kinder und Familien in ihrer Entwicklung und der Bewältigung von Alltagsfragen unterstützen, begleiten und fördern. Es handelt sich um weiterentwickelte Kindertageseinrichtungen, die neben Bildung, Erziehung und Betreuung, vor allem auch passgenaue Hilfe und Unterstützung für Familien anbieten. Sie bieten Lebensraum für alle Familien im Umfeld und helfen bei der Vereinbarung von Familie und Beruf.

Für die Qualität der Familienzentren steht das Gütesiegel „Familienzentrum NRW“. Es handelt sich um ein konzeptgebundenes Prüfzeichen, das nach § 16 des Kinderbildungsgesetz verliehen wird.

Entwicklung zum Familienzentrum St. Maria in der Kita Holzbüttgen

Da sich das Angebot an alle Familien im Ortsteil ausrichten soll, mussten wir erst eine Sozialraumanalyse anlegen. Wir stellten fest, dass Holzbüttgen sich gerade stark verändert. Viele Immobilien wechseln ihre Besitzer, und es ziehen viele junge Familien hier her. Es galt Alt und Jung zu verbinden, und so war für uns schnell klar, dass wir die Generationen ansprechen möchten.

- Mit dem Start unserer Nestgruppe im August 2020 konnten wir erstmals den gestiegenen Bedarf für die Betreuung für Kinder unter zwei Jahren anbieten.
- Schnell wurde uns klar, dass unsere Familien gerne als Familien etwas gemeinsam erleben möchten. Mit unseren Kooperationspartnern Edith-Stein-Forum und der evangelischen Familienhilfe stellten wir verschiedene Angebote für Eltern und Familien zusammen.
- Wir installierten ein Elterncafé.
- Monatliche Elternberatung durch die Balance wurde in unseren Räumen angeboten.
- Mit der Seniorengemeinschaft Sieben Schmerzen Mariens schlossen wir eine Kooperation für wöchentliche Treffen der Generationen.
- Mit dem Johanniter Stift durften wir schon Erfahrungen beim Martinsliedersingen 2019 machen und wollten auch hier eine weitere Kooperation eingehen.
- Wir bauten Kontakt zu einer Logopädin auf.

Und dann kam Corona!

All unsere Ideen lagen am Boden. Wie sollten wir Familien jetzt zusammenführen und die Generationen verbinden? Wie sollte es weitergehen? Aus der Schockstarre heraus versuchten wir den Kontakt zu den Familien über E-Mail-Verteiler, Spielanregungen zum Abholen, Tür- und Angelgesprächen und kleinen Videonachrichten aufrecht zu erhalten. Der Sommer brachte Hoffnung, und im Juli wurden wir dann vom Pädquis Institut überprüft.

Trotz aller Stolpersteine haben wir es geschafft!

Aus der Kita Holzbüttgen wurde das Familienzentrum St. Maria und wir freuen uns auf die „Zeit nach Corona“, dann werden wir Alt und Jung verbinden, Familienfeste feiern und Familien in all ihren Belangen unterstützen und begleiten.

Bis dahin versuchen wir so gut es geht für die Familien da zu sein. Die Belastung ist extrem hoch.

Unterstützende Angebote finden zurzeit in einem Onlineformat statt. Elternabende wie z. B. zum Thema Schulfähigkeit und Geschwisterbeziehungen, Turnen online oder der Kaarster Elterntreff fanden bei den Eltern Anklang, und es ist eine Alternative, ein kleiner Lichtblick am Horizont!

Geben Sie nicht auf, halten sie durch und bleiben Sie vor Allem gesund!

IM NAMEN ALLER KITALEITERINNEN
SABINE PAULS

Wir finden innere Ruhe bei denen, die wir lieben und wir schaffen uns einen ruhigen Ort für jene, die uns lieben

BERNHARD VON CLAIRVAUX



• Unsere Angebote:

*Einmal monatlich in Kaarst montags und in Büttgen mittwochs kostenlose **Erziehungs- und Familienberatung** in Kooperation mit der Beratungsstelle „balance“.*

Diplompsychologinnen beraten Sie, wenn:

- Sie Erziehungsfragen haben
- Ihr Kind Probleme in der Familie, Schule, mit Freunden hat
- Aggressivität des Kindes ein besonderes Merkmal ist
- Ihr Kind sich schlecht konzentrieren kann
- Sie sich fallbezogen beraten lassen wollen und vieles mehr

Elternkompetenztraining wie:

- Starke Eltern - Starke Kinder, Step, Gordon
- Eltern/Babygruppen, Eltern/Kind-Gruppen
- LosLös-Gruppen
- Vater/Kind-Angebote
- Babysitterkurse und Babysitterkartei

Bildungsangebote wie:

- Strafen, Grenzen, Konsequenzen
- Geschwister, Gefährten oder Rivalen?
- Wie schütze ich mein Kind vor Missbrauch
- Viele weitere Wunschthemen der Eltern (Angebot aus jährlicher Elternbefragung)

Die Angebote finden Sie im Internetauftritt der Einrichtungen, den Schaukästen und im persönlichen Kontakt mit den Leitungen.

Stefanie van Wezel ☎ 604087

Katholisches Familienzentrum
St. Martinus Familienzentrum NRW
Kaarst, Im Hunengraben 17

Jutta Bücheleres ☎ 69492

Katholisches Familienzentrum
Benedictus Kaarst, Karlsforster Str. 38

Nicole Bongartz ☎ 514398

Katholisches Familienzentrum
St. Aldegundis Familienzentrum NRW
Büttgen, Aldegundisstr. 2

Sabine Pauls ☎ 69870

Katholisches Familienzentrum
St. Maria Familienzentrum NRW
Holzbüttgen, Bruchweg 18

Klaudia Hofmann ☎ 61325

Katholisches Familienzentrum
St. Antonius Vorst, Antoniusplatz 7

Gedenktage unserer verstorbenen Geistlichen

Der Anregung unserer Leserschaft, die Todesdaten verstorbener Geistlicher unserer Pfarreiengemeinschaft zusammenzustellen, kommen wir gerne nach. Möge ihrer an ihrem jeweiligen Todestag besonders gedacht werden.

In der Zusammenstellung haben wir nur die Geistlichen berücksichtigt, die in der Zeit seit Bestehen der Pfarreiengemeinschaft Kaarst/Büttgen verstorben sind.



Diakon Johannes Weiland
Subsidiar an St. Aldegundis
verstorben am 9.11.2011



P. Gerhard Kolmschot S.C.J.
Pfarrer an St. Aldegundis
verstorben am 15.3.2016



Msgr. Josef Brans
*1. Leitender Pfarrer der
Pfarreiengemeinschaft
Kaarst/Büttgen*
verstorben am 10.3.2017



Pfarrer Heinz Hintzen
Pfarrer an St. Aldegundis
verstorben am 19.3.2018



Msgr. Winfried Pilz
Pfarrer an St. Martinus
verstorben am 23.2.2019

Um Großes zu vollbringen muss der Geist
weit und gelassen sein

AUS ASIEN



**JEDER
BRAUCHT
MAL HILFE**

„The world is temporarily closed“: Die Welt – zurzeit geschlossen

Mit wem sprechen Sie, wenn Ihnen die Decke auf den Kopf fällt, wenn Corona Sie in Angst und Sorge versetzt: Um sich selbst, um ihre Freunde, Freundinnen und Angehörige, um Ihre Existenz, Ihre Wohnung, Ihre Zukunft? Viele Menschen haben keine Freund*innen oder Verwandte, bei denen sie sich aussprechen könnten, viele von ihnen rufen die TelefonSeelsorge® an – und in Corona Zeiten sind es erheblich mehr geworden.

Corona wirkt wie ein Brennglas unserer Probleme

Alles was früher schon nicht so recht funktioniert hat, droht jetzt zu eskalieren: Familien, die aufeinander hocken, sich wegen Corona nicht mehr aus dem Weg gehen können und deren Außenkontakte wegbrechen – kaum Menschen im Umfeld, die mal vermitteln oder gegensteuern können.

Menschen mit starken psychischen Problemen, die Corona bedingt kaum noch Chancen auf einen Therapieplatz und persönliche direkte Therapiesprache haben; Menschen, deren wirtschaftliche Existenz durch die

Krise bedroht ist; Menschen, denen ganz einfach der Alltag durch Corona wegbreicht – keine Arbeit, kein Sport, kein Kino oder Kulturangebot, keine Vereinstreffen, kein Kneipenbesuch. Das macht viele mutlos, erschöpft und krank.

„Die Welt – zurzeit geschlossen“, aber die Bedürfnisse nach Gesellschaft, nach Austausch und Nähe sind stärker denn je vorhanden.

Wenn wir auch an der Situation selbst nichts ändern können, können wir doch Gespräche anbieten, anderen unser Ohr leihen, da sein, wenn die Vereinzelung zu stark spürbar wird.

Speziell für Menschen mit depressiven Verstimmungen und Suizidgedanken, Personen, die sie begleiten oder jene, die eine Person durch Suizid verloren habe, hat die TelefonSeelsorge® den sogenannten KrisenKompass entwickelt, die App zur Suizidprävention.

Mehr als 11.000 Mal ist sie inzwischen runtergeladen worden.

Auf Youtube wird erklärt, wie und für wen sie funktioniert.

Die TelefonSeelsorge® ist gerade auch in Zeiten wie diesen rund um die Uhr erreichbar für Menschen, die einen Gesprächspartner suchen – 24 Stunden – 7 Tage die Woche – telefonisch unter:

0800 111 0 111 oder
0800 111 0 222

oder online unter

www.telefonseelsorge-neuss.de

TelefonSeelsorge® – Sie haben Sorgen? – Die teilen wir mit Ihnen!

Zu jeder Zeit.

Kommunionkinder 2021

St. Martinus

St. Aldegundis

DIESE DATEN SIND IN
DER ONLINE-VERSION
LEIDER NICHT VERFÜGBAR

St. Antonius

Sieben Schmerzen Mariens

DIESE DATEN SIND IN
DER ONLINE-VERSION
LEIDER NICHT VERFÜGBAR



L.Sieg

Besondere Messen/Gottesdienste in der Osterzeit 2021

* DO 25.03.

19.00 Uhr Bußandacht mit Beichtgelegenheit für die Pfarrengemeinschaft in St. Aldegundis, Büttgen

* SA 27.03.

18.00 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in St. Martinus, Kaarst

* SO 28.03. (Palmsonntag)

9.00 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in St. Aldegundis, Büttgen

9.00 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in St. Martinus, Kaarst

10.00 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in St. Martinus, Kaarst

10.00 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in Sieben Schmerzen Mariens, Holzbüttgen

11.00 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in St. Aldegundis, Büttgen

11.30 Uhr Hl. Messe mit Palmsegnung in St. Antonius, Vorst

18.00 Uhr Vesper in der Fastenzeit in St. Aldegundis, Büttgen

* DO 01.04. (Gründonnerstag)

19.30 Uhr Abendmahlfeier, anschl. stille Anbetung in allen vier Pfarreien

* FR 02.04. (Karfreitag)

15.00 Uhr Liturgie vom Leiden und Sterben Jesu – in allen vier Pfarreien

* SA 03.04. (Karsamstag)

21.30 Uhr Feier der Osternacht in St. Aldegundis, Büttgen

21.30 Uhr Feier der Osternacht in St. Antonius, Vorst

21.30 Uhr Feier der Osternacht in Sieben Schmerzen Mariens, Holzbüttgen

* SO 04.04. (Ostersonntag)

6.00 Uhr Feier der Osternacht in St. Martinus, Kaarst

10.00 Uhr Ostermesse in St. Martinus, Kaarst

10.00 Uhr Hl. Messe in Sieben Schmerzen Mariens, Holzbüttgen

11.30 Uhr Hl. Messe in St. Aldegundis, Büttgen

11.30 Uhr Hl. Messe in St. Antonius, Vorst

* MO 05.04. (Ostermontag)

10.00 Uhr Hl. Messe in St. Martinus, Kaarst

10.00 Uhr Hl. Messe in Sieben Schmerzen Mariens, Holzbüttgen

11.30 Uhr Hl. Messe in St. Aldegundis, Büttgen

11.30 Uhr Hl. Messe in St. Antonius, Vorst

Für die besonderen Messen in der Osterzeit 2021 sind Änderungen aufgrund aktueller Umstände möglich.

Alle übrigen Gottesdienste entnehmen Sie bitte den aktuellen Pfarrnachrichten oder dem Aushang im Schaukasten neben der Kirche!

Alle Termine und Angaben ohne Gewähr



Sieben Schmerzen Mariens – Holzbüttgen



St. Martinus – Kaarst



St. Aldegundis – Büttgen

Lebenszeugen

Sonnenstrahlen hinter Nebelschwaden
zeugen von Wärme

Zartgrüne Blätter an totem Holz
zeugen von Hoffnung

Blumen auf steinigem Boden
zeugen von Kraft

Farben im Alltagsgrau
zeugen von Phantasie

Deine Berührungen auf meiner Haut
zeugen von Zärtlichkeit

Kinder beim Spielen
zeugen von Geborgenheit

Lachfalten auf altem Gesicht
zeugen von Freude

Durchbohrte Hände und Füße
zeugen von Liebe



THORSTEN SEIPEL, IN: PFARRBRIEFSERVICE.DE



St. Antonius – Vorst



Alt-St.-Martin – Kaarst



Antoniuskapelle Vorst

Die Corona-Pandemie lässt es im Augenblick nicht zu, Termine verbindlich zu planen. Deshalb können wir hier keine Veranstaltungen ankündigen.

Bitte entnehmen Sie Hinweise aus dem WochenFormat, unserer Homepage und unserer Facebookseite.

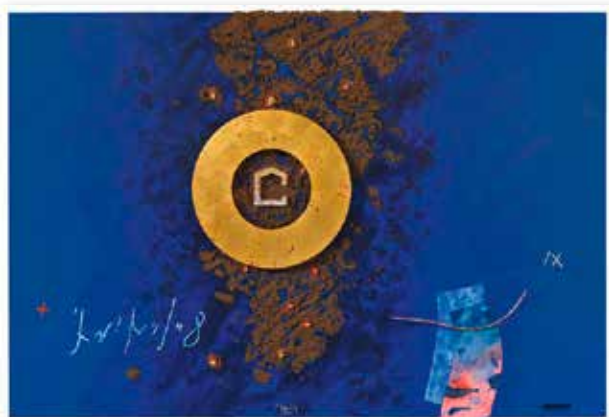
• Erstkommuniontermine 2021

15.5.	Holzbüttgen
16.5.	Holzbüttgen
29.5.	Büttgen
30.5.	Büttgen
5.6.	Kaarst
5.6.	Kaarst
6.6.	Kaarst
6.6.	Kaarst
20.6.	Vorst
20.6.	Vorst

• Firmtermine 2021 Pfarreiengemeinschaft

5.5.	St. Martinus Kaarst
11.5.	St. Martinus Kaarst
19.5.	St. Martinus Kaarst
20.5.	St. Martinus Kaarst

Wir bitten um Berücksichtigung, dass die Messen, aufgrund der „Corona Situation“, höchstwahrscheinlich unter Ausschluss der Öffentlichkeit stattfinden müssen, da die geringe Anzahl der Plätze in den Kirchen für die Familien reserviert sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.



Fastenaktion 2021 im Stillen!

Alle Termine und Angaben ohne Gewähr

Letztes Jahr konnte wegen Corona nur ein Gottesdienst im Rahmen der Fastenaktion stattfinden, insofern wurde dies durch die Ausstellung des alten Hungertuches in diesem Jahr nachgeholt.

Bis Ostern ist das Misereor-Hungertuch 2019/2020 in unseren vier Kaarster Kirchen aufgestellt und lädt ein zum stillen Gebet und zur Meditation.

Die Symbolsprache des Künstlers Uwe Appold fordert uns zu einer persönlichen Auseinandersetzung mit dem Bild auf:

Das tiefe und leuchtende **Blau** steht für das lebensnotwendige Wasser und den unendlichen Himmel. In der christlichen Symbolsprache ist es die Farbe des Glaubens, der Zuverlässigkeit und der Treue. Maria als Mittlerin und Himmelskönigin wird oft mit blauem Mantel dargestellt: Blau verbindet Erde und Himmel.

Rot steht symbolisch für die Liebe und das Leiden. Gleichzeitig ist es die Farbe des Heiligen Geistes (Pfingsten).

Die **Erde** stammt aus dem Garten Gethsemane in Jerusalem, dem Garten, in dem Jesus verhaftet worden ist. Erde trägt diese Vergangenheit in sich und lässt aber auch Neues wachsen. Diese Erde erinnert daran, dass unser Planet Heimat aller Geschöpfe ist und uns als Lebensraum anvertraut ist.

Die **Steine** waren in der Erde aus Jerusalem enthalten. 12 Steine als Zeichen für die 12 Apostel, die 12 Stämme Israels, die das Land bebauten und die 12 Monate wurden in das Bild hineingesetzt als „Stolpersteine“, an denen wir uns reiben und Entscheidungen reifen lassen können.

Der **Ring** als Symbol des Himmels und der Unendlichkeit enthält in sich Anfang und Ende. Er symbolisiert hier Gottes unbedingte Zusage seiner Liebe, die allen Menschen und in besonderer Weise den Ausgegrenzten gilt. Gold ist der wertvollste Grundstoff und drückt Gottes Herrlichkeit aus.

Unser „gemeinsames **Haus**“ im Zentrum ruht geborgen in der Liebe Gottes. Es ist unfertig als Zeichen dafür, dass wir alle daran bauen und Lösungen für die derzeitigen Krisen finden müssen. Das Haus ist aus Erde vom Garten Gethsemane geformt.

Ins Blau hat der Künstler geheimnisvolle **Schriftzeichen** gesetzt, die wir entschlüsseln können. Sie sind eingerahmt von einem roten Kreuz und den griechischen Anfangsbuchstaben für Jesus Christus: IX. Das Unendlichkeitszeichen ist zur 8 aufgestellt: Gott hat uns als aufrechte Menschen geschaffen, die Verantwortung übernehmen.

Die **Figur**, Mann oder Frau, ist bekleidet in rot-blaues Textil und nicht mehr nackt wie im Paradies. Sie hat Kontakt zur Erde und öffnet die Arme zum Himmel. So überschreitet sie die Grenzen des Bildes. Die geschwungene Edelstahl-Stange mit eingekerbtem Christus-Zeichen hat die Form einer offenen Schale: der Mensch nimmt Gottes Wort auf und trägt es weiter. In der Zusage der Liebe Gottes wird sein Schatten hell.

QUELLE: MISEREOR



Misereor Hungertuch 2021

Du stellst meine Füße auf weiten Raum (Psalm 31,9)

Was können wir mit unseren Füßen nicht alles machen! Unsere Füße tragen uns. Sie geben festen Stand. Wir marschieren und stampfen protestierend auf. Beim Spielen und Tanzen drücken wir mit ihnen unsere Freude aus und beim Pilgern lassen wir uns in die Weite Gottes tragen.

Unsere Füße sind neben den Knien die Körperteile, die am meisten beansprucht werden. Ist ein Fuß verletzt, sind wir unbeweglich und hilflos. Schauen wir auf das Misereor-Hungertuch von Lilian Moreno Sánchez

„Du stellst meine Füße auf weiten Raum – Die Kraft des Wandels“.

Die Künstlerin ist in Chile geboren und lebt seit 1996 in Deutschland.

Das Tuch besteht aus drei Teilen (Triptychon). Schwarze Linien zeichnen das Röntgenbild eines Fußes, der mehrfach gebrochen ist.

Der Fuß gehört zu einem Menschen, der bei einer Demonstration in Santiago de Chile durch die Polizei schwer verwundet worden ist. Seit Oktober 2019 protestieren dort auf dem

„Platz der Würde“ viele Menschen gegen ungerechte Verhältnisse. Tausende Demonstranten wurden durch die Staatsgewalt brutal geschlagen und verhaftet.

Dieser Fuß mit den sichtbaren Verletzungen steht stellvertretend für alle Orte, an denen Menschen gebrochen und zertreten werden. Das Bild entstand zu Beginn der Corona-Pandemie im Augsburger Atelier der Künstlerin.

Es ist mit wenigen Farben gestaltet und auf dreierlei Bettwäsche aus einem Krankenhaus und einem bayerischen Frauenkloster gemalt. Damit macht die Künstlerin deutlich: es kommt auf die körperlichen und die seelisch-spirituellen Gesichtspunkte von Krankheit und Heilung an. Auf dem „Platz der Würde“ hat sie Staub eingesammelt und in die Laken gerieben. Der Stoff ist nicht glatt und makellos, graue Flecken und Falten überziehen ihn.

Er ist vielfach übereinander gelegt, an Schnittmuster erinnernd, auseinander klaffend wie verletzte Haut und mit goldenem Zickzack wieder zusammen genäht, um Heilung zu ermöglichen.

QUELLE: MISEREOR



Taufen

• November 2020

8. Estelle Lohde
Sieben Schmerzen Mariens
Dominik Wanke
Sieben Schmerzen Mariens
15. Emili Paas
St. Martinus

• Dezember 2020

6. Jakob Andreas Udo Kessler
St. Martinus
13. Julian Beutler
St. Antonius

• Januar 2021

24. Artus Duschkin
St. Aldegundis
Maria Ponzonetto
St. Aldegundis

• Februar 2021

21. Noah Werner
St. Martinus
28. Martha Bocek
St. Aldegundis



Trauungen



Beerdigungen

DIESE DATEN SIND IN
DER ONLINE-VERSION
LEIDER NICHT VERFÜGBAR



• Pastoralteam

Leitender Pfarrer:

• Ulrich Eßer ① 966900
Rathausstr. 10
ulrich.esser@katholisch-in-kaarst.de

Pfarrvikar:

• Pater Mathäus Mailady ① 966939
Rathausstraße 10
pater.mathaeus@katholisch-in-kaarst.de

Pfarrvikar:

• Gregor Ottersbach ① 966923
Rathausstr. 12
gregor.ottersbach@katholisch-in-kaarst.de

Kaplan:

• Kpl. Joseph Abitya ① 8853171
Freesienweg 2a
joseph.abitya@katholisch-in-kaarst.de

Pastoralreferentin:

• Brigitta Berweiler ① 1258743
brigitta.berweiler@katholisch-in-kaarst.de

Gemeindeassistentin:

• Mara-Lena Meßing ① 966917
mara-lena.messing@katholisch-in-kaarst.de

Subsidiar:

• Hermann Kirchner ① 02163 3876
Stettiner Str. 27, 41366 Schwalmtal
hermann.kirchner@erzbistum-koeln.de

Alle Gesprächstermine bitte mit den Seelsorgern vereinbaren.

• Pastoralbüros

Pastoralbüro Kaarst:

Rathausstr. 10,
☎ 9669-28 ① 966900
info@pb-kaarst.de

Pfarramtssekretärinnen:

• Christine Kemmerich • Gabi Krings
• Nicole Stüwe

Bürozeiten: Mo - Fr 9.00 - 12.00
15.00 - 17.00

Pastoralbüro Büttgen:

Pampusstr. 4, ☎ 1258740 ① 125873
info@pb-buettgen.de

Pfarramtssekretärinnen:

• Kathrin Lill • Astrid Wentscher

Bürozeiten: Mo - Fr 9.00 - 12.00
Mo u. Di 15.00 - 17.00
Do 15.00 - 18.00

Friedhofsverwaltung Holzbüttgen:

• Barbara Saurbier
Königstr. 42, ☎ 2091689 ① 2091690
Fr 9.00 - 11.00
friedhof-hobue@gmx.de

• Verwaltungsleiterin

• Marion Freundlieb ① 966915
☎ 966928

marion.freundlieb@katholisch-in-kaarst.de

Verwaltungsassistentin:

• Heike Geeren ① 966921
heike.geeren@erzbistum-koeln.de

• Küster/in

Kaarst:

• Bitte wenden Sie sich an das Pastoralbüro Kaarst ① 966900

Büttgen/Holzbüttgen/Vorst:

• Bitte wenden Sie sich an das Pastoralbüro Büttgen ① 125873

• Kirchenvorstand (KV)

Kaarst:

• Theo Thissen ① 666792

Büttgen:

• Paul Heusgen ① 514260

Holzbüttgen:

• Barbara Saurbier ① 796087

Vorst:

• Josef Schmitz ① 601509

• Pfarrgemeinderat (PGR)

Vorstand:

• Dagmar Andrae (Vors.) ① 601049

• Sebastian Böckels ① 0171 8423836

• Beate Mehren ① 0173 9692025

Vorsitzende der Ortsausschüsse:

Vorst:

• Christoph Witthaut ① 01573 7158492
c.witthaut@t-online.de

Holzbüttgen:

• Thomas Rixgens ① 4020798

Büttgen:

• Georg Hämel ① 0170 3214300

Sprecher für Kaarst:

• Laura Blume ① 0157 35469509

• Konrad Wilms ① 61872

• Kath. Öffentl. Büchereien

Online-Kataloge: www.bibkat.de

Kaarst: Rathausstr. 3 (Altes Rathaus),

Ansprechpartner: • Cornelia Evertz

• Iris Holz

geöffnet: Mi 10.00 - 12.00 ① 966920
15.00 - 17.00

Sa 16.00 - 18.00

So 10.00 - 12.00

Büttgen: • Annette Jung ① 602301

geöffnet: So 10.00 - 12.00

Di 9.30 - 11.00

Mi 18.00 - 20.00

Holzbüttgen: • Ursula Pünnel ① 796645

geöffnet: So 10.00 - 11.30

Di 11.30 - 12.30

Do 17.00 - 18.00

Vorst: • Ines Gartmann ① 518130

geöffnet: So 9.30 - 11.30

Di 11.15 - 15.00

Mi 16.00 - 17.30

Do 19.00 - 20.00

Sa 17.30 - 18.30

• Kleiderkammer

Rathausstr. 3, Kaarst (Eingang hinter dem Alten Rathaus) ① 966919

Mo 15.00 - 17.00 Annahme

Di 15.00 - 16.30 Ausgabe

Do 10.00 - 12.00 Annahme und Ausgabe
(In den Schulferien geänderte Zeiten)

• Begegnungscafé

im Pfarrzentrum von St. Martinus

Dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Ansprechpartner:

Guido Stelzer ① 601396

Monika Plöger ① 80280

• Kath. Familienzentren:

Kaarst:

Martinus-Kindergarten ① 604087

• Stefanie van Wezel

Im Hunengraben 17, Kaarst

kita.martinus@katholisch-in-kaarst.de

www.martinus-kindergarten.de

Benedictus-Kindergarten ① 69492

www.benedictus-kita.de

• Jutta Büchelers

Karlsforster Str. 38, Kaarst

kita.benedictus@katholisch-in-kaarst.de

Büttgen:

Familienzentrum St. Aldegundis ① 514398

www.familienzentrum-aldegundis.de

• Nicole Bongartz

Aldegundisstr. 2, Büttgen

kita.aldegundis@katholisch-in-kaarst.de

Holzbüttgen:

Familienzentrum St. Maria ① 69870

• Sabine Pauls

Bruchweg 18, Holzbüttgen

kita.ssm@katholisch-in-kaarst.de

Vorst:

www.kita-antonius.de

St. Antonius Kindertagesstätte ① 61325

• Klaudia Hofmann

Antoniusplatz 7, Vorst

kita.antonius@katholisch-in-kaarst.de

www.katholische-kindergaerten.de

• Katholische Grundschulen

Kaarst:

Katholische-Grundschule-Kaarst

Alte Heerstr. 79, Kaarst ① 406580

kgs-kaarst@kaarst.de

www.katholische-grundschule-kaarst.de

Offener Ganzttag und Betreuung „8-2“

Pädagogische Leitung:

• Irina Schilling ① 66 52 032

www.kjw-neuss.de

Büttgen:

Grundschule Budica ① 718570

Lichtenvoorder Straße 35, Büttgen

Konrektorin:

• Frau Vieten gs-budica@kaarst.de

• Eltern-Kind-Gruppen

familienforum edith stein ① 71798-11

Schwannstr. 11, 41460 Neuss

• Seniorenheime

Kaarst: Vinzenz Haus, ☎ 795720
Wilhelm-Raabe-Str. 7

Büttgen: Caritashaus St. Aldegundis
Driescher Str. 33 ☎ 66100

• Hospiz

Hospizbewegung Kaarst e.V. (ambulant)
Am Jägerhof 4a ☎ 605806
Sprechzeiten: Mo - Fr 10.00 - 12.00 und
nach Vereinbarung Spendenkonto:
IBAN: DE17 3055 0000 0240 3280 05
www.hospiz-bewegung.de;
hospizbuero.kaarst@t-online.de

Marienheim-Hospiz Kaarst (stationär)
Giemesstr. 4a ☎ 797520
Spendenkonto:
IBAN: DE88 3055 0000 0240 3295 40
www.marienheim-hospiz.de
marienheim-hospiz@t-online.de

• Hilfsnetz Kaarst

• Tanja Ostendorf ☎ 966900
Rathausstr. 10
hilfsnetz@katholisch-in-kaarst.de

Sprechstunde: Mi von 19.00-20.00 in der
Begegnungsstätte im Pfarrzentrum
St. Martinus (mit Ausnahme der Schulferien)

• Seniorentreff

Kaarst: Mo 15.00 - 17.00
• Adelheid Becker ☎ 796060

Büttgen: Di - Fr 14.00 - 18.00
• Carola Heubes ☎ 518561

Vorst: Mo - Di 14.00 - 17.00
• Lilo Graf ☎ 4080383

Holzbüttgen: Do 14.30 - 17.00
• Barbara Saurbier ☎ 796087

• Frauengemeinschaft (kfd)

Kaarst: • Edeltraud Emmerich ☎ 61470
Büttgen: • Marianne Hübers ☎ 511224

Holzbüttgen:
• Martina Leßmann ☎ 1767767

Vorst: • Petra Winkels ☎ 605228

• Netzwerk 55+

• Pater Mathäus ☎ 966939
info@netzwerk55plus-kaarst.de

• Schwesterngemeinschaft

Ursulinen:
Wilhelm-Raabe-Str. 5 ☎ 957110

• Caritas Pflegedienste

• Agnes Binder ☎ 989598
Driescher Str. 15

• Gemeindliche Caritas

Caritasbeauftragter:
• Kaplan Joseph Abitya ☎ 8853171

• KKV

Vorsitzende:
• Dr. Ulrike Nienhaus ☎ 602469
Klövekomstr. 10 www.kkv-kaarst.de

• Chamäleon Theater e.V.

Kaarster Projekttheater von Januar bis April
für jugendliche Schauspieler
ab ca. 11 Jahren und Erwachsene

Vorsitzender:
• Christian Rankers ☎ 0157 89664595
1. Beisitzerin
• Christa Gerigk-Jauernik ☎ 0175 4153129

• CHAT - Aktion für Kinder

für Kinder nach der Erstkommunion,
von 9-14 Jahren

Ansprechpartner:

• Pater Mathäus Mailady ☎ 966939
• Susanne Grotjohann ☎ 4029493
CHAT-martinus-kaarst@gmx.de

• Kath. junge Gemeinde KJG

Ansprechpartner für den Seelsorgebereich
Pfarrvikar Gregor Ottersbach ☎ 966923

Kaarst: Pfarrjugendleiter

• Celina Sundermeier
• Lasse Müller
• Alexandra Vander
kaarster.kjg@gmail.com

Holzbüttgen: Pfarrleitung:

• André Timmler
• Vanessa Neubauer
info@kjg-holzbuetngen.de
www.kjg-holzbuetngen.de

• Kolping

Ansprechpartner:

• Burkhard Schlüter ☎ 602565
☎ 0151 41619731
burkhard.schlueter@gmx.de

• Kirchenmusik

Aktuelles und Chorprobentermine:

www.kirchenmusik-kaarst.de

Seelsorgebereichsmusiker

• Dieter Böttcher ☎ 0152 53106058
dieter.boettcher@katholisch-in-kaarst.de
• Annika Monz ☎ 543647
annika.monz@katholisch-in-kaarst.de

Förderkreis Kirchenmusik

St. Martinus Kaarst e.V.

• Georg Seitz ☎ 68281
Geschäftsstelle: Rathausstr. 10, Kaarst
IBAN: DE06 3055 0000 0240 3282 03

Förderverein BudiCantamus e.V.

• Bianca Hämel info@budicantamus.de
IBAN: DE 26 3055 0000 0093 5029 20

• Kirchenchöre:

Aktuelles und Chorprobentermine:

www.kirchenmusik-kaarst.de

Vorsitzende:

Kaarst:

• Elisabeth Keldenich
elisabeth@keldenich-kaarst.de

Büttgen:

• Gisela Seidel ☎ 514050

Holzbüttgen:

• Erika Wonschak ☎ 601165

Vorst:

• Christiane Kopp
christiane.kopp@vorst.online

• Kirchenstiftung Kaarst/Büttgen

• Cornelia Heusgen ☎ 3666472
IBAN: DE04305500000093348795
BIC: WELADEDN
Sparkasse Neuss, Kennwort: Zustiftung

• Messdiener

Kaarst:

Leitung: • Kpl. Joseph Abitya ☎ 8853171

Ansprechpartner:

• Malte Hebrok ☎ 01520 2871756
messdienerleiter.martinus@katholisch-in-kaarst.de

Büttgen:

Leitung: • Mara-Lena Meßing ☎ 966917

Ansprechpartner:

• Philipp Begas ☎ 0177 3058996
• Andreas Esser ☎ 0176 64412203
messdiener.buettgen@gmail.com

Holzbüttgen:

Leitung: • Mara-Lena Meßing ☎ 966917

Ansprechpartner:

• Mirco Sastges ☎ 01578 2832578
Minihobue@gmx.de

Vorst:

Leitung: • Gregor Ottersbach ☎ 966923

Ansprechpartner:

• Julian Glaw ☎ 02131 4024800
messdiener.antonius@pb-buettgen.de

• St. Matthias-Bruderschaft

Kaarst:

• Konrad Wilms ☎ 61872
konrad.wilms.kaarst@t-online.de

Büttgen:

• Norbert Klein ☎ 514045
klein.buettgen@t-online.de
www.smb-buettgen.de

Holzbüttgen:

• Heijo Heister
franz-hubert.heister@arcor.de
www.matthiasbruderschaft-holzbuetngen.de

Vorst:

• Klaus Lauer
klvorst@aol.com

• Jugendtreffs

• Jugendbüro ☎ 516228

Büttgen:

Teestube/PamPauke
• Martin Schlüter ☎ 0176 43466826
Martin.schlueter@kja.de

Holzbüttgen:

Jugendtreff K24, Pfarrzentrum

Vorst:

Jugendtreff Teapot, Pfarrzentrum
• Niels Elsässer ☎ 0176 43465083
Niels.elsaesser@kja.de

• TelefonSeelsorge Neuss

kostenfrei, anonym, rund um die Uhr
☎ 0800-1110222 ☎ 0800-1110111
www.telefonseelsorge-neuss.de

Der letzte macht das Licht aus!

Dunkle Wolken stehen über dem Himmel der katholischen Kirche in Deutschland.

Oder darf ich sagen: *dunkle Wölki*? Kein ruhmreiches Wortspiel für unseren Erzbischof. Die Schlange der Austrittswilligen wird leider immer länger. Ich glaube nicht, dass die meisten vom Glauben abgefallen sind; so signalisieren sie doch, dass sie die Art und Weise, wie mit der Aufarbeitung der Missbrauchsskandale umgegangen wurde, nicht akzeptieren können.

Das Thema wird uns noch lange begleiten, oder sollte ich besser sagen, die Kirche wird damit leben müssen. Denn was in der Vergangenheit vorgefallen ist, kann heute und in Zukunft immer wieder passieren.

Ich denke an die Opfer, werden sie ihren Frieden finden? Ein Meilenstein soll die anstehende Veröffentlichung des Gutachtens sein. Doch Taten müssen folgen, wenn die Glaubwürdigkeit zurückgewonnen werden will.

Wer den Fastenhirtenbrief 2021 liest oder sich die Videobotschaft ansieht, erlebt einen um Aufrichtigkeit bemühten Erzbischof Woelki. Das macht Hoffnung darauf, dass die vielleicht letzte Chance genutzt wird, ein Stück Vertrauen in die Kirche wieder zu gewinnen.

Hoffnung machen auch die vielen jungen Menschen, die sich auf das Sakrament der Firmung vorbereiten. Sie stellen sich der Diskussion und sind bereit, als Christ eine Heimat in unserer Kirche zu finden, sie mitzugestalten und sie sind bereit, etwas zu ändern wo es geht und nötig ist.

Selbst ich alter Narr bleibe bei alldem schließlich auch nicht gelassen*. Mich kann aber dennoch so schnell nichts erschüttern und bleibe meiner Kirche treu, jawohl meiner Kirche, da bin ich egoistisch. Gibt es einen Lichtblick? Oder wo ist der letzte, der das Licht ausmacht?

Euch und Euren Familien wünsche ich eine gesegnete Osterzeit und bleibt gesund!

Euer FORMATES

**so auch elegant das Titelthema eingestreut!*

Das nächste Magazin **Format4 2.2021** beschäftigt sich mit dem Thema „**Frauenpower**“ und erscheint am **14.08.2021**



★ Impressum

www.katholisch-in-kaarst.de

Ausgabe 1.2021 vom 20.03.2021

Herausgeber:

Der Pfarrgemeinderat der Katholischen Pfarreiengemeinschaft Kaarst/Büttgen

Redaktionsteam:

Dagmar Andrae
Martin Degener
Richard Derichs
Annette Jung
Klaus Lauer
Gregor Ottersbach
Leonard Sieg (Gestaltung)
André Stüwe
Nicole Stüwe
Werner Winkes
Bernhard Wolff

Kontakt

Pastoralbüro Kaarst, Rathausstraße 10,
☎ 02131 9669-00

Mails bitte an:

format4@katholisch-in-kaarst.de

Gesamtauflage
14.600 Exemplare

Der Pfarrbrief Format4 erscheint dreimal im Jahr.

Bitte schicken Sie Beiträge an die obige E-Mail-Adresse, **Text und Bilder bitte separat, nicht eingebettet**. Alternativ können Sie die Beiträge auf einem Datenträger im Pfarrbüro abgeben. Vielen Dank!

Bitte beachten:

Alle Bilder und Texte sind urheberrechtlich geschützt. Jede Veröffentlichung bedarf der Zustimmung der Redaktion.

Die Redaktion behält sich vor, Texte zu kürzen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung des Herausgebers oder der Redaktion wieder. Alle Adress- und Terminangaben erfolgen ohne Gewähr

Bildquellen (wenn nicht angegeben):
Redaktion Format4 (34, 38, 39, 40, 48)
Autor (S. 4, 20, 27, 29, 30, 31, 35)
Pexels.com (S. 3 (alle), 32)

Der **Redaktionsschluss** für die kommende Ausgabe **Format4 2.2021** ist am Freitag, dem **30.06.2021**

Unsere Gottesdienste

+ Samstag

Vorst	8.00	Messe in der Antoniuskapelle
	17.00	Vorabendmesse in St. Antonius (Beachten Sie bitte die Aushänge in den Schaukästen zur Familienmesse)
Kaarst	18.30	Vorabendmesse in St. Martinus
		Trauerungen und Ehejubiläen

+ Sonntag

Kaarst	10.00	Messe in St. Martinus (Beachten Sie bitte die Aushänge in den Schaukästen zur Familienmesse und zur Kirche für die Kleinsten in der Krypta)
Holzbüttgen	10.00	Messe in Sieben Schmerzen Mariens (Beachten Sie bitte die Aushänge in den Schaukästen zur Familienmesse)
Büttgen	11.30	Messe in St. Aldegundis Büttgen (Beachten Sie bitte die Aushänge in den Schaukästen zur Familienmesse)
		Taufen

+ Montag

Büttgen	19.00	Messe in der alten Kirche (Pfarrkirche)
---------	-------	---

+ Dienstag

Kaarst	8.00	Schulgottesdienst der Gemeinschaftsgrundschule
Vorst	8.10	Schulgottesdienst der Gemeinschaftsgrundschule
Holzbüttgen	9.00	Messe (ggfs. mit Totengedenken) in Sieben Schmerzen Mariens
Kaarst	16.30	Messe (ggfs. mit Totengedenken) Dienstag im Monat
	16.30	Messe (ggfs. mit Totengedenken) 2. Dienstag im Monat
	16.30	Messe (ggfs. mit Totengedenken) im Marien-Haus (jeden 1., 3., 4. und 5. Dienstag im Monat)
	18.00	Messe (ggfs. mit Totengedenken) in Alt St. Martin (jeden 3. & 4. & 5. Dienstag im Monat)

+ Mittwoch

Kaarst		Messe (ggfs. mit Totengedenken) in Alt St. Martin
Büttgen		Messe (ggfs. mit Totengedenken) in St. Aldegundis
		Eucharistisches Gebet (bis 13.00)

+ Donnerstag

Kaarst	8.00	Schulgottesdienst der Gemeinschaftsgrundschulen
Büttgen	8.00	Schulmesse in St. Aldegundis
Vorst	9.00	Messe (ggfs. mit Totengedenken) in St. Antonius Vorst
Büttgen	19.00	Eucharistisches Gebet um geistliche Berufungen (vor dem 1. Freitag eines Monats)
Kaarst	20.00	Friedensgebet in Alt St. Martin (jeden 3. Donnerstag im Monat)

+ Freitag

Holzbüttgen	8.00	Schulmesse in Sieben Schmerzen Mariens
Büttgen	18.00	Messe (ggfs. mit Totengedenken) in St. Aldegundis
	9.00	Exequien in N.N.

Die Gottesdienstordnung ist auf der Webseite und im Wochenformat ersichtlich.

Alle Änderungen und sonstigen Gottesdienste entnehmen Sie bitte der wöchentlichen Gottesdienstordnung in den Pfarrnachrichten (WochenFormat). Gelegenheit zum Empfang des Bußsakramentes wird ebenfalls in den Pfarrnachrichten angekündigt und ist auch nach Voranmeldung möglich.



Im größten Schmerz
steht sie unter dem Kreuz,
durchlebt das grausame Sterben
ihres geliebten Sohnes.
Maria muss Ihn lassen,
muss loslassen.

Ihr Blick schaut weiter,
Ihre Hoffnung trägt.
Die Liebe hört niemals auf.

RICHARD DERICHs