

Impulse

zur Advents-
und Weihnachtszeit

2017





Vorwort

Liebe Kolpinggeschwister,
liebe Leserinnen und Leser,

die Impulse der Adventszeit 2017 greifen das spirituelle neue Jahresthema des Kolpingwerkes im Bistum Aachen: ‚Gott befreit‘ auf, ‚Innere Freiheit suchen – Gott Raum geben‘ verdeutlicht einen dynamischen Prozess. Einmal geschafft, ‚habe‘ ich es nicht, vielmehr bleiben die Suche der inneren Freiheit und das Bemühen, Gott in mir Raum zu verschaffen, eine immerwährende Aufgabe.

Diese Aufgabe und der damit verbundene dynamische Prozess bieten dem einzelnen Menschen die Chance der neuen Standortbestimmung und des Neuanfangs. Ja, auch in diesem Jahr feiern wir mit dem Weihnachtsfest die Geburt Jesu und seine erneute Geburt in jedem von uns.

Die Chance von Standortbestimmung und Neuanfang gilt jedoch auch für unsere Kolpingfamilien, das Kolpingwerk und die Kirche. Wir dürfen als Gemeinschaft innehalten und realisieren, wo wir stehen. Wir dürfen als Gemeinschaft neu beginnen, uns auf die Suche nach Jesus und nach uns selbst begeben. Ich wünsche jeder/m Einzelnen und unseren Gemeinschaften viel Freude bei diesem spannenden Weg.

Mein herzlicher Dank gilt den Kolpinggeschwistern, die einen Impuls geschrieben haben. Sie teilen ihren Glauben und ihre Gedanken mit einer großen Zahl oft unbekannter Menschen. Sie alle freuen sich über jedwede Rückmeldung. Eine spannende Adventszeit, auch im Namen der Autorinnen und Autoren sowie des Diözesanvorstandes, wünscht

Dietmar Prielipp
Geistlicher Leiter



„Utkieker“

Das diesem Impuls beigefügte Bild zeigt den sogenannten „Utkieker“ auf der Insel Spiekeroog. Mein Eindruck von dieser Skulptur ist der eines Menschen, der fest auf dem Boden steht, der sich nicht in sich selbst verkriecht, sondern sich die Freiheit nimmt, neugierig und erwartungsvoll in die Welt zu schauen.

Oft geht es den Menschen jedoch anders: Sie erkennen ihre wahre Stärke nicht. Sie passen sich lieber ihrer Umgebung und den Menschen an, statt auf ihr Herz zu hören und danach zu handeln. Sie fühlen sich klein und schwach und können sich nicht vorstellen, überhaupt etwas bewirken zu können.

Ich wünsche uns als Christen, in dieser Adventszeit nicht nur selbst das Kommen des Erlösers freudig zu erwarten, sondern auch den Mut, dieses Geheimnis des Glaubens in echter und wahrhaftiger Weise zu bezeugen und weiter zu tragen.

Christian Lehen
KF Hinsbeck



Innehalten - Gott Raum geben

Es ist schon einige Jahre her, da war ich im Allgäu zur Kur. Da es am Wochenende keine Anwendungen gab, setzte ich mich in mein Auto, um die Gegend etwas genauer kennenzulernen. An einer Straßenkreuzung las ich auf einem Hinweisschild: „Benediktiner Abtei Ottobeuren“. Ich folgte dem Schild und schon bald grüßten mich die mächtigen Türme der Basilika.

Ich stellte mein Auto ab und, als ich ausstieg, hörte ich Orgelklänge. Ich betrat die Kirche und war zunächst wie geblendet von der barocken Pracht. Ich setzte mich in eine Bank und ließ, während ich dem Orgelspiel lauschte, immer wieder meinen Blick schweifen. Einige Männer stellten noch Stühle auf, denn am nächsten Tag sollte dort, das erfuhr ich später, ein Orgelkonzert stattfinden. Ich schloss die Augen und ließ in diesem herrlichen Gotteshaus einfach die Musik auf mich wirken. Mehr als eine Stunde verbrachte ich dort, denn ich hatte das Glück, die Generalprobe erleben zu dürfen. In meinem Innern fühlte ich eine tiefe Ruhe und Gelassenheit und dankte Gott dafür, dass er mich hierher geführt hatte.

Diese Begebenheit wirkt noch heute in mir nach und gerade in der Adventszeit, in der es oft stressig und hektisch zugeht, ist es gut, öfter einmal still zu werden und sich kurze Auszeiten zu nehmen. Denn nur in der Stille können wir Gottes Ruf vernehmen und mit ihm ins „Gespräch“ kommen.

Anne Lichtenberg
KF Willich



Warten auf das Christkind

1. Advent 2017 – nur drei Wochen bis zum Heiligenabend. Ich habe mir fest vorgenommen, mich diesmal nicht unter Druck setzen zu lassen. Wir wollen diesmal stressfrei auf Weihnachten zu gehen.

Gestern haben wir unseren Adventskranz ausgesucht, mit ihm genommen und ihm in unserem Esszimmer einen Platz auf dem Tisch gegeben. Das Adventsgeschichtenbuch, in dem wir seit zwei Tagen lesen, liegt daneben bereit.

Auf den Fensterbänken steht ein Sammelsurium von leeren Einmach- u. Marmeladengläsern - 24 an der Zahl. Sie sollen alle zu weihnachtlichen Windlichtern umgestaltet werden. Schmückendes Material haben wir seit Wochen gesammelt. Jeden Abend wollen wir ½ Stunde vor dem Schlafengehen in Ruhe beim Kerzenschein singen, vorlesen und basteln. Die Unruhe des Tages hinter uns lassen, um uns bewusst zu werden, dass Advent die Zeit des Wartens ist. Wir warten auf die Geburt Jesu.

Unser persönlicher Adventskalender entsteht mit jedem gestalteten Windlicht – und dann werden am Heiligen Abend neben den vier Kerzen am Adventskranz bei uns 24 weihnachtliche Windlichter brennen. Gestern haben wir eine Liste erstellt: Sie enthält Namen von Menschen, die wir gern haben, und Menschen, die alleine sind, von denen wir meinen, dass sie sich über unser Licht freuen werden. In den Weihnachtstagen wollen wir unsere Lichter an diese Personen verschenken.

Vielleicht gehörst Du auch dazu. Lass Dich überraschen!

Julia von Dick
KF Vorst



Lichtmenschen

Mache dich auf und werde Licht, werde durchlässig für das Göttliche in deinem Leben, damit Gott auch bei dir ankommen kann.

Der Advent ist eine Zeit des Wartens und der Vorbereitung auf Weihnachten. Viele lieb-gewordene Rituale und Bräuche ermöglichen sinnliche Erfahrungen. Wenn ich aussteige aus der Geschäftigkeit, kann ich zur Ruhe kommen, bei mir ankommen, meine Mitte neu finden und daraus leben. Dabei erfahre ich, dass nicht alles von mir abhängt; das Wesentliche wird mir oft geschenkt.

Ich gehe hinaus in die Natur und staune über ihre Größe, Schönheit und Veränderungen. Ich bekomme einen freien Kopf, Abstand zu Problemen und Zugang zu einer anderen Sichtweise, die mir eingegeben wird.

Echte oft auch spontane Begegnungen mit Mitmenschen werden zur Bereicherung, da, wo wir einander zuhören und austauschen. Manchmal ist es ein freundlicher Gruß, ein Lächeln, ein gutes Gespräch oder auch ein wohltuendes Treffen. Ich erfahre: Gott ist da und begegnet mir im Alltag.

In der Liturgie, in Texten, Liedern, Gebeten, im Austausch und Zusammensein werden Freude und Leid geteilt und es ist wohltuend, füreinander menschlich erfahrbar und da zu sein. Viele kleine Lichtmomente geben Kraft und Hoffnung für den Alltag und keiner ist mit seinen Sorgen allein. Es ist gar nicht so schwer, Freude und Licht zu verbreiten, auch in so dunklen Zeiten.

Lasst es uns wagen „Lichtmenschen“ zu sein, durchlässig für das Göttliche im Alltag-einfach füreinander offen und da.

Maria Maurer
KF-Grefrath



Auf der Suche nach mir selbst

komme ich an der Frage nach Gott nicht vorbei. Sie sitzt unverrückbar tief in mir. Sie lässt sich nicht durch Leichtlebigkeit und glitzernde Angebote ablenken; ist nicht zum Schweigen zu bringen.

Zwar überrollen mich allzu oft faktische Notwendigkeiten, in immer gleichen Rhythmen sich bewegende Gewohnheiten und zeitfressende Herausforderungen.

Doch spätestens, wenn ich kaum mehr frei atmen kann, alles über mir zusammenstürzt und ich nicht ein noch aus weiß; wenn ich mich auf die Suche nach mir selbst begeben, ich Entscheidungen treffe, die mich und andere anbelangen, dann ist der Zeitpunkt gekommen, mich der Frage nach Gott auszusetzen. Dabei geht es weniger um die Frage nach dem großen Ganzen.

Vielmehr mache ich mich intensiv auf die Suche nach den Spuren Jesu in der Bibel, der Geschichte und vor allem in meinem Leben. Wo ist er? Wo finde ich ihn? Wie finde ich ihn? Wie stelle ich eine möglichst intensive Verbindung zu ihm her?

Meine positiven Erfahrungen der letzten Jahrzehnte sind unterschiedlich. Vor allem im Gebet und in der ‚absichtslosen‘ Begegnung mit Menschen bin ich IHM begegnet, konnte ich guten Kontakt zu ihm und damit auch zu mir gewinnen. Dabei eignen sich vor allem die geprägten Zeiten im Advent und in der österlichen Bußzeit.

Also auf ein neues Abenteuer im Advent 2017 – ein Abenteuer der Suche und des Findens von Jesu Spuren in der Welt und in mir.

Dietmar Prielipp
KF Willich



Eine achtsame Adventszeit

Jedes Jahr begegnet sie uns erneut: Die vorweihnachtliche Zeit der Vorbereitung, der Stille und der Besinnung. Leider verbinden viele Menschen damit auch großen Trubel und Stress. Das Jahr neigt sich dem Ende zu, was bei vielen noch intensive Arbeit erfordert. Die Vorbereitungen auf den großen Tag sind oftmals sehr aufwendig und zeitintensiv und es bleibt selten Zeit für Ruhe. Man sollte das eigentliche Ziel nicht aus den Augen verlieren. Machen wir uns einmal frei von gesellschaftlichen Zwängen und Konventionen und schaffen Raum für das Wesentliche. Seien wir achtsam.

Achtsam in Bezug auf das, was um uns herum geschieht,
achtsam in Bezug auf uns selbst und
achtsam in Bezug auf Gott.

Nehmen wir einmal Kleinigkeiten intensiver wahr und fokussieren uns auf das Hier und Jetzt. Ruhe und Liebe sollten nicht das Ziel der adventlichen Reise sein, sondern die Art und Weise, wie man reist, darstellen.

Durch in den Alltag eingebaute Impulse, wie beispielsweise kleine Ruhepausen oder kurze Gebete, kann man sich selbst näher kommen und so auch Gott. Andersherum: Durch die Annäherung an Gott, können wir uns uns selbst nähern.

Christus lebt in uns – und um dies intensiver zu spüren und uns selbst stärker wahrzunehmen, müssen wir achtsam sein. Diese Achtsamkeit sollten wir nicht nur in der vorweihnachtlichen Zeit pflegen, sondern in unser ganzes, alltägliches Leben integrieren.

Deswegen wünsche ich allen eine besinnliche, glückliche und achtsame Weihnachtszeit,

Katharina Rebig
KF Kempen



Leere Kirche

Es ist nicht immer einfach, sich eine innere Freiheit zu verschaffen. Die äußeren Zwänge sind gewaltig, ob man will oder nicht. Ich genieße es, mich in eine (leere) Kirche zu setzen, Augen und Gedanken schweifen zu lassen, über die Welt und Gott nachzudenken und letztendlich mein Innerstes für ein Gespräch mit ihm zur Verfügung zu stellen. Danach gehe ich zurück in den Alltag und fühle mich besser ... bis zum nächsten Mal.

Brigitte Büsch
KF Willich



Innere Freiheit suchen

Spontan fällt mir dazu eine Redewendung aus meiner Kindheit ein: Wer sucht, der findet. Wenn ich etwas Verlorenes finden will, muss ich mich zuerst auf das Verlorene konzentrieren. (Alle anderen Gedanken führen mich nur davon weg.) Ich gebe dem Verlorenen Raum. So habe ich eine Chance zu finden, sei es spontan oder irgendwann zufällig. Ist das nicht mit Gott auch so?

Die Kakteenschale mit Ablegern von einem Kaktus aus meiner Schulzeit, die auf meiner Fensterbank im Wintergarten steht, zeigt mir eine Parallele. Jahrzehnte lang wachsen die Kakteen vor sich hin: stachelig, genügsam, vermehrend. Doch irgendwann entsteht die Freiheit in Gottes Schöpfung, der Blüte Raum zu geben. Und sie blüht wundervoll, aber nur kurz.

So werde ich besonders in dieser Adventszeit meine innere Freiheit suchen, um Gott Raum zu geben. Gott wieder neu finden im Kind in der Krippe. Gott, ich erwarte dich und ich erwarte nichts von dir.

Waltraud Hermkens
KF St. Tönis



frei?

Im Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland findet man 60-mal das Wort „frei“. „Frei“ als Adjektiv, aber auch in Begriffen wie „Freiheit“, „freiwillig“, „freiheitlich“ oder anderen. Viele Freiheiten werden aufgeführt: Freiheit der Person, Meinungsfreiheit, Glaubensfreiheit, Pressefreiheit – das sind vielleicht die bekanntesten.

Das sind Freiheiten, die es mir ermöglichen, mein Leben so zu leben, wie ich es will – und das gilt eben nicht nur für mich, sondern auch für alle anderen. Ich habe das Recht, meine Meinung zu sagen, meinen Glauben zu leben, meinen Beruf zu wählen.

Diese Freiheiten sind nicht oberflächlich, aber manchmal nur an der Oberfläche meines Lebens. Es sind so viele Freiheiten, Wege, Möglichkeiten. Sie sind Chancen, aber manchmal ist es schwierig, eine – oder die richtige – Entscheidung zu treffen.

Diese Freiheiten können oberflächlich sein. Sie können mich von dem ablenken, worum es mir im Leben wirklich geht.

Sie können es mir aber auch ermöglichen, innerlich frei zu sein. Sie machen es möglich, dass ich meine Träume leben kann – wenn ich will. Sie machen mich frei, damit ich Ich sein kann. Sie machen mich frei, damit ich in mir Freiraum habe.

Julia Klütsch
KF Düren



Freiraum

Die Räume sind jetzt besenrein; Kühl-, Gefrierschrank und die Fächer der wenigen noch übriggebliebenen Regale ausgeräumt, die Wände trostlos und kahl. Das alte Leben – alles weg - und auch das Gefühl zu Hause zu sein. Allein kauert tiefe Verletztheit und Traurigkeit erschöpft in einer Ecke der viel zu groß gewordenen Wohnung, deren ohrenbetäubende Stille und erdrückende Leere einschüchtern.

Ein farbenprächtiges, frohes, vor Energie strotzendes Bild setzt den ersten und vielleicht wichtigsten Impuls: Die leeren Räume werden Herausforderung und Chance gleichermaßen. Sie bieten Platz für Neues, laden ein zu experimentieren - nicht nur in der Einrichtung.

Sie geben mir die Freiheit und den nötigen Anstoß herauszufinden, wer ich eigentlich bin, was und wohin ich will, um mich selbst neu zu definieren. Ich habe Freiraum, mich mir selbst zu stellen, mich zu fragen, ob ich vor mir und vor Gott bestehen kann.

Brigitte Büschges
KF Willich



Das 2. Gebot lautet: „Liebe Deinen Nächsten wie dich selbst!“

Um den ersten Teil des Gebotes, die Nächstenliebe, bemühen wir uns meist regelmäßig. Sie gehört fest zu unserem Ziel, um als überzeugte und überzeugende Christen durchs Leben zu gehen.

Aber wie halten wir es mit dem zweiten Teil des Gebotes, der Eigenliebe? Wenn ich mich in meinem Freundes- und Bekanntenkreis umschaue und ...auch mich selber betrachte, muss ich leider feststellen, dass es oft gerade an der Eigenliebe kräftig fehlt. Die Folge ist oft tiefe Erschöpfung, die sich manchmal sogar bis zum Burnout steigern kann.

Beide Gebote sind jedoch gleichwertig! Und wer keine Kraft mehr hat, für sich selbst zu sorgen, hat bald auch keine Kraft mehr, sich um andere Menschen zu kümmern.

Ich möchte anregen, nicht nur auf die anderen zu schauen, sondern gelegentlich zu prüfen, wie es um die Achtsamkeit mir selbst gegenüber bestellt ist. Gehe ich auch liebe- und verantwortungsvoll mit mir selbst um?

Rosi Lux
KF Mönchengladbach



Das Leben lebt mich – führt mich

Es ist unberechenbar, nicht kalkulierbar;
und es gibt nichts, was seinem Wert entspricht.
Es gibt nichts Materielles, was mit in die Ewigkeit kann.
Manchmal drückt uns die scheinbare Notwendigkeit des Erwerbs, des Besitzes, des
Behaltens und des Sicherns. Wir krümmen uns und wenden viel Lebens - Zeit hierfür auf.

„Maß voll!“ sagt unsere Gesundheit, unsere innere Stimme „Du lebst ja kaum noch!“. Du
frönst Dingen, die hohl sind, keine Seele haben. Das macht dich traurig und leer. Du spürst,
dass dir etwas fehlt – und meinst, du bräuchtest mehr, es sei nicht genug? Ganz im Gegenteil:
Dieses Denken ist eine Falle, welche Lebens-Qualität raubt. Es fesselt und engt uns ein.

Lebe ich? Oder wer oder was lebt mich? Wer führt oder verführt mich? Warum nehme ich
mir nicht Zeit für mich und die Suche nach meinen Werten?

Gerade im Advent will ich mich nicht treiben, nicht verleiten, zwingen lassen, sondern zur
Besinnung - zu mir kommen, Ruhe finden.

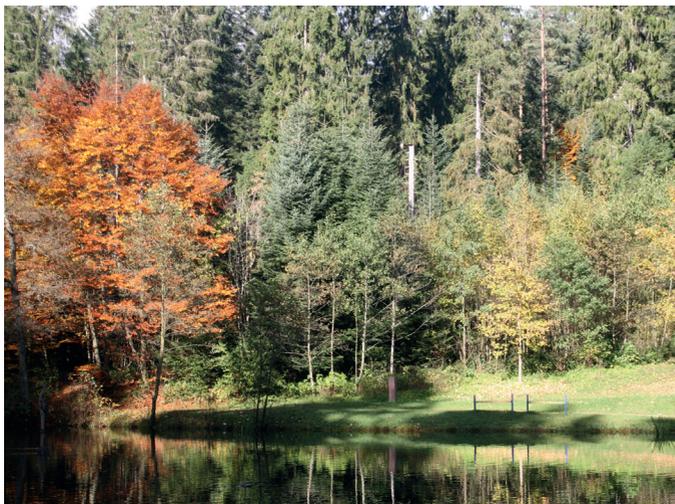
Tage fliehen dahin, Weihnachten naht – wo war ich bisher?

Wo blieb meine ersehnte Zeit?

Ich stelle fest, dass ich diese einplanen muss – auch um sagen zu können: Dafür habe ich
jetzt Zeit; andere Termine lasse ich nicht zu, der Punkt ist mir wichtig.

Im Englischen gibt es den Brauch, um 18:00 Uhr eine Stunde für den „Evensong“ freizuhalten.
Ein schönes Beispiel, zur Ruhe zu kommen, Gott zu danken und Freude zu spüren. Auspro-
bieren! Viel Freude bei der Begegnung mit Entspannung, Selbstfindung und Frei-werden.

Inge Glaremin
KF Hüls



Zur Ruhe kommen

Tun wir dies nicht immer wieder im Gottesdienst?

Für mich gibt es noch weitere Gelegenheiten, um innere Freiheit zu suchen und Gott Raum zu geben. Bei einem Spaziergang durch den Wald kann ich sehr gut meine innere Freiheit suchen. Dabei kann ich auch Gott Raum geben, in mein Leben zu treten, indem er mich die Schönheiten der Natur ganz bewusst erleben und als schöne Erinnerung mitnehmen lässt. Auch im Gespräch mit Mitmenschen kann ich meine innere Freiheit finden, indem ich über Dinge spreche, die mich belasten; es reicht manchmal schon, dass jemand zuhört.

Beim Gebet, allein für mich, schaffe ich Raum für Gott. Ich muss nur zulassen, dass Gott mich erreicht und dass ich seine Zeichen richtig deute.

Kommen wir zur Ruhe und gehen wir in uns. Nur so werden wir innere Freiheit finden und Gott Raum geben.

Markus Holländer
KF Jülich



Freiheit, die ich meine

Im Artikel 2 unseres Grundgesetzes heißt es u.a.: „Die Freiheit der Person ist unverletzlich.“ Das beruhigt mich, da ich mich auf meinen Rechtsstaat verlasse.

Doch innerlich fühle ich mich oft unfrei – gefangen in Konventionen – gefangen in moralischen Bindungen. „Du sollst!“ – „Du musst!“ – „Du darfst nicht!“ – „Du hast die Verantwortung!“ – „Du bist Vorbild!“ – „Was sollen die Anderen von Dir denken!“ – „Welches Bild stellst Du in der Öffentlichkeit her!“ – „Dein Verein, dein Verband ...“

So werde ich gehalten von Gesetzen, Vorschriften, von Erwartungen. Bei jeder Entscheidung ist vieles zu berücksichtigen, alles optimal auszuloten. Das gelingt nicht immer, denn auch ich habe das Bedürfnis nach innerer Freiheit.

Vor mir sehe ich dann ein Bild:

Ich stehe auf einem Berg, vor mir öffnet sich im Nebel ein Fenster und die Freiheit wird greifbar nahe. Ich fliege und fühle mich gehalten von Gott, der für mich „Da ist – nah ist – mich begleitet!“ Hier wird für mich das Sprichwort greifbar: „Du kannst nicht tiefer fallen, als nur in Gottes Hand“ (Arno Pötzsch)

Maria Taube
KF Vorst



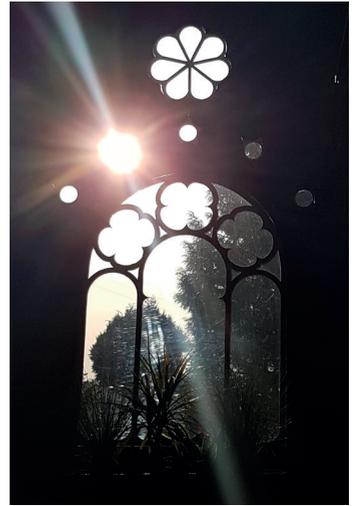
‚offline‘ und ‚online‘

Vor ca. 20 Jahren kamen die ersten, atemberaubend schweren und sehr teuren, Mobiltelefone auf. Die Entwicklung hin zu den Smartphones der heutigen Zeit war rasant. Heute unterstützen diese kleinen Computer alle möglichen Kommunikationsformen. Glaubt man der aktuellen Statistik, nutzen sie ca. 80 % der Deutschen täglich.

Mir liegt es fern, diese Hilfsmittel zu verteufeln. Doch wundert es mich, wenn ich in einem Café oder Restaurant eine Gruppe von Menschen beobachte, die gebannt auf ihre Smartphones schauen bzw. auf den Bildschirm tippen – Kommunikation mit- und untereinander: Fehlanzeige. Wiederholt erlebe ich auch, dass sich ein Mobiltelefon während des Gottesdienstes meldet. Deshalb bitte ich zu Beginn der von mir geleiteten Gottesdienste darum, die vorhandenen Mobiltelefone leise zu stellen. Natürlich erinnere ich am Ende des Gottesdienstes daran, die Geräte wieder in Betrieb zu nehmen.

Ich möchte die Leser und Leserinnen dazu ermutigen, in der diesjährigen Adventzeit bewusster als im übrigen Jahr das eigene Smartphone zu nutzen. Am 1. Adventsonntag mahnt Jesus im Evangelium des Markus mit den Worten „Seht euch also vor und seid wachsam...“ Für mich bedeutet diese Mahnung in Bezug auf die Nutzung meines Smartphones, einerseits dessen Vorteile zu nutzen und es andererseits regelmäßig und bewusst abzuschalten und in diesem Medium ‚offline‘ zu sein. ‚Online‘ sein möchte ich in dieser freien Zeit für meinen Gott. Ich gebe mir große Mühe, diesen Vorsatz umzusetzen.

Peter Vieten
KF Mönchengladbach



GOTT BEFREIT – GOTT GIBT FREIHEIT

Freiheit ist Leben in Frieden mit sich selbst und mit Anderen. Das Gefühl, Schönheit, Harmonie und Glück wahrzunehmen, offen zu sein für Aufgaben und sie zu bewältigen, ist Freiheit. Sie ist ein Geschenk Gottes.

Ebenso die Freiheit der Entscheidung. Wir treffen sie in der Familie, im Arbeitsleben, bei Gesundheit und Kranksein und im Glauben. Dazu stellt uns Gott Mut und Kraft an die Seite. Dazu gibt uns Gott Raum.

GOTT STELLT UNS IN SEINEN RAUM

GOTT IST MIT UNS IM RAUM

Was ist das für ein Raum? Engt er ein oder ist er ortsgebunden? Ist es die Welt aus Farben, Klängen und Medien? In welchem Raum findet der GOTTES - DIENST statt? Sind die Gotteshäuser in romanischem, gotischem oder barockem Baustil gebaut, so sind sie nur die Hülle, die den Zeitgeist zeigt. Das Ehrenamt bietet einen großen Raum. Die Gegenwart Gottes ist überall. Er gibt sie uns im Alltag, in der Natur, in der Bibel, an Hand von Beispielen wie Gebrauchsanweisungen. Er zeigt sie uns in seiner Liebe zu uns Menschen. Er ist bei uns während der Geburt und im Sterben.

Wir sollten ihm Raum geben und an ihn glauben.

Hanne Richter

KF Willich



Innere Freiheit

Im Frühjahr 2016 habe ich mich dazu entschlossen, ein zweijähriges berufsbegleitendes Studium zu beginnen. Nun ist bereits ein Jahr vergangen und ich frage mich wie so oft: Wo ist die Zeit hin?. Noch vor zwölf Monaten zweifelte ich, ob ich mit dem Zeitdruck, den Terminen, dem Lernstoff und der recht knapp bemessenen Zeit umgehen kann. Jetzt ist mir klar, dass ich das kann. Ich denke es liegt nicht nur daran, gut organisiert und fleißig zu sein, sondern auch daran, immer wieder Energie und Kraft zu tanken. Ich gönne mir Auszeiten, um innerlich frei zu sein. Die Lösung lautet für mich: ab in die Natur, ab an die frische Luft. Egal wie, egal wo, egal wann. Unter der Woche kommt es häufig vor, dass wir nach dem Abendessen noch eine Runde spazieren gehen. Da ich recht spät Feierabend habe, ist es dann bereits dunkel geworden, was uns aber nicht abschreckt. Ganz im Gegenteil. Passieren wir eine Sitzbank, verweilen wir dort meistens ein paar Minuten, lauschen in die Dunkelheit. Wie ruhig es auf den Feldern ist, wenige Autos fahren, man trifft kaum andere Fußgänger. Wir erzählen uns von den Erlebnissen des Tages, schmieden Pläne für die kommenden Tage oder sind gemeinsam still. Ich schaue nicht auf die Uhr, erst zu Hause angekommen, stelle ich fest, dass wieder eine Stunde vergangen ist. Aber diese Feststellung stresst mich nicht. Die Zeit habe ich gut investiert. Ich bin zur Ruhe gekommen und kann friedlich zu Bett gehen.

Corinna Langels
KF Willich



Weidenkirche

Im vergangenen Jahr haben mein Mann Heinrich und ich zusammen mit unseren Freunden Irmgard und Ernst eine lange Radreise wiederholt, die wir 1999 schon einmal mit acht Personen unternommen haben. Unsere Drahtesel brachten uns (mit Gepäck) von Otzenrath nach Wien. Es war eine erlebnisreiche Tour mit vielen Sehenswürdigkeiten. Im Altmühltal entdeckten wir eine ganz besondere Kirche, die es vor 17 Jahren noch nicht gab: Die Weidenkirche in Pappenheim. Unter dem Motto „Kirche: natürlich!“ haben über hundert Jugendliche aus Bayern 2007 in einer Osterferienaktion diese Kirche gepflanzt. Sie besteht vor allem aus dem Naturmaterial Weide, abgesehen von einem Gerüst aus Metallrohren, welche dem Bauwerk Stabilität gibt und den meterlangen Weiden Rankhilfe sind. Diese schöne Naturkirche liegt direkt am Altmühl-Radweg und ist im wahrsten Sinne des Wortes offen. Offen für jeden Spaziergänger, Wanderer, Radfahrer, Einzelbesucher, Gruppen, Jung und Alt. Alle sind eingeladen zu Gebet und Meditation, zu Begegnung mit Gott, mit sich selbst und anderen Menschen. Für mich war diese Kirche ein besonderer Höhepunkt auf dieser Reise. Hier haben Jugendliche Gott einen besonderen Raum gegeben.

Anne Küpper
KF Otzenrath e.V.



Ziele

Dieses Jahr gab es für mich viele Umwälzungen und schwierige Situationen, mit denen ich sehr zu kämpfen hatte und habe; die meine ganze Kraft und mein Denken in Anspruch nahmen und nehmen. In den letzten Wochen arbeite ich daran, mich wieder auf „Kurs zu bringen“, und beginne damit mein äußeres Lebensumfeld zu verändern und zu vereinfachen. Der Berufsalltag ist gerade besonders arbeitsreich, mühsam und anstrengend: Eine weitere Prüfung steht an. Und die immer neuen Aufgaben, die in To-Do-Listen visualisiert und gegen das Vergessen fest gebannt sind, nehmen scheinbar kein Ende. Gott sei Dank, bin ich überwiegend gesund geblieben.

Aber ich habe wichtige Ziele:

Ich möchte die äußeren Aufgaben bis zum 1. Dezember so weit wie möglich erledigen und mir bewusst Zeit für inneren Freiraum und mehr Ruhe für die Adventszeit verschaffen.

Ich möchte nach den äußeren Veränderungen und dem Neubeginn mich auch für innere Veränderung bereit machen, um Gott in meinem Leben mehr Raum zu geben; offener für sein Wort zu sein, damit Weihnachten ein Fest der Freiheit werden kann.

Simone Pohl
KF Willich



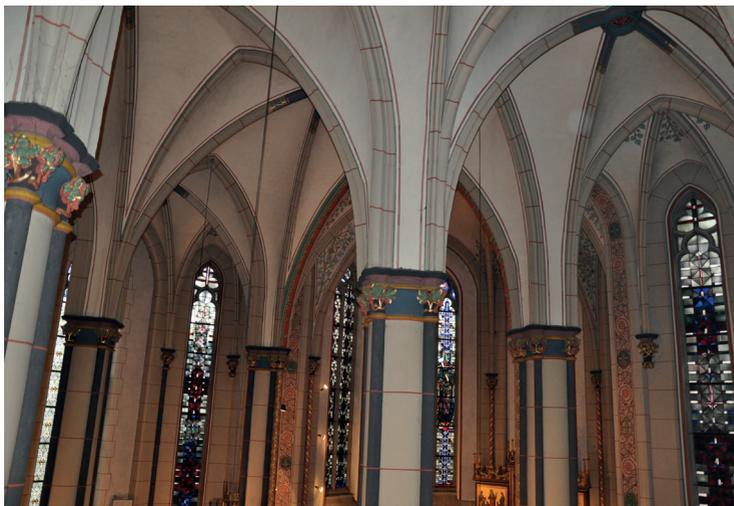
Entspannung nach Gewitter

Zerzaust die Wolken wie wirres Haar,
der Kampf zwischen Donner und Blitz,
Hitze und Schwüle gehen langsam vorüber.
Die Abendsonne wollte schon untergehen,
doch mahndend bäumt sie sich noch einmal auf:
„Habt ihr mich heute auch weitgehend verdrängt,
morgen aber ist meine Stunde, mein Tag!“
Sie malt ein einmalig schönes Bild an den Himmel,
zahlreiche Abstufungen in Gelb bis Orange
bilden den Hintergrund für die dunklen Wolkenfäuste,
die zunächst drohend, nun aber ganz zahm
sich allmählich verziehen.

Wenn ich diese Gewitterstimmung ganz tief in mir verspüre, weil irgendein Problem mich überwältigen will oder mir unüberwindbar erscheint, dann ziehe ich mich ganz zurück, wenn möglich in die freie Natur, ganz für mich allein, ganz in die Nähe von Gott. Dort spreche ich mit ihm, trage ihm mein Anliegen vor.

Er hilft mir immer, wenn auch nicht sofort, diese unangenehme Situation zu überwinden, einen Weg zu finden, der aus der Krise herausführt, der mich wieder frei sein lässt. Die graue Welt verändert sich in leuchtendes Orange. Die Nähe zu Gott gibt mir unheimlich viel Freiheit, Kraft und Stärke.

Regina Hanisch
KF Grefrath



Unser Leben in Gottes Hand

Innere Freiheit suchen – Gott Raum geben: Wie kann das in unserer heutigen, sehr hektischen Zeit geschehen?

Ich weiß nicht, wieviel Zeit Sie am Tag zur Stille, zur Meditation oder zum Gebet haben. Aber ich meine, dass es immer wieder Gelegenheiten gibt, für einen kurzen Augenblick still zu werden, durchzuatmen und vielleicht auch nur für einen kurzen Moment den Blick auf Gott zu richten.

Gott, ich danke dir....

Gott, ich lobe dich

Gott, ich bitte dich

Mit diesen drei Gedanken könnte ein Satz beginnen, mit dem wir eine kurze Beziehung zu Gott aufbauen und für uns selbst ein wenig Kraft schöpfen, zum Beginn oder im Laufe des Tages. Vielleicht schließen wir auch ein wohl bekanntes oder frei formuliertes Gebet an.

Wenn wir am Sonntag die Liturgie feiern, als Höhepunkt und Quelle des kirchlichen Lebens, Gott loben und preisen und auf sein Wort hören, geben wir ihm die Ehre und verbinden uns im Gebet auch mit den Mitchristen unserer Gemeinde.

Besonders auch in der Ferienzeit – sowie bei unseren Seniorenreisen – können wir den Tag mit einem gemeinsamen Gebet und einer kurzen Meditation beginnen und mit einem Dankgebet beenden. So legen wir ganz bewusst den Tag und unser Leben in Gottes Hand.

Paul Syben
KF Schaag



Wie finde ich zu mir selbst?

Wir leben in Zwängen. Das ist ganz selbstverständlich, da wir alle nicht wie Robinson Crusoe auf einer Insel oder wie ein Einsiedlermönch in der Zelle wohnen. Wir leben in Gemeinschaft und sind so in das soziale Gefüge eingeordnet. Diesen Zwängen können wir nicht ohne weiteres entinnen: Der Beruf, die Mitarbeiter, die Familie, die konkrete Wohnung und Umgebung und manches andere. Wir können diese Zwänge durchaus als wohltuend empfinden, wenn sie nicht zu sehr unsere persönliche Existenz durcheinanderwirbeln. Doch innerhalb der Zwänge sollten wir uns kleine Räume der Freiheit bewahren. Es gibt Möglichkeiten der individuellen Gestaltung des Vorgegebenen:

Momente der Ruhe am Tag bei einer längeren Autofahrt (ohne Baustelle und starkem Verkehr)...

Ruhezeiten in der Woche bei einem stressfreien Spaziergang - allein oder mit der Familie ...

Eine Besinnungszeit pro Jahr im Kloster oder allein auf einer Almhütte ...

Es gibt viele Möglichkeiten für jemanden, der erfinderisch ist und den guten Willen hat, es durchzuführen.

Was ist dadurch gewonnen? Wenn wir zu uns selbst finden, sind wir mit uns im Reinen.

Diese innere Gelöstheit strahlt aus uns heraus, stärkt das Miteinander in Familie, Beruf, Freundeskreis und Nachbarschaft. Wenn wir Lebensfreude ausstrahlen, will jeder gern mit uns zu tun haben. Wir empfangen diese Kraft aus der erworbenen inneren Freiheit. Wir haben Gott Raum gegeben, der bei unserer Selbstfindung mittendrin zugegen ist.

Pfr. Dr. Peter Jöken
KF Jülich



„Sorgen quälen und werden mir zu groß. Mutlos frag ich: Was wird Morgen sein?“

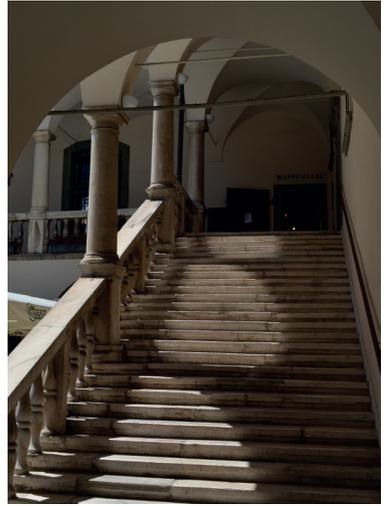
Ich betrete die Basilika in Kevelaer, bleischwer sind meine Beine. Der Kirchenraum liegt im Halbdunkel. Ich zünde einige Teelichter an und setze mich in die erste Bank. Unruhe hat mich hergeführt, meine Gedanken schweifen hierhin und dorthin. Es fällt mir schwer einen klaren Gedanken zu fassen. Die Melodie zu der obigen Zeile durchdringt mein Gehirn. Wie kann ich meine innere Ruhe wiederfinden? Wo soll ich sie suchen?

Mein Blick fällt auf die Gebetbuchablage vor mir: „Hier kniete Mutter Teresa 1987 bei ihrem Besuch in Kevelaer“. Ich sehe die kleine zarte gebeugte Ordensfrau, die so viel Leid und Kummer getragen hat, vor mir. Ein seltsam vertrautes Gefühl beschleicht mich. - „Heilige Maria, Muttergottes, bitte für uns!“

Leise bewegen sich meine Lippen, es singt in mir: „Doch Du liebst mich, Du lässt mich nicht los, Vater, du wirst bei mir sein! Meine Zeit steht in Deinen Händen, nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in Dir. Du gibst Geborgenheit, Du kannst alles wenden. Gib mir ein festes Herz, mach es fest in Dir.“

Getröstet und voller Hoffnung verlasse ich die Basilika, Advent 2017, Weihnachten steht vor der Tür!

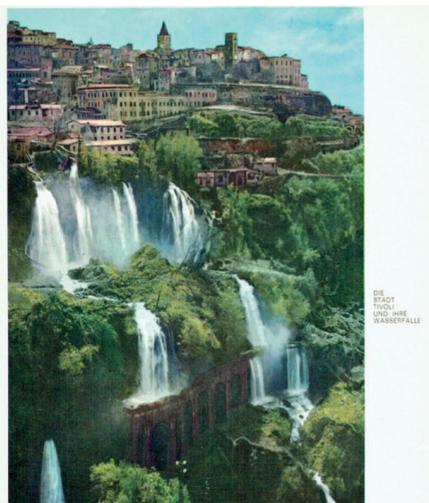
Resi Müller
KF Giesenkirchen



In guter Absicht

Ich habe mir immer meine Freiheit genommen und sie geschützt.
Sie gehört zu mir wie meine fleischliche Hülle, die sie umschließt.
Wer dort Einlass begehrt, ist willkommen, sofern er in guter Absicht kommt.
Gott kommt in guter Absicht - ich stelle ihm meinen Raum zur Verfügung.

Peter Büsch
KF Willich



In Tivoli

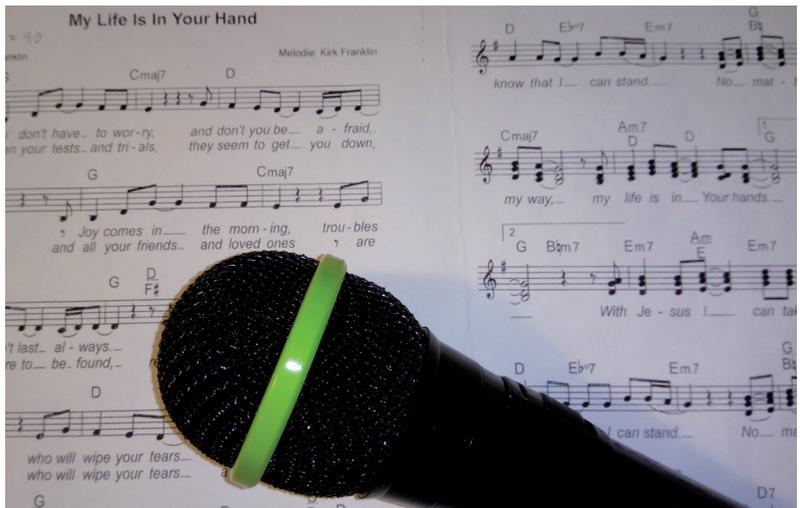
Das alte Tivoli, östlich von Rom, ist ein schöner Ort. Da ist z.B. die Villa d'Este mit dem alten Wassergarten: Wasser sprudelt aus künstlichen Quellen, schießt aus Springbrunnen, in Wasserspielen und Fontänen, fließt in Wasserfällen. In Tivoli spielt eine Anekdote, die Kolping in seinem Volkskalender 1851 erzählt.

Zwei Bewohner hassen einander bis aufs Blut. Da trifft in einem Wirtshaus nahe der Stadt der Eine den Andern. „Im Nu hat er sein Jagdgewehr von der Schulter gerissen, den Hahn gespannt: ‚Jetzt musst Du sterben!‘ Dem hat aber vor allen Dingen die Ewigkeit vor der Seele gestanden: ‚Lass mich erst beichten, Erbarmen um der Barmherzigkeit Gottes Willen!‘“

— Da hält der Mörder inne, versetzt dem Feind einen Fußtritt: „Ja, beicht erst!“ und lässt ihn laufen. Wenig später feiern die zwei Versöhnung, es „gingen beide beichten und hielten von nun an treu zusammen.“ Beide, durch einen drohenden Schrecken in ihrem Hass gestört, werden befreit — und sehen sich mit einem Mal vor Gott gestellt.

Charlotte, 22 Jahre alt, erzählt davon, wie sie durch ihre Ausbildung und den Streit mit dem Vater aus dem Gleis geriet. Sie wurde oft krank, das Selbstbewusstsein schwand. Ihr wurde das Kolpinghaus vermittelt. „Jetzt war immer jemand da, der mir zugehört hat, sowohl die Betreuer als auch meine Mitbewohner.. Ich war nie allein, das war und ist für mich ganz wichtig.“ Charlotte fand die Ruhe, die sie brauchte. Sie steht verantwortlich vor ihrem eigenen Leben.

Pfr. Dr. Christoph Zettner
KF Krefeld



Singen macht frei

Es kommt selten vor, dass ich mir Zeit nur für mich nehme. Meine Aufgaben im Alltag, bei der Arbeit oder im Ehrenamt erfülle ich meistens mit großer Begeisterung. Es macht Spaß und fordert mich, immer wieder neu. Aber innerlich frei fühle ich mich nur sehr selten. Einfach mal runter kommen, mich auf mich selbst konzentrieren, an nichts denken, alles hinter mir lassen und meinen Geist weiten, diese Momente muss ich mir bewusst einräumen. Das kann ich ganz gut an einem Strandtag oder bei einem Waldspaziergang, aber vor allem erlebe ich diese Momente bei meiner Chorprobe. Jede Woche treffe ich auf wunderbare Menschen, mit denen ich zusammen in eine Welt voller Musik, Lachen und Gospel abtauche. Schon beim Einsingen entspanne ich mich und lasse den Tag hinter mir. Und dann wird „gegospelt“. Das Wort „Gospel“ hat seinen Ursprung im Begriff „good spell“ – frohe Botschaft. Manchmal muss ich mir die Texte etwas bewusst machen und so singe ich mal laut, mal leise, mal fordernd, mal voller Begeisterung. Da findet Gott seinen Raum in jeglicher Form. Er ist lebendig! Er ist mitten unter uns! Genau dort hat er seinen Platz! Frei, fröhlich und ungezwungen! Und mit diesem Gefühl gehe ich nach Hause, mit dem Gefühl von Freiheit.

Kirsten Schwikkard
KF Willich



Orte des Glaubens

Hier haben Menschen ihren Glauben zum Ausdruck gebracht und zu Stein werden lassen.
Hier kann ich hingehen, von ihnen hören und (vielleicht) auch etwas lernen.
Hier kann ich zum Nachdenken angeregt werden, mein Inneres spüren.
Hier kann ich merken, es gibt mehr als das tägliche Getrieben sein.
Hier kann ich etwas erahnen von der prägenden und gestaltenden Kraft des Glaubens.
Hier werde ich mich vielleicht auch fragen: „Und wie ist es bei mir selber?“
Ich wünsche mir etwas von der Glaubensfestigkeit und der Kraft, die diese Menschen bewegt hat.
Ich wünsche mir, dass ich durch diese Eindrücke immer wieder neu in Bewegung gerate.

Michael Maurer
KF Grefrath



Der spontane Moment

„Mein Inneres geht nur mich etwas an.“

Und doch weiß ich, da ist jemand vor dem ich meine Gedanken nicht verstecken kann.

Manchmal ist Gott nur ein kleiner Gedanke, eine flüchtige Begegnung mit mir selbst.

Aber wenn ich mir die Zeit nehme und diesem spontanen Moment nachgehe, spüre ich, da ist jemand, der mir zuhört, der für mich da ist. In diesen Momenten finde ich oft die Antworten auf meine Fragen, die mich im Alltag scheitern lassen.

Gott interessiert sich für mich, wenn ich ihm ermögliche, an mir Teil zu haben.

Irgendwie schön dieser Gedanke, dass ich ihm nicht egal bin.

Das lässt mich durchatmen, das macht mich glücklich. Ja, das befreit mich.

Meike Kempkens

KF Grefrath



Ein heiliger Ort

Wasser plätschert. Vögel zwitschern. Die Türme der Abtei St. Matthias zeichnen sich am blauen Himmel ab.

In den letzten Tagen waren wir auf dem Weg nach Trier: Wallfahrt zum Heiligen Matthias zusammen mit 30 Schülerinnen und Schülern.

Gemeinschaft, aber auch Gemeinschaftsessen, Gemeinschaftsduschen, Gemeinschaftsschlafsäle. Trotz aller Besinnung ist man nie allein, kommt eigentlich nie zur Ruhe. Wir sind von Heimbach über Nettersheim und Jünkerath stundenlang durch Wald und Wiesen unterwegs. Das kann spirituell werden, wenn man nicht dauernd über die Begleitfahrzeuge, den Zeitplan oder das Abendessen nachdenken muss.

Am letzten Tag dann endlich die Ankunft in St. Matthias: Feierlicher Einzug der Pilgergruppe, ein toller Moment für viele, vor allem für diejenigen, die zum ersten Mal dabei sind. Zimmer innerhalb der Abteimauern werden bezogen, alle wollen duschen und sich entspannen, jeder ist endlich mal für sich allein.

Es gibt im Abteigarten einen großen, runden Teich, an dem man gut sitzen kann. Wasser plätschert. Vögel zwitschern. Die Türme der Abtei St. Matthias zeichnen sich gegen den blauen Himmel ab. Seerosen schwimmen auf und Fische im Wasser. Er ist tief und dunkel. Nur zehn Minuten sitzen, zur Ruhe kommen, Gott Raum geben. Endlich.

Ich komme einmal im Jahr dort hin und kann den Alltag und die Hektik hinter den dicken Mauern von St. Matthias lassen. Ein heiliger Ort? Für mich schon.

Paul Arns
KF Aachen



Berg der Kreuze

Ich suche, suche so viel.
Ich suche Zeit.
Ich suche Freundschaft.
Ich suche Liebe.
Ich suche Halt.
Ich suche Frieden.
Ich suche eine Welt, in der es keinen Krieg,
keinen Hass, keinen Streit gibt.
Ich suche dich – dich Gott!
Bin ich bereit?
Bin ich bereit, Zeit zu geben?
Bin ich bereit, die Hand zu reichen?
Bin ich bereit, mich einzulassen?
Bin ich bereit, loszulassen?
Bin ich bereit, ja zu sagen?
Gott schenkt uns durch die Geburt seines Sohnes die Zuversicht,
bereit und frei zu sein, für das, was die Zukunft uns gibt.
So darf ich mit dieser Ruhe in ein neues Jahr gehen und mich
einlassen, Hände reichen, Zeit geben und vor allem
„Ja“ sagen.

Ralf Schröder
KF Hinsbeck



Übergang

Der Weg nach innen
und der Weg nach außen
bedingen einander.

Innere Freiheit zu finden,
bewirkt den aufrichtigen Wunsch,
dass dies allen Menschen glücke.

Im Übergang zum Neuen Jahr
weiten sich Herzen, wünschen
Glück voll Wärme und Liebe.

Der Diözesanvorstand des Kolpingwerkes und die Diözesanleitung der Kolpingjugend
wünschen allen Kolpinggeschwistern, Leserinnen und Lesern einen guten Abschluss dieses
Jahres, einen glücklichen Übergang und ein gesegnetes und anregendes Jahr 2018.



Impressum

Herausgeber: Dietmar Prielipp für das Kolpingwerk Diözesanverband Aachen
Satz und Layout: Conny Friedeler
Druck: Alwo Druck, Tönisvorst
Auflage 2000

Die Impulse zur Adventszeit 2017 sind für den privaten Gebrauch gedacht.
Die Texte dürfen mit Einverständnis der Autorinnen und Autoren verwendet werden.
Bildquellen private Aufnahmen und Publikationen des Kolpingwerkes.
Zum Impuls „Berg der Kreuze“ ist besonders die Geschichte im 20. Jahrhundert
bemerkenswert: https://de.wikipedia.org/wiki/Berg_der_Kreuze

Ich möchte Monika Kothen und Simone Pohl für die Korrekturarbeit danken!

Mönchengladbach, November 2017

