



**IMPULSE IM
ADVENT 2023**

Weniger ist mehr



Kolping

*Das Kreuz,
das Korpus und Kreuz vereint.*



Kolping



Korpus-Kreuz

in der Prodia Werkstatt
aus Laubholz gefertigt
ca. 32 x 21,5 x 6,5 cm

je Stück: 30,00 €
ab 5 Stück je: 27,50 €
ab 10 Stück je: 25,00 €



inkl.  - Brennstempel auf der
Rückseite und passender Grußkarte
zugunsten von *Zukunft-Stifter.de*

Informationen auf:
www.korpus-kreuz.de



**Herzlich willkommen
in einem Advent mit
unseren Impulsen!**

Du hältst ein IMPULS-Heft erstmals in den Händen oder hast vielleicht schon darauf gewartet, weil du es aus den letzten Jahren im Advent oder der Fastenzeit kennst? Wie auch immer! Schön, dass du es nutzt!

Im Kolpingwerk Aachen bieten wir Gedanken, Glaubenszeugnisse, Anregungen, Fragen... schon seit einigen Jahren an, um die Leser*innen in der Vorbereitung -jetzt auf das Weihnachtsfest- zu begleiten und auf „andere“ Gedanken zu bringen.

Die Autor*innen sind jedes Mal angehalten, sich kurz zu fassen, damit alles auf eine Seite passt und auch Platz bleibt für das Bildmotiv. Vielen geht es bestimmt wie mir auch: In der konkreten Endbearbeitung wird mein Text immer kürzer. Meine Botschaft, mein Inhalt braucht doch weniger Worte als ich dachte. Fast wie beim Espresso: Weniger Wasser, aber nicht weniger Koffein.

„Weniger ist mehr“ lautet in diesem Advent unser Thema.

In den Texten wird deutlich, dass dahinter weniger ein mahnender Appell steckt, sondern vielmehr eine hilfreiche Bestärkung. Weniger führt uns ganz oft zum Mehr, zum „Leben in Fülle“, um es biblisch zu formulieren.

Wenn dir unsere kurzen Texte zugesagt haben, wenn ein kleiner Gedanke, eine Idee in deinem Fühlen, Denken, Wollen, Handeln und vielleicht auch Glauben etwas ausgelöst hat, dann gib uns gerne eine Rückmeldung. Uns würde es sehr freuen und es kann „mehr“ werden. Die Kontaktdaten findest du auf den letzten Seiten.

Dir und den Deinen eine gute Adventszeit und dann auch ein frohes Weihnachtsfest!

Sehr herzliche Grüße im Namen des großen IMPULSE-Teams!

Michael Köck

(Geistlicher Leiter)



Weniger Medien und mehr Stille wagen

Als Kinder waren mein Bruder und ich oft bei unseren Großeltern, meistens nachmittags nach dem Kindergarten oder der Schule. Dann saßen wir beide am Tisch und malten, Omi strickte und Opi las seine Zeitung. Radio und Fernsehen blieben aus. Manchmal war es dabei so still, dass man nur das Ticken der Uhr, das Klappern der Stricknadeln und das Rascheln der Zeitung hörte. Wir Kinder konnten uns auf unser Bild konzentrieren oder unseren Gedanken nachhängen.

Heute spüre ich diese Stille oder Ruhe, wenn ich morgens durch den Wald walke. Ich höre das Klappern meiner Stöcke, das Vogelgezwitscher, den Fluss, das Blätterrauschen und im Frühjahr das Quaken der Frösche. Auch hier kann ich meinen Gedanken nachhängen und die wunderschöne Natur beobachten.

Als ich vor ein paar Wochen auf dem Weg zur Arbeit im Stau stand und schon mehrere Rettungs-, Feuerwehr- und Poli-

zeiwagen durch die Rettungsgasse an mir vorbeigefahren waren, habe ich einfach `mal das Radio ausgemacht und einen Moment an die Unfallopfer und die Helfer gedacht. Ich war dankbar, dass ich nicht betroffen war und habe einfach `mal für alle Beteiligten gebetet.

Ein Moment der Stille und ich bin bei mir selbst: Offen für andere, für meine Umwelt und für Gott.



Karin Witte
KF Elmpot



„Darf es etwas mehr sein?“

so werden wir beim Einkaufen oft gefragt.

Es darf ruhig etwas mehr sein:

So leben wir seit Jahren,
haben uns daran gewöhnt und halten es
für selbstverständlich.

Schauen wir auf aktuelle Themen wie z.B.
Starkregen, Klimaveränderung, CO₂-Aus-
stoß, Lebensmittel- und Ressourcenver-
schwendung, Artensterben, Energiekrise,
Wasserknappheit, Flucht, Luft-Boden-
Wasserverschmutzung...

so müssten wir erkennen:

Es muss etwas geschehen!

Diese (Ver-)Änderungen haben auch
etwas mit Verzicht zu tun.

Das tut zunächst mal weh.

Wir haben aber keine Ahnung, was auf
uns zukommt, wenn wir so weiterma-
chen.

Doch viele Ereignisse geben uns einen
Vorgeschmack!

Es wird uns dann sicherlich bestimmt
noch mehr weh tun.

Hören wir auf, die Äste abzusägen, auf
denen wir sitzen.

Starten wir die Aktion: Weniger ist mehr.
Setzen wir unsere Kräfte ein für das Leben
in dieser Welt.

Denn unsere Erde ist einmalig und erhal-
tenswert.

Unsere Erde braucht auch dich! Mach
mit!



Michael Maurer
KF Grefrath



Weniger Reden - mehr tun! Beispiel „Bergversetzer“

Schon immer hat es mich gestört, wenn es in Gesprächen endlos darum ging, was „man“ besser machen müsste, und zwar in dem Sinne, was „andere“ besser machen sollten. Von daher bin ich immer begeistert, wenn nicht nur geredet, sondern Missstände praktisch angegangen werden. Zu unserem Impulsthema fiel mir sofort eine Kolpingaktivität ein, die bei mir einen starken Eindruck hinterlassen hat. Im August 2019 hatte das Kolpingwerk der Schweiz einen eigenen Kolpingtag organisiert, bei dem sich Kolpingsfamilien mit einem Stand präsentieren konnten. Wir als Vertreter der internationalen Friedenswanderung waren mit einem Pizza- und Infostand dabei. Ich hatte die Gelegenheit genutzt, mich zu informieren, was die Kolpingsfamilien machen, und war von einer Aktivität besonders begeistert. Die Kolpingsfamilie Baden organisiert und koordiniert in Zusammenarbeit mit anderen schweizerischen Organisationen die sogenannten „Bergversetzer“. Deren Ziel ist es, Almbauern zu unterstützen, die ein hartes Leben führen und durch besonders schwierige Umstände kaum noch in der

Lage sind, ihre Existenz zu sichern. Konkret sieht das so aus, dass Freiwillige im Sommer ca. eine Woche ihrer Zeit opfern – oft in ihrem Jahresurlaub –, um handwerkliche Aufbau- und Reparaturarbeiten durchzuführen und dabei selbst meistens unter einfachsten Bedingungen zu leben. So konnten beispielsweise in den letzten Jahren ein niedergebranntes Bauerngut wieder aufgebaut, bauliche Voraussetzungen für die Käseherstellung geschaffen und Ställe errichtet werden. Vor diesen Menschen habe ich Hochachtung! Bei Kolping treffe ich solche „Anpacker“ mit einem Blick „über den Tellerrand hinaus“ und der Bereitschaft, sich für andere einzusetzen. Das ist ein Herausstellungsmerkmal unserer Solidargemeinschaft gegenüber vielen, die nur reden, reden, reden.....

 Martina Bökels
KF Krefeld-Zentral



**„Man sollte alles so einfach wie möglich machen, aber nicht einfacher.“
(Albert Einstein)**

In den ersten Jahren als Gemeindefereferent war es eine der größten Herausforderungen für mich, erfolgreich mit den Kindern in der Grundschule und viel mehr noch im Kindergarten zu arbeiten. Es war nicht die Arbeitsdisziplin oder fehlende Aufmerksamkeit bei den Kindern. Sondern: Wie vermittele ich in einfachen Worten und bei recht kurzen Gelegenheiten religiöse Inhalte? Und vor allem: Wie reduziere ich -aus meiner Sicht- ein Thema auf die für die Kinder relevanten und verständlichen Inhalte? Im Kindergarten konnte ich besonders schnell merken, ob mir das gelingt oder nicht. Eine ältere Erzieherin machte mir auch klar, dass ich spätestens alle zwei, drei Wochen wiederkommen müsse, damit mich die Kinder nicht vergessen und sich eine Art von „Arbeitsatmosphäre“ entwickeln könne. Das war zunächst ein „Mehr“ an Arbeit und wurde aber zugleich für mich die beste Gelegenheit, die religiöse Erziehung im Kindergarten richtig umzusetzen. Und man muss dennoch viel und gut Bescheid wissen, um etwas so einfach wie möglich zu erklären. Ich habe also meine Ziel-

gruppe gut kennengelernt und hatte die Chance, auch Themen wie „Dreifaltigkeit“ und „Auferstehung“ so zu behandeln, dass es die Kinder nicht nur im Moment interessiert hat, sondern dass sie es auch bis zum nächsten Mal behalten hatten. In einem der Kindergärten in unserem Pfarrverbund hatte ich gewissermaßen einen „jungen Kollegen“: Tobias. Er war immer total interessiert und hat meine Gedanken echt vertieft. Von ihm hätte beim Thema Dreifaltigkeit am Ende die Zusammenfassung kommen können: „Genau! Gott ist so toll, da reicht ein Name nicht.“ Weniger ist mehr. Das hat meinen Arbeitsalltag bis heute viel mehr geprägt, als ich mir das im Studium hätte vorstellen können.



Michael Kock
KF Birgelen



Wie ist weniger mehr und wann?

In den letzten Jahren haben viele festgestellt, dass sie zu viel besitzen. Aha. Wie sieht es bei mir selbst aus? Ich kann kaum wegwerfen, aber weggeben sehr wohl. In Gedanken gehe ich die Wege der Dinge nach, mit Blick auf das Herkommen der Rohstoffe und der Menschen, die mit ihrer Arbeit beteiligt waren, unter welchen Lebensumständen und Entlohnung diese leben. Arbeit und Material setze ich ins Verhältnis zu dem, was ich hier in den Händen halte.

Weniger ist mehr? Auch etwa beim Bezug zur Kirche und zum Glauben? Kann das sein? Wie fühlt sich ein Weniger an Beziehung an? Wie fühlt es sich denn an, in einer lebendigen Gemeinschaft zu sein? ...

und Gott um Rat zu bitten? Was macht es mit einem, wenn man sich bewusst z.B. dreimal am Tag für fünf Minuten auf Stille, Meditation und Gebet einlässt? Auf den Weg machen und das Wunder erleben, welches Jesus mit seiner Botschaft zu Glaube, Liebe und Hoffnung hat sichtbar werden lassen. Buen Camino – Guten Weg!



Inge Glaremin
KF Hüls



Ist weniger immer mehr?

Mathematisch gesehen ist das wohl Quatsch, aber die Energiekrise im letzten Jahr hat uns gezeigt, dass der Lebensstil des Minimalismus hip ist. Weniger Heizen, weniger Autofahren und weniger Fleischkonsum sind nur einige Beispiele unseres Lebens, in denen der Verzicht im Vordergrund stand und sicherlich weiterhin stehen wird und uns auf lange Sicht „mehr“ bringt.

Leider scheint dies auch für unseren Glauben zu gelten. Immer weniger Menschen sind Mitglieder in unseren Kirchen, immer weniger glauben noch an Gott und Jesus und engagieren sich in der Gemeinde. Dabei ist Jesus doch derjenige, der uns dieses begrenzte, auf das Wichtigste fokussierte Leben vorgelebt hat. Ein Leben voller Liebe und Nächstenliebe.

Ich bin in einer Gemeinde voller „Leben“ aufgewachsen. In diesem Jahr startet die Erstkommunionvorbereitung meiner ältesten Tochter, auch deutlich abgespeckter als zu meiner Zeit. Ich wünsche ihr, dass sie dennoch die Möglichkeit erhält, (Glaubens-)Gemeinschaft zu erleben. Denn an dieser Stelle denke ich, dass „weniger nicht immer mehr ist“.



Dorothee Welter
KF Kempen



Es reist sich besser mit leichtem Gepäck

Bevor man eine Reise macht, heißt es „Koffer packen“.

Was muss da nicht alles mit? Dokumente, Geld, Handy, Ladekabel, Laptop, Waschzeug, Schuhe und Kleidung, inklusive einer Unterhose für jeden Tag plus eine zusätzlich für alle Fälle. Der Koffer geht kaum noch zu, wiegt Tonnen und man muss gut auf ihn aufpassen.

Dass es auch anders geht, haben wir durch unseren Sohn Vincent gelernt. Er ist auf der Walz. Als er losging, wusste er, dass er mindestens drei Jahre und einen Tag unterwegs sein würde, und dass er nur das mitnehmen konnte, was er in seinem „Charlottenburger“ alleine und ständig bei sich tragen kann.

Dieses Tuch ist 80 x 80 cm groß, wird kunstvoll zusammengeschnürt und beherbergt das gesamte Hab und Gut eines Wandergesellen. Das wichtigste Dokument ist das Wanderbuch, in dem Reiseverlauf,

Arbeitsstellen und Zeugnisse festgehalten werden. Geld, Handy, Ladekabel und Laptop hat ein Wandergeselle ohnehin nicht, Schuhe und Kluft trägt er am Leib und der Rest passt tatsächlich in das kleine Bündel. So tragen sie weniger Last mit sich, sind im wahrsten Sinne des Wortes unbelasteter und somit freier für die Dinge, die sie auf ihrer Reise erwarten.

 Birgit Stenmans
KF Oedt



...noch ein „wenig“
zusammenbleiben...

Seit Januar 2022 gibt es an jedem Mittwoch, unserem Markttag, um 11 Uhr die „Atempause“ - ca. 15 Minuten mit Texten oder Meditationen, Musik und Gebet in unserer Kirche. Am ersten Mittwoch des Monats habe ich eine Vertretung, in drei folgenden Wochen bin ich da. Die Besucherzahl hält sich zwar in Grenzen, es kommen immer zwischen sechs und acht Personen.

Im Laufe der Zeit fiel mir auf, dass einige Besucher anschließend Gesprächsbedarf hatten. Sie fragten nach den Texten, den Autoren, wollten Kopien der Texte oder Gebete oder wollten mir einfach nur etwas erzählen. So entschloss ich mich im Juni, es war ja schon sehr heiß und in der Kirche angenehm kühl, nach der „Atempause“ Kaffee oder Wasser anzubieten, um noch ein wenig zusammenzubleiben. Das Angebot wurde gern angenommen und inzwischen hat sich ein „harter Kern“ gebildet.

Ich selbst finde es sehr bereichernd, mit Menschen, die man zwar im Gottesdienst sieht, aber kaum kennt, ins Gespräch zu kommen und auch von der privaten Seite zu erleben. Mit dem „harten Kern“ habe ich dann beschlossen, das an jedem zweiten und vierten Mittwoch des Monats zu wiederholen. Es braucht nicht die vielen Worte in der Atempause, sondern besser wenige und gute. Und es ist richtig gut, immer noch ein WENIG zusammenzubleiben, um es einmal so auszudrücken.



Anne Lichtenberg
KF Willich



Klangerlebnis

Seit vielen Jahren singe ich in einem Chor. Und ich stelle immer wieder fest, dass so ein Chor ein gutes Spiegelbild der Gesellschaft ist. Auch bei meinen Überlegungen, was „Weniger ist mehr“ alles bedeuten kann, kam mir immer wieder eine klassische Chorprobe in den Sinn. Ein Chor besteht oftmals aus lauten und leisen Stimmen. Die lauten Stimmen werden angehalten, etwas weniger kraftvoll zu singen, damit sie die leisen Stimmen nicht übertönen. Die leisen Stimmen hingegen brauchen mehr Volumen, um gehört zu werden. So wird der Chor zu einem harmonischen, klangvollen Ensemble und kann viele Zuhörer, aber auch uns Sängern selbst begeistern.

In der Gesellschaft ist es nicht viel anders. Wenn die lauten Stimmen weniger laut wären, könnte man auch mehr einzelne leise Stimmen hören. Es könnte eine Gesellschaft entstehen, die vielfältig,

gleichbestimmt und harmonisch gemeinsam etwas bewegen kann. Würden wir weniger laute Menschen und dafür mehr leise Menschen wahrnehmen, hätte die Welt ein anderes Gesicht.

Kirsten Schwikkard
KF Willich



Ganz da sein

“Sie verstehen es nicht, auch wenn sie es gehört haben: Anwesend sind sie abwesend!”

Heraklit hat das schon 500 Jahre v. Chr. über die Menschen festgestellt. Und ja, solche Menschen gibt es auch heute. Und tatsächlich: Nicht selten ertappe ich mich selbst dabei!

Sie hören – und verstehen nicht! Sie haben offene Augen – und übersehen viel! Anwesenheit ist noch lange kein Zeichen für wirkliches Verstehen – mit Herz und Verstand!

So ist das leider auch manchmal in unseren Beziehungen. Wir sind zwar da, aber nicht wirklich anwesend, nicht mit dem Herzen dabei! Wir sind zwar anwesend, aber durch 1000-fache Ablenkungen nicht mit allen Sinnen aufnahmebereit!

Ich weiß aus der Bibel, dass das nicht nur ein neuzeitliches Problem ist. Schon vor über 2000 Jahren mahnt Gott seine Leute: “Du sahst wohl viel – aber Du hast’s nicht beachtet; Deine Ohren waren offen – aber Du hast nicht gehört!” (Jesaja) Scheint also ein menschliches Grundproblem zu sein... Vielleicht auch bei uns???

Unsere Mitmenschen – und wir selbst auch – brauchen es, dass wir bei jeder Aktion ganz bewusst anwesend und nicht schon wieder gedanklich bei der nächsten sind. Wie oft geht es mir da ähnlich...

Ganz anwesend sein! D.h.: Mit ganzem Wesen da sein! Anwesend werden, anwesend bleiben. Einfach: bewusst leben, adventlich leben....

Und das Hören wird wieder zum Verstehen!



Wilfried Elshoff
KF Otzenrath



Nicht verrückt nach „Meer“

Anfang Mai kam ich von einer viermonatigen Weltreise mit einem Kreuzfahrtschiff zurück. Viele fragten mich: „Was hat dir am besten gefallen?“ Ich konnte zuerst nicht antworten, sondern musste Abstand gewinnen.

Die kleinen, zunächst unbedeutend erscheinenden Eindrücke waren die besten, z. B.

- der Vogel, der auf dem Pazifik an unserem Balkon vorbeiflog,
- das Frachtschiff oder das kleine Fischerboot, die uns begegneten, als der nächste Hafen fünf Seetage entfernt war,
- der Vogel auf der Uferpromenade von Sydney, der sich eine Tüte aus dem Papierkorb holte und mit seinem langen Schnabel diese Tüte mühevoll öffnete,
- die junge einheimische Frau, die auf Samoa um ein Selfie miteinander bat,
- die Schülerin in Alotau, die mit ihren geringen Englischkenntnissen Kontakt

aufnahm,

- das in der Dunkelheit angestrahlte Riesenrad.

Denn weniger ist mehr. Mehr als die Wolkenkratzer der 14-Millionen-Städte, mehr als die sehr disziplinierte Bevölkerung in Japans Städten, mehr als die abendliche Lichtershow der Wolkenkratzer.

Waltraud Hermkens
KF St. Tönis



Immer mehr haben weniger

Bei uns in Deutschland erleben momentan viele Menschen, dass immer mehr immer weniger haben. Immer mehr Menschen haben am Monatsende immer weniger in der Geldbörse – in einem der immer noch reichsten Länder der Erde. Trotzdem konsumieren wir noch recht fleißig. Und immer noch wird viel zu viel weggeworfen oder verkommt schon in den Regalen der Supermärkte. Der Reichtum unseres Planeten ist nach wie vor ungerecht verteilt. An vielen Orten in der Welt schreit die Armut zum Himmel. Direkt können wir das leider nicht ändern, doch die Wochen des Advents können uns anregen, über das ein oder andere nachzudenken und vielleicht doch etwas zu tun. Neulich hörte ich noch einmal den vom Kabarettisten Volker Pispers geprägten Satz: „Wir kaufen uns Dinge, die wir nicht brauchen, mit dem Geld, das wir nicht haben, um Leuten zu imponieren, die wir nicht mögen.“ Das gilt sicher nicht für alle, ich fürchte aber immer noch für viele Mitmenschen. Meine Einkaufsgewohnheiten zu ändern, fällt mir auch nicht immer leicht. Vieles

ist einfach zu verführerisch. Vielleicht würde ein etwas anderer Wunschzettel für Weihnachten schon einiges bewegen: Weniger Unzufriedenheit, weniger Unmut, weniger Hast und Hetze, weniger Hass. Dafür mehr Dankbarkeit, mehr Freundlichkeit, mehr Mitmenschlichkeit und mehr Gelassenheit.


 Udo Haak,
 KF Baesweiler und KF Eschweiler



Bedürfnisse

Jetzt, wo ich diese Zeilen schreibe, ist es erst einige Tage her. Mit einigen Mitgliedern unserer Kolpingsfamilie sind wir unterwegs auf dem Jakobsweg. Gestartet vor sieben Jahren in Nijmegen, stand in diesem Jahr die Strecke von Perl nach Metz auf dem Programm. Unterwegs in den heißen Junitagen kam mir oft der Gedanke: Wie gut ist es, einfach mal auf die Grundbedürfnisse zurückgeworfen zu werden. Den nächsten erfrischenden Schluck Wasser zu erwarten, die nächste schattenspendende Waldpassage zu ersehnen oder jeden kühlenden Windhauch freudig zu begrüßen. Ich bin davon überzeugt, dass wir mit unserem derzeitigen Lebensstil

– höher, weiter, schneller – dabei sind, unsere Lebensgrundlagen zu zerstören – und vor allem die unserer Kinder. Eigentlich brauchen wir doch gar nicht so viel, um glücklich zu sein – oder?



Christian Lehnen
KF Hinsbeck



Mal ganz ehrlich

Weniger ist mehr. Wovon mehr?
 Mal ganz ehrlich: Weniger – das fällt mir so schwer.
 Einmal nichts tun und nur sitzen, begleitet vom Handy und ins Postfach switchen.
 Scrolle in eine App und erfahre unnützes Wissen, tippe 'ne WhatsApp, hab' den Grund schon vergessen.
 Weniger Schminke erscheint mir doch zu wenig.
 Zu wenig, um mich schön zu fühlen.
 Mache Sport, leider viel zu selten.
 Ich werde laut Tabelle knapp als normal-gewichtig gelten.
 Beim Kochen alle Vitamine zerkocht.
 Egal, was soll's. Das Kind hätte es eh nicht gemocht.
 „Weniger Termine!“ trage ich für in 14 Tagen ein, dann lass' ich die Woche Woche sein.
 Das Geburtstagskind wünscht sich dieses Jahr Sonnenschein, ich hol 'mal zur Sicherheit einen Gutscheinein.

Mal ganz ehrlich! Wer kann "Weniger" wirklich leben?
 Wer kann sich "Weniger" heute noch erlauben?
 Mir geht es gut, das weiß ich ziemlich genau:
 Bin Mama, Freundin und Ehefrau.
 Gesundheit, Liebe und Zufriedenheit.
 Ist das das Weniger, was Mehr doch heißt?
 Meine Smartwatch meldet sich und rät mir, einen Moment der Achtsamkeit zu nehmen.
 Ja, sicherlich. GLEICH, SPÄTER, das denke ich kurz.
 Nein, weniger ist mehr!
 So mache ich mir einen Kaffee und setze mich kurz.



Jasmin Bonnacker
 KF Kaldenkirchen



Nur so viel, wie ich fassen kann

Unordnung macht mich wahnsinnig – ich muss es wissen, denn um mich herum herrscht oft Chaos. Ich tue mich auch schwer damit zu sagen „Weniger ist mehr“, denn erstmal ist weniger einfach nur das: weniger. Weniger Zeit, weniger Geld, weniger Geschirr im Schrank: all das ist weniger. Mehr werden höchstens Sorgen, Nöte und Handlungsdruck.

Ein Beispiel: Kind will Bild im Zimmer aufhängen. Ich brauche: Schlagbohrmaschine, Verlängerungskabel, passenden Dübel und Haken. Hab´ ich alles im Keller und weiß, wo es ist: Das ist gut! Und ich möchte mich von meinem Werkzeug nicht trennen. Warum also weniger?

Aber ich habe im Keller auch ganze Kisten, Schubladen und Ecken, wo „Diverses“ drin ist oder lagert. Manchmal finde ich dort das, was ich suche – oft aber auch nicht.

Dann entdecke ich das Gesuchte Wochen später, wenn ich gerade etwas anderes suche. Das ist schlecht.

„Weniger ist mehr“ ist mir zu pauschal. „Nur so viel, wie ich fassen kann“ – das würde ich gelten lassen.

Wenn es „unordentlich“ wird, muss ich was tun. Und dafür nehme ich mir jetzt sofort eine halbe Stunde Zeit.



Peter Witte
KF Elmpt



Weniger ist mehr

Wir reden täglich angeblich etwa 16.000 Wörter und eine halbe Milliarde Wörter im Leben und – laut Studien – sollen Männer in etwa gleich viel reden wie Frauen. Wir müssen reden – und nicht immer, weil wir so viel oder so Wichtiges zu sagen hätten.

Wie oft
reden wir
statt zu schweigen
zuzuhören
dem anderen
der sucht
nach dem Wort
das uns ins Herz trifft.

Wir reden täglich angeblich etwa 16.000 Wörter und eine halbe Milliarde Wörter im Leben und – laut Studien – sollen Männer in etwa gleich viel reden wie Frauen. Wir müssen reden – müssen wir immer reden?

Weniger ist mehr!



Brigitte Vieten
KF Mönchengladbach



Lust auf weniger

Eine Binsenweisheit des Wirtschaftens: Je knapper das Gut, umso höher der Preis. Heute wissen wir: Auch die Ressourcen der Schöpfung sind endlich. Kriege um Wasser, Luftverschmutzung und Klimaflüchtlinge zeigen die Grenzen einer Ökonomie, die auf immer mehr setzt, während Millionen Menschen unter immer weniger Ressourcen leiden. Der Nord-Süd-Konflikt zieht sich wie ein Armutsgraben um die Erde.

Ziel des Wirtschaftens ist die Bedarfssicherung. Es geht um das, was ich für ein erfülltes Leben brauche. Manche Bedürfnisse sind echt, andere künstlich. Der Grundsatz in der Werbung lautet: „Je mehr ich habe, desto größer mein Erfolg.“ Reize bestürmen den Konsumenten. Im Konsumismus hetzen sie von Regal zu Regal. Die medialen „Sinnproduzenten“ laufen auf vollen Touren. Wie der Soziologe Ivan Illjitsch in den 70ern mahnte: „Produzieren wir nicht nur das Getränk, sondern auch den Durst dazu.“

Vielleicht zeigten uns die letzten Jahre, was wirklich wichtig ist. Das Gespräch mit lieben Menschen, bewusstes Erleben in der Natur, freie Zeit und Muße, die Schönheit der Schöpfung. Im Wissen, dass die Welt nicht nur uns, sondern auch künftigen Generationen ein erfülltes Leben sichern soll. Im Weniger steckt ein Mehrwert, wenn ich vom getriebenen Konsumenten zum bewusst lebenden Menschen werde. Die wirklichen Bedürfnisse sind in mir. Wer sich selbst nahe ist, immunisiert sich vor dem Wettlauf des Habens und kann wieder mehr sein.

Uwe Schummer
KF Willich



Das Beste kann man nur allein erreichen.

Im Volkskalender 1866, seinem letzten („Gott zum Gruß für Leben und Sterben“ - so endet sein Vorwort; am 4. Dezember 1865 ist er gestorben.) erzählt Adolph Kolping von einem Hirtenknaben in den Alpen, der den Vater auf einen Reisewagen aufmerksam macht: „Oh das geht rasch und herrlich vorwärts.“ Und er sieht den Reisenden dann im Tragesessel ein Stück hochgetragen werden, dann weiter auf einem Maultier, dann von einem Führer an die Hand genommen. Der Vater teilt bei keinem Schritt die Begeisterung des Jungen: So kommt der kaum zum Gipfel. Erst als sie den Fremden das letzte Stück allein steigen sehen, sagt der Vater: Jetzt erst kann ich glauben, dass der Reisende sich zum Gipfel hinaufschwingt; das Höchste und Beste kann man nur allein erreichen.

Es werden gerne viele Worte gemacht. Das wirklich Gute wird oft ganz still und einfach erreicht. So erlebte ich es auch bei Maike A. Wir arbeiteten schon lange zusammen. Und ich bildete mir ein, schon vieles erreicht zu haben. Sie war still und vermied jeden unnützen Aufwand. Erst im Laufe der Zeit erfuhr ich, wie gründlich ihre Ausbildung als Krankenschwester gewesen war und wie viele Menschen sich dankbar an sie erinnerten.

 Pfarrer Dr. Christoph Zettner
KF Krefeld-Zentral



Verzicht

Ein Wort, das die Politik, die Wirtschaft u.v.a. hassen wie die Pest, denn Verzicht steht im Gegensatz zu immer mehr „Wachstum“, Gewinn, Macht, Einfluss, ... Damit kann man keine Wahlen gewinnen. Verzicht passt vielen nicht, denn: „Ich will leben!“, „Ich will meinen Spaß haben!“

Verzicht ist für mich der einzige Weg, Ausbeutung, Unterdrückung, Zerstörung, Ungerechtigkeit... zu bremsen und einzudämmen.

Verzicht heißt, dem Anderen ebenfalls ein Auskommen zu ermöglichen.
 Verzicht heißt auch, sich Abwenden von der Einstellung: Mir steht das zu! Ich first...
 Verzicht heißt auch, das bisher Gewohnte auf den Prüfstand stellen, nicht so weitermachen wie bisher.

Die Natur zeigt uns, dass es so nicht weitergehen kann (Waldsterben, Artensterben, Überschwemmungen, Dürre...).

Wach auf!



Maria Maurer
 KF Grefrath



Genug ist genug

Wenn ich zufrieden bin, benötige ich nicht noch mehr. Doch in anderen Lebensphasen bin ich eben nicht zufrieden und es verlangt nach mehr. Ich glaube es erst dann zu werden, wenn ich ‚genug‘ habe. So existieren in mir zwei Haltungen, die fröhlich miteinander ringen.

Ein Beispiel: In einem Werbeprospekt sehe ich eine günstige Brunnenpumpe. Obwohl meine derzeitige Pumpe tadellos funktioniert, überlege ich, ob ich sie nicht für den Fall kaufen soll, dass die erste kaputt geht. Dieses Beispiel lässt sich problemlos auf viele andere Bereiche übertragen und so mehrt sich mein ‚Besitz‘ immer weiter.

Einige Jahre später liegt die Ersatzpumpe immer noch unbenutzt in der Werkstatt; heute habe ich mich entschieden, die Pumpe an jemanden weiterzugeben. Als sie weg ist, nehme ich bei mir ein breites Grinsen und eine spürbare Erleichterung wahr.

Übrigens: In den letzten Jahren ist mir das Buch ‚Genug – Wie Sie der Welt des Überflusses entkommen‘ von John Naish ein sehr wichtiger Impulsgeber gewesen.

 Dietmar Prielipp
KF Aachen



„Weniger ist mehr!“ Stimmt das?

Es ist gegen 09.00 Uhr. Ich habe gut geschlafen, Zeitung gelesen und beginne jetzt mit dem Frühstück. Um 09.30 Uhr beginnt mein Arbeitstag: Zwei Einkommensteuererklärungen – die Abgabefrist läuft in 6 Tagen aus! Morgen wird das Haus, das ich seit dem Tod meines Schwagers verwalte, verkauft, da müssen noch die letzten Sachen ausgeräumt werden. Eine Öllieferung wird für morgen angekündigt, Zahlung sofort, also muss ich selber hin.

Mein Fußpflegertermin muss wegen der Öllieferung umgelegt werden.

23 Emails sind eingegangen – ich überfliege sie, ob etwas Wichtiges dabei ist: Ja, das fehlende Hotel für den Jakobsweg in Spanien ist gefunden! Erinnerung an die Aufsichtsratssitzung bei Prodia am Freitag mit allen Anlagen – ca. 95 Seiten. Ich habe bisher noch nicht reingeschaut.

Das Busunternehmen sagt zwei Reisen für nächstes Jahr ab – jetzt muss ich dringend ein anderes Busunternehmen finden.

Einladung zu einem Vortragsabend am Donnerstag, da würde ich gerne hingehen, aber mein linkes Auge wird am Mittwoch operiert.

Mein Handy meldet sich, die Tochter

meiner Freundin: Ihre Mutter ist gerade vom Altersheim ins Krankenhaus verlegt worden, sie hat Atembeschwerden. Ich bin besorgt, denn gestern ging es ihr noch gut. Jetzt klingelt auch noch das Telefon. Der Geistliche Leiter: „Maria Du schreibst doch immer einen Impuls, heute ist der Abgabetermin. Dieses Jahr ohne deinen Impuls?“ Ich frage: „Wieso jetzt schon, ich denke noch nicht an den Advent.“

Er: „Wir haben den Redaktionsschluss vorverlegt, damit wir alles in Ruhe vorbereiten und durchführen können. Wir wollen die Hektik vor den Feiertagen vermeiden.“

Meine Frage: „Wie lautet das Thema?“ Er: „Weniger ist mehr!“

Und ich? Ich komme ins Überlegen und träume kurz vom Weniger und frage mich, ob ich meinem eigenen Traum trauen kann. Warum nicht!?



Maria Taube
KF Süchteln, KF Vorst



Weniger kann mehr

Zwei alte Freundinnen aus Kindergartenzeiten leben noch heute, aber weit entfernt voneinander.

Früher gingen Briefe und Postkarten hin und her, immer von guten Wünschen begleitet. So wussten sie von den Freuden, Sorgen und Nöten der anderen. Sie erlernten einen Beruf, heirateten, ließen ihre Kinder taufen und tauschten Reiseerlebnisse aus. Alles wurde in gut überlegte Worte gefasst.

Beim späteren Telefonieren kam dann die Stimme dazu. Man fasste sich kurz. Das Austauschen war knapp bemessen, die Familienerfolge und -probleme aber blieben. Nach dem Gespräch klangen der gut gemeinte Rat und die Anteilnahme der Freundin noch lange nach.

Die Zeiten änderten sich und mit ihnen die Möglichkeiten der Kommunikation. Da taten sich Welten auf! Doch das Innige, Tröstende und Mutmachende verlor sich in der Flut der Nachrichten, immer und überall. Zeit ist kostbar. Da wirkt auf alten Briefen der Schlusssatz: „Es grüßt dich ganz lieb deine alte Freundin. Pass gut auf dich auf!“ noch lange nach. Da war weniger wirklich mehr!



Hanne Richter
KF Willich



Wunschkonzert

Minimalismus als Lebensstil ist stark im Kommen. Entschlackung von Konsum soll zur Entlastung im Alltag führen.

Aber ich wünsche mir nicht weniger, ich wünsche mir mehr.

Mehr Aufeinander zugehen; mehr Verständigung über die Herausforderungen, denen wir uns stellen müssen; mehr Verbindlichkeit im Miteinander; mehr Zeit für gemeinsames Erleben mit Familie und Freunden; mehr Verständnis, dass wir Menschen nur ein Teil der Natur sind; mehr Engagement mit denen, deren Leben nicht so sicher ist wie meines; mehr Rücksicht und Respekt für den Anderen, die Andere, das Andere; mehr spürbare Liebe untereinander; mehr Fröhlichkeit und Humor; mehr Gehör für positive Zukunftsvisionen, die es ja gibt; mehr Spüren und Aussprechen, dass wir ein Teil einer großen Gemeinschaft sind, die uns trägt; mehr Blick für die Einzigartigkeit jedes Menschen, mit der uns Gott geschaffen hat.

Ich hoffe, dass meine Geborgenheit im Glauben mir hilft, selbst all diese Wünsche in die Tat umzusetzen.

■
Sigrid Ophoff
KF Aachen

[PS: Es wäre mir viel leichter gefallen, die negative Seite meiner Wünsche zu beschreiben. Es ist eine Herausforderung, nur die positive Wirkung zu sehen. Das zeigt mir, wie sehr ich es gewohnt bin, in negativen Bildern zu denken.]



Weniger – oder mehr? Ein Rückblick auf die Pandemie-Weihnacht 2020

Weihnachten 2020:

Der WDR soll die Christmette aus der Alten Kirche in Lobberich für den deutschsprachigen Raum senden: Großartig – Herausforderung – Ereignis – 75 Jahre in Frieden – Grandiose Weihnachten!

Dann die Botschaft: Lockdown – Keine Kirchenbesucher – Leere Kirche – Das war’s!

„Weihnachten“ vor 2000 Jahren:
Die Welt in froher Erwartung: Jesus – Erlöser aller Menschen – Starker Gott – Friedensfürst.

Dann die Botschaft: „Und sie gebar ihren ersten Sohn und wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe, denn sie hatten sonst keinen Raum in der Herberge.“
Das war’s?

Die Einsicht damals: „Und plötzlich war bei dem Engel ein großes himmlisches Heer, das Gott lobte und sprach: Verherrlicht ist Gott in der Höhe und auf Erden ist Friede bei den Menschen seiner Gnade.

Kommt, wir gehen nach Betlehem, um das Ereignis zu sehen, das uns der Herr verkünden ließ.“

Unsere Einsicht im Jahre 2020: Da war doch was – unsere alten Krippenfiguren mit Maria, Josef und Jesus – mehr nicht! Genug für eine grandiose Botschaft von Lobpreis und Frieden. Genug für Trost in schwerer Zeit und Einsamkeit.

Durch die doch stattfindende WDR-Übertragung am 24.12.2020 vernahmen mehr als 1,5 Millionen Menschen die Weihnachtsbotschaft. Aus wenig Krippe wurde mehr denn je eine Botschaft.

 Dietmar Sagel
KF Lobberich



Weniger ist mehr

Wie sieht es derzeit in der Kirche aus? Menschen verlassen die Kirche. Nicht nur einige wenige, sondern viele, ganz viele. Die Gründe kennen wir, lesen fast täglich davon. Diskriminierung und Machtmissbrauch sind nur zwei Stichworte. Dagegen herrscht in der institutionellen Kirche scheinbar die Meinung „Was schert es uns?“ und sie macht weiter wie bisher. Aber wie begann es damals, vor mehr als 2.000 Jahren. In einer Krippe, irgendwo in dunkler Nacht. Ein kleines Kind, wir glauben, es ist Gottes Sohn, wurde geboren. Geboren, um die Welt zu (ver-)ändern. Nicht pompös, sondern ganz im Unscheinbaren. Mit kleinen Gesten, mit Nadelstichen gegen „die da oben“. Ob es die Geldzähler im Tempel, die Frommen, die den ersten Stein werfen wollten, oder die Pharisäer waren, die meinten ihn belehren zu müssen...

Lasst uns ihm dies nachtun in der Gewissheit, dass wir die Menschen begeistern können, auch wenn wir weniger werden. Wie aus einem kleinen Samenkorn im Winter eine wunderbare Blume im Sommer werden kann.

 Ralf Schröder
KF Hinsbeck

**JETZT
STIFTEN**



Dieses Impulsheft lebt - wie so vieles bei KOLPING - vom ehrenamtlichen Einsatz engagierter Menschen. Um dieses Engagement auch auf Dauer finanziell abzusichern, haben wir Zukunft-Stifter ins Leben gerufen.

Danke für Deine Zustiftung...

... weil morgen heute ist.



IBAN:

DE11 3706 0193 0013 6130 01

Verwendungszweck:

Zustiftung / Deine Anschrift

Zukunft-Stifter



KOLPING - Weggemeinschaft der Generationen



Was am Ende bleibt...

Vielleicht liest du dieses Nachwort tatsächlich zum Schluss, nachdem dich die Impulstexte durch deinen Advent begleitet haben.

Aus vielen persönlichen Perspektiven ging es um das Weniger, das eigentlich ein Mehr sein kann. Und auch wenn sich manche Autor*innen augenscheinlich mit den gleichen Ideen, Gedanken beschäftigt haben, war doch nie dieselbe Botschaft enthalten, sondern immer eine je eigene. In der Rückschau wirst du nicht mehr sämtliche Texte und Bilder präsent haben. Du wirst einiges in Erinnerung und weniges wirst du dir nachhaltig gemerkt haben, weil es für dich genau richtig war. So reduzieren wir ständig in unserem Leben. Und dieser „Verlust“ ist wichtig, weil er uns das Wichtige sichern lässt. Bei der redaktionellen Arbeit für dieses Impulsheft kam mir immer wieder die Homöopathie in den Sinn. Hier sollen aller kleinste Mengen an Wirkstoff für eine große Wirkung und gar Genesung sorgen können. Für manche ist Homöopathie eher „Glaubenssache“, andere schwören auf sie.

Weihnachten ist ein Glaubensfest, das längst nicht nur von gläubigen Menschen gefeiert wird! Du wirst hoffentlich zum Weihnachtsfest eine wahre Fülle geboten bekommen, so dass du als Mensch und als Gläubige*r reich beschenkt bist, um es „weihnachtlich“ auszudrücken. Dass es dafür oftmals ganz wenig braucht, wirst du auch gewiss vor der Lektüre dieses Impulsheftes geahnt oder gar gewusst haben. Danke, dass du es mit uns vertieft hast. Dir und den Deinen wünschen wir ein frohes Weihnachtsfest!

Herzlicher Gruß im Namen aller Menschen im Kolpingwerk Aachen!

Michael Fock



Impressum

Herausgeber Michael Kock, Geistl. Leiter
(Kontakt: michael.kock@kolping-ac.de)
für das Kolpingwerk, Diözesanverband Aachen
(Postanschrift: Alter Markt 10, 41061 Mönchengladbach)

Korrektur Brigitte Vieten und Peter Witte

Satz und Layout Conny Friedeler

Druck Alwo Druck, Tönisvorst

Auflage 2100

Die Impulstexte dürfen nur mit dem Einverständnis der Autor*innen bzw. des Kolpingwerkes Diözesanverband Aachen veröffentlicht werden.

Mönchengladbach
Oktober 2023



KOLPING - Weizeminschaft der Generationen