

Mutmach-Impulse
März 2021



In dieser Ausgabe:

Schön, wenn der Sonntag mein Tag ist <i>Red. Mutmach-Impulse</i>	3
Der Sonntag ist zweifelsohne ein ganz besonderer Tag in der Woche <i>Karsten Weidisch</i>	4
Garten der Kälte <i>Berthold Vilbusch</i>	7
Sonntagsgefühl – eine Erinnerungsgeschichte <i>Heike Honauer</i>	8
Mit Illusionen hatten wir den Tisch gedeckt ... <i>Wolfgang Kollek</i>	9
Lichtblicke in Corona-Zeiten <i>Roswitha Wickler</i>	10
Elfchen aus der Schreibwerkstatt „Wenn ich könnte, wie ich wollte ...“ <i>Theo Wulfert</i> <i>Wolfgang Kollek</i>	10
Ostergarten Stromberg 2021 <i>Berthold Vilbusch</i>	11
Der Sonntag - Symbol menschlicher Freiheit <i>Pressemitteilung KAB Münster</i>	12
Gesucht: Ostereier nachhaltig <i>Christoph Schacht</i>	13
Zusammen auf der Sonntagsdecke <i>Wolfgang Kollek</i>	14
Posts aus Facebook	15
Am Sonntag will mein Süßer mit mir segeln gehn <i>Wolfgang Kollek</i>	16
Wichtiges aus dem Regionalbüro <i>Michael Grammig</i>	17
Licht in Corona-Zeiten <i>Berthold Vilbusch</i>	19
Kalenderblatt März	20
Letzte Seite	21
Aufmerksam machen möchten wir auf Veranstaltungen des KAB Bildungswerkes	2, 10, 21

Impressum:

KAB Bezirksverband
Hamm-Münster-Warendorf,
Schillerstr. 44 b, 48155 Münster

Erscheinungstermine 2021

April 2021: Do. 01.04.2021 (Ostern)
Mai 2021: Fr. 30.04.2021
Jun 2021: Fr. 04.06.2021
Juli (Sommerausgabe) 2021: Fr. 02.07.2021

Foto Titelseite: Wolfgang Kollek

Aus dem KAB-Bildungswerk:

8.3./15.3./22.3./29.3. 19:00 – 21:15

Geschwisterlichkeit in der Welt - Ein digitaler Lese- und Gesprächskreis zur Enzyklika Fratelli tutti

Die Sozialenzykliken der Päpste gelten als das „bestgehütetste Geheimnis“ der Kirche. Dabei lohnen gerade die Texte von Papst Franziskus einer genauer Lektüre. In der Fastenzeit bietet Präses Michael Prinz diesen Gesprächskreis an. An jedem Abend steht ein anderer Abschnitt der Enzyklika im Mittelpunkt, der vorher von den Teilnehmenden gelesen wurde.

Ort: online - bbbServer

Anmeldung unter: <https://www.kab-bildungswerk.de/programm/booking/210000045Z/>

22.03.2021, 19:00 Uhr - 21:15 Uhr

Man lässt KEINE Menschen ertrinken - Rettung von geflüchteten Menschen auf dem Mittelmeer

Im 1. Halbjahr 2020 haben sich etwa 25.000 Menschen aus den Ländern Nordafrikas über das Mittelmeer auf den Weg nach Europa gemacht. Sie flüchten vor Krieg, Gewalt, Hunger, Ausbeutung. Viele verloren auf ihrer Flucht auf dem Mittelmeer ihr Leben. Private Seenot-Organisationen führen Rettungsaktionen durch, um Menschen aus Seenot zu retten.

Der Referent war im Herbst 2020 Crew-Mitglied des Rettungsschiffs "Alan Kurdi" der Organisation „sea-eye“ und hat an Rettungsaktionen aktiv teilgenommen.

Ort: online - bbbServer

Dozent(en): Kai Echelmeyer

Zielgruppe: alle Interessierten

Gebühr: Um eine Spende für die Organisation „sea-eye“ wird gebeten

Keine Teilnahmegebühr

Kursnummer: 215000018Z



1700 Jahre freier Sonntag

Schön, wenn der Sonntag mein Tag ist

Redaktion Mutmach-Impulse

Vor 1.700 Jahren, am 3. März 321 n. Chr., machte der römische Kaiser Konstantin den Sonntag per Edikt zum wöchentlichen Ruhetag. Die Redaktion der Mutmach-Impulse wird in dieser Ausgabe einige Artikel zum freien Sonntag veröffentlichen. Wir wollen einstimmen auf Veranstaltungen zum Thema in unserem Bezirk. Wir wollen lesen, was für Dich und Mich der Sonntag bedeutet. Wir wollen Spaß am freien Sonntag haben. Wir sind überzeugt, dass der Sonntag ein besonderer Tag sein soll, wo immer es möglich ist.

Wir wissen, dass es viele Menschen gibt, die für uns – auch am Sonntag – tätig sind, sei es in den pflegerischen Berufen, sei es bei Polizei und Feuerwehr, sei es bei den Künstlern, Gastronomen und natürlich auch bei den Geistlichen. Sie

stellen sich in den Dienst für eine funktionierende Gesellschaft.

Wir sind davon überzeugt, dass der Sonntag sich abhebt von den restlichen Tagen der Woche. Wir sind davon überzeugt, dass der Sonntag kein Tag des Handels sein soll.

Der Sonntag soll der Familie, dem Glauben, der Kultur, dem Sport, der Geselligkeit und der Erholung dienen. Der Sonntag ist nicht gedacht für die Wirtschaft.

Deshalb: Schön, wenn der Sonntag mein Tag ist!



Foto: Wolfgang Kollek

1700 Jahre freier Sonntag

Der Sonntag ist zweifelsohne schon ein ganz besonderer Tag in der Woche

Karsten Weidisch

Natürlich nicht immer – als Sonn(en)tag – mit der sichtbar und spürbar scheinenden Sonne vom Himmel her, aber doch immer glaubbar mit der durchweg scheinenden ‚Sonne der Gerechtigkeit‘ vom Himmel her. Denn als diese ‚Sonne der Gerechtigkeit‘ im letzten Buch des Ersten Testaments von Maleachi dort angekündigt glauben wir als Christinnen und Christen eben ihn: Jesus Christus, das Licht der Welt, die ‚Sonne der Gerechtigkeit‘. Die Prophetie eines Maleachi und vieler anderer Menschen der vorchristlichen Vergangenheit findet nun Verwirklichung in diesem konkreten Menschen des Jesus von Nazareth - Mal 3, 20 / EÜ 2016: *„Für euch aber, die ihr meinen Namen fürchtet, wird die Sonne der Gerechtigkeit aufgehen und ihre Flügel bringen Heilung. Ihr werdet hinausgehen und Freudensprünge machen wie Kälber, die aus dem Stall kommen.“*

Welch eine Glaubensbotschaft! Welch ein belebender Impuls Gottes für alle, die an ihn und diese Zusage glauben können und wollen! Ja, Gott ist Mensch geworden und hat in Jesus von Nazareth, dem Christus, dem Messias, Heiland und Erlöser, als wahrer Mensch und wahrer Gott gleichermaßen auf unserer Erde gelebt vor 2000 Jahren. Unser Gott hat in ihm und durch sein konkretes Leiden und seine grausame Kreuzigung, durch seinen realen Tod und seine leibhaftige Grablegung hindurch die Erlösung schlechthin gebracht. Gottes bahnbrechendes Ostern in Jesus Christus ist der ermöglichende Beginn eines Ostern für uns alle, die wir diese Erde bevölkern durch alle Zeiten hindurch. In seinem schweren Kreuz nimmt er all unsere zeitlich-irdischen Kreuze auf sich, und durch sein fulminantes Auferstehen hat er ein ewiglich-himmliches Leben für uns alle eröffnet.

Das ist unser christlicher Osterglaube – nicht mehr, aber auch nicht weniger! Auf die große jährliche Feier dieses Mysteriums gehen wir in



Foto: Wolfgang Kollek

diesen 40 Tagen der besonders geprägten Zeit, die wir gerne auch Fastenzeit nennen oder als österliche Bußzeit traditionell bezeichnen, gerade wieder zu in diesem Jahr 2021 seit dem zurückliegenden Aschermittwoch. Aber dieses zentrale und alles ermöglichende Geheimnis unseres Glaubens können und dürfen wir nicht nur einmal im Jahr für uns präsent haben und dann gesteigert feierlich miteinander begehen. Nein, es durchzieht alles – jeden neuen Tag und jede neue Woche. Und von daher ist jeder Sonntag als der immer wieder erste Tag der neuen Woche in seiner Prägung als der wöchentliche Ostertag zu sehen, zu verstehen und zu begehen.

Daraus ergibt sich, dass der Sonntag besonders schützenswert ist für uns Christinnen und Christen – so wie das jährliche große und explizit so benannte Osterfest, so wie die elementaren und Prägung gebenden Feiertage in allen Religionen und auch im gesellschaftlich-staatlichen Miteinander überall.

Und der Schutz des Sonntags hat eine lange und seit dem 03.03.2021 nun 1700-jährige Geschichte. Unser Grundgesetz nennt den Sonntag einen Tag der ‚Arbeitsruhe und der seelischen Erhebung‘, der seinen besonderen Schutz bereits von Kaiser Konstantin erhalten



Foto: Wolfgang Kollek

hat, indem dieser am 03.03.321 nach Quellenlage damals erlassen hat: ‚Alle Richter, die Stadtbevölkerung und die Handwerker sollen am verehrungswürdigen Tag der Sonne ruhen.‘ Die Bauern übrigens durften ihre Feldarbeit dennoch weiterhin verrichten, da diese nun einmal absolut wetterabhängig war und nach wie vor ist. Römisch-kaiserlich wird hier von Konstantin nun deklariert, was aus jüdisch-christlicher Sicht bereits eine sehr lange Vorgeschichte hat. Denn in der ersten biblischen Schöpfungsgeschichte im Buch Genesis heißt es ja bereits, dass Gott am siebten Tag ruht. Für das Judentum ist also der Sabbat der Ruhetag schlechthin. Schon für die frühe Christenheit wird es allerdings der Tag danach, da an ihm nach dem Befund der Evangelien Jesus Christus von den Toten auferstanden ist, so dass an ihm – dem Sonntag – die Christinnen und Christen immer schon zum Gebet zusammenkommen; arbeitsfrei ist der Tag aber vor dem Erlass Kaiser Konstantins nicht gewesen. Für die Weiterentwicklung der Religionengeschichte im Allgemeinen und auch einer voranschreitenden Ablösung des Christentums vom Judentum ist diese Entscheidung Konstantins natürlich sehr maßgeblich. Von nun an ist es untersagt, am Sonntag miteinander vor Gericht zu ziehen, denn dieser besondere Tag ‚soll der Verehrung dienen und wohlgefälligen Werken‘, so Konstantin in seinem Edikt, das eine neue Wegmarke einer bereits längeren christentumsfreundlichen Entwicklung im römischen Reich darstellt. Bereits im Jahr 313 hat Konstantin in der sogenannten ‚Mailänder Vereinbarung‘ den bisher und oftmals dramatisch-blutig

verfolgten Christinnen und Christen Kultfreiheit gewährt und die junge christliche Kirche sogar zu einer – sagen wir – Körperschaft des öffentlichen Rechts erklärt. Aber es hat noch ein weiteres gutes Jahrhundert gedauert, bis der Tag auch in der kaiserlichen Gesetzgebung offiziell den christlichen Namen ‚dies dominicus‘ - also Herrentag – erhalten hat. In romanischen Sprachen ist wie etwa im italienischen ‚domenica‘ oder im französischen ‚dimanche‘ der ‚Herrentag‘ sprachlich erhalten geblieben, im deutschen ‚Sonntag‘ oder auch im englischen ‚sunday‘ begegnet uns eher der biblische Rückbezug auf die ‚Sonne der Gerechtigkeit‘ à la Maleachi bzw. auf die römische Bezeichnung mit verehrendem Blick auf den ‚sol invictus‘ – den unbesiegbaren Sonnengott.

Eine bewegte und lange Geschichte des Sonntags, seiner Prägung und seines besonderen Schutzes aufgrund der für uns Christinnen und Christen elementaren Bedeutung als Tag der Auferstehung Jesu Christi von den Toten liegt in der Tat zugrunde.

Daher sagt auch unser KAB-Diözesanpräses Michael Prinz anlässlich des 1700-jährigen Sonntagsschutzjubiläums ganz zurecht: ‚Ohne den arbeitsfreien Sonntag ist eine demokratische und humane Gesellschaft nicht zukunftsfähig. Wir brauchen eine neue attraktive Sonntagskultur. Als Christinnen und Christen und als Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sind wir in einer besonderen Verantwortung, uns für den Schutz des arbeitsfreien Sonntags einzusetzen. Erst der arbeitsfreie Sonntag schafft den sozialen Kitt in unserer Gesellschaft.‘



Foto: Wolfgang Kollek



Foto: Wolfgang Kollek

Apropos sozialer Kitt und apropos diese Zeit der 40 Tage im Zugehen auf das große Osterfest – ein meiner Meinung nach absolut passender Liedimpuls aus unserem Gotteslob nun dazu:



1. Sonne der Gerechtigkeit, gehe auf zu unsrer Zeit; brich in deiner Kirche an, dass die Welt es sehen kann. Erbarm dich, Herr.
2. Weck die tote Christenheit aus dem Schlaf der Sicherheit, dass sie deine Stimme hört, sich zu deinem Wort kehrt. Erbarm dich, Herr.
3. Schau die Zertrennung an, der sonst niemand wehren kann; sammle großer Menschenhirt, alles was sich hat verirrt. Erbarm dich, Herr.
4. Tu der Völker Türen auf; deines Himmelreiches Lauf hemme keine List noch Macht, schaffe Licht in dunkler Nacht. Erbarm dich, Herr.
5. Gib den Boten Kraft und Mut, Glauben, Hoffnung, Liebesglut, und lass reiche Frucht aufgehen, wo sie unter Tränen sä'n. Erbarm dich, Herr.

6. Lass uns deine Herrlichkeit sehen auch in dieser Zeit und mit unsrer kleinen Kraft suchen, was den Frieden schafft. Erbarm dich, Herr.

7. Lass uns eins sein, Jesu Christ, wie du mit dem Vater bist, in dir bleiben allezeit heute wie in Ewigkeit. Erbarm dich, Herr. [GL 481]

Im Hinblick auf den Sonntag und diese geprägte Zeit der 40 Tage und ebenfalls im Hinblick auf Gesellschaft und Welt sowie Kirche und christliches Engagement erinnere ich abschließend gerne an den bekannten und doppelten Aschermittwochsgedanken: ‚Bedenke, Mensch, dass du Staub bist und wieder zum Staub zurückkehren wirst!‘

Von daher: ‚Kehr um und glaube an das Evangelium!‘

Oder nochmal etwas anders gesagt: Lebe Du das Evangelium Jesu Christi tagtäglich und besonders auch sonntäglich aus in Deinem persönlichen Denken und Deinem konkreten Handeln und hoffe dabei stets die österliche Vollendung aller bei Gott!

Garten der Kälte

Berthold Vilbusch

Vor einigen Wochen fragte mich ein guter Freund, KAB-Mitglied aus unserem Ortsverein, ob ich mich mit einem Textbeitrag am ersten Ostergarten im Oelder Ortsteil und Wallfahrtsort Stromberg beteiligen wollte. Nach anfänglichem Zögern – normalerweise schreibe ich keine Gedichte „im Auftrag“, habe ich dann leichtsinnig zugesagt. Das Thema: ‚*Der Judaskuss im Garten Gethsemane*‘ bereitete mir

Ein Ort der Stille ist der Garten,
und auch ein Platz der Sinnlichkeit.
Ein Ort, um einfach abzuwarten,
um einen Menschen zu verraten.
Man braucht nur die Gelegenheit.

Ein Beet, das bunt und glänzend blüht.
Ein Plan, so kalt wie Schnee und Eis.
Ein Mensch, der täglich Hass versprüht,
voll Gier und Neid sich selbst verglüht,
sich dreht in seinem Teufelskreis.

Ein Samenkorn und Neubeginn,
dann Wachsen, Blühen, stilles Ende.
Im Garten macht der Kreislauf Sinn.
Ein neuer Glaube als Gewinn,
der Tod, dem Leben weist die Wende.

Der Zweifel, der so manchen quält,
der heute nach der Antwort fragt.
Wer hat das Urteil wann gefällt?
Wieviel das Menschenleben zählt?
Und wo hat wer denn wie versagt?

Hat denn ein einziger Mensch allein,
Geschichte völlig neu geschrieben?
Was ist hier Wahrheit, was ist Schein?
Wer gab den Anstoß, wer den Stein?
Wo ist der Glaube heut geblieben?

Es war ein Kuss, es war ein Zeichen.
Ein Wink, er führte zum Verrat.
Für Geld ein Mensch geht über Leichen,
um falsche Ziele zu erreichen,
bleibt seinem Umfeld nichts erspart.

allerdings dann doch ziemliche Bauchschmerzen. Mehrere Schreibversuche landeten im Papierkorb.

Aber unter dem dann doch bei mir nötigen Zeitdruck bekamen meine Gedanken rechtzeitig die Kurve. Über das Ergebnis bin ich selbst überrascht ...



Wallfahrtskirche Hl. Kreuz in Stromberg,

Foto: Berthold Vilbusch

Für uns, die wir im heute leben,
ist doch die Schuld schon längst geklärt.
Verräter wird es immer geben.
Das Urteil, das wir gern erheben,
hat sich doch jahrelang bewährt.

Wir selbst verleugnen unseren Glauben
wir hetzen durch die Gegenwart.
Die Ängste, die uns Kräfte rauben
und Missbrauch, den wir still erlauben,
färbt unser Leben grau und hart.

1700 Jahre freier Sonntag

Sonntagsgefühl – eine Erinnerungsgeschichte

Heike Honauer

Sich einfach treiben lassen. Planlos im Tag umherwandern, und neugierig auf das schauen, was mir begegnet. Anhalten, wenn sich mir etwas in den Weg stellt. Eine Einladung, sich überraschen zu lassen von der Leichtigkeit, die das Leben haben kann.

Es war im August, ich war seit einer Woche mit Rad und Zelt unterwegs und fand am frühen Nachmittag einen idyllischen, leicht erhöhten Wiesenplatz an einem schmalen, munter dahinfließenden Fluss. Zwei kleine Zelte standen dort unter einem Baum, zwei rote Kanus lagen daneben, an einer Wäscheleine zwischen den Bäumen flatterten ein Geschirrtuch und vier Handtücher und auf dem groben Holztisch in der Mitte des ovalen Platzes stand ein Wiesenblumenstrauß aus Margeriten, weißer Scharfgarbe und anderen blühenden Gräsern in einem Joghurtbecher. Niemand war zu sehen. Doch der ganze Ort schien zu flüstern: Bleib! Vergiss, dass du noch 30 km weiterfahren wolltest.

Als ich den letzten Hering meines Zeltes in die weiche Erde gedrückt hatte, hörte ich lautes Lachen und Rufen, das vom Flussufer kam. Ich sah eine Frau, einen Mann und zwei Zwillingmädchen in Badehose und Bikinis barfuß und mit pitschnassen Haaren das Ufer entlangrennen, sich gegenseitig schubsen und anfeuern.

Als die Frau mich bemerkte, winkte sie und lief in leichten Schritten zu mir. „Wir spielen heute den ganzen Tag Sonntag“, sagte sie und zeigte auf den Blumenstrauß im Joghurtbecher. „Die Mädchen wollten heute noch nicht wegpadeln von hier und so haben wir entschieden, dass heute Sonntag ist. Ich bin Johanna.“

Die Familie und die Idee gefielen mir und der Fluss hatte eine wunderbare Strömung – schnell also Badeanzug überstreifen und rein



Foto: Wolfgang Kolley

zu der Sonntagsfamilie ins Wasser. Ich legte mich wie die anderen auf den Rücken, die Füße vorne, den Kopf leicht erhoben, und so ließen wir uns juchzend bis zur nächsten Biegung treiben, zogen uns dort an der Böschung aus dem Wasser, rannten am Ufer entlang zurück zu unserem Wiesenplatz und sprangen erneut in den Fluss. Noch einmal und noch einmal und noch einmal. Sich treiben lassen par excellence.

Als wir Erwachsenen endgültig außer Puste waren, wickelten wir uns in Handtücher und deckten zusammen den Holztisch mit bunten Blechtassen und Tellern. Johanna holte einen verpackten Marmorkuchen aus den Tiefen des Zeltes und ich steuerte Mandelkekse bei. Die Mädels ließen sich mit Kakao locken, Mattes kochte Kaffee aus Flusswasser und ich versuchte nicht daran zu denken, was so alles in einem kleinen Fluss herumschwimmen könnte. Wir erzählten uns Geschichten. Von Sonntagen, die wie nie vergessen werden, von der Magie eines Tages ohne „To-Do-Liste“, von der Stille, die die 11-jährigen Zwillinge Leonie und Mira „manchmal langweilig“ nannten. „Er ist ein Gottesgeschenk“, sagte Mattes. Auch der Flusswasserkaffee war es. Wir vergaßen, dass eigentlich Donnerstag war.

Mit Illusionen hatten wir den Tisch gedeckt ...

Wolfgang Kollek

Die Überschrift ist eine Liedzeile von Reinhard Meys Lied: Die drei Musketiere. Ich denke an meine Kindheit, wenn ich diese Zeile höre.

Meine Mutter brachte, nicht nur zur Fastenzeit, Gerichte auf den Tisch, die nicht nur Sättigung bedeuteten, sondern die oft auch eine Geschichte hatten. Davon will ich euch berichten.

Krampe-Koteletts

Bei uns zu Hause gab es oft „Krampe-Koteletts“, benannt nach unserem Nachbarn, der gerne große Reibplätzchen, zwischen zwei Brotscheiben gepackt, mitnahm zu seiner Arbeitsstätte. In unserem Dorf war es bekannt, das er oft aus Spaß sagte: „Heute wieder Kotelett auf dem Butterbrot mitbekommen.“



Also für große Krampe-Koteletts brauchen wir (für 2-3 Personen): 1 kg Kartoffeln, 1 große Zwiebel, 200 g Haferflocken, 2 Eier, reichlich



Salz und Öl. Als Beilage Brot oder auch Apfelkompott. Einige mögen Rübenkraut dazu.

Die Kartoffeln schälen und mit einer großen Reibe reiben, die Zwiebel in kleinstmögliche Würfel schneiden, die Haferflocken und Salz (je nach Geschmack) hinzugeben, mit den 2 Eiern verrühren, so dass eine schöne Kartoffelmasse entsteht. In einer Pfanne portionsweise in Öl ausbacken bis das Krampe-Kotelett richtig schön braun und kross von beiden Seiten ist. Mit Apfelkompott und Rübenkraut garnieren und schon ist es fertig, das Krampe-Kotelett.

Guten Appetit!



Fotos: Wolfgang Kollek

Lichtblicke in Corona-Zeiten

Roswitha Wickler

Ich erinnere mich gerne zurück, als wir seinerzeit in Havixbeck an einem Seminar teilnehmen durften. Das Seminar hieß: „Mit allen Sinnen erfahren“.

Wir kochten selber, wir begaben uns in die Natur in den schönen Park, wir nahmen mit allen Sinnen wahr. Unsere Aufgabe war: zuhören, beschreiben. Wir hörten Vogelgezwitscher, Bach rieseln, Fußgänger, wir sahen die Menschen, die sich die Anlage ansehen. Wir erlebten viele schöne Dinge.

Wir machten Malexperimente mit Farben und davon hab ich noch heute diese Wellenbewegungen und Muster in meiner Küche.

Wir durften autogenes Training ausprobieren und zu uns selbst kommen. Wir schmeckten, rochen an Speisen und das tat so gut.

Tut es uns nicht auch in Corona-Zeiten gut sich daran zu erinnern, das wir riechen, schmecken, hören können. Nahrung im Überfluss haben. Viele können das nicht bzw. auch nicht sehen.



Foto: Wolfgang Kollek

Darum möchte ich Ihnen/euch diese Anregung geben. Genießt das Leben, die Strahlen, das Aufblühen der Natur und nehmt dies auch besonders in der Fastenzeit, einmal mehr wahr.

Herzliche Grüße
Roswitha Wickler
KAB St. Urbanus Rhade

Elfchen aus der Schreibwerkstatt „Wenn ich könnte, wie ich wollte....“

Die digitale Schreibstube vom 26. Februar 2021

Die Abschlussaufgabe war, die zuvor von den Teilnehmern geschriebenen Geschichten als „Elfchen“ zusammen zu fassen.

Geschichte: Einmal Mars und zurück

Erlebniskosmos

Einladen Zusage

Spannung Ankunft Erlebnis

Eindrucksstark Überraschung Entscheidung

Rückkehr

Marsfreundschaft

Theo Wulfert

Geschichte: Mein „Sinnvoll“ Leben

Welt

besser machen

ich bin positiv

mit Mut und Ausdauer

Lebenseinstellung

Wolfgang Kollek

Die digitale Schreibstube findet auch am **9. und 25. März 2021** statt. Anmeldungen unter: www.kab-bildungswerk.de/programm/booking/212000005

Ostergarten Stromberg 2021

Berthold Vilbusch

Ostergärten hat es in unserem Bistum schon in einigen Städten gegeben: Schöppingen und Sendenhorst sind nur zwei Beispiele. Im Miniaturformat tourte ein Lego-Ostergarten durch das Land, vor einigen Jahren konnte man ihn u.a. in Lippetal-Lippborg und 2020 war er einige Wochen in Oelde zu sehen.

Das ausgerechnet eine KAB-Familie aus unserem Ortsverein die Idee zu einem Ostergarten im Großformat kam, auf einem beschaulichen, eher unbekanntem Kirchgrund hinter dem Mallinckrothhaus in Stromberg aufzubauen, freute mich als Vorsitzender ganz besonders. Zu den vielen „Kunstschaffenden“ und Helfern gehörten auch 10 KABler aus der Pfarrei St. Johannes. Kinder und Erwachsene haben eine schöne Idee mit Leben gefüllt. Auch das Logo des Gartens wurde von einem KAB-Mitglied entworfen.



Mitinitiator Jürgen Morisse mit Petra Große-Ausber, beide Mitglieder der KAB St. Johannes an der Station „Judas-kuss“, Foto: Berthold Vilbusch



Den Mut, dieses Projekt in Corona-Zeiten zu planen, begeisterte mich. Anstelle langer Vorbereitungsabende wurden von den Initiatoren und Ideengebern Mechthild Nienaber und Jürgen Morisse einfach über direkte Ansprache



Foto: Helmut Dreier

Mitstreiter gefunden. Die nötigen Absprachen wurden über Handy ausgetauscht. Jede Vorbereitungsgruppe und jeder Kunstschaffende hatte die völlige Freiheit seine Station zu gestalten.

Und das Ergebnis ist beeindruckend geworden. Einen Besuch kann ich allen Lesern ans Herz legen. Wer während der Woche kommt, hat die Chance den Garten in Ruhe zu und auf sich wirken zu lassen.

Die Ausstellung hat bis mindestens Ostern geöffnet. Der Eintritt ist frei. Die Besucher werden aufgefordert, die Abstands- und Hygienemaßnahmen zu beachten.

Weg- und Ortsbeschreibung:

59302 Oelde, Ortsteil Stromberg, Beschilderung Wallfahrtskirche, auf dem Burgplatz vor der Kirche rechts einige Stufen die Treppe absteigen, Wegweiser Ostergarten folgen.



1700 Jahre freier Sonntag

Der Sonntag – Symbol menschlicher Freiheit

Pressemitteilung KAB Diözesanverband Münster – Auszug vom Schreiben 24. Februar 2021

Münster/Berlin. „Ohne den arbeitsfreien Sonntag ist eine demokratische und humane Gesellschaft nicht zukunftsfähig“, erklärt Michael Prinz, Präses der KAB im Bistum Münster. Aus Anlass des 1700-jährigen Sonntag-Jubiläums am Mittwoch, dem 3. März 2021 ruft der katholische Sozialverband dazu auf, sich stärker der Kultur des Sonntags bewusst zu werden und sich für den gemeinsamen arbeitsfreien Tag stark zu machen. „Wir brauchen eine neue attraktive Sonntagskultur“, fordert der KAB-Diözesanpräses.

Ausufernde Sonntagsarbeit und Sonntags-Shopping

„Als Christinnen und Christen und als Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sind wir in einer besonderen Verantwortung, uns für den Schutz des arbeitsfreien Sonntags einzusetzen“, betont Prinz. Die KAB wendet sich daher deutlich gegen zunehmende Sonntagsarbeit und Sonntags-Shopping. Corona habe gezeigt, dass das soziale, kulturelle und gesellschaftliche Miteinander einen klaren zeitlichen Rahmen braucht. „Erst der arbeitsfreie Sonntag schafft den sozialen Kitt in unserer Gesellschaft,“ sagt Prinz und verweist darauf, dass ein gemeinsamer freier Tag Voraussetzung für ein intaktes Familienleben, für Teilhabe am kulturellen, sportlichen,

WIR FEIERN DIE TO-GO-KULTUR.
Weil Sonntag ein Tag für Ausflüge ist.



WIR FEIERN 1700 JAHRE SONNTAG. DENN OHNE SONNTAG FEHLT WAS.

Für ein christliches Miteinander in der Arbeitswelt.
Jetzt Mitglied werden: www.kab.de



KAB! TRITT EIN FÜR DICH.

K
KATHOLISCHE
ARBEITNEHMER-
BEWEGUNG

politischen, kirchlichen und sozialen Leben in unserer Gesellschaft sei.

Das im Grundgesetz verankerte Arbeitsverbot an Sonn- und Feiertagen ist keine Spaßbremse, sondern mache erst ein gesellschaftliches Miteinander möglich. Der Sonntag stelle ein wichtiges Symbol der menschlichen Freiheit da. Das Recht auf Untätigkeit widersetzt sich der Logik und der Geschwindigkeit des Kapitalismus.



KAB! TRITT EIN FÜR DICH.

Gesucht: Ostereier nachhaltig

Christoph Schacht

Seit einiger Zeit kaufen wir Hühnereier aus dem Kühlschrank. Der steht bei einem kleinen Hof an der Straße. Dahinter ist ein Gelände, auf dem Hühner, Enten und Gänse laufen, scharren, gackern und schreien. Den Hof können wir zu Fuß oder mit dem Fahrrad leicht erreichen.

Die Eier sind unterschiedlich groß, weiß, braun oder grün und im Zehnerpack zu kaufen. Die Kartons bringen die Leute zurück. Häufig treffen wir dort Leute, die es wie wir schätzen, Eier direkt vom Hof kaufen zu können. Seitdem wir diese Möglichkeit entdeckt haben, interessieren uns Freiland Eier aus dem Supermarkt nicht mehr. „Freiland“ heißt, dass es für die Tiere

einen Auslauf gibt. Ob sie ihn nutzen können, ist hin und wieder fraglich. Unsere Hühner sind wahrhaft Auslaufhühner.

Und dann: Gefärbt werden bei uns die Ostereier nur vor Ostern, sprich Karsamstag. Wir nehmen Farben in Tablettenform. Das ist sicher nicht sehr nachhaltig, aber ein Kompromiss. Denn mit Rotebetsaft, Zwiebelschalen oder Birkenrinde kann man die Eier auch färben. Aber sie leuchten nicht so intensiv. In Griechenland werden die Eier zu Ostern leuchtend rot gefärbt. Sie erinnern an die Wunden Jesu.

Frohe Ostern!



Foto: Wolfgang Kollek

1700 Jahre freier Sonntag

Zusammen auf der Sonntagsdecke

Wolfgang Kollek

In den nächsten Monaten, möchten wir gerne als gemeinsame Aktion „Für den freien Sonntag“ eine große, eine sehr große, eine super super große Picknickdecke zusammen nähen. Und das schönste: Jede(r) kann mitmachen.

Dazu brauchst Du ein Stück Stoff, ca. 25 x 25 cm (jeweils an allen Seiten 2 cm zugeben zum zusammennähen), als zu gestaltene Fläche zum Thema:

Darum liebe ich den Sonntag!

Wohin Ihr das gestaltete Stück Stoff schicken könnt, geben wir noch rechtzeitig bekannt.

Zum 3. Juli oder spätestens zum Diözesanitag am 18. September werden dann alle



Foto: Heike Honauer

Stoffstücke zusammengenäht und wir machen es uns bei Kaffee und Kuchen gemeinsam gemütlich, natürlich unter Berücksichtigung der Hygiene-Regeln.

WIR FEIERN LANGE MEETINGS.

Weil am Sonntag Zeit für Familienbesuche ist.



KAB! TRITT EIN FÜR DICH.

Die bundesweite Kampagne soll

- die Besonderheit des Sonntags und die Wichtigkeit des Sonntagsschutzes deutlich machen.
- alle KAB-Gliederungen und Gremien motivieren und mobilisieren das Thema Sonntagsschutz auf ihre Agenda zu setzen und in der Öffentlichkeit aufzutreten.
- neue Mitglieder für die KAB gewinnen



KAB! TRITT EIN FÜR DICH.

Posts: www.facebook.com/kabbistummuenster/

Beiträge der letzten Zeit (Auszug)

Seit Aschermittwoch bis Karsamstag gibt es von der Facebook-Redaktion des Diözesanverbandes Münster die *7x7x7 (7 Themen, 7 Tage, 7 Wochen) Fastenaktion*. Gerne mal die Posts ansehen!

Gepostet am 27. Februar 2021

7x7x7 Fastenaktion: Dranbleiben...

„Dankeschön, für Ihre Arbeit!“ Bedank dich beim nächsten Lebensmitteleinkauf mit einem guten Wort bei dem/der Kassierer*in, oder dem/ der Verkäufer*in hinter dem Tresen. Sie sorgen dafür, dass wir mit allem Lebensnotwendigen gut versorgt werden. Positive Resonanz tut ihnen gut und uns auch!



Foto: Ortrud Harhues

Gepostet am 1. März 2021

7x7x7 Fastenaktion: Eine Woche ohne ...

... Stress. Das ist oft gar nicht so einfach und es geht auch nicht darum den Stress komplett aus dem Leben zu verbannen. Oft ist es aber schon sehr wohltuend, sich eine kleine Auszeit zu gönnen oder bewusst tief durchzuatmen.



Foto: Vanessa Bischof

Gepostet am 28. Februar 2021

7x7x7 Fastenaktion: Gönn dir die Zeit, heute dieses Biblische Wort wirken zu lassen:

„Ein Engel sprach: Streck deine Hand nicht gegen den Knaben aus und tu ihm nichts zuleide.“ (Gen 22,12a) Abraham erfährt, dass Gott an der Seite der Schwachen und Kleinen steht. Ihnen verspricht er: Gott will nicht den Tod – Gott will das Leben.

Gesegneten Sonntag!



Foto: Heike Honauer

Gepostet am 26. Februar 2021

7x7x7 Fastenaktion: Guët gaon! - "Das tut mir gut"

Setz oder stell dich aufrecht mindestens 5 Minuten nach draußen und höre auf die Geräusche um dich herum.



Foto: Elisabeth Hönig

1700 Jahre freier Sonntag

Am Sonntag will mein Süßer mit mir segeln gehn

Wolfgang Kollek

In *Kursiv* sind Lieder von Mireille Mathieu, Rudolf Schock, Old Merry Tale Jazzband, Monica Morell, Cliff Richard, Cindy und Bert in die Geschichte eingewoben. Wer mag kann sich in Sonntagsstimmung beim Singen der jeweiligen Lieder bringen. Viel Spaß dabei.

Es ist *An einem Sonntag in Avignon*. Ich weiß: *Alle Tage ist kein Sonntag*. Doch dieser Sonntag

sollte besonders werden. Sie hatte mich angelacht und gesagt: *Am Sonntag will mein Süßer mit mir Segeln gehen*. Ich freute mich, doch war ich mir nicht unbedingt sicher, denn *Ich fange nie mehr was an einem Sonntag an*. Doch dann träumte ich vor mich hin: *Ein Sonntag mit Marie*. Wir trafen uns und sangen zusammen: *Immer wieder sonntags*.



Foto: Wolfgang Kollek

Wichtiges aus dem Regionalbüro Hamm-Münster-Warendorf

Liebe KAB'lerinnen und KAB'ler,

ich erinnere mich noch genau: **Es war im Mai 2016**, ich war noch keinen Monat als Regionalsekretär bei der KAB, da ging es schon um den Sonntagsschutz.

In Münster hatte sich das **Bündnis „Freier Sonntag Münster“** zusammengetan, um gegen noch mehr verkaufsoffene Sonntage 10.000 Unterschriften zu sammeln und damit ein Bürgerbegehren zu ermöglichen – bundesweit das erste zu diesem Thema. *Marlies Jägering, Christoph Hansen, Hans Sanders* – um nur einige zu nennen – waren damals mit großem Engagement dabei. Am meisten fasziniert hat mich damals, welche unterschiedlichen Gruppen an einem Strang gezogen haben aufgrund des gemeinsamen Nenners „Freier Sonntag“: Neben der KAB waren das Gewerkschaften, Parteien, der evangelische Kirchenkreis, auch Einzelpersonen.



Und um es ganz klar zu sagen: Ohne das Engagement der KAB-Ortsvereine hätte das Bündnis die hohe Anzahl an Unterschriften gewiss nicht geschafft, das hat mich echt beeindruckt.

Aber auch inhaltlich war und bin ich begeistert, dass ich mich an dieser Stelle und mit der KAB für ein persönliches Herzensthema engagieren kann, nämlich für den Schutz des freien Sonntags. ☺

Die digitale **Jubiläumsveranstaltung am 03.03. zu 1.700 Jahren Freier Sonntag** war erst der Anfang einer Kampagne, die in den nächsten Monaten an Fahrt gewinnen soll (s. S. 14).

Gerade, weil nun schon seit knapp 12 Monaten der Sonntag „gefühl“ ein Tag wie jeder andere

In aller Kürze:

- „Sonntagserinnerungen“
- 1.700 Jahre Freier Sonntag
- Digitaler Bezirkstag 17.04.
- Sozialpolitisches Abendgebet
- Unterstützungsangebote von Bildung vor Ort
- „Messe mit KAB-Predigt“
- „Pilgerwege für Frauen“ und mehr KAB-Seminare

geworden ist, macht es umso mehr Sinn, sich gerade jetzt unserer Sonntagskultur bewusst zu werden, ja vielleicht sogar, wie *Michael Prinz* sagt, „eine neue attraktive Sonntagskultur“ zu entwickeln. Das ist unser Thema! Da müssen wir als KAB in der Öffentlichkeit (wieder) sichtbar sein! Das Gute ist, wir haben dazu langjährige Erfahrungen (s. o.). In Hamm beispielsweise sind *Franz Josef Nordhaus* und der KAB-Stadtverband ebenfalls schon lange dazu präsent.

Wer am vergangenen Mittwoch (03.03.) nicht den Live-Stream verfolgen konnte, kann sich die komplette Veranstaltung oder einzelne Elemente (Vortrag *Heribert Prantl*, Videobotschaften etc.) anschauen: <https://allianz-fuer-den-freien-sonntag.de/jubilaem/>.

Ab etwa 1:28 Std. beginnt eine Podiumsdiskussion, an der auch unser Bundespräsident *Stefan Eirich* teilgenommen hat. Ebenfalls auf dieser Seite könnt Ihr interessante Gottesdienstbausteine, den offiziellen Aufruf „Rüttelt nicht am Ruhetag!“ oder auch das Logo „Mein Sonntag ist mir heilig“ downloaden.

Auch eine neue Gebetsanregung zum Thema Sonntag ist abrufbar unter <https://www.kab-muenster.de/themen/spiritualitaet/>.

Bezirkstag am 17.04.: Nach der Bezirksvorstandssitzung am 04.03. geht nochmal die offizielle Einladung an die Vorsitzenden/ Teamsprecher raus. **Bitte meldet** dem Regionalbüro dann **bis 22.03., wer der/ die Delegierte des jeweiligen Vereins sein wird.** Diese



bekommen Ende März die Briefwahlunterlagen zugeschickt.

Eventuelle **Anträge an den Bezirkstag** müssen **bis 26.03.** vorliegen.

Sozialpolitisches Abendgebet: Ergänzend zu der Broschüre aus 2020 könnt Ihr auch eine Einlage verwenden, die ein kleines Redaktionsteam, zu dem auch Vertreter aus unserem Bezirk zählen, entworfen hat.

Beides ist abrufbar unter <https://www.kab-muenster.de/nc/kab/nachrichten/uebersicht/detailansicht/article/im-gebet-verbunden-das-sozialpolitische-abendgebet-fuer-die-fastenzeit-2021/> .

Und auch wenn derzeit noch nicht viel mehr als (liturgische) Angebote in Kirchenräumen oder draußen möglich ist, schon jetzt **ein wichtiger Hinweis an die Verantwortlichen für Bildungsangebote:** Wir haben eine neue Übersicht erstellt, wie das KAB-Bildungswerk die Bildungsarbeit vor Ort in Zukunft unterstützen kann. U.a. gibt es auch die Möglichkeit einer finanziellen Unterstützung; Näheres in den beiliegenden Mail-Anhängen.

Erinnert sei auch nochmal an das Angebot von *Karsten Weidisch* für eine „**Messe mit KAB-Pre-digt**“. Terminanfragen bitte an: weidisch@bis-tum-muenster.de !

Sehr gefreut hat mich das Statement von *Frau Wickler* und ihre Erinnerungen an KAB-Seminare (siehe S. 10). Wer so etwas oder ähnliche Erfahrungen machen möchte, melde sich doch einfach zu einem der nächsten Seminare an! ☺

- **„Pilgerwege für Frauen“:** 10.04. Münster nach Telgte; 18.-24.07. im Nahetal auf den Spuren Hildegards von Bingen <https://www.kab-bildungswerk.de/news-detail/pilgern-fuer-einsteigerinnen-und-pilgerwoche/>
- Für Frauen *und* Männer: **„Beten mit den Füßen“** 20.-24.09. in Günne
- **Männer-Inseltage** 11.-15.10.2021 auf Wangerooge. Anmeldungen unter www.kab-bildungswerk.de .

Bleibt zuversichtlich und vor allem gesund!
Herzliche Grüße aus dem Regionalbüro,
Michael Grammig



Foto: Wolfgang Kollek

Anregung für KAB Ortsvereine:

Licht in Corona-Zeiten

Berthold Vilbusch

Auch in der Fastenzeit 2021 fallen für viele KAB-Vereine liebgewordene Aktionen und Veranstaltungen der Pandemie zum Opfer. Auch die ersten Lockerungen werden vielen Vorständen und Vorsitzenden-Teams weiter Bauch- und Kopfschmerzen bereiten:

Wie erreichen wir unsere Mitglieder – jetzt wo ein geregeltes Vereinsleben nicht möglich ist? Die anlaufenden Impfungen geben allerdings Hoffnung, im Laufe des Jahres zu einem „normalen“ Alltag und damit auch Vereinsalltag zurückzukehren.

In der KAB Vereinen in Oelde war es liebgewordene Tradition sich im Zwei-Jahres-Rhythmus zu Exerzitien auf der Insel Langeoog zu treffen. Dieses Jahr wäre die KAB St. Josef auf die Insel gefahren. Im Gegenzug dazu hätte die KAB St. Johannes zu einem mehrwöchigen Abendseminar mit ihrem Präses in der Kapelle der Pfarrkirche eingeladen, um durch religiöse Impulse den Glauben in der Gemeinschaft zu festigen. Beide Veranstaltungen sind bekanntermaßen nicht möglich.

Der Ortsverein hat alternativ ihre Mitglieder und Interessierte zu einer Zeit des Innehaltens von zu Hause eingeladen und eine kleine Corona-gerechte Mitmachaktion zum Thema „LICHT“ gestartet.

Hierzu werden die Teilnehmer als erstes aufgefordert Wörter mit LICHT zu finden und aufzuschreiben: z.B. Lichtsignal, Kerzenlicht, Lichterglanz ...



Foto: Berthold Vilbusch

Auch Fotos, Sprichworte, Liederzeilen und Bibelzitate sind gefragt. Anschließend werden die eingesandten Ergebnisse gesammelt und für alle Mitglieder zusammengestellt. Ein LICHT-Gottesdienst mit dem Präses wird den Abschluss dieser Aktion bilden.

Vielleicht ist die Idee auch ein Vorschlag für andere Vereine mit ihren Mitgliedern im Kontakt zu bleiben.

Information zu der Aktion bei: Berthold Vilbusch, Mail: europaradler@googlemail.com



Foto: Wolfgang Kollek

März 2021

1	Mo	<i>KW 9</i>		17	Mi	
2	Di			18	Do	
3	Mi		1.700 Jahre Sonntagsschutz	19	Fr	
4	Do			20	Sa	Frühlingsanfang
5	Fr			21	So	☉
6	Sa	☾		22	Mo	<i>KW 12</i>
7	So			23	Di	
8	Mo	<i>KW 10</i>		24	Mi	
9	Di			25	Do	
10	Mi			26	Fr	
11	Do			27	Sa	
12	Fr			28	So	●
13	Sa	☽		29	Mo	<i>KW 13</i>
14	So			30	Di	
15	Mo	<i>KW 11</i>		31	Mi	
16	Di					

● Vollmond, ☾ Halbmond abnehmend, ☽ Neumond, ☉ Halbmond zunehmend



Letzte Seite

Ausstellung des Arbeitskreis Nachhaltigkeit „GLÄNZENDE AUSSICHTEN“

Liebe Leser,

dem AK Nachhaltigkeit ist es gelungen die Ausstellung „Glänzende Aussichten“, eine Aktion von Misereor in unseren KAB-Bezirk Hamm-Münster-Warendorf zu holen. Fünf Wochen haben wir vom **27.05.2021** bis zum **06.07.2021** die Gelegenheit diese Ausstellung an verschiedenen Orten unseres Bezirkes zu zeigen.

In 99 Karikaturen zu Themen wie Lebensstil, Konsum, Klimawandel und Gerechtigkeit wagen 40 Karikaturistinnen und Karikaturisten einen überraschend anderen Blick auf die Herausforderungen unserer Zeit

Ab sofort haben alle KAB-Vereine die Möglichkeit für maximal 1 Woche diese Ausstellung vor Ort zu präsentieren. Ausstellungsräume könnten Pfarrheime, Kirchenräume, Schalterräume von Banken, Stadt- oder Gemeindeverwaltungen, Büchereien etc. sein.

Ein Rahmenprogramm könnte jeder Ortsverein in Eigenregie organisieren. Denkbar wären zum Beispiel eine Vernissage zur Eröffnung, ein begleitender Vortrag, ein Gottesdienst mit unserem Präses Karsten Weidisch, ein Gastredner,



ein Mitmachprogramm oder ein Nachhaltigkeitsrätsel.

Gern hilft Euch der AK Nachhaltigkeit beim Auf- und Abbau der Ausstellung und bei der Gestaltung und Bewerbung eures Ausstellungsprogramms.

Anfragen und Buchungen zur Ausstellung können ab sofort beim Arbeitskreis Nachhaltigkeit gestellt werden. Ideen für ein Rahmenprogramm sind herzlich willkommen.

AK Nachhaltigkeit Berthold Vilbusch Mail: europaradler@googlemail.com
Whatsapp oder Telefon 015902839487

KAB Bildungswerk Veranstaltungshinweis:

Pilgern: Wege nach innen - Wege nach außen

Einen Tag gemeinsam zu Fuß unterwegs sein, äußere und innere Wege zurücklegen. Unter Anleitung einer erfahrenen Pilgerführerin sich selbst, der Umwelt und den Mitpilgerinnen achtsam begegnen und über die Erfahrungen und Gedanken ins Gespräch kommen. Das Angebot richtet sich an interessierte Frauen, die das Pilgern erproben möchten. Besonders herzlich eingeladen sind Teilnehmerinnen, die sich auch für die Pilgerwoche interessieren.

Pilgerziel Telgte (Strecke ca. 14 km), Zeitraum: **10.04.2021**, 10:00 Uhr - 18:00 Uhr

Ort: Münster, Tannenhof, Prozessionsweg 402 (Startpunkt), Pilgerführerin: Mechthild Möller

Zielgruppe: **Frauen**

Gebühr: Für Verpflegung und Getränke ist jede Teilnehmerin selbst verantwortlich. Inkl. Rücktransfer zum Ausgangspunkt: 20 Euro, 15 Euro für KAB-Mitglieder

Kursnummer: 210000030



Die Mutmach-Impulse Ausgabe April erscheint am 01. April 2021.

