



Bild: www.pixabay.de

MITTENDRIN

---

# *Maß halten*

---



3 Editorial



4/5 Das Viergespann



6 Maß halten

7 Das rechte Maß in allen Dingen



8/9 Fastenzeit mal anders!

10/11 Was wir von Pflanzen lernen können.

12 Fasten mit Maß und Ziel

13 Geistliches Wort:

„Denn sie lehrt Maß und Klugheit.“



14 Kinderseite:  
Was bedeutet die Fastenzeit?

15 Gottesdienste

16 Kommunion & Gottesdienste

17 Nachrichten

18 Chronik & Regelmäßige Messen

19 Kontakt



## IMPRESSUM

Mittendrin – Magazin der Katholischen Kirche in Kerpen Süd-West

### HERAUSGEBER:

Pfarrgemeinderat Kerpen Süd-West,  
Stiftsstr. 6, 50171 Kerpen,  
mittendrin@kerpen-sued-west.de

### REDAKTION:

Franz-Josef Pitzen (verantwortlich),  
Rosemarie Beier, Renate Eilers,  
Kai Kruse, Matthias Lochner

### GESTALTUNG:

Renate Eilers, Kerpen

### DRUCK:

medienzentrum süd  
Bischofsweg 48-50, 50969 Köln

An den Stellen im Magazin, an denen sich ein Nomen oder Pronomen auf Personen mit unbekanntem Geschlecht bezieht, bei dem das Geschlecht der Personen nicht relevant ist oder mit dem männliche wie weibliche Personen gemeint sein sollen, verwenden wir allein aus Gründen der besseren Lesbarkeit und Verständlichkeit die männliche Form (generisches Maskulinum). Wir bitten dafür um Verständnis.

Eingesandte Artikel spiegeln die Meinung des Verfassers wider. Die Redaktion behält sich das Recht vor, eingehende Artikel zu kürzen.

Alle Termin- und Zeitangaben erfolgen ohne Gewähr, da der Redaktionsschluss der jeweiligen Ausgabe viele Monate vor allen Veranstaltungen liegt. Stand dieser Ausgabe: 20.01.2022. Bitte beachten Sie deshalb für zeitnahe Informationen immer das Mitteilungsblatt „Aktuell“, das in den Kirchen und an öffentlichen Orten unseres Seelsorgebereichs ausliegt und auch in den Pfarrbüros erhältlich ist. Die dortigen Angaben sind verbindlich. Ebenfalls finden Sie alle aktuellen Informationen und Kontaktadressen auf der Homepage des Seelsorgebereichs unter:  
[www.kerpen-sued-west.de](http://www.kerpen-sued-west.de).

Redaktionsschluss für die Ausgabe 02-2022 ist der 24.03.2022

Thema der nächsten Ausgabe:  
**„Klugheit“**

Fotos: [www.pfarrbriefservice.de](http://www.pfarrbriefservice.de); Privat;  
[www.pixabay.com](http://www.pixabay.com), [www.pexels.de](http://www.pexels.de);  
[www.commonsm.wikimedia.org](http://www.commonsm.wikimedia.org)

# Editorial



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

auch in Zeiten der Pandemie verlieren die Menschen umtreibende Themenkreise wie zum Beispiel Gerechtigkeit und Frieden, Klimaveränderung und Klimakatastrophe, Öko-soziale Wende und anderes mehr sowie Zusammenhänge, die mit Schlagworten wie etwa Nachhaltigkeit, Maßhalten, (Konsum-)Verzicht und Ähnlichem belegt sind, nicht aus dem Blick – und das ist auch gut so! Es werden unzählige Anregungen und Lösungsvorschläge angeboten und die Redaktion nimmt dies zum Anlass, aus dem Schatz christlicher Ethik in den anstehenden vier Ausgaben des „Mittendrins“ die sogenannten vier Kardinal- oder Grundtugenden „Gerechtigkeit“ (iustitia), „Mäßigung“ (temperantia), „Tapferkeit“ (fortitudo) und „Weisheit“ (sapientia) anzuschauen. Damit möchten wir zur aktuellen Diskussion und Auseinandersetzung beitragen und hoffen, dass dies durch die verschiedenen Beiträge unseres Magazins aus unterschiedlicher Perspektive hilfreich ist.

Die Grundtugenden sind weitaus älter als das Christentum. Sie wurden von den frühen Kirchenvätern adaptiert und so in die Grundlagen christlicher Ethik überführt und um die sogenannten „göttlichen Tugenden“ (Glaube, Hoffnung, Liebe) ergänzt. Da das Erscheinen dieser Ausgabe in die Fasten- und Osterzeit fällt, eröffnen wir den Reigen (der sich dann mit den Leitthemen „Klugheit“ 2-2022, „Tapferkeit“ 3-2022 und „Gerechtigkeit“ 4-2022 fortsetzt) mit der Tugend der Mäßigung und fühlen uns damit auch der heiligen Hildegard von Bingen verbunden, die im Mittelalter lebend im rechten Maß die „Mutter aller Tugenden“ sah.

„Fastenzeit mal anders!“ - lautet die Einladung unseres neuen und jungen Redaktionsmitgliedes Kai Kruse, der mit seinem Beitrag zusammen mit dem geistlichen Wort von Pfarrer Möers den geistlichen Brückenschlag liefert. Frau Beiers Artikel bindet die Medizin ein und unter der Überschrift „Was wir von Pflanzen lernen können“ hat Frau Schwister als Gastautorin ein lebendiges Interview aus dem Garten- und Landschaftsbau beigesteuert. Aber auch die übrigen Beiträge sind empfehlenswert.

Ich wünsche Ihnen eine unterhaltsame Lektüre und auch im Namen der Redaktion eine gelingende österliche Bußzeit (=Fastenzeit) sowie ein frohes und glückliches Osterfest in der Freude über den Sieg des Lebens und der Liebe über den Tod!

Ihr





Matthias Lochner

## Das Viergespann

**In den vier „Mittendrin“-Ausgaben des Jahres 2022 befassen wir uns mit den vier Kardinaltugenden Klugheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung. Was hat es damit auf sich?**

Die göttlichen Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe sind weithin bekannt. Weniger bekannt, aber ähnlich bedeutsam sind die Kardinaltugenden. Der Philosoph Josef Pieper spricht anschaulich vom „Viergespann“. Die Gruppe von vier Haupttugenden (auch Grund- oder Primärtugenden genannt) ist erstmals beim griechischen Dichter Aischylos belegt, und zwar 467 v. Chr. in seinem Stück „Sieben gegen Theben“. Er charakterisiert darin den Seher Amphiaraus als tugendhaft und bezeichnet ihn als besonnen, gerecht, fromm und tapfer. Platon übernimmt später die Idee der Vierergruppe. Er behält die Tapferkeit, Gerechtigkeit und Besonnenheit bei,

ersetzt aber die Frömmigkeit durch Klugheit.

### Wie die Tür in der Angel

Durch Cicero gelangte die Lehre der vier Haupttugenden in die römische Welt. In seiner Schrift „De officiis“ (Über die Pflichten) erörtert er die vier Tugenden prudentia, iustitia, temperantia und fortitudo/virtus. Im 4. Jahrhundert verfasst der Kirchenvater Ambrosius von Mailand eine Pflichtenlehre („De officiis ministrorum“), in der er sich mit Ciceros Auffassung auseinandersetzt. Er spricht darin meistens von „Haupttugenden“ (virtutes principales), aber auch erstmals von „Kardinaltugenden“ (virtutes cardinales).

Eine erste systematische Ausformung erarbeitet deutlich später der Kirchenlehrer Thomas von Aquin: „Eine Tugend heißt Kardinal- bzw. Haupttugend, weil an ihr die anderen Tugen-

den befestigt sind wie die Tür in der Angel.“ So bedeutet „cardo“ im Lateinischen Türangel. Die Kardinaltugenden sind also Dreh- und Angelpunkte moralischen Handelns. Von ihnen wird das gesamte moralische Handeln beeinflusst.

Dabei räumt Thomas von Aquin der Klugheit den ersten Rang ein, da aus ihr heraus alle anderen Tugenden geboren werden. Die Klugheit sei das Maß der Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung. Pieper schreibt 1937 in seinem „Traktat über die Klugheit“, „daß also nur, wer klug sei, auch gerecht, tapfer und maßvoll sein könne; und daß der gute Mensch gut sei kraft seiner Klugheit.“

### Die Basis richtigen Handelns

Die Kardinaltugenden sollen Orientierung geben. Sie sprechen vom Richtigsein des Menschen und von seiner Fä-



*Ausschnitt aus „Die Kardinal- und Gottestugenden“ von Raffael, Fresko in den Stanzen des Raffael.*

higkeit, in Einsicht, Vernunft und Entscheidung das Gute zu erkennen und auch zu tun. Nach Aristoteles ist die Tugend eine vorzügliche und nachhaltige Haltung, die durch Vernunft bestimmt wird und die man durch Einübung bzw. Erziehung erwerben muss. Zur richtigen Bestimmung der Tugenden sucht man die Mitte (mesotes) zwischen zwei lasterhaften Extremen. Die Mäßigung zum Beispiel ist die richtige Mitte zwischen Empfindungslosigkeit und Zügellosigkeit. Die Mitte ist hierbei nicht als arithmetisches Mittel zu verstehen, sondern als das Beste, das man im Bereich einer Charaktereigenschaft erreichen kann.

Die Kardinaltugenden sind auch die Basis für die sogenannte Tugendethik. Dazu schreibt der zeitgenössische Philosoph und ehemalige Kulturstaatsminister Julian Nida-Rümelin: „Der Tugendethik geht es nicht primär darum, einzelne Handlungen einer Person zu bewerten; vielmehr fragt sie danach, was insgesamt einen ethisch guten Menschen ausmacht.“ Dabei sei ein guter Mensch ein solcher, der die relevanten Tugenden ausgeprägt habe und

sich von diesen in seinem Handeln leiten lasse.

Aristoteles entfaltet die Tugendethik in seiner „Nikomachischen Ethik“. Nida-Rümelin erklärt: „Nach Aristoteles ist eine Person tugendhaft, wenn sie die Fähigkeiten, die sie von Natur aus hat, in guter Art und Weise ausübt. Da die grundlegenden Fähigkeiten des Menschen darin bestehen, zu denken (zu erkennen) und zu handeln, ist ein tugendhafter Mensch also ein solcher, der kompetent im Denken ist und richtig handelt.“

### **Von der Übung zum Habitus**

Das geschieht nicht von selbst. Denn schon seit der Antike weiß man: Wer gut sein will, muss sich immer wieder darin üben. Während uns laut Aristoteles Erkenntnistugenden durch Theorie beigebracht werden können, erwerben wir Handlungstugenden nur, wenn wir sie – angeleitet von kompetenten Lehrern – praktisch einüben. Dann kann das Gute für uns zum Habitus werden, also zu einer festen ethischen Grundhaltung und Handlungsgewohnheit.

Nach Thomas von Aquin ist der Habitus eine durch Übung erworbene Fertigkeit in ein und derselben Tätigkeit (z. B. Handwerker). Die Wirkung des Habitus ist spontanes, leicht von der Hand gehendes und lustvolles Handeln. Dieser eigentlich technische Habitus-Begriff wird auf das ethische Handeln übertragen: Jemand, der etwa über die Tugend der Gerechtigkeit verfügt, wird demnach nicht manchmal, sondern verlässlich gerecht handeln.

Der Habitus-Gedanke zielt also auf einen persönlichen Fortschritt, zu dem wir alle aufgerufen sind. „Verfügen wir einmal über die relevanten Tugenden, so werden wir nach Aristoteles nicht nur ethisch gute Menschen sein, sondern zudem ein glückliches Leben führen“, so Nida-Rümelin.

Dieser Überblick zeigt: Die Kardinaltugenden sind nicht alt und verstaubt, sondern sehr aktuell. Genau deshalb setzen wir uns dieses Jahr intensiv mit ihnen auseinander und beleuchten ihre gegenwärtige Bedeutung nicht nur, aber vor allem aus christlicher Perspektive.

# Maß halten

## Zumutung oder Ermutigung zur Lebensgestaltung

Welche Gefühle lösen Worte wie „Mäßigung“, „mäßig“ oder „Maß halten“ aus? Können Bescheidenheit, Selbstbeherrschung, Genügsamkeit, Zufriedenheit oder Besonnenheit erstrebenswerte oder gar attraktive Tugenden sein? Oder schreckt Abstinenz, Askese, Verzicht, Entsagung ab, sich diesem Themenkreis überhaupt auszusetzen? Welche Akzentsetzung beim Wörtchen „mäßig“ gilt, wird durch verschiedenen Gebrauch ausgedrückt. Eine positive Bedeutung im Sinne von gemäßigt, maßvoll, ausgewogen, angemessen. Oder eine eher negative Konnotation wie schwach, mittelmäßig, gewöhnlich oder sogar mangelhaft. Trägt Mäßigkeit zum Wohlbefinden, möglicherweise sogar zu Gesundheit oder Glück bei oder gilt eher das Gegenteil?

Führt Mäßigkeit nicht im Letzten zur Nivellierung der Höhen und Tiefen des Lebens und verhindert das volle Auskosten desselben?

Tatsächlich ist der Begriff „Mäßigung“ und „Mäßigkeit“ ein Begriff mit weiter gefasster Bedeutung schon seit der An-

tike. Diese lässt sich in ihrer ganzen Bedeutungsvielfalt aus den alten Sprachen nicht mit einem einzelnen Wort der deutschen Sprache wiedergeben. Die Wortbedeutung Selbstbeherrschung und weise Mäßigung des Griechischen wurde im Lateinischen mit dem Wort *temperare* übersetzt und im Duden findet sich denn das deutsche Wort *Temperenz*. Dieser Begriff kann dann als das Zusammenfügen eines geordneten Ganzen aus verschiedenartigen Teilen übersetzt werden. Damit wird angedeutet, dass es bei Mäßigkeit auch darum gehen kann, einen Ausgleich von unterschiedlichen Interessen und Motivationen zu schaffen.

Als Piktogramm für Mäßigkeit gilt die Waage, Mäßigkeit hat mit einem ausgewogenen Gleichgewicht, mit Maßhalten und damit mit Messen zu tun. Es kann dabei um das Halten des Körpergewichtes gehen, um Essen und Trinken oder den Konsum von Genussmitteln. Es kann genauso auch um das Verhältnis von Arbeitszeit und Freizeit, den Medienkonsum, den Mitteleinsatz (Geld, Kraft, Einfluss...) gehen. Messen

kann dabei ein durchaus zweideutiger Vorgang sein, denn es kommt dabei nicht nur darauf an, was gemessen wird, sondern mit welchem Maßstab gemessen wird. Das bedeutet auf eine

Person bezogen, womit sie sich und ihr Verhalten vergleicht oder vergleichen will. Will sie sich an dem ausrichten, was häufig ist (persönlicher Geschmack, Vorlieben etc.) oder lieber doch an dem, was gut für sie (und andere) ist? Wird also als Maßstab das „Normale“ oder das „Ideale“ gewählt? Anders ausgedrückt: Will ich sein wie die anderen, soll deren Verhalten mein Verhalten bestimmen? Oder wähle ich einen anderen Bezugspunkt wie etwa das „Gute“, das „Sinnvolle“ und Ähnliches. Dabei ist das nicht immer einfach, denn das Leben stellt meist nicht vor die Wahl zwischen Schwarz oder Weiß, Gut oder Böse.

Es kann also nicht um ein schlichtes entweder - oder gehen. Jede Tugend, auch die der Mäßigkeit, führt in Spannungsfelder, die in der Tatsache begründet sind, dass zu jeder Tugend, auch Gegen- oder Schwestertugenden gehören. Mit denen gilt dieselbe Auseinandersetzung, Gewichtung und im Ergebnis der individuelle Zugang und eine persönliche Festlegung. Das Wissen um diese Spannung und ihr Aushalten führt im Blick auf die Tugend der Mäßigkeit zum Ergebnis, auf Negatives (Schädigendes) zu verzichten und alles Gute maßvoll zu genießen. Oder mit anderen Worten: Der maßvoll lebende Mensch wird von ganzem Herzen mit den Fröhlichen lachen und mit den Trauerenden weinen. Er weiß, dass ihm zwar alles erlaubt, aber nicht alles gut für ihn ist. Sein Maßhalten lässt ihn sein Leben so gestalten, dass es gelingt.



# Das rechte Maß in allen Dingen

*Eine Herausforderung in unserer modernen Zeit*



„Maß halten“, so lautete die Empfehlung eines Arztes zum Alkoholkonsum seines Patienten. Dieser nahm den Rat irgendwie zu wörtlich. In der Karikatur von Martin Perscheid sieht man ein Auto, das von seinem Fahrer frontal gegen einen Baum gefahren wurde. Die Stoßstange und Kühlerhaube sind eingedellt und der Kopf des Fahrers ist gegen den Baum geprallt. Die Arme des Mannes umschlingen den Baum und zeigen in den Händen zwei volle Humpen Bier: Er hat Maß gehalten!

So müssen Missverständnisse nicht unbedingt enden! Um das richtige Maß im alltäglichen Leben und Miteinander zu finden, gibt es keine vorgeschriebene Formel. Aber wer sagt mir, wo das richtige Maß ist? In den vergangenen beiden Coronajahren zeigte sich, wie die Menschen schnell das rechte Maß verlieren können. Ganze Berge von Toilettenpapier wurden gehortet, wofür auch immer. In einigen Bereichen entstand ein Notstand in der Versorgung! Hamsterkäufe fielen extrem auf bei Hygieneartikeln, Konserven, Nu-

deln und Reisprodukten, Hefe und anderen Backzutaten. Die Verkaufsregale für diese Artikel waren häufig leer.

Kopfschütteln war die Reaktion vieler Kunden. Was führt uns Menschen dazu, so egozentrisch und maßlos zu werden? Wo und wie finden wir zurück zu dieser Tugend der Mäßigung? Thomas Vogel zeigt uns in seinem Buch „Mäßigung“, was wir von dieser alten Tugend lernen und wie wir das rechte Maß finden können, uns von unseren Konsumzwängen zu befreien.

Dem Philosoph Epikur schreibt man den Rat „Carpe diem“ zu. Schon in der Antike weist er damit auf einen Genuss ohne Reue hin, also auch auf ein rechtes Maß an Vergnügen. Und Paracelsus stellte die These auf, dass nur die Dosis entscheidet, ob etwas Gift ist oder nicht. Auch hier ist das rechte Maß gefragt. Und wie es beim Humor und guter Laune aussehen kann, zeigte die Wirkung in der Presse und bei der Bevölkerung auf das lachende Gesicht eines Politikers bei der gewaltigen Flut-

katastrophe im Juli 2021. Mäßigung wäre hier Anstand und Disziplin gewesen. Papst Franziskus prangert in seiner Umwelt-Enzyklika „Laudato si“ die zerstörerische Maßlosigkeit des Kapitalismus an. In seinem Buch „Gott und die Welt nach der Pandemie“ behauptet er: „Wenn wir die Schöpfung bewahren, die Familien stärken und für soziale Gerechtigkeit sorgen, hat die Welt Zukunft.“ Dazu zeigt er gangbare Wege auf und macht Hoffnung auf eine bessere Welt.

In der Coronapandemie mit ihren teilweise beträchtlichen Einschränkungen konnten viele Menschen erfahren und erleben, dass sie mit weniger auskommen können, als sie gewohnt sind oder im Alltag maßlos verschwendet haben. So kann selbst eine Pandemie ihr Gutes haben. Für manche Menschen bot sie zusätzlich Zeiten oder Momente der Rückbesinnung auf das Wesentliche und Wichtige im Leben.

*„Die Mäßigkeit dient dazu, jene Kühle und Klarheit des Kopfes sich zu verschaffen, welche durchaus unerlässlich ist, wo man beständige Wachsamkeit beobachten und auf der Hut sein muß gegen die unermüdliche Anziehungskraft alter Gewohnheiten und die Gewalt beständiger Versuchungen.“*  
*Benjamin Franklin*

# Fastenzeit mal anders!

## Gottes Wort persönlich begegnen



sich jedesmal neu zu fragen, was einen persönlich an der Botschaft der Bibel anspricht, wo fordert mich die Botschaft heraus? Wo trifft sie mich an einer Schwachstelle? Wo gibt sie mir Hoffnung? Diese Begegnung ist etwas ganz Persönliches und geschieht verborgen und unscheinbar. Das bedeutet aber nicht, dass sie belanglos ist. Im Evangelium vom Aschermittwoch heißt es: „Denn dein Vater, der auch das Verborgenen sieht, wird es dir vergelten.“ (Mt 6,6)

Zur Begegnung mit dem Wort Gottes laden in der Fastenzeit besonders die alttestamentlichen Lesungen ein. Sie erzählen von ganz unterschiedlichen Begegnungen mit Gott. Im Folgenden sollen diese Lesungen kurz vorgestellt werden.

1. Fastensonntag (Dtn 26,4-10): Das Volk Israel ist im von Gott verheißenen Land angekommen und steht vor der ersten Ernte. Befreit aus der Hand der Ägypter ist es Zeit, Dankbarkeit für die Befreiung zu zeigen, Dankbarkeit gegenüber dem Befreier, dem HERRN. Das Bekenntnis des Mose ist ein ausdrückliches Zeichen dieser Dankbarkeit.

2. Fastensonntag (Gen 15,5-18): Gott hat Abraham gerufen und Abraham folgt der Weisung Gottes. Er zieht aus seiner Heimat in Chaldäa weg in eine ungewisse Zukunft, rein im Vertrauen auf die Weisung Gottes. Abraham erreicht das von Gott verheißene

Die Kirche stellt die Fastenzeit klassischer Weise unter die drei Leitbegriffe: Verzicht, Buße und Gebet zur würdigen Vorbereitung auf das Osterfest. Maß halten durch Verzicht ist in der Fastenzeit beliebt. Verzicht fordert dazu auf, sein Verhalten zu reflektieren, um herauszufinden, wo man über das Maß hinausschießt. Dieses Verhalten wird kritisch beäugt und ein erreichbares, maßvolles Ziel gesetzt.

„Dieses Jahr gibt es in der Fastenzeit keine Süßigkeiten“ – „Ich verzichte auf Fleisch“ – „Ich schränke meine Bildschirmzeit ein“. Alles drei sind Möglichkeiten für ein neues Maß, an das man sich halten will.

Die Pandemiezeit hat uns Verzicht in vielerlei Hinsicht gelehrt. Manch einer

ist es vielleicht mittlerweile leid zu verzichten oder ist schon an seine eigenen Grenzen gestoßen. Vielleicht kann man in dieser Fastenzeit ein neues Maß setzen; Maß halten durch Fokussierung auf das Vergessene, in den Hintergrund Gefallene oder Missachtete.

Ein Vorschlag: Die Fastenzeit nutzen, um Gott in seinem Wort zu begegnen. Zur würdigen Vorbereitung auf das Osterfest gehört nämlich auch immer wieder zu erkennen, dass Gottes Liebe, ohne Bedingung, jedem zuteil wird. Auch wenn uns diese Botschaft oft im Wort Gottes begegnet, so scheint sie vermehrt – auch in den höheren Etagen unserer Kirche – in Vergessenheit zu geraten. Die Begegnung mit Gott in seinem Wort bedeutet,



Land, doch ist dies nun wirklich sein Land? Abraham vertraut auf Gott und Gott rechnet ihm dies an. Der HERR schließt mit Abraham einen Bund.

### 3. Fastensonntag (Ex 3, 1-15):

Mose weidet das Vieh seines Schwiegervaters am Gottesberg Horeb. Im brennenden Dornbusch offenbart sich der HERR Mose in zweifacher Form. Erstens als der Gott seiner Väter, der Gott Abrahams, Isaaks und Jakobs und zweitens als der „Ich bin“. Die Botschaft des HERRN ist eine hoffnungsvolle. Er hat das Leid des Volkes Israels erkannt und will es aus Ägypten herausführen.

### 4. Fastensonntag (Jos 5, 9-12):

Nach dem Tod des Mose übernimmt Josua die Leitung des Volkes Israel. Das Volk beendet seine vierzigjährige Wanderung durch die Wüste und erreicht in Jericho Kanaan die neue Heimat. Während das Volk durch die Wüste zog, schenkte Gott ihnen das Manna als Brot des Lebens, als Grundlage für ihr Überleben. Angekommen in der neuen Heimat feiern sie das Fest der ungesäuerten Brote, das Pessach. Das Gottesgeschenk, das Manna, bleibt von nun an aus. Das Volk Israel kann sich wieder selbst versorgen.

### 5. Fastensonntag (Jes 43, 16-21):

Der Exilprophet Jesaja erinnert an den Auszug des Volkes Israels aus Ägypten. Der HERR bahnte einen Weg durch das Wasser und besiegte die Truppen der Ägypter, führte es durch die Wüste und nährte und tränkte es. Der HERR handelt aber nicht nur im Vergangenen. Jesaja und das Volk Israel im Exil (ca. 600-400 v.Chr.) vertrauen darauf, dass der HERR sie aus dem Exil führen wird.

Fünf ganz unterschiedliche Texte. Vom Einzelschicksal Abrahams und der Offenbarung Gottes vor Mose bis hin zur Rettung des Volkes Israel aus Ägypten

und der Hoffnung auf einen Auszug aus dem Exil. Und dennoch eint all diese Texte eins: Gott ist immer der „Gott mit uns“. Der Gott der zu Abraham steht, der Gott der Mose den Auszug aus Ägypten ankündigt und ihn dann vollzieht. Der Gott, der dem Volk Israel auf der Wüstenwanderung beisteht, und der Gott, an den im Exil die Hoffnung auf einen erneuten Auszug herangetragen wird. All diese Texte zeigen, dass Gott mit uns ist, immer und ausnahmslos mit jedem. Der „Gott mit uns“ ist ein erfahrbarer Gott. Nicht in dem Sinne, dass er im Hier und Jetzt etwas ändern wird, sondern ein Gott, der uns immer wieder neu hoffen lässt, dass das Zukünftige besser werden kann, dass sein Reich auf Erden bereits begonnen hat und ein jeder mitverantwortlich dafür ist, dass dieses Reich Wirklichkeit wird. Die Begegnung mit Gott in seinem Wort stellt immer wieder die Frage nach dem eigenen Platz in diesem Auftrag. Welches Glied am Leib Christi bin ich? Um diese Frage immer wieder neu beantworten zu können – ohne Anspruch auf vollständige Klärung –, benötigt es Zeit. Zeit für sich und das Wort Gottes. Dazu scheint die Fastenzeit der richtige Zeitpunkt. In diesem Sinne hoffe ich, dass der ein oder andere in der Fastenzeit die Bibel zücken wird und wünsche eine ganz persönliche Begegnung mit Gott in seinem Wort.

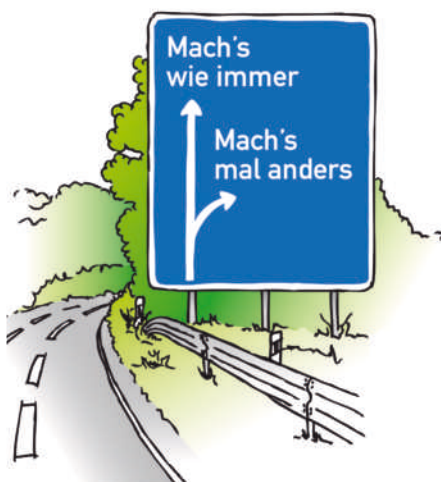


Bild: Sarah Frank; [www.pfarreibriefservice.de](http://www.pfarreibriefservice.de)

## Von der Aktualität einer alten Tugend

Warum fällt es uns so schwer, uns zu mäßigen – obwohl doch mittlerweile offensichtlich ist, dass unsere Art zu wirtschaften und zu leben nicht zukunftsfähig ist? Ist der Mensch überhaupt in der



Lage, sich zu beschränken, und wenn ja, unter welchen Bedingungen? Welche Rolle spielen dabei Erziehung und Bildung? Antworten gibt Thomas Vogel in seinem Buch „Mäßigung. Was wir von einer alten Tugend lernen können“.

Seit über 2000 Jahren sind sich die Philosophen einig: Mäßigung ist der einzige Weg, das Gleichgewicht von Mensch und Natur zu wahren. Und auch aus eigener Erfahrung ist jedem klar: ein „Zuviel“ führt auf Dauer zu Schäden an Körper und Seele. Im Grunde ist längst klar: Mit einem exzessiven Verschwendungs-, Produktions- und Lebensstil befördern wir nicht nur die Zerstörung der natürlichen Umwelt – wir werden darüber hinaus auch selbst nicht glücklich. „Mäßigung hat nichts mit der Einschränkung unserer persönlichen Freiheit zu tun, vielmehr kann sie zu einem lustvollen und befreiten Leben führen“, ist sich Thomas Vogel sicher, für den die Grenzen des Wachstums schon lange überschritten sind. In seiner Schrift zur Mäßigung taucht er tief in die Philosophiegeschichte dieser Kardinaltugend ein, betrachtet sie aus ökonomischer, philosophischer und psychologischer Sicht und hilft uns dabei, zu einem zufriedeneren Leben (zurück) zu finden.

Thomas Vogel „Mäßigung. Was wir von einer alten Tugend lernen können“, 192 Seiten, Paperback, ISBN 978-3-96238-065-6, 17 Euro

# Was wir von Pflanzen lernen können.

*Klaus Faßbender berichtet von seinen Erfahrungen als Gärtner.*

Klaus Faßbender ist Gärtner. Er gräbt die Erde um, pflanzt den Strauch, mäht den Rasen, schneidet Hecke und Baum. Für andere. Der Mond hilft ihm dabei. Klaus Faßbender ist ein glücklicher Mensch. Warum? Weil er von den Pflanzen gelernt hat. Nicht nur das Maß halten.

**Herr Faßbender, wie kam es, dass Sie sich für den Gärtnerberuf entschieden haben?**

Klaus Faßbender: Ich war 14 und wollte mir etwas dazu verdienen. Deshalb habe ich in der Nachbarschaft angeboten, in den Gärten zu helfen. Zuerst habe ich hauptsächlich den Boden umgegraben. Später hatte ein Gärtner aus dem Ort Hilfsarbeiten für mich. Da habe ich viel über Pflanzen gelernt. Und es hat mir Spaß gemacht. Mit 16 wollte ich die Schule verlassen und Gärtner werden.

**Und was sagten Ihre Eltern dazu?**

K. Faßbender: Mein Vater – er war Lehrer – fand das gar nicht gut. Ich sollte studieren. Wir einigten uns dann erst einmal darauf, dass ich das Abitur mache. Nach der Bundeswehr habe ich dann in Düren an der Baumschule mit meiner Ausbildung begonnen – gegen den Willen meines Vaters. Eine Handwerksausbildung war ihm nicht gut genug.

**Haben Sie die Entscheidung irgendwann bereut, nicht studiert zu haben?**

K. Faßbender: Nein, nie. Ich bin in meinem Beruf sehr glücklich.



**Können Sie das näher erklären?**

K. Faßbender: Wir Menschen können viel von der Natur lernen, wenn wir nur richtig hinschauen. Die Generation meiner Großeltern wusste das noch und hat sich die Weisheit der Pflanzen zu Nutzen gemacht – zum Gedeihen der Natur und für ihr eigenes Wohl. Heute ist vieles von dem Wissen verlorengegangen. Der Mensch dachte, er kann es besser und begann, in das symbiotische Gefüge der Natur rücksichtslos einzugreifen. Ich selbst musste vieles erst wieder lernen, was für meine Oma selbstverständlich war.

**Das wäre?**

K. Faßbender: Zum Beispiel der Umgang mit Zeit. Eine Pflanze nimmt sich die Zeit fürs Wachsen, die sie braucht. Lässt man ihr die Zeit, wird sie stark und gesund. Aber der Mensch ist ungeduldig, möchte, dass die Blume, der Strauch schneller wächst. Eine Hand

voll Blaukorn und schon werden deren Zellen größer, der Stängel länger. Leider auch dünner und er bricht. Es fällt uns Menschen schwer, maßvoll mit Zeit umzugehen. Vielleicht, weil wir – im Gegensatz zu Pflanzen – zu wenig in Kreisläufen denken. Der Mensch lebt eben nur eine begrenzte Zeit, seine Leistungsphase, in der er alles schaffen will, ist kurz. Wir werden immer schneller, vor allem durch die Digitalisierung. Die Natur zeigt uns, was passiert, wenn wir Grenzen überschreiten. Im Kleinen, wenn der Stängel bricht, wie im Großen, wenn Staudämme brechen, Regionen austrocknen, Stürme übers Land fegen.

**Was bedeutet dieses Wissen für Sie persönlich?**

K. Faßbender: (Bolonka-Hund Chili döst in seiner Armbeuge) Ich achte auf meine Grenzen und auf das, was die Natur an Eingriffen durch den Men-

schen verkraftet. Als Gärtner arbeite ich züchtig, aber achtsam. Mein Team – wir sind fünf – geht nicht mit schwerem Gerät in die Gärten, sondern möglichst mit dem Spaten, der Schere, der Säge. Eine lockere, lebendige Humusschicht ist die halbe Miete. Mikroorganismen und Insekten, deren aufeinander abgestimmtes Miteinander im Boden, sie sorgen dafür, dass es den Pflanzen gut geht. Walze ich den Boden mit einem Bagger platt, verdichte ich die obere Schicht und zerstöre ein perfekt funktionierendes Ökosystem. Wichtig ist das richtige Maß also auch hier. Genauso beim Klettern in die Bäume. Früher waren für mich 30m kein Problem. Heute bin ich nicht mehr so mutig, vielleicht auch nicht mehr so fit und belasse es bei der Hälfte. Ich könnte noch 1000 Beispiele nennen...

### Erzählen Sie!

K. Faßbender: Die Zeitdauer und der Zeitpunkt sind zentrale Themen in der Natur, die ich noch einmal genauer beleuchten will. Hier kommt der Himmel ins Spiel (lacht). Ich arbeite nach dem Mondkalender und habe die Erfahrung gemacht, dass die alten Bauernregeln auch heute noch stimmen: Wir haben riesige Bäume, die 15 Jahre standen, mit der Hand bei zunehmendem Mond und auf das Sternbild der Wasserzeichen (Fisch, Krebs) verpflanzt. Ohne Probleme. Dagegen: Wenn Sie einen Nadelbaum bei Vollmond kappen, ist die Wahrscheinlichkeit, dass er überlebt, gering. An den Tagen, an denen man das Sternbild des Wassermanns sieht, lässt man den Garten liegen. Bei Jungfrau ist alles machbar mit Erfolg. Schnitтарbeiten an Obstbäumen gelingen besser bei Löwe, Stier und Steinbock, oberirdische Pflanzenarbeiten macht man nach Vollmond, unterirdische nach Neumond.

Hier im katholischen Rheinland hat man sein Pflanzenwissen früher mit den Namenstagen verbunden, für alles gab es den Stichtag, fürs Bohnenpflanzen, fürs Holzhacken, fürs Hecke schneiden. Tja, als dann die Katholischen und die Evangelischen nach dem Krieg auf einmal unanständig durcheinander geheiratet haben, wurden auf einmal nur noch die Geburtstage gefeiert. Die Namenstage gerieten in Vergessenheit. Und damit die Stichtage fürs Gärtner.

### Mir fällt beim Maßhalten noch das Gießen ein.

K. Faßbender: Ja, der Mensch liebt das Übermaß. Meist gießt er die Pflanzen zu stark, greift zu früh in die Selbstheilung der Natur ein. Er kann es nicht ertragen, dass die Pflanze ihre Blätter hängen lässt. Dabei schont sie ihre Ressourcen, entwickelt eine Strategie, um mit der Trockenheit klar zu kommen. Lässt man sie in Ruhe, wird sie kleine Härchen auf den Blättern ausbilden, um die Oberfläche zu vergrößern, damit sie bei Regen mehr Wasser aufnehmen kann. Mit dem voreiligen Gießen stirbt sie, landet auf dem Müll. Eine neue ist ja schnell gekauft.

Ich bin immer wieder überrascht, wie gut es der Natur teilweise gelingt, auch schwierige Situationen wieder in den Griff zu bekommen. Ich denke daran, wie sie für das Überleben von Pflanzen sorgt, wenn es zu viele Blattläuse gibt. Die Natur lässt männliche Exemplare bei einer Temperatur unter 14 Grad Celsius sterben. Es überleben nur die Weibchen, die Flügel besitzen und die Pflanze verlassen können.

Ebenso intelligent und ihrer Grenzen bewusst agiert die Pflanze bei ihrer Standortwahl: Eine Brennnessel, die einen stickstoffreichen Boden benötigt, würde von Natur aus nicht auf magerem

Boden wachsen, da sie dort nicht gedeihen könnte. Gleichfalls sucht sich der Samen einer Schattenpflanze keinen sonnigen Standort. Die Pflanze bleibt ihrem Standort treu, weil sie weiß, dass es ihr dort am besten geht! (Faßbender lacht)

### Ja, genau wie Sie! Danke für das Gespräch, Herr Faßbender!



Klaus Faßbender wurde 1964 geboren, wuchs in Kerpen Mödrath auf und lebt heute noch dort. Seit 38 Jahren ist er Gärtner mit Leidenschaft. Seine Arbeiten orientiert er am Mondkalender.

Bild: Susanne Schwister

**Wer einen Tag lang glücklich sein will, der betrinke sich.**

**Wer ein Jahr glücklich sein will, der heirate.**

**Wer ein Leben lang glücklich sein will, der werde Gärtner.**

*(chinesisches Sprichwort)*

# Fasten mit Maß und Ziel

## Fasten und Heilfasten aus ärztlicher Sicht

Frau Dr. Janine Schmidt praktiziert als Ärztin in einer Gemeinschaftspraxis in Kerpen und hat sich trotz aller Zusatzbelastungen zur Coronapandemie dankenswerterweise für ein Gespräch zur Verfügung gestellt. Sie findet Fasten mit einem Ziel und in Maßen gut. Auf diese Weise kann Fasten einen mental stärken und leistungsfähiger machen. Auch ohne strenges Heilfasten kann man seinen Körper von üppiger Nahrung entwöhnen. Sie selbst hatte vor Jahren nach drei Wochen Gemüsesuppe ihr Fastenziel erreicht und danach ihre Ernährung auf Dauer umgestellt. Das ist nicht vergleichbar mit Diäten, die nach der Diät durch die Wiederaufnahme alter Essgewohnheiten einen JoJoeffekt haben.

Jeder gesunde und erwachsene Mensch kann sich in Intervallen ein- bis zweimal im Jahr ein wirkliches Fasten

vornehmen und mit einem bestimmten Ziel auch halten. Dabei wären mögliche Ziele zum Beispiel:

- leistungsfähiger zu werden,
- den Kopf frei zu haben für wichtigere Dinge,
- abzunehmen bis zu einem Wohlfühlgewicht,
- aktiver und beweglicher zu sein.

Es gibt kein einheitliches Muss beim Fasten, sondern das Maß muss zu einem passen.

Für Schmidt gehören zum Fasten Disziplin und Ausdauer wie auch kleine Belohnungen und ein Wohlfühleffekt. Man sollte das Ziel lieber niedriger ansetzen, als dass man ständig scheitert. Die Fastenzeit war eigentlich eine gute Gelegenheit für das Fasten. Leider, so scheint es ihr, ist es aber aus der Mode gekommen, zu fasten und sich in dieser vorösterlichen Zeit auf verschiede-

ne Weise zu mäßigen und sich auf Wesentliches zu konzentrieren.

Nach diesem Gespräch erschien tagsdrauf in der Kölnischen Rundschau am 19. Januar 2022 ein Artikel von Tanja Wessendorf mit der Frage, warum der Verzicht auf Nahrung oder Alkohol gut für Körper und Psyche ist. Leonhard Wilhelmi ist Leiter der Fastenklinik in Überlingen am Bodensee. Er berichtet, dass dort seit 1953 die Wirkung des Heilfastens erforscht und weiterentwickelt wird. In Kuren von 14 bis 21 Tagen werden die Teilnehmer anfangs ans Fasten herangeführt, dann gibt es einige Tage nur flüssige Nahrung wie Tee, Fruchtsaft und Brühe und danach werden sie wieder ans Essen gewöhnt. Sehr wichtig ist bei dieser Methode auch die körperliche und geistige Entwicklung der Teilnehmer.

Eine Variante zum Heilfasten stellt Professor Andreas Michalsen aus Berlin im gleichen Artikel vor. Er empfiehlt jährlich ein kurzes Heilfasten von fünf bis sieben Tagen und Intervallfasten mit Intervallen für Männer von 16:8 oder für Frauen von 14:10. Die ersten Zeiten gelten für das Fasten die zweiten für das Essen. Er erklärt: „Fasten beeinflusst drei gewaltige Körpersysteme, die auch etwas mit Selbstheilung und Vorbeugung zu tun haben.“ Er beobachtet: „Nach wenigen Tagen sinkt der Blutdruck, der Blutzuckerspiegel normalisiert sich und die Stimmung wird besser. Und was die meisten Menschen auch toll finden: Das Fett schmilzt.“



# „Denn sie lehrt Maß und Klugheit.“

(Weisheit 8,7)

„Ist das Stück Schokolade stärker als ich, wenn es ruft und bittelt: Iss mich?“

Große Dinge sollen in „Mittendrin“ besprochen und vorgestellt werden, sozusagen als Kontrapunkt zu den bekannt gewordenen Verfehlungen der Kirche und besonders der Priester und Bischöfe? Wohl nicht, denn Kardinaltugenden haben nichts gemein mit den Würdenträgern, sondern die Kardinaltugenden sind die vier Haupttugenden (Angepunkte - vom lateinischen *Cardinis*), aus denen gewissermaßen alle anderen moralischen und menschlichen Tugenden entspringen, die aber in der Vergangenheit viele kirchliche Würdenträger nur nach außen benannten, aber nicht danach lebten. Denn die Klugheit lenkt den Verstand, und die Gerechtigkeit leitet den Willen, die Mäßigkeit das Begehren und die Tapferkeit die Zorneskraft. Die Tugend meint die vollkommene und grundsätzliche Hinordnung auf das Gute. Theoretisch ist das ganz einfach, da sich der tugendhafte Mensch nicht nur im Allgemeinen für das Gute entschieden hat, sondern mit Haut und Haaren. Zu Beginn der Fastenzeit wissen wir: Jeder Mensch weiß, dass er Maß halten soll.

So wird schon im Alten Testament die Tugend des Maßhaltens gelobt. Das Buch Jesus Sirach sagt: „Folge nicht deinen Begierden. Von deinen Gelüsten halte dich fern.“ (Sir 18, 30). Im Neuen Testament heißt es im Titusbrief: „Besonnen, gerecht und fromm lasst uns leben in dieser Welt in der seligen Hoffnung auf die Ankunft unseres Retters Jesus Christus.“ (Tit 2, 12). Damit wäre ein Zweck der Mäßigung benannt. Wir sollen warten auf Gott und unser Leben

auf Gott aufbauen, d.h. Hoffnung haben, dass es besser wird. Dabei geht es nicht darum, dass wir nach einem „Kater“ hoffen, es wird wieder besser mit dem Kopfweh, sondern dass wir in den Wirren des Lebens, angesichts von Not und Leid, auf den Schöpfer der Welt, Gott, vertrauen und Ordnung bringen in unser menschliches Chaos. Denn wir wissen, dass wir nicht alles tun sollten,

koholgenuss seit Karneval drastisch reduziert wurde. Wenn dem so ist, dann wird das schon gesehen. Mäßigung bedeutet somit, dass sich der Mensch selber in den Blick nimmt, sich als Gott gewollt ansieht, mit Stärken und Schwächen. Als „mäßiger“ Mensch sieht er, was er wirklich braucht und nötig hat, aber auch, was zu viel oder zu wenig ist.



was wir können, sondern uns beschränken müssen, um ein „geordnetes“ Leben zu führen. Überall sich einschränken, Grenzen ziehen, außer in der Nächstenliebe. Hier sollen wir dem Beispiel Gottes folgen, der uns Menschen grenzenlos und maßlos liebt.

In Acht nehmen sollten wir uns aber davor, dass wir vor lauter Mäßigung und maßvollem Leben nicht eitel werden. Nur weil wir es schaffen, maßvoll zu leben, sind wir nicht bessere Menschen als die „Unvollkommenen“. Das bedeutet in der Fastenzeit nicht damit „prahlen“, wie die Pfunde purzeln und der Al-

Auf diese Weise wird das kleine Stück Schokolade zum Zeichen für ... immer mehr und weiter essen, eben maßlos. Oder zum Symbol, dass ich mir etwas gönne und voll Genuss am Geschmack esse. Eben ein Stück und nicht die ganze Tafel, weil ich eben weiß, was mir guttut und Freude bereitet.

Ich wünsche Ihnen eine friedvolle und gesunde Fasten- und Osterzeit, voll Maß und Tugend. Möge uns der auferstandene Herr Jesus Christus Hoffnung schenken und die Liebe in uns stärken.

Ihr Ludger Möers, Pfr.

# AIR-MAIL FÜR KIDS



© MarySan2000 - Fotolia.com

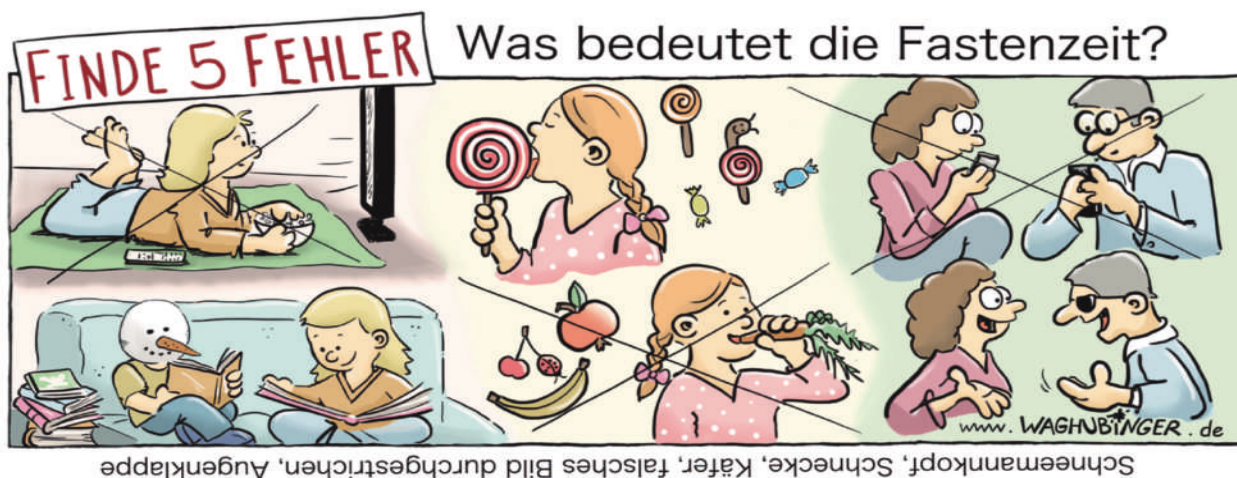
Wenn ihr Lust habt, schreibt mir eine Email:  
[mittendrin@kerpen-sued-west.de](mailto:mittendrin@kerpen-sued-west.de)

## Was bedeutet die Fastenzeit?

Direkt nach Karneval, am sogenannten Aschermittwoch, beginnt die Fastenzeit. Sie dauert sechseinhalb Wochen – 40 Tage, da die Sonntage nicht mitgezählt werden. Nach der Fastenzeit feiern wir direkt Ostern.

Doch was bedeutet jetzt die Fastenzeit? Wenn ihr in Zeitschriften schaut, die in diesen Tagen an einem Kiosk angeboten werden, scheint es vor allem um das Abnehmen zu gehen, um Diäten, darum schlanker zu werden. Pünktlich zur Fastenzeit eine Frühlingsdiät! Doch darum geht es in der Fastenzeit nicht, auch wenn die Menschen eingeladen sind, auf etwas zu verzichten, was ja auch etwas zum Essen sein kann. Ihr zum Beispiel

auf Süßigkeiten. Aber der Sinn ist nicht, auf etwas zu verzichten, um zum Beispiel schlanker zu werden, sondern um sich auf das Leiden und Sterben Jesu vorzubereiten. Das steht nämlich am Ende der Fastenzeit, am Karfreitag. Deshalb heißt die Fastenzeit auch Passionszeit. Passion ist ein lateinisches Wort und heißt Leiden. Nicht wir selbst sollen leiden, sondern wir bereiten uns vor auf das Leiden Jesu. Indem wir vielleicht in der Bibel lesen, anderen Menschen helfen, den Geschwistern und Eltern zum Beispiel. Indem wir nicht so sehr an uns denken, sondern an andere, wie Jesus nicht an sich gedacht hat, sondern an uns.



Schneemannkopf, Schnecke, Käfer, falsches Bild durchgestrichen, Augenklappe

Bergmoser & Höller Verlag

# GOTTESDIENSTE IN DER KARWOCHE

## GRÜNDONNERSTAG – ABENDMAHLMESSEN

- 18.00 St. Quirinus, Mödrath,  
Familienmesse
- 18.00 St. Kunibert, Blatzheim  
anschl. Anbetung
- 19.00 St. Michael, Buir,  
anschl. Ölbergstunde
- 20.00 St. Rochus, Tümnich/Balkhausen  
anschl. Anbetung
- 20.00 St. Martinus, Kerpen
- 21.00 St. Martinus, Kerpen,  
Betstunde der Kolpingsfamilie

## KARFREITAG – LITURGIE VOM LEIDEN UND STERBEN JESU CHRISTI

- 15.00 St. Quirinus, Mödrath,  
Familienliturgie
- 15.00 St. Kunibert, Blatzheim,  
Familienliturgie
- 15.00 St. Michael, Buir
- 15.00 St. Rochus, Tümnich/Balkhausen
- 15.00 St. Joseph, Brüggen,  
Familienliturgie
- 15.00 St. Martinus, Kerpen
- 19.00 St. Martinus, Kerpen,  
Prozession zu den 7 Fußfällen  
Stiftsstr./Schützenstr.

## KARSAMSTAG –

### FEIER DER OSTERNACHT

- 12.00 St. Martinus, Kerpen,  
Mittagsgebet am Hl. Grab
- 21.00 St. Rochus,  
Tümnich/Balkhausen
- 21.00 St. Quirinus, Mödrath
- 21.00 St. Kunibert, Blatzheim

## OSTERSONNTAG – FEIER DER AUFERSTEHUNGSMESSE

- 05.30 St. Joseph, Brüggen,  
Auferstehungsmesse
- 05.30 St. Michael, Buir,  
Auferstehungsmesse
- 05.30 St. Martinus, Kerpen,  
Auferstehungsmesse
- 09.30 St. Rochus  
Tümnich/Balkhausen,  
Hochamt
- 09.30 St. Kunibert, Blatzheim,  
Hochamt
- 10.00 St. Martinus, Kerpen,  
Hochamt mit Taufe
- 11.00 St. Michael, Buir,  
Familienmesse
- 11.30 St. Quirinus, Mödrath,  
Messe

## OSTERMONTAG

- 09.00 St. Martinus, Kapelle  
St. Albanus und  
Leonhardus, Manheim
- 09.30 St. Kunibert, Blatzheim
- 09.30 St. Rochus, Tümnich/Balkhausen
- 10.00 St. Martinus, Kerpen
- 11.00 St. Joseph, Brüggen
- 11.00 St. Michael, Buir
- 11.15 St. Quirinus, Mödrath

## Aschermittwoch

- 09.00 St. Quirinus, Mödrath
- 17.30 St. Joseph, Brüggen
- 18.00 St. Kunibert, Blatzheim
- 19.00 St. Martinus, Kerpen
- 19.00 St. Rochus, Tümnich/Balkhausen
- 19.30 St. Michael, Buir

## Weltgebetstag der Frauen 04.03.

- 15.00 St. Martinus u. St. Quirinus,  
in der ev. Johanneskirche,  
Kerpen, Filzengraben
- 16.00 St. Rochus u. St. Joseph  
in der ev. Lukaskirche,  
Brüggen
- 17.00 St. Kunibert, Blatzheim in der  
ev. Johann-Bugenhagen-Kirche
- 17.00 St. Michael, Buir  
in der ev. Kirche, Bahnstraße

## Frühschichten in der Fastenzeit

- Mi 07.00 St. Joseph, Brüggen
- Sa 07.30 St. Kunibert, Blatzheim

## Kreuzwegandachten

- Do 16.45 St. Rochus, Tümnich/Balkhausen
- Fr 17.00 St. Quirinus, Mödrath
- Fr 17.30 St. Joseph, Brüggen
- Fr 18.00 St. Kunibert, Blatzheim
- Fr 18.00 St. Michael, Buir

## Maiandachten

- Di 18.00 St. Kunibert, Blatzheim
- Do 16.45 St. Rochus, Tümnich/Balkhausen
- Do 19.05.  
18.00 St. Martinus, Kerpen
- Fr 17.30 St. Joseph, Brüggen
- Fr 18.00 St. Michael, Buir
- Fr 18.00 St. Quirinus, Mödrath

**Die hier genannten Angaben zu Gottesdiensten können sich, der Corona-Pandemie geschuldet, ändern. Bitte beachten Sie deshalb immer die zeitnahen Hinweise im „Aktuell“ und im Schaukasten.**

## WEITERE GOTTESDIENSTE

### April

- 02. 18.00 St. Rochus, Tümic/Balkhausen, Friedensgang ab Bauernhof Köllen
- 02. 18.00 St. Martinus, Kerpen, Osterkommunion der St. Sebastianus Schützenbruderschaft
- 08. 18.00 St. Martinus, Kerpen, Bußgang nach Langenich
- 08. 19.00 St. Martinus, Kerpen, Messe in der Scheune Fischenich in Langenich
- 10. 09.30 St. Kunibert, Blatzheim, Palmweihe auf dem Pfr. Wolters Platz, anschließend Messe in der Kirche
- 10. 09.30 St. Rochus, Tümic/Balkhausen Palmweihe am Friedhof Tümic, anschl. Prozession zur Kirche, dort Messe
- 10. 10.00 St. Martinus, Kerpen, Palmweihe am Brunnen, Kirchstr., anschl. Messe und Gemeinschaftskommunion d. Kolpingsfamilie
- 10. 11.00 St. Josef, Brügggen, Palmweihe am alten Pfarrhaus, St. Joseph Str. 16, anschl. Prozession zur Kirche und Messe
- 10. 11.00 St. Michael, Buir, Palmweihe vor der Kirche, anschl. Messe
- 10. 11.00 St. Quirinus, Mödrath, Palmweihe auf dem Friedhof, anschl. Messe
- 21. 09.00 St. Martinus, Kerpen, Jubelkommunion in der Kapelle St. Albanus u. Leonhardus

### Mai

- 04. 15.00 St. Martinus, Kerpen, Messe der kfd, anschl. Frühlingsfest
- 08. 10.00 St. Martinus, Kerpen, Jubelkommunion
- 08. 11.00 St. Michael, Buir, Jubelkommunion
- 26. 04.15 St. Kunibert, Blatzheim, Aussendungsmesse d. Pilger d. Matthiasbruderschaft

Aufgrund der Datenschutzbestimmungen werden die Amtshandlungen ausschließlich in der gedruckten Ausgabe veröffentlicht.

## BESONDERE TERMINE

### April

- 07. St. Martinus, Kerpen, Wallfahrt der kfd nach Grefrath
- 10. St. Martinus, Kerpen, Wanderung durch Manheim-neu ab Kapelle St. Albanus + Leonhardus

### Mai

- 08. St. Martinus, Kerpen Sammlung für das Müttergenesungswerk





## Misereor-Ausstellung in unserem Seelsorgebereich

In Kooperation mit dem Europagymnasium stellen wir im Zeitraum vom 11. März bis 11. April die Foto-Ausstellung „Auf kleiner Flamme“ von Misereor aus. Die Ausstellung macht die Erfahrung von Energiearmut auf einleuchtende Weise nachvollziehbar: Sie findet im Dunklen statt! Die Besucher schauen sich die außergewöhnlichen Fotografien von Eduardo Sorteras Jalil mit Taschenlampen an. Die Ausstellung wird in St. Quirinus, Mödrath zu sehen sein in einem sehr großen, rechteckigen schwarzen Kubus. Es werden zeitnah die Öffnungszeiten bekannt gegeben. Ansprechpartnerin:

dagmar.bilstein@erzbistum-koeln.de  
Tel: 02237-9299039

Spendenkonto Misereor  
PAX-Bank Aachen  
IBAN DE75 3706 0193 0000 1010 10  
Verwendungszweck: Fastenaktion 2022



## Schöpfung bewahren und erneuern

30 Jahre Arbeitskreis Ökologie St. Michael Kerpen-Buir

Seit 30 Jahren setzt sich der Arbeitskreis St. Michael im Gebiet der Stadt Kerpen, aber auch in weiteren Gebieten wie Erftstadt, Elsdorf, Vettweiß, Nörvenich und Merzenich für die Natur, die Umwelt und das Klima ein. Er pflanzt und pflegt einheimische Bäume und Sträucher, setzt sich ein für Steinkäuze und Schleiereulen, Singvögel und Fledermäuse und sorgt für Biotope und grünen Strom. Im Einzelnen gibt es heute:

- 108 Nisthilfen für Steinkäuze mit 39 erfolgreichen Brutpaaren und 140 Jungen im Jahr 2021, auf Streuobstwiesen und Viehweiden.
- 90 Nistkästen für Schleiereulen unter den Dächern von Kirchen und Scheunen.
- Einige Nistkästen für Dohlen, Turmfalken und 16 für Schwalben.
- Wochenstuben für Fledermäuse.
- 40 Nistkästen für Singvögel auf Friedhöfen, Wiesen und Parks.
- 4.700 Bäume und Sträucher entlang von Fließten und Gräben. Sie geben Insekten und Vögeln Nahrung, Schutz und Nistmöglichkeiten. Jedes Jahr kommen etwa 50 Bäume und Sträucher durch Anpflanzung und Naturverjüngung hinzu.
- 40 Obstbäume auf der Wiese am Kindergarten St. Michael und am Pfarrhaus Buir.
- Vier Photovoltaikanlagen auf kirchlichen Gebäuden und zwei Windräder auf Kirchenland in Buir ab 2001.
- Und zwei Laubwälder, die sich inzwischen zu Biotopen unter anderem für Wild und Vögel entwickelt haben.

Wir feierten jedes Jahr einen Tag der Schöpfung. Er begann mit einem Gottesdienst in der Kirche, in dem wir Gott für die Schöpfung dankten und uns unsere Verantwortung für Natur, Umwelt und Klima bewusst machten. Gespräche bei Kaffee und Kuchen rundeten den Tag ab.

Wie geht es weiter?

Wir werden alle unsere Einsätze fortführen und zusätzlich für mehr Eisvögel am Neffelbach sorgen. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie uns bei alledem unterstützen würden.

Rufen Sie uns bitte an.

Antonius Sturm 02275-3809823  
Dr. Martin Häusler 02275-2520125  
Georg Neuhöfer 02275-9199923

## REGELMÄSSIGE MESSEN

### Samstag

- 18.00 St. Quirinus, Mödrath
- 18.30 St. Rochus, Tümmich/Balkhausen

### Sonntag

- 9.30 St. Kunibert, Blatzheim
- 9.30 St. Rochus, Tümmich/Balkhausen
- 10.00 St. Martinus, Kerpen
- 11.00 St. Joseph, Brüggen
- 11.00 St. Michael, Buir
- 11.15 St. Quirinus, Mödrath
- 18.30 St. Martinus, Kerpen

### Dienstag

- 9.00 St. Michael, Buir
- 9.00 St. Quirinus, Mödrath
- 10.00 St. Rochus, Tümmich/Balkhausen  
entfällt bei Seniorenmesse

### Mittwoch

- 9.00 St. Martinus, Kerpen  
entfällt bei Seniorenmesse
- 10.00 St. Joseph, Brüggen

### Donnerstag

- 9.00 St. Martinus, Kerpen in der  
Kapelle Manheim-neu
- 17.30 St. Rochus, Tümmich/Balkhausen
- 19.00 St. Martinus, Kerpen

### Freitag

- 9.00 St. Kunibert, Blatzheim
- 10.00 St. Martinus, Kerpen
- 18.00 St. Joseph, Brüggen

## HINWEIS

Die hier genannten Angaben zu Gottesdiensten und Terminen beruhen auf dem Stand bei Redaktionsschluss. Diese können sich, der Corona-Pandemie geschuldet, ändern. Bitte beachten Sie deshalb immer die zeitnahen Angaben und Hinweise des „Aktuell“, des Schaukastens sowie die Hinweise auf der Homepage unseres Seelsorgebereiches [www.kerpen-sued-west.de](http://www.kerpen-sued-west.de).

Es sei auch darauf hingewiesen, dass für alle Veranstaltungen und Gottesdienste selbstverständlich die jeweils gültigen Schutz- und Hygieneregeln gelten.

### Bekanntmachung Widerspruchsrecht:

Wir veröffentlichen gemäß den Ausführungsrichtlinien zur Anordnung über den kirchlichen Datenschutz – KDO – für den pfarramtlichen Bereich vom 22. Mai 2013 (Amtsblatt des Erzbistums Köln 2013, Nr. 134) kirchliche Amtshandlungsdaten (z. B. Taufen, Erstkommunion, Firmung, Trauung, Weihen und Exequien) und sogenannte besondere Ereignisse. Besondere Ereignisse (Alters- und Ehejubiläen, Geburten, Sterbefälle, Ordens- und Priesterjubiläen) werden mit Name, Vorname und Datum in kirchlichen Publikationsorganen (z. B. Aushang, Pfarrnachrichten und Pfarrmagazin Mittendrin) veröffentlicht, wenn der Betroffene der Veröffentlichung nicht rechtzeitig schriftlich oder in sonstiger geeigneter Form bei der jeweiligen Wohnortpfarrei widersprochen hat. Auf das vorgenannte Widerspruchsrecht des Betroffenen wird hiermit hingewiesen. Eine Veröffentlichung im Internet (z. B. auf den Internetseiten der Kirchengemeinde) erfolgt nicht.

PFARRER  
LUDGER MÖERS

Tel: 02237-3282  
ludger.moeers@erzbistum-koeln.de



PFARRVIKAR  
THOMAS OSTER

Tel: 02237-921947  
thomas.oster@erzbistum-koeln.de



PFARRVIKAR  
FRANZ-JOSEF PITZEN

Tel: 02275-9183943  
franz-josef.pitzen@erzbistum-koeln.de



DIAKON  
HARALD SIEBELIST

Tel: 02275-913404  
harald.siebelist@erzbistum-koeln.de



GEMEINDEREFERENTIN  
CLAUDIA OVERBERG

Tel: 02237-9799560  
claudia.overberg@erzbistum-koeln.de



GEMEINDEREFERENTIN  
DAGMAR BILSTEIN

Tel: 02237-9299039  
dagmar.bilstein@erzbistum-koeln.de



PFARRER I.R.  
GEORG NEUHÖFER

Tel: 02275-9199923



PFARRER I.R.  
ENGELBERT ZOBEL

Tel: 02237-55752



### St. Martinus, Kerpen

Stiftsstraße 6      Telefon: 02237-2316  
50171 Kerpen      Telefax: 02237-55640  
st.martinus@kerpen-sued-west.de

Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag 9.00 – 11.00 Uhr  
Donnerstag 16.00 – 18.00 Uhr  
Pfarrbüro-Team: Barbara Ernst, Anke Grabowitz, Anja Gramm

### St. Quirinus, Mödrath

Kirchplatz 3      Telefon: 02237-922616  
50171 Kerpen-Mödrath      Telefax: 02237-922617  
st.quirinus@kerpen-sued-west.de

Dienstag und Donnerstag 9.30 – 11.00 Uhr  
Mittwoch 16.00 – 18.00 Uhr  
Pfarrbüro-Team: Ulrike Carlier und Monika Welter

### St. Kunibert, Blatzheim

Dürener Straße 278      Telefon: 02275-246  
50171 Kerpen-Blatzheim      Telefax: 02275-911062  
st.kunibert@kerpen-sued-west.de

Montag, Dienstag und Donnerstag 10.00 – 11.30 Uhr  
Dienstag 16.00 – 18.00 Uhr  
Pfarrsekretärin: Birgit Davepon

### St. Michael, Buir

Eichemstraße 4      Telefon: 02275-360  
50170 Kerpen-Buir      Telefax: 02275-5769  
st.michael@kerpen-sued-west.de

Montag, Dienstag, Mittwoch 9.00 – 11.00 Uhr  
Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr  
Pfarrsekretärin: Hilde Pohl

### St. Joseph, Brüggen

Hubertusstraße 6      Telefon: 02237-7475  
50169 Kerpen-Brüggen      Telefax: 02237-975617  
st.joseph@kerpen-sued-west.de

Montag und Freitag 9.00 – 11.00 Uhr  
Mittwoch 16.00 – 18.00 Uhr  
Pfarrsekretärin: Anja Gramm und Anne Lips-Keppeler

### St. Rochus, Balkhausen/Türnich

Heerstraße 160      Telefon: 02237-7335  
50169 Kerpen-Türnich      Telefax: 02237-9799700  
st.rochus@kerpen-sued-west.de

Dienstag und Freitag 9.30 – 12.00 Uhr  
Donnerstag 16.00 – 18.00 Uhr  
Pfarrsekretärin: Anne Lips-Keppeler

Weitere Informationen unter [www.kerpen-sued-west.de](http://www.kerpen-sued-west.de)

Priesternotruf im Dekanat Kerpen: Tel: 01520-2922884

Telefonseelsorge: 0800-1110111 (Anruf kostenfrei)



*„...Denn sie lehrt  
Maß und Klugheit...“*

*(Weisheit 8,7c)*