



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

*leidenschaftlich
glauben und leben*

Diözesanverband Essen

vor
ORT

02/2021



Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands
Diözesanverband Essen
Zwölfling 16
45127 Essen

Redaktion:

Ulrike Fendrich	Telefon:	0201 / 2204325
Anne-Marie Funken	Telefon	0201 / 5809499
Elisabeth Hartmann-Kulla	Telefon:	02327 / 61853
Barbara van de Lücht	Telefon:	0203 / 6013240
Lydia Schneider-Roos	Telefon:	0209 / 200033

Für Rückfragen und Hinweise
stehen wir Ihnen selbstverständlich gern zur Verfügung.

Druck der Arbeitshilfe:
www.Leodruck.com

Titelbilddesign: Anne Berberich, Michael Jezusek
Bilder: pixbay.com, kfd-Essen

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser der neuen Ausgabe von „kfd Vor Ort“!

Nun stecken wir mitten in der vierten Corona-Welle und trotzdem haben wir uns für unsere neue Ausgabe von „Vor Ort“ für ein anderes Thema entschieden.

Da wir ständig miteinander reden, diskutieren, Sitzungen abhalten und Veranstaltungen planen, haben wir uns für das Thema Kommunikation entschieden.

- ✚ Wie gehen wir miteinander sprachlich um?
- ✚ Wie entsteht ein Konflikt?
- ✚ Wie kann ich Unstimmigkeiten vermeiden?

Sie finden Ideen und Anregungen, wie die Kommunikation in Ihren kfd Gemeinschaften noch besser funktionieren kann.

Unter anderem haben wir für Sie noch folgende Artikel im Angebot: Frau Fendrich verabschiedet sich als Geistliche Leiterin, da sie ab Dezember in den Ruhestand geht. Frau Marlies Hennen-Nöhre stellt sich als neue Geistliche Leiterin vor. Sie wird ab Januar 2021 die Arbeit von Frau Fendrich übernehmen. Das Jahresthema 2022 „weit denken – mutig handeln“ stellen wir Ihnen vor. Sie haben die Möglichkeit eine Namensfeier zu gestalten oder den Anfangsimpuls vom FrauenMahl in Ihren Gemeinschaften zu nutzen. Nicht zu vergessen der Buch- und Filmtipp.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine schöne Advent- und Weihnachtszeit und ein frohes und gesundes Jahr 2022. Passen Sie auch weiterhin auf sich auf und bleiben Sie gesund.

Barbara van de Lücht
(Mitglied im Diözesanvorstandsteam)

Lebendige Frauengemeinschaft

Ich und Du ... und so weiter – das kleine Einmaleins der Kommunikation

„Belebt die Gemeinschaft! ... Nur wo Austausch ist, kann letztlich Gemeinschaft entstehen. Auch das ist eine Erkenntnis aus den Corona-Erfahrungen – und vielleicht muss die ein oder andere von uns das auch wieder neu lernen“, so schreibt die Chefredakteurin unserer Mitglieiderschrift, Jutta Laege, im Editorial der aktuellen Ausgabe der Junia. Wir haben erfahren, was wegbricht, wenn die gewohnten sozialen Kontakte nicht möglich sind, und wie erst durch das Fehlen der sozialen Kontakte ihre Wertschätzung gesteigert wird. „Belebt die Gemeinschaft!“

Wir im Reaktionsteam von kfd vor Ort haben überlegt, dass gelebte Gemeinschaft davon sehr geprägt ist, wie wir miteinander umgehen, miteinander reden, zwischenmenschliche Beziehungen gestalten, auch in der kfd-Gemeinschaft und dass die bewusste Auseinandersetzung damit, **ein Thema für eine Gruppenstunde/eine Frauenrunde** sein könnte. Denn in und durch Sprache erleben wir einander, formen wir unsere menschlichen Beziehungen, erleben wir uns selbst.

Es geht um das Miteinander

Täglich reden wir miteinander, hören wir einander zu, informieren, streiten, beten wir ... - alles mittels unserer Sprache. „Gespräch war gestern“, lautete vor einiger Zeit die Überschrift über einem Zeitungsartikel. Mittlerweile ist ein Leben ohne Internetzugang, Smartphone oder Handy für viele unvorstellbar. Wir tippen immer mehr und immer schneller, reden nicht mehr, wir schreiben mal schnell 'ne Mail oder nutzen Whatsapp oder einen Videoanruf, um miteinander in Kontakt zu treten. Das kann viele Vorteile haben, wie jetzt in Zeiten der Kontaktbeschränkungen während der Corona-Pandemie, aber auch zu negativen Konsequenzen führen, wenn die E-Mail-Flut unsere Sprachfähigkeit

ertränkt, Begegnungen in der realen Welt ersetzt werden durch virtuelle Kontakte.

Sammeln Sie einmal, was Ihnen einfällt, wozu wir alles Sprache brauchen und wie wir sonst miteinander in Kontakt treten.

Alle diese verschiedenen Vorgänge fasst man unter den Begriff „Kommunikation“. Kommunikation geschieht dabei so selbstverständlich und alltäglich, dass uns meistens nicht bewusst wird, welche Voraussetzungen sie hat und nach welchen Regeln sie funktioniert.

Der Mensch ist ein Gewohnheitstier, sagt eine Redewendung. Und: Gewohnheiten, auch eingeschliffene Kommunikations-Gewohnheiten, lassen sich nur schwer verändern, sagt die Erfahrung. Der erste Schritt zur Veränderung aber besteht darin, dass ich anfangs über meine Gewohnheiten nachzudenken.

Eigentlich ist Miteinanderreden in seiner Grundstruktur ja so eindeutig wie 1+1: Es ist ein Wechsel von Senden und Empfangen – eine sagt etwas und die andere hört zu.

Aber im realen Leben wie im Spiel „Stille Post“ kommt „psychologischer Nebel“ ($1+1=3$) hinzu, wie die Trainerin Vera Birkenbihl das nennt. Gemeint ist damit all das, was unser Miteinanderreden unwillkürlich beeinflusst: Stimmungen und Gefühle, die Situation, in der wir miteinander sprechen und die Beziehung, die zwischen den Gesprächspartnern und -partnerinnen besteht. Was Kommunikation schwierig macht, ist die Tatsache, dass Menschen miteinander reden, die ihre je eigene Geschichte haben, die an diesem Tag schlechte oder gute Laune haben, müde oder aufgeregt sind, oder, oder ... In der Kommunikation gibt es keine „reinen“ Informationen. *„Es gibt also drei Wahrheiten: meine Wahrheit, deine Wahrheit und die Wahrheit.“ (Weisheit aus Asien)*

Die Kommunikationsforschung, die uns einige Wegweiser für eine verbesserte Kommunikationsfähigkeit anbietet, lehrt, dass Kommunikation immer ein Wechselprozess ist. Zwischen zwei oder mehreren Personen geschieht etwas, wenn sie zusammenkommen – selbst, wenn sie schweigen: „Man kann nicht nicht kommunizieren“ (Paul Watzlawick)

Wenn Blicke töten und Worte schweigen - Der Ton macht die Musik

Kommunikation bedeutet Verhalten jeglicher Art, gleich ob gesprochen, geschwiegen oder geschrieben wird, alles hat Mitteilungsscharakter. Sie ist also Träger des sozialen Geschehens. „Der Psychologe Albert Mehrabian hat Miteinanderreden auf die 7 – 38 – 55 – Prozent Formel gebracht. Die Anteile stehen für die Bedeutung von Körpersprache, Tonfall und Worte. Sie dürfen raten, wie die Zahlen zuzuordnen sind. Es ist kaum zu glauben: sieben Prozent gehen auf das Konto von Wort, 38 Prozent sind Tonfall und 55 Prozent Körpersprache. Auch wenn die genauen Zahlen dieser Formel umstritten sind, weist sie doch darauf hin, welche große Rolle die nichtsprachlichen Anteile bei unseren Gesprächen haben. Dass der Ton die Musik macht, haben wir alle schon erlebt: Bei einem geknurrten ‚Danke‘ oder einem ironischen ‚Das ist aber nett von Ihnen‘ verstehen wir sehr wohl die Botschaft jenseits des bloßen Wortsinns. Zur Körpersprache gehören zum Beispiel Blickkontakt, Lächeln, Stirnrunzeln, die Gestik als Sprache der Hände und Arme, Bewegungen wie Nicken oder Kopfschütteln, Schulterzucken, das sich mit dem Körper Zuwenden oder Wegdrehen, die Körperhaltung, Minimaläußerungen wie ‚Mhm‘.“ (nach Adelheid Widmann, Der Ton macht die Musik, in: Die Mitarbeiterin 5/2007)

Die nicht-sprachlichen Botschaften sind still und machtvoll und verunsichern die Empfängerin/den Empfänger oft stärker als das gesprochene Wort. Nur weil es sich um nicht-sprachliche Signale handelt, heißt das nicht, dass diese weniger deutlich oder weniger verletzend sind als Worte. Oft wagen wir es auch nicht, die nicht-sprachlichen Signale anzusprechen, selbst dann nicht, wenn sie mit dem gesprochenen Wort nicht übereinstimmen und für Irritation sorgen. Was gilt denn, das gesprochene Wort oder die nicht-sprachlichen Signale? Worauf soll ich reagieren?

In Anlehnung an den Kommunikationswissenschaftler Paul Watzlawick gebe ich einige seiner Kernsätze wieder:

1. Es ist unmöglich, nicht zu kommunizieren, das heißt, eine Person kann sich nicht nicht-verhalten. Verhalten hat kein Gegenteil. Schweigen ist zum Beispiel eine vieldeutige Mitteilung, die zu vielen Missverständnissen führen kann. Da der Sachinhalt fehlt, muss das Schweigen aus dem Situationszusammenhang und dem Ausdrucksverhalten der/des Schweigenden gedeutet werden. So gibt es z. B. Tränen des Schmerzes, der Trauer, der Wut, aber auch der Freude. Ein Lächeln kann Zuneigung, Freundlichkeit, aber auch Verachtung bedeuten. Ich nehme es wahr, deute es und reagiere darauf. Aus meiner subjektiven Sicht. Dabei kann ich richtig, aber auch falsch liegen.

2. Jede Kommunikation hat einen Inhalts- und einen Beziehungsaspekt, hat ein Was und ein Wie zum Inhalt. Das „Was“ bezieht sich auf den Inhalt einer Nachricht, aus dem „Wie“ geht hervor, wie der Sender einer Nachricht zum Empfänger der Nachricht steht, was er von ihm hält. Oft zeigt sich dies in der gewählten Formulierung, im Tonfall und anderen nicht-sprachlichen Begleitsignalen. Für diese Seite der Nachricht hat der Empfänger ein besonders empfindliches Ohr und Auge; denn hier fühlt er sich als Person in bestimmter Weise beachtet (oder missachtet) und reagiert entsprechend. Jede von uns hat das mit Sicherheit schon erfahren: Ein Mensch, der mir auf irgendeine Art unsympathisch ist, sagt mir etwas, was ich tun soll. Ich finde das, was er sagt gut und richtig. Aber ich tu es nicht, weil der andere mir unsympathisch ist. Mein Gefühl sträubt sich dagegen und setzt sich gegen meinen Verstand durch. – Aus Trotz. Vielleicht habe ich mich letztendlich aber auch nicht wirklich akzeptiert gefühlt. Im Miteinanderreden lassen sich diese beiden Ebenen für uns nicht immer klar trennen und daraus entstehen viele kleinere und größere Kommunikationspannen. Die folgenden Sätze z. B. können - je nach Tonfall und Situationszusammenhang – auch das Gegenteil des wörtlichen Inhalts bedeuten.

Das hast du ja gut gemacht!

Tatsächlich, ein hübsches Kleid!

Natürlich komme ich gerne!

3. Kommunikation ist Aktion und Reaktion. Dabei hat häufig jede Person den Eindruck, dass sie nur reagiert, während die andere Person agiert. Daraus kann der Teufelskreis entstehen: „Weil du so bist – denkst – handelst ...muss ich so reagieren.“ „Du hast angefangen“, „nein Du ...“ Der Streit eskaliert, wenn in dieser Weise fortgefahren wird.

4. Kommunikation hat sprachliche und nicht-sprachliche Anteile, z. B. Gestik, Mimik, Körperhaltung (siehe oben). Beide müssen gehört, verstanden und beachtet werden.

Gar nicht so einfach: eigene Wünsche äußern

Aus den genannten Kernsätzen wird deutlich, wie vielschichtig, aber auch wie störanfällig der Kommunikationsprozess ablaufen kann. Durch die individuelle Lebensgeschichte eines Menschen, die Verschiedenheit von Bezugspersonen und Gruppen sowie die Unterschiedlichkeit von Vorerfahrungen kann jede Mitteilung Mehrdeutigkeit auslösen und zu Störungen führen. Hinzu kommen Verallgemeinerungen wie „immer“ und „nie“, oder „wir“ und „man“ (man tut, man sagt, das macht man nicht ...), sowie „Du“-Botschaften statt „Ich“-Botschaften. Deshalb lautet eine wichtige Regel gelungener Gespräche: **keine „Du“-, sondern „Ich“-Botschaften senden.** „Du sprichst Dich **nie** mit uns ab ...“ Hinter einer solchen Botschaft steht der Anspruch, dass wir ein vermeintlich gültiges Urteil über andere fällen. Damit werden Würde und Selbstwert des Gegenübers verletzt. Eine wirklich sachorientierte Auseinandersetzung wird dadurch nicht befördert; denn eigentlich steht hier – unausgesprochen – die Beziehungsaussage im Mittelpunkt, nämlich: „Ich sage Dir, wer Du für mich bist“.

In **Ich-Aussagen** teile ich meine Gefühle, Empfindungen und Gedanken mit. „Ich bin enttäuscht, ich freue mich, ich bin verärgert, ...“ Sie lassen die Gefühle dort, wo sie hingehören – nämlich bei derjenigen, die sie auch tatsächlich fühlt. In Ich-Aussagen kann ich ferner meine Gedanken, Bedürfnisse, Wünsche und Interessen auszudrücken versuchen; ich sa-

ge offen und genau, was ich jetzt wirklich möchte. „Ich wünsche mir, dass Sie/dass Du künftig ...“ löst etwas anderes aus als der übliche Vorwurf. Vorwürfe bewirken im Umgang miteinander oft eine Lähmung. Was also tun, wenn es Kritik gibt, die man loswerden will? Die Alternative lautet: Statt Vorwürfen Wünsche äußern. Mit einem Wunsch benenne ich, was mir wichtig ist und gebe dem Gegenüber die Möglichkeit, Stellung zu beziehen. Ich-Aussagen versuchen das mitzuteilen, was gerade in mir vorgeht. Im Übrigen gilt hier der schöne Spruch: *„Heimliche Wünsche werden unheimlich selten erfüllt“*.

Anstöße für den Alltag:

(mögliche Impulse für einen Austausch zu zweit oder in einer Kleingruppe)

- Erwinnere ich mich, in letzter Zeit ein gutes Gespräch geführt zu haben? Welche Gefühle hatte ich nach dem Gespräch? Warum glaube ich, ist dieses Gespräch gelungen?
- Erwinnere ich mich, in letzter Zeit ein unbefriedigendes Gespräch geführt zu haben? Welche Gefühle hatte ich hinterher? Worin sehe ich die Ursachen für das Misslingen des Gesprächs? Was würde ich heute anders machen, anders wünschen?

Zauberwort „zuhören“

Die Kunst des Miteinander-Sprechens liegt auch in der Fähigkeit zuhören zu können. „Zuhören ist doch wirklich keine Kunst: selbstverständlich kann ich zuhören!“ so könnte eine spontane Äußerung lauten. Es gibt aber Hörschäden, die nicht organisch bedingt sind und deren Heilung unsere eigene Angelegenheit ist. Wichtig für unser Zuhören ist, dass wir uns bewusst sind, wie wir zuhören und was es mit dem Zuhören für unser Gegenüber auf sich hat.

Da ist das **abgestumpfte Ohr**, das sich **verweigernde Ohr** („Ich will davon nichts mehr hören“ / Zuhörenwollen ist ein Entschluss, Nichtzuhörenwollen ist ein anderer.), das **Überhören**, das **Halbhinhören**, das

Überhören der Zwischentöne und Andeutungen, das Aushorchen, das Sich-verhören.

Es gibt viele Formen des Sich-verhörens. Ich höre nicht richtig, habe die Worte nicht deutlich mitbekommen, habe ihren Sinn, den Zusammenhang nicht verstanden. Aus Furcht, mich zu blamieren, frage ich nicht zurück. Lieber ersetze ich mir, was mein Ohr nicht mitgekriegt hat, durch eigene Gedanken. Ich reime mir die Sache zusammen, damit sie möglicherweise stimmig ist (wie beim Spiel „Stille Post“). Durch so etwas entstehen Gerüchte und Missverständnisse, die nur schwer aufzulösen sind. Oder ich höre das, was jemand mir sagen will, befangen. Ich finde diese Person unsympathisch oder habe ein Vorurteil, und dieses überträgt sich auf mein Ohr. Ich höre das, was die/der andere mir mitteilt, nicht so, wie es gemeint ist, sondern so, wie ich es hören möchte. Am Ende hört man nur das, was man hören möchte. Auch sind Worte verschieden zu deuten. Sie können für den, der spricht, eine andere Bedeutung haben als für den, der zuhört. „Wie haben Sie/wie hast Du das gemeint?“

Anstöße für den Alltag:

Bitte beantworten Sie persönlich folgende Fragen:

- Wie erlebe ich mich, wenn ich das Gefühl habe, die/der andere verweigert mir das Ohr, überhört mich oder hört im Gespräch nur halb hin?
- Welche Gefühle löse ich vermutlich im anderen aus, wenn ich mein Ohr verweigere, sie oder ihn überhöre oder nur halb hinhöre?

Tauschen Sie sich darüber in einer Kleingruppe aus.

Wahrnehmen, ohne sofort zu urteilen

Fachleute schätzen, dass sich ein bleibender Eindruck bereits innerhalb der ersten 120 Sekunden einer Begegnung bildet. Wir machen die Erfahrung, dass wir uns ein Bild von dem Menschen gemacht haben, mit dem wir gerade umgehen oder in Beziehung treten müssen. Wir stellen

Vermutungen an, wie oder wer die/der andere ist und ordnen sie oder ihn in unsere Schubladen ein. So tendiert man z. B. bei Menschen, die einem spontan sympathisch sind, das zu übersehen, was nicht ins positive Bild passt. Leider gilt das auch für den umgekehrten Fall. Der „erste Eindruck“ kann nur schwer korrigiert werden. Deshalb müssen wir uns die Fragwürdigkeit bzw. Vorläufigkeit unseres Bildes bewusst machen. Nur so können wir unsere Vorstellung über die andere/den anderen für Veränderungen offenhalten, nur so verhindern wir die Verfestigung unseres „Vor-urteils“.

Damit ein Gespräch gelingt, ist das gegenseitige Ernstnehmen, das gegenseitige Vertrauen wichtig. „Wenn wir an einer wertschätzenden Kommunikation arbeiten, kann sie immer noch da scheitern, wo die Gesprächspartnerin, der Gesprächspartner nicht daran interessiert ist.

Ein Zitat von Hermann Hesse beschreibt die Chance einer gelungenen Kommunikation: *„Jeder Mensch ist liebenswert – wenn er wirklich zu Wort kommt.“* Einer von vielen Gründen, selbst das Wort zu ergreifen und andere zu Wort kommen zu lassen.“ (Adelheid Widmann, Zuhören, wertschätzen, Wünsche äußern: die oft vernachlässigten Grundlagen der Kommunikation in:

Die Mitarbeiterin 6/2007)

„Ein gutes Wort ist wie drei Monate Wärme, ein böses Wort verletzt wie sechs Monate Frost.“ (Aus der Mongolei)

Wir nehmen Menschen wahr, indem wir uns ein Bild von ihnen machen

Unsere Wahrnehmung der sozialen Wirklichkeit ist nicht „objektiv“. Wir sehen die Menschen um uns herum nicht „wie sie sind“, wir machen uns ein Bild von ihnen. In der Praxis geht das so, dass wir aufgrund von Wahrnehmungen und Informationen Menschen Eigenschaften und Absichten zuschreiben. Dabei können uns auch Fehler unterlaufen ...

SIE und ICH

Wenn SIE ihre Arbeit nicht zu Ende führt, ist sie faul.

Wenn ICH meine Arbeit nicht abschließe, bin ich zu sehr beschäftigt und überarbeitet.

Spricht SIE über andere, ist sie ein Klatschmaul.

Tue ICH das gleiche, übe ich wohlgemeinte Kritik.

Verteidigt SIE ihre Sache, ist sie dickköpfig.

Beharre ICH auf meinem Standpunkt, bin ich ein Mensch von Charakter.

Redet SIE nicht mit mir, ist sie hochnäsig.

Rede ICH nicht mit ihr, war ich nicht mit den Gedanken dabei.

Ist SIE freundlich, führt sie etwas im Schilde.

Bin ICH freundlich, ist das so meine angenehme Art.

Schade, dass SIE MIR so gar nicht ähnlich ist.

(aus Indien)

Impulse zum Gespräch:

- Wie ist meine erste Reaktion auf diesen Text?
- Erscheint er mir weit hergeholt oder deckt er sich mit eigener Erfahrung?
- Woher kommt die unterschiedliche Bewertung und wozu dient sie?

Anstöße für den Alltag

Gespräch in Kleingruppen

„Es ist schwieriger, eine vorgefasste Meinung zu zertrümmern als ein Atom“.

(Albert Einstein)

- Wie bilde ich mir meine Meinung über andere Menschen?
- Worauf achte ich, wenn ich zum ersten Mal mit einem Menschen zusammentreffe?
- Habe ich die Erfahrung gemacht, dass ich eine erste Einschätzung eines anderen Menschen bei näherem Kennenlernen revidieren musste? Was hat dazu geführt?

Gebet zum Abschluss:

Einander tragen

Mit ausgeruhten Augen sind wir
wieder fähig, genau hinzuschauen und
zu sehen, wie Menschen leben.

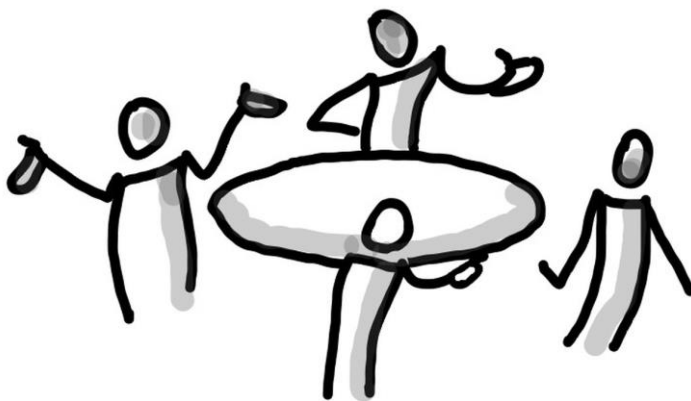
Mit ausgeruhten Ohren fällt es uns
wieder leichter, aufmerksam zu sein
und zu hören, was jemand sagen möchte.

Mit ausgeruhtem Mund finden wir
wieder das treffende Wort.

Gott, unserer Zuversicht, hilf uns,
einander zu tragen, mutig zu sein,
uns ins Unbekannte zu wagen.
Lass deinen Geist in uns fließen.

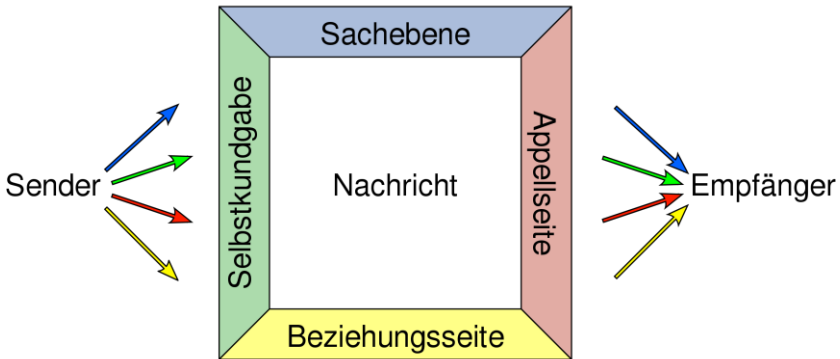
Ilse Weisgerber

*Lydia Schneider-Roos, Geistliche Leiterin im kfd-Pfarrverband Propstei
St. Augustinus, Gelsenkirchen*



Das vier Ohren Modell

Öffnen wir unsere Ohren für die 4 Seiten einer Nachricht



Jede Medaille hat zwei Seiten, das ist sehr bekannt. Dass aber jede Nachricht vier Seiten hat, das haben drei kfd Frauen - Anke Kampmann, Anne-Marie Funken und Bärbel van de Lücht - in dem Kompaktkurs „Engagiert im Leitungsamt“ unter dem Thema ‚Kommunikation‘ in Mainz kennenlernen dürfen.

Kommunikation mit unseren Mitmenschen findet täglich über Worte, Gestik und beim Anblick „ohne Maske“ über die Mimik statt. Wie wertvoll der Blick in das freie Gesicht einer anderen Person ist, stellen wir zurzeit pandemiebedingt öfter fest. Gerne mögen wir ein positives Miteinander im Gespräch, manchmal gibt es aber auch die sogenannten Kommunikationsprobleme. Um Missverständnissen und Unstimmigkeiten besser zu begegnen, um Ärgernissen vorzubeugen, haben wir überlegt, wie wir in Konfliktsituationen am besten miteinander sprechen können. Das fällt oft nicht leicht!

Ein höfliches Runterschlucken hilft bei Ärger nicht, schadet eher der Gesundheit und so einen großen Wald zum laut herausschreien hat frau auch nicht immer in der Nähe.

Wir haben eine wirksame und hilfreiche Methode von dem Hamburger Kommunikationspsychologen Friedemann Schulz von Thun kennengelernt:

Die vier Seiten einer Nachricht, mit vier Ohren empfangen

Bei den vier Seiten einer Nachricht geht es vor allem darum, wie ich die Nachricht höre. In zahlreichen Sprichwörtern erkennen wir, wie wichtig das Sinnesorgan „Ohr“ für die Menschen ist:

Ganz Ohr sein, die Ohren auf Durchzug stellen, auf seinen Ohren sitzen, auf taube Ohren stoßen, jemanden die Ohren volljammern.

Auch kann frau sich die Nacht um die Ohren schlagen, jemanden das Fell über die Ohren ziehen und viele kennen den Ausspruch: Dein Wort in Gottes Ohr!

Manche Melodie geht ins Ohr, früher sollten sich Kinder etwas hinter die Ohren schreiben und bevor es Sie fast schon vor Neugierde in den Ohren juckt, geht es nun weiter mit den 4 Seiten einer Nachricht anhand eines Beispielsatzes:

Marlene sagt zu Marie: „Die Wolle für deine Mütze ist rosa.“

Es gibt eine Senderin, Marlene, und eine Empfängerin, Marie. Zwischen ihnen steht die Botschaft: Die Wolle für deine Mütze ist rosa.

Die Senderin hat eine verschlüsselte Botschaft und übergibt die Botschaft an die Empfängerin, die diese für sich entschlüsseln muss.

Jede Nachricht, die frau jemanden sagt, hat vier verschiedene Seiten oder Ebenen. Dabei ist es immer egal, ob frau das bewusst möchte oder nicht.

Wie kommt die Nachricht der Senderin bei der Empfängerin an?

1. Seite: auf der Sachebene:

Marlene: „Die Wolle für deine Mütze ist rosa.“

Marie: „Die Wolle für meine Mütze ist rosa.“

Die Empfängerin nimmt den Satz so an.

Einfach, sachlich, ohne Emotionen, so finden allerdings kaum Gespräche statt.

2. Seite: auf der Beziehungsebene

Marlene: „Ich habe für dich eine besondere rosa Mütze gestrickt, damit wir gut vom Farbton zusammenpassen.“

Marie: „Marlene, eine rosa Mütze für mich? Nein, ich bin doch nicht dein Kind. Wie kommst du auf diese Idee?“

Hier geht es um die Beziehung zueinander: Wer bin ich für dich, wer bist du für mich? Wie fühle ich mich als Empfängerin behandelt?

3. Seite: auf der Selbstoffenbarungs / Ich-Botschaftsebene

Marlene: „Ich habe hier eine besonders schöne rosa Mütze für dich, meine Liebe!“

Marie: „Ich mag rosa Kleidung sehr, ich finde deine Idee großartig.“

Sowohl die Senderin, als auch die Empfängerin zeigt sich von der besten Seite, sie gibt etwas von sich preis.

4. Seite: auf der Appellebene:

Marlene: „Kauf mir noch mehr rosa Wolle! Erst recht, wenn die auch noch im Angebot ist!“

Marie: „Klar, wird gemacht!“

Die Senderin sagt dies, um direkt bei der Empfängerin zu bewirken, dass diese tätig wird.

Es gibt allerdings auch Empfängerinnen mit einem zu großen Appell - Ohr, die sofort tätig werden, auch wenn die Senderin das so nicht veranlassen wollte.

Die Empfängerin Marie kann mit viel Freiheit auf die Nachrichten reagieren, sie entscheidet, auf welcher Ebene sie die Nachricht hört.

Manchmal kann es dadurch zu Konflikten kommen, wenn die Empfängerin mit einer Seite reagiert, die die Senderin gar nicht ansprechen wollte.

Zur Entwicklung einer guten Kommunikation ist eine achtsame „Vielseitigkeit“ wünschenswert, daher ist es zu empfehlen immer mehrere Ebenen einer Nachricht zu betrachten

Anne-Marie Funken, Mitglied im Diözesanvorstand

Namenstagsfeier

Bereits im vergangenen Jahr 2020 entstand im Vorstand der kfd St. Pius in Bochum-Wattenscheid die Idee, im November ein so genanntes Namensfest zu feiern. Coronabedingt ließ sich diese Idee erst im November 2021 realisieren.

Es handelt sich um eine Veranstaltung, die auch in jedem anderen Monat angeboten werden kann und auch der Rahmen ist variabel. Von der Gruppenstunde bis zum Herbstfest ist eigentlich jedes Beisammensein geeignet.

Vorbereitung

Die Teilnehmerinnen sollten bei ihrer Anmeldung nach ihren Vornamen, ihren Rufnamen gefragt werden und nach dem Datum ihres Namenstages.

Ablauf

-  Begrüßung und Einleitung: Wie kam es zu den Vornamen im weltlichen Kontext? 1
-  Kaffee und Kuchen
-  dabei Murmelrunde „Bin ich mit meinem Namen zufrieden? Welche Erinnerungen verbinde ich mit meinem Namen? Gab es ein Vorbild für meinen Vornamen?“
-  Lied: Danke für meinen schönen Namen 2
-  Austausch aus der Murmelrunde
-  Namensgebung aus theologischer Sicht 3
-  Gebet 4
-  besondere Heiligenlegenden 5
-  Zum Schluss:
-  Aller-Heiligen Litanei von Gotteswort weiblich 6
-  Lied: Oh, when the saints (deutscher Text) 7
-  Geschenk

Die Zahlen beziehen sich auf unterschiedliche Beiträge innerhalb der Veranstaltung. Nr. 2, 4, 6 und 7 befinden sich auf dem Faltblatt.

Die Liedtexte und das Gebet wurden freundlicherweise von Jutta Hürter, kfd Bistum Aachen, zur Verfügung gestellt.

Die Konzentration auf die Namen Maria, Christa, Christel, Luzie, Margret, Elisabeth und Gertrud ergab sich aus den häufigsten Vornamen der Teilnehmerinnen. Alle Bilder entstammen der Seite www.heiligenlexikon.de

Besondere Heiligenlegenden findet man ebenfalls im Internet unter Die Hitliste der Vornamen und weitere Infos stammen von www.vornamen.com und Wikipedia, Stichwort: Vornamen.

Informationen zur Bedeutung der Namensgebung aus theologischer Sicht finden sich unter www.deutschlandfunkkultur/spirituelle-kraft-der-namen.

Zusammengestellt von Elisabeth Hartmann-Kulla

Wie kam es zu Vornamen im weltlichen Kontext?

Vornamen-Hitliste 2020:

Mädchennamen

1. Laura
2. Emilia
3. Anna
4. Mila

Jungennamen

1. Elias
2. Liam
3. Levi
4. Jonas



Vornamen in den 50er Jahren:

Mädchennamen

1. Brigitte

Jungennamen

1. Thomas

2. Angelika

2. Peter

3. Sabine

3. Hans

4. Monika

4. Klaus

Die beliebtesten Vornamen in Deutschland sind kurz und gefällig. Mia, Emma, Ben und Paul beherrschen die Ranglisten – und das bereits seit mehreren Jahren. Während viele werdende Eltern bei der Namenswahl auf diesen niedlichen Kinderbuch-Charme setzen, entwickeln andere einen zunehmenden Hang zum Individualismus. Sie wünschen sich einen Vornamen, der die Unverwechselbarkeit ihres Babys widerspiegelt.

Wer skeptischen Nachfragen im Standesamt lieber aus dem Weg gehen will, setzt derweil auf bewährte Klassiker: Altdeutsche Namen wie Arthur, Paul, Klara oder Charlotte erleben eine wahre Renaissance und sind längst schon kein Geheimtipp mehr.

Wikipedia

Der **Vorname** einer Person ist der Teil des Namens, der nicht die Zugehörigkeit zu einer Familie ausdrückt, sondern individuell identifiziert.

Die Vornamen eines Menschen werden zumeist nach seiner Geburt von seinen Eltern bestimmt. In manchen Ländern, so in den deutschsprachigen Ländern, gibt es Reglementierungen, die die Freiheit der Wahl des Vornamens einschränken.

Im Deutschen und in den meisten anderen europäischen Sprachen stehen die Vornamen (als individuelle Namen) vor dem Familiennamen (von regionalen Ausnahmen abgesehen). Im Deutschen bezeichnet **Rufname** den- oder diejenigen Vornamen, unter denen eine Person angesprochen wird.

Funktion und Auswahl des Vornamens

In vielen Personennamenssystemen dient der Vorname innerhalb einer Familie zur Unterscheidung der Familienmitglieder; im Unterschied zum Familiennamen, der die Zugehörigkeit zu einer Familie ausdrückt.

Die Namensgebung im deutschen Sprachraum ist von germanischen, lateinischen und christlich-religiösen Traditionen bestimmt. So wurden lange bevorzugt die Namen christlicher Heiliger oder biblische Namen vergeben.

Aus vielen Vornamen haben sich im Lauf der Zeit Familiennamen entwickelt. (Martin, Ludwig, Hartmann, Peters, Otto) Andererseits leiten sich manche Vornamen von gebräuchlichen Familiennamen ab. Die wissenschaftliche Disziplin der Namenforschung (Onomastik) beschäftigt sich mit der Bedeutung, Herkunft und Verbreitung von Namen. Abzugrenzen zu populärwissenschaftlichen Strömungen, wie z.B. *Nomen est omen* („Sage mir deinen Namen und ich sage dir, wer du bist“)

Die Wahl des Vornamens hängt von der Muttersprache und vom Geschlecht des Kindes ab. Es gibt jedoch eine Anzahl weiterer Einflussfaktoren, zum Beispiel familiäre, nationale oder regionale Traditionen, Gebräuche oder zeitbedingte Vorlieben. Oft wird von den Namensgebern ein Name mit möglichst „passender“ Bedeutung oder Anmutung gewählt, der die Eigenschaften des Kindes, die Wünsche oder Erwartungen des Umfelds oder eine politische oder weltanschauliche Programmatik transportiert. Die Benennung nach bekannten Persönlichkeiten, Idolen, Verwandten oder Vorbildern innerhalb und außerhalb des eigenen Familienkontextes ist häufig. Faktoren wie der Wohlklang (Euphonie) eines Namens oder seine Originalität, mit der sich die Individualität des Namensträgers unterstreichen lässt, spielen ebenfalls eine Rolle, die je nach Kultur und Epoche unterschiedlich stark einwirkt. Auch die Erfahrungen mit dem eigenen Namen sind als Motiv bei der Namensvergabe von Bedeutung.

Vornamen sind schon seit früheren Zeiten in Verwendung. Der Begriff „Vorname“ mag aber Verwirrung stiften, da eine Person mehrere Vornamen besitzen kann, der VOR-Name und einen NACH-Namen voraus-

setzt. Die Bezeichnung „Rufname“ ist also vielleicht für die Zeit der Einnamigkeit geeigneter, da bis ins Mittelalter im deutschen Sprachraum nur ein einziger Name üblich war. Allenfalls gab es einen individuellen Beinamen zur Unterscheidung, woraus sich, zusammen mit den Übernamen, die heutigen vererbten Familiennamen entwickelten, die aber in der Realität noch längere Zeit durch Veränderungen wechseln konnten.

Familiennamen: Historisch wurde die Frau noch im 20. Jahrhundert schriftlich mit dem Vor- und Nachnamen ihres Ehemannes genannt.

Beinamen:

Karl der Kühne, Heinrich der Seefahrer, Pippin der Kleine, Karl der Große

Bildung von Rufnamen

20. Jahrhundert und Gegenwart

Die Welt der Vornamen wurde im 20. Jahrhundert immer internationaler. Nach dem Zweiten Weltkrieg gingen die germanischen Namen (Gerhard, Walter, Herbert, Sieglinde) eher unter (was auch als Reaktion auf den Nationalsozialismus zu interpretieren ist), dagegen nahmen die hebräischen, griechischen und lateinischen Namen ihren Platz ein; in weiterer Folge herrschte ein starker anglo-amerikanischer Einfluss. Vor allem durch internationale Medien wie Fernsehen und Rundfunk oder Literatur kam man mit vielen fremdsprachigen Namen in Kontakt und übernahm sie ins Deutsche. Auch die Entlehnung aus allen europäischen Ländern – von Skandinavien bis zum Balkan (Björn bis Dragan) – ist gängig.

Als Kontrast zur internationalen Namensvielfalt entwickelte sich teilweise eine Gegenströmung zur Bewahrung der alten germanischen Namen. Seit den 1950er Jahren gewannen anglophone und romanische Vornamen wie Jennifer, Mike oder aber Natalie und Marco an Bedeutung.

Vor allem die folgenden Faktoren sind für diese Änderungen verantwortlich.

- Das Aufgeben familieninterner Traditionen (zum Beispiel: Benennung des ältesten Sohnes nach dem Vater oder Großvater, Erbnamen oder auch die Benennung nach dem/den Taufpaten).
- Das Streben nach Individualität: die Einzigartigkeit der Kinder sollte sich auch in einzigartigen Namen widerspiegeln.
- Das Vermeiden von Namen, die für die Eltern- und Großelterngeneration typisch sind (und als 'altmodisch' empfunden werden).
- Der Bedeutungsverlust des christlichen Glaubens in der Gesellschaft (somit auch unbewusst Verwendung von Namen mit christlichem Hintergrund).
- Der nach Holocaust und Zweitem Weltkrieg als problematisch empfundene Rückgriff auf nationale deutsche Traditionen.
- Das hohe Prestige der westeuropäischen und nordamerikanischen Länder.
- Ein erhöhter Konsum der Massenmedien, in denen Produktionen aus den USA, Großbritannien und Frankreich dominieren.
- Überhaupt die verstärkte Internationalisierung der Kultur.

Als Einflussfaktoren dagegen können folgende ausgeschlossen werden.

- Immigration in die deutschsprachigen Länder – Typische Vornamen der Immigrantengruppen blieben auf selbige beschränkt.

Namensgebung aus theologischer Sicht

Aus dem Buch des Propheten Jesaja (Kap.43, Vers 1)

Jetzt aber - so spricht der HERR, der dich erschaffen hat,Fürchte dich nicht, denn ich habe dich befreit, ich habe dich beim Namen gerufen, du gehörst mir!

Oft ist es in der Bibel so: Wer jemandem einen Namen gibt, der zeigt damit, dass er Macht hat über ihn (1. Mose 32,29), so wie Gott nach einem nächtlichen Kampf Jakob den Namen Israel gab. Auch ein besiegt-er König erhielt einen anderen Namen (2. Könige 23,34): Aus Eljakim machte der Pharao Jojakim.

Ein neuer Name kann auch ein neues Kapitel im Leben des Betroffenen aufschlagen: Aus Abram, dem ironischen Namen "Erhabener Vater" für diesen Mann ohne Erben, wurde Abraham, meist übersetzt mit "Vater vieler Völker". Oder der Name enthält eine Widmung fürs Leben beziehungsweise einen religiösen Wunsch: Hesekeiel ("Gott stärkt"), Jesaja ("Jahwe rettet").

Christen sind unabhängig von ihrem eigentlichen Vornamen "im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes" getauft. Als Getaufte gehören sie damit zur weltweiten Christenheit. Die Taufe verleiht ihnen gleichsam einen Zweitnamen, der für das ganze Leben gilt, auch über einen möglichen Kirchenaustritt hinaus.

Der Name Gottes ist das einfachste Gebet. „Herr Jesus Christus, erbarme dich meiner“ – so heißt es im Herzensgebet der orthodoxen Kirche. Es geht auch noch kürzer: Jesus beim Einatmen, Christus beim Ausatmen, immer wieder wiederholt – eine christliche Form der Meditation.

Auch andere Religionen kennen die Verbindung von spiritueller Versenkung und Gottesnamen: In der Mystik der jüdischen Kabbala sind es

72 Namen Gottes, 72 Gruppen von je drei hebräischen Buchstaben aus bestimmten Bibelversen. Der Islam kennt die 99 schönen Namen Allahs.

Der Name ist natürlich Kontaktaufnahme. Es ist ja eine Zuwendung sondergleichen, dass dieser Gott seinen Namen gibt. Wer seinen Namen preisgibt, der ist ansprechbar, anrufbar, kann haftbar gemacht werden, das ist nicht einfach eine anonyme, namenlose Macht, sondern er ist Person.“

In der Bibel steht: Da sagte Mose zu Gott: Gut, ich werde also zu den Israeliten kommen und ihnen sagen: ‚Der Gott eurer Väter hat mich zu euch gesandt.‘ Da werden sie mich fragen: ‚Wie heißt er?‘ Was soll ich ihnen dann sagen? Da antwortete Gott dem Mose: ‚Ich bin, der ich bin.‘

So erklärt Gott seinen Namen in der Hebräischen Bibel, also im Alten Testament der Christen. Jedenfalls in der Version der Einheitsübersetzung. Die Lutherbibel übersetzt den Gottesnamen an der gleichen Stelle: „Ich werde sein, der ich sein werde.“

Ein Name kann wichtig sein, gerade weil man ihn nicht nennen darf – das zeigt sich im Umgang mit dem Gottesnamen. Spirituelle Praxis greift das auch in der anderen Richtung auf: Es ist wichtig, Namen zu nennen. Vor allem beim Gedenken an die Toten. Namen müssen genannt werden, damit die Toten ihren Platz vor Gott und in der Welt einnehmen können – auch, wenn es wehtut und die Namen furchtbar sind.

Ein Beispiel dafür: das jüdische Gebet „El male rachamim“, Gott voller Erbarmen. Es wird gesungen bei Beerdigungen und an Totengedenktagen.

Auschwitz, Birkenau, Warschauer Ghetto, Dachau, Sachsenhausen, Babijar, Mauthausen, Ravensbrück, Ghetto Riga, Theresienstadt, Bergen-Belsen, Treblinka – die Namen der Toten der nationalsozialistischen Vernichtungslager können nicht in einem Gottesdienst genannt werden – es sind zu viele. Aber sie alle sollen in Ewigkeit bei Gott ge-

borgen sein, so die Hoffnung des Gebets. (Yad Vashem: Namen der Kinder)

Wer nennt wen beim Namen? Von Mensch zu Gott bleibt dabei eine letzte Barriere, trotz aller mystischen Nähe. Sprache – und damit auch ein Name – kann nur der Versuch einer Annäherung sein. Aber von Gott als Mensch beim Namen genannt zu werden, darin kann Trost liegen und das Gefühl, wirklich im Innersten erkannt zu sein. „Fürchte dich nicht, ich habe dich bei deinem Namen gerufen“, heißt das in der Bibel.

Vielleicht sind deswegen Namen im religiösen Ritual so wichtig. Zum Beispiel beim Eintritt in ein Kloster. „Wenn ich ins Kloster eintrete, bringe ich ja meinen Taufnamen mit. Meiner war Mechthild, aber als ich eintrat, gab es bereits eine Schwester Mechthild“, erzählt die Ordensfrau Philippa Rath. 1990 trat sie in die Benediktinerinnenabtei St. Hildegard im Rheingau ein.

„Und bei uns ist das so üblich, dass der Name nicht zweimal vergeben wird“, erklärt sie. „Also habe ich dann die Chance, einen neuen Namen vorzuschlagen. Die Äbtissin entscheidet, aber ich darf einen Vorschlag machen, und ich habe mir den Apostel Philippus gewählt und heiße deshalb Schwester Philippa.“

Eintritt in ein neues Leben

Philippus wird im Neuen Testament nur selten erwähnt, aber wenn, dann als direkter, zupackender, zugewandter Mensch – das passte und hat sich in 30 Jahren Ordensleben bewährt, sagt Philippa Rath:

„Wir lassen ein Stück weit unser altes Leben hinter uns. Das ja auch der Sinn eines anderen, eines Ordenslebens. Die Lebensphase vorher – Familie, Freunde, Beruf – ist abgeschlossen, und ich beginne im Orden eine neue Form der Existenz. Insofern finde ich das einen symbolisch wichtigen Akt, dann auch mit einem neuen Namen zu beginnen. Jetzt bin ich die Philippa.“

Exkurs

Was sind Heilige?



„Heilige sind Menschen, die Heil bringen!“

Menschen, die dafür sorgen, dass andere gesund werden, stark werden, ihr Leben meistern. Das ist niemand, den man auf ein Podest stellt und verehrt. Heilige sind mitten unter uns.

Heilige sind berufen, so

steht es im Römerbrief. "An alle in Rom, die von Gott geliebt sind, die berufenen Heiligen: Gnade sei mit euch und Friede von Gott, unserem Vater, und dem Herrn Jesus Christus" (Römer 1,7).

Auch wir sind als Christinnen berufen durch unsere Taufe und Firmung. Diesen Ruf muss man aber auch hören, wahrnehmen und umsetzen.

An dem Platz, an den ich gesendet bin, soll ich möglichst viel von diesem Ruf, dem Ruf nach Heilbringung, verwirklichen. Wie geht das?

Das geht durch mein Leben, durch Hilfe und Zusagen, durch meinen Glauben.

Sehr schön beschreibt es auch diese Geschichte aus dem Religionsunterricht:

Ein Junge, nennen wir ihn Paul, ging mit seiner Mutter durch die Stadt. Sie kamen an der großen Kirche vorbei. Paul sah nach oben und meinte: „Mama, sieh mal, die Fenster sind ja ganz schmutzig!“

Die Mutter sagte nichts, sondern nahm Paul bei der Hand und ging mit ihm in die Kirche hinein. Hier waren die Fenster, die von außen ganz grau und schmutzig aussahen, plötzlich strahlend bunt und leuchteten in den hellsten Farben.

Da staunte Paul, und er schaute sich die Fenster genau an.

Vorne über dem Altar war ein besonders schönes Fenster. Viele Menschen in bunten Kleidern waren da zu sehen. Durch eine Figur strahlte gerade die Sonne hindurch, sodass sie besonders hell erschien.

Paul fragte: „Mama, wer ist denn das?“ – „Da vorne“, antwortete die Mutter, „das ist ein Heiliger. Es ist der heilige Martin.“ Das hatte sich Paul gut gemerkt.

Ein paar Tage später fragte die Lehrerin die Kinder im Religionsunterricht in der Schule: „Weiß jemand von euch vielleicht, was ein Heiliger ist?“

Da war großes Schweigen in der Klasse. Nur Paul sprang auf und sagte: „Ich weiß es: ein Heiliger, das ist ein Mensch, durch den die Sonne scheint.“

Heinrich Engel

Besondere Heiligenlegenden

Gertrud von Nivelles

Mehrfach wird Gertrud mit einer Spindel dargestellt - Symbol für den Lebensfaden und mythisches Erbe der germanischen Nornen, der griechischen Moiren oder der römischen Parzen - allesamt Schicksalsgöttinnen, die den Lebensfaden der Menschen spinnen, ihn zumessen und am Ende abschneiden. Der Faden am Spinnrocken wird dabei von den Mäusen abgebissen, was sie als Herrin des Todes klassifiziert in der Tradition der alten Göttinnen Freya, Perchta oder Holla und ähnlich der ägyptischen Isis.

Gertrudenminne trank man beim Abschiednehmen oder nach einer Versöhnung. Gertrudenwasser helfe gegen Mäuse und andere Schädlinge auf den Äckern, Gertrudenzettel werden zu deren Vertreibung in Mäuselöcher gesteckt. Am Gertraudentag wird traditionell die Saison für die Arbeit im Garten eröffnet.

Maria

Es war in der Heiligen Nacht zu Betlehem. Der Heiland ist geboren. Verklingen ist das Gloria der Engel, und die Hirten befinden sich auf dem Rückweg zu ihren Zelten. Sankt Joseph ist in einer Ecke des Stalles eingeknickt. Auch das göttliche Kind schläft. Nur Maria, die hochgebenedeite Gottesmutter, kniet, in Andacht und Liebe versunken, wachend vor der Krippe.

Da öffnet sich lautlos die Stalltür. Eine Frau tritt ein, in Lumpen gehüllt, nur Haut und Knochen, uralte, mit einem zerfurchten Gesicht, das braun ist wie die Ackerscholle. Sehnsuchtsvoll ruht der Blick der Alten auf dem schlafenden Kind. Leise und behutsam nähert sie sich. Nur vier Schritte sind es von der Tür bis zur Krippe, aber nach der Art, wie die Frau die Schritte macht, sollte man meinen, sie schreite durch vier Jahrtausende. Maria erschrickt, doch mag sie es auch nicht wehren, dass sich die Greisin über das aufwachende Kind beugt und ihm – es sieht wie eine Beichte aus – geheimnisvolle, unverständliche Worte zuflüstert, und dann langt die Frau aus ihrem Kleid einen scharlachroten Apfel hervor, der seit den Tagen des Paradieses das Sinnbild der Sünde ist, und reicht ihn dem Kind, das ihn ergreift und an die Brust drückt.

Maria zittert aus Angst um ihr Kind. Doch schon reckt die alte Frau sich hoch. Viel größer ist sie geworden. Alle Falten und Runzeln sind aus dem Antlitz verschwunden. So jung und frisch ist sie, dass man meinen sollte, Jahrtausende seien von ihr abgefallen, und in den Augen steht ein Glanz, hell wie tausend Weihnachtslichter. Tief neigt sich die Gestalt vor der Gottesmutter und spricht in demütiger Verehrung:

„Ave, Maria! Ich bin Eva.“

Sagt's, verbeugt sich noch einmal, und mit einem letzten liebenden Blick auf das gütig lächelnde Kind schreitet die Stammutter rücklings auf den Ausgang zu und verschwindet im anbrechenden Morgen.

Die Legende des heiligen Christophorus

Christophorus war ein kräftiger und mutiger Mann, so groß und stark wie ein Riese. Er wollte dem mächtigsten Herrn der Welt dienen, deshalb machte er sich auf die Suche nach ihm. Als erstes fand er den König eines gewaltigen Königreichs. Christophorus stellte seine Kräfte unter die Herrschaft dieses mächtigen Mannes. Eines Tages kam ein Musikanter an den Hof des Königs. Eines seiner Lieder nannte den Teufel beim Namen. Darüber erschrak der König. Christophorus sah, dass dieser Angst hatte. Deshalb verließ er ihn, um dem Teufel zu dienen, der noch größer sein musste als der König.

Eines Tages kam er mit dem Teufel an einem Christuskreuz vorbei. Der Teufel machte einen weiten Bogen darum. Christophorus war verwundert, dass der scheinbar mächtigste Herr der Welt dem Kreuz auswich. Der gekreuzigte Christus jagte dem Teufel große Angst ein. So verließ Christophorus auch den Teufel, um Christus zu suchen, der sogar noch mächtiger sein musste.

Lange Zeit suchte er ihn. Ein Einsiedler sagte ihm, er solle fasten und beten. Aber das gelang dem bärenstarken Christophorus nicht. So zeigte der Einsiedler ihm einen anderen Weg zu Christus: „Kennst Du den großen Fluss, in dem viele Menschen umkommen, wenn sie hinüberwollen? Du bist groß und stark, Christophorus. Setze Dich an den Fluss und trage Menschen hinüber und warte. Ich wünsche Dir, dass Du Christus dort begegnest.“ Christophorus antwortete: „Das kann ich tun. Dadurch will ich ihm dienen.“

Christophorus baute eine Hütte und wartete am Fluss. Viele Jahre lang trug er Menschen sicher durch den Strom an das andere Ufer. Dabei stützte er sich auf seinen Stab. Eines Tages hörte er eine leise Stimme: Er erblickte ein Kind, das um Hilfe bat. Christophorus trug es auf seinen Schultern durch den Fluss. Schritt für Schritt wurde es ihm schwerer und schwerer. In der Mitte des Flusses drohte er zu ertrinken. Mit gro-

ßer Mühe schaffte er es an das andere Ufer. Er wandte sich dem Kind zu: "Du warst mir so schwer, als ob ich die ganze Welt auf meinen Schultern trug." Das Kind antwortete ihm: "Du hast mehr als die ganze Welt auf den Schultern getragen, Christophorus. Du hast den mächtigsten Herrn getragen, nämlich den, der Himmel und Erde erschaffen hat. Denn ich bin Christus, dem du in dieser Arbeit dienst. Als Zeichen nimm deinen Stab und stecke ihn neben deiner Hütte in die Erde. Er wird am Morgen blühen und Früchte tragen."

Christophorus ging zurück zu seiner Hütte und steckte seinen Stab in die Erde. Als er am Morgen aufwachte, trug der Stab Blätter und Früchte.



Maria

Bild: Joachim schä-
fer/Heiligenlexikon.de



Gertrud von Nivelles

Bild: Joachim schä-
fer/Heiligenlexikon.de



Hl. Christopher

Allerheiligen-Litanei.

Alle Heiligen Gottes mögen euch erwarten.

Oma Elise und Großonkel Paul.

Die nette Frau am Kiosk, als wir klein waren, und die vielen Frauen, die alle auf ihre Weise gekämpft haben, um ein bisschen Selbstbestimmung, mit zu vielen Pflegeaufgaben oder um ein Leben ohne Bitterkeit, obwohl sie so viel Bitteres zu schlucken hatten.

Die vielen Frauen, die mit Verletzungen an Leib und Seele noch irgendwie aufrecht durchs Leben gegangen sind und dabei allzu oft hintenübergefallen sind, ungesehen, ungehört, ungenannt.

Die vielen Vergangenen und Vergessenen, mit ihrer Liebe und ihrer Hoffnung. Die ihr bestes versucht und die Bruchstücke ihres Lebens dann in Gottes Hand gegeben haben.

Die schon gegangen sind, widerwillig oder erleichtert, deren Gesichter sich zum Schluss doch noch entspannt haben, die schon eingetreten sind ins große Rätsel des Sterbens und Lebens.

Die dann so bitter gefehlt haben, die noch vieles vor sich gehabt hätten, die so sehr beweinten Kinder, und die, die nur einmal eine Zahl in den Nachrichten waren, alle Heiligen Gottes, die Bleibenden, die Gott sich in ihre Hand geschrieben hat.

Alle Heiligen Gottes mögen euch erwarten. Für jetzt, für immer, in Zeit und Ewigkeit.

(von: Gotteswort weiblich)

--



„Ich habe dich bei deinem Namen gerufen,
du bist mein“
(Jesaja 43, Vers 1)

Namensdaysfeier der kfd St. Pius
16. November 2021



Wenn Sie das Falblatt für Ihre Zwecke ausdrucken wollen, können Sie das über die Homepage unter <https://kfd-essen.de/vor-ort/> downloaden oder melden Sie sich einfach bei Elisabeth Hartmann-Kulla oder Barbara van de Lücht

Danke

Danke für meinen schönen Namen,
danke, dass ich ihn tragen kann.

Danke, oh Herr, mit meiner Taufe nahm ich ihn einst an.

Danke für mein Namensvorbild,
danke, ich will ihm ähnlich sein.

Danke, durch all' die vielen Heiligen sind wir nicht allein.

Danke, dass wir hier sein dürfen,
danke für dieses kleine Glück.

Danke für alles Frohe, Helle und für die Musik.

Danke für diese Namensfeier,
danke für diesen schönen Ort.

Danke, erfüllt und frohen Mutes gehen wir gleich fort.

Psaln-Gebet (nach Jesaja 43)

Fürchte dich nicht, ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du gehörst mir.

Wenn du durch das Wasser schreitest, bin ich bei dir, wenn durch Ströme, dann reiß ich sie dich nicht fort.

Wenn du durchs Feuer gehst, wirst du nicht versengt,
keine Flamme wird dich verbrennen.

Denn ich, der Herr, bin dein Gott, dein Retter.

Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir.

Denn jedem, der nach meinem Namen benannt ist,
habe ich zu meiner Ehre erschaffen, geformt und gemacht.

Oh, when the saints (mit deutschem Text)

Ja, wenn der Herr einst wiederkommt,
ja, wenn der Herr einst wiederkommt,
ja, dann lass mich auch dabei sein,
wenn der Herr einst wiederkommt.

Und wenn die Heil'gen auferstehn
und wenn die Heil'gen auferstehn,
ja, dann lass mich auch dabei sein,
wenn die Heil'gen auferstehn.

Und wenn du uns beim Namen rufst,
und wenn du uns beim Namen rufst,
ja, ja dann lass mich auch dabei sein,
wenn du uns beim Namen rufst.



Bauernregeln: Kommt die Heilige Lucia, / findet sie schon Kälte da.

Die erste Birn' bringt Margaret', / dann überall die Ernt' angeht.
Zu Maria Himmelfahrt, das wisse, / gibt's die ersten guten Nüsse!

Ist St. Anna erst vorbei / kommt der Morgen kühl herbei.

Aus dem Diözesanverband

Jahresthema 2022 „weit denken – mutig handeln“

Wenn es darum geht, etwas zu verändern, neue Wege zu gehen, neu anzufangen, dann taucht in den Planungsgesprächen mit schöner Regelmäßigkeit eine Forderung auf, die in etwa lautet: Da müssen wir ganz neu ansetzen! Das müssen wir mal ganz neu denken. Doch möglicherweise haben viele von Ihnen, die auch schon einmal in solchen Planungsgesprächen gesessen haben, ähnliche Erfahrungen gemacht wie ich: Ehe sich die Planungsgruppe versieht, denkt sie doch wieder in den Strukturen, die sie kennt. Unbeabsichtigt. Die bekannten Strukturen geben Sicherheit, da können wir uns zu Hause fühlen. Um wirklich Neues zu kreieren, braucht es mehr: Da taucht dann häufig der Impuls auf: Wir müssen „weit denken“. Doch was ist das eigentlich?

„Weit denken“ – das ist ein kühnes Unterfangen. Dazu ist es notwendig, gewohnte Wege zu verlassen, nicht mehr in den üblichen Schubladen zu denken. Da kann es darum gehen, ganz unbefangen etwas wirklich Neues zu wagen. Vielleicht Tabus zu brechen, andere damit aus dem Konzept zu bringen, sie zu überraschen.

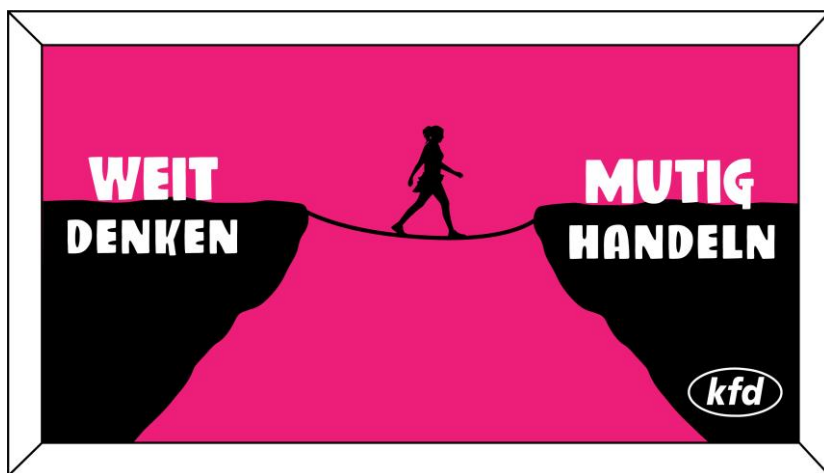
Dazu lädt das kfd-Jahresthema für 2022 ein.

„weit denken“ – das ist die eine Hälfte des neuen kfd-Jahresthemas. Sie lädt mich ein: **Alle** Möglichkeiten in Betracht zu ziehen! Wirklich **alles** anzudenken. Die Gedanken durch nichts eingrenzen zu lassen. Nicht durch Konventionen, nicht durch Traditionen, nicht durch Sätze wie „Das war schon immer so!“ Als Frau kann mich diese Anregung inspirieren, ganz aufmerksam zu sein, mit offenen Augen und Ohren durch's Leben zu gehen und dabei zum Beispiel wahrzunehmen, welche Ungerechtigkeiten und Missstände es gerade in Frauenleben gibt. Und dann

weiter zu denken, vielleicht voraus zu denken: Ideen entwickeln, Möglichkeiten und Wege entdecken, diese Ungerechtigkeiten zu überwinden. „Weit denken“ - das ist oft eine große Herausforderung! Da ist es erforderlich, Grenzen zu überschreiten, eben „weit“, vielleicht auch „weiter“ als gewohnt zu denken. Manchmal fühlt sich das vielleicht so an wie ein Schritt ins Leere. Der Boden unter den Füßen geht dabei verloren. Gewohnte Sicherheiten fallen weg.

Hier kommt dann die zweite Hälfte des Jahresthemas ins Spiel: „mutig handeln“. Das beginnt oft wie ein Drahtseilakt. Um neue Wege zu gehen, sich neu aufzustellen, ist es häufig erforderlich, Abgründe und Tiefen zu überwinden, neue Wege zu ertasten, sich mutig neu auszubalancieren.

Vor dem verbandlichen Hintergrund der kfd kann das gut gelingen: Die Frau auf dem Seil macht mutig dynamische, zielstrebige Schritte nach



Doch: Was sind die Herausforderungen unserer Zeit, in denen wir weit denken und mutig handeln wollen? Sie sind herzlich eingeladen, mehr dazu zu hören beim Workshop zum Jahresthema.

Ulrike Fendrich, Geistliche Leiterin im kfd-Diözesanverband

Geistliche Leiterin im kfd-Diözesanverband Essen - oder: Unterwegs auf vielfältigen Wegen

Vor sechseinhalb Jahren wurde ich zur Geistlichen Begleiterin in den Diözesanvorstand gewählt. Ich fühlte mich für diese Aufgabe gut vorbereitet. Ich kam aus der Gemeindeseelsorge in Oberhausen-Osterfeld. Dort war ich fast 12 Jahre Geistliche Begleiterin in der kfd-Gemeinschaft vor Ort. Und auch vier Jahre lang im Stadtverband Oberhausen. Die Arbeit in der kfd war mir bekannt, gerade auch das partnerschaftliche Arbeiten mit dem Präses in der geistlichen Doppelspitze. Damit hatte ich gute Erfahrungen gemacht. Erfahrungen, die mich u.a. dazu bewogen haben, mich für das Amt der Geistlichen Begleiterin im DV zur Wahl zu stellen.

Alles schien dann wie gewohnt. Doch bald zeigte sich: Das Gerüst der „frommen Abteilung“, wie die geistliche Doppelspitze liebevoll genannt wurde, war nicht mehr tragfähig. Es war nicht zukunftsfähig. Und schließlich kam es, wie es kommen musste: Der damalige Präses legte sein Amt „wegen Überlastung“ nieder. Ein neuer geeigneter Priester stand vom Bistum her nicht für das Amt zur Verfügung. Also hat die Diözesanversammlung in einem Prozess mit den Gemeinschaften und Pfarrverbänden entschieden, dass – zum ersten Mal – die Geistliche Leitung im DV Essen allein in den Händen einer Frau liegt. Das war 2017 ein ganz besonderer, ein historischer Moment in der Geschichte der kfd im Bistum Essen. Und auch in meiner Geschichte im kfd-Diözesanverband. Ich erinnere mich noch gut, wie offensiv die Delegierten sich für diese Lösung ausgesprochen haben. Die Geistliche Leitung in den Händen einer Frau: Das ist absolut stimmig für einen katholischen Frauenverband. Damit zeigt die kfd auch nach außen, dass sie für eine geschlechtergerechte Kirche eintritt, in der Frauen Verantwortung wahrnehmen.

Parallel zu dieser Entwicklung hatte sich auch schon gezeigt, dass einige traditionelle Formate nicht mehr den gewohnten Zuspruch fanden, zum Beispiel die monatliche Frauenkirche oder die Diözesanwallfahrt. Neue

Konzepte mussten her. Bald konnten wir – zum ersten Mal – zur FrauenKirche „on tour“ einladen: Wir haben Kirchenräume entdeckt, die aufgrund ihrer besonderen Bauweise oder Gestaltung einladend sind. Orte, die dazu inspirieren können, das Wort Gottes neu zu hören - und anders zu feiern. Ein wichtiger Effekt: Wir waren bistumsweit unterwegs. Wir haben für jeden Frauengottesdienst eine andere Kirche ausgewählt, uns neu anregen lassen. Und damit auch immer wieder andere kfd-Gemeinschaften angesprochen.

An die Stelle der Wallfahrten sind die FrauenKirchenTage getreten. Sie wurden nun stärker an kirchenpolitischen Fragen ausgerichtet. Auch das war Neuland. Zum Beispiel in Duisburg, an der Großskulptur „Tiger and Turtle“, da waren wir in „Spuren von gestern, heute und morgen“ unterwegs: in einer schon länger geschlossenen Kirche, die für das hierarchische Kirchenmodell steht – in einer umgenutzten Kirche, in der ein Miteinander auf Augenhöhe geschieht. Auch das Format der Abendwallfahrt wurde verändert. Daraus entwickelte sich ein Frauen-Mahl. Dazu haben wir nun schon drei Mal eingeladen.

Und es gab noch mehr Veranstaltungen, die für den innovativen Weg der Geistlichen Leitung und des DV Essen stehen. Da war der „Sternenhimmel in einer Frauennacht“: ein traumhaft schöner liturgischer Abend mit gut 400 Frauen im Dom (vor Corona, klar). Der Dom war fest in Frauenhand. Endlich mal wieder! Es gab den Basistreff im Mariengymnasium in Essen-Werden mit der unvergessenen Rede von Frau Dr. Christiane Florin. Sie hat damit auch unsere kfd-Frauen auf Widerstand gebürstet. Nicht zu vergessen die lautstarke Demo in Essen mit der Kundgebung im Domhof, den Frauenpredigerinnentag mit der Predigt im Dom, und und und ...

Hinzu kamen die vielen Veranstaltungen im digitalen Format, an die wir uns in der Pandemie, im Lockdown herangewagt haben. So konnten wir den Kontakt zu vielen Frauen aufrecht – und die kfd lebendig halten.

Routine oder gar Langeweile konnte nicht entstehen. Es war für mich eine bereichernde Erfahrung, in dieser kirchenpolitisch besonderen Zeit im kfd-Verband zu wirken. Seit der Veröffentlichung der MHG-Studie

steht auch die Frauenfrage im Focus. Der Zugang von Frauen zu allen Diensten und Ämtern in der katholischen Kirche. Es werden viele Fragen diskutiert, es wird um viele Veränderungen gerungen. Die kfd verabschiedet das Positionspapier „Gleich und Berechtigt“. Seit Anfang des Jahres hat die Mitgliederzeitschrift „Frau^{und}Mutter“ einen Namen: Junia!

Junia hat in der frühen Kirche als Apostelin mit ihrem Mann Andronikus gewirkt, ihren Glauben verkündet, gelehrt und gepredigt. Mit diesem Namen setzt die kfd ein wirkmächtiges Zeichen für eine geschlechtergerechte Kirche: Es ermutigt Frauen heute, ihren Glauben zu verkünden, ihre Berufung zu leben, für die gleichen Rechte von Frauen und Männern in der Kirche einzutreten.

Es ist unglaublich spannend, all das hautnah mitzuerleben, die Wege mitzugehen.

Das ist natürlich nur möglich durch ganz viel Teamarbeit: mit dem Vorstand, mit der Geschäftsstelle, mit dem FrauenKirchenTeam, mit dem FrauenKirchenTagsteam, und vielen anderen mehr. Ihnen allen danke ich von Herzen für die vertrauensvolle und bereichernde Zusammenarbeit, für die Begleitung auf meinem Weg. Und ein ganz besonderer Dank gebührt Ihnen allen, liebe Leserinnen, liebe kfd-Frauen. Sie haben unsere Veranstaltungen lebendig gemacht. Sie sind gekommen, Sie haben unsere Veranstaltungen mitgetragen. Ohne Sie, ohne Ihr Mittun geschieht und verändert sich nichts.

Ende November gehe ich in den Ruhestand. Ich bin neugierig, was sich in der Frauenfrage verändern wird. Und ich hoffe sehr, dass sich für Frauen in der Kirche neue Wege eröffnen.

*Ulrike Fendrich,
Geistliche Leiterin im kfd-Diözesanverband*



Marlies Hennen-Nöhre - unsere neugewählte Geistliche Leiterin stellt sich vor!



Liebe Frauen in der kfd Essen,

mein Name ist **Marlies Hennen-Nöhre** und ich bin seit 1990 leidenschaftliche Seelsorgerin und Gemeindereferentin. Mich mit Menschen auf den Weg zu machen, in einer gemeinsamen Suchbewegung den Fragen des Lebens und Glauben auf die Spur zu kommen und dabei neue Erfahrungen zu machen, ist für mich Herausforderung, Freude und Sendung gleichermaßen.

Meine ersten beruflichen Stationen führten mich in Bistum Hildesheim, in die Heimat meines Mannes. Doch

als „Kind des Bistums essen“ zog es mich und uns wieder ins Ruhrgebiet und in meine Heimatstadt Essen. Zunächst viele Jahre als Gemeindereferentin in der Pfarrei St. Josef Essen Ruhrhalbinsel

Im Frühsommer 2021 wurde ich vom Vorsitzendenteam der kfd Essen angesprochen, ob ich mir vorstellen könnte, geistliche Leiterin im Diözesanverband Essen zu werden. Diese Anfrage hat mich nicht nur gefreut, sondern auch herausgefordert, so dass ich mich intensiv damit auseinandergesetzt habe.

Die kfd begleitet mich bereits seit meiner Kindheit durch meine Mutter, die langjähriges kfd-Mitglied ist. Aber auch in den unterschiedlichen Gemeinden, in denen ich tätig war, konnte ich immer wieder die Kraft erleben, die von der kfd ausgeht:

- Das Miteinander der Frauen, die Sorge um das Entstehen für die einzelnen Mitglieder.
- Die Lebendigkeit, sei es durch den Frauenkarneval, die gemeinsamen Ausflüge und in dieser Corona-Zeit durch kreative Angebote.
- Die gelebte Spiritualität in ihrer großen Bandbreite. Von Maianacht über einen kreativen Weltgebetstag bis zu innovativ gestalteten spirituellen Angeboten und Gottesdiensten.
- Das kirchenpolitische und politische Engagement, der Einsatz für die Bewahrung der Schöpfung, die Gleichstellung von Frauen und Männern, sowie die geschlechtergerechte Kirche.

Als geistliche Leiterin möchte ich gerne, gemeinsam mit dem Vorsitzendenteam und mit Ihnen, den Frauen der kfd, diesen Prozessweitergehen und gestalten. Für eine starke Gemeinschaft und Stimme der Frauen vor Ort und für eine zukunftsfähige Kirche. So wie es der Apostel Paulus ausdrückt: „Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagtheit gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit“ (2 Tim 1,7)

Daher habe ich für das Amt der Geistlichen Leitung kandidiert und freue mich, gemeinsam mit Ihnen diesen Weg zu gehen.

Ihre *Marlies Hennen-Nöhre*

Geistlicher Impuls zum FrauenMahl am 12. September 2021: „Ich nehme mir meinen Raum“ Kulturkirche Liebfrauen Duisburg

Das FrauenMahl findet an einem sehr zentralen Ort statt: in Duisburg-Mitte in der Kulturkirche Liebfrauen. Diese ehemalige Citykirche verfügte über zwei Kirchenräume. Die sogenannte Unterkirche befindet sich im Erdgeschoss und ist auch heute noch ein sakraler Raum. Die ehemalige Oberkirche in der ersten Etage ist zur Kulturkirche geworden – ein Ort für Konzerte, Tagungen und vielfältige andere kulturelle Veranstaltungen. Hier findet auch das eigentliche FrauenMahl statt. Ein Geistlicher Impuls in der Unterkirche stimmt die Teilnehmerinnen darauf ein. Zur Begrüßung erhalten alle Frauen einen purpurfarbenen Schal.

Trommler stimmen auf das FrauenMahl ein

Begrüßung: Herzlich willkommen zum FrauenMahl, liebe kfd-Frauen. Ich freue mich, dass ich Sie hier heute begrüßen darf zur ersten Präsenzveranstaltung seit langer Zeit. Es ist der 12. September und das FrauenMahl ist tatsächlich die erste Veranstaltung in diesem Jahr, bei der wir uns wirklich begegnen. Ich freue mich, dass das wieder möglich ist. Diese Freude haben die Trommelklänge untermalt, die sie zu Ihrer Begrüßung gehört haben.

Hinführung: Mit einem purpurfarbenen Schal haben wir Sie empfangen. Diese Farbe wird uns heute begleiten. Wie schon das ganze Jahr. Frauen! Rollen! Bilder! – damit beschäftigen wir uns. Die Farbe Purpur unterstreicht das Thema eindrucksvoll.

Denn Purpur weist auf eine besondere Tradition hin. Die Farbe wird aus einem kostbaren und sehr teuren Farbstoff hergestellt. Deswegen konnten sich nur reiche Menschen Stoffe in der Farbe Purpur leisten. Diese Menschen waren oft nicht **nur reich**, sie verfügten häufig auch über große Macht. Und ihnen wurde eine besondere Würde zugesprochen: Purpur ist ein Statussymbol. Es steht bis heute für kaiserlich-königliche und priesterlich-göttliche Würde und Macht. Es ist die Farbe für die Gewänder hoher Amtsträger in der katholischen Kirche und gilt

als Hinweis auf ihre Würde. Doch: Auch für die kfd ist die Farbe Purpur wichtig. Mit einem kleinen Purpurkreuz, dem Symbol für eine geschlechtergerechte Kirche, knüpft die kfd an genau dieser Würde an. Das kleine Purpurkreuz zeigt: Wir Frauen haben von Gott dieselbe Würde verliehen bekommen wie Männer. Da steht es niemandem zu, uns Berufungen und Eignungen abzusprechen, nur weil wir Frauen sind.

Mit dem purpurfarbenen Schal erinnern wir an die Anfänge des Christentums in Europa. Lydia, eine Purpurhändlerin aus Thyatira, einer Stadt in der heutigen Türkei, war die erste Christin in Europa. Sie ließ sich und alle, die zu ihrem Haushalt gehörten, von Paulus taufen. Sie wurde Vorsteherin einer Gemeinde, die sich in ihrem Haus versammelte.

Mit dem Purpurschal stellen wir uns heute noch in die Tradition dieser Purpurhändlerin. Sie hat – wie andere Frauen im frühen Christentum auch – eine bedeutende Rolle gespielt und die frohe Botschaft gelebt und verkündet. Ihr Beispiel kann heute immer noch Mut machen: Es kann Frauen immer wieder darin bestärken, die gleichen Rechte für Frauen und Männer in der Kirche zu fordern. Es kann Frauen in der katholischen Kirche dazu ermutigen, sich ihren Raum zu nehmen. Sich nicht zurückweisen zu lassen, sondern sich selbst zu ermächtigen und zu handeln nach dem Motto: „Ichnehm‘ mir meinen Raum!“

Wir lesen von Lydia in der Apostelgeschichte.

Schriftlesung: Apg 16,14-15

Zeichenhandlung: Der purpurfarbene Schal, den wir an Sie verteilt haben, erinnert hier und heute an die Würde, die uns Frauen von Gott geschenkt wurde. Er ist ein Zeichen für die Gleichwürdigkeit von Frauen und Männern, wir betonen damit die Würde jeder einzelnen Person – weiblich, männlich, divers.

Ich lade Sie ein, sich den Schal um die Schultern zu legen, sich so der von Gott geschenkten Würde bewusst zu werden und ihr nachzuspüren:

Mit einigen Worten nach **Christina Brudereck** aus ihrer Rede „Spielt keine Rolle!“ beim FrauenKirchenTag 2021 möchte ich Sie auf das FrauenMahl einstimmen:

*Ich bin ein freier Mensch, eine freie Frau, Christin, Katholikin,
von Gott geschaffen als ihr Ebenbild.*

*Mein Geschlecht soll kein Gefängnis sein, das andere erbaut haben,
Menschen, die nur ihre eigenen Grenzen akzeptieren.*

Ich bin gleichwürdig.

Gott hat mich geschaffen als ihr Ebenbild, ich habe dieselbe Würde verliehen bekommen wie jeder andere Mensch, Frau oder Mann.

Meine Würde ist unantastbar.

Gottes Ebenbild sein heißt, ich bin mehr als die Erfahrungen der Vergangenheit, ich bin mehr als die Zuschreibung zu einer Rolle.

Ich will keine Rolle spielen. Ich will lieber immer wieder aus der Rolle fallen.

Ich will mutig sein, mich nicht einschüchtern lassen von Ausgrenzungen, Beleidigungen, Verleumdungen.

Ich will mich nicht zurückdrängen lassen:

Ichnehm' mir meinen Raum. (@Christina.Brudereck)

Ich darf Sie nun einladen, das auch zu tun: Dazu machen wir uns gemeinsam auf den Weg in die Oberkirche. Wir gehen die Treppen hinauf. Oben auf dem Treppenabsatz verbinden wir uns mit dem Zeichen unserer Würde, dem Purpurschal und starten dann in zwei langen Reihen in den Raum der Oberkirche, um ihn symbolisch einzunehmen. NN und NN werden vorgehen und zu Trommelklängen raumgreifende Wege finden.

Wenn die Musik verklungen ist, nehmen Sie bitte auf den vorbereiteten Stühlen Platz. Den Purpurschal können Sie gerne wieder über Ihre Schultern legen, aber auch auf den Tischen, auf den Stuhllehnen kann er gerne Platz finden.

Ulrike Fendrich, Geistliche Leiterin im kfd-Diözesanverband



Projekt Satellite Reef

Wert und Wandel der Korallen



Kunstprojekt des Frieder-Burda-Museums in Baden-Baden.

Auf der Diözesanversammlung im Oktober wurden wir auf ein Projekt aufmerksam gemacht bei dem wir ganz spontan unsere Mithilfe zugesagt haben. Es geht um die Zerstörung der

Umwelt, speziell der Korallenriffe.

Noch vor Ort haben wir unsere Ideen ausgetauscht, sind dann voller Vorfreude und mit viel Elan nach Hause gefahren und haben sofort die Häkelnadel und Wolle in die Hand genommen.



Mit dieser Aktion wollen wir ein Zeichen setzen und zur Rettung der Korallenriffe beitragen.

- Wir häkeln, um die Schönheit und Vielfalt der Natur zu zeigen.
- Wir häkeln, um auf die Umweltzerstörung hinzuweisen.
- Wir häkeln, weil es uns Freude macht und einem guten Zweck dient.

Gleichzeitig wird von einem Sponsor eine Spende an Sea Shepherd Deutschland getätigt um damit die Korallenriffe zu retten.

Als krönenden Abschluss werden wir dann nach Baden-Baden fahren und uns die Ausstellung anzusehen, wo man vom 29. Januar bis zum 26. Juni 2022 die unterschiedlichsten, bunten und formenreichen Häkelwerke bewundern kann.

Vielleicht sehen wir uns dann da. Das würde uns sehr freuen.



Info: Nach der Ausstellung in Baden Baden werden die gefertigten Korallen nicht entsorgt, sondern an andere Aussteller weltweit weitergegeben.

Marlene Berner

Unsere Beraterinnen

Unsere Gemeinschaft wird älter

In vielen Gemeinschaften werden die Mitgliederinnen älter. Das ist zwar ein natürlicher Prozess, aber oft findet sich auch keine Nachfolgerinnen mehr für die Ämter der Vorsitzenden. Dann steht plötzlich der Gedanke im Raum: Wie soll es mit unserer Gemeinschaft weitergehen?

Dieses Thema habe ich aus aktuellem Anlass aufgegriffen und über die großen Fragezeichen vieler Gemeinschaften mit der kfd Beraterin Frau Brigitte Abel aus Lüdenscheid gesprochen.

Anne-Marie Funken:

Was sollen wir überhaupt tun, wenn wir merken, dass es nicht mehr so „rund“ läuft in unserer älter gewordenen Gemeinschaft?

Brigitte Abel antwortet:

Wenden Sie sich direkt an die Koordinatorin für Beratung, **Maria Friese**, oder an eine andere der ausgebildeten Beraterinnen wie **Ulrike Festtag**, **Pascale Wiesweg** oder an mich. Ein offenes Ohr für Probleme jeglicher Art haben wir alle!

Nach telefonischer Sondierung des Gruppenproblems wird die Beraterin gerne einen Termin vereinbaren, um dann gemeinsam vor Ort in den Gemeinschaften mit den Frauen zusammen Ideen zu entwickeln und die Frauen auf dem Weg zum gemeinsamen Ziel für die Gemeinschaft zu unterstützen.

Besonders empfiehlt es sich, sich frühzeitig zu melden, um schnellstmöglich Unterstützung erhalten zu können!

Die Gespräche finden in einem vertrauensvollen Rahmen statt, um gemeinsam aus einem anderen Blickwinkel eigene Ressourcen zu entdecken.

Gemeinsame Wünsche der Gemeinschaft werden achtsam begleitet. Manchmal mündet der Weg auch in einen Dankgottesdienst zum offiziellen Abschied, aber die innere Verbundenheit der Frauen kennt oft kein Alter.

Wer nicht wagt, der nicht gewinnt, nutzen Sie die Chance des Beratungsangebotes!

Anne-Marie Funken, Mitglied im Diözesanvorstand

Kontakte für Beratung:

Brigitte Abel

Am Malterscheid 12
58515 Lüdenscheid
Tel.: 02351/78435
brigitte.abel@kfd-essen.de

Ulrike Festag

Siepenstr. 27
45138 Essen
Tel.: 0201/268529
ulifestagkfdessen@web.de

Maria Frieze

Uhlenbank 30
45277 Essen
Tel.: 0201/8585126
maria.frieze@kfd-essen.de

Pascale Wiesweg

Am Quellenbusch 105
46242 Bottrop
Tel.: 02041/98 88 74
pascalel@gmx.de

Geistliche Leitung in der kfd – Ein Amt für starke Frauen

So ist der Flyer überschrieben, mit dem wir Anfang 2020 geworben haben. Ziel dieser Werbung war es, Frauen einzuladen, zu motivieren, zu gewinnen, die Geistliche Leitung in der kfd wahrzunehmen – vor Ort in ihren Gemeinschaften oder in ihren Pfarrverbänden. Denn eine Geistliche Leiterin macht deutlich: Frauen übernehmen Verantwortung in der Kirche. Sie bringen ihre eigenen spirituellen Erfahrungen in das Amt ein, die geprägt sind durch ihren weiblichen Lebenszusammenhang. Ihre Alltagserfahrungen als Frau eröffnen neue Wege, gemeinsam mit anderen Frauen das Motto „leidenschaftlich glauben und leben“ umzusetzen.

Die Kirche braucht immer mehr Frauen, die ihre Kompetenzen und Fähigkeiten einbringen. Eine Wahl zur Geistlichen Leiterin zeigt sowohl kfd-intern als auch nach außen die Wichtigkeit dieses Amtes. Und es macht die Qualifikation der Amtsinhaberin deutlich. Der Diözesanverband hat dazu eine vierteilige Ausbildungsreihe angeboten:

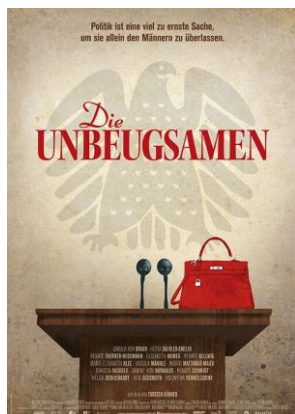
- Geistliche Impulse entwickeln, - situationsbezogen, zielgruppenorientiert
- Wortgottesfeiern für und mit Frauen gestalten und leiten
- Die Bibel mit Frauenaugen lesen
- Feministische Theologie

Insgesamt haben sich 20 Frauen für diese Ausbildungsreihe interessiert, einige haben an einzelnen Modulen teilgenommen, doch zwei Drittel der interessierten Frauen haben an drei oder vier Modulen teilgenommen. Alle Frauen konnten zu den einzelnen Themenbereichen immer wieder eigene Erfahrungen einbringen und sie mit der Gruppe teilen. So ist eine sehr kompetente Gruppe zusammengewachsen, die gut miteinander arbeiten und sich gegenseitig immer wieder bereichern konnte.

Die äußeren Bedingungen für die Durchführung der einzelnen Module wurden von der Corona-Pandemie bestimmt. Konnte der Start in die Reihe noch unter üblichen kfd-Bedingungen mit Singen, Tanzen, Murmelrunden, Gesprächen erfolgen, mussten beim nächsten Modul die AHA-Regeln eingehalten, ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden. Das dritte Modul schließlich fand als Zoom-Veranstaltung digital statt, das vierte unter der 3G-Regel wieder in Präsenz. Diese vielfältigen Bedingungen haben die interessierten Frauen auf immer neue Weise eingeladen, sich mit den angebotenen Themen auseinanderzusetzen. Und sich für die Geistliche Leitung in der kfd zu qualifizieren.

Ulrike Fendrich, Geistliche Leiterin im kfd-Diözesanverband





DIE UNBEUGSAMEN erzählt die Geschichte der Frauen in der Bonner Republik, **die sich ihre Beteiligung an den demokratischen Entscheidungsprozessen gegen erfolgsbesessene und amtstrunkene Männer wie echte Pionierinnen buchstäblich erkämpfen mussten.** Unerschrocken, ehrgeizig und mit unendlicher Geduld verfolgten sie ihren Weg und trotzten Vorurteilen und sexueller Diskriminierung.

Politikerinnen von damals kommen heute zu Wort. Ihre Erinnerungen sind zugleich komisch und bitter, absurd und bisweilen erschreckend aktuell. Verflochten mit zum Teil ungesehenen Archiv-Ausschnitten ist dem Dokumentarfilmer und Journalisten Torsten Körner („Angela Merkel – Die Unerwartete“) eine emotional bewegende Chronik westdeutscher Politik von den 50er Jahren bis zur Wiedervereinigung geglückt. Die Bilder, die er gefunden hat, entfalten eine Wucht, die das Kino als Ort der politischen Selbstvergewisserung neu entdecken lässt. **Ein erkenntnisreiches Zeitdokument, das einen unüberhörbaren Beitrag zur aktuellen Diskussion leistet.**

Als Torsten Körner 2015 anfang, DIE UNBEUGSAMEN zu entwickeln, war noch nicht absehbar, dass die amerikanischen Präsidentschaftswahlen einen offen frauenfeindlichen Präsidenten ins Weiße Haus bringen würden. Der Weinstein-Skandal und die bis heute andauernde #MeToo-Debatte um Machtmissbrauch und sexuelle Gewalt wie auch der Aufstieg von Populisten, Autokraten und Clownspolitikern lag noch vor uns, als Körner sich auf eine außergewöhnliche, einzigartige filmische Zeitreise begab. Mitreisende sind zahlreiche Pionierinnen der Bonner Republik, die er an ihre alten Wirkungsstätten einlud, um sie zu interviewen – darunter Herta Däubler-Gmelin (SPD), Marie-Elisabeth Klee (CDU), Ursula Männle (CSU), Christa Nickels (Die Grünen), Ingrid Mat-

thäus-Maier (FDP/SPD), Renate Schmidt (SPD) und Rita Süßmuth (CDU). Historische Aufnahmen zeigen darüber hinaus politische Größen wie Aenne Brauksiepe (CDU), Hildegard Hamm-Brücher (FDP), Waltraud Schoppe und Petra Kelly (Die Grünen).

Eindrucksvoll und inspirierend schenkt der facettenreiche Rückblick in die westdeutsche Vergangenheit wertvolle Impulse für die Gegenwart und die Zukunft.

DIE UNBEUGSAMEN ist eine Produktion von Broadview Pictures (Produzent: Emmy-Preisträger Leopold Hoesch) in Koproduktion mit ZDF/3sat, gefördert mit Mitteln der Film- und Medienstiftung NRW, der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien und des Deutschen Filmförderfonds. (Quelle: www.majestic.de)

Ein Film der besonderen Art!

Und das nicht nur, weil es der erste Film beim ersten Kinobesuch nach fast anderthalb Jahren Kinopause durch Corona war.

Es war das kfd-Thema „Gleiche Würde- gleiche Rechte“, das hier wie auf einem Silbertablett serviert wurde. Die Schilderungen der Politikerinnen von Herabsetzungen, Mobbing, sexuellen Übergriffen usw. machten deutlich, wie wichtig es war und ist, sich gegen patriarchale Dominanz in Politik (und Kirche) zu wehren.

Hut ab vor diesen Frauen! Ihr macht uns Mut!

E. Hartmann-Kulla

Eva Völler - Eine Ruhrpott Saga in drei Teilen



1. Teil Ein Traum vom Glück

Essen 1951: Nach der Flucht aus der Kriegshölle Berlin hat die junge Katharina Unterschlupf bei der Familie ihres verschollenen Mannes gefunden. Aber das Zusammenleben mit der barschen, zupackenden Schwiegermutter auf engem Raum fällt der lebenshungrigen Frau schwer. Sie will ein besseres Leben für sich und ihre beiden Töchter. Mit trotziger Entschlossenheit versucht sie, ihrem ärmlichen Umfeld zu entfliehen. Doch dann begegnet sie dem traumatisierten Kriegsheimkehrer Johannes ...



2. Teil Ein Gefühl von Hoffnung

Essen 1961 Das drohende Zechensterben treibt die Bergleute auf die Barrikaden. Johannes, der sich nach seinem schweren Unfall als Gewerkschafter engagiert, kämpft für die Interessen der Belegschaften. In diesen Zeiten des Umbruchs suchen die junge Buchhändlerin Inge und ihre rebellische Schwester Bärbel ihren Platz im Leben, jede auf ihre Art. Doch immer mehr Konflikte belasten den Familienfrieden, als eine unmögliche Liebe entsteht.



3. Teil Eine Sehnsucht nach morgen

Ruhrpott, 1968: Flowerpower, Studentenbewegung, Arbeitskampf. Als Bärbel nach dem Medizinstudium in ihre Heimatstadt Essen zurückkehrt, spiegelt sich die Zerrissenheit der Gesellschaft auch in ihrer eigenen Familie wider: Die Schwester und ihr Schwager kämpfen mit privaten und beruflichen Schwierigkeiten, für die es keine Lösung zu geben scheint, und ihr Bruder setzt mit politischen Aktionen seine Zukunft aufs Spiel. Doch vor dem größten Problem steht Bärbel selbst, als sie den Mann wiedersieht, den

sie früher für die Liebe ihres Lebens hielt ...

Alle drei Bände sind im Medienforum ausleihbar.

Ich habe sie regelrecht verschlungen, weil sie gut zu lesen waren und mich immer wieder in eine Welt eintauchen ließen, die mir von Kindheit an sehr vertraut war. Ich war ein Zechenkind und bin aufgewachsen im Schatten von Zeche Bonifatius in Essen-Kray. Das Zechenhaus der Buch-Familie mitsamt ihrem Garten konnte ich mir gut vorstellen, ebenso den Bildungshunger und die Rollenbeschreibungen der weiblichen Protagonistinnen.

Elisabeth Hartmann-Kulla



Kooperationsveranstaltung kfd und Maria 2.0

Die kfd und die Bewegung „Maria 2.0 im Bistum Essen“ laden ein in Kooperation mit dem Medienforum im Bistum Essen zu einer Lesung mit Sr. Dr. Katharina Ganz, Oberin im Kloster Oberzell!

Am 16. Februar 2022 um 19.30 Uhr!



Katharina Ganz hat sich in den Diskussionen um die Rolle der Frauen in der katholischen Kirche pointiert und unerschrocken geäußert. Dabei stellt sie klar, dass diese ihren unschätzbaren Beitrag für das Leben und Miteinander nur dann glaubhaft vermitteln kann, wenn ihre Strukturen, die Verteilung von Macht, der Umgang mit den eigenen Mitgliedern und Ressourcen dem Geist Jesu Christi entsprechen. Dazu gibt sie Anstöße, indem sie eigene Erlebnisse und Stationen erzählt, theologisch und spirituell reflektiert und mit Positionen aus ihrer Ordensgemeinschaft und solchen als

feministisch-pastoraltheologisch denkende Franziskanerin verknüpft. Ausgehend von ihrer Begegnung mit Papst Franziskus im Mai 2019 geht sie auf Fragestellungen ein, mit denen sich das Forum „Frauen in Diensten und Ämtern“ beim Synodalen Weg befasst, blendet zurück in die Zeit der Gründung ihrer Kongregation im 19. Jh., um dann Fragen zu erörtern, die gegenwärtig innerkirchlich unter den Nägeln brennen.



Ankündigung „virtueller Adventskalender“

„Die vier Namen des Advent“

So lautet der Titel unseres diesjährigen virtuellen Adventskalenders. Vom 1. bis 24. Dezember 2021 warten diese Namen auf Sie:

1. **Vorbereitung**
2. **Hoffnung**
3. **Erwartung**
4. **Ankunft**

Eigentlich sind es eher Deutungsrichtungen, Definitionen dieser so einmaligen Zeit im Jahr. Es ist uns sehr daran gelegen, dem Advent etwas von seiner Ursprünglichkeit zurückzugeben. Denn die Lebkuchen, Kalender, Beleuchtungen, die uns meistens schon Anfang November aufgedrängt werden, verdrängen allzu leicht die Aspekte von der **Vorbereitung**, der **Hoffnung**, der **Erwartung** auf die Geburt des Messias, dessen **Ankunft** wir am **Ende des Advents** feiern.

Und so sind die Wochentage aufgeteilt:

Montag: eine Worterklärung

Dienstag: ein passendes Bild

Mittwoch: ein Spruch, eine Redensart

Donnerstag: ein Text, z.B. eine Geschichte, ein Gedicht

Freitag: ein Bibelvers

Samstag: eine Person, die zu dem jeweiligen Namen in besonderer Verbindung steht

Sonntag: Gedanken zum Evangelium



Freuen Sie sich auf „Die vier Namen des Advent“!

Das Vorbereitungsteam:

B. van de Lücht, M. Berner, E. Limbeck, M. Frieze, G. Timmermann,
E. Hartmann-Kulla

Aus dem Bundesverband

Kfd-Bundesvorstand im Amt bestätigt



Mechthild Heil, Prof'in Dr. Agnes Wuckelt und Monika von Palubicki wiedergewählt

Mainz, 17. September 2021. Die Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) – Bundesverband e.V. hat ihren Vorstand (neu) gewählt. Auf der heutigen Bundesversammlung in Mainz wurde der geschäftsführende Bundesvorstand im Amt bestätigt. Die 94 Delegierten aus 20 Diözesanverbänden und dem Landesverband Oldenburg haben Mechthild Heil, Prof'in Dr. Agnes Wuckelt und Monika von Palubicki für eine weitere Amtszeit von vier Jahren wiedergewählt.

„Ich freue mich, dass die Delegierten uns als Team das Vertrauen ausgesprochen haben“, so Mechthild Heil. „Wir haben in den vergangenen Jahren gemerkt, wie wichtig unser Einsatz für Gleichberechtigung in Kirche, Politik und Gesellschaft ist. Auch in den kommenden vier Jahren wollen wir uns weiter dafür einsetzen, wohlwissend, dass wir in der katholischen Kirche einen langen Atem brauchen.“

Dem Bundesvorstand eines der größten Frauenverbände Deutschlands gehören außerdem an:

- Ulrike Göken-Huisman (als Geistliche Begleiterin)
- Margot Klein (Sprecherin des Ständigen Ausschusses „Hauswirtschaft und Verbraucherthemen“)
- Lucia Lagoda
- Petra Löwenbrück (Sprecherin des Ständigen Ausschusses „Frauen und Erwerbsarbeit“)
- Monika Mertens
- Andreas Paul (Präses)
- Maria Ruby
- Maria Wittmann



Kfd-Bundesverband ruft Bischöfe in offenem Brief zu mehr Dialog auf

kfd-Bundesverband ruft Bischöfe in offenem Brief zu mehr Dialog auf



Die Gespräche unterm Purpurkreuz sind ein Veranstaltungsformat, bei dem die kfd den Dialog mit den Bischöfen suchen möchte.

Die Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) – Bundesverband e.V. möchte die Erneuerung der Kirche weiter vorantreiben und setzt dabei auch auf die Gesprächs- und Reformbereitschaft der deutschen Bischöfe. In einem offenen Brief lädt der größte katholische Frauenverband die Bischöfe ein, offen miteinander ins Gespräch zu kommen und die Anliegen vieler Katholikinnen und Katholiken zu diskutieren.

„Wir sind mit Ihnen als Bischöfe gemeinsam unterwegs und deshalb möchten wir mit Ihnen auch über die dringenden Themen der Erneuerung unserer Kirche im erlebbaren Alltag unserer Gemeinden im Gespräch bleiben“, heißt es in dem Brief, der jetzt an die Bischöfe in allen Diözesen versandt wurde.

Außerdem betont die kfd darin erneut die große Rolle, die Frauen in der Kirche spielen: „Ohne Frauen atmet die Kirche nur auf einem Lungenflügel und kann ihre ganze Lebendigkeit nicht leben.“

Den Brief an die Bischöfe finden sie auf der Homepage des kfd Bundesverbandes www.kfd.de

Inhalt

Vorwort	3
Idas kleines Einmaleins der Kommunikation	4
Das vier Ohren Modell	14
Namenstagfeier	17

Aus dem Diözesanverband

Jahresthema 2022 Weit denken – mutig handeln“	33
Geistliche Leiterin im Diözesanverband Essen	35
Neugewählte Geistliche Leiterin	38
Anfangsimpuls vom FrauenMahl	40
Projekt Satellite Reef	44
Beraterinnen des Diözesanverbandes Essen	46
Geistliche Leiterin – Ein Amt für starke Frauen	48
Filmtipp	50
Buchtip	52
Kooperationsveranstaltung kfd und Maria 2.0	54
Ankündigung „virtueller Adventskalender“	55

Aus dem Bundesverband

Kfd Bundesvorstand im Amt bestätigt	56
Offener Brief an die Bischöfe	58