

ACHTSAMKEIT



EDITORIAL

ACHTSAMKEIT

Ein Blick in die Ratgeberabteilung einer Buchhandlung reicht und Sie werden etliche Ratgeber und Büchlein zum Thema „Achtsamkeit“ finden. Achtsamkeit liegt gerade voll im Trend. Und das in einer Welt und Gesellschaft, die genau vom Gegenteil geprägt ist: Ständige Ablenkung durch das Smartphone, ungebremste Nachrichtenflut, unachtsamer Umgang mit Mitmenschen und Natur ...

Wahrscheinlich ist die Sehnsucht nach einem achtsamen Leben deshalb so groß. Achtsamkeit heißt, im Moment zu leben, mich ganz bewusst auf die eine Sache zu konzentrieren, die ich gerade mache. Und in diesem Moment bin ich ohne jegliche Wertung.

In einer Lehrerzählung aus dem Zen-Buddhismus wird der Zen-Meister gefragt, warum er so zufrieden und glücklich ist. Daraufhin antwortet er: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich esse, dann esse ich, wenn ich liebe, dann liebe ich ...“ Seine Schüler sind der Meinung, dass sie das auch tun würden. Doch der Zen-Meister sagt zu seinen Schülern: „Nein – wenn ihr steht, dann lauft ihr schon, wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel.“ Die Schüler sind also in der Sache schon immer einen Schritt voraus. Wer erappt sich nicht auch immer wieder dabei, schon wieder an den nächsten Punkt auf der To-Do-Liste zu denken?

Die Übung der Achtsamkeit findet sich vor allem im Buddhismus, hat aber in allen Weltreligionen ihre eigene Ausprägung. Sich in der Aufmerksamkeit zu üben ist schwer. Dazu braucht es ein bewusstes Wahrnehmen des eigenen Tuns. Wie kann uns dies als Christinnen und Christen gelingen? Dazu möchte ich Ihnen ein paar „Übungen“ nennen, wie Achtsamkeit christlich praktiziert werden kann.

Wenn ich an Schweigeexerzitien teilnehme, passiert es mir häufig, dass ich Dinge plötzlich ganz anders wahrnehme. Besonders fällt das bei den Mahlzeiten auf. Ich habe keine andere Wahl, als mich vollkommen auf mein Essen zu konzentrieren und plötzlich ist der Geschmack der Speisen viel intensiver. Probieren Sie es selbst einmal aus und verbringen sie eine Mahlzeit im Schweigen und ohne Ablenkung. Vielleicht sind Sie ganz schnell mit dem Essen fertig oder Sie nehmen die Speisen intensiver wahr oder stören sich auf einmal an den Essgeräuschen der anderen ... Dann dürfen Sie sich daran erinnern, dass Achtsamkeit darin besteht, nicht zu bewerten, sondern erst einmal wahrzunehmen.

Eine weitere Übung ist schon uralte, sie kommt aus der Tradition der Wüstenväter. Es ist das Herzensgebet. Dabei nehme ich mir einen kurzen

Gebetssatz oder auch nur zwei Worte, die ich im Stillen immer wiederhole. Der Profi verbindet das sogar mit dem Ein- und Ausatmen.

Die Wiederholung von (Gebets-)Sätzen findet sich in vielen Formen. So zum Beispiel im Taizégebet, wo die jeweiligen Lieder häufig wiederholt werden, aber auch in ganz klassischen Formen wie dem Rosenkranzgebet. Auch das Bibelteilen ist eine Übung der Achtsamkeit, denn ich konzentriere mich dabei ganz auf eine Textstelle und lasse sie zu mir sprechen und in mir nachhallen.

Jeder und jede, die sich schon einmal in Achtsamkeit geübt hat, wird sagen, dass es etwas Beruhigendes, Wertvolles und Heilsames hat. Gerade in einer Zeit, in der viele schlechte Nachrichten auf uns einprasseln, brauchen wir Achtsamkeit umso mehr.

Ich möchte Ihnen deshalb ein Gebet mitgeben, das Ihnen vielleicht beim Achtsamkeitstraining helfen kann:

Gott, schenke mir
ein achtsames Herz, das Deine Zuwendung wahrnimmt;
ein offenes Herz, das sich von Dir (er-)füllen lässt;
ein schweigendes Herz, das den Segen der Stille spürt;

Impressum:

Kath. Pfarramt St. Peter und Paul
Pfarrstr. 8, 82140 Olching
Tel. 08142 / 4787-0
E-Mail: St-Peter-und-Paul.Olching@ebmuc.de
Homepage: <http://www.pv-esting-olching.de/>
Kto.-Nr. 1967314, Sparkasse Olching, BLZ 70053070
IBAN: DE42700530700001967314, BIC: BYLADEM1FFB
Auflage: 6.500



Foto: Carina Höfelschweiger

ein einfaches Herz, das voll Vertrauen auf Dich ist;
ein kindliches Herz, das die Zärtlichkeit Deiner Liebe annimmt;
ein weiches Herz, das sich von Dir wandeln lässt;
ein vertrauensvolles Herz, das seine Schwachheit von Deiner Kraft füllen lässt;
ein sehnsuchtsvolles Herz, das seine Verletzungen von Dir heilen lässt;
ein starkes Herz, das hinter dem Schmerz Segen erahnt;
ein großmütiges Herz, das sich für Deine Pläne zur Verfügung stellt;
ein waches Herz, das sich selber treu bleibt;
ein weites Herz, das anderen aufrichtig begegnet.

(Autor/-in unbekannt)

Annika Woitich

Redaktion: Sonja Abrell-Kastner, Theresa Gigl, Martina Hof, Carina Höfelschweiger, Veronika Kowalk, Elke Minde, Ursula Schmüser, Bernhard Stock

Layout: Maria Naber, München
Satz: Robert Baum, Olching
Druck: INFORMA Print Service, Olching

Fotos: Titel: C. Höfelschweiger
S. 11: R. Daiser, H. Grill, Dr. P. Kotyczka, A. Kepurra
S. 17: M. Franke, R. Wittmann, H. Grill, B. Schwaninger, Kindergarten Olching, Kindergarten Esting
Rückseite: C. Höfelschweiger

„REDE, HERR, DENN DEIN DIENER HÖRT!“ Achtsamkeit Gott gegenüber

Achtsamkeit bedeutet einen achtsamen, aufmerksamen Umgang mit unseren Mitmenschen (ein Vorbild ist z. B. der barmherzige Samariter), achtsamen Umgang mit der Schöpfung, mit uns selbst. Ich möchte unseren Blick auf das richten, worauf wir unsere Achtsamkeit gründen können – auf die Achtsamkeit Gott und seinen Anrufen gegenüber. Eine biblische Geschichte dazu steht im 1. Buch Samuel, Kapitel 3.

¹Der junge Samuel versah den Dienst des HERRN unter der Aufsicht Elis. Samuels Mutter Hanna, die lange Zeit kinderlos geblieben und deshalb auch gedemütigt worden war, hatte endlich einen Sohn bekommen; sie weihte ihn Gott und übergab ihn dem Tempel. Dort wuchs er unter der Obhut des Priesters Eli auf, dessen eigene Söhne „nichtsnutzige Menschen“ waren.

^{1a}In jenen Tagen waren Worte des HERRN selten; Visionen waren nicht häufig. ²Eines Tages geschah es: Eli schlief auf seinem Platz; seine Augen waren schwach geworden und er konnte nicht mehr sehen. ³Die Lampe Gottes war noch nicht erloschen und Samuel schlief im Tempel des HERRN, wo die Lade Gottes stand. ⁴Da rief der HERR den Samuel und Samuel antwortete: Hier bin ich. ⁵Dann lief er zu Eli und sagte: Hier bin ich, du hast mich gerufen. Eli erwiderte: Ich habe dich nicht gerufen. Geh wieder schlafen! Da ging er und

legte sich wieder schlafen.

Eli war schon alt und er konnte „nicht mehr sehen“ – vielleicht ein äußerer Ausdruck dafür, dass er auch das Wirken Gottes nicht mehr so gut erkennen konnte (oder wollte)? Dennoch war „die Lampe Gottes noch nicht erloschen“ – die Lampe Gottes war ein Zeichen für die Gegenwart Gottes im Tempel. Gott hatte sein Volk noch nicht ganz verlassen, wenngleich seine Gegenwart nur mehr verborgen war, für viele kaum zu erkennen. Und da ruft Gott den jungen Samuel mitten in der Nacht, und Samuel reagiert sofort: „Hier bin ich“. Samuel „sieht“ noch und hört den Herrn.

Der Anruf Gottes geschieht dreimal hintereinander: Samuel hört den Herrn, aber Eli hält das für einen schlechten Traum, eine Spinnerei, und schickt Samuel wieder zum Schlafen. Beim dritten Mal aber wird er hellhörig:

⁸Da rief der HERR den Samuel wieder, zum dritten Mal. Er stand auf und ging zu Eli und sagte: Hier bin ich, du hast mich gerufen. Da merkte Eli, dass der HERR den Knaben gerufen hatte. ⁹Eli sagte zu Samuel: Geh, leg dich schlafen! Wenn er dich ruft, dann antworte: Rede, HERR; denn dein Diener hört. Samuel ging und legte sich an seinem Platz nieder. ¹⁰Da kam der HERR, trat heran und rief wie die vorigen Male: Samu-

„REDE, HERR, DENN DEIN DIENER HÖRT!“ Achtsamkeit Gott gegenüber

el, Samuel! Und Samuel antwortete: Rede, denn dein Diener hört.

Das Wort des Herrn, das der junge Samuel dann hört, ist eine Zurechtweisung Gottes an Eli, und er, der Lehrling, soll sie seinem Meister überbringen – sicher keine einfache Aufgabe. Es ist ein prophetisches Wort, das diejenigen, die es angeht, oft nicht gerne hören wollen – deswegen wurden die Propheten auch oft verfolgt. Es lässt sich in Vers 11–21 nachlesen.

Aber ich möchte den Blick hier auf etwas anderes lenken: auf die Achtsamkeit Samuels dem Anruf Gottes gegenüber und auf die Unachtsamkeit des Eli. „In jenen Tagen waren Worte des Herrn selten“. Warum wohl? Eli hat wohl gar nicht mehr damit gerechnet, dass Gott reden, dass Gott in sein Leben irgendwie eingreifen könnte. Vielleicht weil er zu lange nicht auf Gott gehört hatte oder weil er insgeheim wusste, dass das Wort Gottes unangenehm werden könnte für ihn. Und Samuel? Für ihn war das ebenso neu und unerwartet, aber er hörte etwas und beachtete es, er ging dem Anruf Gottes nach.

Wie ist es mit dem Wort Gottes nicht „in jenen Tagen“, sondern in den heutigen Tagen? In unserem Leben? Gibt es da auch Anrufe Gottes, Zeichen seines Wirkens, Dinge, die uns ‚zufällig‘ begegnen, bei denen wir kurz

aufmerksam sind und staunen, aber die dann wieder von den „Sorgen des Alltags“ (Mt 13,22) erstickt werden?

Wenn wir immer wieder einmal innehalten und unser Leben betrachten: Gibt es da nicht Erlebnisse, in denen Gott uns angerufen hat, Erlebnisse, auf die wir achten sollten? Es lohnt sich, sich das bewusst zu machen: es sind Zeichen dafür, **dass Gott selbst auf uns achtet.**

Eine kurze Gebetsübung, zu der ich einladen möchte: Laut sagen: „Rede, Herr, dein Diener hört.“ Und dann: hinzuhören, was Gott uns sagen will – in der Haltung des Hörenden wie in diesem Bild.

Bernhard Stock



Zeichnung von B. Stock nach „Der Hörende“ von Toni Zenz

WIE BIN ICH ACHTSAM? Gedanken von Jugendlichen

Achtsamkeit:
Das gewissenhafte
Respektieren
von Grenzen
(Anna)

Achtsam sein bedeutet,
auf etwas besonders gut aufzupassen
und deshalb vorsichtig und behutsam
damit umzugehen. Achtsamkeit ist die
Basis für eine gute Beziehung.
(Emily)

Ich achte in meiner Freizeit sehr auf Umwelt,
Gott und Tiere, da es mir wichtig ist, dass nicht
überall Müll rumliegt. Auch meinen Glauben versuche
ich in meinem Alltag einzubauen (beten vor und nach dem
Schlafengehen). Oder in die Kirche gehen und eine
Kerze anzünden, wenn man daran vorbeigeht.
(Julian)

Ich bin achtsam, wenn ich mich
vorsichtig um Dinge kümmere, die mir am
Herzen liegen. Achtsamkeit bedeutet also
Rück- und Vorsicht.
(Amelie)

WIE BIN ICH ACHTSAM? Gedanken von Jugendlichen

In meinem Alltag achte ich oft
auf die drei Punkte: dass ich versuche alles
richtig zu machen, freundlich zu machen und keine
unnötigen Sachen zu veranstalten. Gott und der Glaube
tauchen bei mir oft in Situationen auf, wo ich mich
zwischen etwas entscheiden muss. Es hilft mir dabei,
was richtig zu machen.
(Ferdinand)

Aus dem Alltagstrott
rauskommen und sich selbst
bewusstwerden.
(Xaver)

Achtsamkeit ist sowohl sein
eigenes Wohl als auch das
anderer im Fokus zu haben.
(Onno)

Achtsamkeit:
Auch mal mit der linken Hand
Zähne putzen.
(Paul)

ACHTSAMKEIT IM ALLTAG

Anregungen zum Innehalten

Achtsamkeit. Achtsam sein. Was bedeutet das eigentlich? Eine Definition, mit der ich mich identifizieren kann, lautet: „*Achtsamkeit ist die bewusste Wahrnehmung und das Erleben des aktuellen Moments.* Es bedeutet, ganz im Hier und Jetzt zu sein, aber ohne jede Wertung. Wir nehmen nur wahr, mit allem, was dazugehört: Körper und Geist, Gefühle und Sinesseindrücke. Alles, was um uns herum geschieht und wahrgenommen werden kann.“

Ich habe mich selbst gefragt, ob ich das regelmäßig in meinem Alltag tue. Die Antwort: Jein. Es ist ein Stück Gewöhnungssache, denn ich versuche mir jeden Tag ein paar Sekunden oder Minuten zu nehmen, um im Hier und Jetzt zu sein. Zum Beispiel nach einem lauen Sommerregen: Ich atme einmal tief ein und aus. Dieser Geruch des Sommers erinnert mich jedes Mal an lange, warme, glückliche und unbeschwerte Tage. Es sind nur ein paar Sekunden der Achtsamkeit und es erfüllt mich mit Freude und Leichtigkeit. Aber natürlich ist es nicht immer so leicht, natürlich gibt es Tage, an denen es mir nicht gelingt. Manchmal holen mich der Alltagsstress, ein Problem, eine Krankheit, ein Schicksalsschlag ein, die es mir nicht leicht machen, im Augenblick zu sein. Wobei Achtsamkeit, Achtsam-Sein auch nicht nur positive Gefühle bedeuten muss. Gerade auch



Foto: Carina Höfelschweiger

in schwierigen Zeiten kann die Achtsamkeit mit sich selbst besonders wichtig sein. Was will ich? Was will ich nicht? Warum geht es mir gerade schlecht? Was kann ich tun, damit es mir wieder besser geht? Doch was bedeutet Achtsamkeit noch für mich? Achtsam und empathisch gegenüber meinen Mitmenschen sein. Auf die Gefühle und Bedürfnisse von ihnen achten. Manchmal reicht es doch schon, dem Nachbarn die Tür aufzuhalten, auch wenn er noch mehr als zwei Schritte entfernt ist.

Ich wollte wissen, was die Menschen in meiner Umgebung unter Achtsamkeit verstehen. Auf welche Weise sind sie in ihrem Alltag achtsam? Ich habe

ACHTSAMKEIT IM ALLTAG

Anregungen zum Innehalten

sehr schöne Antworten bekommen und möchte diese gerne mit Ihnen teilen. Vielleicht finden Sie sich in der einen oder anderen wieder.

„Gerade seit ich Kinder habe, versuche ich alles wieder durch Kinderaugen zu sehen. Für uns ist vieles normal – für Kinder ist jede Pfütze, jeder Käfer, jedes Flugzeug aufregend und neu.“ – Nina

„Gerade in unserer ‚Social-Media-Generation‘ bedeutet für mich Achtsamkeit, in der Realität zu leben, das Handy öfter wegzulegen, nicht immer alles auf Social-Media-Kanälen zu teilen, sondern direkt in dem Moment darüber zu freuen und den Augenblick bewusst aufzusaugen.“ – Christina

„Für mich ist es wichtig, dass ich achtsam mit mir umgehe, schaue, was mir wirklich gut tut und was nicht. Ich möchte die Zeit mit meinen Kindern bewusst verbringen, ohne dabei noch tausend Dinge nebenbei zu machen. Das Achten der Momente, die noch so klein sein mögen, aber so wertvoll sind.“ – Alex

„Für mich bedeutet Achtsamkeit der Umgang miteinander und mit sich selbst. Ich schaue immer, dass es allen gut geht, dabei sollte man aber trotzdem auch immer auf sich selbst achten und sich nicht vergessen. Der

achtsame Umgang mit der Natur zählt für mich auch dazu.“ – Theresa

„Ich atme tief durch und versuche, Dinge bewusst ruhiger zu tun. Ich schaue mir meine Umgebung genauer an und lasse sie auf mich wirken. Außerdem versuche ich, auf die kleinen Dinge zu achten – ein nettes Lächeln z. B., das öfter als gedacht erwidert wird.“ – Sophie

Zum Schluss noch eines meiner Lieblingszitate, das mich durch mein Leben begleitet: „Der gegenwärtige Augenblick, das Jetzt, ist der einzige Augenblick, in dem wir wirklich leben. Vergangenes ist vorüber, Zukünftiges noch nicht geschehen. Nur der gegenwärtige Moment steht uns zum Leben zur Verfügung.“ (Jon Kabat-Zinn)

Ich wünsche Ihnen viele achtsame Momente, die Glücksgefühle hervorrufen, schöne Erinnerungen wecken, auf den richtigen Weg bringen und Sie das Leben bewusst wahrnehmen lassen – und wenn es nur der Geruch eines lauen Sommerregens ist.

Carina Maria Höfelschweiger

ACHTSAMKEIT Eine kleine Übung



Bild: © Knipseline/pixelio.de

Es braucht manchmal nicht viel, um achtsam zu sein.

Wenn Sie 5 Minuten Zeit haben, bleiben Sie an dem Ort stehen, an dem Sie sich gerade befinden.

Erleben Sie den Moment. Seien Sie in der Gegenwart.

Beide Beine sollen fest verwurzelt auf dem Boden stehen oder Sie setzen sich mit geradem Rücken hin.

Atmen Sie gleichmäßig ein und aus. Schauen Sie Ihre Umgebung an. Nur anschauen, nicht bewerten.

Sie können Ihrem inneren Augen beschreiben, was Sie sehen.

Farben, Formen, Menschen, Landschaft; Geräusche und Gerüche.

Nach einer kurzen Zeit – Sie müssen nicht auf die Uhr schauen – gehen Sie weiter.

Aber mit ein wenig Achtsamkeit im Gepäck.

Max Altmann

EINDRÜCKE AUS DEM LEBEN DES PFARRVERBANDS Esting-Olching



ACHTSAMER UMGANG MIT DER SCHÖPFUNG

Nachhaltigkeit vor Ort

Die Schöpfung als ein Spiegelbild Gottes gilt es zu erhalten und zu schützen. Wenn wir also von Verantwortungsübernahme für Gottes Schöpfung sprechen, dann geht es gleichzeitig um das Verringern unseres eigenen ökologischen Fußabdrucks. Damit diese Botschaft aber glaubhaft wirkt, muss sie von uns vor Ort mit Leben gefüllt werden. Die Vision heißt: klimaneutral, ressourcenleicht und artenerhaltend – so schnell als möglich.

Dabei gibt es eine Vielzahl von Handlungsfeldern und auch noch viel zu tun!

Im Bereich der Energieeinsparung haben wir bereits einiges vorangebracht. Die Kirchenverwaltung Esting begann bereits 2015/16, in der Kirche und nach und nach im gesamten Pfarrzentrum auf die sparsame LED-Technologie umzustellen. In Olching startete 2018 der erste Versuch mit LEDs in der Kirche St. Peter und Paul. Seit 2019 erstrahlen alle Lampen dort mit der neuen Technologie. Auch als die Liedanzeige in St. Peter und Paul 2020 irreparabel defekt war, entschied sich die Kirchenverwaltung von Olching für eine neue, sparsame Anlage auf Basis von LED-Leuchtmitteln. Ebenfalls haben wir den Kindergarten St. Peter und Paul im Jahr 2021 vollständig auf LED-Lichttechnik umgestellt. Schon im Jahr darauf folgten die Pfarrbüros von Esting und



Foto: Zejko Arapovic
Von links: Elektriker Herr Wassmuth, Herr Pfarrer Steindlmüller, Verbunds- und Kirchenpflegerin Frau Schwöjer, Kirchenpfleger Herr Dilling, Verwaltungsleiterin Frau Keller, Lichtplanerin Frau Dechent; vorne: Vorsitzender Ziel 21 Herr Gottfried Obermaier

Olching. Für 2023 haben wir nun die Ausstattung des Kindergartens St. Elisabeth mit dieser Art der Beleuchtung geplant. Bereits für Januar wurde ein Termin mit unserer Lichtplanerin vereinbart. So haben wir bei der Umstellung auf die LED-Technik auch immer direkt die ideale Ausleuchtung der Räume nach Arbeitssicherheitsgesichtspunkten eingebunden und die gesetzlichen Anforderungen erfüllt.

Im Bereich der Wärme hat sich die Kirchenverwaltung Olching bereits frühzeitig um eine regenerative Heizungsumstellung gekümmert. Schon 2007 wurde das Nebengebäude (u. a. mit Sakristei) von St. Peter und Paul mit einer Pelletheizung ausgestattet. Nach einem Schwelbrand im Dezember 2020 konnte das Nebengebäude im Sommer 2022 an die Fernwärme-

ACHTSAMER UMGANG MIT DER SCHÖPFUNG

Nachhaltigkeit vor Ort

versorgung der Stadtwerke abgeschlossen werden.

Gerade auch unsere Kleinsten in den Kindergärten sollen nicht frieren. Um trotzdem auch hier Energie zu sparen, nutzen wir CO₂-Ampeln für ein gezieltes Lüften. Im Kindergarten St. Peter und Paul wollen wir dieses Jahr die Fenster für eine bessere Wärmeisolierung teilweise austauschen. Außerdem soll die alte Gasheizung durch eine regenerative Heizung ersetzt werden, wozu die Kirchenverwaltung bereits verschiedene Möglichkeiten geprüft hat.

Bei unseren Gärten bemühen wir uns um eine Umgestaltung hin zu heimischen Stauden und Gehölzen. In St. Elisabeth haben wir auf der Wiese hinter der Kirche eine kleine Blühfläche angelegt. Der Versuch ist in Olching trotz intensiver Bemühungen von Max Altmann mit Franz Gschwandtner im Vorgarten des Pfarrhauses bisher gescheitert. Wie heißt es aber so schön: „Neues Jahr – neues Glück“. Außerdem gibt es die jeder Gärtnerin bekannte ‚wilde Ecke‘ im Garten und selbstverständlich lassen wir auch Laubhaufen als Überwinterungshilfe für z. B. Igel aufgerichtet.

Im Bereich Einkauf und Beschaffung achten wir darauf, möglichst bei den Geschäften vor Ort einzukaufen. Zum Beispiel wird der Kindergarten St.

Elisabeth mit frischem Bio-Obst und -Gemüse aus der Region vom Amperhof beliefert.

Die Machbarkeitsanalyse für ein Fotovoltaikanlage auf unseren Dächern haben wir bereits 2022 abgeschlossen. Aktuell warten wir auf die Bestätigung einer Statikerin für die Tragfähigkeit der Dächer. Diese Bestätigung benötigen wir für den internen Bauantrag an das Erzbischöfliche Ordinariat. Solche Bauanträge sind für alle unsere Vorhaben notwendig. Einerseits wird somit Ressourcenverschwendung für unnötige Maßnahmen verhindert und andererseits findet nochmal eine Prüfung durch dort beschäftigte Architektinnen und Architekten statt, die häufig auch gute Ideen und Blickwinkel aus anderen Pfarreien mitbringen. Natürlich zieht sich dadurch aber auch der Umsetzungsprozess in die Länge, sodass wir – auch aufgrund der langen Lieferzeiten der Module und der Auslastung der Firmen – mit einer Installation der Anlage im Jahr 2024 rechnen.

Um die oben genannte Vision umzusetzen, braucht es auch Sie! Mit Umweltthemen kommt jede und jeder von uns im alltäglichen Leben in Berührung und wir haben ständig die Wahl, ob wir uns für den Erhalt der Schöpfung einsetzen.

Stefanie Keller

EHRENAMTLICHE MITARBEIT IM PFARRVERBAND

Bedingungen und Chancen



Bild: Sarah Frank, Factum/ADP, Pfarrbriefservice.de

Ehrenamt – Amt zur Ehre

Im Herbst letzten Jahres startete die Ehrenamtsbörse im Pfarrverband Esting-Olching. Auch wenn wir uns zu den drei angebotenen Terminen mehr Beteiligung erhofft hatten, gab es doch einige Interessierte, die ihre Bereitschaft zur Mitarbeit zeigten. Schon dieser Pfarrbrief profitiert von der Erweiterung des Pfarrbriefteams und die Seniorenpastoral blickt mit Vorfreude auf viele Freiwillige, die zur Unterstützung bereit sind. Ein herzliches Dankeschön dafür.

Ehrenamtlicher Einsatz ist freiwilliger Einsatz, keine Verpflichtung. Wann und wofür – und mit welchem Aufwand – man sich einsetzt, entscheidet man jeweils selbst. Unser

Wunsch ist es, Pools für die verschiedenen Aufgaben zu schaffen, aus denen wir Menschen ansprechen dürfen, wenn wir ihre Unterstützung brauchen. Selbstverständlich werden sie entsprechend eingearbeitet und begleitet. Auch Ideen für neue Aufgabenbereiche hören wir gerne an und setzen wir wenn möglich um.

Die Ehrenamtsbörse soll im kommenden Frühjahr noch einmal stattfinden. Bitte überlegen Sie, ob Sie auch mitmachen wollen. Jede und jeder ist willkommen. Möchten Sie sich schon vorher melden, so können Sie gerne eine E-Mail an ehrenamt@pv-esting-olching.de senden.

Ursula Schmäuser

EHRENAMTLICHE MITARBEIT IM PFARRVERBAND

Bedingungen und Chancen

Was motiviert mich fürs Ehrenamt im Pfarrverband?

In den letzten Monaten gab es leider eine deutliche Reduzierung im Team der Hauptamtlichen. Infolgedessen werden einige der bisherigen Angebote zukünftig nur noch möglich sein, wenn die Pfarrgemeinde (noch mehr) zusammenhilft. Deshalb hat Pfarrer Steindlmüller gemeinsam mit den Pfarrgemeinderäten eine Ehrenamtsbörse ausgerufen. Als ich mich dort informierte, war ich überrascht von der Vielzahl der offenen Bereiche. Ich fragte mich, wie das die bisherigen Haupt- und Ehrenamtlichen über so viele Jahre stemmen konnten. Wie soll es nun mit einer verringerten Zahl an Hauptamtlichen weitergehen? Für mich war jedenfalls klar, dass ich mich auf mehreren Feldern engagieren möchte.

Dadurch bin ich an die Urkirche erinnert: Die Gemeinde arbeitete zusammen, nach Talenten und Möglichkeiten. Unsere Hauptamtlichen achten dabei sehr auf die persönliche Freiheit der freiwilligen Helferinnen und Helfer: Kaplan Daiser führt z. B. systematisch in die Seniorenpastoral ein, aber die Mitarbeit kann und soll in dem Rahmen liegen, wie es in mein Leben passt.

Mich berührt auch die Not, die entstehen kann, wenn Bereiche offen-

bleiben. Wie fühlen sich etwa unsere Senioren, wenn Christus durch das Wort Gottes und die hl. Kommunion nicht mehr in die Seniorenheime gebracht werden kann? Wenn keine Ermutigung, keine Begegnung im Glauben mehr erfolgt?

Ich bin Jesus sehr dankbar, für Seine große Liebe zu uns Menschen, Sein Erlösungswerk und für Seine viele Hilfe, die ich in meinem eigenen Leben erfahren durfte. Das motiviert mich, zu beten und zu prüfen, wo ich in Seiner Kirche mitmachen kann. Ich sehe das so: Wenn wir den Blick auf Jesus richten und gemeinschaftlich zusammenwirken, ist die aktuelle Situation in unserem Pfarrverband keine Krise sondern eine Chance – auf eine lebendige christliche Gemeinschaft mit Zukunft und Strahlkraft nach außen.

Elke Minde

ACHTSAMKEIT ENTFALTEN

Die Sternsinger unterwegs

Ca. 19 000 Schritte am Tag, eine Tagesschicht von 8.30 bis 17.30 Uhr, bei jedem Wetter, unter Dankbarkeit, Bewunderung und manchmal auch Ablehnung läuten Kinder und Jugendliche Jahr für Jahr am 6. Januar an den Haus- und Wohnungstüren unserer Gemeinde, um den Dreikönigsseggen zu möglichst vielen Leuten zu bringen. Was bewegt sie, jedes Jahr in die Rolle der Sternsinger hineinzuschlüpfen? Warum „opfern“ sie ihre Freizeit? Hier finden wir einige Antworten:

Ich möchte den Kindern helfen, denen es nicht so gut geht. (Veronika, 11)

Ich bin dabei, weil meine Geschwister auch mitgegangen sind und weil es Spaß macht. (Matthias, 9)

Ich will Segen in die Häuser bringen und dadurch armen Kindern helfen. (Anna, 11)

Ich möchte armen Kindern helfen. Es macht mir Spaß mitzulaufen. (Isabell, 10)

Ich wollte mal dabei sein. Ich kenne es schon von meinen Schwestern, aber ich durfte das letzte Jahr noch nicht, da ich zu klein war. (Elias, 7)

Ich bin gerne Sternsinger, weil ich mit meinen Freundinnen zusammen bin und dabei den armen Kindern helfen kann. Das macht mir Spaß. (Valentina, 8)

Ich mache das gerne, weil ich damit anderen Kindern in Not helfen kann und weil es mir Spaß macht, mit meinen Freunden durch die Stadt zu laufen. (Adam, 10)

Ich laufe gerne mit, weil ich dabei Süßigkeiten bekomme und anderen Kindern helfe. (Martha, 8)



Foto: Benne Ochs/Kindermissionswerk, Pfarrbriefservice.de

Ich mache das gerne, weil ich armen Kindern helfe und dabei viel Spaß mit meinen Freundinnen habe. Als Sternsinger erleben wir viele lustige Sachen. (Franka, 11)

Ich mache bei den Sternsingern mit, weil ich den Kindern in Not helfen möchte. Dadurch hoffe ich, dass die Kinder mithilfe des gesammelten Geldes ein genauso schönes und friedliches Leben führen können wie ich. (Klara, 13)

Die Antworten fallen nicht mal so unterschiedlich aus. Durch die Worte der Kinder zieht sich ein roter Faden, der mit dem Wort „Achtsamkeit“ in Verbindung steht. Die Sternsinger wollen helfen, sie wollen Gemeinschaft erleben, und das bereitet ihnen Spaß. Die Aufgaben der Sternsinger sind nicht nur ein Ehrenamt der funkelnden Augen, sondern das Ehrenamt der funkelnden Herzen, in dem sich die Achtsamkeit für Bedürfnisse der anderen und für ein fröhliches Miteinander entfalten kann.

Martina Hof

EINDRÜCKE AUS DEM LEBEN DES PFARRVERBANDS

Esting-Olching



ABSCHIED VON WOLFGANG MANN

Rückblick auf 35 Jahre

Lieber Wolfgang, wie bist du ursprünglich zum Beruf des Kirchenmusikers gekommen?

Nach dem Abitur wollte ich eigentlich Lehrer am Gymnasium werden, mit Hauptfach Musik und Nebenfach Religion. Ich habe also an der Musikhochschule in Köln mit Schulmusik begonnen. Aber dann hat mich das Thema Religion immer wieder gepackt, sodass ich angefangen habe, Diplom-Theologie zu studieren; auf diesem Weg kam ich nach München. Und irgendwann musste ich mir die Frage stellen, womit will ich denn eigentlich meinen Lebensunterhalt verdienen? Da habe ich erfahren, dass dringend Kirchenmusiker gesucht wurden, und habe mich entschlossen, mit Kirchenmusik abzuschließen. Ziemlich bald hörte ich dann von einer freien Stelle in Olching.

Es kam dann zu einer denkwürdigen sozusagen ersten Probemesse am Fest der Heiligen Familie kurz nach Weihnachten 1986. Da waren die Kirchenverwaltung und der Pfarrgemeinderat anwesend und natürlich der damalige Pfarrer Blasius Wagner. Im Vorgespräch sagte er zu mir, dass das eine volle Stelle sei und er möchte, dass mit dieser Stelle eine ganze Familie ernährt und nicht ein „Einzelreisender“ unterstützt wird. Und wie sich dann gezeigt hat, hat diese Stelle 35 Jahre lang tatsächlich unsere Familie ernähren können.

Du hast am 1. Mai 1987 angefangen. Wie hat deine Tätigkeit dann ausgesehen?

Ich hatte plötzlich einen traditionellen bayerischen Kirchenchor, mit mir unbekanntem Chormaterial, was ich zuvor nie gehört oder gesehen hatte, einen Kinderchor, ich hatte einen Jugendchor zu übernehmen und habe noch eine Choralschola gegründet. Aber vor allem musste ich von jedem Feiertag zum nächsten alles erst einmal immer wieder neu aus der Taufe heben – das war ein großer Batzen, zumal es noch die vielen Sonntags- und Werktagsgottesdienste gab, dazu die Beerdigungen, Hochzeiten ... Es ist ziemlich beeindruckend und auch herausfordernd, was in so einer Pfarrei an Alltagsarbeit notwendig ist.

Vielleicht kannst du ein paar Highlights erzählen?

Das erste große Highlight war 1989 die Altarweihe von Sankt Stephan Rotondo in Rom. Der damalige Kardinal Wetter lud dazu ein, mit etwa 200 Sängern aus der Diözese einen Chor zu bilden, und ich habe spontan und ungefragt unseren ganzen Kirchenchor angemeldet. Wir sind alle hingefahren, und das war eine großartige Sache. Im Laufe der Jahre konnten wir mit allen Chorgruppen sehr spannende Reisen unternehmen.

Das musikalisch größte Ereignis war natürlich die 100-Jahr-Feier der Olchinger Kirche 2001. Mit der Unter-

ABSCHIED VON WOLFGANG MANN

Rückblick auf 35 Jahre

stützung des Chores aus Gröbenzell konnten wir mit 95 Sängern und großem Orchester vor 600 Zuhörern den Paulus von Mendelssohn aufführen.

Gab es denn auch besondere Herausforderungen in deiner Arbeit?

Herausforderungen, das sind oft ganz banale Sachen: Zum Beispiel fällt plötzlich ein Solist aus, die Maria vom Krippenspiel wird krank, oder ein Solist hat die falsche Messe vorbereitet. Das musst du einfach aushalten, und man weiß zuerst nicht, was man da machen soll, aber dann muss man spontan und mutig sein – dann singt das jetzt einfach der Bass, oder jemand aus dem Chor übernimmt das Solo.

Ich brauchte die Stelle nicht zu wechseln; sie hat sich von selbst immer wieder verändert. Olching hat seine Einwohnerzahl fast verdoppelt, und ich habe 14 ganz verschiedene Zelebrenten erlebt.

Hast du auch eine geistliche Perspektive mit diesem Dienst verbunden?

Ich erinnere mich noch an einen Vortrag im Konservatorium, dass der Beruf des Kirchenmusikers eigentlich nur aushaltbar ist, wenn man gläubig ist, weil das eine hohe Identifikation von einem verlangt, nicht nur mit der Musik, sondern auch mit dem Glauben. Man probt ja zum Beispiel mit Kindern nicht irgendetwas, sondern einen Gottesdienst.

Insofern ist Kirchenmusiker sein auch ein Weg einer lebenslangen Bekehrung, wo man immer wieder mit der Frage konfrontiert wird: Was bedeutet mir das? Wenn man zu dem Ergebnis käme, das bedeutet mir doch nicht so viel, sollte man diesen Beruf gar nicht wählen oder man wird unglücklich.

Natürlich hat Gott mich an eine Stelle gestellt, wo ich wirklich hingehört habe; ich denke, dass der Herrgott mich offensichtlich gezielt und lebenslang an diesem Ort haben wollte. Ich sollte ihm dienen, und zwar in Olching und in genau dieser Form.

Das Gespräch führte Bernhard Stock. Ungekürzt finden Sie es auf der Homepage unter <https://www.pv-esting-olching.de/aktuelles/news/>.

In seiner Zeit als Kirchenmusiker in St. Peter und Paul hat Wolfgang Mann unzählige Gottesdienste musikalisch gestaltet, die Kinder-, Jugend- und Erwachsenenchöre geleitet und musikalische Highlights gesetzt wie die Aufführung des Paulus-Oratorium im Jahr 2001 oder des Mozart-Requiems 2015. Für seinen vielfältigen Einsatz in unserer Pfarrei sagen wir ihm ein herzliches „Vergelt's Gott!“

Josef Steindlmüller

GESPRÄCH MIT GABRIELE FRANKE zum Abschied aus dem Seelsorgeteam

Liebe Gaby, als dein Schreibtischnachbar bin ich genau der Richtige für dieses Gespräch. Oftmals haben wir inhaltlich über den Tisch gearbeitet. Ich würde gerne mit einer thematischen Frage beginnen: Was ist deine Lieblingsbibelstelle und wieso?

Der Psalm 147, Vers 14. „Er verschafft deinen Grenzen Frieden. Er sättigt dich mit bestem Weizen.“ Den Grenzen Frieden verschaffen bedeutet für mich, ich muss nicht über meine Grenzen gehen. Es reicht, wie ich bin, mit meinen eigenen Grenzen. Das ist Friedenssicherung von innen. Und wichtig ist natürlich, dass es auch von außen gelingt. Zum Weizen noch etwas: Gott stillt Sehnsucht und Hunger, egal welcher Art.

Das führt mich zu einer zweiten Frage, passt auch zum Stillen des Hungers: Wo hast du dich im Pfarrverband am wohlsten gefühlt?

In den beiden Kirchen, St. Peter und Paul und St. Elisabeth, habe ich mich sehr wohl gefühlt. Beide sind unterschiedlich. Olching als meine Heimat ist mit der Familie verbunden. In Esting gefällt mir der Raum. Ich bin zudem gerne im Büro. Mit dir, vorher Maria und auch Vroni, die Gespräche über den Schreibtisch. Man blieb auch nie allein mit den schweren Themen. Es war eine Schicksalsgemeinschaft. Man konnte sich Resonanz holen, auch bei persönlichen Themen. Das wer-

de ich vermissen, das vernetzte Denken. Man kann mit den Sekretärinnen gut in Kontakt sein. Ich hatte nie das Gefühl: Hoffentlich treffe ich diesen oder jenen heute nicht im Büro. Ich habe gerne mit Familien zusammengearbeitet. Tür- und Angelgespräche mag ich außerdem sehr gerne. Kurze Begegnungen, bei denen authentisch Glaube und Leben ihren Platz finden. Es passiert ein Geben und Nehmen. Leben und Glaube wird geteilt. Ich war auch immer gerne kreativ, z. B. bei der Offenen Kirche. Schön, dass dieses Projekt mit fünf engagierten Frauen weitergeht. Auch da geht es darum, den Glauben zu teilen. Was bedeutet es für mich selbst? Die Erstkommunionvorbereitung war auch schön, vor allem wenn es bei jemandem Klick gemacht hat. Wenn er/sie etwas vom Glauben verstanden hat.

Du bist jetzt seit 15 Jahren in Olching, davon acht Jahre im Pfarrverband Esting-Olching. Fällt dir ein Highlight dieser letzten 15 Jahre ein? Und gibt es auch eine Enttäuschung?

Eine Enttäuschung war, als wir Pfarrverband geworden sind und es zunächst Misstrauen gab. Was wohl auch mit Angst den anderen gegenüber zu tun hatte. Oder drücken wir es anders aus: Ich hätte mir ein schnelleres Zusammenfinden gewünscht. Jetzt, würde ich sagen, sind wir zusammengewachsen. Man kann jetzt die Bereicherung im anderen sehen.

GESPRÄCH MIT GABRIELE FRANKE zum Abschied aus dem Seelsorgeteam

Ein Highlight ist tatsächlich, dass die Offene Kirche eingeschlagen oder besser auf Resonanz gestoßen ist. Es waren hunderte Menschen an den Marktsonntagen da. Damit hätte ich nicht gerechnet. Des Weiteren wurde der Fairstand durch Tür- und Angelgespräche zum Weltladen. Es ist ein Highlight, dass aus einem kleinem Netzwerk so etwas entsteht und ein Team mit 25 bis 30 Personen aufgebaut worden ist.

Du gehst jetzt in die Palliativseelsorge. Welche Aufgaben warten dort auf dich? Worauf freust du dich?

Hauptsächlich werden es Gespräche mit, Begleitung von und Da-Sein für Patienten und Sterbende sein. Ja, auch Angehörige begleiten. Auf die Zusammenarbeit im multiprofessionellen Team freue ich mich sehr. Die spirituelle Seite im Krankenhaus mit einzubringen, ist dabei meine Aufgabe. Ich soll des Weiteren Gottesdienste mitgestalten, z. B. ein Totengedenken leiten. Ich freue mich sehr auf die Menschen, denen ich begegnen werde. Das voneinander Lernen. Spannend wird es auch mit Menschen, die mit der katholischen Kirche nicht viel anfangen können. Die eigene Stelle gestalten zu können, wird bestimmt schön.

Ich schätze dein feines Gespür für Stimmungen und treffende spirituelle Impulse. Gib uns doch bitte ein Wort/Satz/Gedicht mit auf den Weg.

Gaby Franke grübelt. Dann fällt ihr ein:

„Ein christlicher Theologe, ein jüdischer Rabbi und ein muslimischer Imam stehen nach dem Tod vor Gott und wollen von ihm wissen: Wer von uns ist den richtigen Weg gegangen?“ Das ist Frage und Pointe zugleich, denn schließlich gelangen alle ans Ziel.

Und dann wäre da noch die Geschichte auf der nächsten Seite.

Das Gespräch führte Max Altmann

Von 2007 bis 2022 war Gaby Franke als Gemeindefereferentin in unserem Pfarrverband tätig. In dieser Zeit hat sie viele Gottesdienste mitgestaltet, Trauerfeiern und Beerdigungen gehalten, Einzelseelsorge gemacht, im Pfarrbriefteam mitgearbeitet, Schulunterricht gegeben und vor allem auch die Erstkommunionvorbereitung übernommen. Darüber hinaus hat sie neue, innovative Projekte gestartet wie die „Offene Kirche“, die mittlerweile ein fester Bestandteil der Olchinger Marktsonntage ist. Für ihr Engagement sagen wir Frau Franke ein herzliches „Vergelt's Gott!“

Josef Steindlmüller

GESPRÄCH MIT GABRIELE FRANKE zum Abschied aus dem Seelsorgeteam



Bild: Andrea Major

Es ist genug

sagt dieser Kerl, der seit Tagen auf meiner Fensterbank sitzt und behauptet, er sei ein Engel. „Es ist genug“, sagt er und nickt mir aufmunternd zu. Ich weiß nicht, woher er das weiß, aber er sagt es zu allem: zu einem Text, mit dem ich hadere. Zu einem Geburtstagsbuffet, das nicht reichen könnte. Zu meinen Kontoauszügen. Zu meiner Sorge, keinen Schlaf zu bekommen und unausstehlich zu sein. Zu all den halbfertigen Sachen, dem bisschen Klavierspiel, den sporadischen Gebeten in der Nacht.

Er sagt es zu meinem regelmäßig auftauchenden schlechten Gewissen. Zu meiner bangen Frage, ob ich nicht hätte alles ganz anders machen sollen. „Es ist genug.“

Das Merkwürdige ist, immer passt dieser Satz. Wollte ich ihn anfangs noch anfahren, dass er das doch gar nicht wissen könne, wurde ich mit der Zeit immer ruhiger, ja, ich erwartete seine helle Stimme. „Es ist genug.“ Und eines Morgens antwortete ich, selbstvergessen und ohne nachzudenken sage ich „Amen“. So soll es sein.

Susanne Niemeyer, aus: Fliegen lernen. Engelsgeschichten aus der Bibel, Edition Chrismon. Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Autorin.

Liebe Gaby,
ich wünsche dir alles erdenklich Gute für deine neue Stelle. Viele interessante Begegnungen, Trost für dich und deine Mitmenschen, Gottes Segen auf all deinen neuen Wegen.

Max Altmann

VERABSCHIEDUNG VON MARION STROHMEIR Wechsel im Kindergarten in Esting

Zum Jahreswechsel trat die langjährige Estinger Erzieherin und KiTa-Leiterin Marion Strohmeir in den Ruhestand ein. 1978 nahm Strohmeir ihre Tätigkeit als Erzieherin in der damaligen Estinger Pfarrei St. Stephanus auf. Nach einer Familienzeit kehrte sie Anfang der 90er-Jahre zurück und war von 1993 bis 2010 stellvertretende Leiterin im Kindergarten St. Elisabeth. Von 2010 bis 2022 führte sie die Einrichtung als Leiterin.



Foto: R. Reidel

Bei einem Familiengottesdienst zum dritten Adventssonntag fand die Verabschiedung von Frau Strohmeir statt. Viele Kindergartenkinder waren zusammen mit ihren Eltern gekommen, um den Gottesdienst mitzufeiern und Frau Strohmeir „Danke“ zu sagen. Als Ehrengast nahm auch der frühere Estinger Pfarrer Martin Thurner als Konzelebrant an der Feier teil. Die Katechese hielt Frau Strohmeir selbst in Interaktion mit den Kindern. Dabei ging sie auf die Lesung aus dem Jakobusbrief ein und lenkte den Blick der Kinder auf das Thema Geduld. So wie der Bauer auf die Früchte der Erde warten müsse, so bräuchten auch wir immer wieder Geduld im Leben.

Am Ende der heiligen Messe dankten Pfarrer Steindlmüller, KiTa-Verwaltungsleiterin Verena von Schlachta sowie PGR-Vorsitzende Ulla Schmäusser der scheidenden KiTa-Leiterin für

ihre Treue und ihren Einsatz in der KiTa St. Elisabeth. Steindlmüller betonte dabei, dass Strohmeir in den gegenwärtigen Herausforderungen wie Corona, Fachkräftemangel oder Bürokratie oft der Fels in der Brandung gewesen sei und Probleme mit Geschick und Fingerspitzengefühl gelöst habe. Die Kinder und das Erzieherinnenteam sangen zum Abschied zwei Lieder. Beim anschließenden Stehempfang brachte der Elternbeirat seinen Dank zum Ausdruck und überreichte Frau Strohmeir ein Geschenk der Elternschaft.

Die Nachfolge in der Leitung übernimmt die bisherige stellvertretende Leiterin Lena Wolf. Auf den Posten der stellvertretenden Leiterin rückt Verena Mödl nach.

Josef Steindlmüller

NEUES IN DER KRANKENSEELSORGE

Vorstellung von Christine Pöllmann



Foto: privat

Kranken- und Seniorenpastoral sein, zusammen mit meiner Kollegin Bernadette Matthaei und dem Kollegen Walter Biechele.

Ich wurde 1987 als Pastoralreferentin für die Erzdiözese München und Freising ausgesandt, war nach meiner Berufseinführung in der Pfarrei Kirchheim bei München Ausbildungsleiterin für Pastoralassistentinnen und -assistenten (1991–1996) und anschließend bis 2000 in der Auslandsseelsorge tätig (in Mumbai und Kuala Lumpur). Nach meiner Rückkehr in die Diözese war ich bis 2012 Klinikseelsorgerin im Universitätsklinikum Großhadern und danach Leiterin der Berufseinführung für Pastoralreferentinnen und -referenten.

Zusätzlich zu der halben Stelle in der Krankenseelsorge arbeite ich als Referentin in der pastoralpsychologischen Bildung in der Erzdiözese und bin dort für die Aus- und Fortbildung in der Seelsorge zuständig. Ich freue mich auf Kontakte und gute Zusammenarbeit!
Am besten zu erreichen bin ich per E-Mail: cpoellmann@eomuc.de.

Christine Pöllmann

Ich bin Pastoralreferentin und Pastoralpsychologin und werde ab Januar 2023 mit 19,5 Stunden die thematische Funktionsstelle Krankenpastoral für den Sozialraum übernehmen, zu dem die beiden Pfarrverbände Olching-Esting und Eichenau-Alling gehören. Gebürtig stamme ich aus Freising, seit 2010 lebe ich in Eichenau. Mein Dienstsitz ist im Pfarrzentrum von St. Elisabeth in Esting.

Zu meinen Aufgaben gehören die Vernetzung vor Ort, Angebote für kranke Menschen und deren Angehörige, Besuche und Gespräche sowie liturgische und spirituelle Angebote.

Ein erstes Projekt wird ab März 2023 die Durchführung eines Ausbildungskurses für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der

MEINER SEELE RAUM GEBEN

Singen – beten – schweigen – sich begegnen

Jeweils Donnerstag, 9.3./27.4.,
um 19:30 Uhr
im Blauen Haus, Schwaigfeld Olching

Im ersten Teil verbinden wir uns mit Liedern, Gebet und Stille. Danach ist Zeit zum Zusammensitzen. Bitte Wunschgetränk mitbringen!

Ohne Anmeldung, einfach kommen und dabei sein.

Verantwortlich: Petra Dörflinger
und Christine Ibler



Foto: Michael Bogedain, Pfarrbriefservice

OFFENE KIRCHE IM MAI

beGEISTert

Die Offene Kirche beginnt am Marktsonntag, 7. Mai 2023. Von 13–17 Uhr finden sich in der gesamten Kirche St. Peter und Paul Stationen zum Thema „beGEISTert“. Bis zum 21. Mai können Sie die Stationen in den Seitschiffen noch besuchen.

Was begeistert mich? Wes Geistes Kind bin ich? Wie spüre ich das Wirken des Heiligen Geistes? Was bedeuten die Gaben des Geistes heute?

Diesen und anderen Fragen geht das Ehrenamtlichen-Team nach und freut sich über Ihr Interesse.

Für das Team „Offene Kirche“
Gabriele Franke

BESONDERE GOTTESDIENSTE UND VERANSTALTUNGEN in der Fastenzeit 2023

10.3.	Taizé-Gebet	20.00 Uhr	E	Mit Liedern, Musik und Meditation im Stil von Taizé
11.3.	Tag der Ewigen Anbetung: Hl. Messe	9.00 Uhr	PP	
	Abschlussandacht	12.00 Uhr	PP	
12.3.	Pfarrgottesdienst mit Kindermitmachpredigt	10.00 Uhr	PP	
15.3.	Frauenbundnachmittag mit Diözesanpräses Msgr. Böck	14.30 Uhr	PP	im Pfarrsaal
18.3.	Jahreshauptversammlung des Vinzentiusverein	15.00 Uhr	PP	im Pfarrsaal
19.3.	Ökumenischer Agapegottesdienst	10.00 Uhr	E	Anschl. Suppenessen im Pfarrheim
	Hl. Messe an der Josefskapelle	10.00 Uhr		Freiluftmesse in Graßlfing bei der Gaststätte Haderecker
20.3.	Hl. Messe zum Hochfest des hl. Josef (verlegt vom 19.3.)	19.00 Uhr	PP	
25.3.	Hl. Messe zum Hochfest der Verkündigung des Herrn	9.00 Uhr	PP	
25.3./	Gottesdienste mit den	10.15 Uhr	PP/E	
26.3.	Erstkommunionkindern			
31.3.	Taizé-Gebet	20.00 Uhr	E	Mit Liedern, Musik und Meditation im Stil von Taizé

E = St. Elisabeth, Schlossstr. 10; **St** = St. Stephanus, Römerstr.; **PP** = St. Peter und Paul, Nöscherstr. 1; **GSB** = Geiselbullach, St. Johannes; **JK** = Ev. Johanneskirche, Wolfstr. 11

Diese Gottesdiensttermine entsprechen dem derzeitigen Planungsstand (Januar 2023).

Die detaillierte aktuelle Gottesdienstordnung liegt in den Kirchen auf. Sie finden sie auch im Internet unter: <http://www.pv-esting-olching.de/aktuelles/gottesdienste/>

GOTTESDIENSTE AN DEN KAR- UND OSTERTAGEN im Pfarrverband Esting-Olching

Karwoche				
1.4.	Vorabendmesse zum Palmsonntag	18.00 Uhr	PP	Mit Segnung der Palmzweige
2.4.	Hl. Messe zum Palmsonntag	8.30 Uhr	St	
	Familiengottesdienst	10.00 Uhr	E	Beginn am Feuerwehrhaus, es singt der Kinderchor
	Familiengottesdienst	10.00 Uhr	PP	Beginn am Nöscherplatz
Die Feier vom Leiden, Sterben und von der Auferstehung des Herrn				
6.4.	Gründonnerstag für Kinder	16.00 Uhr	E	
	Messe vom Letzten Abendmahl	19.00 Uhr	E	
	Messe vom Letzten Abendmahl	19.00 Uhr	PP	anschl. stille Anbetung
7.4.	Kinderkreuzweg	10.00 Uhr	SF	für Kinder aller Altersstufen
	Kreuzweg	10.00 Uhr	PP	
	Karfreitagsliturgie	15.00 Uhr	E	
	Karfreitagsliturgie	15.00 Uhr	PP	
8.4.	Trauermette am hl. Grab	8.00 Uhr	PP	
	Feier der Osternacht	21.00 Uhr	E	
9.4.	Feier der Osternacht	5.00 Uhr	PP	
Hochfest der Auferstehung des Herrn				
	Hochamt	10.00 Uhr	E	
	Hl. Messe	10.00 Uhr	PP	mit Kindermitmachpredigt
10.4.	Hl. Messe zum Ostermontag	8.30 Uhr	St	
	Hl. Messe zum Ostermontag	10.00 Uhr	GSB	
	Hl. Messe zum Ostermontag	10.00 Uhr	PP	
	Emmausgang für Familien	10.00 Uhr	E	



Denn bei dir
ist die Quelle des Lebens
Psalm 36,10