



Grußwort

Liebe Gemeindemitglieder und an St. Gereon Interessierte,

„Gegen das Gerümpel des Alltags“ lautet der Titel eines mittlerweile schon alten Buches. Der Titel gefällt mir, denn er hat viel mit der Fastenzeit zu tun. Und hier finden sich ein paar Ideen für eine gute Fastenzeit.

Nur was ist jetzt eigentlich Gerümpel? Der durchschnittliche europäische Haushalt besitzt 10.000 Dinge. Es ist also sehr wahrscheinlich, dass auch wir diese Sachen haben, die irgendwo schlummern, sich in verborgenen Ecken ansammeln, nicht mehr genutzt werden, die einfach zu viel sind oder unerledigt, ungeliebt. Sie belasten uns mehr als wir von ihnen profitieren. Sie nehmen Raum ein, binden Energie. Gerümpel eben. Um was es sich im Einzelnen handelt, muss man für sich selbst herausfinden. Dazu ist ein Ausmisten, eine Inventur nötig – ein kritisch-wohlwollendes unter die Lupe nehmen.

Entrümpeln bedeutet Ballast abwerfen, Loslassen, die Seele befreien, sich fokussieren – Fasten. Die innere und die äußere Welt hängen zusammen, sie spiegeln sich. Wenn wir also unser Zuhause verändern, dann kann das Auswirkungen auf unser Inneres haben. Es geht ja nicht nur um Ausmisten und Ordnung machen, sondern um die Frage, ob ich mich wirklich mit all diesen Dingen umgeben will. Brauche ich sie? Sind sie nützlich? Wann habe ich sie das letzte Mal genutzt? Gefällt es mir überhaupt noch? Es lohnt sich ja vielleicht, einen Schrank komplett leer zu machen, beim Einräumen auszusortieren und den Überblick zu haben. Schrank für Schrank, Raum für Raum. Immer nur so viel, wie man in der zur Verfügung stehenden Zeit schaffen kann. Auch in kleinen Schritten kommt man ans Ziel, es wird übersichtlicher. Das schafft Raum und gibt Zeit, weil die Sachen einen nicht mehr binden.

Das gleiche gilt übrigens auch für geistiges und emotionales Gerümpel: Unerledigtes, Kommunikationsprobleme, Streit, Stress, belastete Beziehungen, aufgeschobene Korrespondenz, ein überfüllter Terminkalender.

Das Ziel ist keine blitzsaubere ordentliche Wohnung und eine leere To Do-Liste. Das Ziel ist, sich selbst in dem ganzen Gerümpel des Alltags wieder zu entdecken. Einfach alles auf den Prüfstand zu stellen, Bewusstsein zu schaffen, wenn nötig umzukehren, sich zu besinnen, frei zu werden für mich selbst und auch für Gott.

Mit besten Wünschen für ein fröhliches Fasten

Ihr und Euer Dominik Meiering

INFOS aus der Kirchengemeinde St. Gereon

Einladung zum Bibelgespräch in St. Gereon

Montag, 03.04.2023 19 Uhr St. Gereon mit Thomas Zalfen

Informationen über den zu besprechenden Bibeltext Mt 28, 1-10 sowie Auslegungen des Textes werden im Vorfeld über einen Newsletter verschickt. Informationen unter thomas.zalfen@erzbistum-koeln.de

CRUCIFIXUS-Chormusik zur Passion, Sonntag, 19.03., 16.30 Uhr in St. Gereon

Ausführende sind der Kammerchor Forum Vocale Rhein Sieg und das Ensemble Festa d'orecchi (auf historischen Instrumenten) unter der Leitung von Georg Bours. Es werden Werke von J. S. Bach, G. Gabrieli u.a. aufgeführt. Eintritt: 15 € / 10 €. Reservierung unter info@forum-vocale-rhein-sieg.de

Männerwallfahrt am Samstag, 25. März zur Kalker Madonna

Zum Thema „Komm heraus“ findet die jährliche Männerwallfahrt zur Kalker Kapelle in diesem Jahr statt. Nach kurzen Wortgottesdiensten (Statio) in verschiedenen Kirchen machen sich die Männer auf den Weg und nach einer gemeinsamen Statio vor dem Kalker Gnadenbild pilgern alle Wallfahrer gemeinsam zum Dom wo um 22:15 Uhr der Abschlussgottesdienst stattfindet. <https://www.katholisches.koeln/schweigegang/>

Konzertreihe für Ambient, Klangkunst und Experiment in St. Alban

14.04. 20 Uhr James Ferraro

Echo Ho

28.04. 20 Uhr Brüder Selke & Laure Boer

Roman Hiele

Eintritt 12 €Getränkeliieferant! Gefördert von der Kunststiftung NRW, Kulturamt der Stadt Köln und dem Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes NRW.

Herzliche Einladung!

*Wir wünschen Ihnen ein schönes Wochenende!
Ihr Team an und um St. Gereon!*

Gottesdienstordnung vom 19.03. – 26.03.2023

Sonntag, 19. März

4. Fastensonntag (Laetare)
1 Sam 16,1b.6-7.10-13b, Eph 5,8-14, Ev: Joh 9,1-41

- | | | |
|-----------|---------------------|---|
| 11.00 Uhr | Basilika St. Gereon | Hl. Messe (Hopmann),
GM Margarete Meetz; LuV der Fam. Meetz und Steckel, Marion Lang |
| 11.00 Uhr | St. Alban | Hl. Messe (Mensebach), <i>LuV d. Fam. Scherer</i> |
| 11.00 Uhr | St. Michael | Gottesdienst der Kirche für Köln mit Eucharistie (Frings) |
| 12.00 Uhr | Basilika St. Gereon | Tauffeier (Fabritz) |
| 12.30 Uhr | St. Alban | Hl. Messe der anglophonen Gemeinde (White) |

Dienstag, 21. März

- | | | |
|-----------|---------------------|--|
| 15.00 Uhr | Apsis St. Michael | Seniorenmesse (Bußmann), <i>StM in der Meinung der alten Messstift.</i> |
| 19.30 Uhr | St. Michael, Krypta | Mystic Hour - ein neues spirituelles Format (Rathgeber) |

Mittwoch, 22. März

- | | | |
|-----------|---------------------|--|
| 12.30 Uhr | Basilika St. Gereon | MittwochMittag 20 Minuten Ruhe in der Mitte der Woche mit Orgelmusik u. Texten (Duczek) |
|-----------|---------------------|--|

Donnerstag, 23. März

- | | | |
|-----------|----------------------------|--|
| 12.30 Uhr | Basilika St. Gereon | Trauung (Hildebrandt) |
| 19.00 Uhr | Basilika St. Gereon-Krypta | Hl. Messe mit mehr Stille (Bußmann) |

Sonntag, 26. März

5. Fastensonntag
Ez 37,12b-14, Röm 8,8-11, Ev: Joh 11,1-45
Kollekte: Misereor und Fastenopfer der Kinder

- | | | |
|-----------|---------------------|--|
| 11.00 Uhr | Basilika St. Gereon | Familienmesse (Conrads) |
| 11.00 Uhr | St. Alban | Hl. Messe (Hoppe), <i>LuV d. Fam. Scherer</i> |
| 11.00 Uhr | St. Michael | Gottesdienst der Kirche für Köln (Vercales) |
| 12.30 Uhr | St. Alban | Hl. Messe der anglophonen Gemeinde (White) |
| 16.00 Uhr | Basilika St. Gereon | Hl. Messe der philippinischen Gemeinde (Liquid) |