



## SONNTAGS-IMPULS (Mt 17,1-9)

Im heutigen Text aus dem Neuen Testament, der in den Gottesdiensten gelesen wird, wird beschrieben, dass Jesus verwandelt wird, seine Kleider weiß werden wie das Licht und sein Gesicht wie die Sonne leuchtet. Was soll das konkret bedeuten? Was wäre, wenn wir uns das ganze Geschehen so vorstellen: Es tritt eine übernatürliche Erfahrung in eine menschliche Erfahrung hinein. Anders gewendet und mit den Worten von Romano Guardini gesagt: Wir haben es zu tun mit etwas „Himmliche[m]“, das offen wird und doch unzugänglich bleibt.“ Diese Vision ist dann die Möglichkeit für uns Menschen, wie wir eine höhere Wirklichkeit auffassen können. Und welche höhere Wirklichkeit ist es jetzt, die wir da begreifen sollen? Es ist die Tatsache, dass wir als Christinnen und Christen nach unserem Tod eine neue Wohnung finden bei Gott, dass er uns einen Platz bei sich schenkt und wir durch dieses Licht im Gesicht und im Gewand von Jesus eine Ahnung haben dürfen, wie diese Ewigkeit bei Gott aussieht. Vielleicht spüren Sie bei den warmen Sonnenstrahlen im Gesicht in diesen Tagen zwischen Schönebecker Schlucht, Hexbachtal und Haus Ripshorst, dass sich Gott Ihnen und euch auch hier mit seiner Liebe zuwendet. (BK)

## GESTALTETE GOTTESDIENSTE IN DER FASTENZEIT

### Danke!

Täglich wächst er an: Der Stapel von Notiz-Zettelchen, auf denen wir in unserer Familie alles aufschreiben, was uns am Tag dankbar hat werden lassen. Jeden Abend „werfen wir unsere Dankbarkeit“ zusammen in ein Einweck-Glas, - die gemeinsame Reflexion macht Freude und bereichert uns.

Das ist bereits eine der ersten Früchte der tollen Arbeit der Gruppe „Gestaltete Gottesdienste“ in der Pfarrei St. Josef. Auch in diesem Jahr werden die Sonntage der Fastenzeit wieder von ihnen in gemeinsamer und kreativer Arbeit konzipiert, die hoffentlich so viele Gottesdienst-Teilnehmende wie möglich begeistern. Die Aktion „Dankbarkeitsglas“ jedenfalls begeistert uns in unserer Familie. Vielleicht kennen Sie die Geschichte von dem glücklichen Grafen, der jeden Tag für jeden schönen Moment eine kleine Bohne von seiner rechten in die linke Jackentasche wandern ließ? Am Abend dann betrachtete er sie nochmals: Jede kleine Bohne führte ihm vor Augen, was ihm an diesem Tag Schönes widerfahren war. Das Leben ist kostbar und schön. In der Fastenzeit den Blick dafür zu schärfen, wird uns wachsen lassen in der Dankbarkeit. Christlich gesprochen, findet der vollendete Dank sein Ziel in Gott, „von dem jede gute Gabe und jedes vollkommene Geschenk kommt“ (Jak 1,17). In jeder Eucharistie feiern wir diese Danksagung gemeinsam. Das ist auch ein Grund, „Danke“ zu sagen! (KL)

#### Genug.Beschenkt

Ganz vieles in meinem Leben ist eigentlich wunderbar. Viele kleine Dinge des Alltags bereichern mein Leben.  
So gesehen habe ich mehr als genug.

#### Gestaltet euch ein Dankbarkeitsglas

Sucht euch dafür ein altes Schraubglas mit Deckel.  
Verziert es mit bunten Klebesteinchen, Stiften, Stickern oder Transparentpapier. Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt!  
Nehmt euch immer abends kurz Zeit und überlegt: Für was bin ich heute dankbar? Schreibt ein Stichwort auf einen kleinen Zettel. Faltet die Zettel zusammen und legt sie in euer Dankbarkeitsglas.  
Schaut euch am Ende der ersten Woche alle Zettel nochmal an.

Idee: <https://klimalasten.de/>



### PFARRBÜRO ST. JOSEF

Himmelpforten 13 | 45359 Essen  
Montag, Mittwoch, Donnerstag 09.00-11.00 Uhr

☎ 0201 699010

st.josef.essen-frintrop@bistum-essen.de

🏠 **HOMEPAGE** st-josef-essen.de

📧 **KONTAKT REDAKTION**

pfarnachrichten@st-josef-essen.de

## AKTUELLES

Bitte beachten Sie die **Fastenzeit-Flyer**, die in den Kirchen ausliegen, sowie die Angebote, die in den Schaukästen und auf der Homepage veröffentlicht werden.

### WELTGEBETSTAG

Am **Freitag, 6. März**, feiern Menschen weltweit den Weltgebetsstag, der in diesem Jahr von Frauen aus Nigeria vorbereitet wurde.



**Herzliche Einladung** zu den ökumenischen Gottesdiensten in unserer Pfarrei:

- 15.00 Uhr **Pfarrheim Herz Jesu** | Gottesdienst
- 15.30 Uhr **Lutherhaus** | Kaffeetrinken, Länder-Info und Üben der Lieder | 17.00 Uhr Gottesdienst
- 19.00 Uhr **St. Josef** | Gottesdienst im Rahmen des Friedensgebetes mit Ensemble TIANNO.

## WOCHENENDVORSCHAU

### Samstag, 14. März

- 18.00 **St. Josef** Wort-Gottes-Feier mit Kommunionempfang (Kubik/Lethen) mit Ansprachekreis

### Sonntag, 15. März

- 09.45 **St. Antonius Abbas** Hl. Messe (Seng) 🐾
- 09.45 **St. Franziskus** Wort-Gottes-Feier mit Kommunionempfang (U. Binder/Haferkamp) mit Blockflöten-Ensemble 🐾
- 11.15 **St. Josef** Hl. Messe (Mattauch) mit Ansprachekreis, Ehrengarde und Kirchenchor 🐾
- 12.30 **St. Josef** Taufe (Lethen)
- 20.30 **St. Josef** Komplet (Haferkamp/Völker)



VON NEBENAN

**HERZLICHE EINLADUNG -  
FORUM COSMAS UND DAMIAN**

Hospizarbeit heißt auch, sich Gedanken über die Zeit nach dem Tod zu machen. Wie und wo möchte ich bestattet werden? Was wünsche ich mir?

Referent ist der Vorsitzende der Essener Bestatter, Robin Lelgemann, der genau diese Fragen beantworten wird.

**Mittwoch, 18. März, 17.00 Uhr**

Franziskus Quartier Kapelle | Laarmannstraße 14.

**ÖKUMENISCHE TELEFONSEELSORGE ESSEN SUCHT  
NEUE EHRENAMTLICHE MITARBEITENDE**



Die Telefonseelsorge in Essen gehört zu den wichtigsten Notrufeinrichtungen in der Region. Rund um die Uhr haben die ca. 100 ehrenamtlich Mitarbeitenden ein offenes Ohr für Menschen in belastenden Lebenssituationen am Telefon und in der Mailarbeit.

Im Herbst 2026 beginnt ein neuer Ausbildungskurs, in dem die Auszubildenden ein Jahr lang (ca. 140 Stunden) auf ihre Tätigkeit vorbereitet werden. Wer Interesse hat an der ehrenamtlichen Mitarbeit in der Telefonseelsorge, braucht die Fähigkeit, sich in die Gefühlswelt anderer Menschen hineinzuhören und die Last hinter den Schilderungen zu erfassen. Wie man gut zuhört, was man über Einsamkeit, Depressionen und Krisen wissen muss – das erfahren die Interessenten in den wöchentlich stattfindenden Abendkursen. Nach Ende der Ausbildung übernehmen die Ehrenamtlichen jeden Monat 14 Stunden Dienstbereitschaft; dazu gehört auch ein Nachtdienst. Die Arbeit wird durch regelmäßige Supervision begleitet.

Für alle Interessierten wird ein **Infoabend am Donnerstag, 19. März, von 19.00 bis 20.30 Uhr** angeboten.

Bei Interesse melden Sie sich bitte im Sekretariat 0201-747480 oder per Mail: [info@telefonseelsorge-essen.de](mailto:info@telefonseelsorge-essen.de)

**AKTUELLES**

**BAUSTELLE LEBEN**

Am **Sonntag, 1. März**, beginnt für 59 Jugendliche die inhaltliche Vorbereitung auf den Empfang der Firmung. Mit der gemeinsamen Feier der Messe zum 2. Fastensonntag machen sich die Jugendlichen auf den Weg. „Baustelle Leben“ steht als Schlagwort über der gemeinsamen Zeit. Das 13-köpfige Katechet\*innen-Team freut sich auf die Begegnung und den Austausch mit den Jugendlichen. Alle jungen Menschen befinden sich an völlig unterschiedlichen Punkten in ihrem Leben. Gemeinsam möchten wir den je eigenen Gottesbeziehungen auf die Spur kommen und erfahren, was es heißt, durch die Firmung gestärkt durch den Heiligen Geist durchs Leben zu gehen. Weihbischof Ludger Schepers wird den Jugendlichen im September das Firmsakrament spenden.

**RÜCKBLICK FEBRUAR**

**SEGUNG DER LITURGISCHEN KERZEN**

Die erste Februarwoche ist die Woche der Segnungen. Segnen, auf Latein „benedicere“, heißt: Gutes zusprechen. Dies meinen die Segnungen und stehen in Zusammenhang mit dem Fest „Darstellung des Herrn“, welches am 2. Februar gefeiert wurde. Es erinnert daran, dass Maria und Josef das Jesuskind zum Tempel brachten. Dort nahm es der Prophet Simeon in seine Hände und bezeichnete es als „das Licht, das die Heiden erleuchtet“. Darum wurde früher das Fest auch als Mariä Lichtmess bezeichnet.

Auch die KOKIS der Pfarrei erlebten in der Kirche St. Franziskus eine stimmungsvolle Wort-Gottes-Feier, in der sie Kerzen auf die Stufen des Altars stellten.



**HELAU IN DER PFARREI**

Rund 90 Frauen kamen zum Frauenkarneval der **kfd St. Josef** am **12. Februar** ins Pfarrheim. Es wurde gesungen, geschunkelt und gelacht. Nach Kaffee und Kuchen begann die Sitzung um 16.11 Uhr. Nach einem zweistündigen Programm spielte DJ Jogi dann zum Tanzen auf.



Im **PaulusHaus** war die fleißige Waffel-Crew in Aktion. Es war ein gemütliches Beisammensein mit vielen netten Gesprächen bei Waffeln mit Pflaumen.



Auch bei der **kfd St. Antonius Abbas** ging es rund. Sie verlebte am **17. Februar** einen herrlich närrischen Nachmittag mit schönen Reden und Sketchen. Der Nachmittag verging wie im Fluge.



## ASCHERMITTWOCH

Mensch, wat wor dat en superjeile Zick!“ (Brings) - so hören wir es rauf und runter, wenn wir die fünfte Jahreszeit ausgelassen feiern. Ob wir ausgelassen gefeiert oder die Tage ruhig verbracht haben - mit dem Aschermittwoch endet der Karneval. Und doch beginnt an diesem Tag jedes Jahr etwas Neues. Für uns Christen startet die Fastenzeit - die vierzig-tägige Vorbereitung auf Ostern.

Sichtbares Zeichen dafür ist die Asche, die uns im Gottesdienst am Aschermittwoch entweder in der Abendmesse oder am Tag beim „Aschenkreuz - To go“ auf die Stirn gezeichnet wurde.



Diese Asche stammt aus den verbrannten Palmzweigen des vergangenen Palmsonntags. Was im letzten Jahr noch Zeichen des Jubels war - die Palmzweige, mit denen wir an Palmsonntag an den Einzug Jesu in Jerusalem erinnerten - wird nun zu einem Zeichen der Vergänglichkeit und der Besinnung. Aus „Hosianna!“ wird „Bedenke, Mensch, dass du Staub bist und wieder zum Staub zurückkehrst.“

So schließt sich ein Kreis: Der Jubel des Palmsonntags wird zur Asche des Neuanfangs.

Aus Freude wird Nachdenklichkeit.

Aus Ausgelassenheit wird Einladung zur Umkehr.

Die Asche erinnert uns daran, dass alles Vergängliche in Gottes Hand liegt - und dass gerade im Loslassen, im Verzicht und in der bewussten Hinwendung zu Gott neues Leben wachsen kann.

Die „superjeile Zick“ ist vorbei.

Doch eine besondere Zeit beginnt - eine Zeit der Vorbereitung, der Hoffnung und der inneren Erneuerung auf dem Weg nach Ostern.

## PILGERN AUF DEM ST. JOSEF-TRAIL

Es ist schon Tradition! Am Samstag, 21. Februar, gingen 12



Wallfahrerinnen und Wallfahrer 10 Kilometer auf dem St. Josef-Trail mit Segen, Gebet, Geschichte und Geschichten. Der

Start war am Corona-Denkort in St. Franziskus, das Ziel am Weltjugendtagskreuz. Es war eine runde Sache.

## KONZERT AM 22. FEBRUAR



Die Lieder des **Kammerchores Nova Cantica** behandelten Liebes-, Tier- und Abschiedstexte, sowohl deutschsprachig als auch international. Zwischendurch wurden rein instrumentale Arrangements von Christoph Lahme und Bettina Miera am Klavier und Harmonium vorgetragen, u. a. die Eurovisionshymne von Marc-Antoine Charpentier. Die Zuhörer dankten in der gut besuchten Franziskuskirche mit viel Applaus, und so folgten mehrere Zugaben.

## HOFFNUNG AUS DER STILLE

Jeden Mittwoch in der Früh um 6.00 Uhr steht die Tür der Kirche St. Josef allen offen, die sich gemeinsam in dieser besonderen Zeit, zwischen der ausklingenden Nacht und des beginnenden Tages, bewusst auf die Stille ausrichten möchten; meist gerahmt vom Gezwitscher der ersten Vögel. Ich will sitzen und ich will schweigen. Und ich will hören, was Gott redet!



Dieser Spruch von Meister Eckhart sagt in aller Einfachheit aus, um was es geht. Mit einem kurzen biblischen Impuls begeben wir uns für 25 Minuten in das stille Sitzen vor dem Allerheiligsten, dem Geheimnis des nicht fassbaren Gottes, der sich uns in jedem Augenblick immer neu schenkt. Eine körperliche Lockerungsübung und ein kurzes Reflexionsgespräch runden die Zeit ab. Immer wieder neu erfahren wir in der Gruppe, wie uns Kraft und Hoffnung zuwachsen. So beschenkt gehen wir aus der Stille in den Tag. Kommt gerne dazu. Herzliche Einladung!

## KONTAKTE IN DEN GEMEINDEN

### GEMEINDEBÜRO ST. ANTONIUS ABBAS

Kiek Ut 6 | 45359 Essen | ☎ 0201 671930  
st.antonius-abbas.essen@bistum-essen.de  
Mittwoch und Freitag: 09.00-12.00 Uhr

### KONTAKTPUNKT ST. JOSEF

Himmelpforten 13 | 45359 Essen  
Donnerstag: 16.30-18.00 Uhr

### KONTAKTPUNKT PAULUSHAUS

Askaristraße 15 | 45359 Essen  
paulushaus@st-josef-essen.de  
Montag: 16.00-17.00 Uhr - in dieser Zeit auch telefonisch zu erreichen: ☎ 0157 71114749 oder 0176 41817340

## LEID IN DER PFARRE!

### VERSTORBENE IM FEBRUAR

Ulrike Böhlen | Bernhard Dyga | Siegfried Friese | Wolfgang Gintze | Alfred Goritz | Manfred Harmuth | Alfred Heliosch | Theresia Heßling | Michael Jansen | Christa Keiner | Günter Klomberg | Maria Krawczynska | Bettina Kremer | Hans Kuhlmann | Marianne Meinrich | Maria Meister | Marianne Neuß | Dieter Rützel | Sigrid Helga Scharf | Karl Schimpfke | Dorothea Schürks | Klaus Simon | Elli Tilg | Sieglinde Vößing | Maria Weißels | Irmgard Ziltener


## GOTTESDIENSTE


JGD = Jahrgedächtnis, SWA = Sechswochenamt


### Samstag, 28. Februar

18.00 **St. Josef** Wort-Gottes-Feier mit Kommunionempfang (Haferkamp/Völker)

### Sonntag, 1. März

09.45 **St. Antonius Abbas** Hl. Messe mit allen KOKIS der Pfarrei (Seggweiß)   
für die Pfarrei

09.45 **St. Franziskus** Wort-Gottes-Feier mit Kommunionempfang (Haferkamp/U. Binder)   
für die Pfarrei

11.15 **St. Josef** Hl. Messe (Linden) mit Firmjugendlichen und Jugend- und Erwachsenenchor   
für die Pfarrei

20.30 **St. Josef** Komplet (Haferkamp/Völker)

### Dienstag, 3. März

09.30 **St. Franziskus** kfd-Messe (Seggweiß)  
Leb. und Verst. der Frauengemeinschaft

### Mittwoch, 4. März

06.00 **St. Josef** Hoffnung aus der Stille (Labusch)

08.15 **St. Antonius Abbas** Schulmesse (Seggweiß)

12.00 **St. Josef** Mittagsimpuls (Völker)

21.30 **St. Josef** Spätschicht (Labusch) mit Jugend- und Erwachsenenchor

### Donnerstag, 5. März

08.30 **St. Josef** Hl. Messe (Linden) kfd und Altenwerk  
Leb. und Verst. der kfd und des Altenwerks

### Freitag, 6. März Weltgebetstag (WGT)

08.10 **St. Josef** Schulgottesdienst (K. Möhrer)

15.00 **Pfarrheim Herz Jesu** ökumenischer Gottesdienst (WGT)

15.30 **Papst Leo Haus** Gottesdienst (Pahlke)

17.00 **Lutherhaus** ökumenischer Gottesdienst (WGT)


19.00 **St. Josef** Friedensgebet zum WGT mit Ensemble TIANNO (U. Fendrich)


### Samstag, 7. März

15.00 **St. Josef** Taufe (Linden)


18.00 **St. Josef** Hl. Messe (Seng) mit El-Shalom-Chor  
Leb. und Verst. der Fam. Ruland und Mischke;  
Maika Klaas

### Sonntag, 8. März

09.45 **St. Antonius Abbas** Wort-Gottes-Feier mit Kommunionempfang (Pfeiffer) mit Kirchenchor   
für die Pfarrei

09.45 **St. Franziskus** Hl. Messe (Linden)  
Pastor Markus Könen; Leb. und Verst. der Fam.  
Sygulka und Jagiella; für die Pfarrei 

11.00 **St. Antonius Abbas** Taufe (Linden)

11.15 **St. Josef** Hl. Messe (Seggweiß)   
SWA Rita Schiernbeck; Hildegard und Peter Klimek sowie Tochter Renata; Leb. und Verst. der Fam. Rexing; Renate Gancarek und Verst. der Fam. Froncek und Jantos; Leb. und Verst. der Fam. Junker; für die Pfarrei

20.30 **St. Josef** Komplet (Haferkamp/Völker)

## TERMINE

PH = Pfarrheim

### Sonntag, 1. März

ab 10.45 St. Josef

**MEF-Kreis St. Josef** -  
Verkauf fair gehandelter  
Waren

10.45-16.00 St. Antonius Abbas  
15.00 PaulusHaus

**Offene Kirche**  
**Kaffee, Waffeln und**  
**quatschen**

17.00 St. Josef

**Orchesterkonzert Colle-**  
**gium Musicale**

### Montag, 2. März

15.00 PH St. Josef

**kfd St. Josef** -  
Mitarbeiterinnenrunde

### Dienstag, 3. März

10.00 PH Herz Jesu

**Offenes Info-Frühstück**  
**Dialog in Frintrop**

18.00 PH Herz Jesu

### Mittwoch, 4. März

15.00-16.30 PH Herz Jesu

**Klamottenkiste**

### Donnerstag, 5. März

15.00 PaulusHaus

**Seniorenachmittag**  
**Kolping St. Antonius**  
**Abbas** - Besuch Aalto-  
Theater mit Führung

15.00 Aalto-Theater

**PGR-Sitzung**

19.30 Pfarrhaus St. Josef

### Freitag, 6. März

19.00 PH St. Josef

**Klaus und Herbert**  
**laden ein** - Kabarett

### Samstag, 7. März

15.00 PH St. Josef

**Kolping St. Josef** -  
Kaffeerunde mit Mitglie-  
derversammlung

### Sonntag, 8. März

ab 10.45 PH St. Josef

**MEF-Kreis St. Josef und**  
**kfd** - Soli-Essen und ge-  
meinsames Singen

10.45-16.00 St. Antonius Abbas

**Offene Kirche**

## TERMINVORSCHAU

### MONTAG, 9. MÄRZ

**Senioren-gemeinschaft St. Antonius Abbas/St. Franziskus** -  
**Hl. Messe** um 15.00 Uhr, anschließend Geburtstagskaffee

### DIENSTAG, 10. MÄRZ

**Gott und ich. Dein Energieschub im März!** - um 19.00 Uhr in  
der Bücherei St. Josef, Schlenterstraße 10, mit Benedikt Koß-  
mann

### DONNERSTAG, 12. MÄRZ

**Kolping St. Antonius Abbas** - Religionsgespräch zum Thema  
„Hoffnung und Freundschaft“ (Ref. Hochschuleseelsorger Stefan  
Wiesel) um 15.00 Uhr im Pfarrheim

### FREITAG, 13. MÄRZ

**KinderKränzchen** - für Familien mit 0-2-jährigen Kindern - 9.00  
bis 10.30 Uhr im PaulusHaus

**Ehrengarde Herz Jesu St. Josef** - Monatsversammlung um  
20.00 Uhr im Pfarrheim St. Josef

### SONNTAG, 15. MÄRZ

**Ehrengarde Herz Jesu St. Josef** - **Jahreshauptversammlung**  
im Pfarrheim St. Josef um 9.30 Uhr und im Anschluss um 11.15  
Uhr Besuch der Hl. Messe