

Zur Besinnung

Ulla Kamps-Blass, Geistliche Begleiterin

Der etwas andere Bundeskanon

***Wir sind zusammen vor allen Gaben uns lieb zu haben
wie Stern den Stern.***

Miteinander verbunden

Gehalten von gegenseitiger Wertschätzung

In aller Verschiedenheit

***Wir sind geboren, uns zu benennen wie Kerzen brennen,
sie brennen gern.***

Stellung nehmend

Voller Engagement

Mit großer Leidenschaft

***Wir sind so viele der Lieb zuliebe,
dass Wipfel triebe manch neuer Kern.***

Vereint in der Hoffnung

Bestärkt durch die Liebe

Zum Aufbruch immer wieder bereit

***Wir sind gekommen vereint auf Erden selig zu werden
in unserm Herrn***

Gemeinsam unterwegs

Gegenwart gestaltend

Gestärkt durch unseren Glauben

Unser Bundesgebet

Sr. Monika Klehr OSB

Schon oft fragte ich mich, wer wohl unser Bundesgebet verfasst haben mag. Erst vor kurzem fand ich die Antwort: Die Münchener Gruppe unter der Führung von Sophie Aurnhammer (1926).

Maria Schaeffler-Laub hat dies in Band 6 aus dem Archiv des Heliand-Bundes dokumentiert „Der Heliandbund in seinen Gründungsjahren 1924-1932“. Ungezählte Mädchen und Frauen haben sich in den vergangenen 100 Jahren das Bundesgebet zu eigen gemacht, es gebetet - zum Segen für sie selbst, für Kirche und Welt. Darauf dürfen wir vertrauen.

Im Jubiläumsjahr 2026 halte ich es für angemessen, ein wenig aus den o.g. Aufzeichnungen (S. 22/23) hier wiederzugeben und einige meiner Gedanken zum Gebet anzufügen. „Es dürfte kaum allgemein bekannt sein, dass das Bundesgebet schon Ende 1926 in der heutigen Form formuliert war, also bereits vor der ersten Fassung der Leitsätze“.

Die Münchner Gruppe, unter Führung von Sophie Aurnhammer, hatte es damals zustande gebracht, als die Mädchen ohne geistlichen Führer waren! Unser Heliand-Abzeichen wurde im selben Jahr von der Gruppe in Stuttgart entworfen. „In der liturgischen Bewegung lernten die Mädchen den ‚großen Atem‘ des Betens. Ohne jeden Anklang an den pathetischen Stil ihrer Zeit fanden sie die angemessene Form“, ihre Gedanken, die sie zur Gründung der Gemeinschaft bewogen haben, in einem Gebet zum Ausdruck zu bringen. Sie wählten den liturgischen Abschluss des eucharistischen Hochgebetes der Messe. Dieser schien ihnen am besten den Zielen des Bundes zu entsprechen, nämlich der „neuen Lebensgestaltung in Christus“. Da sie wussten, dass die Bitte nicht das Primäre sein kann, sollte der Lobpreis Christi am Anfang stehen und erst anschließend die Bitte um den Segen Gottes für die Gemeinschaft und jede Einzelne.

*Herr Jesus Christus,
durch Dich, mit Dir und in Dir
wird Gott, dem allmächtigen Vater,
in der Einheit des heiligen Geistes
alle Ehre und Herrlichkeit zuteil.
Wir bitten Dich,
gib unserem Bund deinen Segen
und jeder einzelnen von und Deine Gnade,
auf dass wir stark werden,
Deinen Geist in uns und
unseren Mitmenschen lebendig zu machen.
Amen.*

Ich bewundere den Mut der Mädchen und jungen Frauen der Gründergeneration, den Lobpreis, die Doxologie des Hochgebetes in ein „Christus-Gebet“ umzuformen. Wenn wir es näher betrachten, kann es uns gleichsam „neu geschenkt“ werden.

Mit der Anrede **Herr Jesus Christus** stehen wir vor „Gottes Sohn“ (Gal 4,4), treten in Beziehung zum „Retter der Welt“ (Joh 4,42), dem „Ebenbild des unsichtbaren Gottes, dem Erstgeborenen der gan-

zen Schöpfung“ (Kol 1,15), der „das All trägt durch sein machtvolleres Wort“ (Hebr 1,3), dem „Mittler zwischen Gott und den Menschen“ (1 Tim 2,5). Welch einen Horizont eröffnen uns diese Aussagen und die Ich-bin-Worte Jesu: „Ich bin das Licht der Welt“ (Joh 8,12), „der Gute Hirt“ (Joh 10,11), „das Brot des Lebens“ (Joh 6,35), „die Auferstehung und das Leben“ (Joh 11,25), „der wahre Weinstock“ (Joh 15,1).

Im Leben Jesu gab es viele Situationen, in denen er allen Menschen die bedingungslo-

se Liebe seines und unseres Vaters zugesprochen hat, sie diese auch erfahren ließ in Zeichen und Wundern. Trotz wachsender Ablehnung und gegen alle Widerstände hat Jesus diese unergründliche Liebe Gottes zu uns Menschen bis zu seinem Tod auf Golgota durchgetragen.

„Darum hat Gott ihn über alle erhöht und ihm den Namen verliehen, der größer ist als alle Namen, damit alle im Himmel, auf der Erde und unter der Erde ihre Knie beugen vor dem Namen Jesu und jeder Mund bekennt: ‚Jesus Christus ist der Herr‘ – zur Ehre Gottes, des Vaters“ (Phil 2,9-11) – **„durch Dich, mit Dir und in Dir wird Gott, dem allmächtigen Vater, in der Einheit des Heiligen Geistes alle Ehre und Herrlichkeit zuteil.“**

In unserer Taufe sind wir mit Christus eins geworden. „Nicht mehr ich lebe, Christus lebt in mir“ (Gal 2,20). Wir sind „eine neue Schöpfung“ (2 Kor 5,17), „Tempel Gottes“ (1 Kor 3,16). „Wir sind nicht nur Christen geworden, wir sind auch Christus geworden“, sagt Augustinus.

Von Leonidas, dem Vater des Origenes, eines Kirchenschriftstellers (+ 254), wird berichtet, dass er nach der Taufe seines Kindes vor ihm niederkniete, um in ihm den Heiligen Geist anzubeten.

Der Dreifaltige Gott ist uns innerlicher als das eigene Innerste. Augustinus lässt Christus zu seinem Geschöpf sagen: „Ich bin in dir mehr Ich selbst als in Mir.“ Als Getaufte sind wir hineingenommen in den Lobpreis Christi an seinen Vater.

Kraft dieser uns im Sakrament geschenkten Freundschaft mit unserem Herrn

Jesus Christus empfangen wir selbst seine voraussetzungslose Liebe, die Gnade, **„Deinen Geist in uns und unseren Mitmenschen lebendig zu machen“.**

JESUS CHRISTUS – unser HILAND – „Alpha und Omega... der Herrscher über die ganze Schöpfung“ (Offb 1,8), Anfang und Ende der Weltgeschichte! Als der Auferstandene ist und bleibt er uns gegenwärtig. An seiner Hand dürfen wir durch diese vergängliche Welt gehen.

Zugleich ist er der Kommende! Er wird eines Tages aus seiner Verborgenheit hervortreten, um die Welt neu zu schaffen: „Seht, ich mache alles neu“ (Offb 21,5). „Der Tod wird nicht mehr sein, keine Trauer, keine Klage, keine Mühsal. Denn was früher war, ist vergangen“ (Offb 21,4).

Voll Hoffnung erwarten wir Ihn, Jesus Christus, der uns in die ewigen „Wohnungen“ heimholen wird. Er hat sie uns bereitet (vgl. Joh 14,1-3).

Auch heute kann das Bundesgebet ein unsichtbares Band

sein, das unsere Gemeinschaft eint. Es kann uns helfen, nicht müde zu werden in unserem Dienst in Familie, Kirche und Gesellschaft. Es vertiefe unseren Glauben an unseren Herrn, „der uns geliebt und sich für uns und diese unsere Welt hingegeben hat“ (vgl. Gal 2,20).

Nachtrag

Beim Jubiläum in Bonn sagte mir Karin Veit, dass sie in einem Gespräch mit Therese Söllner erfahren hat, dass diese, als erste Bundesführerin, das Bundesgebet formuliert habe.

Erinnerungen

Gisela Barnick

Es war 1946, vor 80 Jahren, dass ich den Heliand-Bund kennenlernte, und das kam so: Essen, meine Heimatstadt, war zu 90 % zerstört, auch die Wohnung meiner Eltern. Wir hatten Glück, dass in dem Haus meiner Oma eine Wohnung frei war, und so zogen wir nach Altenessen. Dort gab es eine Mädchen-Mittelschule. Ich lernte Mia kennen, mit der ich mich jeden

Tag am „Karlsplatz“ traf, um gemeinsam zur Schule zu laufen, denn die Straßenbahnen waren hoffnungslos überfüllt.

Eines Tages sagte Mia zu mir, dass sie in einer katholischen Mädchengruppe sei, es wäre nicht die Pfarrjugend, und sie spielten nicht nur Völkerball, sondern in der Gruppenstunde gäbe es immer ein ernstes oder biblisches Thema, es würde viel

gesungen und auch Theater gespielt, und um ganz dazu zu gehören, müsste man eine Prüfung machen und dann bekäme man auch ein Abzeichen. Wie gesagt, Essen war total zerstört, und so fanden die Gruppenstunden abwechselnd in den Wohnzimmern der Eltern oder in den Wartezimmern der Väter statt, die, Gott sei Dank, Ärzte waren. Ich ging also in Altenessen mit Mia in die Gruppenstunde und war begeistert. In Essen gab es 2 Gruppen, die Burgen genannt wurden. Altenessen war also eine eigenständige Burg mit „Burgfrau“ (damals Isabella Eicker) und „Burgkaplan“ (Heinrich Rohling). Ich lernte das Bundesgebet, den Bundeskanon, das „Jubellied“, ich lernte, wie der Bund gegliedert ist und die Leitsätze des Bundes: frohes Jungsein, starkes Frauentum und lebensgestaltende Frömmigkeit. und, wie gewünscht, 30 Lieder mit allen Strophen.

...und dann kam der große Tag: Essen gehörte damals noch zum Erzbistum Köln, also zum Dreikönigsgau, und so kamen die Leiterin, Maria Wachendorf, und der Gaukaplan, Johannes Botterweck, angereist, um

die Prüfung abzunehmen und die Junggruppen-Abzeichen (6-eckig, nur mit Kreuz, silbern, klein, zu verleihen. Wir legten eine Hand auf den Bannerstock (das Banner war aufgezogen) und Maria sagte: „Nimm hin das geweihte Zeichen, und trage es als tapferes Heliand-Mädchen Christus und dem Bund zur Ehre“.

...und das taten wir. Wir trugen es an jedem Kragen, ob Bluse, Kleid, Mantel und waren stolz, Heliand-Mädchen zu sein.

Stolz waren wir auch, bei der Fronleichnamsprozession Banner zu tragen. Mia und ich bekamen in der Schule Ärger, weil wir behaupteten, wir hätten das Banner tragen „müssen“, so dass wir nicht im Schulverbund zur Fronleichnamsprozession gehen konnten. Banner „auf Sturm“ zu tragen, wenn man in die Kirche einzog, das war das Größte.

Mia und ich waren unzertrennlich, nicht nur in der Gruppe, bei Gruppenferienlagern, eigentlich immer. Sie ist und war meine beste Freundin, 80 Jahre lang, vor 4 Wochen ist sie gestorben. Ich vermisse sie!

Gisela Barnick, inzwischen 91 Jahre, aber immer noch im Heliand.

Heliand

Mathilde Pirzer-Hartmann

Dieses Heft entstand vor der Jubiläumsfeier. Es soll ein paar Schlaglichter auf den Heliand werfen. Die Heliandkorrespondenz 3/2026 wird über die Feier des 100jährigen Jubiläums berichten.

Heliandbund - die Anfänge

Noch vor dem Verfassen der Leitsätze wurde folgender Text veröffentlicht:

Der Bund eint katholische Mädchen mit höherer Schulbildung, die folgende Leitsätze anerkennen und in die Tat umsetzen wollen.

Unser Ziel:

„Die neue Lebensgestaltung in Christus“.

Sie verbindet uns im Tiefsten und Letzten mit der gesamten katholischen Jugend und mit allen glaubenstreuen Katholiken.

Diesem Hochziel ordnen sich unsere drei Aufgabenkreise ein:

1. Frohes Jungsein, das aber um die Not unseres Volkes und unserer Kirche weiß.
2. Starkes Frauentum, das sich lebendig in die heutige Zeit und in die heutige Kultur hineinstellt.
3. Lebensgestaltende Frömmigkeit, die unserem Sein und unserem Tun tiefsten Sinn und letzte Einheit verleiht.

Heliandbund - die Anfänge

1. Eine natürliche Grundlage der neuen Lebensgestaltung erblicken wir in einer gesunden Jugendbewegung.

In bewusstem Gegensatz zu vielen Entartungen moderner Un-

kultur fordert der Bund von seinen Mädchen den Willen zur Wahrhaftigkeit und Natürlichkeit, Einfachheit und Hilfsbereitschaft. Durch Wandern, Lied, Spiel und Reigen wollen wir frohes Jungsein pflegen und die Liebe zu Volk und Heimat vertiefen. In treuer Gemeinschaft finden wir uns in den Gruppen zu frohem Tun und ernster Arbeit zusammen.

2. Wir wissen um die Aufgabe, die wir später als katholische Frauen haben: Verantwortlich und opferbereit mitzuhelfen, eine gottferne Welt in Christus zu erneuern. Darum pflegen wir feine Mädchenart und erstreben lebendige Aufgeschlossenheit für die großen Fragen der Gegenwart.

3. Christus, der Gottmensch, ist unser Führer, seine Kirche höchste Autorität und gottgewollte Gemeinschaft aller Gotteskinder. Maria, die Jungfrau-Mutter, ist uns das Urbild echten Frauentums und mütterliche Helferin.

Praktische Förderung des religiösen Lebens suchen wir im Mitfeiern der Liturgie, in eucharistischer Lebensweihe durch eifrigen Sakramentenempfang, in Christuskreisen und Bundesexerzitien. Wir fühlen uns verpflichtet, an der Ausbreitung des Reiches Christi mitzuarbeiten in Pfarrei und Bistum für die Katholische Aktion und kirchlich soziale (karitative) Arbeit neue Kräfte zu stellen.

Unsere Ordnung:

1. Der Bund besteht aus festen Gruppen, Gauen und Marken, die im Rahmen der Leitsätze und der Bundestradition in der Gestaltung ihres Lebens selbständig sind.

2. Die Bundesleitung besteht aus dem von den Bischöfen bestätigten Geistlichen Bundesführer und einer aus den Reihen der Jugendlichen herausgewachsenen Bundesleiterin. Ähnlich setzt sich die Leitung der Marken, Gaue und Gruppen zusammen.

*Quelle: Der Heliandbund in seinen Gründungsjahren
von Maria Schaeffler-Laub*

MITARBEITERIN FÜR VERWALTUNG UND FINANZEN

Der Heliand – Kreis Katholischer Frauen sucht spätestens zum 01. Februar 2027 eine Mitarbeiterin für Verwaltung und Finanzen (24 Wochenstunden) für unsere Geschäftsstelle.

IHRE AUFGABEN:

Sie übernehmen die selbstständige Organisation der Geschäftsstelle mit Schwerpunkt Verwaltung und Finanzbuchhaltung und arbeiten eng mit der Bundesleiterin zusammen.

SCHWERPUNKTE IHRER TÄTIGKEIT SIND:

- * Geschäftsstellenorganisation:
Posteingang, Ablage, Datensicherung und digitale Dokumentation.
- * Mitgliederverwaltung: Pflege der Mitglieder- und Abonentendatei, Erstellung und Versand von Zuwendungs- und Spendenbescheinigungen, Statistik, Mitgliederbuchhaltung, Rechnungsstellung und Mahnwesen.
- * Finanzbuchhaltung: Zahlungsverkehr und Bankgeschäfte, Kommunikation mit dem Finanzamt (inkl. Freistellungsbescheid), Vorbereitung und Kontierung für die Jahresrechnung, Arbeit mit Lexware oder ähnlichen Programmen, Haushaltsplanung und Liquiditätssteuerung im Rahmen vorgegebener Budgets, Beantragung und Nachweisführung von Finanzmitteln.
- * Korrespondenz und Versand: Kommunikation mit Mitgliedern, Druckerei und Versandpartnern; Vorbereitung und Versand von Tagungsunterlagen und Werbematerial.
- * Tagungsorganisation: Organisation und Begleitung von Tagungen, Mitwirkung in Vorbereitungsteams.
- * Gremienunterstützung: Zuarbeit für Leitungsgremien, Mitvorbereitung und Teilnahme an Sitzungen.
- * Allgemeine Verwaltung: Bearbeitung von Post/E-Mails, Bestätigung von Zu-/Abmeldungen, Erstellung von Mitgliederlisten und Kondolenzschreiben.

UNSERE ANFORDERUNGEN:

- * Abgeschlossene kaufmännische, verwaltungsbezogene oder vergleichbare Ausbildung wünschenswert
- * Erfahrung in Vereins- oder Nonprofit-Organisationen wünschenswert
- * Sorgfalt, Zuverlässigkeit und eigenständige, strukturierte Arbeitsweise
- * Sicherer Umgang mit MS Office, E-Mail, Lexware oder vergleichbaren Buchhaltungsprogrammen und digitalen Ablagesystemen
- * Team- und Kooperationsfähigkeit
- * Identifikation mit den Zielen des Verbandes und Interesse an frauenverbandsbezogener Arbeit
- * Aufgeschlossenheit gegenüber kirchenpolitischen Themen

UNSER ANGEBOT:

- * Flexible Arbeitszeitgestaltung ausschließlich im Homeoffice, sodass sich die Stelle sehr gut mit Care-Arbeit/Familie und anderen Lebensbereichen vereinbaren lässt
- * Eine vielseitige, sinnstiftende Tätigkeit mit Gestaltungsspielraum im frauen- und kirchenpolitischen Umfeld
- * Zusammenarbeit mit einem engagierten, ehrenamtlich arbeitenden Team

BEWERBUNG:

Wir freuen uns besonders über Bewerbungen von Frauen sowie von Menschen, die Vielfalt leben.

Bitte senden Sie Ihre vollständigen Unterlagen (Motivationsschreiben inkl. frühestmöglichem Eintrittstermin, Lebenslauf, relevante Nachweise (Ausbildung und Arbeitserfahrung)) in einem PDF-Dokument per E-Mail an: bundesleiterin@heliandbund.de

Bewerbungsschluss ist der 30. September 2026. Wir behalten uns vor, vor Ablauf des Bewerbungsschluss bereits Vorstellungsgespräche zu führen. Für Rückfragen steht Ihnen Juliane Fiegler, Heliand-Bundesleiterin, unter bundesleiterin@heliandbund.de zur Verfügung.

Literatur

Zora del Buono, Seinetwegen, Verlag C.H. Beck

Beatrix Albrecht

Zora del Buono, Schweizer Architektin, Journalistin und Schriftstellerin wurde am 21. Dezember 1962 in Zürich als Tochter eines italienischen Arztes und einer Schweizer Mutter mit slowenischen Wurzeln geboren. Sie wuchs in Zürich und in Bari, der Heimatstadt ihrer italienischen Großeltern, auf. Nach der Matura studierte sie an der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich und der Berliner Universität der Künste Architektur. Anschließend arbeitete sie fünf Jahre als Bauleiterin im Nachwendeb-Berlin. Nach ihren Berliner Jahren lebt sie nun in Zürich. Den ersten Roman legte sie 2008 vor. Inzwischen wurde sie für ihre Werke mit verschiedenen Preisen geehrt. 2020 und 2024 erschienen zwei Familienromane: der von ihrer italienischen Großmutter handelnde Die „Marschallin“ und der auto-

biographische Roman „Seinetwegen“ für den sie mit dem Schweizer Buchpreis 2025 ausgezeichnet wurde. Sie ist Mitglied des Schweizer PEN.

Auf das Buch aufmerksam wurde ich durch ein zufällig gehörtes Interview mit Frau del Buono im Literatur-Programm des Deutschlandfunks. Das Gespräch drehte sich um das neue Buch über ihre Familie, welches in der Ich-Form von Zora erzählt wird. Innerhalb der 204 Seiten Text befinden sich neun schwarz-weiß Fotos aus dem Leben der Familie. Das Foto vor der Titelseite, zeigt das kleine Baby Zora auf dem Arm ihres Vaters Manfredi, der wenige Monate später im Alter von nur 34 Jahren an den Folgen eines von einem jungen Fahrer mit seinem Auto verursachten Verkehrsunfalls stirbt.

Angesichts des 60. Jahrestags des Autounfalls, zurück

blieben die junge Witwe mit dem acht Monate alten Baby, angesichts ihres eigenen 60. Geburtstags und ihrer mittlerweile durch Demenz den Verstand allmählich verlierenden Mutter, die sie nicht mehr fragen kann, ist die Erzählerin/Autorin nun entschlossen, eine Recherche über das Unglück und dessen Auswirkungen auf alle Beteiligten bis in die Gegenwart zu beginnen. Der fehlende Vater ist in ihrem Leben die große Leerstelle. In den Szenen IM KAFFEEHAUS, welche die Autorin in Abständen einfügt, wo Zora sich mit drei Freunden trifft, wird klar, dass auch andere mit dieser Leerstelle in ihrem Leben zurechtkommen müssen, dass ihre Familiengeschichten von Verlust und Trauer, von Verschweigen und Schuld mit anderen geteilte Zeitgeschichte sind. Während der Recherche, fragt sich die Erzählerin nun, was aus E.T. - mehr als diese Initialen des „Töters“ kennt sie nicht - geworden ist. Sie möchte ihn finden, um herauszufinden, was für ein Mensch er ist bzw. war, ihn

mit ihrer Familiengeschichte konfrontieren.

Für die junge Zora war der Verursacher des Unfalls damals, den der Schweizer Richter auch noch mit einer minimalen Strafe davonkommen ließ - das Opfer war schließlich NUR ein Italiener - der „Mörder“ ihres Vaters.

Jetzt, da die Mutter dement in einem Heim lebt, nimmt die Recherche einen großen Raum ein. Die Tochter erinnert sich an immer mehr und kann zusammensetzen, was sie nie wusste. E.T. wird zu Ernst Traxler. Sie erfährt dabei über ihn, der aus der Generation vor der ihrigen stammt, was ihr bisher hinter all der schönen Schweizer Landschaft verborgen war: Sie erfährt vom damaligen schrecklichen Apartheid-System im ländlichen Raum: von Missbrauch, von Demütigungen der ledigen Mütter, denen man die Kinder wegnahm und zur Adoption freigab, wo die Adoptierten auf den Bauernhöfen meistens eine aussichtslose Zukunft voller Angst, Züchtigungen und Missbrauch erwartete. Ernst Traxler, mit

solch einer Herkunft, wollte und konnte sich eine bessere Zukunft erarbeiten.

Sie erfuhr, dass er allein lebte, dass er nach dem Unfall nicht mehr Auto fuhr. Die Leute sagen ihr über den Verstorbenen: „Er war ein Guter!“

Das Phänomen AUTO begleitet die Autorin durch den Roman mit assoziativen Schilderungen. Ausführlich äußert sie sich z.B. zur Entwicklung der Sicherheitsvorkehrungen im Fahrzeug, zu Anzahl, Geschlecht, Alter der Unfallopfer. Assoziationen zur eigenen Vita finden sich für sie in Leben und Werk von Schriftstellern: u.a. des Schweizer Max Frisch oder des Franzosen Roland Barthes.

Die lockere Aufteilung des Druckbild ist lesefreundlich. Es gibt viele deutlich abgesetzte Abschnitte. Sie sind unterschiedlich lang, können sich auf wenige Zeilen, sogar auf Einzelzeilen beschränken, je nach der inhaltlichen Bedeutung, die ihnen zugemessen wird. Deutlich hervorgehoben sind im Seitenlayout auch die Dialoge.

Der Roman berührt mich per-

sönlich. In ihm begegnet mir das Grundmuster, das meine Lebensgeschichte mit vielen gemeinsam hat. So wurde auch mein Leben als Tochter durch die Abwesenheit des (getöteten) Vaters und die Trauer der Mutter geprägt.



Verlag C.H. Beck, 204 Seiten,
Preis 23,00 €

Wir über uns

Termine des HELIAND

16. -21. August in Schwäbisch Gmünd:

Für eine kleine Gruppe (10 Personen) fand sich ein Unterschlupf in dem schön gelegenen Schönblick oberhalb von Schwäbisch Gmünd. Wir wollen die Tage gemeinsam gestalten und keine der betagten Teilnehmer*innen überfordern.

i.A. Karin Wiedenmann

02.- 04. Oktober in Mainz:

Generationen im Gespräch zum Thema „Feste feiern“

**(Infos und Anmeldung auf den nächsten Seiten und unter:
www.heliandbund.de/gig)**

09.-11. April 2027:

Jahreskonferenz und Studientag in Mainz

(Thema wird noch bekannt gegeben)

Termine befreundeter Verbände

1.-9. August 2026:

Ora et labora auf der Neuerburg

(Infos und Anmeldung unter:

<https://www.nd-netz.de/veranstaltung/ora-et-labora/>)

GiG 2026

Generationen im Gespräch
02.-04.10.2026

KSJ + HELIAND - Kreis Katholischer Frauen
Rhein-Main-Jugendherberge Mainz

KOSTEN

Doppelzimmer	140 €
Einzelzimmer	170 €
Schülerinnen und Studentinnen (Doppelz.)	
bis 26 Jahre 90 €	ab 27 Jahre 110 €
Kinder 4 bis 10 Jahre	80 €

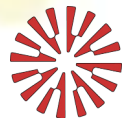
Bitte überweist den Beitrag
bis zum 02.08.2026 an:
HELIAND - Kreis Katholischer Frauen
Liga-Bank Regensburg
IBAN: DE74 7509 0300 0000 0500 08

Bei Abmeldung nach dem 02.08.2026
ist der volle Tagungsbeitrag zu zahlen,
falls keine Ersatzteilnehmerin
gefunden wird

VORBEREITUNGSTEAM

Christine Wurche – Natalie Slowik
Ivona Gerloff – Cornelia Schneider
Dorothea Reiffs – Sabine Barnick

OR
TH
ST
TH



FESTE FEIERN

wir aus zahlreichen, sehr unterschiedlichen Gründen: aus Freude oder Trauer, zur Repräsentation, aus Begeisterung, zum Gedenken, zur Demonstration.

Es kann dabei glamourös, frech, getragen, erhebend, übermütig, humorvoll zugehen.

Und immer verbindet uns ein besonderes gemeinsames Erlebnis, zu zweit oder mit Tausenden.

Wir wollen uns lebhaft über dieses emotional-soziale Phänomen austauschen: Theoretisch – und natürlich auch praktisch!

INFOS + ANMELDUNG

findet ihr auf unserer Homepage
www.heliandbund.de

PROG

Fr

17.30

18.00

19.00 Einleitung +

San

8.00

8.45

9.00

Führu

Dom- und Diöze

13.00

15:00

FEIERN n

FEIERN wide

19.00

20.00

BABE

So

8.00

10.00

11.00

12.00

13.00

WORK

R

GRAMM

Freitag 02.10.

Anreise

Abendessen

Vorstellungsrunde

Samstag 03.10.

Frühstück

Morgenimpuls

Eng im Bischöflichen

Sanatorium Museum Mainz:

FESTE FEIERN

Mittagessen

Kreativ-Workshops:

Nach der Natur - Licht

für den Alltag - Masken

Abendessen

FESTE FEIERN

wir lesen:

MITTES FEST

Sonntag 04.10.

Frühstück

GOMMES FEIER

Ausblick und Ausblick

Mittagessen

Abreise

INFOS+ ANMELDUNG

findet ihr auf der Homepage

www.heliandbund.de

oder sendet die Anmeldung bis
zum 02.08.2026 an:

Sabine Barnick

Zedernweg 12, 50259 Pulheim

Zum GiG 2026

02.-04.10.2026 in Mainz

melde ich mich verbindlich an:

Name _____

Straße, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Tel. _____

E-Mail _____

Geburtsdag _____

Ich möchte ein Einzelzimmer _____

Ich möchte ein Doppelzimmer,
gerne mit _____

Ich hätte gern Kinderbetreuung für
(Name, Alter) _____

Mahlzeiten: _____

/vegetarisch / vegan

Nordlichter Treffen

„Du sollst dich selbst unterbrechen“

Unter diesem Thema fand am 17. Mai 2025 in Itzehoe das Nordlichtertreffen statt.

Sabine Mischner

Zwischen
Arbeiten und Konsumieren
soll Stille sein und Freude
dem Gruß des Engels zu lauschen.

Fürchte dich nicht!

Zwischen
Aufräumen und Vorbereiten
sollst du es in dir singen hören,
das alte Lied der Sehnsucht.
Maranatha, komm Gott, komm!

Zwischen
Wegschaffen und Vorplanen
sollst du dich erinnern
an den ersten Schöpfungsmorgen,
deinen und aller Anfang,
als die Sonne aufging
ohne Zweck
und du nicht berechnet wurdest
in der Zeit, die niemand gehört
außer dem Ewigen.

(Dorothee Sölle)

Um gut in das Thema starten zu können, trafen wir uns zu neunt am Vorabend bei Ulla um einen reichlich gedeckten Tisch, in ihrem großen gastfreundlichen Haus- Dank allen, die vorbereitet haben! Wir Nordlichter und die, die es werden wollen, kamen natürlich aus dem „ech-

ten Norden“ :), wie Itzehoe, rund um Hamburg, aus Berlin und aus der Lausitz. Selbst das Abenteuer mit der Zuverlässigkeit der DB konnte uns nicht aufhalten- es war geschenkte gemeinsame Zeit für Christa aus Berlin und Sabine aus der Lausitz. Dabei muss man schon sagen, die Sabinen waren gleich zu dritt anwesend; dazu kamen Essi, Christiane, Eva und Juliane, unsere neue Bundesleiterin vom Heliand. Ulla fungierte das ganze WE u.a. als „treues Taxi“- einfach großartig! Nach dem Essen nahmen wir uns Zeit für eine ausführliche Vorstellungsrunde, verbunden mit der Frage: „Was hat dich im zurückliegenden halben Jahr besonders bewegt?“ Das war berührend und beeindruckend. Jede nahm uns ein Stück mit in ihre Lebenswelt. Christiane, das erste Mal in dieser Runde, brachte Fragen zu unserer Gemeinschaft mit, und so kamen wir zum Nachdenken und Zusammentragen;

u.a. „Geburt“ der Nordlichter im Büro des NDR bei Eva; Erinnerung an viele Treffen und Frauen, die diesmal nicht dabei sein konnten und andere, die ein Stück den „Nordlichtweg“ mitgegangen waren; Wurzeln in und Verbundenheit mit dem Heliand u.v.m. Es wurde ein langer Abend und dann eine erholsame Nacht; Ulla und Essi gaben Herberge. Somit erfuhren wir z.B. von Cord, dem Ehemann von Essi auch vieles über Itzehoe, den Familien und Freunden der Itzehoer Nordlichter.

Am Samstag starteten wir im Familienzentrum St. Ansgar mit dem Text von D.Sölle. Es wurde vorgelesen, geteilt analog dem „Bibel teilen“. Wir blieben immer wieder daran „hängen“ und tauschten unsere Gedanken aus. Wir setzten ihn strophewise praktisch um mit Vorbereiten der Kaffeetafel in Stille, meditieren, mit einem Spaziergang durch den Mai im Gespräch zu zweit, mit kreativem Tun, wie malen, schreiben, dem Klavier lauschen und auch selbst singen. Wir ließen Klangwolken entstehen. Beim Spazieren durch die Straßen und über Streuobstwiesen be-

gegneten wir Sportler*innen, die am Störlauf teilnahmen, ein großartiges Event in Itzehoe mit viel ehrenamtlichen Engagement. Auch einige aus Ullas Familie liefen mit bzw. feuerten an. Mittags brachte uns David, ein Sohn von Ulla, einen großen Topf mit sehr schmackhaftem Eintopf aus Süßkartoffeln, Tomaten, Paprika, verfeinert mit Zimt und Kurkuma- einfach mal so für uns gekocht - und hat uns damit verwöhnt. So verging der Tag viel zu schnell, wobei auch das gemeinsame Singen nicht zu kurz kam- eine der Sabinen begleitete uns mit ihrem Harmonium.

In der Abschlussrunde gab es sehr viel wertschätzende Worte für das Vorbereitungsteam Eva und Ulla und für alle, die sich vielfältig eingebracht hatten. Juliane und Christiane, beide ja neu in dieser Runde, wurden zu weiteren Treffen der Nordlichter herzlich eingeladen. Segensworte für unsere Wege nach Hause sprachen wir gemeinsam, und auf Anregung einer der Sabinen, gingen alle drei Schritte nach hinten aus dem Kreis, und wir ließen unsere Hände wieder los. So sind sie wieder leer und bereit für Neues.

GiG - Generationen im Gespräch

Schönheit im Wandel

19.-21.09.2025 in Neustadt an der Weinstraße

Generationen im Gespräch – das war es wirklich, 20 Teilnehmerinnen aus Heliand und KSJ von 25 bis 90 diskutierten intensiv, lebhaft, tolerant, ehrlich, kritisch, fröhlich, auch mal lautstark und vielstimmig.

Das Programm führte uns durch fast „unendliche Weiten“ - von dem, was jede aus persönlicher Erfahrung schön findet, über Schönheit, die etwas bewirkt oder auch bezweckt bis zu Ansätzen, Schönheit wissenschaftlich zu erfassen:

- Kennenlernen und Wiedersehen, schnell waren wir eine Gemeinschaft, in die jede sich einbrachte
- Morgenimpuls als besinnlichste Minuten des Tages
- Kurzfilm „Warum Schönheit uns glücklich macht“ mit anschließend leider zeitlich knapper Gesprächsrunde
- Podiumsdiskussionen zu „Schönheit und Social Media“ als Rollenspiel, bei

dem manch eine ungeahnte schauspielerische Fähigkeiten zeigte

- Stadtspaziergang im Herbstsonnenschein mit Fotografieren von Wohlfühlorten
- Kreativworkshop zu individueller Auffassung von Schönheit
- abends „Wein, Weib und Gespräch“ mit Wein-, Saft- und Literaturkostproben
- sonntagmorgendliche Wort-Gottes-Feier - nicht immer ganz so andächtig
- Rückblick, bei dem alle Teilnehmerinnen ihre Eindrücke in die Runde trugen
- Ausblick auf GiG 2026 in Mainz, vorgeschlagener Arbeitstitel des Themas: Zurück in die Zukunft – Traditionen.

Hoffentlich haben alle Teilnehmerinnen so wie ich „aufgetankt“!

Sabine Barnick

Aus aller Welt

Christel Wasiek

Kleiner Vorspann:

Der Heliand schlägt einmal im Jahr die Förderung eines Projekts auf Bundesebene vor. Im Jahr 2026, im Jahr unseres 100-jährigen Bestehens, stellen wir ein Projekt für Seniorinnen in Kuba vor. Auch im globalen Süden, auch in Kuba erleben Frauen während ihres Lebens vielfältige Diskriminierung. Im Alter kulminiert die Diskriminierung noch zusätzlich und macht solidarische Hilfe um so wichtiger.

Solidarität mit Seniorinnen in Kuba

An ein Leben im Mangel ist die Bevölkerung Kubas seit Jahrzehnten gewöhnt. Nach dem Wegfall der wirtschaftlichen Unterstützung durch die Sowjetunion 1989 hat sich Kuba jahrelang in der sogenannten „período especial en tiempos de paz“ in einer Kriegswirtschaft mit Lebensmittelkarten und anderen Bezugsscheinen befunden. Inzwischen besteht erneut eine wirtschaftliche Krise, verschärft durch die geopolitische Lage, in der nicht einmal die Beschaffung von Lebensmitteln für den täglichen Bedarf sichergestellt ist. Alte Menschen sind besonders gefährdet, weil zusätzlich die Altersbezüge völlig unzureichend sind, um den Grund-

bedarf zu decken. Knapp die Hälfte der Senioren/innen erhält aktuell eine Rente in Höhe von umgerechnet US \$ 13, deren Kaufkraft aber nur 4,00 US \$ entspricht. Selbst in Kuba reicht dieser Betrag nicht zum Leben aus. Cáritas Cuba arbeitet seit dem „Golpe de Hambre“ (Hungerkrise), Anfang der 1990er Jahre mit Senioren/innen und versucht, auch in dieser schwierigen Lage zu helfen. So ist konkret geplant, in den Diözesen – Pinar del Río, Matanzas, Ciego de Ávila und Guantánamo – mehrere kleine Schneidereien einzurichten, in denen rund 50 Seniorinnen Kleidung herstellen können. Die Kleidung soll lokal verkauft werden, sodass

die Frauen ein kleines Einkommen erzielen können. Damit die Schneidereien mittel- und langfristig nicht auf externe Finanzmittel angewiesen sind, wird jeweils ein Fonds aus einem Teil der Verkaufserlöse gebildet. Aus diesem Fonds kann dann der Kauf von Stoffen und anderem Schneiderbedarf finanziert werden. Um die Schneidereien einzurichten und mit der Arbeit anzufangen, ist allerdings eine Anschubfinanzierung für das erste Jahr nötig. Carmen María Nadal, die Caritas-Direktorin, rechnet mit Kosten in

Höhe von rund € 6.000,00, wobei in Kuba alle Kalkulationen wegen der gegenwärtigen Unsicherheiten falsch sein können. Caritas Cuba und die Frauen können und wollen aber nicht warten, bis die Verhältnisse sich stabilisiert haben. Kirche und Caritas sind in Kuba voll auf externe Hilfe angewiesen, sodass Carmen María Nadal, die Caritas-Direktorin, den Heliand um Mithilfe bei der Finanzierung der Anschubkosten in Höhe von rund € 6.000,00 bittet. Als Projekt auf Bundesebene würden wir Caritas Cuba gerne mindestens € 3.000,00 zur Verfügung stellen. Allen Spenderinnen danken wir im Voraus für ihre Unterstützung.



Eindrücke aus Kuba
Rechte: Christel Wasiek

Du großer Gott
Du hast die Erde heilig gemacht wie auch meinen Körper,
darum will ich in Deinem Namen die Erde heilig halten,
jeden Grashalm achten und die Blumen und Bäume verehren.
Mit der Verehrung alles Lebendigen wächst meine Seele
und mein Leib wird stark im Rhythmus
Deiner Sonne und Deines Mondes!
Ich liebe Dich, großer Geist!

Gebet eines Schamanen
(Adveniat, 1, 2015)

+Sr. Elisabeth Herkommer+

Sr. Elisabeth gehört zu der großen Gruppe von jungen Heliand-Frauen, die nach dem II. Weltkrieg vor allem in missionierende Ordensgemeinschaften eingetreten sind. Jetzt ist sie nach jahrzehntelanger Arbeit als Missionsschwester Unserer Lieben Frau von Afrika am Ostermontag, am 6. April 2026, im Alter von 92 Jahren gestorben. In der Heliand-Korrespondenz haben wir regelmäßig über ihr Engagement in Algerien berichtet, sodass sie uns, trotz der räumlichen Distanz, vertraut geblieben ist. In

Larbaa-Nath-Irathen hat sie als einzige Christin in einem muslimischen Umfeld gelebt und christliches Zeugnis gegeben. Es passt daher sehr gut, dass ihre Familie in der Todesanzeige auch eine Koran-Sure (14,23) zitiert: Und diejenigen, die da glauben und gute Werke tun, werden in Gärten geführt, durch die Bäche fließen, um mit der Erlaubnis ihres Herrn ewig darin zu wohnen. Ihre Begrüßung dort wird lauten: „Frieden“. Mit der Familie und der Gemeinschaft der Weißen Schwestern trauern wir um Sr. Elisabeth.

*Wir bitten um Spenden für das Projekt auf Bundesebene
„Solidarität mit Seniorinnen in Kuba“ und bedanken uns im Voraus
herzlich für alle Mithilfe.*

**Konto des Weltkirchlichen Engagements im HELIAND-Bund:
LIGA-Bank Regensburg**

IBAN: DE75 7509 0300 0002 2192 98 BIC: GENODEF1MO5