



ERZBISTUM
PADERBORN

Sommer

im Erzbistum Paderborn

Wandern & Pilgern

Ein ständiger Grund
zum Staunen

Seite 6

Libori-Fest in Paderborn

Kirche, Kirmes und
Kultur

Seite 10

Gutes für Leib und Seele

Der Sommer bringt viele
Köstlichkeiten mit sich

Seite 20

Inhalt

Sommergruß des Erzbischofs

3

Sommer im Erzbistum

4

Wandern & Pilgern

6

Ein ständiger Grund zum Staunen

10 Libori-Fest in Paderborn

Kirche, Kirmes und Kultur

12 Das feiern wir noch im Sommer

„Herr, wohin sollen wir gehen?“

Wallfahrten im Erzbistum

14

16

Körper, Geist und Seele erfrischen

Mehr als „nur“ Wassertreten: Das Kneipp-Konzept ist perfekt für den Sommer

Die Geistkraft, die uns Auftrieb gibt

18

Geistlicher Impuls

20

Gutes für Leib und Seele

Der Sommer bringt viele Köstlichkeiten auf die Speisekarte

Ein Tag Zeltlager

22

Ein großes Abenteuer – nicht nur für Kinder

IMPRESSUM

HERAUSGEGEBEN VON

Erzbistum Paderborn
Körperschaft des öffentlichen Rechts
vertreten durch den Generalvikar
Alfons Hardt

Abteilung Kommunikation
Frau Heike Meyer
Domplatz 3 | 33098 Paderborn
Telefon 05251 125-1558
Telefax 05251 125-1470
kommunikation@erzbistum-paderborn.de

REDAKTION

Dirk Lankowski, Dr. Claudia Nieser,
Tobias Schulte, Till Kupitz, Lioba
Vienenkötter

Weitere Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Msgr. Gregor Tuszynski, Hans Pöllmann

LAYOUT

Verena Seiger, Mues + Schrewe GmbH,
www.mues-schrewe.de,
Judith Bowinkelmann

DRUCK

Bonifatius GmbH,
www.bonifatius-druckerei.de

FOTOS

Titelseite: shutterstock.com
S. 3, 5, 7, 9–15, 19: Besim Mazhiqi
S. 7, 17: Klaus-Peter Kappest
S. 8: B. Heanssler, Ulrich Bock
S. 9: Tourismus Olsberg,
Sabrina Voss
S. 17: info@andreas-weller.com
Thorsten Hennig
Seite 20–21: Till Kupitz
Alle weiteren Bilder:
shutterstock.com,
Erzbistum Paderborn

Sommergruß des Erzbischofs

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

endlich ist es Sommer geworden. Endlich ist die Zeit gekommen, die Seele baumeln zu lassen, die langen hellen Tage und die freie Zeit zu genießen. „Frei“ ist in diesen Tagen übrigens auch das Kirchenjahr: In den Sommerferienmonaten gibt es keine großen kirchlichen Feste. Es ist fast, als ob auch das Kirchenjahr eine Urlaubssaison eingeplant hätte.

Vielleicht kann man diese Freizeit, die uns das Kirchenjahr schenkt, auch etwas als Einladung sehen:

„WIR DÜRFEN JETZT EINFACH MENSCH SEIN, IM FESTEN VERTRAUEN DARAUF, DASS WIR VON GOTT GELIEBT SIND.“

Da passt es doch, dass jetzt EIGENTLICH andere Feste gefeiert werden: das Dorffest zum Beispiel, das Stadtfest, die Kirmes und auch das Schützenfest. Viele davon haben durchaus einen kirchlichen Ursprung und kirchliche Prägung, man denke nur an das große Libori-Fest in Paderborn. Aber stärker als bei den klassischen Hochfesten des Kirchenjahres stehen bei diesen Festen ausgelassene Fröhlichkeit und Geselligkeit im Mittelpunkt. Einfach froh sein – auch dafür muss Zeit sein im Kirchenjahr. Und im Leben.

Leider muss ich sagen: EIGENTLICH. Denn aufgrund der Corona-Pandemie erleben wir nun das zweite Jahr, in dem wir stark auf die Bremse treten müssen. Unbeschwertes Zusammensein größerer Menschenmengen ist noch nicht wieder möglich. Aber immerhin ist die Hoffnung groß, dass es bald wieder so sein könnte.

In diesen Sommerwochen wünsche ich Ihnen von Herzen, dass Sie das Leben trotz aller Einschränkungen genießen können. Und vielleicht finden Sie in dieser Beilage Anregungen dafür, wie Sie diese Zeit gestalten können.

Ihr

† Hans-Josef Becker

Hans-Josef Becker
Erzbischof von Paderborn



Sommer IM ERZBISTUM

WEGE ZUM LEBEN – DER „SPIRITUELLE SOMMER“

Seit 2012 lädt Südwestfalen mit seinen Ferienregionen Sauerland und Siegerland-Wittgenstein alljährlich zum „Spirituellen Sommer“ ein. Dieses Jahr im Zeitraum vom 10. Juni bis 5. September. In beeindruckender Natur und jahrhundertealter Kulturlandschaft, aber auch in der Begegnung mit den Menschen der Region schafft die Veranstaltungsreihe die Möglichkeit, ein wenig Tempo aus dem Alltag

herauszunehmen sowie sich und anderen zu begegnen. Leitthema ist in diesem Jahr das Element „Wasser“. Die Veranstaltungen beziehen sich auf die Traditionen der großen Weltreligionen, auf die Erfahrung einer offenen Spiritualität sowie auf das Erleben von Natur, Musik, bildender Kunst und anderer kultureller Ausdrucksformen. Mehr Informationen unter: www.wege-zum-leben.com



„SOMMERKIRCHE“ LÄDT IN PASTORS GARTEN IN HÜSTEN EIN

Die Pfarrei St. Petri Hüsten lädt zur „Sommerkirche“ in Pastors Garten ein. Bei gutem Wetter wird sonntags der Gottesdienst um 11.00 Uhr in Pastors Garten gefeiert, mitten unter alten Bäumen und auf der grünen Wiese, mit Vogelgezwitscher und gemeinsamen Liedern. Der Zugang findet sich über den Hof des Petrushauses zwischen den Häusern Kirchplatz 4 und Möthe 2. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, Sitzgelegenheiten (Klappstuhl, Hocker, Picknick-Decke) sind möglichst selbst mitzubringen. Mehr Infos unter: www.st-petri-huesten.de

KIRCHE AM (MÖHNE)SEE FEIERT WIEDER

Jeden Sommer startet die Kirche am See vielfältige Open-Air-Gottesdienste am Ufer des Möhnesees. Diese Gottesdienste werden von den unterschiedlichsten Gruppen inhaltlich und musikalisch gestaltet. Die Gottesdienste finden jeden Sonntag im Wechsel unter der Eiche am See in Körbecke oder vor dem Heinrich-Lübke-Haus in Günne statt. Mehr Informationen unter: www.kirche-am-see.eu

GUTE N8CHT – EVENTS FÜR JUNGE ERWACHSENE

Von Alpakawanderung bis Stadionbesuch, von Feuerwehr bis Weinprobe. Dieses Angebot gibt es jeden Monat am 8. um 8.00 Uhr abends in Paderborn. Die Teilnehmenden haben dabei die Chance, Orte kennenzulernen, die man immer schon besuchen wollte, von Profis zu erfahren, was man immer schon wissen wollte oder einfach nur gemeinsam einen netten Abend zu verbringen mit Gleichgesinnten oder völlig anders Denkenden. Infos zu den aktuellen Events: www.instagram.com/guten8chtpaderborn/ oder www.facebook.com/GuteN8cht/



SUMMERNIGHT IN DER KAPELLE „DÖRNSCHLADE“

Nachdem die Gebetsnächte von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Kapelle „Dörnschlade“ in einem Waldstück im Wendener Land so viel Zuspruch erfuhren, geht es in diesem Sommer weiter. Am 13. August öffnet das Jugendnetzwerk TABOR die kleine Kapelle von 19.00 Uhr abends bis 7.00 Uhr morgens für eine Gebetskette durch die Sommernacht. Mehr Informationen unter:

www.taborsauerland.de

MUTMACH-GESCHICHTEN WERDEN ZU LIBORI VERSCHENKT

In den immer noch herausfordernden Zeiten der Pandemie möchte das Bonifatiuswerk den Menschen zeigen, dass es auch positive Meldungen gibt. 2.000 gestiftete Exemplare des Buches „Wie man Riesen bekämpft – echte Mutmach-Geschichten“ von David Kadel werden während der Libori-Woche verschenkt. Darin geben prominente Stimmen wie Matze Ginter oder Samuel Koch mutmachende Impulse. Das Hilfswerk verteilt das Buch an Menschen in sozialen Einrichtungen, bei Veranstaltungen oder auf der Straße. Einige Exemplare werden auch über Radio Hochstift verlost. Mehr Infos unter: www.bonifatiuswerk.de

COMING HOME 09 STARTET AN BVB-KIRCHE WIEDER

Mit verschiedenen Veranstaltungen startet das Projekt COMING HOME 09, das Fußballprojekt an der BVB-Gründerkirche Heilige Dreifaltigkeit in Dortmund, in den Sommer. Am 9. Juli startet in der Dreifaltigkeitskirche ein Escape-Room. „Fahr mit Franz“ lautet die Kooperationsveranstaltung von ADFC, „meineHeimat.ruhr“ und COMING HOME 09. Am Samstag, 24. Juli, findet zu Ehren von

WANDERAUSSTELLUNG WÜRDIGT „900 JAHRE PRÄMONSTRATENSERORDEN“

Im Jubiläumsjahr 2021 möchte das Erzbistum Paderborn mit einer kirchengeschichtlichen Wanderausstellung an das Wirken des Prämonstratenserordens erinnern. Noch heute kann man in Westfalen zehn ehemalige Stifte und Kirchen von Prämonstratensern entdecken, die zwar keine Ordensangehörigen mehr beherbergen, jedoch von ihrer Geschichte, Spiritualität und ihrem Wirken erzählen. An den Stätten des einstigen Wirkens der Prämonstratenser wird die Ausstellung neben multimedialer Wissensvermittlung ausgesuchte Zeugnisse präsentieren, Exponate aus Museen, Archiven und Privatsammlungen, die in diesem Kontext erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt werden können. Ausstellungsorte sind die drei Klöster rund um Arnsberg sowie in Werl, Paderborn, Dortmund und Clarholz. Mehr Informationen unter:

www.dioezesanmuseum-paderborn.de



Gründer Franz Jacobi eine schwarzgelbe Fahrradtour rund um Dortmund statt. Ein besonderes Highlight gibt es am 6. August. Dann heißt es „Echte Liebe geht durch den Magen“ – sechs Biere und fünf Gänge werden serviert und zwei Bier-sommeliers erzählen Wissenswertes rund um Klosterbiere. Mehr Informationen unter: www.cominghome09.de

WANDERN

EIN STÄNDIGER GRUND ZUM STAUNEN

Sauerland. Wandern. Braucht es mehr als diese beiden Worte, um Sehnsucht zu erzeugen? Vielleicht noch diese: Nebel, der am Morgen die Wälder zudeckt. Sonne, die tagsüber das Gras zum Duften und den Körper zum Schwitzen bringt. Schatten, der Erfrischung spendet.

Wandern ist, bei jedem Blick in die Ferne stauen zu können. Wandern ist, ein Ziel vor Augen zu haben und trotzdem im Hier und Jetzt jeden Schritt bewusst setzen zu können. Wandern ist ein großes Aufbrechen und Ankommen.

Im Erzbistum Paderborn hat besonders das Sauerland einen Schatz an Wanderrouen zu bieten. Dazu zählen die drei Fernwanderwege Rothaarsteig, Sauerland-Waldroute und Sauerland-Höhenflug. Gut ausgeschilderte Rundwege in allen Orten und Ecken des Sauerlandes. Seen, die Ruhe und Erfrischung ausstrahlen.

Da, wo andere im Urlaub oder in der Freizeit wandern, arbeitet Sabine Jasperneite. Die 50-jährige gestaltet gemeinsam mit ihrer Kollegin Monika Winzenik mit der Christlichen Wegbegleitung Angebote für Wanderer und Pilger im Pastoralverbund Schmallenberg-Eslohe.

Sabine Jasperneite sagt: „Ich liebe es, auf einem Berg zu stehen und in die Weite zu schauen.“ Privat geht sie drei Mal die Woche Wandern, und wenn es nur kurz für eine Stunde nach der Arbeit ist. Wandern bedeutet für sie, raus aus dem Alltag und rein in die Natur zu kommen. „Dann öffnen sich auch meine Antennen für das Spirituelle, für Gott“, sagt sie. Den Kindern und Erwachsenen, denen Jasperneite in ihrer Arbeit

begegnet, sagt sie immer wieder: „Für Gott braucht es Stille. Für Gott muss ich im Hier und Jetzt da sein, um mich von ihm berühren zu lassen.“ Das findet man in den Tälern, Wäldern und auf den Bergen im Sauerland.

Wandern schafft innere Ruhe. Eine Voraussetzung, um Gott zu entdecken. Doch geht es auch andersherum? Was kann das Wandern von Gott erzählen? „Dass wir beschenkt sind“, sagt Sabine Jasperneite.

„DIE SCHÖNE NATUR SPRICHT ALLEIN SCHON DAVON, WIE VIEL SCHÖNES UNS GOTT SCHENKT UND WIE ER UNS BEHÜTET.“

Doch: Wandern führt nicht automatisch zum Glück. Und auch nicht zu Gott. Es kommt auch auf die innere Haltung an. Sabine Jasperneite erinnert sich an eine Szene, in der ein Wanderer zu ihr sagte: „Wo du alles hinguckst, ich gucke nur auf den Weg.“ Eine Aussage, die – ob bewusst oder unbewusst – eine innere Haltung für das Leben ausdrückt. „Ich möchte die Augen dafür öffnen“, sagt Jasperneite, „auch mal nach oben zu gucken. Häufig schaut man nur auf das, was schwer ist – und sieht die Schönheit des eigenen Lebens nicht.“

Mehr Informationen im Spotify-Podcast **Segensorte im Schmallenberger Sauerland** oder im Web unter: christliche-wegbegleitung.de

Sabine Jasperneite plant Angebote für Wanderer und Pilger im Pastoralverbund Schmallenberg-Eslohe.



„ES SIND VIEL MEHR LEUTE DRAUSSEN UNTERWEGS“

Dass Wanderwege wie der Rothaarsteig gut beschildert sind und von einem guten Angebot begleitet werden, dafür sorgen eigene Geschäftsstellen und Ranger, die auf der Route unterwegs sind. Mit einer Verantwortlichen, Katharina Schwake-Drucks, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des Rothaarsteigvereins e.V., haben wir über das Thema Wandern gesprochen:

WAS BEDEUTET WANDERN FÜR SIE?

Wandern ist für mich eine wunderschöne Freizeitbeschäftigung und ein wichtiger Ausgleich. Ich komme aus meinem Umfeld raus, erhalte eine neue Perspektive auf die Dinge. Im Alltag gehe ich gern im Sauerland, quasi vor der Haustür, wandern – und im Urlaub bin ich auch mal in den Alpen oder in Norwegen unterwegs.

IST WANDERN AKTUELL NOCH BELIEBTER UND WICHTIGER?

Wir erheben das nicht regelmäßig, aber das, was uns die Ranger spiegeln und selbst erleben, ist, dass viel mehr Leute draußen unterwegs sind.



Katharina Schwake-Drucks ist Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des Rothaarsteigvereins e.V.

Das ist etwas Gefühls. Von den Zahlen her: Im letzten Jahr hatten wir im Vergleich zum Vorjahr 65 Prozent mehr Zugriffe auf die Website, speziell sonntags, wo sie sich eine Route raussuchen oder eine Tour für die nächste Zeit planen.

WIE FINDE ICH DEN ORT UND DIE ROUTE ZUM WANDERN, DIE ZU MIR PASST?

Beim Rothaarsteig, für den ich zuständig bin, können Sie auf der Homepage Vorschläge für Etappen oder Rundwege finden. Für Einsteiger lohnen sich die Rothaarsteig-Spuren. Ansonsten finden Sie mit den Apps „Sauerland“ und „Siegen-Wittgenstein“ ganz viele Touren. Da können Sie danach filtern, wie lang und wie anspruchsvoll die Route ist.

WAS IST DAS BESONDERE AM WANDERN IM SAUERLAND?

Es ist ein Dreiklang: die tollen Aussichten über die Hügel und Bergketten, der Wechsel zwischen Wald und Heidelandschaft und die netten Gastgeber, die in den Hotels und Restaurants mit Herzblut dabei sind.



WIEDER BODEN UNTER DIE FÜSSE BEKOMMEN

Wandern ist Meditation in Bewegung

Um auf Gottes Wegen die eigene Spiritualität zu erleben, muss es nicht gleich die große Pilgerreise oder die mehrtägige Wallfahrt sein. Auch deren kleine Schwester, die spirituelle Wanderung, eröffnet neue Möglichkeiten, aus dem beengenden Alltag zu entfliehen und die Seele zu stärken.

Im Erzbistum Paderborn gibt es wunderschöne Wanderwege. Überall warten Kapellen, Bildstöcke oder Dorf- und Stadtteilkirchen darauf, erkundet zu werden. Die vorgestellten Wanderwege bilden nur einen winzigen Ausschnitt. Auch die Seite www.orte-verbinden.de umfasst allenfalls eine Auswahl an Wegen. Fehlt Ihre Lieblingsroute? Schreiben Sie eine Mail an kommunikation@erzbistum-paderborn.de. Unter allen Zusendungen verlosen wir zehn hochwertige Thermosflaschen mit Erzbistumslogo, Fassungsvermögen 0,5 Liter, sowie eine Domschokolade für die nächste Wanderung. In ersterer bleibt Heißes heiß und Kaltes kalt. Bei mehr als zehn Einsendungen entscheidet das Los, der Rechtsweg und eine Barauszahlung sind ausgeschlossen.

3KLANG – KIRCHEN, WEGE, INSPIRATIONEN RUND UM KALLENHARDT IM SAUERLAND

Der ökumenische Wanderweg vernetzt die drei Kallenhardter Kirchen im Stadtgebiet von Rüthen. Die katholische Pfarrkirche St. Clemens bildet den Ausgangspunkt der unterschiedlich langen Routen. Der Segensweg ist familien- und seniorenfreundliche 3 Kilometer kurz, der Lebensweg ist nach 9 Kilometern absolviert, der Auszeitweg führt 16 Kilometer weit durch die Lande. Dank der guten Ausschilderung ist ein Verlaufen unmöglich. Neu ist das Angebot „Pilgern 1zu1“. Dabei begleitet eine ortskundige Person auf coronakonforme Weise Einzelpersonen oder Familien. Eine Anmeldung erfolgt über das Kontaktformular unter: www.3klang-kallenhardt.de

VON KLOSTER ZU KLOSTER – WANDERN ZWISCHEN BESTWIG UND MESCHEDA

Der 2017 eröffnete spirituelle Wanderweg „Von Kloster zu Kloster“ verbindet das Bergkloster Bestwig und die Abtei Königsmünster in Meschede. Die beiden Klöster liegen ungefähr 15 Kilometer auseinander, also eine gute Tagesetappe zu Fuß. Daher bieten sowohl die Schwestern der heiligen Maria Magdalena Postel als auch die Benediktiner von Königsmünster Übernachtungsmöglichkeiten an. Für den Hin- und Rückweg gibt es zwei Routen. Die Südroute verläuft über Wehrstapel und Heinrichsthal, die Nordroute über Eversberg und Föckinghausen. Auf den beiden Wegen laden 19 Stationen mit geistlichen Impulsen zum Verweilen und Nachsinnen ein. Die Strecken werden in diesem Sommer professionell ausgeschildert. Mit dem 48-seitigen Begleitheft, das es an der Klosterpforte des Bergklosters und im Abteiladen Königsmünster für drei Euro zu kaufen gibt, ist der Weg aber auch jetzt schon nicht zu verfehlen. Kostenloses Kartenmaterial und weitere Infos unter: www.klosterweg.smmp.de





Hängebrücke
am Rothaarsteig
bei Kühnhude



DER KURKÖLNER WEG – VON MESCHEDÉ BIS AN DEN RHEIN

Wer auf dem Wanderweg „Von Kloster zu Kloster“ Lust auf mehr bekommen hat, kann bei der Abtei Königsmünster in Meschede auf den vom Sauerländischen Gebirgsverein unterhaltenen Kurkölnener Weg abzuweichen. Der Hauptwanderweg ist mit einem weißen Andreaskreuz und der Nummer 22 markiert und endet nach 153 Kilometern im Königsforst, der grünen Lunge der Millionenstadt Köln.

www.ich-geh-wandern.de/kurkölner-weg-x-22
www.sgv.de/hauptwanderwege.html

DIE KLOSTER-GARTEN-ROUTE – 315 KILOMETER MIT DEM RAD DURCHS KULTURLAND HÖXTER

Himmlische Klosteranlagen und paradiesische Gärten gibt es bei der Kloster-Garten-Route zu erkunden. Start und Ziel des Rundkurses ist die Abtei Marienmünster. Die 315 Kilometer lange Gesamtstrecke ist überall ausgeschildert und lässt sich in mehreren Etappen leicht erradeln. Auf diese Weise werden auch die 1.531 Höhenmeter nicht zur Strapaze.

[www.kulturland.org/Aktivitaeten/
Radfahren/Kloster-Garten-Route/](http://www.kulturland.org/Aktivitaeten/Radfahren/Kloster-Garten-Route/)

DER ROTHAAARSTEIG – DER WEG DER SINNE

Der Rothaarsteig kann beides. Er erdet Geist und Seele. Zugleich lässt er mit seinen weiten Aussichten die Gedanken in höhere Sphären schweifen. Der 154 Kilometer lange Fernwanderweg zwischen Brilon im Norden und Dillenburg im Süden führt größtenteils durch freie Natur. Auf einigen Etappen sind sogar Begegnungen mit Wisenten möglich! Dabei ist der Qualitätswanderweg auf der gesamten Länge gut erschlossen.

www.rothaarsteig.de

WALDFEENPFAD BRILON

Familien, denen der Rothaarsteig mit seinen 154 Kilometern zu lang und zu wenig kindgerecht ist, finden in Brilon mit dem Waldfeenpfad eine nur drei Kilometer lange Alternative. Neun Erlebnisstationen säumen den Themenweg rund um den Briloner Hängeberg. Dabei erzählt eine kleine Waldfee, wie sich die Natur nach den schweren Verwüstungen durch den Orkan Kyrill im Jahr 2007 wieder erholt hat und wie wichtig der Wald für die Gegenwart und Zukunft der Menschen ist.

[www.tourismus-brilon-olsberg.de/aktiv-sein/
wandern/themenwege/](http://www.tourismus-brilon-olsberg.de/aktiv-sein/wandern/themenwege/)



Der Krummstab bei Schanze
am WaldSkulpturenWeg im
Sauerland erinnert an die Fürsorge
des Klosters Grafschaft
für die Region.

EINE ALTE GROSSE
MAGIT STERZT
DURCH IHRE EIGENE
MASSE
Münster

Libori



KIRCHE, KIRMES UND KULTUR

Während des Libori-Festes beeindruckt der große Schrein die Besucher des Paderborner Domes. Dieser ist sehr vielfältig gestaltet, am Dachansatz befinden sich viele Figuren. Hier zu sehen ist der heilige Maternus, der erste bekannte Bischof von Köln († um 328), der mit über dem Schrein wacht.

Wenn der vergoldete Schrein des heiligen Liborius durch die Straßen getragen wird – dann ist Libori. In normalen Zeiten verleiht der Dreiklang aus Kirche, Kirmes und Kultur der Stadt während der neuntägigen Feierlichkeiten ein einzigartiges Flair. Aber auch in diesem Jahr wird das Libori-Fest gebührend gefeiert. Wir haben Ihnen eine Information rund um Libori zusammengestellt.

WAS IST DAS LIBORI-FEST?

Das Libori-Fest oder einfach „Libori“ zählt zu den größten und ältesten Volksfesten in Deutschland. Seine Wurzeln reichen bis ins Jahr 836 zurück. Denn damals kamen die Reliquien des heiligen Liborius nach Paderborn, Schutzpatron des Hohen Domes, des Erzbistums Paderborn und der Stadt Paderborn.

LIBORI-CHARITY-BOXEN GEWINNEN

Nicht nur den Paderbornerinnen und Paderbornern wird es ganz schwer ums Herz, wenn sie an das anstehende Libori-Fest denken. Die schönen Stunden beispielsweise, die sonst jedes Jahr im Missionsgarten am Konrad-Martin-Haus verbracht werden, können in diesem Jahr so nicht stattfinden. Das bedeutet natürlich auch, dass wichtige Einnahmen zur Unterstützung von internationalen Hilfsprojekten verloren gehen. Daher hat das Erzbistum Paderborn auch in diesem Jahr wieder limitierte Libori-Charity-Boxen verkauft, deren Erlöse vollständig den Hilfsprojekten zugutekommen. Für die Leser dieses Magazins haben wir 10 Libori-Charity-Boxen zurückgehalten, die Sie gewinnen können. Dafür müssen Sie nur eine Mail an liboriz2021@erzbistum-paderborn.de mit Ihren Kontaktdaten schicken. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

An „Libori“ feiern Kirche und Stadt ihren Schutzpatron. Sie tun dies in einer einzigartigen Mischung aus kirchlichen Feierlichkeiten und weltlichem Fest. Gottesdienste und Prozessionen zählen ebenso dazu wie Kirmes, Pottmarkt und zahlreiche kulturelle Höhepunkte. Wenn eine Pandemie es nicht gerade verhindert, zieht das Libori-Fest jährlich bis zu 1,8 Millionen Gäste nach Paderborn.

WER WAR LIBORIUS?

Über den heiligen Liborius ist nur wenig bekannt. Er lebte im 4. Jahrhundert, war Mitglied eines vornehmen gallischen Geschlechtes, geprägt vom Einfluss des Römischen Reiches. 348 wurde er der zweite Bischof des Bistums Le Mans in Frankreich, wo er fast ein halbes Jahrhundert segensreich gewirkt haben soll. Liborius war außerdem Zeitgenosse und Freund des heiligen Martin von Tours. Laut Überlieferung soll Martin Liborius am Sterbebett zur Seite gestanden haben, als dieser am 23. Juli 397 starb. Die Menschen in seinem Bistum liebten und verehrten Liborius über seinen Tod hinaus. Auch von Wunderzeichen an seinem Grab wird berichtet.

WIE KAMEN DIE RELIQUIEN DES HEILIGEN VON LE MANS NACH PADERBORN?

Im 9. Jahrhundert war Badurad Bischof des noch jungen Bistums Paderborn. Sein Ziel war es, den Glauben der Menschen zu stärken. Dazu wollte er das Band zwischen seinem Bistum und den schon im Glauben bewährten Kirchen des Frankenreiches stärken und die Heiligenverehrung fördern. Mit einem Empfehlungsschreiben von Kaiser Ludwig dem Frommen zogen Paderborner Gesandte im Jahr 836 nach Le Mans und erbaten dort die Gebeine eines Heiligen. Bischof und Gläubige schenkten der Abordnung aus Paderborn

die Gebeine des heiligen Liborius. Dies war der Beginn des bis heute andauernden „Liebesbundes ewiger Bruderschaft“ zwischen den Diözesen Paderborn und Le Mans, der zahlreiche Krisen und Kriege überstanden hat. Der heilige Liborius ist also Brückenbauer zwischen zwei Völkern – bis heute.

WAS SIND DIE HÖHEPUNKTE DES KIRCHLICHEN LIBORI-FESTES?

Zu Beginn des Libori-Festes am Samstag werden die Reliquien des heiligen Liborius in einem vergoldeten Silberschrein aus der Krypta des Hohen Domes in den Hochchor überführt und dort zur Verehrung ausgestellt. Dazu erklingt der berühmte Libori-Tusch aus dem Oratorium „Paulus“ von Felix Mendelssohn-Bartholdy. Der Reliquienschrein bleibt während des traditionellen Libori-Triduums bis zum Dienstag im Hochchor. In dieses Triduum fallen mehrere besonders feierliche Gottesdienste im Hohen Dom: Direkt an die Überführung des Schreines in den Hochchor schließt sich am Samstag eine Pontifikalvesper an. Am Sonntag folgt das Pontifikalamt mit anschließender Prozession durch die Paderborner Innenstadt, bei der der Reliquienschrein mitgetragen wird. Am Dienstag werden die Reliquien des heiligen Liborius nach einer Andacht und einer weiteren Prozession in die Domkrypta zurückgeführt. Damit endet das Libori-Triduum.

UND 2021?

Aufgrund der Corona-Pandemie muss das große weltliche Libori-Fest nun schon zum zweiten Mal ausfallen. Immerhin wird es ein „Libori light“ geben: mit kleineren Angeboten. Das kirchliche Libori-Fest im Hohen Dom mit seinen feierlichen Gottesdiensten wird vom 24. Juli bis 1. August unter den geltenden Hygiene- und Abstandsregeln stattfinden. Das Thema in diesem Jahr ist „grenzenlos Libori“. Nähere Infos dazu auf: erzbistum-paderborn.de

GESCHICHTEN VON FREUNDSCHAFT BEI LIBORITV

In seiner mittlerweile elften Ausgabe kehrt LiboriTV, das Internet-TV-Format des Erzbistums Paderborn, dahin zurück, wo es angefangen hat: zum Libori-Fest. Und welches passendere Motto könnte es geben als „Freundschaft“? Sie begleitet jeden von uns durch das gesamte Leben und bildet zwischen Paderborn und Le Mans den Ursprung der Libori-Verehrung in unserer Heimat. Darum wollen wir zeigen, wie vielfältig und schön die Freundschaft sein kann.

Die neue Sendung LiboriTV sehen Sie am Sonntag, dem 25. Juli, im Zuge der Live-Übertragung des Gottesdienstes aus dem Paderborner Dom. Entweder auf libori.tv oder dem **Youtube-Kanal „Erzbistum Paderborn“**. Dort finden Sie auch alle bisherigen Folgen von LiboriTV.

LIBORITV

DIGITALES ANGEBOT 2021

In diesem Jahr gibt es auch eine Reihe von Live-Übertragungen im Internet über libori.tv sowie über domradio.de und katholisch.de in Bild und Ton. Darüber hinaus über den **Fernsehsender EWTN** (Satellit Astra, Frequenz 12460 MHz).

Übrigens können Sie sich zu Libori unsere Whatsapp-Sticker runterladen oder unsere GIFs für die Instagram-Story nutzen. Weitere Infos erhalten Sie beim Scannen des Codes.



DAS FEIERN WIR NOCH IM Sommer

„WENDSCHE KÄRMETZE“

Die Wendener Kirmes ist das größte Volksfest in Südwestfalen. In der Regel findet sie jährlich am dritten Dienstag im August sowie dem Wochenende davor statt. In diesem Jahr fällt sie leider erneut aus.

Der religiöse Ursprung ist die feierliche Einweihung der Pfarrkirche St. Severinus am 13. August 1752. Entsprechend wird am Sonntagmorgen ein Festgottesdienst gefeiert.

ANNENTAG IN BRAKEL

Am Wochenende des ersten Augustsonntags feiert Brakel die Verehrung der heiligen Anna. Der Tag beginnt normalerweise freitags mit drei Kanonenschüssen und dem Anstich eines Bierfasses. Er endet am Montagabend mit einem Feuerwerk. Am Sonntag ziehen Gläubige in einer Prozession zum Gottesdienst zur Annenkapelle. Die „Annenkirmes“ ist die größte Innenstadtkirmes im Weserbergland.

Auch in diesem Jahr findet das Fest nur eingeschränkt statt. Infos unter: annentag.de sowie pr-brakel.de

HOCHFEST MARIÄ HIMMELFAHRT

Das einzige Hochfest in der Sommerzeit ist Mariä Himmelfahrt am 15. August. Es wird gefeiert, dass Maria auch mit ihrem Leib in den Himmel aufgenommen wurde.

Beliebter Brauch ist das Binden von Kräutersträußen, die im Gottesdienst gesegnet werden. Als Ursprung dieses Brauches gilt eine Erzählung des Kirchenvaters Johannes von Damaskus (gest. 749): Demnach habe sich der Apostel Thomas von der verstorbenen Gottesmutter verabschieden wollen und ihr Grab geöffnet. Er musste dann feststellen, dass das Grab leer gewesen sei. Dafür hätten die Tücher, in die Marias Körper gehüllt gewesen war, einen Duft von Blumen und Kräutern verströmt.

DIÖZESANKALENDER 2022

„EINE REISE DURCH DAS ERZBISTUM“

Seit mehr als vierzig Jahren erfreut dieser beliebte Kalender die Leserinnen und Leser, indem er mit künstlerisch hochwertigen Fotos die Schönheiten des Erzbistums Paderborn gekonnt in Szene setzt. Auch in diesem Jahr nimmt der Kalender wieder mit auf eine Reise durch die Heimat und macht Halt an besonderen Orten – die Geschichten hinter diesen Orten und zu den Menschen, die mit ihnen verbunden sind, wecken Neugier und Interesse. Das übersichtliche Kalendarium enthält die

Namens- und Gedenktage sowie die liturgischen Feste im Jahreskreis.

Herausgegeben von: Erzbischöfliches Generalvikariat Paderborn
24 x 26 cm, EURO 9,00 (D)
Erscheinungstermin 28.07.2021,
ISBN 978-3-89710-904-9
© Fotos: Besim Mazhiqi
www.bonifatius-verlag.de

JETZT
BESTELLBAR

2022

Eine Reise durch
das Erzbistum Paderborn

SOMMER-KALENDER 2021

JULI

- 11. Heiliger Benedikt
- 21. Heilige Maria Magdalena
- 22. Weihetag des Hohen Domes
- 23. Heiliger Liborius
- 24. Libori-Fest, Paderborn (24.07. - 01.08.)
- 25. Heiliger Jakobus
- 26. Heiliger Joachim und heilige Anna

AUGUST

- 6. Verklärung des Herrn
- 15. Mariä Aufnahme in den Himmel

SEPTEMBER

- 8. Mariä Geburt
- 14. Kreuzerhöhung
- 29. Hll. Erzengel Michael, Gabriel und Rafael

„Herr, WOHIN SOLLEN WIR GEHEN?“



Pilgern tut Leib und Seele gut. Immer mehr Menschen machen sich auf die spirituelle Wanderschaft, um mehr über sich und ihren Glauben herauszufinden. Außerdem tut es nach der langen Zeit der pandemiebedingten Kontaktbeschränkung und der Selbstisolation einfach gut, hinauszugehen und Gottes freie Natur mit allen Sinnen zu genießen.

Neben den drei großen Wallfahrtsorten in Werl, Kohlhagen und Verne gibt es auf dem Gebiet des Erzbistums Paderborn um die 50 mittelgroße und kleinere Pilgerstätten und Wallfahrtsorte. Diese hohe Zahl rührt von einer langen katholischen Tradition her, auch waren viele der heiligen Stätten im Erzbistum Zwischenstationen auf dem Jakobsweg. Hallenberg, Kleinenberg und Kloster Oelinghausen, Attendorn, Geseke und Schmallenberg oder Herford mit der Herforder Vision ... im Erzbistum warten noch viele Pilgerorte darauf, entdeckt zu werden.

3 FRAGEN AN **DOMKAPITULAR DR. GERHARD BEST,** seit dem Abschied der Franziskaner im Jahr 2019 Leiter der Wallfahrt in Werl



Was macht Ihren Wallfahrtsort so besonders?

Die Marienwallfahrt in Werl ist groß und wird oft in einem Atemzug mit Altötting oder Kevelaer genannt. Aber es geht nicht um die schiere Größe einer Wallfahrt. Viel beeindruckender ist die feierliche Stimmung in der Stadt an den Marienfesten. Wunderschön ist auch diese freudige Gelöstheit der Fußwallfahrer, die jedes Jahr aus Much im Rhein-Sieg-Kreis hierherkommen. Wenn die Gruppe nach drei Tagesmärschen und 140 Kilometern endlich auf dem Vorplatz der Wallfahrtsbasilika eingetroffen ist, kann man die Erleichterung förmlich spüren. Was mir höchsten Respekt abverlangt: Nach zwei Tagen

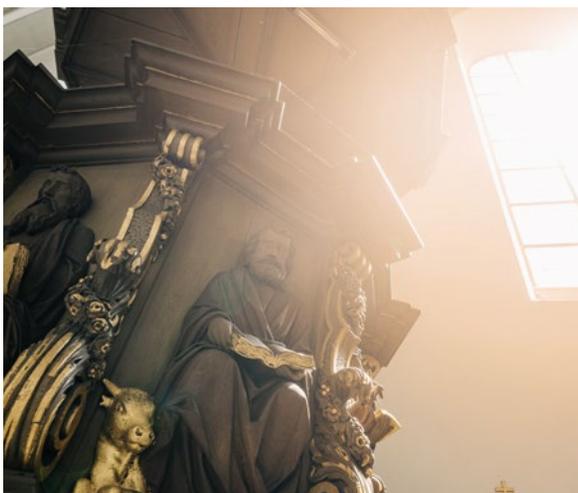
in Werl nimmt die Gruppe den Rückweg wieder zu Fuß.

Was dürfen sich Besucherinnen und Besucher nicht entgehen lassen?

Einmal im Leben sollte man die Wallfahrt der Portugiesen gesehen haben, die 2021 wegen Corona abgesagt werden musste. Sonst kommen seit 1972 am Wochenende um den 13. Mai Tausende Portugiesen aus ganz Deutschland nach Werl und tragen singend und betend ihre Fátima-Madonna durch die Stadt. Vor der Kirche werden Fische gegrillt, die ganze Stadt bekommt ein Wochenende lang ein südländisches Flair.

Worin besteht für Sie der Sinn einer Wallfahrt?

Wallfahrt ist ein unmittelbares Glaubenszeugnis und Glaubenserlebnis, ein Beten mit Leib und Seele, mit Füßen und Herz!



www.wallfahrt-werl.de
Termine: Patronatsfest
Mariä Heimsuchung am
2. Juli, äußere Feier am
darauffolgenden Sonntag





WEGE DER JAKOBSPILGER

Die Altertumskommission für Westfalen, eine der wissenschaftlichen Kommissionen für Landeskunde des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL), hat in einem 2015 abgeschlossenen Projekt die mittelalterlichen Fernhandels- und Pilgerwege in der Region erforscht und kartiert. So entstanden auf historischer Grundlage sieben moderne Jakobswege. Die Wege sind bestens erschlossen. Routen, Kartenmaterial, Buchtipps und Informationen über Stempelstellen und Unterkünfte unter: jakobspilger.lwl.org

3 FRAGEN AN PFARRER MARTIN BEISLER,

Leiter des Pastoralverbundes Salzkotten und der Wallfahrt in Verne

Was macht Ihren Wallfahrtsort so besonders?

Verne ist der älteste lebendige Marienwallfahrtsort Deutschlands – oder zumindest Westfalens? Das ist nicht genau erforscht. Jedenfalls geht die Wallfahrt auf das Jahr 1171 zurück. Verne ist ein kleiner, ländlicher Wallfahrtsort mit viel Ruhe. Das wunderschöne Gelände am Brünneken, neben der Pfarr- und Wallfahrtskirche der zweite Ort für Pilger, ist ein Platz, an dem Menschen beten und sich erholen und sich freuen können.

Was dürfen sich Besucherinnen und Besucher nicht entgehen lassen?

Besondere Ereignisse sind die Maiprozessionen, die Mitte des 19. Jahrhunderts entstanden. Jeden Mai-Sonntag geht nach einer festlichen Maiandacht in der Pfarr- und Wallfahrtskirche eine große Prozession mit dem Gnadenbild der Muttergottes in der Mitte zum Brünneken und von dort nach der Predigt zurück zur Kirche. Dabei wird das Gnadenbild von zwei Muttergotesträgern der St.-Marien-Schützenbruderschaft und von Pilgerinnen und Pilgern getragen. An diesen Sonntagen und auch unter der Woche können sich Pilgerinnen und Pilger im Pfarr-

heim bei Kaffee und Kuchen nach ihrer Wallfahrt stärken.

Worin besteht für Sie der Sinn einer Wallfahrt?

Eine Wallfahrt – vor allem wenn sie länger dauert und zu Fuß geht – bedeutet für mich, den Alltag hinter mir lassen zu dürfen und mich für eine Zeit mit meinem Glauben, mit Singen und Beten in der Gemeinschaft Gleichgesinnter zu beschäftigen. Das ist für mich eine Auszeit und Stärkung.

www.wallfahrt-verne.de

Termine: Maiprozessionen an den Mai-Sonntagen, Paderborner Stadtwallfahrt am ersten Sonntag im Juli



KIRCHHUNDEM- KÖHLHAGEN

3 FRAGEN AN DIE PALLOTTINERPATRES SIEGFRIED MODENBACH UND JÜRGEN HEITE

vom neuen Geistlichen Zentrum in Kirchhudem-Kohlhagen zur dortigen Wallfahrt

Was macht Ihren Wallfahrtsort so besonders?

Pater Heite: Das Sauerland ist eine herrliche Naturregion. Aber unser Wallfahrtsort ist nochmals etwas Besonderes, selbst für Einheimische. Hier auf dem Kohlhagen zieht es den Blick in die Weite, zugleich ist alles konzentriert auf diesen Ort. Weite und Konzentration – das klingt paradox, macht aber die Stimmung dieses heiligen Ortes aus. Und das Paradoxe setzt sich fort: In seiner Abgeschlossenheit ist der Kohlhagen ein Ort der Begegnung. Wir sind aber keine Massenwallfahrt mit Megafon-Durchsagen. Meist kommen Einzelpilger und Kleingruppen hierher zu uns. Das macht individuelle Seelsorge möglich. Wir sind ein Seelenort.

Was dürfen sich Besucherinnen und Besucher nicht entgehen lassen?

Pater Modenbach: Natürlich das neue Geistliche Zentrum, das am 4. Juli 2021 seiner Bestimmung als Begegnungsstätte übergeben wurde und für uns eine neue Heimat darstellt. Heimat und Begegnung ist auch die große theologische

Klammer über unserem Patronatsfest Mariä Heimsuchung. Maria besucht ihre Cousine Elisabeth. Beide Frauen sind schwanger und werden bald neues Leben in die Welt setzen, beide geben einander in der Begegnung Halt und Heimat. So wie unser Wallfahrtsort.

Worin besteht für Sie der Sinn einer Wallfahrt?

Pater Modenbach: Neulich kam ein altes Ehepaar auf den Kohlhagen, hochchauffiert von den Enkelkindern. Die Eheleute hatten dort vor 60 Jahren geheiratet und baten um einen Segen. Ich segnete das Paar und damit ihr Eheleben, das sicher auch so etwas wie eine lange Wallfahrtsreise war. Was das ausgelöst hat – bei den beiden Ehepartnern, bei den Enkeln und bei mir – ist unbeschreiblich.

www.prkh.de/geschichte.html

Termine: Patronatsfest Mariä Heimsuchung am 2. Juli, Einzelsegen am Gnadenaltar an den Mai-Sonntagen

WALLFAHRT IST NICHT GLEICH WALLFAHRT

Im Lauf der Zeit haben sich verschiedene Typen von Wallfahrten und Wallfahrtsorten entwickelt. In der Regel sind die ältesten Wallfahrten sogenannte Kreuzwallfahrten, an denen von Pilgern mitgebrachte Splitter der Kreuzreliquie verehrt wurden. Der zweite, sehr seltene Typus sind Wallfahrten, die sich rund um den Wirkungs- und Sterbeort von Heiligen entwickelt haben. Die dritte Form der Wallfahrt führt zu Orten, an denen Reliquien von Heiligen verehrt wurden, die dort nicht gelebt hatten. Im hohen und späten Mittelalter entwickelte sich zuletzt als vierter Typ der Wallfahrt die Marienwallfahrt. In deren Zentrum steht in der Regel ein Gnadenbild. Etwa zwei Drittel aller Wallfahrten sind Marienwallfahrten.

KÖRPER, GEIST UND SEELE ERFRISCHEN

Mehr als „nur“ Wassertreten: Das Kneipp-Konzept ist perfekt für den Sommer

KNEIPPEN HAT IN OLSBERG LANGE TRADITION

Die Natur genießen, aktiv sein und die Seele baumeln lassen: Das steht nicht nur für den Sommer, sondern auch für das Kneippen, entwickelt von Pfarrer Kneipp. Ein Ansatz, der auf Körper, Geist und Seele abzielt und mehr als nur eine Heilmethode für Krankheiten ist. Der älteste Kneipport in NRW liegt im Sauerland: Schon 1895 gründete ein Schüler Kneipps dort ein Sanatorium. Seitdem vermittelt das heutige Kneipp-Heilbad Olsberg die Kneipp-Philosophie.

In einer sich immer schneller drehenden Welt ist der Kneipp-Gedanke aktueller denn je: dem Körper und Geist etwas Gutes zu tun. Ob Wassertreten an natürlichen Tretstellen am Wegesrand, die Sinne in der Natur zu aktivieren oder mehr als 35 Kneipp-Kraftorte zu erleben: In Olsberg sowie auch im benachbarten Brilon lassen sich die fünf Elemente nach Kneipp bestens genießen. Mit Kneipp kann man spüren: Gottes Schöpfung, die Natur, ist eine Kraftquelle im Leben.

SEBASTIAN KNEIPP: DER „WASSERDOKTOR“

Für den bayrischen Priester (1821–1897) änderte eine schwere Tuberkulose-Erkrankung während seines Theologie-Studiums alles: Um sein Leiden zu behandeln, nutzte Kneipp eine Wasserkur – der erfolgreiche Selbstversuch in der eiskalten Donau sollte sein Schlüsselmoment sein: „Die Natur ist die beste Apotheke“, sagte Kneipp, dessen Bekanntheit als Naturheiler immer weiter zunahm. Mehr und mehr Erkrankte suchten Kneipp für Waschungen, Wassertreten oder warme Bäder auf.

DIE FÜNF ELEMENTE NACH KNEIPP

Das bekannteste Element der Kneipp-Therapie ist das Wasser. Die Haut straffen, das Immunsystem stärken oder Schmerzen und Verspan-

nungen lindern: Die verschiedenen Reize der insgesamt knapp 120 Wasseranwendungen nach Kneipp sollen zu vielen positiven Reaktionen des Körpers führen. Neben einem guten Maß an Bewegung, bei dem Körper und Geist nicht unter-, aber auch nicht überfordert werden sollen, gehören auch Heilpflanzen zum Kneipp-Ansatz. Sie ergänzten die Wassertherapie später und seien dreifach positiv, formulierte Kneipp: „Ungesunde, kranke Stoffe im Innern aufzulösen, auszuleiten, sodann den Organismus zu kräftigen.“ Dazu kommt eine gesunde und ausgewogene Ernährung, ohne großen Verzicht üben zu müssen: viel Gemüse und Obst, Vollkorn als Energielieferant, zum Beispiel. Dazu kommt die Lebensordnung in Balance, wie bewusste Ruhezeiten oder der Glaube als Weg zu innerem Einklang.

GESUNDHEITSTIPPS ZUM KNEIPPEN VON CHRISTINA BÖDEFELD, TOURISMUS BRILON OLSBERG GMBH

- Der Spitzwegerich gilt als „Pflaster des Wanderers“. Wenn man unterwegs mal kein Pflaster dabei hat, kann man auch einfach ein Blatt knicken, sodass der Saft austritt und es an den Finger binden. Es wirkt blutstillend und hält Bakterien fern. Sogar Insektenstiche schwellen dadurch ab.
- Nutzen Sie die belebende Wirkung des Arm-bades, das auch als „Tasse Kaffee des Kneippianers“ bezeichnet wird. Das erfrischende Wasser auf der Haut anschließend nicht abtrocknen, sondern nur abstreifen, so wird der Temperaturreiz durch Verdunstungskälte verlängert.
- Laufen Sie eine Runde barfuß auf den dafür angelegten Barfußpfaden oder auf einer taufrischen Wiese. Dadurch werden Ihre Fußreflexzonen massiert und es fördert das Immunsystem und hilft gegen Kopfschmerzen.

WACHSAMKEIT für das Hier und Jetzt

Pastor Christian Laubhold und Gemeindefereferentin Charlotte Roland sind unter anderem für die Seelsorge im Kneipport Olsberg zuständig. Daher beschäftigt sie in ihrer Arbeit, was Sebastian Kneipp in seiner Therapie verwirklichen wollte. Wir haben die beiden Seelsorger zum „Kneippen“ in der heutigen Zeit befragt.

Was können wir heute noch von Sebastian Kneipp in den Alltag übertragen?

Kinder sind wunderbare Lehrmeister. Sie sind ganz im Hier und Jetzt. Um nichts anderes ging es Jesus. Er zeigte, dass es Wachsamkeit für das Hier und Jetzt braucht, um das volle Leben mit Gott und miteinander zu leben. Wir Erwachsenen dürfen das wieder neu lernen und üben. Kneipps Fünf-Säulen-Model bietet dafür eine gute Möglichkeit. Struktur in den Tag zu bringen, ist ein uraltes christliches Prinzip. Schon die ersten Mönche im 6. Jahrhundert wussten, dass es den Menschen unterstützt, intensiver zu leben, wenn er sich auf die konkrete Aufgabe fokussiert. In der Natur, in Gottes Schöpfung Heilung und Erholung zu finden, kann ja schon in kleinen Momenten gelingen. Die Natur macht uns wachsam. Kneipps Anwendungen sind im Alltag einfach zu integrieren. Genauso wie beten, das Sprechen mit Gott.

Was hat das Kneippen mit Geist und Seele zu tun?

Woher kommt eine echte innere Ausgeglichenheit? Sind es einfach nur die richtigen Techniken? Wir vergessen oft, dass Sebastian Kneipp als Priester ein inneres Weltbild lebte. Seine ganzheitliche Sicht, dass Körper und Seele eine Einheit bilden, ist getragen von einem tiefen Vertrauen, dass es den Menschen nicht einfach so gibt, dass wir nicht zufällig da sind. Er glaubte an Gott, der den Menschen aus Liebe geschaffen hat. Echte Ruhe und Ausgeglichenheit finden wir, wenn wir uns Gott öffnen.

Wie kann man sich das konkret vorstellen?

Das Maß und die Ganzheitlichkeit, von dem Kneipp spricht, fußen auf diesem Weltbild. Wenn ich verinnerliche, dass ich bedingungslos geliebt bin von der Kraft, die mich und alles, was ich in der Natur finde, erschaffen hat, und



mit dieser Kraft rede, ihr vertraue und in Beziehung treten kann, dann brauche ich mich auch nicht selbst zu optimieren. Es geht schlicht um die Freude am Leben, das mir geschenkt ist. Wer wahrhaftig sein Leben auf Gott setzt, findet diese Freude in allen Bereichen des Lebens und kann sich in schweren Momenten getragen wissen. Das stärkt und tut gut!

VERANSTALTUNGSTIPP „KNEIPPKRAFTORT WANDERUNG“

Der Pastoralverbund Bigge-Olsberg lädt zur „Kneippkraftort Wanderung“ am Samstag, 11. September, ein. Die Teilnehmer wandern 7,5 Kilometer auf dem Olsberger Kneippweg auf dem Borberg. Dabei können Kneipp-Anwendungen ausprobiert und für zu Hause erlernt werden. Dazu gibt es spirituelle Impulse und auf dem Borberg wird auch gemeinsam Gottesdienst gefeiert. Treffpunkt ist am Parkplatz am Weg unterhalb des Gasthofes Schinkenwirt um 11.30 Uhr. Anmeldungen sind bis zum 9. September unter c.roland@pv-bigge-olsberg.de möglich.

Pastor Christian Laubhold und Gemeindefereferentin Charlotte Roland beim Wassertreten.



die geistkraft,

die uns auftrieb gibt



DAS GRÖSSTE BALLONFESTIVAL DEUTSCHLANDS

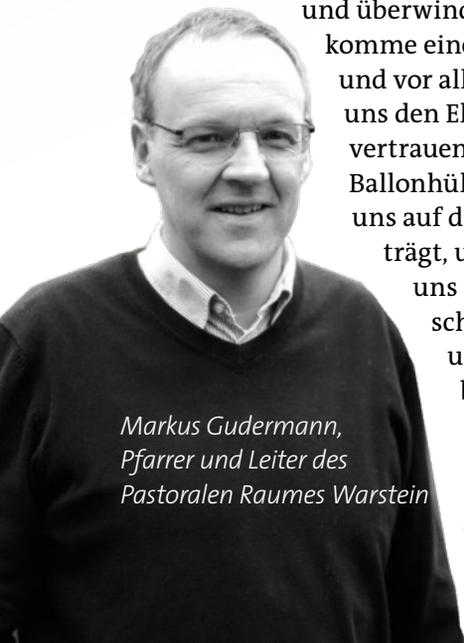
Jedes Jahr im Sommer treffen sich Ballonpiloten, ihre Crews und Fans der bunten Luftgefährte bei Deutschlands größtem Ballonfestival im Sauerland. Die Warsteiner Internationale Montgolfiade (WIM) hat in der Vergangenheit stets Tausende Ballöner und Heißluftballon-Begeisterte nach Warstein gelockt. Gäste aus aller Welt kamen für die Tage in die Stadt, um das Spektakel zu verfolgen und während des Ballonfestivals eine unbeschwerte Zeit zu genießen. Auch wenn in diesem Jahr aufgrund der Corona-Pandemie keine Montgolfiade stattfinden kann, werden trotzdem Starts von Heißluftballons im Spätsommer erwartet. Vielleicht treibt der Wind die Ballons auch in Ihre Richtung. Mehr Informationen unter: www.warsteiner-wim.de; die nächste Montgolfiade findet vom 2. bis 10. September 2022 statt.

Wenn sich alljährlich Anfang September der Himmel über Warstein mit bunten Ballonen füllt, ist der Sommer bald vorbei. Es wird dann eine Stimmung in der Stadt spürbar, die quasi vom Himmel abfährt. Sie ist anders als beim Schützenfest zu Pfingsten oder beim Karneval im Winter.

Sicher, da geht es auch „hoch“ her, aber beim Ballonfestival Montgolfiade ist eine gewisse Leichtigkeit, Buntheit und erhebende Freude förmlich mit Händen zu greifen. Die bunten Ballone, die mit ihren Piloten aus ganz Europa und darüber hinaus angereist kommen, öffnen eine Perspektive, die den erdverhafteten Menschen sonst doch eher verschlossen bleibt.

Wer schon einmal das Glück hatte, in einem solchen Heißluftballon mitzufahren, weiß, was ich meine. Sobald der Ballon aufgerüstet ist, geht alles ganz schnell. Die Ballonhülle ist prall gefüllt, die Leine wird immer straffer, und beim Lösen der Leine geht es ganz sanft in wenigen Sekunden Meter um Meter in die Höhe. Ich schaue nach unten, und alles wird ganz schnell ganz klein. Es wird immer ruhiger, ja still, nur das kurze Fauchen des Brenners ist zu hören, von unten leises Rauschen des Verkehrs oder das freundliche Rufen der Menschen, die uns fröhlich zuwinken.

Den Wind kann man nicht spüren, weil wir ja im gleichen Tempo mit ihm durch die Luft gleiten. So werden die Mitfahrenden selbst ganz still. Alles, was eben noch schwer oder niederdrückend war, bleibt am Boden; riesige Probleme sehen aus einer anderen Perspektive klein und überwindbar aus. Ich bekomme einen neuen Überblick und vor allem: Wir geben uns den Elementen hin. Wir vertrauen der Hitze in der Ballonhülle, wir verlassen uns auf die Thermik, die uns trägt, und wir überlassen uns dem Wind, der schon weiß, wohin er uns tragen wird. Es breiten sich eine erhabene Gelassenheit und stille Freude aus.



*Markus Gudermann,
Pfarrer und Leiter des
Pastoralen Raumes Warstein*



Eine solche Freude ist etwas anderes als Spaß. Sie ist tiefer und echter als ein kurzes Vergnügen. Sie ist nachhaltig und mehr als ein Adrenalinkick. Ich kann sie mir nicht allein verschaffen, denn Ballonfahren kann man nur schlecht alleine, es braucht Weggefährten, die mit anpacken und mich begleiten.

Wenn wir in die Bibel schauen, stellen wir fest, dass die Freude kein Fremdwort ist. Oft ist sie eine Reaktion auf die helfende Gegenwart Gottes im Leben der Menschen, die wir nicht nur in Zeiten der Pandemie brauchen. Die biblische Figur Hanna singt ein Loblied, um Gott für ihren Sohn Samuel zu danken: „Mein Herz ist voll Freude über den Herrn ...“ (1 Sam 2,1). Und ein Schreiber der Psalmen preist Gott mit den Worten: „Du legst mir größere Freude ins Herz, als andere haben bei Korn und Wein in Fülle“ (Ps 4,8). Eine tiefe, innere Freude breitete sich mit der Geburt des Gottessohnes aus: „Siehe, ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteilwerden soll ...“ (Lk 2,10). Und schließlich bittet Jesus in seinem Abschiedsgebet den Vater: „Aber jetzt komme ich zu dir und rede dies noch in der Welt, damit sie meine Freude in Fülle in sich haben“ (Joh 17,13).

Freude in Fülle – mehr als ein kurzes Vergnügen! Die Geistkraft, die uns Auftrieb gibt, das Vertrauen, dass Gott uns trägt, die Zuversicht, dass er den Weg kennt und uns begleitet, das Bewusstsein, dass ich nicht allein unterwegs bin – all das möchte eine tiefe innere Freude schenken.

Wenn Sie in diesen Sommertagen die Gelegenheit haben, verträumt einem bunten Ballon nachzuschauen, könnte das an jene Freude in Fülle erinnern, die uns verheißen ist.

Gutes FÜR LEIB UND SEELE

Ein Klostersgarten, wie der der Missionsschwestern vom Kostbaren Blut in Neuenbeken, hat fast schon etwas Paradiesisches an sich – gerade jetzt im Sommer. In den Beeten wachsen die Gemüsepflanzen und Kräuter, die Obstbäume und Sträucher erstrahlen mit ihren dicken Früchten. Auf einer Bank im Sonnenschein lässt sich das Bunte und Lebhaftige genießen. „In unserem Garten haben wir eigentlich alles“, sagt Schwester Jacoba-Maria und zeigt die große Auswahl: Pflaumen, Äpfel, Kirschen, Rhabarber, Zucchini, Johannis-, Erd- und Himbeeren und vieles mehr. Ein Teil ist für den Eigenbedarf der rund 85 Schwestern, die im Missionshaus leben. Noch mehr ist allerdings für das Klosterlädchen von Schwester Jacoba-Maria bestimmt: „Viele Zutaten kommen, je nach Saison, direkt aus unserem Klostersgarten. Alle Produkte produzieren wir selbst, bis auf den Honig. Doch die Bienenstöcke stehen auf unserem Gelände.“

Den eigenen Klosterladen vor rund zwei Jahren eröffnet, liegen die Anfänge schon 15 Jahre zurück, als Jacoba-Maria Selbstgemachtes auf Klostermärkten verkaufte. Ihr Hauptprodukt und „Renner“ bis heute:

**DER SOMMER BRINGT
VIELE KÖSTLICHKEITEN
AUF DIE SPEISEKARTE**

Zucchini-Relish, eine süß-saure würzige Beilage, die gut zu Gegrilltem passt. „Das Rezept ist aber geheim, das gebe ich niemandem raus“, sagt die Missionsschwester mit einem Lachen. 2.700 Gläser Relish produziert sie pro Jahr aus mehreren Hundert Kilogramm Zucchini. „Das ist wirklich ein typisches Sommerprodukt. Denn die Zucchini müssen nach der Ernte frisch verarbeitet werden“, sagt Jacoba-Maria. Einen Teil der Beeren, zum Beispiel, könne man auch ruhig einfrieren, um dann im Winter noch mal frische Marmelade zu machen.

Das Handwerk, gemeinsam mit Mitschwestern etwas Gesundes und Frisches selbst herzustellen, macht Schwester Jacoba-Maria Spaß. Noch schöner sei es allerdings, mit den Menschen in Kontakt zu kommen, dafür stehe auch ihr Laden und die lachenden, fruchtigen Mürbeteig-Kekse, die die Schwester zubereitet: „Das Lädchen soll Freude bereiten“, sagt sie und beschreibt, dass während der Pandemie nun immer mehr Menschen zu Hause etwas anpflanzen. „Tomatenranken oder frische Kräuter passen ja auch super auf einen Balkon. Das Thema Garten allgemein hat eine noch größere Stellung bekommen.“ Und welchen Tipp hat Schwester Jacoba-Maria für den eigenen Garten? „Die Kräuter nicht zu lange im Boden lassen, da sie dann den Geschmack verlieren. Und Pflanzen brauchen Liebe und müssen gepflegt werden. Immer genug Wasser und ab und an Unkraut jäten – dann wird am Ende auch etwas Schönes draus.“



Ausflugstipp

Das Klosterlädchen im Missionshaus Neuenbeken (Alte Amtsstraße 64, 33100 Paderborn-Neuenbeken) von Schwester Jacoba-Maria hat immer dienstags von 10.00 bis 11.30 Uhr und 14.30 bis 17.00 Uhr geöffnet. Alle Artikel des Klosterlädchens können auf Anfrage telefonisch bestellt werden und kommen auch auf dem Postweg zu Ihnen.

Telefon: 05252 9650

www.missionshausneuenbeken.de



Rezept für Plätzchen, die lächeln

ZUTATEN

- 700 g Mehl
- 300 g Zucker
- 100–200 g gemahlene Mandeln, je nach Geschmack
- 500 g Butter
- 2 Eier
- Abrieb einer Bio-Zitrone

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten vermengen und den Teig zwei Stunden ruhen lassen, dann ausrollen und Plätzchen ausstechen (eine Hälfte ohne, die andere Hälfte mit Smiley oder Herzchen ausstechen)
2. Bei 200 Grad Ober-/Unterhitze goldgelb backen und danach auskühlen lassen
3. Die Plätzchen ohne Muster mit Fruchtaufstrich oder Gelee bestreichen und die Smiley- oder Herzplätzchen darauf „kleben“.
4. 2–3 Stunden stehen lassen, mit Puderzucker bestreuen, danach sind sie fertig zum Probieren.



Guten Appetit!

Ein Tag Zeltlager

Ein großes Abenteuer – nicht nur für Kinder

Jeden Sommer brechen Hunderte junge Menschen ins Zeltlager auf – egal, ob mit den Pfadfindern, der Kolpingjugend, der Malteser Jugend oder anderen Verbänden. Das jährliche Sommerlager oder die Ferienfreizeit in einem Jugendhaus ist dadurch für Kinder und Jugendliche längst zu einem zweiten Zuhause geworden. Kein Wunder, denn gerade in diesen Tagen und Wochen entwickelt die bunte Gemeinschaft auf dem Zeltplatz eine ganz besondere Dynamik: Denn Sommerlager ist, wenn alle nach spätestens vier Stunden auf dem Zeltplatz den gleichen Ohrwurm haben, weil irgendwer im Bus gesummt oder gepfiffen hat.

Sommerlager ist auch, wenn man abends im Gras liegt und, von Kopf bis Fuß in Sternschnuppen getaucht, Milchstraße und Planeten beobachtet. Wenn man Sachen isst, die man sonst nie essen würde, wenn man mehr als nur Zahnpasta und Haarbürste teilt

und jeder weiß, dass eine Müllkette Pflicht und kein Schmuckstück ist. Wenn man in größeren Dimensionen denkt, Nudeln in Kilo statt Gramm berechnet und „wir“ statt „ich“ sagt. So wird das Zeltlager zu einer Ausflucht aus dem Alltag und zum alljährlichen Abenteuer mit vielen anderen Kindern und Jugendlichen.

Nicht überall werden Zeltlager angeboten, damit aber auch zu Hause ein bisschen Zeltlager-Stimmung aufkommt, haben wir hier ein paar nützliche Tipps und Inspirationen gesammelt.



Einfaches Stockbrotrezept

ZUTATEN

1 kg Weizenmehl
1 Würfel oder zwei Tütchen Hefe
1/2 l lauwarmes Wasser oder Milch
1 Teelöffel Salz

ZUBEREITUNG

Die Zutaten werden mit den Händen verknetet, bis ein gleichmäßiger Teig entsteht. Dieser kann mit Zucker oder Salz verfeinert werden. Denkbar sind auch Röstzwiebeln für Zwiebel-Stockbrot. Die Schüssel wird mit einem sauberen Trockentuch abgedeckt und beiseite gestellt, damit der Hefeteig ruhen kann. In der Zwischenzeit können Stöcke gesucht und geschnitzt werden: Ein guter Stockbrotstock ist mindestens so groß wie du und weder zu dünn noch zu dick, damit du den Teig gut darum wickeln kannst. Der Teig wird zu einer Schlange gerollt und dann um die geschnittene Stockspitze gelegt und festgedrückt. Achtung: Halt den Stock immer nur über die Glut und drehe ihn regelmäßig, damit der Teig nicht verbrennt. Fertig ist das Stockbrot, wenn es sich leicht vom Stock abziehen lässt. Wer will, kann es mit Aufschnitt oder Marmelade füllen.

Abenteuerideen für die Ferien

- Verbring den ganzen Tag im Freien: Nimm dein Frühstück mit nach draußen und lausche beim Essen dem Morgengesang der Vögel. Erkennst du ein paar ihrer Stimmen?
- Mach eine Wanderung – besuch doch einmal einen Ort in deiner Umgebung, den du noch nicht kennst, wenn du dich auf dem Weg verläufst, dann ist das Teil des Abenteurers.
- Koch dein Essen auf einem Gaskocher oder über offenem Feuer. Schmeckt das Essen so besonders lecker?
- Mach abends ein Lagerfeuer und mach mit deinen Geschwistern und Freunden Stockbrot. Ihr könntet außerdem ein paar Rätselspiele machen oder den Himmel beobachten – gerade im August gibt es viele Sternschnuppen.

Drei Fragen an Pfadfinderin Christin Gantenbrinker

Von den beispielsweise rund 90 Pfadfinderstämmen der DPSG (Deutsche Pfadfinderschaft St. Georg) im Erzbistum Paderborn planen ca. 40 bis 50 in diesem Sommer ins Zeltlager zu fahren. Drei Fragen an die DPSG-Diözesanvorsitzende Christin Gantenbrinker:

Was darf für dich in keinem Sommerlager fehlen?

Andere Pfadfinderinnen und Pfadfinder natürlich!

Zeltlager riecht und klingt nach?

Lagerfeuer, Gitarrenmusik und fröhliches Lachen.

Was war bisher dein größtes Pfadfinder-Abenteuer?

Eine Reise nach Jordanien, unglaublich spannend.



DER SONNENGESANG

Höchster, allmächtiger, guter Herr,
dein sind das Lob, die Herrlichkeit
und Ehre und jeglicher Segen.
Dir allein, Höchster, gebühren sie,
und kein Mensch ist würdig, dich zu nennen.

Gelobt seist du, mein Herr,
mit allen deinen Geschöpfen,
zumal dem Herrn Bruder Sonne,
welcher der Tag ist und durch den
du uns leuchtest.
Und schön ist er und strahlend
mit großem Glanz:
Von dir, Höchster, ein Sinnbild.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Schwester Mond und die Sterne;
am Himmel hast du sie gebildet,
klar und kostbar und schön.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Bruder Wind und durch Luft und Wolken
und heiteres und jegliches Wetter,
durch das du deinen Geschöpfen
Unterhalt gibst.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Schwester Wasser,
gar nützlich ist es und demütig
und kostbar und keusch.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch Bruder Feuer,
durch das du die Nacht erleuchtest;
und schön ist es und fröhlich und
kraftvoll und stark.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch unsere Schwester, Mutter Erde,
die uns erhält und lenkt
und vielfältige Früchte hervorbringt
und bunte Blumen und Kräuter.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch jene, die verzeihen um
deiner Liebe willen
und Krankheit ertragen und Drangsal.
Selig jene, die solches ertragen in Frieden,
denn von dir, Höchster, werden sie gekrönt.

Gelobt seist du, mein Herr,
durch unsere Schwester, den leiblichen Tod;
ihm kann kein Mensch lebend entrinnen.
Wehe jenen, die in tödlicher Sünde sterben.
Selig jene, die er findet in deinem
heiligsten Willen,
denn der zweite Tod wird ihnen kein Leid antun.

Lobt und preist meinen Herrn
und dankt ihm und dient ihm mit großer Demut.

TEXT: FRANZ VON ASSISI, ÜBERSETZUNG:
PATER LEONHARD LEHMANN

Der Sonnengesang ist sicherlich das bekannteste Gebet des heiligen Franziskus. Es ist eine Hymne auf die von Gott ins Leben gerufene Schöpfung, und zugleich fordert es dazu auf, den Schöpfer selbst zu loben. Der Sonnengesang ist gleichermaßen Gebet und Lyrik. In viele Sprachen übersetzt, gehört er heute zur Weltliteratur. Wer heute den Sonnengesang liest oder betet, wird herausgefordert, die Natur zu lieben, ihr Ehrfurcht zu erweisen und sich für ihren Erhalt einzusetzen.