



## Bald beginnt die FASTENZEIT.



Oft denken wir dabei zuerst an Verzicht. Doch die Fastenzeit ist so viel mehr. Sie lädt uns ein, innezuhalten, achtsam zu sein und unsere Zeit bewusst miteinander zu gestalten. Sie schenkt uns die Gelegenheit, das in den Mittelpunkt zu stellen, was uns wirklich wichtig ist.

Genau hier setzt die Aktion „7 Wochen WERTvoll“ an – eine gemeinsame Initiative der deutschen Bistümer und der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung. Sie richtet sich an Paare und Familien und möchte nicht den Verzicht, sondern das MEHR an gemeinsamer Zeit betonen.

Paare und Familien sind eingeladen, sich gemeinsam auf eine kleine Entdeckungsreise zu begeben. Wichtige Fragen begleiten diese sieben Wochen: Was ist WÜRDE- und WERTvoll für uns? Welchen WERT hast du, habe ich, haben wir füreinander? Wie feiern wir unsere Unterschiede WERTvoll?

Welche Momente machen unsere Zeit WERTvoll?

Die Aktion richtet sich an Paare jeden Alters sowie an Familien mit Kindern im Grundschulalter. Anmelden können Sie sich über die Homepage [7Wochenaktion.de](http://7Wochenaktion.de) oder über den beigefügten QR-Code. Nach der Anmeldung erhalten die Teilnehmenden sieben Wochen lang wöchentlich eine E-Mail oder SMS mit Inspirationen für Alltag, Partnerschaft und Familienleben, Ideen für gemeinsame Aktionen und Anregungen für Gespräche. So kann die Fastenzeit zu einer wertvollen Zeit der Begegnung und der Wertschätzung werden: für Paare, Familien und alle, die sich gemeinsam auf den Weg machen möchten.

Julia Kettler, Gemeindereferentin

### St. Bonifatius Kirche

Bahnhofstr. 18, 59199 Bönen  
Pfarrheim Bahnhofstr. 18 a, 02383 57951

### Pfarrer Benno Heimbrodt

☎ 02383 8246 / Fax 02383 950634  
✉ benno.heimbrodt@stbarbara-boenen-heeren.de

### Christ-König-Kirche

Kirchstr. 17 a, 59199 Bönen  
Pfarrheim Goethestr. 40 a, 59199 Bönen

### Gemeindereferentin Julia Kettler

📞 0172-8565274  
✉ julia.kettler@stbarbara-boenen-heeren.de

### Herz-Jesu-Kirche

Pröbstingstr. 11, 59174 Kamen

### Pastor Ralph Vartmann

02307 85404  
Diakon Helmut Krause 02307 42295  
Diakon Adam Sulich 02383 58427

### Pfarrbüro

dienstags und freitags von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr  
Bahnhofstraße 20, 59199 Bönen / ☎ 02383 8246  
✉ pfarrbuero@stbarbara-boenen-heeren.de

# Gottesdienstplan 31. Januar bis 15. Februar 2026

<b>Samstag, 31. Januar</b>		<b>Hl. Johannes Bosco, Priester, Ordensgründer</b>
Herz-Jesu	17:00 Uhr	Hl. Messe für die Pfarrgemeinde mit Erteilung des Blasiussegens, ++ Gottfried, Elisabeth und Hugo Niehues / Leb. und ++ des Kirchenchores St. Cäcilia / ++ Anne und Rudi Nave
<b>Sonntag, 01. Februar</b>		<b>4. Sonntag im Jahreskreis</b>
Christ-König	10:00 Uhr	Hl. Messe für die Pfarrgemeinde mit Erteilung des Blasiussegens, + Wolfgang Schilch / + Martha Ettrich / + Margot Müller, + Irmgard Gatzka
Christ-König	11:15 Uhr	<i>Taufe des Kindes Finn Veenstra</i>
St. Bonifatius	11:30 Uhr	Hl. Messe für die Pfarrgemeinde mit Erteilung des Blasiussegens, + Helga Bruhns / ++ Christa und Alfons Jarzina, + Gertrude Schynol, ++ der Fam. Dyrballa, Lachetta, Klein, Koschyk, Pudelko und Peschel, ++ Helga und Hubert Bahs, ++ der Fam. Wollny, Niesporek, Bahs, Adamczyk, Jaworek, Madla, Jarzina und Wolters
<b>Dienstag, 03. Februar</b>		<b>Hl. Ansgar, Bischof von Hamburg-Bremen, Glaubensbote in Skandinavien</b>
Lutherzentrum	09:00 Uhr	Wortgottesfeier zu Mariä Lichtmess <b>mit anschließendem Frühstück</b>
St. Bonifatius	15:00 Uhr	Hl. Messe zu Mariä Lichtmess <b>mit anschließendem Kaffeetrinken</b>
<b>Mittwoch, 04. Februar</b>		<b>Hl. Rabanus Maurus, Bischof von Mainz</b>
Christ-König	09:00 Uhr	Hl. Messe
<b>Donnerstag, 05. Februar</b>		<b>Hl. Agatha, Jungfrau, Märtyrin in Catania</b>
St. Bonifatius	18:00 Uhr	Hl. Messe
<b>Freitag, 06. Februar</b>		<b>Hl. Paul Miki und Gefährten, Märtyrer in Nagasaki</b>
St. Bonifatius	09:00 Uhr	Hl. Messe
<b>Samstag, 07. Februar</b>		
Herz-Jesu	17:00 Uhr	Hl. Messe für die Pfarrgemeinde
<b>Sonntag, 08. Februar</b>		<b>5. Sonntag im Jahreskreis</b>
Christ-König	10:00 Uhr	Hl. Messe für die Pfarrgemeinde, + Günter Weißwange
St. Bonifatius	10:00 Uhr	<b>Familiengottesdienst im Pfarrheim "Mit Kamillo unterwegs"</b> <b>Thema: Freundinnenpower</b> <i>Wir hören die Geschichte von zwei Frauen, die eine ganz besondere Freundschaft verbindet.</i>
St. Bonifatius	11:30 Uhr	Hl. Messe für die Pfarrgemeinde
Herz-Jesu	15:00 Uhr	<b>Erstkommunion-Vorbereitung: Auf Spurensuche der Liebe Gottes - Vergeben und Versöhnen</b>
<b>Dienstag, 10. Februar</b>		<b>Hl. Scholastika, Jungfrau</b>
Herz-Jesu	09:00 Uhr	Hl. Messe, Leb. und ++ der Fam. Siedhoff und Deist / ++ Ehel. Adelheid und Leopold Stickens
<b>Mittwoch, 11. Februar</b>		<b>Gedenktag Unserer Lieben Frau in Lourdes</b>
Christ-König	09:00 Uhr	Hl. Messe <b>mit anschl. Karnevalsfrühstück im Pfarrheim</b>
St. Bonifatius	19:00 Uhr	<b>Friedensgebet</b>
<b>Donnerstag, 12. Februar</b>		
St. Bonifatius	18:00 Uhr	Hl. Messe



## **Freitag, 13. Februar**

St. Bonifatius      09:00 Uhr    Hl. Messe

## **Samstag, 14. Februar**

Herz-Jesu      17:00 Uhr    **Hl. Cyril, Mönch (869), und hl. Methodius, Bischof**  
Hl. Messe für die Pfarrgemeinde, + Ralf Brocke / + Günter Stellmach als JG,  
+ Pauline Luszczky, + Josef Stellmach, + Johann Wrobel

## **Sonntag, 15. Februar**

Christ-König      10:00 Uhr    Hl. Messe für die Pfarrgemeinde + Regina Danisch, ++ Konrad u. Gertruda Danisch  
St. Bonifatius      11:30 Uhr    Hl. Messe für die Pfarrgemeinde, + Irmhild Potthoff /  
Leb. u. ++ d. Fam. Beyer u. Schulte / ++ d. Fam. Schmolke und Lelonek,  
+ Barbara Lelonek als JG / + Maria Thi Hang, ++ d. Fam. Bui

Beichtgelegenheit nach Absprache

		Evangelien-Texte	Kollekten bzw. Spenden für
31.01./01.02.2026	4. Sonntag im Jahreskreis	Matthäus 5, 1-12a	die Diasporaseelsorge
07.02./08.02.2026	5. Sonntag im Jahreskreis	Matthäus 5, 13-16	unsere Pfarrgemeinde
14.02./1502.2026	6. Sonntag im Jahreskreis	Matthäus 5, 17-37	die Caritas

Bei Spenden per Überweisung verwenden Sie bitte die IBAN unserer Pfarrei wie folgt: DE16 4106 2215 0004 1558 01 und geben  
bitte an, wofür Sie Ihre Spende verwendet haben möchten. Auf Wunsch erhalten Sie eine Spendenbescheinigung.

## **Veranstaltungen und Termine**

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Ort
Samstag	31.01.2026	18:00 Uhr	<b>Jahreshauptversammlung Cäcilienchor Herz-Jesu</b>	St. Bonifatius
Dienstag	03.02.2026	11:45 Uhr	<b>Humboldt-Realschule – Kirchenbesichtigung</b>	Christ-König
Donnerstag	05.02.2026	09:50 Uhr	<b>Humboldt-Realschule – Kirchenbesichtigung</b>	Christ-König
Dienstag	10.02.2026	19:00 Uhr	<b>Kirchenvorstandssitzung</b>	Christ-König, Pfarrheim
Mittwoch	11.02.2026	09:00 Uhr	<b>Hl. Messe mit anschl. Karnevalsfrühstück</b>	Christ-König
montags		20:00 Uhr	<b>Chorprobe St. Cäcilia Heeren</b>	Lutherzentrum Heeren

### **Matthäus 5, 1-12a – 4. Sonntag im Jahreskreis**

» Selig, die verfolgt werden um der Gerechtigkeit willen; denn ihnen gehört das Himmelreich. Selig seid ihr, wenn man euch schmäht und verfolgt und alles Böse über euch redet um mein willen. Freut euch und jubelt: Denn euer Lohn wird groß sein im Himmel. So wurden nämlich schon vor euch die Propheten verfolgt. «



**„Selig sind“ statt „Glücklich wirst du, wenn ...“**

Die Seligpreisungen, gerahmt von Jesu Bergpredigt, zählen zum Schwarzbrot der Bibel: vollwertig, nahrhaft, solidarisch, aber auch herausfordernd. Man muss schon etwas drauf rumkauen, bis sich der

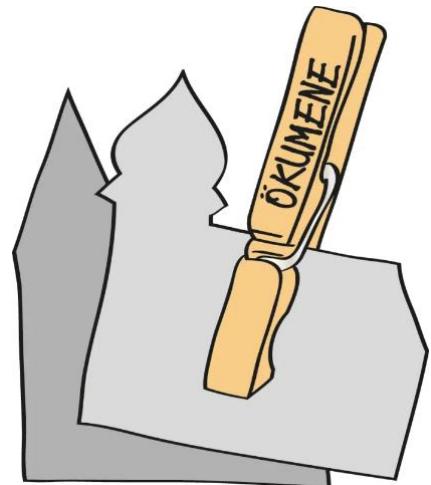
Geschmack ganz entfaltet. Und noch etwas ist bei diesem Text bemerkenswert: Die Zusage ist nicht an Leistungen von Einzelnen als Bedingungen geknüpft. Wir kennen das ja eigentlich anders aus der Flut weltlicher Glücksversprechen: Wenn du dies tust oder das kaufst, dann darfst du dich als Lohn dafür über mehr Glück im Leben freuen. Auch wenn selig im Sinne von glücklich verstanden werden kann – vielleicht ist es gut, mit dem weniger geläufigen Begriff „selig“ gerade für das Besondere ein Fenster zu öffnen, wenn es heißt: So ist es. Bedingungslos und visionär. So ist Leben, mit Jesu und mit Gottes Augen gesehen und beschrieben. Und wir werden dazu inspiriert, mit dieser anderen Sichtweise gemeinsam eigene Erfahrungen zu sammeln und staunend zu entdecken: Ja, es kann ganz anders sein und werden: Trauernden wächst Trost zu. Verfolgte finden heraus aus der Enge. Der erste Schritt heißt einfach: Vertrauen.



## Ein Aspekt der Fastenzeit

Das Teilen. Nicht nur der Verzicht, sondern gelebte Nächstenliebe, praktizierte Gerechtigkeit. Beim Propheten Jesaja sagt Gott über das Fasten: „Ist nicht das ein Fasten, wie ich es wünsche: ... Bedeutet es nicht, dem Hungrigen dein Brot zu brechen, obdachlose Arme ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen?“ (Jesaja 58)

„Ökumene“ ist ein griechisches Wort und meint den Erdkreis, die „ganze bewohnte Erde“. Im kirchlichen Bereich bedeutet Ökumene, dass alle Menschen christlichen Glaubens eine Gemeinschaft bilden, sich einander annähern und verstehen sollen. Das ist nicht der Fall, wie wir wissen. Es gibt im Christlichen nicht nur die Unterschiede zwischen der evangelischen und der katholischen Kirche; es gibt in der evangelischen Kirche auch eine Reihe von Gemeinschaften freikirchlicher Art, die oft nur wenig gemeinsam haben oder sich, wie manchmal in den USA, sogar ausschließen. Die Kirche Jesu Christi auf Erden ist zerfleddert, könnte man sagen. Ökumene ist ein schönes und wichtiges Ziel, aber es ist noch weit entfernt.



Schauen wir darum lieber auf das, was gelingt. In den vergangenen Jahrzehnten haben sich, das ist unbestritten, die evangelische und die katholische Kirche immer mehr einander angenähert. Manchmal aus einer gewissen Not heraus. Beide Kirchen kämpfen gegen gesellschaftlichen Bedeutungsverlust – so etwas eint. Es gibt viel mehr gemeinsame Gottesdienste, leider noch kein gemeinsames Abendmahl bzw. Eucharistie. Dass Jesus sich von uns wünscht, dass wir „alle eins seien“ (Joh. 17,21), ist ein wichtiger Auftrag, dem wir nachkommen müssen. Eine gespaltene Kirche ist kaum vermittelbar und gibt der Welt kein gutes Zeugnis. Gott will eine Stimme haben in der Welt, keinen missgestimmten Chor. Wo immer es geht, sollten wir gemeinsam klingen – und so den Frieden zeigen, den Gott der Welt schenken will.

Michael Becker

**Christen** haben eine Hoffnungsperspektive. Diese Hoffnungsperspektive findet sich in den

Seligpreisungen. Auch wenn sie zunächst auf die Gemeinde der Jüngerinnen und Jünger Jesu abzielen – sie üben bis heute eine Faszination aus, die weit über das Christentum hinausreicht. Kein Mensch guten Willens wäre nicht berührt von diesem Kernstück der Verkündigung Jesu. Und wir dürfen begründet hoffen, dass am Ende nicht die Mächte des Bösen die Oberhand behalten, sondern die Macht des Guten.

Herausgeber:	Pfarrei St. Barbara Bönen und Heeren, Bahnhofstraße 20, 59199 Bönen
Quellenangaben:	Gruppen, Verbände, Gemeindemitglieder der Pfarrei St. Barbara Bönen und Heeren, image/pixabay/pfarrbriefservice 2026
Datenschutzbeauftragter:	Thomas Biehn, Geschäftsführer "Biehn und Professionals GmbH", Wiesenstraße 32, 33397 Rietberg-Mastholte
Redaktionsschluss	für die Pfarrnachrichten (14.02.2026 – 01.03.2026) Freitag, 06.02.2026, 12:00 Uhr für die DOM-Nachrichten (28.03.2026 – 12.04.2026) Dienstag, 23.02.2026, 12:00 Uhr