

Juli **5.Rundbrief** 2020  
**Ehe- und Familienseelsorge im Dekanat Karlstadt**

**Burkhard Fecher**

Pastoralreferent im Raum der Kirche um Gemünden,  
Ehe- u. Familienseelsorger im Dekanat Karlstadt,  
Ehe-, Familien- und Lebensberater in Aschaffenburg.  
Neubergring 47, 97737 Gemünden  
Tel: 09351/4166  
E-Mail: [burkhard.fecher@bistum-wuerzburg.de](mailto:burkhard.fecher@bistum-wuerzburg.de)



.....  
**Liebe Rundbriefbezieher\*innen,  
liebe Beauftragte für Ehe/Familie, Bildung, Kinderkirche-Teams und Interessierte!**

Hier vor den Sommerferien noch einige aktuelle Termine. Das Plakat der **ECHT-ZEIT** im Anhang, die **Kiliani-Materialien** oder den Gesprächsabend zu **Pubertät** können Sie gerne weiterschicken. Fragen zu den einzelnen Veranstaltungen können Sie an mich richten. Auch für Informationen rund um die **Reise nach Israel und Palästina** oder für das **GO-Projekt** stehe ich gerne zur Verfügung. Das GO-Projekt richtet sich zuerst an Menschen im zukünftigen pastoralen Raum Gemünden (Fünf-Pfarreiengemeinschaften), ist aber auch offen für andere, wenn noch Wochen-Termine frei bleiben. Fragen Sie einfach nach bei Bedarf!  
Demnächst folgen noch Termine für **regionale Segensgottesdienste für Jubelpaare** (Goldene Hochzeit), die ja wegen Corona auf die Gottesdienste mit dem Bischof im Dom im Rahmen der Kiliani-Wochen verzichten müssen.

**Kurz vor Absendung des Rundbriefes kamen noch diese Anregungen, die Sie im Anhang finden.  
Hier der Begleitbrief dazu:**

*Die Kiliani-Festwoche steht vor der Tür - und auch wenn sie ganz anders ablaufen wird als sonst, sind wir eingeladen mit zu beten und mit zu feiern.*

*Die Info dazu: Das "Fest der Familien in der Kiliani-Wallfahrtswoche" ist für die Familien im Bistum jedes Jahr ein Höhepunkt und ein Treffpunkt innerhalb der Festwoche. In diesem Jahr wird das Fest im Dom und um den Dom herum so nicht stattfinden können.*

*Aber wir laden die Familien des Bistums ein*

- einen **Gottesdienst** zu feiern*
- einen **Familien-Erlebnis-Weg** zu gehen*
- eine **Kilians-Kirchen-Rallye** (im Schweinfurter Raum) zu erleben.*

*Die Materialien wurden erstellt von der Ehe- und Familienseelsorge und dem Familienbund (FDK) der Katholiken in der Diözese Würzburg, gemeinsam mit und im Auftrag der AG Familie.*

*Wir freuen uns, wenn Sie die Materialien weitergeben, diese Mail weiterleiten und/oder auf die Homepages hinweisen, auf denen das Material zu finden ist: <https://familie.bistum-wuerzburg.de/> / <https://www.familienbund-wuerzburg.de/>*

*Herzliche Grüße*

**Lucia Lang-Rachor**, Ehe- und Familienseelsorgerin

**Elisabeth Amrhein**, Bildungsreferentin Familienbund der Katholiken

Ihnen schließe ich mich gerne an mit herzlichen Grüßen und dem Hinweis auf die Anhänge.  
Bei Bedarf kann ich Ihnen für den Gottesdienst auch eine Word-Version zusenden,  
Burkhard Fecher

## ECHT.ZEIT

spirituell, kommunikativ, musikalisch  
Sonntag, 5. Juli 2019 um 18.30 Uhr  
im Garten des Klosters Schönau

### Liedergeschichten an einem Sommerabend

Auf dem Programm stehen Lieder mit Freddy Kraus und Burkhard Fecher. Texte und Geschichten führen in die Tiefe oder beleuchten humorvoll das Leben.

Schwungvoll begleiten die Frauen von „Samba Gemundo“ mit Trommelklang die ECHT.ZEIT. Die kommunikativen Möglichkeiten sind wegen Corona eingeschränkt, aber einfache Übungen mit dem Körper leiten zu einer spirituellen Haltung an, die man immer wieder machen kann und die in die Achtsamkeit führen.

Es gibt Bänke für Einzelne oder Paare/Familien. Wir bitten alle, die es möglich machen können, einen leichten Camping- oder Klappstuhl mitzunehmen. Die Veranstaltung findet im Klostersgarten statt. Die Hygiene- und Abstandsregeln werden eingehalten. Bei schlechtem Wetter findet die ECHT.ZEIT in der Klosterkirche statt. >>> pdf-Flyer im Anhang



.....  
**Montag, 27. Juli 2020, um 19.00 bis ca. 20.30 Uhr im Familienstützpunkt Gemünden**

### **Pubertät – Ablösung - Erwachsenwerden**

**Referentin: Constanze Friedl, Diplom-Sozialpädagogin FH**

Anmeldung bitte bis 23. Juli  
(siehe pdf-Flyer im Anhang)

## Waldexerzitien - Spirituelle Wanderungen

1. Freitag, 7. August 2020:

### **Liedermacher-Stationen im Hafenlohrtal**

**Thema: „Zeit zu leben“** (Klaus Hoffmann)

**Beginn:** 16.00 Uhr am Gasthaus Hochspessart (Lichtenau). Dort gibt es auch die Möglichkeit zu Parken. Wir laufen einen Rundweg. Wir laufen durch den Wald, über einen Wiesensteg und machen Rast an der Hafenlohr.

Vor allem Lieder von deutschen und österreichischen Liedermachern begleiten uns.



Waldlichtung bei Brugsinn / Foto: Burkhard Fecher

Spirituelle und biblische Impulse führen in die Tiefe. Wahrnehmungs- und Körperübungen stärken unsere Achtsamkeit. Die letzte Station wird in der Kapelle des Gasthauses sein.

Anschließend Abendessen im „Gasthaus Hochspessart.“

**Begleitung:** Alexander Wolf und Burkhard Fecher, Past.Ref., Ehe- und Familienseelsorger.

**Beginn:** 16.00 Uhr / **Treffpunkt:** Parkplatz an der Homburg /

TN-Zahl: auf 15 Personen beschränkt neben dem Leitungsteam:

**Anmeldung:** ab sofort bei mir per Tel. oder Mail.

## 2. Freitag, 18. September 2020: „Der Sommer feiert Abschied“

### rund um die Burgruine Homburg

mit Liedern, Texten und Naturerlebnis-Übungen zum Übergang vom Sommer zum Herbst.

Beginn: 16.00 Uhr / Treffpunkt: Parkplatz an der Homburg /

TN-Zahl: auf 15 Personen beschränkt neben dem Leitungsteam:

Anmeldung: ab sofort bei mir per Tel. oder Mail.

Eventuell gibt es ein fakultatives Abendessen im Anschluss um ca. 19.15 Uhr bei einem Winzer (Näheres im September-Rundbrief).

---

### Zum Vormerken:

## Infoabend für die Reise nach Israel und Palästina 2021

am Dienstag, 29. September 2020 um 19.30 Uhr

Ort: Gasthof „Letzter Hieb“, Langenprozelten

Veranstalter: PG Main-Sinn und die „Kirche im Raum Gemünden“ mit TOBIT-Reisen (Limburg)

Reisetermin: 25. Mai bis 3. Juni 2021

Reiseleitung: Johannes Zang (Goldbach), Burkhard und Edith Fecher (Gemünden)

Höchsteilnehmerzahl (inkl. Reiseleitung): 42 Personen

Es gibt inzwischen eine unverbindliche Liste von Personen, die ernsthaft interessiert sind. Sie haben die Garantie, bei offizieller Anmeldung bis ca. Ende Oktober 2020 auch mitfahren zu können.

Fest steht auch der letzte Vorbereitungstermin: Samstag, 10. April 2021 von 11.45 Uhr bis ca. 16.00 Uhr im Kreuzkloster Gemünden.

---

Donnerstag, 1. Oktober 2020

von 18.00 bis 21.00 Uhr

auf der Bendiktushöhe in Retzbach

**After-Work für Paare  
mit Abendessen und Filmen**



Quelle: Pfarrbriefservice.de

---

Samstag, 17. Oktober 2020 von 09.30 bis 17.00 Uhr

**Besinnungstag im Kreuzkloster Gemünden**

**Dont't Worry, Be Happy!?**

**Auf der Suche nach dem Glück, das trägt**

Seminarleitung: Burkhard und Edith Fecher

---

Samstag, 24. Oktober 2020 in Aschfeld um 15.30 Uhr

**Chorprojekt der Generationen**

Im Anschluss Eucharistiefeier mit Themapredigt und den geprobtten Liedern

Thema: **Hetzt du noch oder lebst du schon?**

## Neues Projekt der Kirche im Raum Gemünden

### GO – Beratung im Gehen

Was ist **GO**?:

Sie haben ein Problem oder Anliegen,  
das Sie sehr beschäftigt?

Sie möchten ein Gespräch mit jemandem  
außerhalb Ihres Familien- oder  
Freundeskreises führen, um genauer  
hinzuschauen und eine Perspektive zu  
bekommen? -

Dann können Sie **GO** ausprobieren.



Bild: Christine Limmer / in: Pfarrbriefservice.de

**GO** ist kostenlos und umfasst *einen* Gesprächstermin, also keine Gesprächsreihe wie es an einer Beratungsstelle möglich ist. **GO** gilt für eine Versuchsphase von Juli bis September 2020.

Der Name sagt, worum es geht. Das englische Wort für gehen heißt „go“. Die „Beratung im Gehen“ findet auf einem schönen Rundweg in freier Natur statt. Die Buchstaben **G** und **O** stehen auch für die Haltung, die Sie erwartet: „Große **O**hren“. **GO** dauert zwischen 90 und 150 Minuten im Zeitfenster von 9.00 bis 18.30 Uhr. **GO** beinhaltet zehn mögliche Termine in der Projektphase und ist unter coronabedingten Einschränkungen nur für Einzelpersonen möglich.

Meine Qualifikation: Als Pastoralreferent, Ehe- und Familienseelsorger und Kommunikationstrainer habe ich langjährige Erfahrung in seelsorglicher Begleitung und in Gesprächstrainings. Nach einer vierjährigen Ausbildung als psychologischer Berater arbeite ich seit über 20 Jahren an der Stelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) in Aschaffenburg. Meine Klienten sind einzelne Frauen und Männer oder Paare. Ich bin tiefenpsychologisch und systemisch ausgebildet und habe durch ständige Weiterbildungen Erfahrungen in Focusing, Familienstellen, Arbeit mit dem Inneren Team u.v.m.

Anmeldung: Sie rufen mich an (09351/4166) oder melden sich per Mail:

[burkhard.fecher@bistum-wuerzburg.de](mailto:burkhard.fecher@bistum-wuerzburg.de).

Wir vereinbaren einen Termin und treffen Absprachen wie die aktuellen Hygiene- und Abstandsregeln. **GO** steht unter absoluter Schweigepflicht.

>>> Das Projekt GO gilt zunächst für Personen aus den fünf Pfarreiengemeinschaften, die im Norden des Dekanates Karlstadt den zukünftigen **Pastoralen Raum Gemünden** bilden, für den ich einen Seelsorgeauftrag habe.

Bei freien Terminen können auch Personen aus dem ganzen Dekanat Karlstadt ein Gespräch bekommen.

.....

## Drei Spirituelle Impulse der Kirche im Raum Gemeinden in den Mitteilungsblättern in Zeiten von Corona

### **Gebet beim Lesen der Zeitung am Morgen**

Schenke mir einen wachen Geist,  
die Spiele der Macht zu entlarven  
und die Bühnen der Selbstverliebten,  
die das eigene Ego beweihräuchern.

Gib mir ein weites Herz,  
die Vorbilder echter Autorität wahrzunehmen  
und das Netzwerk der Unverzagten,  
die den Stummen eine Stimme geben.

Öffne meine Augen  
für die Mutmacher des Alltags,  
die im Wandel die Chancen sehen,  
die in der Krise Fantasie entwickeln,  
die den Kopf aufrecht tragen,  
die sich den Überschuss Hoffnung bewahren.

Stärke mich mit Freimut,  
die Frohe Botschaft querzulegen  
gegen hohle Phrasen,  
gegen bequeme Mittelmäßigkeit,  
gegen ausgrenzenden Nationalismus,  
gegen verweigerte Zukunftsverantwortung.

Wecke meine Neugier und Entdeckerlust  
für das weite Land hinter der nächsten Ecke.  
Überrasche mich auf meinen Schritten  
durch diesen Tag.



*Bild: Peter Weidemann  
In: Pfarrbriefservice.de*

## Stärken in „Fehlern“ entdecken

Menschen mit psychischen Problemen leiden oft an einem schlechten Selbstwertgefühl. In der Beratung höre ich die Geschichten aus der Herkunftsfamilie, in der das grundgelegt und verinnerlicht wurde.

Ich versuche meinen Klienten zu vermitteln, dass sie ihren Wert nicht beweisen müssen. Sie sind wertvoll, weil sie sind. Wer dagegen den eigenen Wert über Leistung bestimmt, gerät in einen endlosen Stresszirkel und hat es schwer, dauerhaft ein gutes Selbstbewusstsein zu entwickeln.

Die Traumatherapeutin Luise Reddemann empfiehlt, sich immer wieder willkommen zu heißen. In der Vorstellung oder – noch besser – konkret empfiehlt sie ein Freude- und Dankesfest für das eigene Dasein mit Menschen, die es gut mit einem meinen.

Hilfreich ist auch eine Übung, die eigenen „Fehler“ einmal als Stärken zu betrachten. Reddemann beschreibt, was eine Therapiegruppe dabei herausgefunden hat:

*Ungeduld = Schnelligkeit, Effizienz und Energie.*

*Dominanz = Führungsqualität und Durchsetzungsfähigkeit.*

*Empfindlichkeit = die Fähigkeit, einfühlsam mit sich und der Welt umzugehen.*

*Ängstlichkeit und Misstrauen = Vorsicht.*

*Überkritisch sein = die Fähigkeit, genau hinzusehen.*

*Unbequem sein = nicht einfach mitmachen, sondern nein zu sagen und autonom zu sein.*

*Unentschlossenheit = große Offenheit für viele Möglichkeiten.*

Liebe Leser\*innen, probieren Sie diese Übung mal an sich selber aus.

Wer die „zweite Brille“ seiner Stärken aufsetzt, geht liebevoll und selbstbewusst mit seinen Schwächen um und traut seinen guten Möglichkeiten.

Seit langen begleitet mich ein Satz, der mir diese Haltung unter Gottes Augen zuspricht:  
*„Du hast mehr Möglichkeiten als du ahnst, ganz zu schweigen von den ungeahnten Möglichkeiten Gottes mit mir.“*



© Burkhard Fecher,

Quelle: Pfarrbriefservice.de

## Sieben Kraft-Worte für die Woche

Bei Seminaren zum Thema Resilienz lassen wir die Teilnehmer\*innen gerne Kraftworte aussuchen und gestalten, die ihnen in ihrer gegenwärtigen Situation Mut machen. Hier eine Auswahl:

Albert Camus: „Mitten im Winter habe ich erfahren, dass es in mir einen unbesiegbaren Sommer gibt.“

Hilde Domin: „Solange man noch Neugierde in sich hat und staunen kann, ist das Alter egal.“

Vaclav Havel: „Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn macht, egal wie es ausgeht.“

Hildegard von Bingen: „Pflege das Leben, wo du es triffst.“

Meister Eckart: „Und plötzlich weißt du: Es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.“

Theresa von Avila: „Sei freundlich zu deinem Leib, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“

Albert Schweitzer: „Kraft macht keinen Lärm. Sie ist einfach da und wirkt.“

Welche Worte helfen Ihnen, wenn Sie mit Ihrer Kraft am Ende sind oder wenn Sie einen kleinen Rippenstoß brauchen, um aufrecht Ihren Tag zu bewältigen? Gerne können Sie uns Ihre Mutmacher zukommen lassen. Wenn genug zusammenkommen, veröffentlichen wir sie mit Nennung Ihres Namens.

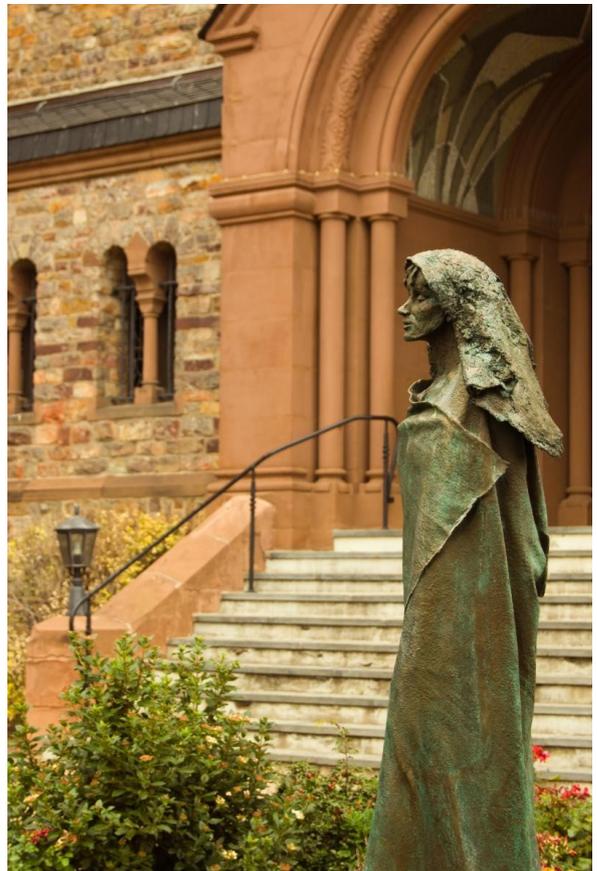


Bild: travis.nobles (CC BY-NC)  
In: Pfarrbriefservice.de

Tipp: Wählen Sie jeden Tag der Woche eines der sieben Kraftworte aus und gehen Sie damit bewusst durch den Tag. Halten Sie am Abend Rückschau, was sich dadurch verändert hat.