

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten im Karmel!

Unser Alltag stellt uns jeden Tag vor kleine oder auch größere Herausforderungen. Diesen begegnen wir in der Regel, indem wir zurückgreifen auf erlernte und erprobte Denk- und Verhaltensmuster. Oft handeln wir dabei automatisch, unbewusst. Damit wächst aber die Gefahr, dass wir Neues gar nicht mehr richtig erkennen. Wir verlernen, ganz im gegenwärtigen Moment präsent zu sein, ihn bewusst zu erleben.

In der Psychologie spricht man vom „Leben im Autopilot“, einem Leben, das uns zwar hilft, Energie zu sparen, aber unsere Aufmerksamkeit allmählich abbaut. Wollen wir das?

Und gibt es auch in unserem Glaubensleben einen „Autopilot“? Ist unsere Erwartung an einen Gottesdienst, ein Gebet, eine spirituelle Begegnung noch von Neugier und einem Sicheinlassen auf den besonderen Moment geprägt? Oder versperrt uns die Routine den Blick auf das Entscheidende?

In der Bibel findet sich dazu im Hebräer-Brief zumindest ein Hinweis auf Achtsamkeit beim aktiven Zuhören: „...Dann müssen wir dem Gehörten umso mehr Aufmerksamkeit schenken, damit wir nicht abdriften.“

Wir vom neuen Karmelteam wünschen allen für das Jahr 2026, dass unser Glaube nicht nur im Autopilot stattfindet, sondern dass wir lebendige Glaubenserfahrungen im Hier und Jetzt geschenkt bekommen. Über diese möchten wir sehr gerne mit allen Interessierten ins Gespräch kommen. Das neue Jahr bietet dazu viele Möglichkeiten. Wir freuen wir uns darauf!

Gleichzeitig bedanken wir uns an dieser Stelle ganz herzlich bei allen Mitgliedern des ehemaligen Karmelrates für die geleistete Arbeit. Der Übergang vom Karmelrat zum Karmelteam wurde in 2025 sorgfältig vorbereitet und mit großer Zustimmung unserer Gemeinde durchgeführt.

Am **11. Januar** wollen wir unseren Dank beim **Neujahrsempfang** auch noch einmal zum Ausdruck bringen.

Für das Karmelteam, Peter Kuster



Das Karmelteam, der Förderverein, die Kommunität und alle Mitsorgenden und Seelsorger\*in wünschen Ihnen von Herzen ein



# Gottesdienste und Intentionen und weitere Meldungen

**01.01. Donnerstag – Neujahr** – auch online

**11.00 Uhr Eucharistiefeier** (PH)

*Kollekte: Missio*

**14.00 Uhr Eucharistiefeier d. kroat. Gemeinde**

**03.01. Samstag**

**18.00 Uhr Taizé-Gottesdienst** (MHR, KR)

Musikalische Gestaltung mit Claudia Gayk und Karl-Heinz Burs

**04.01. Sonntag**

**11.00 Uhr Eucharistiefeier** (UW)

**16.00 Uhr Gottesdienst** der ung. Gemeinde

**05.01. Montag**

**15.00 Uhr Rosenkranzgebet** (MAG)

**06.01. Dienstag**

**19.00 Uhr Tanzen und Schweigen** (MP)

**06.01. Dienstag – hl. Drei Könige**

**18.00 Uhr Hl. Messe** der kroatischen Gemeinde

**08.01. Donnerstag** (PH)

**15.00 Uhr Eucharistiefeier**, anschl. Café.komm

**11.01. Sonntag** - auch online

**11.00 Uhr Familiengottesdienst** (IJ; UW)

mit den Sternsängern und den Kommunionkindern

Im Anschluss sind Sie alle herzlich eingeladen

zum **Neujahrsempfang** (*siehe Vorwort*) mit

**Café.Fair** und **Fair Trade Verkauf**.

Am **Roten Tisch** freut sich Peter Kuster auf Sie.

**18.01. Sonntag** – auch online (KS)

**11.00 Uhr WortGottesFeier**

**18.00 Uhr Emmausgottesdienst** (RS)

**25.01. Sonntag** – auch online

**11.00 Uhr Eucharistiefeier** (PH+Karmelteam)

Vorstellung des neuen Karmelteams

**01.02. Sonntag**

**11.00 Uhr Eucharistiefeier** - auch online (PH)

Gründungstag der Karmelkommunität

**16.00 Uhr Eucharistiefeier** der ung. Gemeinde

*Kollekte: Caritas Opfertag*

**Kroatische Gemeinde**

Sonntag um 14.00 Uhr

Dienstag um 18.00 Uhr



Verstorbene  
Bild: Karin Saberschinsky

im Dezember: Dagmar Bock

**Wir bleiben verbunden mit allen,  
die uns durch Sterben und Tod  
hindurch vorausgegangen sind**



**Herzlich Willkommen in unserer  
Glaubensgemeinschaft.**

Im März haben das **Sakrament der  
Taufe** empfangen:

Julian Georg Achim Rating

**jeden Werktag - Mittagsgebet**

Zeit der Stille

12.00-12.30 Uhr

**jeden Dienstag**

**19.30 Uhr Zen-Kontemplation**

Information: Ehepaar Sommer Tel. 0176/ 78986349

**jeden Mittwoch**

**16.30 – 18.30 Uhr Sprechzeit – Wir hören zu**  
Möglichkeit für ein Gespräch zu zweit

**jeden Freitag**

**18.00 Uhr Wege in die Stille – Kontemplation**

**jeden 1. und 3. Samstag** 03. und 17.01. Ulla Beckers

**15.30 Uhr - Begegnung zwischen Erde und Himmel**

Ulla Beckers, zwischenErdeundHimmel@karmel-duisburg.de

## Gruppen und Termine

Mi. 07.01. 16.00 Uhr Bibelkreis 1

**19.30 Uhr Jahreshauptversammlung  
des Karmelchores**

Do. 08.01. 10.30 Uhr Bibelkreis 4

15.30 Uhr Café.komm

20.00 Uhr Man(N) trifft sich

So. 11.01. 12.00 Uhr **Kommunionkinder-  
Treffen** mit gemeinsamen Mittagessen zusam-  
men mit den Sternsängern

Do. 15.01. 18.00 Uhr Vorstand Förderverein

Fr. 16.01. 10.00 Uhr Treffen Karmelteam

Mo. 19.01. 18.00 Uhr Team Fare Trade

Die. 20.01. 15.45 Uhr meditatives Tanzen

18.00 Uhr Frauengesprächskreis

Mi. 21.01. 17.00 Uhr Leselust

Fr. 23.01. 20.30 Uhr Stammtisch

jeden Mi 20.00 Uhr Karmel-Chor

Fr. 16.01. 19.30 Uhr Titus 2.0

Die Kürzel stehen für folgende Personen:

Ingrid Jungsbluth (IJ), Pater Herman (PH), Ulrich Wojnarowicz (UW), Renate Seidel (RS), Monika Höttgen-Rüter (MHR); Klaus Rüter (KR); Maria Anna Gutte (MAG), Martina Pesch (MP); Karl Sarholz (KS)



## Exerzitien Nachmittag

am 31.01.2026

von 14.00 -18.00 Uhr mit Kaffeepause  
in der Karmel Begegnungsstätte

### Exodus –...und mit euch gehen in ein neues Jahr

Exodus ist ein Begriff, den die jüdischen Menschen durch ihren Auszug aus „Ägypten“ geprägt haben. Inzwischen ist er ein Schlüsselbegriff für Menschen, welche ihre Freiheit suchen und unfreie Strukturen hinter sich lassen wollen. Wir heißen zusammen das neue Jahr willkommen und prüfen, ob wir uns etwas anschauen können – mit einem Geschmack für Freiheit und Gottes Hilfe.

Wie sehen Sie die neuen Jahre zu Jahresbeginn? Gleiche Prozedur wie jedes Jahr, Antreten einer Sklavenrad-Maschine, ein weißes Tisch Tuch, ein Sack voller Überraschungen oder ein platzender Terminkalender, oder ...?

Wie wäre es, mal meinen „Exodus“ zu wagen: Freiheit als Leitbild und roter Faden, von Gott begleitet durch „Meere“ und „Wüsten“ in ein gelobtes Leben? Das könnten wir miteinander erwägen und mit gegenseitigen Tipps umsetzen...

Es freut sich, Pia Kutschera

**Anmeldungen** bitte bis zum 23.01. per mail an  
piakarmela@gmail.com

### Lichtgestalten Licht gestalten

Und es wurde immer heller in der Kirche!

Jeden Sonntag mehr Licht und jeden Sonntag ein neuer Gedanke. Hier sind nur die Überschriften zusammengefasst. Ausführlich können Sie die Gedanken zu den Adventssonntagen auf der Homepage nachlesen.

#### 1. Advent Licht der Verheißung

Wir ersehnen und erwarten es sehnsüchtig: Das Licht. Wir gestalten unser Haus, unsere Fenster, die Kirche mit viel Licht und Kerzen.

#### 2. Advent Licht der Einkehr

Wir haben uns Gedanken über Menschen gemacht, die im Großen wie im Kleinen Lichtgestalten werden und ihr Licht in die Welt tragen.

#### 3. Advent- Licht der Freude

Johannes, der Bote, der Wegbereiter des Herrn. Er ist das, was man als Lichtgestalt im Sinne des Glaubens bezeichnen kann.

#### 4. Advent Licht der Nähe

Josef wird für Maria, seiner Verlobten, die ein Kind erwartete, das nicht von ihm war, eine Lichtgestalt, ein Engel. Weil er sie nicht verlässt und zu ihr hält.

Im Namen der Gemeinde ein herzliches Dankeschön dem Vorbereitungsteam mit Sabine Hamacher, Regina Jungsbluth, Ingrid Jungsbluth, Martina Knobloch, Stephanie Meier und Angela Tolle.

Im Dank eingeschlossen, ist das Engagement der musikalischen Gestaltung der Gottesdienste (Krippenfeier), das Schmücken der Kirche, Tannenbaum aufstellen und vieles mehr.

Allen Helfenden dieser Zeit herzlichen Dank.

*Das Redaktionsteam*

### Aktion Dreikönigssingen 2026



### Schule statt Fabrik! Sternsingen gegen Kinderarbeit

Bei der Sternsingeraktion 2026 richten wir den Blick nach Bangladesch. Trotz Fortschritten im Kampf gegen Kinderarbeit müssen in dem südasiatischen Land noch rund 1,8 Millionen Kinder und Jugendliche arbeiten – 1,1 Millionen sogar unter besonders gesundheitsschädlichen und ausbeuterischen Bedingungen. Sternsinger-Partnerorganisationen setzen sich dafür ein, Kinder aus Arbeitsverhältnissen zu befreien und ihnen den Schulbesuch zu ermöglichen.

"Schule statt Fabrik!"

Sternsingen gegen Kinderarbeit"

Bei ihrem Besuch bitten unsere Sternsinger um Ihre Unterstützung für die Partnerorganisationen. Sollten wir Sie nicht antreffen, besteht auch in diesem Jahr die Möglichkeit einer Online-spende. Den passenden Link zu unserem Pfarrei Liebfrauen Online-Konto finden Sie im Januar auf der Karmel Internetseite oder bereits hier:

<https://spenden.sternsinger.de/l1jvmmgd>



Sie können im Januar auch unsere Sternsinger-Haltestelle hinten in der Karmel Kirche besuchen. An folgenden Tagen sind die Sternsinger vom Karmel unterwegs: am **02.-04. Januar 2026 ganztägig** und am **10. Januar 2026 ganztägig**.

Der Gottesdienst am Sonntag, den 11. Januar 2026 wird von den Sternsängern gestaltet.  
*Das Sternsängerteam*

**Redaktionsschluss:** 22. Januar für Februar



## STAMMTISCH

**Der nächste Stammtisch findet statt am Freitag, 23. Januar**

**2026, 19:00 Uhr, im Friedensraum** (Eingang Vorraum Kirche, erste Tür links).

Beim Stammtisch im November 2025 wurde viel diskutiert und man wurde zum Nachdenken angeregt. Es war eine tolle Runde mit vielen Meinungen. Nach dem Jahreswechsel kommen vielleicht wieder Wünsche zum Vorschein oder Erwartungen, die jeder hat, vielleicht auch zum Thema Kirche und/oder Politik usw. Wir sind, wie immer, offen für Gesprächsthemen.

Mitglied im Förderverein oder Gemeindemitglied muss man dazu nicht sein, jede/jeder ist willkommen.

Getränke (Wein, Wasser, Bier) werden wie bisher zu moderaten Preisen angeboten.

*Kontakt: Judith Haller*

*E-Mail: foerderverein@karmel-duisburg*

## Fehlerteufel im Dezemberblatt

Am Mittwoch den 10.12. war nicht der Lions Club zur Weihnachtsandacht in der Karmelkirche, sondern der Rotary Club.

Die Redaktion bittet um Entschuldigung.

## VORSCHAU:

### Mitgliederversammlung Förderverein

Wir laden unsere Mitglieder herzlich ein zur diesjährigen **Mitgliederversammlung:**

**Donnerstag, 27. Februar 2026, 19.30 Uhr.**

Ort: Saal der Karmel Begegnungsstätte

Die Einladungen an Sie/Euch werden Ende Januar 2026 verschickt. Wir freuen uns auf rege Teilnahme.

Für AntragstellerInnen: Bitte die Anträge bis spätestens 08. Januar 2026 dem Vorstand des Fördervereins zukommen lassen.

*Für den Vorstand: Judith Haller,*

*E-Mail: foerderverein@karmel-duisburg.de*

## INFORMATION UND VERÄNDERUNG AUS DEM BISTUM

Mit dem 31.12.2025 ist das Liquidationsjahr des **Cäcilienverbandes** zu Ende und der Verband ist final aufgelöst. Theresa Kohlmeier dankt dem Vorstand für die problemlose Zusammenarbeit in der Auflösungsphase und allen Verbands- und Chormitgliedern fürs Mitgehen der unterschiedlichen Veränderungen.

Hoffnungsvolle Grüße, Dr. Theresa Kohlmeier  
Ressort Kirchenentwicklung

## Brief vom 10.12.2025, Bistum Essen

An die Pfarrgemeinderäte und Kirchenvorstände, die Pfarrer, Priester, Diakone und Mitarbeitenden der pastoralen Dienste, die Mitglieder des Stadtkatholikenrates, die Kooperationspartner von CLM **und alle Interessierten** im Stadtdekanat Duisburg

## Einladung zur CLM-Regionalkonferenz in Duisburg

CLM heißt: **Christlich Leben. Mittendrin**

Sehr geehrte Mitarbeitende und Engagierte im Stadtdekanat Duisburg, am 22. Juli wurden im Rahmen des bistumsweiten Transformationsprogramms *Christlich leben. Mittendrin* Modellvorschläge zur Kirchenentwicklung im Bistum Essen an alle Pfarreien, Träger und Institutionen des Bistums versandt.

Über die Anliegen, Ziele und Gestaltungsmöglichkeiten der angedachten Strukturveränderungen möchten wir direkt mit Ihnen ins Gespräch kommen und ihre Fragen, Resonanzen und Anregungen einholen.

Daher lade ich Sie, auch im Namen Ihres Stadtdechanten Andreas Brocke, herzlich ein, zur CLM-Regionalkonferenz im Stadtdekanat Duisburg:

**am Donnerstag, 15. Januar 2026**

**um 19.00 bis 21.30 Uhr** (Ankommen ab 18.30 Uhr)

**in St. Joseph – Jugendkirche TABGHA,**

**Dellplatz 20, 47051 Duisburg**

Über eine rege Teilnahme würden wir uns freuen. Für Getränke und einen kleinen Imbiss ist an diesem Abend gesorgt.

Um Anmeldungen bitten wir bis zum 12. Januar 2026 über die Internetseite [gstoo.de/clmprogramm](https://gstoo.de/clmprogramm) oder über den obigen QR-Code.



Mit freundlichen Grüßen,  
Andreas Brocke, Pfarrer  
Johannes Vutz, Programm-Manager

Fragen dazu beantwortet gerne das Karmelteam  
z.Bsp. am Roten Tisch am 11.01.2026

Bei der **Adveniat-Kollekte** zu Weihnachten kamen  
€ 2.318,39 zusammen. Allen Spendern ein herzliches  
**Dankeschön!**