



“ Möge dein Handeln deine Hoffnungen widerspiegeln und nicht deine Angst. Nelson Mandela

Impuls zum Evangelium des 3. Sonntags im Jahreskreis: Mt 4,12-23

Die Last mittragen

Liebe Schwestern und Brüder,

mit dem Esel ist das so eine Sache. In den ganzen Erzählungen rund um Weihnachten wird er gar nicht erwähnt und doch taucht er überall auf. Keine Krippe ohne Ochs und Esel, und die Darstellungen der Flucht nach Ägypten wollen auch nicht auf den Esel verzichten. Meist reitet Maria mit dem Jesuskind in den Armen auf ihm. Eine tragende Rolle wird ihm aber erst beim Einzug Jesu in Jerusalem zugedacht, womit die Prophezeiung aus dem Buch Sacharja in Erfüllung geht.

Der Esel gilt gemeinhin als dumm und störrisch, andererseits aber auch als genügsames Lasttier, ohne das man sich die Reisetätigkeiten der Heiligen Familie offensichtlich nicht vorstellen kann. Es braucht halt irgendjemanden, der die Last mitträgt.

Eine solche Art der Unterstützung hat wohl auch Jesus in den Aposteln gesehen, von deren Berufung im Sonntags-Evangelium die Rede ist. Es waren einfache Männer, die Jesus in seine Nachfolge berufen hat, keine Heiligen. Die Evangelien machen aus ihren Unzulänglichkeiten kein Geheimnis. Zu Heiligen sind sie erst auf dem Weg gereift, den sie mit Jesus zusammen zurückgelegt haben. Letztlich ist es die Konsequenz, mit der sie in die Nachfolge Jesu eingetreten sind, die uns heute als Vorbild dienen kann.

Auch heute braucht es engagierte Christen, die die Botschaft des Evangeliums in eine Welt tragen, die vor Erlösungsbedürftigkeit nur so strotzt. Der heilige Vinzenz Pallotti war der Überzeugung, dass jeder Getaufte zum Apostel berufen sei. Auch hier ist Heiligkeit keine Voraussetzung, es reicht schon die Bereitschaft, die Last mitzutragen. Deshalb muss man sich noch lange nicht wie ein Esel fühlen.

Dirk Mettler, Diakon



Foto: Jakub Cek / depositphotos.com

Der Esel: Die Bereitschaft, Lasten mitzutragen.



Komm in die Kinderkirche

Am **Freitag, 23. Januar 2026**, heißt es wieder: „Komm in die Kinderkirche“. Familien mit Kindern von 3-7 Jahren sind von **16.30 bis ca. 17.30 Uhr** in den Nebenraum der Kreuzkirche, Mallendarer Berg eingeladen. Unter dem Thema: „**Ich hüll' dich golden ein**“ Geschichten aus der Bibel hören, singen, beten, basteln, spielen und vieles mehr.



Wir suchen Kandidatinnen und Kandidaten für den Verwaltungsrat. Der Verwaltungsrat verwaltet das kirchliche Vermögen in der Kirchengemeinde. Die Amtszeit der gewählten Mitglieder dauert acht Jahre. Nach jeweils vier Jahren scheidet die Hälfte aus. Das Ausscheiden erfolgt mit dem Eintritt der Nachfolger. Vom Pfarrgemeinderat sind drei Personen zu wählen.

Wahlvorschläge

- Jede zum Pfarrgemeinderat wahlberechtigte Person kann einen Wahlvorschlag machen.
- Wahlvorschläge können eingereicht werden bis zum 16.02.2026.
- Wählbar ist jeder Katholik, der nach staatlichem Recht volljährig ist. Zur Vermeidung von Doppelmandaten kann eine Person innerhalb eines Pastoralen Raums nur zum Mitglied eines Verwaltungsrates gewählt werden. Nicht wählbar sind die in einem Dienstverhältnis zum Kirchengemeindeverband des Pastoralen Raums Koblenz stehenden Personen sowie diejenigen im Dienst des Bistums stehenden Personen, die in der Kirchengemeinde tätig sind oder unmittelbar mit den Aufgaben der kirchlichen Aufsicht über die Kirchengemeinde befasst sind.
- Die für einen Wahlvorschlag benötigten Angaben sowie entsprechende Formulare erhalten Sie im Pfarrbüro oder finden Sie auf der Internetseite der Pfarrei zum DOWNLOAD. Dort gibt es auch ausführlichere Informationen zur Wahl.
- Kontaktadresse für Ihre Anfragen und Abgabemöglichkeit für Ihre Wahlvorschläge: Pfarrbüro Vallendar, Beuelsweg 4, 56179 Vallendar, Tel. 0261-963190, E-Mail: pfarrei.vallendar@bistum-trier.de

Vallendar, 13.01.2026
Der Wahlausschuss

“Wir tun uns einen Gefallen, wenn wir den Mut haben, Neues und Unbekanntes zu denken. unbekannt

Sternsinger Niederwerth



Foto: Steffi Herzig

Hoher Besuch war in der St. Georgs-Kirche angesagt, als die Sternsinger von ihrer Mission auf der Insel Niederwerth zurückkehrten. Insgesamt 17 Kinder haben in vier Gruppen den stolzen Betrag von 1.000 € ersungen, der nun Kindern in Bangladesch zugute kommt, damit sie zur Schule statt in die Fabrik gehen können. DM

Dankeschön für Spenden

Die Krippenfiguren der Vallendarer Pfarrkirche wurden im vergangenen Jahr restauriert und konnten zu Weihnachten weitestgehend wieder in ursprünglicher Schönheit betrachtet werden. Die Pfarrei dankt herzlich für die Spenden zugunsten der Restaurierung! In der kommenden Zeit werden einzelne Figuren in der Vitrine im Eingangsbereich der Kirche präsentiert werden. ML

Karneval im Gottesdienst

Der dritte ökumenische karnevalistische Gottesdienst, bei dem auch das Vallendarer Kinderprinzenpaar samt Gefolge begrüßt werden konnte, wurde 9. Januar 2026 in der Pfarrkirche von Gruppen und Vereinen aus der Verbandsgemeinde in lockerer, fröhlicher Atmosphäre sehr abwechslungsreich gestaltet. Im Anschluss waren alle zum Empfang unter der Empore eingeladen. ML

Trost für Trauernde

Wir geben uns in die Hände unseres Gottes. Möge er unsere Wunden heilen, uns in unserer Trauer trösten. Möge er der Gott sein für uns Lebende und für unsere Toten. Andrea Schwarz

Bild: pixabay

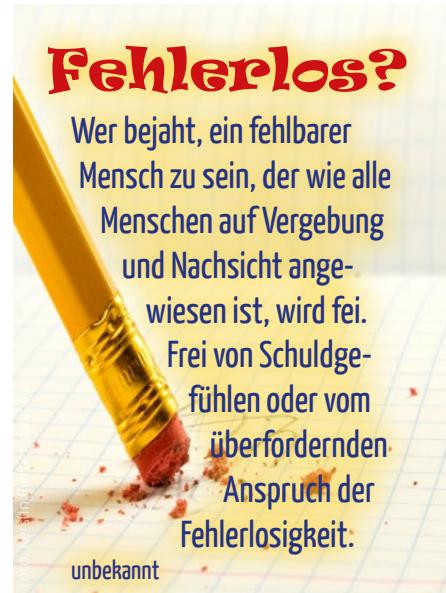


Darstellung des Herrn

Maria und Josef kommen mit ihrem Baby in den Tempel – und dort merken zwei Menschen sofort, dass es kein gewöhnliches Kind ist. Simeon und Hanna bekennen laut im Gotteshaus, dass Jesus der Erlöser ist. Simeon weissagt Maria, dass ein Schwert ihre Seele durchdringen wird.

Wie lebt man nach solch einer Aussage weiter? Immer in Angst, wann kommt das Schwert? Vielleicht auch in einem stetig wachsenden Vertrauen auf Gottes Wirkkraft, dass er da ist, wenn Schönes passiert und da sein wird, wenn Schweres auf einen zukommt. Und dass es nicht mehr sein wird als man tragen kann.

Schön, dass an diesem Festtag das Licht und die Kerzen so viel Raum einnehmen. In Gottes Liebe und Licht täglich zu „baden“ und in unserer dunklen Welt nach den Lichtpunkten Ausschau halten und diese ins Wort bringen, um damit die anderen Menschen und sich selbst zu ermutigen, dazu ruft uns dieses fest, das als Brücke zwischen Weihnachten und Ostern zu sehen ist, auf.



Herzabdruck

Was auch immer unserer Hände berühren – wir hinterlassen Fingerabdrücke. Auf Wänden, Möbeln, Türklinken, Büchern, Papier und allem!

Wohin ich auch gehe am heutigen Tag, so wünsche ich mir, dass ich auch einen **Herzabdruck** hinterlasse. Einen Abdruck des Mitgefühls, des Verstehens und der Liebe. Einen Abdruck der Freundlichkeit und der aufrichtigen Fürsorge.

Möge mein Herz einen einsamen Nachbarn berühren, eine traurige Tochter, eine beunruhigte Mutter, einen alternden Großvater.

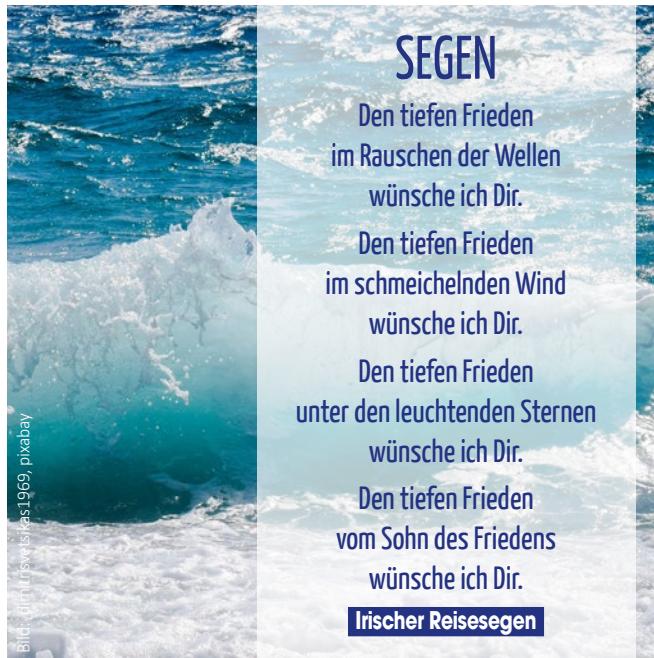
Vergeben? – Exerzitien im Alltag

Täglich 15 Minuten mit Impuls und Anregung über 4 Wochen in der Fastenzeit zur persönlichen Stärkung, Ermutigung und Befreiung von unnötigem Ballast mit einem Thema, das herausfordern und befreien kann: „VERGEBEN?“ Vier Wochen unterwegs mit mir und mit anderen bei einem wöchentlichen Treffen zum jeweiligen Wochenthema mit Impuls, Austausch, einfachen Atemübungen, Anregungen für das persönliche Gebet und die tägliche persönliche Zeit (15 Minuten). Wöchentliche Treffen: Do 26.2., 5.3., 12.3., 19.3. jeweils 18.30-19.45 Uhr. Ort: Pfarrheim St. Josef, Vallendar, Durchführung und Begleitung: Mechtild Müller, ehrenamtliche Geistliche Begleiterin, Anmeldung bis 18. Februar per Email: gr-muellermhm@web.de, Tel.: 0157-56545321.

MM

Gottesdienst zum Mitreden

Zu einem „dialogischen Gottesdienst“ mit gemeinsamer Auslegung des Evangeliums in der Form des Bibel-Teilens und Eucharistiefeier lädt die Pfarrei am 25.1. um 18 Uhr in die St. Peter und Paul Kirche, Urbar, ein.



Zum Schmunzeln

„Warum nimmst du einen Baseballschläger mit auf die Arbeit?“
„Das ist mein mobiler Krisenstab.“

GOTTESDIENSTE & Termine

ST. MARZELLINUS UND PETRUS, VALLENDAR

- **31.01., 18.00 Uhr:** Heilige Messe
- **01.02., 14.00 Uhr:** Taufttermin
- **01.02., 18.00 Uhr:** **Ewig Gebet** - Abschlussandacht mit Te Deum und Segen

ST. PETER UND PAUL, URBAR

- **25.01., 18.00 Uhr:** Gottesdienst zum Mitreden
- **01.02., 11.00 Uhr:** **Ewig Gebet** Heilige Messe für +Rosemarie Zindorf gestiftet von der KFD
- **06.02., 09.00 Uhr:** Heilige Messe Herz-Jesu-Freitag

ST. GEORG, NIEDERWERTH

- **23.01., 14.00 Uhr:** Beerdigung Frau Becker
- **24.01., 18.00 Uhr:** Heilige Messe für ++Margret und Heinz Münz und Enkelin Meike, für +Hans Frank und ++Eltern Maria und Wilhelm Frank
- **01.02., 16.30 Uhr:** **Ewig Gebet** Andacht
- **07.02., 18.00 Uhr:** Heilige Messe

KREUZKIRCHE, MALLENDARER BERG

- **23.01., 16.30 Uhr:** Kinderkirche
- **25.01., 11.00 Uhr:** Heilige Messe
- **01.02., 15.00 Uhr:** **Ewig Gebet** Andacht für Familien
- **08.02., 11.00 Uhr:** Heilige Messe

GENERATIONENZENTRUM ST. JOSEF

- **28.01., 10.00 Uhr:** Heilige Messe
- **04.02., 10.00 Uhr:** Heilige Messe mit Asteilung des Blasiussegens

RESIDENZ HUMBOLDTHÖHE

- **29.01., 15.30 Uhr:** Heilige Messe
- **05.02., 15.30 Uhr:** Heilige Messe

ANDERE TERMINE

- **23.01., 15.00 Uhr:** Kaffeenachmittag mit den katholischen Frauen in St. Peter und Paul Urbar
- **24.01., 19.00 Uhr:** Feuerzangenbowle- und Fingerfood-Abend in der Kreuzkirche: Von den Pyrenäen bis ans Meer – Fünf Wochen unterwegs auf dem Spanischen Jakobsweg
- **26.01., 15.30 Uhr:** Mach Mit! - Gruppe Vallendar
- **29.01., 09.30 Uhr:** Mach mit! - Gruppe Urbar
- **02.02., 15.30 Uhr:** Mach Mit! - Gruppe Vallendar
- **05.02., 09.30 Uhr:** Mach mit! - Gruppe Urbar
- **05.02., 09.30 Uhr:** Generationen-Frühstückstreff im Pfarrheim im Generationenzentrum St. Josef

**“Wir sollten nie aufhören,
neu anzufangen.** unbekannt