

## EXERZITIEN MITTEN IM ALLTAG

### Fastenzeit 2026

Auch dieses Jahr biete ich wieder Exerzitien in der Fastenzeit an. Dazu gibt es ein kleines Heft, das Impulse & Gedanken für jeden Tag enthält.



#### Das Exerzitien-Heft ist eine Einladung:

- zur Deutung und Interpretation für das eigene Leben
- den eigenen Horizont zu erweitern
- sich mit Hoffnung & Zuversicht immer wieder neu beschenken zu lassen
- das Gott- und Selbstvertrauen zu stärken
- mit Anregungen für Zeiten der Stille, des Gebetes, der Besinnung
- mit Impulsen zu mehr Achtsamkeit und Wertschätzung der kleinen Dinge
- zur Vertiefung des eigenen Glaubens, immer wieder einen Aufbruch wagen.

Gerade wenn man wenig Zeit hat, sind die einzelnen Impulse eine gute Hilfe, dem Tag eine ganz besondere Prägung zu geben. Die Anregungen sind kurz und prägnant. Sie können in wenigen Minuten gelesen und als „Überschrift“ für eine Woche oder einen Tag gesehen werden. **Egal wie man sie verwendet, sie sind auf alle Fälle ein MEHR an Lebensqualität und wollen uns zur MITTE unseres Daseins führen.**

Der Umgang mit den Impulsen & Anregungen wird eigenverantwortlich gestaltet. Zusätzlich werden zwei freiwillige Exerzitientreffen am Do 26.02. und Do 19.03. um jeweils 19.30 Uhr im Pfarrsaal angeboten.

Das Heft kostet 5,00 EUR. Wer Interesse an dem gemeinsamen Weg in der Fastenzeit mit dem Heft „UND DU?“ hat, kann sich direkt bei mir anmelden / informieren oder im Pfarrbüro Name und Anschrift angeben.

*Diakon Alexander Reischl / AReischl@ebmuc.de*

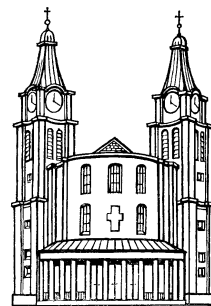
#### Bitte vormerken:

- **Bibelimpulse** per Email oder Post am Di 20.01. + Di 10.02.
- **Fest Darstellung des Herrn - Lichtmess** am Mo 02.02. um 18.00 Uhr mit Kerzensegnung und Blasiussegen
- **Gottesdienst mit Blasiussegen** am Di 03.02. um 18.00 Uhr
- **Bibelabend zum Thema „Farben des Lebens“** am Do 05.02. um 19.30 Uhr
- **Männerabend** am Fr 06.02. um 19.00 Uhr im Pfarrsaal
- **Fasching Gemeinschaft der Frauen und Senioren** am Di 10.02. um 14.30 Uhr
- **2. Elternabend** zur Erstkommunion am Do 12.02. um 19.30 Uhr

Notburgastraße 15, 80639 München - Nymphenburg \* Tel.: 179 580 770 \* Fax: 179 580 7799

E-Mail: christkoenig.muenchen@ebmuc.de

**www.christkoenig-muenchen.de**



**PFARRGEMEINDE CHRISTKÖNIG**  
MÜNCHEN - NYMPHENBURG

**WOCHENBRIEF**

**2**

**für 2 Wochen**

19. Januar bis 1. Februar 2026

## *nach den Sternen greifen*

*wie die Weisen  
prüfen und abwägen  
beobachten und berechnen*

*wie die Weisen  
forschen und Ausschau halten  
lehren und lernen*

*wie die Weisen  
suchen und aufspüren  
und mit den Freunden  
ein Ziel vor Augen haben*

*wie die Weisen  
Geschenke machen und anbeten  
träumen und Gottes  
Weisung erfahren*

*wie die Weisen  
den König suchen  
und das Kind finden*

*wie die Weisen  
nach den Sternen greifen  
und den Menschen finden*

*Verfasser unbekannt*

## Ökumenische Bibelgespräche

### Viel Glück und viel Segen - Biblische Segensvorstellungen

- **22.01. Stephanus** (Nibelungenstr. 51) „Ich lasse dich nicht los“ aus Genesis 32 mit Pfarrerin A. Schumacher
- **29.01. Herz Jesu** (Winthirstr. 25) „Segnet!“ 1 Petrus 3,8-12 mit Pastoralassistentin S. Schlotthauer
- **05.02. Stephanus** (Nibelungenstr. 51) „Begleitung durch dick und dünn“ Gottes Zuspruch in Jesaja 43 mit Pfarrer R. Hartmann
- **12.02. St. Clemens** (Renatastr. 7) „Segen: Zuspruch & Auftrag“ Matthäus 28,16-20 mit Pfarrer L. Sperrer anschließend Imbiss zum Abschluss der Bibelgespräche

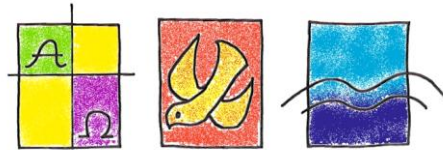
## Tauferinnerungsfeier 2026

**Sa 24.01. von 14.30 bis 16.00 Uhr**

**Gerne auch zum 2x**

Herzliche Einladung an alle Familien und Paten, die in den letzten Monaten und Jahren das Fest der Taufe feiern durften.

Mit einer Begrüßungsfeier starten wir gemeinsam im Pfarrsaal und ziehen dann zum Taufbrunnen der Kirche, um den Segen für unsere Kinder und Familien zu erbitten. Anschließend laden wir zu einer Begegnung mit Kaffee & Kuchen ein. Gerne können Sie auch zum 2x kommen, wenn Sie schon einmal dabei waren. An die schönen Zusagen bei der Taufe kann man sich nicht oft genug erinnern. Wir bitten um eine Anmeldung bis spätestens Mi 21.01. mit der Anzahl der Personen und dem Alter der Kinder im Pfarrbüro. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen ...



**Haben Sie schon die vielen Sterne in unserer Kirche gesehen?**

## FASCHINGSGOTTESDIENST

GOTTESDIENST LUSTIGE SPIELE  
ÜBERRASCHUNGEN

Sa 31.01. | 10.00 Uhr | in der Kirche  
Alle Kinder und Erwachsenen dürfen - müssen  
aber nicht - maskiert zum Gottesdienst kommen.



Für Kinder und Familien:

- **Mini-Treff** am Fr 23.01. von 16.00 Uhr bis 16.45 Uhr für alle Neuen und Interessierten. Treffpunkt: Brunnenhof
- **Offener Treff** am Fr 23.01. von 16.45 Uhr bis 18.00 Uhr mit Spielen, Aktionen und Projekten. Treffpunkt: Brunnenhof

Für Jugendliche:

- **1. Firmtreffen** am Fr 23.01. im Pfarrsaal
- **Jugendtreff** am Fr 30.01. um 19.00 Uhr im Jugendkeller für alle Jugendlichen ab der Firmung. Einfach vorbeikommen ...

## Unsere Gottesdienste:

|  |                         |  |
|--|-------------------------|--|
| Montag - Mittwoch  | 18:00                   | Hl. Messe  |
| Freitag  | 18:00                   | Hl. Messe  |
| Samstag  | 18:00                   | Vorabendmesse  |
| <b>Sonntag 25.01.</b><br>1. Lesung: Jes 8,23b-9,3<br>2. Lesung: 1 Kor 1,10-13.17<br>Evangelium: Mt 4,12-23 | 08:00<br>10:00<br>10:30 | Hl. Messe <i>Abtei Venio</i><br>Hl. Messe <i>Krankenhaus Barmherzige Brüder</i><br><b>Pfarrgottesdienst und Kindergottesdienst</b> |
| Montag - Mittwoch  | 18:00                   | Hl. Messe  |
| Freitag  | 18:00                   | Hl. Messe  |
| Samstag  | 10:00<br>14:00<br>18:00 | <b>Zwergerl-Faschingsgottesdienst</b><br>Weg-Gottesdienst der EK-Kinder<br>Vorabendmesse   |
| <b>Sonntag 01.02.</b><br>1. Lesung: Zef 2,3;3,12-13<br>2. Lesung: 1 Kor 1,26-31<br>Evangelium: Mt 5,1-12a  | 09:30<br>10:00<br>10:30 | Hl. Messe <i>Abtei Venio</i><br>Hl. Messe <i>Krankenhaus Barmherzige Brüder</i><br><b>Pfarrgottesdienst</b>                        |

**Restliche Segensaufkleber  
gibt es noch im Pfarrbüro ...**

Bitte unterstützen Sie gerade auch in diesen schwierigen Zeiten unsere Sternsinger, die sich wieder für andere Kinder in der Welt mit ihrer Aktion einsetzen und so an die Ärmsten der Armen erinnern. Die Sternsingeraktion läuft noch bis 14.02.

Kath. Kirchenstiftung Christkoenig Muenchen  
Liga-Bank München  
Verwendungszweck: „Sternsingeraktion 2026“  
IBAN: DE71 7509 0300 0002 1424 49  
BIC: GENODEF1M05



**Mit dem QR-Code können Sie auch ganz einfach online spenden.**

Unter diesem Link finden Sie auch den aktuellen Spendenstand.

## Weitere Veranstaltungen:

|                               |                  |           |           |
|-------------------------------|------------------|-----------|-----------|
| • <b>Babycfé</b>              | Montag           | 10.00 Uhr | Pfarrsaal |
| • <b>Yoga</b>                 | Montag           | 18.00 Uhr | Krypta    |
| • <b>Fitnessgymnastik</b>     | Dienstag         | 09.30 Uhr | Pfarrsaal |
| • <b>Bibelkreis</b>           | entfällt vorerst |           |           |
| • <b>Flöten-/Orffgruppe</b>   | Mittwoch         | 15.00 Uhr | Pfarrhaus |
| • <b>Eltern-Kind-Gruppe</b>   | Donnerstag       | 09.30 Uhr | Pfarrhaus |
| • <b>Tanzkreis der Frauen</b> | Freitag          | 09.30 Uhr | Pfarrsaal |
| • <b>Flöten-/Orffgruppe</b>   | Freitag          | 15.00 Uhr | Pfarrhaus |

## Öffnungszeiten Pfarrbüro:

**Mo, Mi bis Fr von 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr / Mo und Mi von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr**