Lichtblick

Römisch-katholisches Pfarrblatt
Nordwestschweiz

14. November bis 27. November
24/2026
Aargau West



Was uns stärkt

Resilienz, die mentale Widerstandskraft in den Stürmen des Lebens, lässt sich trainieren. Wie das geht, zeigte eine Weiterbildung für Katechetinnen im Aargau.
Seiten 2 und 3

Stark, erfolgreich, überlegen sollen Männer sein, behaupten Influencer der «Manosphere» Diese Botschaften sprechen junge Männer an und sind brandgefährlich.
Seite 5

Vorbild Pippi Langstrumpf

Was uns hilft, mental gesund zu bleiben

Die Tagung «Stark fürs Leben» der Fachstelle Katechese-Medien der Aargauer Landeskirche zeigte: Wir alle können üben, den Widrigkeiten des Lebens zu trotzen.

Mit der Tagung zum Thema «Resilienz – wie begleiten und stärken wir Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg?» hat die Fachstelle Katechese-Medien der Aargauer Landeskirche offenbar einen Nerv getroffen. Wochen im Voraus war die Veranstaltung ausgebucht. Etwa 100 Katechetinnen, Jugendarbeitende, Jugendseelsorgerinnen und -seelsorger kamen am 16. Oktober zur Tagung nach Aarau. «Von Zofingen bis Würenlos, von Aarau bis zum Rhein – es gibt keinen Pastoralraum, aus dem niemand da ist», freute sich Fachstellenleiterin Silvia Balmer bei der Begrüssung.



Quelle: Marie-Christine Andres

Die beiden Referentinnen Helga Kohler-Spiegel (links) und Maria Brasser-Michel.

«Resilienz ist keine angeborene Superkraft, sondern eine Fähigkeit, die sich entwickeln lässt.»

Helga Kohler-Spiegel

In die Form zurückspringen

Das Wort «Resilienz» ist abgeleitet vom lateinischen Verb «resilire» (= «zurückspringen»). Der Begriff wurde ursprünglich in der Physik verwendet, um die Fähigkeit eines Materials zu beschreiben, sich verformen zu lassen und danach in die ursprüngliche Form zurückzukehren: wie ein Schwamm zum Beispiel, der sich nach dem Zusammendrücken wieder entfaltet. In der Psychologie bezeichnet «Resilienz» die Fähigkeit, Belastungen zu bewältigen und trotz widriger Umstände mental gesund zu bleiben. Das Thema beschäftigt alle, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten.

Verstehbar, sinnvoll und bewältigbar

Nebst dem aktuellen Thema waren auch die beiden Referentinnen ein Grund für das grosse Interesse. Mit Helga Kohler-Spiegel, Psychotherapeutin und emeritierte Hochschulprofessorin für Human- und Bildungswissenschaften, und Maria Brasser, Neurowissenschaftlerin, Lehrerin und Mitgründerin von «Hirncoach», waren zwei ausgewiesene Fachfrauen dabei.

Kohler-Spiegel sprach in ihrem Referat über die Grundsatzfrage, was – speziell Kindern und Jugendlichen, aber letztlich uns allen – Halt im Leben gibt. Als Musterbeispiel für Resilienz nannte Kohler-Spiegel Pippi Langstrumpf, die trotz schwieriger Bedingungen andere mit ihrer Zuversicht und Fröhlichkeit ansteckt. Kohler-Spiegel machte klar: «Resilienz ist keine angeborene Superkraft, sondern eine Fähigkeit, die sich durch Beziehung, Selbstwirksamkeit, Hoffnung und vieles mehr entwickeln lässt.» Religionsunterricht, Katechese und Jugendarbeit können wichtige Lern- und Erfahrungsorte sein, weil sie Beziehungen fördern, Werte weitergeben und nach dem Sinn des Lebens forschen.

Es braucht die Dellen des Lebens

Die Resilienzforschung hat ihre Wurzeln im Salutogenesemodell von Aaron Antonowsky. Der Soziologe untersuchte die Frage, warum einige Menschen trotz vieler Stressfaktoren gesund bleiben. Antonowsky fand heraus, dass der Kohärenzsinn entscheidend ist: Die tiefe Überzeugung und die Zuversicht, dass das eigene Leben verstehbar, sinnvoll und bewältigbar ist, führt dazu, Belastungen besser zu bewältigen und die dafür notwendigen Ressourcen auszuwählen.

Für die Resilienz gelte aber die englische Redensart «Use it or lose it», erklärte Kohler-Spiegel: «Wir müssen daran arbeiten und üben, üben, üben», betonte sie. Helga Kohler-Spiegel kam auf den Resilienzbegriff aus der Physik zurück: Ein Putzschwamm springt zwar immer wieder in die ursprüngliche Form, weist aber mit der Zeit Gebrauchsspuren auf. «Die Dellen des Lebens braucht es», erklärte die Referentin, «Das Leben braucht kleine Steine, Challenges, Herausforderungen, damit wir Resilienz entwickeln, erleben können.»

Die eine, wichtige Bezugsperson

Kohler-Spiegel stellte eine Studie von Emmy Werner und Ruth Smith vor, die Kinder aus schwierigen sozialen Milieus 40 Jahre begleitet haben. Die beiden Forscherinnen er-

kannten, dass sich Kinder trotz schwieriger Bedingungen gesund entwickelten, wenn sie zumindest eine enge Bezugsperson hatten, die sich liebevoll um sie kümmerte, auf ihre Bedürfnisse reagierte, Grenzen setzte und Orientierung bot. Werner und Smith zeigten, dass diese Bezugsperson nicht ein Elternteil sein musste, sondern auch Grosseltern, Geschwister, Nachbarn oder Lehrpersonen die rettende Rolle übernehmen können. Helga Kohler-Spiegel erinnerte die Tagungsteilnehmenden: «Man weiss nie, ob man vielleicht gerade selbst diese wichtige Bezugsperson ist: als Lehrerin, Jugendseelsorger oder Katechetin.»

Immer wieder üben

Die Referentin zeigte auf, dass die religiöse Tradition viele Kernsätze überliefert, die stärken und heilen. So komme zum Beispiel der Satz «Fürchte dich nicht» 365-mal in der Bibel vor. Gebete dienen als Kraftquelle, Rituale geben Halt, das Kirchenjahr rhythmisiert Leben und Alltag. Auch das Singen, das in der Kirche gepflegt wird, sei neben Bewegung und Suchtmitteln eine von drei Quellen für Glückshormone, gab Kohler-Spiegel zu bedenken. Um Resilienz immer wieder zu üben, empfahl die Referentin, sich bewusst zu machen, welche Ressourcen einem zur Verfügung stehen, nach dem Motto «I am, I have, I can». Auch Übungen der Dankbarkeit, zum Beispiel beim Zähneputzen, sind hilfreich: «Morgens überlege ich mir drei Dinge, auf die ich mich heute freue. Abends drei Dinge, für die ich heute dankbar bin.» Zum Schluss zitierte Helga Kohler-Spiegel Pippi Langstrumpf: «Und dann muss man ja auch noch Zeit haben, einfach dazusitzen …»

Marie-Christine Andres

Aus der Neurowissenschaft

Glück beginnt im Gehirn

Maria Brasser-Michel ist Neurowissenschaftlerin, Gymnasiallehrerin und Expertin für Lernen, mentale Gesundheit und Erziehungs-, Sozial- und Neurowissenschaften sowie Gedächtnistraining. Sie betonte in ihrem Referat, dass mentale Gesundheit kein «nice to have» sei, sondern das tragende Fundament. Eltern und Bezugspersonen spielen für Kinder und Jugendliche eine entscheidende Rolle: Sie sind Vorbild und vermitteln den jungen Menschen Strategien für den gesunden Umgang mit Belastungen.

- **Unser Glück hängt nur zu einem kleinen Teil von äusseren Umständen oder unseren Genen ab. Den grössten Einfluss haben unsere Gedanken, Gewohnheiten, Beziehungen und unser Verhalten. Diese Faktoren können wir aktiv beeinflussen und damit unser eigenes Wohlbefinden stärken.**
- **Obwohl das Gehirn nur etwa 2 Prozent des Körpergewichts ausmacht, braucht es etwa 20 Prozent der gesamten Energie. Wichtig für das Gehirn ist Wasser. Nach zwei Stunden ohne Wasser geht die Hirnleistung bereits zurück.**
- **Das Gehirn passt sich ein Leben lang an, es bildet bis zuletzt neue Netzwerke. Aber auch hier gilt: use it or lose it.**
- **Bei Jugendlichen ist die Amygdala, das emotionale Alarmsystem des Gehirns, besonders aktiv. Dadurch reagieren sie stärker auf Stress und soziale Reize, während der präfrontale Kortex, der für Selbstkontrolle und rationales Denken zuständig ist, noch nicht vollständig entwickelt ist. Unter Stress fällt es Jugendlichen deshalb schwerer, konzentriert, kreativ und überlegt zu handeln.**
- **Digitale Medien können diese Belastung verstärken, da sie das Belohnungssystem aktivieren und die Regulation von Emotionen und Impulsen erschweren.**
- **Bereits die blosse Anwesenheit eines Smartphones kann die Gedächtnisleistung verringern. Die Folgen reger Smartphone-Nutzung sind ständige innere Alarmbereitschaft, höhere Ablenkbarkeit und erschwerte Selbstregulation.**
- **Gute Pausen sind Bewegung, Spaziergänge, Entspannung, Tagträumen und Natur.**
- **Gemeinsames Lachen aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn ebenfalls und setzt körpereigene Opioide frei. Diese Botenstoffe fördern positive Gefühle, stärken soziale Bindungen und helfen dabei, Stress abzubauen.**

Stimme einer Teilnehmerin

«Im Rahmen eines Workshops führte Stephan Degen-Ballmer in die 5 G und 5 V nach Oskar Jenni ein. Die 5 G stehen für grundlegende Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen: Geborgenheit in Beziehungen, Gesundheit von Körper und Seele, Gelegenheiten zum Lernen, Grenzen als Orientierung und Gemeinschaft mit anderen.
Ergänzend dazu erläutern die 5 V, was Kinder in ihrer emotionalen und sozialen Entwicklung stärkt: Vertrautheit, Verlässlichkeit, Verfügbarkeit, Verständnis und voller Liebe. Diese fünf Faktoren geben Kindern Sicherheit und stärken ihr Selbstvertrauen. Der bereichernde Workshop hat mir einmal mehr vor Augen geführt, wie wichtig es ist, Kindern im Religionsunterricht einen vertrauten und verlässlichen Rahmen zu bieten. Als Katechetin möchte ich deshalb besonders auf das «V» der Vertrautheit achten und den Kindern mit Offenheit, Verständnis und Liebe begegnen. Herzlichen Dank an Stephan Degen-Ballmer für den wertvollen Impuls!»

Pascale Schibli
Katechetin im Pastoralraum Wasserschloss


Quelle: Judith Spieler

Die Tagung zum Thema Resilienz in Aarau war lange im Voraus ausgebucht. Die Teilnehmenden probierten die Übungen für mehr Resilienz gleich selber aus.

Wann ist ein Mann ein Mann?

Männer sind stark, Frauen sollen sich unterordnen: Solche Rollenbilder verbreiten Influencer in den sozialen Medien – manche berufen sich dabei auf die Bibel. Der Psychologe Markus Theunert erklärt das Phänomen «Manosphere» und wie junge Männer zu einem geschlechtergerechten Verständnis von Männlichkeit kommen können.

«Wann ist ein Mann ein Mann?», sang Herbert Grönemeyer 1984: «Männer führen Kriege / Männer sind schon als Baby blau / Männer rauchen Pfeife / Männer sind furchtbar schlau / Männer bau'n Raketen / Männer machen alles ganz, ganz genau». Mit einem satirischen Unterton beschrieb der deutschen Popstar Männlichkeitsbilder zwischen «Softie» und «Macho».

Rollenbilder immer wieder neu ausgehandelt

Was macht eine Frau aus? Was einen Mann? Und was haben diese Rollenbilder mit mir zu tun? Heranwachsende jeder Generation müssen sich solche Fragen aufs Neue stellen. Die Antworten darauf geben sie sich nicht selbst, sondern sie werden gesellschaftlich ausgehandelt. Diese Diskurse über Rollenbilder finden heute zu einem grossen Teil in den sozialen Medien statt. Fernab der Einflusssphäre von Eltern und Erziehungspersonen suchen junge Menschen dort Vorbilder. Seit einiger Zeit fallen vor allem Influencer der sogenannten Manosphere auf, die sich an junge Männer richten.

Überlegene Männlichkeit

An den «Aktionstagen psychische Gesundheit» des Kantons Basel-Stadt informierte Markus Theunert, Männerpsychologe und Co-Geschäftsleiter der Plattform männer.ch über diese Manosphere. Er beschreibt sie als einen Diskursraum, in dem eine naturgegebene Männlichkeit vertreten wird. Diese Männlichkeitsideale sind geprägt von traditionellen, patriarchalen Vorstellungen mit dem Anspruch auf Überlegenheit. Die Vertreter der Manosphere fühlen sich jedoch in diesem Anspruch bedroht und machen den Feminismus sowie die Gleichstellung der Geschlechter dafür verantwortlich.



Quelle: Werner Rolli

Jungs beim Zvieri während eines Sommerlagers der Jubla. Der Jugendverband fördert die Gleichstellung aller Geschlechter und verurteilt jede Form von Benachteiligung aufgrund des Geschlechts. Gemäss ihrem Positionspapier will die Jubla Geschlechterklischees aufbrechen und Menschen in ihrer Individualität fördern unabhängig von ihrem Geschlecht.

Lukrative Männlichkeitsbilder

Die Manfluencer – die Wortführer der Manosphere – wollen sich ihren Platz der Überlegenheit in der Gesellschaft zurückerobern. Dafür verfolgen sie verschiedene Strategien. Sie behaupten etwa, ein maskulines Aussehen helfe dabei. In unzähligen Videos auf Instagram, TikTok und Co. erhalten junge Männer Tipps, wie sie ihren Körper trainieren und grosse Muskeln aufbauen sollen. Auch Haut- und Haarpflege sowie Stil- und Ernährungsberatung sollen den jungen Männern zum Erfolg verhelfen. Selbstverständlich bieten die Manfluencer auch passende kostenpflichtige Angebote an. Sie propagieren sogar chirurgische Eingriffe und selbstverletzende Methoden, etwa das «Bone Smashing» (das gezielte Verletzen von Gesichtsknochen, um maskulinere Gesichtszüge zu erhalten), um ein maskulines Aussehen zu erreichen. Und wenn die jungen Männer trotz all dieser Anstrengungen nicht respektiert werden, sollen sie sich laut den Regeln der Manosphere ihren – vorbestimmten – überlegenen Platz in der Gesellschaft mit Gewalt erkämpfen.

Die drei M der Manosphere

Die Algorithmen der sozialen Medien seien so programmiert, dass ein 13-Jähriger nach drei Stunden am Smartphone zu 75 Prozent Inhalte aus der Manosphere zu sehen bekommt, erklärt Markus Theunert. «Es geht um Money und Muskeln», sagt er, «und um Misogynie – Frauenhass». Denn die männliche Überlegenheit geht einher mit der Abwertung all dessen, was als weiblich gilt. Betroffen sind in erster Linie Frauen, aber auch queere Menschen, die nicht der heterosexuellen Norm entsprechen. Männer sind stark, Frauen sind schwach und müssen beschützt werden. Deshalb sollen Frauen dem Mann gehorchen. Männer kämpfen, Frauen sorgen. Die Manosphere orientiert



Orientierung in der Manosphere

Die Webseite «Vorsicht Manosphere!» der Fachstelle männer.ch informiert über frauenfeindliche Männlichkeitsideologien in den sozialen Medien. Sie erklärt Begriffe, Strömungen und Strategien der sogenannten Manfluencer und zeigt auf, wie Eltern und Fachpersonen problematische Entwicklungen bei Jugendlichen erkennen können. Zudem bietet die Plattform praktische Hinweise zur Prävention, zum Umgang mit betroffenen Jugendlichen und Beratungsangebote. Das Projekt wird von Bund, Kantonen und Gemeinden unterstützt.

sich an traditionellen, patriarchalen Vorstellungen. Diese einfachen, klar zugeordneten Ideale scheinen für Heranwachsende, die sich noch auf der Suche nach ihrer Identität befinden, attraktiv zu sein. Markus Theunert erklärt, dass die Manfluencer zu einem rückschrittlichen Angebot zurückwollen, zu gesellschaftlich überholten Geschlechterbildern. Doch gesellschaftliche Entwicklungen müssen nach vorne gerichtet sein, ein Zurück gebe es nicht. Das Neue sei jedoch ungewiss und ambivalent, das gelte es auszuhalten, sagt der Psychologe.

Göttliche Legitimation

Einige besonders einflussreiche Manfluencer bezeichnen sich als religiös und legitimieren ihre Männlichkeitsideologie mit einer gottgewollten Ordnung. Ihre antifeministische Haltung begründen sie etwa mit dem Bibelzitat aus Epheser 5, 22: «Ihr Frauen, ordnet euch euren Männern unter wie dem Herrn.» Dass die zeitgemässe theologische Auslegung dieser Stelle keine Aufforderung zur Unterwerfung der Frauen ist, interessiert die Manfluencer nicht. Auch nicht, dass ihre Auslegung der Grundbotschaft des Evangeliums widerspricht. Verletzlichkeit und Bedürftigkeit gelten in der Manosphere als schwach und unmännlich und werden deshalb abgelehnt und bekämpft. Im Neuen Testament hingegen finden sich Passagen, die einen völlig anderen Umgang mit Verletzlichkeit und Bedürftigkeit vorschlagen: «Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.»

Gleichstellung in der Verfassung verankert

Markus Theunert stellt klar, dass es in einer Demokratie nicht verboten ist, reaktionäre Rollenbilder zu haben. Die Grenze bilden jedoch die Gleichstellungsgesetze, auf die sich die Schweizer Gesellschaft verständigt hat. Seit 1981 ist der Gleichstellungsauftrag in der Schweizer Verfassung verankert, der die rechtliche und tatsächliche Gleichstellung von Mann und Frau verlangt.

Problematisches Männerbild ist verbreitet

Um das Ausmass und die Verbreitung der Manosphere zu verdeutlichen, präsentierte Markus Theunert die Ergebnisse der kürzlich veröffentlichten Studie der Universität Zürich zu «Männlichkeit im Wandel», die von männer.ch in Auftrag gegeben wurde. Sie zeigt, dass rund ein Drittel der befragten Männer ein problematisches Männerbild hat. Ein Viertel von ihnen ist überzeugt, dass Frauen und Kinder dem Mann gehorchen müssen. Die Hälfte befürchtet, dass Männer zunehmend an den Rand der Gesellschaft gedrängt werden. Dreiviertel lehnen die Diskussion um die Bedürfnisse nicht-heterosexueller Menschen in Bezug auf ihre sexuelle Identität ab. Jeder zweite junge Mann hält Gewalt manchmal für ein notwendiges Mittel.

Die Rolle der Erziehungspersonen

Eltern und Erziehungspersonen stehen diesen Haltungen jedoch nicht machtlos gegenüber. Auf die Frage, was einen Mann ausmacht, könnten sie den Heranwachsenden eine wichtige Unterscheidung vermitteln, sagt Markus Theunert. Die jungen Männer müssten verstehen, dass die jeweils geltenden Männlichkeitsanforderungen historisch entstandene Konstruktionen sind, zu denen sie sich zwar verhalten, denen sie sich aber nicht verpflichten müssen. Vielmehr gehe es darum, die Heranwachsenden zu ermutigen, selbst herauszufinden und mit den Menschen um sich herum auszuhandeln, was sie gemeinsam wollen, was es braucht, um in der Ausbildung weiterzukommen. Den jungen Männern müsse vermittelt werden, dass die Anstrengung, die dieser Weg zu einem konstruktiven Männerbild erfordert, lohnend und keinesfalls unmännlich sei.

Eva Meienberg

Sie haben die Frage. Wir haben die Antwort.



Wie ist es dazu gekommen, dass auf dem Kreuz der Klosterkirche in Mariastein nun ein goldener Güggel sitzt?

Der Hahn auf dem Kreuz ist schon länger dort. Bereits 1976 fiel er einer Frau auf, die fragte: «Warum habt ihr auf dem Kreuz einen Hahn? Ist der nicht protestantisch?» Der Hahn ist kein ausschliesslich protestantisches Zeichen. Er findet sich seit Jahrhunderten auch auf katholischen Kirchtürmen. Ursprünglich hatte er eine ganz praktische Funktion: Als Windfahne zeigt er an, aus welcher Richtung der Wind weht. Schaut beispielweise der Hahn auf dem Turm von Mariastein nach der Sankt-Anna-Kapelle, ist der Wind günstig, wir haben schönes Wetter.
Doch bald bekam der Hahn auch eine symbolische Bedeutung. Der Hahnenschrei kündigt den neuen Tag an. Wo die Nacht weicht und das Licht kommt, sahen die frühen Christinnen und Christen ein Bild für Christus: Wie der Morgen die Dunkelheit vertreibt, so hat Christus den Tod überwunden. Deshalb wurde der Hahn zum Symbol der Auferstehung.
Das Kreuz erinnert an den Tod Jesu, der Hahn an das, was danach kommt, die Auferstehung und das neue Leben. Der goldene Hahn auf dem Kreuz von Mariastein verbindet somit zwei zentrale christliche Aussagen: Der Tod ist nicht das Ende, und auf die Dunkelheit folgt das Licht.
Dass der Hahn auf einem katholischen Kirchturm durchaus seinen Platz hat, zeigt auch die Geschichte der Schweiz. Bereits im 10. Jahrhundert, also 600 Jahre vor der Reformation, ist der Hahn hier als Windfahne auf einem Kirchturm belegt.
In der Nordwestschweiz gibt es bis heute katholische Kirchen mit einem Hahn auf dem Turm.

Kloster Mariastein

Haben auch Sie eine Frage? Schicken Sie sie uns per E-Mail an redaktion@lichtblick-nw.ch oder per Post an Reaktion Lichtblick, Innere Margarethenstrasse 26, 4051 Basel.

Licht für Geist und Seele

Dunklen Gedanken, Einsamkeit und drückendem Alltagsballast setzen die Anlässe in der Vorweihnachtszeit ihr stärkendes Licht entgegen. Zum Beispiel die Nacht der Lichter in Brugg und weitere Lichtblicke in der Region.

Nacht der Lichter in Brugg

Einfache Melodien, gesungen in vielen Wiederholungen, lassen die Gedanken zur Ruhe kommen. Das Kerzenlicht in der dunklen Kirche weckt die Sinne, und das gemeinsame Schweigen stärkt für den Alltag. Wer schon einmal in Taizé war, der ökumenischen Brüdergemeinschaft im Burgund, hat erlebt, wie diese einfache Feier Geist und Seele anspricht.

Gemeinschaft trägt

Vanessa Tschopp und Christine Frei sind Pfarreiseelsorgerinnen im Pastoralraum Region Brugg-Windisch. Sie organisieren die «Nacht der Lichter» in der Kirche St. Nikolaus dieses Jahr zum vierten Mal. Von Anfang an waren alle zum Mitfeiern eingeladen – egal, ob jung oder alt, ob katholisch, reformiert oder darüber hinaus. «Die Feier ist stetig gewachsen», sagt Vanessa Tschopp, «letztes Jahr war die Kirche schon gut gefüllt.» Das freut die beiden Seelsorgerinnen, weil sie merken, dass ein tragendes Element der Feier die Gemeinschaft ist. «Es ist keine Feier von jemandem für jemanden. Es feiern alle zusammen», betont Vanessa Tschopp. Das Zusammensein nach der Feier bei einem einfachen Imbiss mit Punsch und Guetzli hat sich als geselliger Schlusspunkt etabliert.

Atempause mitten im Trubel

Dass die «Nacht der Lichter» eine Woche vor Weihnachten stattfindet, ist eine bewusste Entscheidung der beiden Seelsorgerinnen. «Wir haben gemerkt, dass ein stiller Moment kurz vor den Feiertagen, ein Innehalten im ganzen Trubel, den Menschen guttun», sagt Vanessa Tschopp. Und Christine Frei betont: «Man kann einfach da sein und nichts tun. Jede und jeder kann sich so weit einbringen, wie es persönlich passt.» Im Moment ist die Kirchenmusikerin Simone Küpfer gerade daran, einen Ad-hoc-Chor für die Feier zusammenzustellen. Der Chor probt einmal im Vorfeld. Wer gerne mitsingen möchte, kann sich bei Simone Küpfer anmelden: 056 441 57 41 / simone.kuepfer@kathbrugg.ch

Freitag, 18. Dezember, 19 Uhr, Kirche St. Nikolaus, Brugg.



Quelle: Marie-Christine Andres

Vanessa Tschopp und Christine Frei mit Ikonen aus Taizé in der Kirche St. Nikolaus in Brugg. Kerzen, Melodien und die kunstvollen Ikonen sprechen in der Nacht der Lichter alle Sinne an.

Nachtlichter in der Tituskirche

Am Freitag, 27. November, feiern Jugendliche aus Basel und dem Baselbiet gemeinsam den ökumenischen Nachtlichter-Gottesdienst in der Tituskirche Basel. Nachtlichter verbindet Musik, Gedanken, Begegnungen und spirituelle Momente zu einem Gottesdienst, der bewusst für Jugendliche gestaltet ist. Dabei geht es nicht darum, einfach einem fertigen Programm zuzuhören: Junge Menschen sollen Kirche als einen Ort erleben, an dem ihre Fragen, Gedanken und Lebenswelten Platz haben. Nachtlichter bringt Jugendliche über Gemeinde- und Kantonsgrenzen hinweg zusammen und richtet sich an junge Menschen ab ca. 15 Jahren. Nach dem Gottesdienst gibt es Gelegenheit, noch etwas zu bleiben, mit-

einander ins Gespräch zu kommen und den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen.
Freitag, 27. November, 19.30 bis ca. 21.30 Uhr, Tituskirche, Im Tiefen Boden 75, Bruderholz in Basel (ab Basel SBB Tramlinie 16 bis Bruderholz).

Licht ins Gundeli

Die Pfarrei Heiliggeist bringt zusammen mit der Gundeldinger Koordination Licht ins Basler Gundeli-Quartier. Gross und Klein sind eingeladen, am Sonntag, 15. November, mit einer Laterne am Umzug mitzulaufen. «Wir bringen gemeinsam Licht ins Gundeli», freut sich Katharina Mey, die in der Pfarrei Heiliggeist für Kommunikation und Projekte zuständig ist.
Treffpunkt ist um 16 Uhr in der Heiliggeistkirche. Zur Musik des Obertonchors Partial können alle in Ruhe ankommen. Dann geht es mit den Laternen hinaus ins Quartier. Bei der Stiftung Haus Momo singen alle gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern, am Tellplatz gibt es eine Geschichte zu hören. Die Route führt danach vorbei an der Residenz Südpark bis zum Meret-Oppenheim-Platz. Dort erhalten die Ankommenden den Schlusssegen und teilen ihr Licht. Dazu gibt es heissen Punsch und etwas zu essen. Der Anlass ist kostenlos und ohne Anmeldung.
Wer noch keine Laterne hat, kann am Samstag, 14. November, von 13 bis 16 Uhr im Pfarreizentrum L'Esprit eine basteln. Kinder kommen in Begleitung, das Material ist vorhanden. Wer am 15. November nicht am Umzug mitlaufen kann, darf gerne ein Licht ins Fenster stellen und so mithelfen, das Quartier zu erleuchten.
Sonntag, 15. November, 16 Uhr in der Heiliggeistkirche.



Quelle: Reto Schlatter

Nicht nur ein Gefühl, sondern auch wissenschaftlich bewiesen ist, dass das analoge Flackern der Flamme uns so gut tut, weil das wärmende Feuer seit den Anfängen der Menschheit für Geborgenheit und Gemeinschaft steht.

Eine Million Sterne

Seit 20 Jahren machen kantonalen Hilfswerke der Caritas mit der Aktion «Eine Million Sterne» auf das Thema Armut aufmerksam. Die Aktion wird von Pfarreien, Jugendgruppen und Vereinen unterstützt. Alle teilnehmenden Organisationen stellen an einem Tag im Advent Kerzen an einem zentralen Ort auf – auf Plätzen, bei Weihnachtsmärkten oder vor der Kirche. Damit setzen sie ein Zeichen der Verbundenheit mit Menschen, die von Armut gefährdet sind. An vielen Orten findet dazu ein familienfreundliches, besinnliches Rahmenprogramm statt.

Das Lichtermeer der Aktion «Eine Million Sterne» leuchtet unter anderem an folgenden Orten (viele weitere Standorte finden Sie mit Hilfe des QR-Codes):

Zofingen Freitag, 27. November, 17–21 Uhr, Rathausgasse. Im Rahmen der «Cherzlinacht» setzt der Kirchlich-Regionale Sozialdienst Aargau-West in Zofingen ein leuchtendes Zeichen der Solidarität.

Breitenbach Freitag, 11. Dezember, 17–19 Uhr, Laufenstrasse 4. Eine Million Sterne mit musikalischen Darbietungen und gemütlichem Beisammensein bei Punsch und Gebäck.

Basel Samstag, 12. Dezember, von 18–20 Uhr im Innenhof des Museums der Kulturen Basel am Münsterplatz 20. Mit Grussworten der Präsidentin von Caritas beider Basel, Sabrina Corvini-Mohn, und des Regierungsrats Kaspar Sutter.

Zeihen Samstag, 12. Dezember, ab 17.30 Uhr in der katholischen Kirche Zeihen. Familiengottesdienst mit anschliessendem Verkauf von selbstbemalten Holzsternen zugunsten der Caritas Aargau.

Fischbach-Göslikon Samstag, 12. Dezember, Eucharistiefeier um 17.30 Uhr, danach Beisammensein. Der Kirchplatz in Fischbach-Göslikon leuchtet im Schein unzähliger Lichter. Auf dem Kirchplatz kommen die Menschen bei Tee und Kerzenlicht miteinander ins Gespräch und bringen Licht, Wärme und Gemeinschaft in die dunkle Jahreszeit.

Marie-Christine Andres

Alle Veranstaltungsorte der Aktion Eine Million Sterne.

Weisser Jesus – weisse Kirche?

Wie sehen wir Jesus eigentlich? Und was hat das mit unserem Denken und Handeln zu tun? Sarah Vecera legt ein Praxisbuch vor und lädt dazu ein, vertraute Vorstellungen zu hinterfragen.

Sie haben 2022 das Buch «Wie ist Jesus weiss geworden?» veröffentlicht. Warum ist es wichtig, dass wir hinterfragen, wie Rassismus und Kolonialismus unser Bild von Jesus geprägt haben?
Viele Menschen sind erstmal irritiert, aber auch interessiert, wenn sie diese Frage hören. Sie ist ein guter Einstieg, um über Rassismus und Kolonialismus ins Gespräch zu kommen, ohne direkt zu beschämen, weil schwere Wörter wie Rassismus und Kolonialismus nicht direkt genannt werden. Wir nähern uns dem Thema über das Aussehen Jesu. Nach kurzem Nachdenken merken die meisten Menschen: «Stimmt, Jesus kann gar nicht europäisch ausgesehen haben.» Dann kann man einen Schritt weitergehen und fragen, wie er europäisch geworden ist, denn das ist nicht per Zufall so, sondern hat historische Gründe. Nicht nur in der Schweiz oder Europa, sondern auf der ganzen Welt wird Jesus meist europäisch dargestellt. So lässt sich der Bogen spannen zur Kolonial- und Missionszeit, in der Kolonialmächte und Missionswerke ihre Form des Christentums in die Welt getragen haben, und damit auch ihr Bild von Jesus.

Warum ist das für die Kirche heute noch relevant?
Es ist wichtig, diese Geschichte mit in den Blick zu nehmen und uns als Kirche zu fragen, wo wir daran mitgewirkt haben und was das bis heute für Auswirkungen hat. Dabei geht es zum Beispiel darum, wie die Kirchen aus Asien und Afrika wahrgenommen und ihre theologischen Stimmen bewertet werden. Wenn man beim Aussehen Jesu anfängt, merkt man schnell, dass daran sehr viel hängt. Es geht um die Frage, wer eigentlich den Standard setzt, bis heute.

Dieses Jahr folgte das Praxisbuch. Was hat im ersten Buch gefehlt?
Das Praxisbuch ist vor allem aus den Rückmeldungen entstanden, die ich bei Lesungen und in Interviews bekommen habe. Nachdem das erste Buch geschichtliche und theologische Perspektiven eröffnet hatte, wollten viele wissen, was sie konkret für das Miteinander in ihren Gemeinden tun können. Das Praxisbuch ist nicht die Fortführung des ersten Buches. Man kann auch mit ihm arbeiten, ohne das andere Buch gelesen zu haben. Es behandelt unter anderem die Themen Geschichte des strukturellen Rassismus, Abwehr und Scham oder Ökumene. Methodisch finden sich Selbstreflexion, verschiedene Gesprächsformen und Übungen. Mir war es wichtig, praktisches Material zur Verfügung zu stellen. Ich war früher selbst in der Gemeinde tätig und weiss, wie dankbar man ist, wenn man etwas Konkretes hat, das man übernehmen oder an die eigenen Bedürfnisse anpassen kann.
Ausserdem war es mir wichtig, nicht nur zu kritisieren, sondern von innen heraus Kirche zu verändern. Das erste Buch fragt: «Was müssen wir erkennen?», und das Praxisbuch fragt daran anschliessend: «Wie kommen wir jetzt ins Handeln?» und gibt Anleitungen mit auf den Weg.



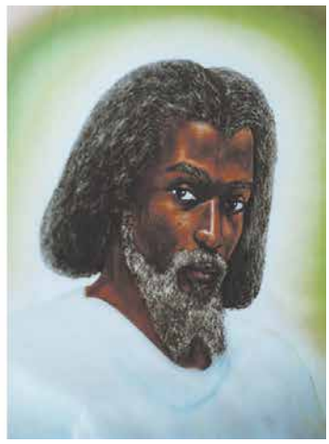
Quelle: Johanna Degenstein

Sarah Vecera hat Theologie, Religionspädagogik und Sozialpädagogik studiert. Sie ist stellvertretende Leiterin der Abteilung Deutschland der Vereinten Evangelischen Mission und Bildungsreferentin zum Thema «Rassismus und Kirche».

Sie schreiben, dass Haltung wichtiger ist als Perfektion. Warum?
Ich bemerke hinter der Frage: «Was können wir konkret tun?» ein Bedürfnis, Dinge richtig zu machen. Gleichzeitig werden wir, die wir momentan leben, das Ende von Rassismus höchstwahrscheinlich nicht erleben. Rassismus ist ein 500 Jahre altes, weltumspannendes Unterdrückungssystem, auf dem unsere kapitalistische Welt aufbaut. Diese Machtstrukturen werden sich in nächster Zukunft nicht ändern. Aber wir können in unserem Wirkungskreis, in unseren Beziehungen als Christinnen und Christen ein anderes Miteinander möglich machen. Das können wir aus unserer Haltung heraus schaffen, ohne alles perfekt machen zu müssen. Wenn man den Anspruch hat, fehlerfrei zu sein, und das auch vermittelt, kann das auf andere abschreckend wirken. Man lähmt sich ausserdem selbst, da man Angst hat, etwas falsch zu machen. Diese Angst treibt Menschen in die Verunsicherung statt ins Handeln.

Wo beginnt eine Haltung, die nicht nur gut gemeint ist, sondern tatsächlich etwas verändert?
Dort, wo sie konkret umgesetzt wird, wenn Menschen miteinander in Beziehung treten. Wenn aus ihr heraus Strukturen verändert werden, zum Beispiel bei der Gremienbesetzung, der Budgetplanung, bei Entscheidungen, Routinen oder auch bei Traditionen und Sprache, die als «normal» angesehen werden. Es muss nicht der erste Schritt sein, den weissen Jesus von der Wand zu nehmen. Er darf erst mal hängen bleiben, wenn wir anfangen zu fragen, warum er so aussieht und was dieses Bild mit uns macht. Wir sollten uns stattdessen Zeit nehmen. Wir sind damit aufgewachsen, dass Jesus so aussieht, und haben auch viele andere rassistische Prägungen verinnerlicht, ohne sie wahrzunehmen. Das ist zunächst nicht zu bewerten. Entscheidend ist, lösungsorientiert zu denken und zu überlegen, wie wir es in Zukunft anders machen können.



Quelle: Josh Applegate auf unsplash, Doron auf Wikimedia Commons, Jon Tyson auf unsplash, Wikimedia Commons

Welche Jesus-Darstellungen sind uns vertraut, welche sind neu und ungewohnt?

Die Kirche sagt oft: «Alle sind willkommen.» Was müsste sich ändern, damit sich wirklich alle zugehörig fühlen?

Die Kirche darf nicht dabei stehen bleiben zu denken: Willkommen ist, wer reinkommen darf. Wer wirklich dazugehört, ist nicht nur dabei, sondern darf mitgestalten. Willkommen sein heisst, nicht Gast zu bleiben. Wer predigt, wer prägt die Musik, die Bilder und die Gottesdienste? Wessen Stimmen werden gehört? Welche Perspektiven kommen in Predigten, Gemeindebriefen, Zeitungsartikeln oder auf Webseiten und Social Media zum Ausdruck? Wer kann sich damit identifizieren? Welche Lebensrealitäten sind uns als Kirche völlig fremd?

Das lässt sich nicht von heute auf morgen verändern. Dafür braucht es einen langen Atem. Umso wichtiger ist es, nicht vorschnell zu handeln, sondern sich Zeit zu nehmen und an der eigenen Haltung zu arbeiten.

Im Buch werden Abwehr, Schuld und Scham behandelt. Wie kann Kirche über Rassismus sprechen, ohne Menschen in Schuldgefühlen festzuhalten und sie trotzdem in die Verantwortung nehmen?

Scham ist ein Gefühl, das sehr schnell aufkommt, wenn es um Rassismus geht. Die Menschen denken: Das gehört der Vergangenheit an, so sind wir heute nicht mehr. Davon haben wir uns verabschiedet, so wollen wir nicht sein und dahin wollen wir auch nie wieder zurück. Und gleichzeitig ist die Scham ein Gefühl, mit dem wir nicht gelernt haben umzugehen. Wir haben gelernt, sie wegzudrücken. Als Christinnen und Christen wird durch Rassismus unser ideales Selbstbild in Frage gestellt. Als Folge wird aus der Scham oft Abwehr. Damit umzugehen ist eine herausfordernde seelsorgerische Aufgabe, weil ich niemanden beschämen will.

Es geht ausserdem darum, zu sehen, welchen Schmerz das rassistische System auch weissen Menschen zufügt. Bei Menschen of Color ist es offensichtlich und strukturell, wie Rassismus wirkt, aber letztendlich bewirkt Rassismus bei uns allen etwas.

Wie meinen Sie das?

Auch ein weisses Kind in der Schweiz hat es sich nicht ausgesucht, in diesem System aufzuwachsen und davon zu profitieren. Niemand von uns hat sich ausgesucht, welche Rolle wir in diesem Weltsystem einnehmen. Aber wir alle sind mit bestimmten Vorstellungen gross geworden.

Das zeigt sich schon in ganz alltäglichen Dingen: Wer spricht abends die Nachrichten im Fernsehen? Und wer putzt im Gemeindehaus die Toiletten? Welche Bilder haben wir dabei im Kopf? Wie stellen wir uns den 30-jährigen Mann vor, der am Kreuz hängt und der Sohn Gottes ist? Schon als Kinder lernen wir so, wer in dieser Welt mehr wert ist und wer weniger. Das sagt uns vielleicht niemand direkt, aber wir wachsen in einer Welt auf, die uns bestimmte Vorstellungen vermittelt.

Es ist wichtig, weissen Menschen zuzugestehen, dass sie durch diese Vorstellungen geprägt wurden. Denn es geht nicht zuerst um Schuld, sondern darum zu verstehen, was uns beeinflusst. Das kann helfen, offen durch die Welt zu gehen und die Prägungen zu beobachten, ohne sich jedes Mal zu schämen. Wenn die Menschen jedes mal nur denken «Oh, das ist mir jetzt aber unangenehm», dann verhärten sie und gehen auf Abwehr. Mit dem Praxisbuch möchte ich Menschen dazu einladen, sich damit auseinanderzusetzen, was Rassismus mit ihnen gemacht hat, und wie sich durch die Selbstreflexion nach und nach das eigene Handeln verändern kann.

Was wünschen Sie sich, dass die Lesenden aus Ihrem Buch in ihren Alltag mitnehmen?

Dass die Menschen nach dem Lesen nicht sagen «Jetzt weiss ich Bescheid», sondern «Ich habe jetzt Neugier und Mut, statt Angst, etwas falsch zu machen.» Ich wünsche mir, dass Menschen Spass daran haben, Kirche neu zu entdecken, mit Begeisterung und einem Blick nach vorne.

Das führt hoffentlich dazu, dass Rassismuskritik nicht am Rande kirchlicher Arbeit steht, sondern mittendrin ihren Platz findet, gerade mit Blick auf unsere globalisierte Welt und die Migrationsgesellschaft, wie sie es auch in der Schweiz ist. Dabei sollen nicht Scham und Widerstand im Mittelpunkt stehen, sondern die Freude daran, voneinander zu lernen und gemeinsam neue Wege zu entdecken. Das passt auch zu unserem Verständnis von Leben und Nächstenliebe. Wir können diese Werte in unsere Arbeit einbringen, ohne Menschen zu verängstigen, zu verschrecken oder ihnen Vorwürfe zu machen. Stattdessen geht es darum, Möglichkeiten aufzuzeigen, Dinge gemeinsam zu gestalten und dabei Freude zu erleben.

Interview: Leonie Wollensack

Gewinnspiel

Sie möchten das Praxisbuch von Sarah Vecera gewinnen? Dann schreiben Sie uns bis zum 21.11. eine E-Mail mit dem Betreff «Praxisbuch» an redaktion@lichtblick-nw.ch

Missionen & Institutionen

Missioni Cattoliche Italiane

MCI Aarau
Feerstrasse 2, 5000 Aarau
062 824 57 17
missione.aarau@kathaargau.ch
www.mci-aarau.ch
Lun 14–16.30, **Mar e Gio** 9–11.30 e 14–16.30, **Ven** 9–11.30
S. Messe e Momenti di Preghiera
Ogni Lun 15.00 Rosario, Strengelbach. **15.11.** Zofingen 9.15, Aarau 11.30. **18.11.** Adorazione Eucaristica, Aarau 18.15. **21.11.** Suhr 17.30. **22.11.** Patrocinio Zofingen (bilingue) 10.00, Aarau 11.30, Menziken 17.30. **25.11.** Liturgia della Parola, Aarau 18.15.
Dom 1° Avvento **29.11.** Zofingen 9.15, Aarau 11.30.
Attività pastorali: 14.11. Gr. Bambini, Aarau 14.00 (Kirchensaal). **20.11.** Incontro organizzativo «Passio Christi 2027», Aarau 19.30 (Kirchensaal).

MCI Brugg
Hauserstrasse 18, 5210 Windisch
056 441 58 43
missione.brugg@kathaargau.ch
Lun/Mar/Mer e Gio 9–12
Sante Messe
14.11. 17.00 Laufenburg, 19.00 Frick. **15.11.** 11.00 Windisch, 18.00 Rheinfelden. **17.11.** 19.30 Windisch. **22.11.** 11.00 Brugg, 18.00 Rheinfelden. **24.11.** 19.30 Windisch. **28.11.** 18.00 Windisch bilingue.
Attività: Ogni martedì ore 19.00 Santo Rosario Windisch.

MCI Baden-Wettingen
Nordstrasse 8, 5430 Wettingen
056 426 47 86
missione@kath-wettingen.ch
Mar e Mer 9–12 / 14.30–17.30, **Gio** 9–12
Sante Messe
14.11. 17.30 Baden, Stadtkirche; 18.00 Kleindöttingen. **15.11.** 9.00 Bad Zurzach, S. Verena; 11.00 Wettingen, S. Antonio; 18.00 Neuenhof, S. Giuseppe. **21.11.** 17.30 Baden, Stadtkirche; 19.30 Kleindöttingen. **22.11.** 11.00 Wettingen, S. Antonio; 18.00 Spreitenbach, Ss. Cosima e Damiano.
Wettingen: Sante Messe feriali nella cappella di Sant'Antonio. Ogni venerdì del mese alle ore 8.30.
Info-Online: www.lichtblick-nw.ch

MCI Wohlen-Lenzburg
Chilegässli 3, 5610 Wohlen
056 622 47 84
missione.wohlen@pr14.ch
Facebook: Missione Cattolica di Lingua Italiana Wohlen-Lenzburg
Lun e Mar 9–11, **Gio e Ven** 15–18

Stützpunkt
Bahnhofstrasse 23, 5600 Lenzburg
062 885 06 10
Lun 14.30–17.30, **Mer e Gio** 9–11
Missionario: Don Luigi Talarico
Collaboratrici pastorali: Sr. Kinga Latocha, Sr. Aneta Borkowska
Segretaria: Daniela Colafato-Faggiano
Presidente Consiglio Pastorale: Gaetano Vecchio
Le Celebrazioni sono riportate nelle pagine Parrocchiali, nell'Agenda Pastorale 2026 o sulla pagina Facebook.

Misión de Lengua Española

Misión Católica de Lengua Española
Feerstrasse 2, 5000 Aarau
062 824 65 19 / 079 824 29 43
mcle@kathaargau.ch
www.ag.mcle.ch
Martes 10–12.30. **Jueves** 10–12.30.
Viernes 10–12.30
Misionero: P. Juan José González Espada
Coordinadora pastoral: Dulce María Galarza
Secretaria: Natalia Weber-García

Misas dominicales
Baden 9.30 y **Kölliken** 12.00. **Bremgarten:** jeden 3. Di. i. M. um 18.00, Klara-Kapelle. **Aarau:** jeden 3. Mo. i. M. um 18.00, spanische Mission. **Brugg:** jeden 4. Mi. i. M. um 18.00, St. Nikolaus. **Wohlen:** jeden 1. Mi. i. M. um 18.00, Pfarrkirche St. Leonhard.
En la página web de la Misión encontrarán información sobre todos los eventos previstos. ¡Les animamos a participar!

Misioni Katolik Shqiptar Nena Tereze

Feerstrasse 10, 5000 Aarau
062 822 84 94
alba.mission@kathaargau.ch
www.misioni-aarau.ch

Kontakto
Misionari: Don Pal Tunaj
Bashkëpunëtore pastorale: Motër Anamaria Mataj
Sekretaria: Berlinda Kuzhnini

Orari i meshëve
15.11. Wohlen 13.30, Derendingen 17.00. **22.11.** Mariastein 13.30. **29.11.** Aarau 13.30, Zollikofen 17.00.
Aktivitetet pastorale: 14.11. Përgaditja e kurorës së Adventit. **28.11.** festa e shën Ceciles, në Oftringen.

Missão Católica Portuguesa

Padre Marquiano Petez
Feerstrasse 8, 5000 Aarau
056 555 42 40
marquiano.petez@kathaargau.ch

Missas em português
Ennetbaden, St. Michael, Grendelstr. 25: 1° 2° 3° e 4° Domingo, 12.00.
Zofingen, Christkönig, Mühlethalstr. 13: 2° e 4° Domingo, 15.30

Hrvatska Katolička Misija

Hrvatska katolička misija Aargau
Katholische Kroaten-Mission Aargau
Bahnhofplatz 1, 5400 Baden
062 822 04 74
www.hkm-aargau.ch
www.facebook.com/hkm-aargau
www.instagram.com/hkmaargau

Gottesdienste – Mise
15.11. Misa (primanja i obećanja Frame u Wettingenu – krštenja u Buchsu i Zofingenu) (vjeronauk: Buchs, Zofingen) Buchs 9.30, Wettingen 12.30, Zofingen 16.00. **17.11.** Susret Frame HKM Aargau 19.30. **19.11.** Krunica i misa Wettingen 19.30. **20.11.** Krunica i misa Oberentfelden 19.30. **21.11.** Krštenje Zofingen 12.00, Oberentfelden 15.00; prodaja adventskih vijenaca Oberentfelden 16.00. **22.11.** Misa Krist Kralj (vjeronauk: Wettingen, Menziken) – prodaja adventskih vijenaca, Buchs 9.30, Wettingen 12.30, Menziken 16.00 Uhr. **24.11.** Susret Frame HKM Aargau 19.30. **26.11.** Krunica i misa Wettingen 19.30. **27.11.** Krunica i misa Oberentfelden 19.30. **28.11.** Krštenje, Wettingen 12.00, Zofingen 15.30; misa (vjeronauk od 16.30 do 17.30) Rheinfelden 17.45.

Duszpasterstwo Polonijne

Polenseelsorge
Dorfstrasse 11, 5442 Fislisbach
056 491 00 82
polenseelsorge@kathaargau.ch

Msze swiete - Birmenstorf
15.11. Msza sw. 13.00. **18.11.** Rozaniec 19.00. **22.11.** Niedziela Msza sw. 13.00. **25.11.** Rozaniec 19.00.

Gehörlosenseelsorge – Nordwestschweiz

Gehörlosenseelsorge Nordwestschweiz
Sekretariat: Corinne Wyss
Feerstrasse 8, 5000 Aarau
062 832 42 89
Mo–Fr 8.30–11.30 Uhr
gehoerlosenseelsorge@kathaargau.ch
www.kathaargau.ch/gehoerlosenseelsorge
Sa 28.11., 14–17 Uhr, Aarau: Adventsbasteln. **So 29.11.,** 11 Uhr, Liestal: Weihnachtsfeier Baselland. **So 13.12.,** 11 Uhr, Aarau: Weihnachtsfeier Aargau. Anmeldung:
corinne.wyss@kathaargau.ch

Fachstelle Landeskirche Aargau

Römisch-Katholische Kirche im Aargau
Feerstrasse 8, 5000 Aarau
062 832 42 72
landeskirche@kathaargau.ch
www.kathaargau.ch
Herbstsynode, Mi 11. November
Beschlüsse und Link zur Aufzeichnung:
www.kathaargau.ch/synode

Fachstelle Bildung und Propstei
056 438 09 40
bildungundpropstei@kathaargau.ch
www.bildungundpropstei.ch
Kurs für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz im kirchlichen Umfeld. Mi 25.11., 9–17 Uhr, Frohbergweg 4, Bern.

Propstei Wislikofen
Seminarhotel und Bildungshaus
5463 Wislikofen
056 201 40 40; www.propstei.ch
sekretariat@propstei.ch
Wort, das tröstet und befreit.
Sa 21.11., 9.30–16.30 Uhr. Der Lektorenkurs verbindet Zugänge zu biblischen Texten mit Grundlagen der Leseordnung und praktischen Übungen für das Vorlesen am Mikrofon.
Das Weihnachtsoratorium von J.S. Bach tanzen. Sa 28.11., 10.30 Uhr bis So 29.11., 16 Uhr. Kreistänze und freie Bewegung eröffnen einen körperlichen und musikalischen Zugang zu Bachs Weihnachtsoratorium.
Projekte wollen gelingen. Mo 30.11., 18 Uhr, bis Di 1.12.,16.30 Uhr. Was brauchen pastorale Projekte, damit sie Menschen erreichen? Der Kurs verbindet Kriterien für gelingende pastorale Projekte mit Planung, Kommunikation und der Zusammenarbeit zwischen pastoraler und staatskirchenrechtlicher Seite.

Fachstelle Diakonie
Leitung: Severin Frenzel
diakonie@kathaargau.ch
www.kathaargau.ch/diakonie

Fachstelle Jugend & junge Erwachsene
Feerstrasse 8, 5001 Aarau
jugend@kathaargau.ch
www.kathaargau-jugend.ch

Fachstelle Spezialseelsorge
Leitung: Dorothee Fischer
062 832 42 70
spezialseelsorge@kathaargau.ch
Anmeldung:
www.kathaargau.ch/agenda
Trosterfahrungen – Heinz Rüegger und Martina Holder im Gespräch.
Mi 25.11., 19–21 Uhr, Aarau oder online. Heinz Rüegger und Martina Holder erkunden mit dem Publikum, was echten Trost in Krankheit und Krisen ausmacht.

Fachstelle Katechese – Medien
Hohlgasse 30, 5000 Aarau
062 836 10 63; www.aareka.ch
medienverleih@kathaargau.ch
Mo bis Fr 9–11 / 14–17 Uhr
Mit Bilderbüchern durch die schönste Zeit des Jahres. Mit unseren stimmungsvollen Bilder- und Textbüchern zum Ausleihen wird die Advents- und Weihnachtszeit noch zauberhafter! Besuchen Sie unseren Medienverleih und entdecken Sie unsere Auswahl für gemütliche Vorlesestunden.

Pfarrei Zofingen-Strengelbach

Kontakte

Christkönig Zofingen
Mühlethalstrasse 13
4800 Zofingen
062 746 20 60
info@kathzofingen.ch

St. Maria Strengelbach
Altmattweg
4802 Strengelbach

Seelsorge
Martin Brunner-Artho, Diakon
Gemeindeleiter / Pastoralraumleiter
martin.brunner@kathzofingen.ch
062 746 20 62

Jacob Chanikuzhy, Kaplan
jacob.chanikuzhy@kathzofingen.ch
062 746 20 65
078 322 34 96

Beat Keller, Pfarreiseelsorger i.A.
beat.keller@kathzofingen.ch
062 746 20 62

Sekretariat
062 746 20 60
info@kathzofingen.ch
www.kathzofingen.ch
Montag 8.30 – 11.30 Uhr
Dienstag und Mittwoch
8.30 – 11.30 und 14 – 16.30 Uhr
Donnerstag 14 – 16.30 Uhr
Freitag 8.30 – 11.30 Uhr

Web Katholische Kirche Zofingen

römisch katholische kirchgemeinde zofingen

Tauferinnerung 2026

Tauferinnerungsgottesdienste der Erstkommunionkinder in Zofingen und Strengelbach
Kinder von Oftringen und Zofingen BZZ:
Samstag, 14. November 2026, 16.30 Uhr, kath. Kirche Zofingen,
Kinder von Safenwil und Zofingen GMS:
Samstag, 14. November 2026, 18.15 Uhr, kath. Kirche Zofingen
Kinder von Strengelbach, Vordemwald und Brittnau:
Sonntag, 15. November 2026, 10.00 Uhr, kath. Kirche Strengelbach
Mit dem Beginn des neuen Schuljahres haben sich 40 Kinder aus Zofingen, Oftringen und Safenwil sowie 21 Kinder aus Brittnau, Strengelbach und Vordemwald auf den Weg zur Vorbereitung auf ihre Erstkommunion gemacht. Ein wichtiger Schritt auf diesem Weg ist der gemeinsame Tauferinnerungsgottesdienst, den wir als Pfarreigemeinschaft miteinander feiern.
Dabei denken wir daran, dass Gott uns in der Taufe seine Liebe zugesagt und uns in seine grosse Gemeinschaft aufgenommen hat. Die Kinder werden im Gottesdienst das Taufversprechen erneuern, das einst ihre Eltern und Paten für sie abgelegt haben. Auf diese Weise bekräftigen sie ihren Glauben und sagen selbst «Ja» zu Gott.
Der Gottesdienst wird von den Kindern aktiv mitgestaltet – durch Texte, Gebete und Lieder. So wird erfahrbar, dass Glaube lebendig ist und gemeinsam getragen wird. Wir laden alle herzlich ein, mitzufeiern, sich an die eigene Taufe zu erinnern und die Kinder auf ihrem Weg zur Erstkommunion zu begleiten.
Carmela Coletta

Mittagstisch für alle

Mittwoch, 18. November 2026, 12 Uhr, Kath. Pfarreizentrum Chi Rho, Zofingen
Anmeldung bis spätestens Montag, 16. November 2026, 11.30 Uhr, an: Kath. Pfarramt, 062 746 20 60 oder info@kathzofingen.ch.
Es hat noch wenige Plätze frei!

Kraft aus der Stille

Herzliche Einladung zu einem Infoabend zum Thema Gebet - Meditation - Kontemplation
«Als mein Gebet immer andächtiger und stiller wurde, da hatte ich immer weniger zu sagen. Zuletzt wurde ich ganz still.(...)»
S. Kierkegaard
Im Austausch miteinander spüren wir unserer Sehnsucht nach Stille und Gotteserfahrung nach. Wir stellen den Kontemplationsweg «via integralis» vor. Er verbindet den Erfahrungsweg der christlichen Mystik mit der Praxis des Zazen, der Schweigemeditation aus der Zentradition.

Mittwoch, 18. November 2026, Kath. Kirche Zofingen, Pfarreizentrum Chi Rho, Raum Alpha UG, 19 Uhr

Elisabetta Zamperini, Diakonie
Valeria Hengartner, Kontemplationslehrerin «via integralis»

Ökumenischer «Nomittag Mitenand» Safenwil

Freitag, 20. November 2026, 14 Uhr, im Ref. Kirchgemeindehaus
Gemeinsames Singen mit dem Kirchenchor
Der Kirchenchor besucht uns und lädt zum gemeinsamen Singen ein. Wer möchte, darf gerne mitsingen. Zwischen den Liedern gibt es kurze Geschichten und Gedanken zu den ausgewählten Musikstücken.

Herzliche Einladung zum Patrozinium

Unsere Kirche ist Christus unter dem besonderen Titel des Königs geweiht. Wie vielfältig und weit das Königtum Christi verstanden werden kann, davon erzählen noch heute unsere farbigen Kirchenfenster. Das Christkönigsfest ist dann sozusagen der Geburtstag unserer Pfarrei. Diesen möchten wir am 22. November gebührend feiern. Der Festgot-

tesdienst beginnt um 10.00 Uhr und wird gemeinsam mit der Italienischen Mission gefeiert. Der Kirchenchor wird den Gottesdienst musikalisch mitgestalten und die Kirchenpflege lädt anschliessend zu einem Apero ein. Wir freuen uns auf ein frohes und lebendiges Miteinander!

Martin Brunner-Artho, Pfarreileiter

Kath. Kirchenchor Zofingen

Patrozinium 22. November 2026, 10 Uhr
Der Chor und die Musiker freuen sich sehr darauf, am Patrozinium die Messe «Reunidos en su nombre» von F. Palazón zur Aufführung zu bringen. Das gefällige Werk wird in spanischer Sprache gesungen und von Valèry Burot und Andreas Bolinger (Gitarren) sowie Mira Gasser (Orgel) begleitet.
Leitung: Daniela Regli

Olivenöl aus Palästina

Ein Zeichen der Hoffnung und Solidarität

Der Olivenbaum ist seit Jahrtausenden ein Symbol für Frieden, Hoffnung und Leben. Für viele Familien in Palästina ist er aber auch eine wichtige Lebensgrundlage.
Gerade in der heutigen schwierigen Situation ist unsere Solidarität besonders wertvoll. Mit dem Kauf des hochwertigen Bio-Olivenöls unterstützen wir palästinensische Kleinbauernfamilien, die für Ihre Produkte einen fairen Preis erhalten. Gleichzeitig fliessen die Erlöse in verschiedene soziale und humanitäre Projekte.

In Zusammenarbeit mit der reformierten Kirchgemeinde beteiligen wir uns auch dieses Jahr wieder an der Kampagne «Olivenöl aus Palästina» und möchten damit ein kleines, aber wichtiges Zeichen der Verbundenheit setzen.

Am Sonntag, 22. November, wird das Olivenöl nach dem Patroziniumsgottesdienst vor der katholischen Kirche Zofingen verkauft. Anschliessend kann es bis Weihnachten während den Öffnungszeiten im Pfarreisekretariat erworben werden.

Mit jedem Kauf schenken Sie ein Stück Hoffnung.

Elisabetta Zamperini

Advents- und Türkranzbinden der Kolpingfamilie

Mittwoch, 25. November 2026,
13.30 - 16 Uhr, Raum Alpha UG,
Kath. Pfarreizentrum Chi Rho, Zofingen
Unsere Kolpingfrauen freuen sich darauf, mit Ihnen gemeinsam schöne Advents- und Weihnachtsdekorationen zu gestalten. Anleitungen und Tipps werden gerne geteilt.
Wir laden Pfarreiangehörige und Kinder herzlich dazu ein.
Mitbringen: Dekomaterial, Kerzen, Baumschere

Adventsbasteln für Kinder der 2. Klasse Zofingen, Oftringen, Safenwil

Mittwoch, 25. November 2026,
14 - 16.15 Uhr
Am Adventsnachmittag bereiten wir uns auf die Adventszeit vor, singen, hören eine Geschichte und basteln. Diese Arbeiten schmücken unsere Kirche vom 1. Advent bis in den Januar hinein.
Damit wir das Bastelmaterial sowie das Zvieri einkaufen können, bitten wir um eine Anmeldung bis **Freitag, 20. November an:** carmela.coletta@kathzofingen.ch oder über Klapp.
Zum Gottesdienst am 1. Advent, am Samstag, 28. November, 18.15 Uhr, sind Sie und Ihr Kind herzlich eingeladen mit uns zu feiern und mitzusingen. Ab diesem Datum bis im Januar kann die gebastelte Adventsdekoration in der Kirche bewundert werden.

Team Katechese

Adventsfensterbasteln für Kinder der Primarschule Strengelbach, Brittnau, Vordemwald

Mittwoch, 25. November 2026, 14 - 16.15 Uhr
Dieses Jahr im Pfarreizentrum Chi Rho, Kath. Kirche Zofingen
Am Adventsnachmittag bereiten wir uns auf die Adventszeit vor, singen, hören eine Geschichte und basteln. Diese Arbeiten schmücken das grosse Fenster in der Kirche Strengelbach vom 1. Advent bis in den Januar hinein.
Damit wir das Bastelmaterial sowie das Zvieri einkaufen können, bitten wir um eine Anmeldung bis **Freitag, 20. November an**: carmela.coletta@kathzofingen.ch oder über Klapp.
Zum Gottesdienst am 1. Advent, Sonntag, 29. November, 10 Uhr, sind Sie und Ihr Kind herzlich eingeladen mit uns zu feiern und mitzusingen. Ab diesem Datum bis im Januar kann die gebastelte Adventsdekoration in der Kirche bewundert werden.

Basisgruppe Strengelbach/Brittnau/Vordemwald

Ökumenischer «Nomittag Mitenand» Strengelbach

Donnerstag, 26. Januar 2025, 14.15 Uhr,
ref. Kirchgemeindehaus Strengelbach
«Rächenmännchen und Nussknacker» mit Dörte Gebhardt, Walter Schell und René Lässer. Für das Anmelden des Abholdienstes setzen Sie sich bitte mit Frau Sandra Hansen in in Verbindung 079 653 80 88.

Kath. Frauengemeinschaft Strengelbach

Donnerstag, 26. November 2026, 19 Uhr,
Pfarreizentrum St. Maria, Strengelbach
Adventliches Basteln mit Natascha Plüss
Unsere Kursleiterin gibt uns Tipps und Tricks, wie wir Kränze, Gestecke und vieles mehr herstellen können. Der Kurs ist gratis.
Nach Möglichkeit nehmen die Teilnehmerinnen eigene Scheren mit. Grünzeug, Kerzen und Dekoartikel können bei Natascha Plüss gekauft werden.
Anmeldungen nimmt gerne Adriana Bilotta 079 636 12 23 bis Mittwoch, 25. November 2026 entgegen.

Der Vorstand

Nacht der Lichter

Freitag, 27. November 2026, 19.30 Uhr,
Ref. Stadtkirche Zofingen
In einer besonderen Atmosphäre voller Kerzenschein, begleitet von meditativen Gesängen und Gebeten aus Taizé, bietet diese Feier Raum für Besinnung und Begegnung.

Ob alleine, mit Freunden oder Familie – alle sind willkommen, diesen besonderen Abend mit uns zu erleben.

Melissa Coelho

Familiennachmittag – Adventsbasteln

Samstag, 28. November 2026, 13.30 - 16 Uhr, Pfarreizentrum Chi Rho, Zofingen
Liebe Familien
Wir laden euch herzlich zu einem gemütlichen und kreativen Nachmittag ein. Gemeinsam wollen wir basteln, lachen und die vorweihnachtliche Stimmung geniessen.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, kommt einfach vorbei und macht mit.
Wir freuen uns auf euch und einen stimmungsvollen Start in die Adventszeit.
Für Rückfragen steht euch Melissa gerne zur Verfügung (079 501 70 75 oder melissa.coelho@kathzofingen.ch).
Elisabetta Zamperini und Melissa Coelho

Projektchor am Weihnachtsgottesdienst in Strengelbach

«Metenand ofem Wäg» - das ist das diesjährige Motto der Weihnachtszeit der Kirche Strengelbach. Dieser gemeinsame Weg beginnt schon im Advent… Auch in diesem Jahr gestalten wir den Heiligabend-Gottesdienst mit festlichen und eingängigen Liedern. Der Projektchor steht allen offen, die Freude am gemeinsamen Singen haben, ganz gleich ob mit oder ohne Chorerfahrung. Gemeinsam mit dem Chorleiter Urs Roth machen wir uns auf den Weg durch den Advent und geniessen das gemeinsame Singen und Musizieren.
Neben dem Chor werden Kinder unter der Leitung von Andrea Seitz eine Weihnachtsgeschichte aufführen.

Proben Projektchor:

Freitag, 27.11.26	19 - 21 Uhr
Freitag, 11.12.26	19 - 21 Uhr
Freitag 18.12.26	19 - 21 Uhr
Dienstag. 22.12.26	19 - 20 Uhr Hauptprobe
Donnerstag, 24.12.26	16.30 Uhr Vorprobe 17 Uhr Gottesdienst
Samstag, 09.01.27	18 Uhr Vorprobe 18.15 Uhr Gottesdienst 3 Könige

Anmeldungen bis Donnerstag, 19. November beim Pfarreisekretariat 062 746 20 60, info@kathzofingen.ch oder eintragen auf der Liste in der kath. Kirche Strengelbach

Bist du auch mit dabei? Machen wir uns gemeinsam auf den Weg – wir freuen uns auf dich!
Basisgruppe Strengelbach / Brittnau / Vordemwald

20*C+M+B+27 Sternsingen

Freude bringen, in strahlende Augen sehen, Freudentränen erleben – das alles und Vieles mehr erfahren die Sternsinger Jahr für Jahr in den Seniorenzentren Blumenheim, Brunnenhof und Tanner.
Die Sternsinger von Zofingen haben eine lange Tradition. Sie bringen nicht nur Licht zu den Senioren, sondern bereichern auch den Gottesdienst zu Dreikönig. Seit einigen Jahren singen auch Erwachsene bei den Sternsingern mit, sei es als Einzelperson, als Grossmutter/Grossvater mit Enkelkind, Mütter und Väter mit ihren Kindern.
Weitere Informationen finden Sie im Schriftenstand der Kirche Zofingen oder erhalten diese von Carmela Coletta, 062 746 20 68.
Unsere Proben finden in der Kirche an folgenden Terminen statt:
DI, 01. Dez. / DI, 08. Dez. / DI, 15. Dez. / MI, 6. Januar, jeweils von 18 - 19 Uhr und am SA, 09. Januar um 10 - 10.30 Uhr.
Am SO, 10. Januar 2027 werden wir im Gottesdienst um 10.30 Uhr singen und am Nachmittag, von 13.30 - 16.30 Uhr sind wir dann in den Seniorenzentren unterwegs.
Jede Singstimme ist herzlich willkommen. Meldet euch bis Freitag, 27. November 2026 im Pfarramt, 062 746 20 60 / 68 oder per Mail carmela.coletta@kathzofingen.ch an.
Carmela Coletta

Gottesdienste

Samstag, 14. November
16.30 Zofingen
Gottesdienst mit Kommunionfeier und Tauferinnerung
Kollekte für Mary's Meals
18.15 Zofingen
Gottesdienst mit Kommunionfeier und Tauferinnerung
Kollekte für Mary's Meals

Sonntag, 15. November
09.15 Zofingen
Santa Messa Italiana
10.00 Strengelbach
Gottesdienst mit Kommunionfeier und Tauferinnerung
Kollekte für Mary's Meals
10.30 Zofingen
Gottesdienst fällt aus zugunsten des Tauferneuerungsgottesdienstes in Strengelbach
16.00 Zofingen
Kroatischer Gottesdienst

Montag, 16. November
15.00 Strengelbach
Rosario

Mittwoch, 18. November
08.30 Zofingen
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
16.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Freitag, 20. November
19.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Samstag, 21. November
18.15 Zofingen
Gottesdienst fällt aus

Sonntag, 22. November
09.15 Strengelbach
Gottesdienst fällt aus zugunsten des Patroziniumsgottesdienstes in Zofingen
09.15 Zofingen
Santa Messa Italiana sospesa per il patrocinio alle 10
10.00 Zofingen
Festgottesdienst zum Patrozinium gemeinsam mit der italienischsprachigen Mission
Musikalische Gestaltung: Kirchenchor
Kollekte für das Elisabethenwerk
anschliessend Apero und Olivenölverkauf
15.30 Zofingen
Portugiesischer Gottesdienst

Montag, 23. November
15.00 Strengelbach
Rosario

Mittwoch, 25. November
08.30 Zofingen
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
16.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Freitag, 27. November
19.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Kath. Kirche Guthirt und St. Paul

Pfarreien

GUTHIRT
Aarburg, Oftringen-Nord

ST. PAUL
Rothrist, Murgenthal

Kontakte

Sekretariat
Bahnhofstrasse 51, 4663 Aarburg
062 791 51 82
info@kath-aaro.ch
www.kath-aarburg-rothrist.ch

Öffnungszeiten
Dienstag bis Donnerstag
8.30 –11.30 und 14 –17 Uhr
Freitag
8.30 –11.30 und 14 –16 Uhr

Seelsorge
Martin Brunner-Artho, Diakon
Gemeindeleiter / Pastoralraumleiter
062 746 20 62
martin.brunner@kathzofingen.ch

Rita Wismann-Baratto, Seelsorgerin
062 791 51 82
rita.wismann@kath-aaro.ch

Jacob Chanikuzhy, Kaplan
062 746 20 65
jacob.chanikuzhy@kathzofingen.ch

Beat Keller, Pfarreiseelsorger i.A.
062 746 20 62
beat.keller@kathzofingen.ch

Kirche/Pfarreizentrum
Guthirt Aarburg
Bahnhofstrasse 51, 4663 Aarburg
St. Paul Rothrist
Breitenstrasse 6, 4852 Rothrist

Katholische Kirche
Aarburg - Oftringen Nord | Rothrist - Murgenthal

Nachgedacht: Christkönig

Immer am Ende des Kirchenjahres feiern wir das Fest Christkönig. Es ist der letzte Sonntag vor dem Advent. Dieses Jahr fällt Christkönig auf den 22. November. Als katholisches Fest ist es noch relativ jung. Papst Pius XI. hat es 1925 eingeführt. Beeindruckt von den Gräueln des 1. Weltkriegs und der kommunistischen Revolution in Russland soll sich Pius bemüssigt gefühlt haben, dem damaligen Machtverständnis ein eigenes Bild des Herrschens entgegenzustellen: Christus als König.



Bild: pixabay

Nun ist es für uns Schweizerinnen und Schweizer nicht so einfach, sich mit dieser Art von Christusbild anzufreunden, da ja unser Land nie eine Monarchie war und wir mit Royals vor allem aus Klatschblättern in Kontakt kommen. Aber auch bei anderen Nationen und Völkern kann das Bild des Christkönigs negative Assoziationen auslösen, weil viele Könige in der Geschichte gelinde gesagt keine positiven Figuren in Sachen Moral und Gerechtigkeit waren. Jesus dagegen sollte doch als Vorbild für gerechtes und moralisches Handeln stehen.

Das Verständnis von Christus als König ist also erklärungsbedürftig. In der Bibel lässt sich die Bezeichnung Christus als König finden. Es lohnt sich also, einen Blick in dieses Buch zu werfen und sein Verhältnis zum Herrschen und zu den Herrschenden ein bisschen zu erhellen. Im Lukasevangelium wird Jesus in einem Stall geboren wegen einem Kaiser, der seine Eltern nach Bethlehem gehen lässt. Nach Matthäus besuchen die 3 Könige das Kleinkind Jesus und huldigen ihm. Von Anfang an steht das Leben von Jesus in der Spannung von Machtbereichen, die von Königen und Kaisern beherrscht werden. Das zieht sich durch sein weiteres Leben.
Am Schluss seines irdischen Lebens wird dann Jesus selbst der Vorwurf gemacht, er wolle unrechtmässig König sein. Vom Richter Pilatus wird er dann unter anderem wegen dieser Anmassung zum Tode verurteilt. Pilatus lässt ein Schild am Kreuz befestigen. Mit den 4 Buchstaben INRI. Diese Buchstaben bedeuten: Jesus von Nazareth König der Juden. Weil es im Lateinischen keinen Buchstaben J gibt, stehen die beiden «I» für Jesus und Juden. Das «N» steht für Nazareth und das «R» für rex; das lateinische Wort für König. Bei der Befragung durch Pilatus verteidigt sich Jesus, indem er erklärt, dass sein Königreich nicht von dieser Welt ist.

Jesus ist also wirklich ein König. Aber sein Königreich können wir nicht vergleichen mit unseren Erfahrungen und Vorstellungen vom Königtum. Im Johannesevangelium gibt uns Jesus vor Pilatus einen Einblick, welchen Charakter sein Königreich hat und haben wird. «Ich bin dazu geboren und dazu in die Welt gekommen, dass ich für die Wahrheit Zeugnis ablege. Jeder, der aus der Wahrheit ist, hört auf meine Stimme», sagt Jesus in Joh 18,37 und diese Antwort lässt Pilatus anschliessend darüber philosophieren, was eigentlich Wahrheit ist.

Was ist Wahrheit? Diese Frage stellt sich in unseren Tagen wieder in ausgeprägter Form. Wir durchleben eine Informationslawine, in der Meinungen als Fakten, die Realität als Meinung oder als sogenanntes Narrativ und Lügen als Wahrheit deklariert werden. Es herrscht Verwirrung. Unter diesen Gegebenheiten wird mir das Bild vom Christkönig plötzlich sympathisch. Ein König, der die Wahrheit verkörpert und ein Königreich, das allen Menschen, die nach der Wahrheit suchen, Heimat gibt, finde ich phantastisch.
Darum gehöre ich als überzeugter Demokrat gerne zu diesem König, dem Christkönig.

Beat Keller, Pfarreiseelsorger i.A.

Seniorennachmittag: Wir spielen Lotto

Dienstag, 17. November, um 14 Uhr im katholischen Pfarreizentrum Aarburg



An diesem Nachmittag steht wieder einmal Lottospielen auf dem Programm! Lassen Sie sich von tollen Preisen überraschen und geniessen Sie diese Stunden bei Spiel, Spass und gemütlichem Beisammensein.

Alle sind herzlich eingeladen!

Caroline Hoerdt, Verantwortliche Seniorenarbeit

Adventswerkstatt

Samstag, 28. November, von 13 bis 17 Uhr im Pfarreizentrum Guthirt Aarburg



Die Adventswerkstatt öffnet traditionell am Samstagnachmittag, 28. November, ihre Türen. Für einen Unkostenbeitrag von Fr. 20.-- bis Fr. 30.-- können Adventskränze gebunden werden. Es ist für alles gesorgt: es hat Kerzen, Strohkränze, Tannreisig und allerlei Dekomaterial vor Ort.
Für alle Altersgruppen hat es Bastelangebote und es können Grittibänzen gebacken und Lebkuchen verziert werden.
Eine gemütliche Kaffeestube lädt zum Verweilen ein. Um 15 Uhr wird im «Chinderegge» in der Kirche eine Geschichte für Kinder erzählt.

Wir freuen uns auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher.

Silja Egger Marti und Christiana Quaino

Samichlaus: Anmeldung für Familienbesuche

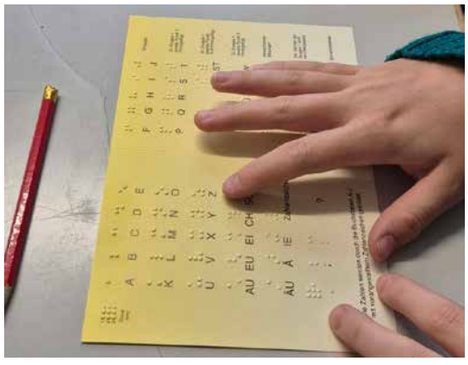
am Sonntag, 6. Dezember, ab 17 Uhr
Der Samichlaus samt Schmutzli ist schon bald wieder unterwegs. Viele Kinder freuen sich auf diesen besonderen Tag und können es kaum erwarten, dem Duo zu begegnen.
Am Sonntag, 6. Dezember, besucht der Samichlaus samt Schmutzli ab 17 Uhr Familien in den **Gemeinden Aarburg, Oftringen und Rothrist**.



Wünschen Sie den Besuch des Samichlauses? Dann bitte Anmeldung bis spätestens am Montag, 30. November 2026, über die Website "www.chlausengruppe-aarburg.ch" machen.

Chlausgruppe Aarburg

Wahlfachkurs: Blinde Einblicke



Wie nehmen wir unsere Umgebung wahr, wenn wir einmal nicht mit den Augen schauen? Mit dieser Frage beschäftigten sich acht Schülerinnen und Schüler im Oberstufenwahlfachkurs «Blinde Einblicke».
An verschiedenen Posten konnten sie Gegenstände ertasten, Düfte erkennen, Lebensmittel probieren und Geräusche erraten. Auch Vertrauensaufgaben im Freien forderten sie heraus, sich auf ihre anderen Sinne und ihre Gspändli zu verlassen.
Gemeinsam setzten sich die Jugendlichen dann schliesslich mit der Frage auseinander, was es bedeutet, einen Menschen wirklich zu sehen. Dazu begleitete sie ein Satz aus der Bibel: ***«Der Mensch sieht, was vor den Augen ist, der HERR aber sieht das Herz.» (1 Samuel 16,7)***

Die Jugendlichen waren sich einig. Um einen Menschen wirklich zu sehen, muss man etwas mit ihm unternehmen: gemeinsam Zeit verbringen und Erlebnisse teilen – so lernt man einen Menschen kennen und sieht mehr als nur das, was auf den ersten Blick sichtbar ist.

Gloria Schärer-Giacomini, Jugendarbeiterin

Rückblick: Purzelbäume für den lieben Gott



Mit einer tollen Kinderschar durften wir eine fröhliche und lebendige Chinderfiir erleben. Gemeinsam hörten wir die Geschichte aus dem Buch «Purzelbäume für den lieben Gott», die uns zeigte, Gott ist uns nahe und liebt uns, so wie wir sind.
Anschliessend wurden die Kinder kreativ und gestalteten mit viel Freude ihre eigenen Wollherzen.
Es war eine wunderbare Feier voller Lachen, Freude und gemeinsamer Momente.

Karin Binggeli, Katechetin

Meine Gedanken zur Eucharistiefeier

Am 1. November 2026 war ich in der Eucharistiefeier. Der Gottesdienst fand in der katholischen Kirche Rothrist statt. Unser Pfarrer Jakob Chanikuzhy vollzog die Wandlung. Es waren erstaunlich viele Personen in der Kirche, denn es war auch Totengedenken.

In der Predigt ging es um die Verstorbenen und darum, wie wir mit dem Tod eines geliebten Menschen umgehen. Im Evangelium

wurde die Geschichte von Jesus, Marta und ihrem Bruder Lazarus vorgelesen. Lazarus war gestorben und Marta war traurig. Jesus hörte ihr zu und gab ihr Trost. In der Predigt wurde auch erklärt, dass man sich nach dem Tod eines Menschen keine Vorwürfe machen soll. Man soll nicht ständig denken: «Wäre ich doch nur dort gewesen» oder «Hätte ich doch etwas anders gemacht». Wir dürfen traurig sein, sollen aber nicht in der Trauer stecken bleiben. Denn wer an Jesus glaubt, hat das ewige Leben.

Gut gefallen hat mir, dass viele Menschen in der Kirche waren und dadurch eine schöne Stimmung entstand, ausserdem war die Kirche schön dekoriert. Besonders schön fand ich auch, dass zwei Musiker mit Orgel und Saxofon gespielt haben. Das hat den Gottesdienst besonders gemacht. Besonders angesprochen hat mich die Wandlung des Brotes in den Leib Christi, da dieser Moment für mich immer besonders ist. Weniger gut fand ich, dass der Pfarrer eher im Hintergrund stand und nicht so viel gesprochen hat. Ich hätte mir gewünscht, dass er etwas mehr in den Gottesdienst eingebunden gewesen wäre.

Ich habe gelernt, dass es wichtig ist, sich an unsere Verstorbenen zu erinnern und sie nicht zu vergessen. Gleichzeitig soll man nach einem Verlust nicht in Hoffnungslosigkeit versinken. Trauer ist natürlich und gehört dazu. Aber der Glaube an Jesus gibt uns Hoffnung, dass der Tod nicht das Ende ist und dass es ein ewiges Leben gibt. Das finde ich einen schönen und wichtigen Gedanken, den ich aus dem Gottesdienst mitnehme.

Das waren meine persönlichen Gedanken zur Eucharistiefeier.

Can Tüzün, Firmand

Kollekten: September + Oktober

PFARREI GUTHIRT AARBURG:

Kirchl.Reg.Sozialdienst	299.90 CHF
Bistum: Inländ.Mission	150.95 CHF
Migratio	79.30 CHF
Oeku Kirche und Umwelt	49.80 CHF
Akut Arbeitskreis Kirche + Tiere	51.45 CHF
Missio, Ausgl.fonds Weltkirche	76.45 CHF
Schweizer Tafel	117.00 CHF

PFARREI ST. PAUL ROTHRIST:

Kinderspitex Schweiz	851.45 CHF
Migratio	56.55 CHF
Oeku Kirche und Umwelt	89.00 CHF
Akut Arbeitskreis Kirche + Tiere	41.75 CHF
Missio, Ausgl-fonds Weltkirche	56.70 CHF
Schweizer Tafel	101.60 CHF

Gottesdienste

Sonntag, 15. November
10.00 Kath. Kirche Aarburg
Wortgottesdienst mit Kommunionfeier
mitgestaltet von den «Cantores»
Kollekte: Elisabethenwerk des Frauenbundes Schweiz
Anschliessend Kirchgemeindeversammlung
11.00 Kath. Kirche Rothrist
KEIN Gottesdienst

Donnerstag, 19. November
10.00 PZ Luegenacher, Rothrist
Gottesdienst ref.
19.00 AuW Borna, Rothrist
Gottesdienst ref.

Freitag, 20. November
10.15 AZ Lindenhof, Oftringen
Gottesdienst ref.

Sonntag, 22. November
09.30 Kath. Kirche Aarburg
Wortgottesdienst mit Kommunionfeier
Kollekte: Kirchenbauhilfe des Bistums Basel
11.00 Kath. Kirche Rothrist
Wortgottesdienst mit Kommunionfeier
Kollekte: Kirchenbauhilfe des Bistums Basel

Mittwoch, 25. November
09.45 AZ Moosmatt, Murgenthal
Gottesdienst kath.

Donnerstag, 26. November
10.00 PZ Luegenacher, Rothrist
Gottesdienst EMK

Freitag, 27. November
09.45 SZ Falkenhof, Aarburg
Gottesdienst kath.
10.15 AZ Lindenhof, Oftringen
Gottesdienst ref.

Veranstaltungen

Samstag, 14. November
15.00 Aarburg, Aarewoog
Gemeinsam unterwegs - interreligiöser Spaziergang

Sonntag, 15. November
11.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
101. Kirchgemeindeversammlung mit anschliessendem Apéro

Dienstag, 17. November
12.15 Kath. Pfarreizentrum Rothrist
Mittagstisch
Anmeldung bis Sonntagabend bei:
linda.sommer@kath-aaro.ch,
076 309 86 40 oder auf der Liste im Pfarreizentrum
14.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
Seniorennachmittag:
Wir spielen Lotto

Mittwoch, 18. November
14.00 EMK Rothrist
Ökumenischer Seniorennachmittag: Geistig fit bleiben mit Gehirntraining

Dienstag, 24. November
12.15 Kath. Pfarreizentrum Rothrist
Mittagstisch
Anmeldung bis Sonntagabend bei:
linda.sommer@kath-aaro.ch,
076 309 86 40 oder auf der Liste im Pfarreizentrum
14.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
Jassnachmittag

Donnerstag, 26. November
12.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
Mittagstisch
Anmeldung bis Montagabend bei:
linda.sommer@kath-aaro.ch,
076 309 86 40 oder auf der Liste im Pfarreizentrum

Unsere Taufen

Durch die Feier der Taufe durften wir in unsere Gemeinschaft aufnehmen:
Skye Said, Aarburg

«Gott hat seinen Engeln befohlen, dass sie dich behüten auf all deinen Wegen.» (Psalm 91,11)

Unsere Verstorbenen

Vera Tunaj, Oftringen
*3.4.1959, †3.11.2026

«Herr, schenke ihr und allen Verstorbenen die ewige Ruhe. Und das ewige Licht leuchte ihnen. Lass sie ruhen in Frieden.»

Agenda

Veranstaltungen

Interreligiöser Spaziergang

Sa 14.11., 15 Uhr. Treffpunkt: Aarewoog, Aarburg. Während des gemeinsamen Spaziergangs zur Festung können sich die Teilnehmenden über unterschiedliche Themen austauschen und neue Perspektiven kennenlernen. Im Innenhof der Festung gibt es einen kurzen Input zum Thema «Essen, früher und heute». Weiter führt der Weg zum Stadthaus, wo Spezialitäten aus unterschiedlichen Kultur- und Religionsgemeinschaften warten. Auskunft: Markus Bill, Präsident Religionsgarten Aarburg, 079 432 91 81, aarburg@religionsgarten.ch

19. Villmerger Orgelherbst 2026

So 15.11., 17 Uhr. Kirche St. Peter und Paul, Villmergen. Tobias Willi aus Zürich spielt Werke von Racquet, Manneke, Sweelinck, Smits, Essl, Frescobaldi, Byrd und Weaver. Eintritt frei.

Chormusik aus verschiedenen Jahrhunderten

So 29.11., 18 Uhr. Kirche St. Nikolaus, Brugg. Unter der Leitung von Simone Küpfer präsentiert das achtköpfige Vokalensemble Voix célestes ein abwechslungsreiches Programm mit Chormusik aus sieben Jahrhunderten – von der Renaissance bis hin zu zeitgenössischen Arrangements. Eintritt frei, Kollekte.

Weihnachtsoratorium von J.S. Bach

Sa 19.12., 19.30 Uhr und So 20.12., 17 Uhr. Pfarrkirche St. Goar, Kirchbühlstr. 10, Muri. Johann Sebastian Bach schrieb das Oratorium für sechs Festtags-Gottesdienste zwischen Weihnachten 1734 und Dreikönig 1735. Heute hört man oft nur die ersten drei Kantaten. In Muri werden am Samstag die Kantaten I bis III und am Sonntag die Kantaten IV bis VI aufgeführt. Dazu erklingen zwei Orchestersuiten von Bach. Mitwirkende: Amsterdam Baroque Orchestra, Chor mit Solistinnen und Solisten. Leitung: Ton Koopman.

Tickets: muri-classics.ch oder telefonisch Di und Do von 14 bis 16 Uhr: 078 210 54 88.

Fernseh- und Radiosendungen

Samstag, 14. November

Glocken der Heimat aus der ev.-ref. Kirche in Liestal. Radio SRF 1, 18.50 Uhr
Das Wort zum Sonntag spricht Silvia Stohr, ev.-ref. Pfarrerin. SRF 1, 19.55 Uhr
«Einer von uns» von Dirk Schmidt (Krimi-Komödie). Ein neuer Fall für die «Task Force Hamm»: Die schrägen Kult-Ermittler aus dem Ruhrpott bekommen es mit Kollegenmord zu tun; so sagen die einen. Die andern sagen: Ein Hund ist kein Mensch, sondern ein Ding, und darum: Sachbeschädigung! Radio SRF 2 Kultur, 20 Uhr

Sonntag, 15. November

Katholischer Gottesdienst aus der Hospitalkirche St. Joseph in Bensheim. ZDF, 9.30 Uhr
Röm.-kath. Gottesdienst aus Bichelsee. Radio SRF 2 Kultur, 10 Uhr
Sternstunde Religion. Sie ist die wohl berühmteste Kirche der Welt: der Petersdom. 120 Jahre lang schufteten Handwerker, Künstler, Arbeiterinnen und Statiker am wichtigsten Bau des Christentums. Ein Film dokumentiert Leben und Wirken in der Dombauhütte. SRF 1, 10.05 Uhr
Göttlich bleiben. Hörspiel von Gesche Piening. Göttlich bleiben holt das individuelle Selbstgespräch, das das zeitgenössische westliche Selbst in einer fragmentierten, entsolidarisierten Gesellschaft mit sich allein zu führen verdammt ist, für die Länge eines Hörspiels an die gemeinsame diskursive Oberfläche. Bayern 2, 15.05 Uhr

Montag, 16. November

Kulturplatz. Mummenschanz – Das Ende einer Erfolgsgeschichte. SRF Info, 14.30 Uhr

Donnerstag, 19. November

Zwischen uns die Berge (Schweizer Film, 1956). Der Walliser Beat Matter entschliesst sich, bei der Schweizergarde in Rom zu dienen. Kurz vor der Abreise verliebt er sich allerdings in die hübsche Freiburgerin Jacqueline, die Verlobte seines besten Freundes. Das hat gravierende Folgen. Ein Heimatfilm von Franz Schnyder. SRF 1, 15.30 Uhr

Samstag, 21. November

Sternstunde Kunst. Georgia O'Keeffe. Ihre Bilder von Blumen, Flammen und Knochen sind Ikonen des 20. Jahrhunderts. Sie vereinte den US-amerikanischen Traum und eine radikal moderne Weiblichkeit. Und sie malte so, wie sie die Welt sah, nämlich anders als die andren. Modernistisch, abstrakt, einzigartig. SRF 1, 9.45 Uhr
Der Galgensteiger (Schweizer Film). Erzählt wird hier eine Geschichte aus der bewegten Zeit der Entstehung des modernen Schweizer Bundesstaates und wie ein liberaler Revolutionär zum ranghöchsten Schweizer der neuen Eidgenossenschaft erhoben wurde. Oscar-Preisträger Xavier Koller realisierte den Film 1979. SRF 1, 14 Uhr

Liturgie

Sonntag, 15. November

33. Sonntag im Jahreskreis (Farbe Grün – Lesejahr A). Erste Lesung: Spr 31,10–13.19–20.30–31. Zweite Lesung: 1 Thess 5,1–6; Ev: Mt 25,14–30

Sonntag, 22. November

Christkönigssonntag (Farbe Weiss – Lesejahr A). Erste Lesung: Ez 34,11–12.15–17a. Zweite Lesung: 1 Kor 15,20–26.28; Ev: Mt 25,31–36

Weltjugendtag



Auf nach Südkorea!

Im Sommer 2027 treffen sich in Seoul, der Hauptstadt Südkoreas, eine halbe Million Jugendliche und junge Erwachsene, um gemeinsam den Weltjugendtag zu feiern.
Unter www.wjt.ch/seoul-2027 finden Interessierte weitere Infos und die Möglichkeit, sich einer der Reisewochen (Vorreise: 20.–25. Juli, Diözesanwoche: 26. Juli – 2. August, Hauptwoche: 3.–8. August, Nachreise: 9.–15. August) anzuschliessen, die die ARGE Weltjugendtag anbieten.
Anmeldung ab sofort möglich.

Wer nicht ganz so weit reisen möchte, oder sich bereits auf den Sommer in Südkorea einstimmen will, kann vom 16.–18. April am Deutschschweizer Weltjugendtag in Basel teilnehmen.
Anmeldung ab Januar möglich.

Filmtipp

Lieblingsmenschen



Agnes ist 101 Jahre alt und lebt allein in einer grossen Berliner Wohnung. Ihre Ehemänner hat sie überlebt, ihre Bekannten sind verstorben. Nur ihr Goldfisch William leistet ihr Gesellschaft. Als sie nach einem Missgeschick mit dem Herd nicht mehr allein wohnen darf, sucht sie eine Mitbewohnerin. Doch dann steht Amir vor ihrer Tür. Dem jungen iranischen Arzt, der wegen seiner Homosexualität in Deutschland Asyl beantragt hat, ist Agnes bereits einmal begegnet. Sie deutet das Wiedersehen als Zeichen und nimmt ihn auf.
Aus der ungewöhnlichen Wohngemeinschaft wächst eine Freundschaft. Katharina Thalbach spielt die 101-Jährige mit Lebensfreude – besonders, wenn Agnes auf ihrem Dreirad zum Tanzlokal fährt, um für einen Weltrekord zu üben. Zu schön, um wahr zu sein? «Lieblingsmenschen» beruht auf der Geschichte von Agnes und Amir, die drei Jahre zusammenlebten. Ein berührender Feel-Good-Film.

Eva Meienberg

«Lieblingsmenschen»; Deutschland 2026; Regie: Helena Hufnagel; Besetzung: Katharina Thalbach, Bardo Böhlefeld
Kinostart: 19. November

Schweizer Minikalender 2027

Wie biblische Namen bis heute weiterleben

Als Elisabeth gleichzeitig mit Maria schwanger war, ahnte sie bereits, dass mit Marias Kind etwas Besonderes beginnen würde. Mehr als 2000 Jahre später begegnet uns Elisabeth noch immer. Ihr Name lebt in vielen Formen weiter: Elisa, Elsa, Ella, Lisa oder Lilly gehören zu ihrer Namensfamilie. Solche Verbindungen macht der Schweizer Mini-Kalender 2027 sichtbar. Monat für Monat lernen Kinder eine biblische Person und ihre Geschichte kennen. So entdecken die Kinder, wie sich Namen über die Jahrhunderte verändert haben und in welchen heutigen Vornamen sie weiterleben. Der Schweizer Mini-Kalender 2027 richtet sich an Ministrantinnen und Ministranten. Er eignet sich darüber hinaus auch für Familien, den Religionsunterricht und die Katechese ebenso wie als Geschenk von Pfarreien.
Bezug: www.ministrantenkalender.ch / kalender@tut.ch, 041 410 19 60, Preis: Fr. 13.50 (Staffelrabatt)

Impressum

Herausgeber
Verein Pfarrblattvereinigung Nordwestschweiz
Innere Margarethenstrasse 26
4051 Basel
+41 61 363 01 70
info@lichtblick-nw.ch
www.lichtblick-nw.ch

Redaktion
Mantelteil: Marie-Christine Andres Schürch, Eva Meienberg, Leonie Wollensack, Ayelet Kindermann, Silvia Berger, Ursula Humburg Davis
Redaktion Pfarreiteil: das jeweilige Pfarramt

Titelbild: Nathalie Koller, bureauplus.ch
Bilder Vermischtes: AG Weltjugendtag; frenetic.ch

Gestaltungskonzept
Die Gestalter AG, St. Gallen

Redaktionssystem / Druck
gateB AG, Steinhausen / CH Media Print AG, Aarau

Adressänderungen
In den Kantonen BL, AG und SO wenden Sie sich bitte an Ihr Pfarreisekretariat.
Wohnsitzänderungen im Kanton BS: An das Einwohneramt, 061 267 70 60, oder online auf www.bdm.bs.ch/Wohnen/umzug
Andere Mutationen in BS: 061 690 94 44, mitgliederverwaltung@rkk-bs.ch

Adventskalender mal anders

Vorweihnachtszeit ist Adventskalenderzeit! Ob gross oder klein, an einem Adventskalender haben Menschen in jedem Alter Freude. Wir haben uns ein paar Exemplare angeschaut und stellen sie hier vor.

Perfekt unperfekt
(Für Erwachsene)
Schwester Marie-Pasquale Reuver landet mit ihrem Adventskalender «Ein bisschen Advent» mitten im oft unromantischen Vorweihnachtsalltag. Und der Kalender sagt: Das ist okay. Ihre einfühlsam geschriebenen, lebensnahen Impulse laden dazu ein, den Perfektionsdruck hinter sich zu lassen und neu zu entdecken, worauf es wirklich ankommt: aufmerksam sein, sich selbst und anderen mit Freundlichkeit begegnen und offen bleiben für das Wunder, das sich nicht planen lässt.



Guter Gottes-Vibe
(Für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren)
Advent ist eine Zeit des Wartens, der Vorfreude und manchmal auch der Hektik. Der Adventskalender «24 Days of Go(o)d Vibes» schafft kleine Auszeiten im vorweihnachtlichen Trubel. Hinter 24 Postkarten mit Bildern und kurzen Texten warten Ideen zum Nachdenken, Schmunzeln, Entspannen und Entdecken. 24 kleine Unterbrechungen im Advent, die Raum schaffen für Gedanken, Fragen und die eigene Spurensuche nach Gott.
Der Kalender kann persönlich durch den Advent begleiten oder in Gruppen eingesetzt werden, etwa in der Jubla, Pfadi oder im Religionsunterricht. Ein kostenloses Begleitheft mit weiterführenden Impulsen und Anregungen für Gruppen steht als Download zur Verfügung.



Advent, aber anders
(Für Erwachsene)
Weniger Tannenzweige, Teelichter und Weihnachtsgebäck. Dafür Wildgänse, Blumenzwiebeln oder ein Parkhaus. Mit dem Kalender «Wilde Weihnachten» von Andrea Schwarz können Menschen den Advent neu erleben: ungezähmt, lebendig, jenseits von Kitsch und Konvention. Die Spiritualität kommt aber trotzdem nicht zu kurz – nur kommt sie eben ein bisschen anders daher als in der Adventszeit gewohnt.



Im Galopp durch den Advent
(Für alle Altersstufen)
Die Landeskirche Aargau ist auch dieses Jahr wieder mit ihrem digitalen Adventskalender am Start. Lesende und Hörende folgen Marias kleinem Esel in 24 Geschichten, mit Bastel- und Spielideen für Kinder sowie kurzen Impulsen der Achtsamkeit für Erwachsene für gemeinsame Familienmomente.
Der Kalender kann in 4 Sprachen erlebt werden. Ab dem 1. Dezember unter:
www.kathaargau.ch/adventskalender



Leonie Wollensack

Gewinnspiel

Wir verlosen je einen Kalender «Ein bisschen Advent» und «Wilde Weihnachten». Wer teilnehmen will, schickt bis zum 21.11. eine E-Mail mit dem Titel des Wunschkalenders als Betreff an redaktion@lichtblick-nw.ch