Lichtblick

Römisch-katholisches Pfarrblatt
Nordwestschweiz

31. Oktober bis 13. November
23/2026
Aargau West



Heilung

Heilung an Körper und Seele: Das Thema vereint Medizin und Religion. Die Texte dieser Ausgabe entstanden in interreligiöser Zusammenarbeit im Rahmen des Projekts «zVisite».

Seiten 2 bis 9

Oft fehlen uns im Winter Licht, Farben und Wärme. Wir haben Ideen gesammelt, wie Sie heil durch die kalte Jahreszeit kommen – und wo Sie im «Lichtblick»-Gebiet die Sonne finden.

Letzte Seite

Editorial

Verbindend



Jedes Jahr Anfang November findet die Woche der Religionen statt. Organisiert wird sie vom interreligiösen Netzwerk Iras Cotis. Rund 100 Veranstaltungen laden uns alle ein, den in der Schweiz ansässigen Religionen und Kulturen zu begegnen.
Jedes Jahr erarbeitet aus diesem Anlass ein interreligiös zusammengesetztes Redaktionsteam eine Zeitung, an der auch unsere Redaktion beteiligt ist. Sie erscheint seit vielen Jahren unter dem Titel «zVisite», was auf Berndeutsch «zu Besuch» bedeutet. Die entstandenen Texte zum Thema «Heilung» lesen Sie in dieser Ausgabe.
Besuche bei Spitalseelsorgenden, einer Handauflegerin, einer muslimischen Komplementärtherapeutin oder einer jüdischen Journalistin und Autorin zeigen das ganze Spektrum des Themas: das Hadern mit Krankheit, die Ausweglosigkeit chronischer Schmerzen, die Anwendung uralter Heilmethoden und das Zusammenspiel von Körper und Seele.
Die porträtierten Menschen sind vorsichtig mit dem Begriff «Heilung». Die Religion versteht das Heilen in einem viel umfassenderen Sinn als die evidenzbasierte Medizin: nämlich als ein «Heil-Werden», das alle Aspekte des Menschseins umfasst. Urs Pilgrim war jahrzehntelang als Hausarzt in Muri tätig. Er erklärt im Interview, dass das Heilige und das Heilen in fast allen Kulturen Hand in Hand gehen. Pilgrim sieht vor allem das Verbindende zwischen den Religionen: «Das Streben nach Ganzheit und Heilung verbindet uns alle – über alle Grenzen des Glaubens hinweg.»
Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.

Marie-Christine Andres Schürch
Bildquelle: Felix Wey

«Zuwendung ist zentral»

Die Pfarrerin Susanna Meyer Kunz und der Imam Saban Azizi arbeiten in der Seelsorge am Universitätsspital Zürich USZ. Die beiden sprechen über Heilungsgeschichten, Sprachbarrieren und das Aushalten der völligen Sinnlosigkeit.

Seit drei Jahren sind muslimische Seelsorgerinnen und Seelsorger im USZ im Einsatz. Wie lautet Ihre Bilanz?
Susanna Meyer Kunz: Die Patientinnen und Patienten profitieren sehr. Wir haben im USZ sehr viele Menschen aus dem Balkan in Behandlung. Sie gehören zu einer Minderheit, haben vielleicht Mühe mit der Sprache, sind krank, fühlen sich hilflos. Wir standen zwar auch diesen Menschen bei, doch zum Beispiel bei Erfahrungen von Kindsverlust hatten wir nicht ausreichende Kompetenz, um adäquat zu reagieren. Unsere muslimischen Kolleginnen und Kollegen kennen die Traditionen dieser Menschen, erfassen schnell, wo sie stehen und was sie brauchen. Das ist eine sehr grosse Bereicherung.
Saban Azizi: Wir profitieren von der langjährigen Erfahrung unserer christlichen Kolleginnen und Kollegen. Vorher waren wir als Freiwillige auf Abruf in der Seelsorge, nun sind wir institutionell eingebunden. Das bringt einigen administrativen Aufwand mit sich, aber wir wurden sehr gut unterstützt. Wir sind für die muslimischen Patientinnen und Patienten da. In Extremsituationen sprechen Menschen auch lieber in ihrer Muttersprache. In diesen Fällen führen wir auch Gespräche mit christlichen Patientinnen und Patienten. Die Menschen stehen im Zentrum, wir sind da, um zuzuhören und ihre Bedürfnisse aufzunehmen.
Susanna Meyer Kunz: Wir hatten schon Situationen, wo Angehörige, weil sie die Ärzte nicht ausreichend verstanden, nicht in notwendige Massnahmen eingewilligt haben. Erst als Saban ihnen alles erklärte, hat sich die Situation aufgelöst und sie konnten zustimmen. Auch das Personal profitiert natürlich, wir haben viele Mitarbeitende aus dem Balkan, die es schätzen, bei Sorgen und Problemen eine Ansprechperson zu haben.

Welches sind die Schwierigkeiten in der neu interreligiös aufgestellten Seelsorge?
Susanna Meyer Kunz: Eine grosse Herausforderung ist, dass keine muslimische Religionsgemeinschaft öffentlich-rechtlich anerkannt ist. Dem USZ ist sehr daran gelegen, dass sie trotzdem als Seelsorgende arbeiten können. Unser Hausjurist und Fachleute in den Landeskirchen haben einen grossen Aufwand betrieben, um für die Anstellung die nötigen Grundlagen zu erarbeiten. Aber es sind noch Notlösungen. Wir bewegen uns eigentlich immer noch im luftleeren Raum.

> **«Ich glaube, wir Seelsorgende haben die Fähigkeit, Ausweglosigkeiten auszuhalten.»**
>
> Susanna Meyer Kunz

Saban Azizi: Viele Muslime kennen nur die traditionelle Seelsorge des Imams einer Moschee, die stark religiös und traditionell geprägt ist. Einige sind vor einem politisierten Islam geflüchtet und wollen zuerst gar nichts mit Religionsvertretern zu tun haben. Ihnen gilt es das Konzept der Seelsorge zu erklären und ihnen die Angst vor der Beeinflussung zu nehmen. Wenn es zu einem Gespräch kommt, sind sie meistens sehr erleichtert und dankbar.

Kennt der Islam auch Rituale oder Gebete, die nur ein Imam vollziehen kann – wie das Sterbesakrament, das nur katholische Priester spenden dürfen?
Saban Azizi: Nein, wir muslimischen Seelsorgenden, auch die Frauen, können alle Formen der Seelsorge, Rituale oder Gebete anbieten. Es gibt aber Menschen, die von ihrem kulturellen Verständnis her unbedingt einen Imam wollen. Dann werde ich hinzugezogen, weil ich sowohl als Imam wie auch als Spitalseelsorger

ausgebildet bin. Wir machen das, weil die Menschen es wünschen, nicht weil es vom Islam her notwendig wäre.

Gibt es Unterschiede im religiösen Verständnis von Krankheit?
Saban Azizi: Ich glaube nicht. Ich fühle auch keinen Druck, dass mein Gegenüber von mir erwartet, dass ich als Seelsorger irgend etwas erreichen müsste. Ich führe ein persönliches Gespräch mit der Person, die vor mir steht. Es geht um ihre Befindlichkeit und darum, zuzuhören und Trost zu spenden.

Es gibt religiöse Auslegungen, die Krankheit als Strafe Gottes oder als schmerzhaften Weg zur Reinigung verstehen. Werden Sie damit oft konfrontiert?
Susanna Meyer-Kunz: Menschen mit schweren Essstörungen haben manchmal sehr rigide Vorstellungen, oft wurden sie in Freikirchen sozialisiert. Manche werden sogar ausgegrenzt von ihrer Gemeinschaft wegen ihrer Krankheit. Sie fragen sich schon: Bin ich so schlimm, schrecklich und sündig? Dann gibt es gläubige Menschen, die nicht zu viele Schmerzmedikamente nehmen wollen, weil auch Christus gelitten habe. Im Gespräch wandelt sich manchmal dieses Gottesbild. Oder es gibt Betroffene, die sehr reflektiert sind und sich mit dem Sterben auseinandersetzen. Ihre Angehörigen jedoch beten für eine Heilung um jeden Preis und werfen ihnen vor, zu wenig zu glauben. Da sind Gespräche mit allen, auch den Angehörigen, sehr wichtig.
Saban Azizi: Manchmal sagen Angehörige: Du bist doch ein guter Mensch, warum hast du eine so schwere Krankheit? Das belastet sie natürlich sehr. Es gibt einen Vers im Koran, in dem der Prophet Abraham Gott um Heilung bittet. Daraus folgern wir: Gott hat die Krankheiten erschaffen, er hat aber auch die Heilung erschaffen. Krankheit gehört zum Leben, ich kann um Heilung bitten oder auch darum, die Krankheit gut zu tragen.



Die Pfarrerin Susanna Meyer Kunz und der Imam Saban Azizi arbeiten in der Seelsorge am Universitätsspital Zürich. Die Zusammenarbeit ist für beide eine Bereicherung.

Der Krankheit einen Sinn zu geben, ist gefährlich. Zugleich ist die Sinnlosigkeit des Leidens schwer auszuhalten.
Susanna Meyer Kunz: Wir haben auf manche Dinge keine Antwort. Die Psychologen und Ärztinnen haben ihre Therapiekonzepte, aber auch sie stossen an Grenzen. Ich glaube, wir Seelsorgende haben die Fähigkeit, Ausweglosigkeiten auszuhalten und gerade darin den Patientinnen und Patienten nahe zu sein.

Nicht immer ist sinnvoll, was medizinisch möglich ist. Wie bringt sich die Seelsorge ein, wenn Menschen vor ethisch komplexen Fragen stehen?
Susanna Meyer Kunz: Geht es um medizinethische Fragen, werden wir in die interdisziplinären Fallbesprechungen einbezogen. Die Betroffenen unterstützen wir darin, diese Fragen mit dem Behandlungsteam offen anzugehen und ermutigen sie, eigene Entscheidungen zu treffen. Dass Therapieziele angepasst werden, weil es in erster Linie um die Lebensqualität geht und eine Krankheit nicht mehr um jeden Preis bekämpft werden kann, ist breit anerkannt.
Saban Azizi: Ich erlebe oft, dass es vor allem den Angehörigen schwerfällt, loszulassen. Sie

Susanna Meyer Kunz und Saban Azizi

Seit 2019 leitet Susanna Meyer Kunz die reformierte Spitalseelsorge am Universitätsspital Zürich. Sie arbeitet auch auf der Palliativstation und gehört zum Care Team. Zuvor war sie 15 Jahre am Kantonsspital Graubünden in Chur seelsorglich tätig. Nach ihrer Ausbildung zur Pflegefachfrau hat sie Theologie studiert und Weiterbildungen in Psychoonkologie und Notfallpsychologie absolviert.
Saban Azizi arbeite als muslimischer Seelsorger am Universitätsspital Zürich (USZ) und in der Psychiatrischen Universitätsklinik (PUK) Rheinau. Er hat Islamwissenschaft studiert, später ein Certificate of Advanced Studies (CAS) in muslimischer Seelsorge an der Universität Freiburg abgeschlossen, 2025 folgte eine Weiterbildung in psychologischer Notfallhilfe.



Die beiden Seelsorgenden erfahren bei ihrer Tätigkeit sowohl Heilungsgeschichten wie auch völlige Ausweglosigkeit. Die Zuwendung – da sein, zuhören und Trost spenden – ist in ihrer Aufgabe zentral.

wollen, dass der Patient um sein Überleben kämpft. Manchmal ist es auch eine Frage der Sprache. Die Familie einer bereits hirntoten Person wollte partout nicht einwilligen, dass die Maschinen abgestellt werden. Nach mehreren Gesprächen mit den Ärzten wurde ich hinzugezogen. Erst jetzt konnten sie die Situation richtig verstehen und liessen die Therapiezieländerung zu. Wir können helfen, die Sprachbarriere zu überwinden und Vertrauen zu schaffen.

«Manchmal kann Heilung auch bedeuten, dass die Seele zur Ruhe kommt.»

Susanna Meyer Kunz

In den Evangelien wird von Jesus und den Apostelinnen und Aposteln erzählt, die Kranke heilen können. Im Spital stellt sich aber niemand ans Bett und sagt: «Steh auf und zeig, dass du gehen kannst» (Joh 5,8). Sind die Heilungsgeschichten Stolpersteine oder Quellen der Hoffnung?
Susanna Meyer Kunz: Für mich sind sie eine Bereicherung. Sie stehen für eine Wirklichkeit, die im hoch technologisierten Klinikalltag oft keinen Platz hat. Und es gibt auch heute noch Wundergeschichten: Menschen, die trotz schlechter Prognosen gesund werden. Zudem sagt Jesus häufig, der Glaube habe die Menschen geheilt. Damit wirft er auch die Frage auf, was Heilung, dieses Aufstehen eigentlich bedeutet. Die Erzählungen laden dazu ein, darüber nachzudenken, was einem Menschen wichtig ist. In welchen Momenten und unter welchen Bedingungen er sich geborgen fühlt, trotz der Krankheit.

Und wenn das Wunder ausbleibt und nur Verzweiflung bleibt?
Susanna Meyer Kunz: Im Spitalalltag sind wir tatsächlich oft mit schlimmen Situationen konfrontiert. Es gibt dieses völlig sinnlose Sterben: eine junge Mutter, die auf dem Zebrastreifen von einem betrunkenen Autolenker angefahren wird, ein Jugendlicher, der schwer an Krebs erkrankt. Dann sind biblische Heilungsgeschichten, die meistens gut ausgehen, tatsächlich Stolpersteine, diese Spannung lässt sich nicht auflösen.

Erzählt der Koran auch von wundersamen Heilungen?
Saban Azizi: Ja. Mehrfach erwähnt wird Hiob, der 18 Jahre lang krank im Bett lag. Als er sich mit einem Bittgebet an Gott wendet, wird er plötzlich gesund. Dass Gott unsere Bitten erhört, ist eine starke Ressource.

Aber manchmal auch ein leeres Versprechen: Oft lassen sich Krankheiten nicht wegbeten.
Saban Azizi: Das stimmt. Und auch davon erzählt der Koran. Hiob wird von allen Freundinnen und Freunden verlassen. Drei Freunde machen ihm gar Vorwürfe, weil sie davon ausgehen, dass Hiob gesündigt haben muss, weil es ihm sonst nicht so schlecht gehen würde. Allein seine Frau steht ihm bei. Es geht also um jene Zuwendung, die auch in der Seelsorge zentral ist. Hiob, der ja in der Bibel wie im Koran vorkommt, kann da eine wichtige und hilfreiche Figur sein: Gott hat Tod und Leben, Krankheit und Gesundheit geschaffen. Die Ursachen für eine Krankheit bleiben oft im Dunkeln. Jemandem beizustehen, bedeutet dann, die Verzweiflung und Sinnlosigkeit auszuhalten. Und manchmal kann Heilung auch bedeuten, dass die Seele zur Ruhe kommt.
Susanna Meyer Kunz: Wichtig ist, dass wir Heilung nicht nur individuell verstehen. Wer auf der Notfallabteilung arbeitet, wird beinahe täglich mit Fällen von häuslicher Gewalt konfrontiert. Es gibt auch strukturelle Krankheiten in unserer Gesellschaft.

Und was können die Religionen dazu beitragen, dass die Gesellschaft Heilung erfährt? Sie haben ja auch Spaltungspotenzial.
Saban Azizi: Deshalb müssen die Religionen das Gemeinsame betonen und vorleben, was Friede und Versöhnung bedeutet.
Susanna Meyer Kunz: Den Opfern beistehen und die Täter begleiten, zum Beispiel in der Gefängnisseelsorge, das halte ich für eine ganz zentrale Aufgabe der Kirchen und Religionsgemeinschaften in der Seelsorge. Gewaltverbrechen hinterlassen ja immer Verletzungen. Sie können nur durch Aufarbeitung heilen, in der vielleicht sogar Versöhnung möglich wird.

Interview: Felix Reich und Beatrix Ledergerber

zVisite

Die Publikation «zVisite» ist eine interreligiöse Kooperation, die einmal im Jahr anlässlich der Woche der Religionen erscheint. Beteiligt sind die Redaktionen von «Lichtblick» Pfarrblatt Nordwestschweiz; reformiert., die evangelisch-reformierte Zeitung; Forum, Magazin der katholischen Kirche im Kanton Zürich; tachles, das jüdische Wochenmagazin; Christkatholisch, Zeitschrift der Christkatholischen Kirche; Kirchenbote, evangelisch-reformierte Zeitung BS, BL, SO, SH und Zentralschweiz; Iras Cotis, Interreligiöse Arbeitsgemeinschaft in der Schweiz sowie das katholische Pfarrblatt Bern.

Heilen nach prophetischer Tradition

Asima Onur schröpft die Haut ihrer Kundschaft nach einer Tradition, die schon Prophet Mohammed empfahl. Ein Besuch bei der Hijama-Praktikerin aus Olten, die mit alter muslimischer Heilkunst Menschen etwas Gutes tun will.

Der Kunde liegt auf dem Bauch, das Gesicht nach unten, der Oberkörper frei. Asima Onur setzt ein halbes Dutzend fünflibergrosse Gläser auf den Rücken. Mit einer Handpumpe saugt sie Luft aus den Gläsern. Unterdruck entsteht. Langsam bilden sich blaue Flecken. Hijama – blutiges oder nasses Schröpfen – gehört im Islam zur prophetischen Medizin. Diese stützt sich auf Überlieferungen aus dem Leben Mohammeds. Dazu zählen Heilmittel wie Honig, das Rezitieren von Koransuren oder eben das Schröpfen. «Die beste Behandlung, die ihr anwenden könnt, ist Hijama», sagte Mohammed laut einem Hadith von Sahih al-Bukhari, einer Überlieferung über das Leben des Religionsgründers.



Nach einigen Minuten entfernt Onur die Gläser, desinfiziert die Haut und ritzt die Flecken mit einer Klinge ein. Sie setzt die Schröpfgläser wieder auf die Wunden und pumpt erneut Luft ab. Blut quillt aus der aufgeritzten Haut. Zum Schluss reibt Onur die Wunden mit Johanniskrautöl ein. «Das hilft bei der Heilung», erklärt sie. Zum Schröpfen kam Onur auf Umwegen. Schon als Kind wollte sie kranken Menschen helfen. «Meine Mutter war ständig krank», erinnert sie sich. «Ich begleitete sie oft zum Arzt, um zu übersetzen.» Ein Medizinstudium sei für sie aber nie in Frage gekommen. «Da muss man Leichen sezieren, und davor habe ich zu viel Respekt.»

Stattdessen machte Onur eine kaufmännische Ausbildung und arbeitete im Büro. Der Wunsch, kranken Menschen zu helfen, blieb aber. Als sie von Hijama hörte, war sie fasziniert: «Wenn der Prophet es empfohlen hat, muss es etwas Gutes sein», dachte Onur, die in einer kurdischen Familie muslimischen Glaubens in Bern aufwuchs. Auf der Suche nach einer Ausbildungsmöglichkeit stiess sie auf eine Fachschule für Chinesische Medizin in Basel. Dort absolvierte sie die Ausbildung zur Komplementärtherapeutin. Heute führt die 38-Jährige eine Praxis in Olten.

Die meisten Kunden, die bei Onur eine Hijama-Sitzung buchen, sind Muslime. Sonst ist die Kundschaft aber durchmischt. Wer nicht zum Schröpfen kommt, sucht andere Therapiemethoden auf. Dass es vor allem in muslimischen Kreisen bekannt sei, könne sich ändern, betont Onur. Die Methode tue allen Menschen gut, ist sie überzeugt. Schröpfen ist eine uralte Heilmethode. Schröpfköpfe, die in Mesopotamien gefunden wurden, sind über 5000 Jahre alt. Laut den US-amerikanischen National Institutes of Health deuten einzelne Studien darauf hin, dass Schröpfen Schmerzen lindern und das Wohlbefinden steigern kann. Belastbare wissenschaftliche Belege fehlen aber. Manche Krankenkassen übernehmen die Kosten bei einer Zusatzversicherung im Bereich Komplementärmedizin.

Von «heilen» möchte Asima Onur aber nicht sprechen. Und als «Heilerin» sieht sie sich erst recht nicht. «Man wird nicht automatisch geheilt, wenn man Hijama macht», stellt sie klar. Für sie ist das Schröpfen eine ganzheitliche Therapie, bei der die Patienten selbst mithälfen, damit sich die Beschwerden linderten, ähnlich wie in der traditionellen chinesischen Medizin. Zudem kämen auch Gesunde zum Schröpfen, um ihr Wohlbefinden zu steigern. «Menschen etwas Gutes zu tun, ist meine Berufung», sagt Onur.

Stefan Degen

Schnittmenge Medizin und Religion

Über 30 Jahre war Urs Pilgrim Facharzt in Muri und merkte früh, dass Schulmedizin ohne Spiritualität an Grenzen stösst. Inspiriert vom Kloster Muri verfasste der Kulturförderer Bücher über die tiefe Verbindung von Biologie, Glauben und Heilen.

Urs Pilgrim, Sie blicken auf eine lange praktische Tätigkeit als Hausarzt in Muri zurück. Wie sind Sie dazu gekommen, sich intensiv mit der Schnittmenge von Medizin und Religion auseinanderzusetzen?

Urs Pilgrim: Diese Erkenntnis ist über Jahrzehnte in der täglichen Begegnung mit meinen Patientinnen und Patienten gereift. Wenn man eine Praxis in einer ländlichen Region wie dem Freiamt führt, teilt man Lebensgeschichten. Ich habe gemerkt, dass die wissenschaftlich orientierte Schulmedizin wohl ein unverzichtbares Fundament bildet, den Menschen aber oft unvollständig darstellt.

Wie meinen Sie das?

Besonders am Krankenbett stösst unsere Apparatemedizin in existenziellen Phasen an Grenzen. Ich durfte erleben, dass gläubige Menschen in Krisen oft eine bemerkenswerte innere Geborgenheit besassen. Sie hatten weniger Angst vor dem Tod, weil sie sich getragen fühlten – sei es durch Gott oder eine tiefe Spiritualität. Das prägte mich zutiefst.



Quelle: zvg

Dieses Fresko im Kloster Muri stellt die Heilung eines Blinden durch Jesus dar. Das Motiv steht in Verbindung zur klösterlichen Tradition der Benediktiner Muris, die während Jahrhunderten Arzneigärten pflegten, medizinisches Wissen sammelten und Krankenpflege betrieben.



Quelle: zvg

Urs Pilgrim ist pensionierter Hausarzt, Internist und Rheumatologe. Neben der Medizin beschäftigt sich Urs Pilgrim mit Geschichte, Religion und Kultur und engagiert sich für das ehemalige Kloster Muri. Sein Buch «Was hilft? Medizin und Religion in Bildern aus dem Kloster Muri» ist 2020 im Theologischen Verlag Zürich erschienen (ISBN 978-3-290-20191-3).

Sie sind aber auch sehr mit der Geschichte der Medizin verbunden.

Ja, denn parallel zu meiner praktischen Arbeit faszinierte mich die Geschichte des Klosters Muri. Beim Betrachten der jahrhundertealten Fresken wurde mir bewusst: Früher waren Medizin und Religion untrennbar verwoben. Die Mönche waren Seelsorger und «Körpersorger» zugleich. Diese historische Beobachtung brachte mich dazu, systematisch zu erforschen, wie stark unsere Biologie mit unserer Spiritualität verknüpft ist.

Was unterscheidet Religion und Medizin im Kern – und wo liegt die entscheidende Verbindung, die Sie in Ihren Büchern beschreiben?

Die moderne Medizin sucht nach dem «Wie»: Sie analysiert biochemische Prozesse und therapiert den materiellen Körper mit Medikamenten oder Operationen. Die Religion hingegen fragt nach dem «Warum»: Sie sucht nach Sinn, Trost und Orientierung im Leiden. Die Medizin repariert, die Religion deutet.

Gibt es denn da noch Schnittmengen?

Trotz dieser scheinbaren Gegensätze gibt es eine riesige, wissenschaftlich messbare Schnittmenge. In meinem Buch «Homo religiosus» zeige ich auf, dass Spiritualität tief in unserer Biologie und Evolutionsgeschichte verankert ist. Wenn ein Mensch glaubt, betet oder medi-

tiert, schaltet er den Verstand keineswegs aus. Im Gehirn werden nachweisbar neurobiologische Prozesse in Gang gesetzt. Die Ausschüttung von Stresshormonen wie Cortisol sinkt, während das Immunsystem gestärkt und Schmerzen gelindert werden. Glaube ist kein theoretisches Konstrukt, sondern eine hochwirksame psychosomatische Ressource für das Gesundwerden und Gesundbleiben. Körper und Seele bilden eine untrennbare Einheit.

Dem Begriff des «Heilens» kommt in beiden Disziplinen eine zentrale Rolle zu. Welche Bedeutung kommt dem Heilen in der Medizin im Vergleich zur Religion zu?

In der Medizin wird Heilen oft rein funktional verstanden: die Abwesenheit von Krankheit, das Schliessen einer Wunde oder das Verschwinden eines Tumors. Das ist ein technischer Erfolg. Doch ein Mensch kann klinisch «geheilt» entlassen werden und in seiner Seele dennoch zutiefst gebrochen oder einsam sein.

Und die Religion?

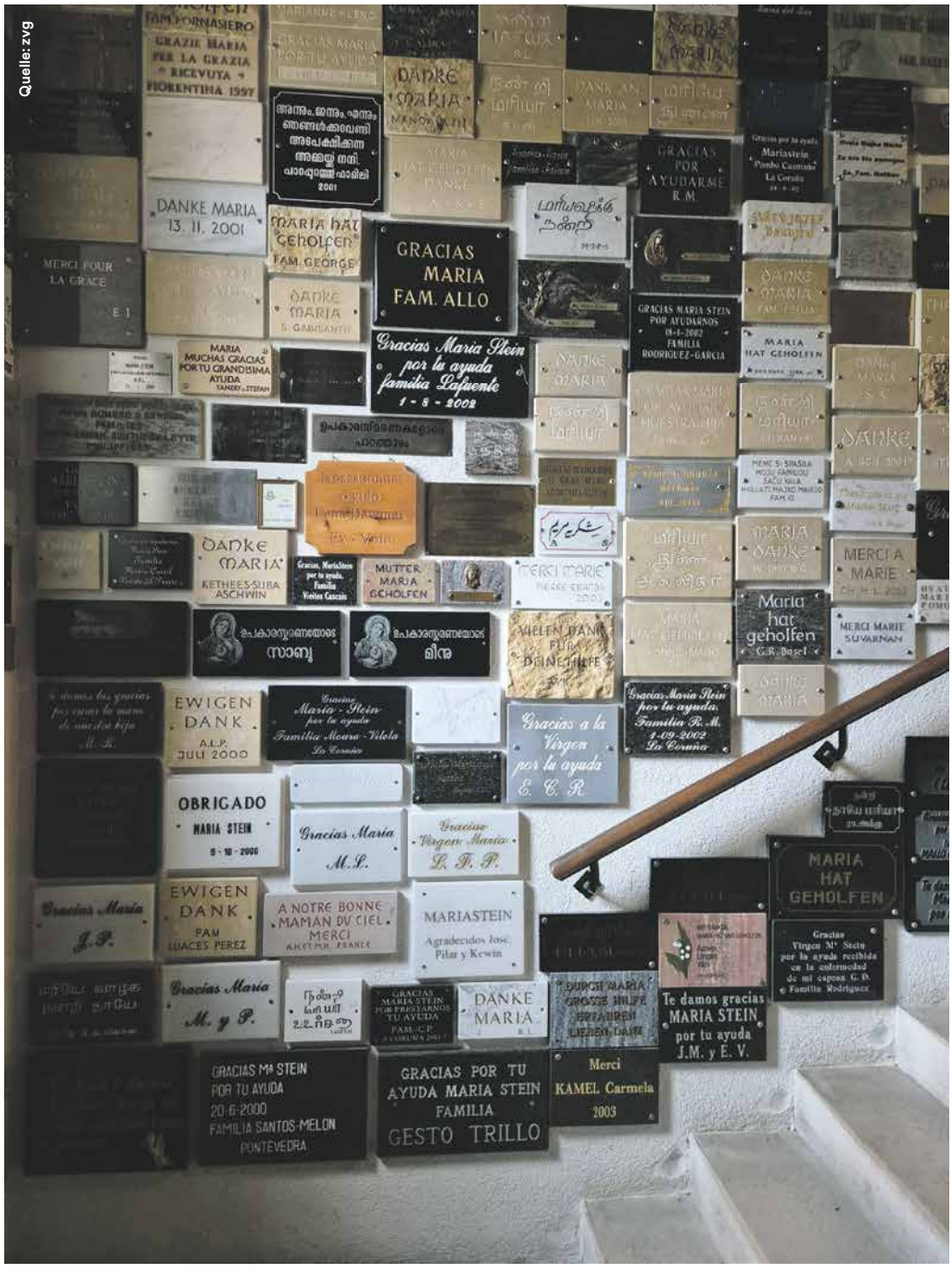
Sie versteht das Heilen in einem viel umfassenderen, ganzheitlichen Sinn: als ein «Heil-Werden». Es geht um die Wiederherstellung der inneren Balance, um Versöhnung mit dem eigenen Schicksal und die Einbettung in ein grösseres Ganzes. Ein historisches Beispiel ist Jesus von Nazaret: Seine Heilungen waren nie isolierte medizinische Eingriffe. Er heilte durch Zuwendung, das Durchbrechen sozialer Isolation und die Vermittlung von Nächstenliebe.

Was sind die Verbindungen?

Wahre Heilung ist ein synergetischer Prozess. Die Medizin schafft die biologischen Voraussetzungen, lindert den Schmerz und bekämpft den Erreger. Aber das eigentliche Heilwerden – das Annehmen einer chronischen Erkrankung oder das friedliche Loslassen am Lebensende – erfordert die Spiritualität. Die Medizin sorgt für das Überleben, die spirituelle Dimension für das innere Freisein.

Welchen Bezug zum Heiligen und zum Heilen gibt es neben dem Christentum auch in anderen Religionen und Kulturen?

Das Phänomen, dass das Heilige und das Heilen Hand in Hand gehen, ist ein «anthropologisches Universale» – wir finden es in fast allen Kulturen der Menschheitsgeschichte. Die Trennung zwischen Arzt und Priester ist eine relativ junge Errungenschaft der westlichen Aufklärung. In den antiken Hochkulturen Ägyptens und Griechenlands waren die Heilerinnen und Heiler immer auch Mittlerinnen und Mittler zum Göttlichen. Denken Sie an den Asklepios-Kult, bei dem Kranke in Tempeln schliefen, um im Traum Heilung durch die Götter zu erfahren.



Die Votivtafeln im Kloster Mariastein wurden aus Dankbarkeit angebracht.

Welche Religion ist am besten für die Heilung gerüstet?

Heilung ist kein exklusives Privileg einer einzelnen Weltanschauung, sondern tief in unserer Biologie, unserer Psyche und der Evolution verankert. Wenn die Medizin als Sorge um den Körper und die Religion als Sorge um die Seele aufeinandertreffen, geschieht dies auf vielen tiefgründigen Ebenen. Während die monotheistischen Religionen – das Christentum, das Judentum und der Islam – das Heil primär aus der vertrauensvollen Beziehung zu einem Schöpfergott erwarten, setzen östliche Traditionen wie der Buddhismus und der Hinduismus auf die Erkenntnis kosmischer Gesetze und die Transformation des eigenen Bewusstseins.

Gibt es eine Brücke zwischen Heilen und Glauben?

So unterschiedlich die Pfade und die spirituellen Sprachen auch sein mögen: In ihrer biologischen Wirkung auf den menschlichen Körper treffen sie sich am Ende alle auf derselben Brücke. Sie aktivieren dieselben evolutionären Selbstheilungskräfte, lindern Stress und schenken dem Menschen Sinn. Das zeigt uns: Das Streben nach Ganzheit und Heilung verbindet uns alle – über alle Grenzen des Glaubens hinweg.

Interview: Niklas Raggenbass

Kraft durch Berührung

Die reformierte Pfarrerin Anemone Eglin befasst sich seit bald 40 Jahren intensiv mit Spiritualität, Kontemplation und Psychologie. Für sie ist die Praxis des Handauflegens weder Wundermethode noch Esoterik, sondern eine Form aufmerksamer Präsenz.

Die Frau im Spitalbett ist unruhig. Anemone Eglin legt ihr die Hände aufs Knie. Nach einer Weile wird die Frau still und fragt: «Was ist das für eine Kraft? Es ist nicht Ihre.» Eglin fragt zurück: «Was meinen Sie?» «Die Kraft Gottes», sagt die Frau. «Das glaube ich auch», antwortet die Pfarrerin. Solche Momente berühren Anemone Eglin. Die Theologin praktiziert das Handauflegen als spirituelles Heilritual.



Anemone Eglin weiss, dass Heilung nicht heisst, dass alles wie früher wird. Heilung kann auch bedeuten, dass jemand wieder Vertrauen fasst in sich und das Leben.

Dabei versteht sie sich nicht als Heilerin. Handauflegen sei für sie Kontemplation und Segen. Sie öffne sich für eine göttliche Heil- und Lebenskraft und vertraue darauf, dass «das, was kommt», zum Guten wirke. Diese Kraft erlebte Eglin auch auf Demenzstationen. Als Pfarrerin hatte sie dort oft am Bett von Menschen gesessen und nicht gewusst, wie sie mit ihnen in Kontakt kommen konnte. Über Berührung entstand ein wortloses Gespräch auf Augenhöhe. Eine Frau spielte mit ihren Fingern oder hielt ihre Hand fest. Eine andere, die kaum noch sprechen konnte, sagte unvermittelt: «Du bisch ganz e Liebi.»

Für Anemone Eglin ist das Wesentliche beim Handauflegen eine absichtslose Haltung: Da sein, ohne etwas erreichen zu wollen. Um so zu berühren, brauche es Wohlwollen, Demut, den Mut zur Hingabe und die Fähigkeit, von eigenen Vorstellungen abzusehen. Zuvor sammelt sie sich mit einem Heilgebet. Danach richtet sie die Aufmerksamkeit auf ihren Atem, legt ihre Hände an verschiedenen Stellen des Körpers ihres Gegenübers auf und spricht abschliessend einen Segen.

Handauflegen ist für Eglin keine Alternative zur Medizin. Und sie unterscheidet zwischen gesund und heil werden. «Heilung bedeutet nicht, dass alles wieder wie früher wird. Heilung kann geschehen, ohne dass eine Krankheit verschwindet. Jemand fasst wieder Vertrauen, in den Körper, ins Umfeld, ins Leben oder Göttliche oder findet verschüttete Ressourcen wieder.» So könne aus einer Krise eine Kraft erwachsen, die helfe, mit einer Krankheit oder Situation umzugehen. Eindrücklich hat Anemone Eglin dies bei einer alten Frau erlebt, die in einer verstrickten Situation war und mit Sterbehilfe ihr Leben beenden wollte.

Beim Handauflegen tauchte ein Bild vor ihr auf, in dem sie sich in einem stinkenden Gülleloch befand. Dann wurde das Wasser klar. Ein Jahr lang kam die Frau immer wieder. Danach schrieb sie Eglin, sie habe erfahren, dass Liebe eine Kraft sei. Das helfe ihr nun zum Weiterleben. Für die Theologin liegt darin keine Erfolgsgeschichte, sondern eine Heilungserfahrung, bei der jemand Zugang zu einer Kraft findet, die hilft, das eigene Leben zu bestehen. Auf der Palliativstation des Spitals Zollikerberg bedeutet Handauflegen für Eglin vor allem Präsenz und Linderung, mit einer behutsamen Hand auf der Schulter oder unter der Hand einer kaum noch ansprechbaren Person. Danach bleibe der Fokus auf dem wohltuenden Zustand.

Im Neuen Testament ist überliefert, dass Jesus, seine Jünger/innen und andere Menschen durch Handauflegen heilten. Diese Praxis findet sich auch in anderen Religionen. Für Anemone Eglin ist sie etwas Ur-Menschliches. Eltern legen ihrem kranken oder verletzten Kind die Hand auf und singen ein Trostlied, eine Geste, die sagt: «Ich bin da. Du bist nicht allein mit deinem Schmerz.» Für Eglin gehört das Handauflegen zu den Aufgaben der Kirche. Das Evangelium sei eine Heilsbotschaft, und Rituale seien Handlungen im segnenden Sinn von «Es möge dir gut gehen». «Unser Grundauftrag ist, für die Menschen heilend da zu sein», sagt die Pfarrerin. Manchmal kann Heilung mit den Händen eines Menschen beginnen, der einfach da ist.

Anouk Hiedl

Schmerz, der alles verändert

Erlischt die Hoffnung auf Heilung, bleibt nur das Leben mit Schmerzen, die nicht zum Aushalten sind. Bis die Religion das Fundament freilegt, auf dem wieder Schritte möglich werden.



Weiter, bis zum nächsten Atemzug, aller Schmerzen zum Trotz: Autorin Hannah Einhaus

Wenn der Schmerz in dein Leben dringt, ist nichts mehr gleich. Deine geliebten Mitmenschen zeigen Mitgefühl, doch mit deinem Schmerz bleibst du allein. Er macht dich verrückt. Er macht dich aggressiv. Du willst ihn loswerden, doch er bleibt. Beharrlich. Medikamente wirken nicht. Es gibt keine Heilung. Du bist gefangen. Der Schmerz wird erst enden mit deinem letzten Atemzug. Du willst raus aus dieser Haut. Jetzt. Deine Gedanken beginnen zu fantasieren. Am Fussgängerstreifen, wenn ein Lastwagen kommt. Am Gleis, wenn ein Zug einfährt, auf einem Balkon im achten Stock. Stop!

Ein lästiges Kribbeln in den Zehen, wie Ameisen, begleitete mich seit zehn Jahren. Daraus wurde im August 2022 ein Krabbeln, Klemmen, Stechen und Kitzeln in den Unterbeinen. Die Ameisen mutierten zu Schlangen, die seither ihr Gewicht um meine Beine schlingen. 60 Sekunden, 60 Minuten, 24 Stunden, 365 Tage, 365 Nächte. Seit über vier Jahren.

Wer mir gegenübersteht, sieht, hört und spürt nichts davon. Nur ein etwas unregelmässiger Gang gibt Hinweise. Am Anfang versuchte ich die Schmerzen zu ignorieren. Ein Projekt mit Herzblut hielt die Schlangen in Schach. Doch mein Geduldsfaden wurde dünner und mein Ton schärfer, wenn im Alltag oder beruflich etwas nicht auf Anhieb nach Wunsch lief.

Dazu kamen der 7. Oktober 2023 und der Gazakrieg. Bern hat sich seither für mich in eine Stadt des Schmerzes verwandelt. Seither ist das Stadtzentrum übersät mit antisemitischen Symbolen wie roten Hamas-Dreiecken und Vernichtungsparolen wie «Abolish Zionism». Sie sprechen dem jüdischen Volk – und damit auch mir – das Recht auf Existenz und Selbstbestimmung ab. Jeder Kleber, jede Parole ist für mich ein Stich ins Herz. Sie sagen mir: «Nur als toter Jude bist du ein guter Jude.» So vermischen sich die Schmerzen durch meine Schlangen mit dem Schmerz, dass Unsagbares wieder sagbar geworden ist. Den Schmerz über den offen sichtbaren Judenhass in Bern konnte ich teilen, was zu neuen Freundschaften führte. Mit den Schlangen blieb ich allein. In jenem Sommer begann ich mich nach dem letzten Atemzug zu sehnen. Gleichzeitig produzierte ich eine Zeitschrift. Arbeitete für ein Theater. Erfüllte Pflichten. Hielt Termine ein. Die Strasse überquerte ich erst, wenn das Auto hielt.

«Dawka. Trotzdem. Kadima. Vorwärts. Dawka. Kadima. Trotzdem. Vorwärts.» Als ich in jungen Jahren in Israel Hebräisch lernte, prägte sich diese Wörter tief in mir ein. Menschen, die den Holocaust überlebt hatten, erzählten mir, wie sie trotz allem die Kraft gefunden hatten, weiterzuleben und dieses Land aufzubauen. Sie schrieben Torarollen für die nächste Generation – die Schrift, die unverändert seit über 3000 Jahren das jüdische Fundament der monotheistischen Religionen bildet. Die Schrift, die in jeder Generation neue Wege aufzeigt, im Hier und Jetzt den Alltag zu heiligen. Dawka. Trotz allem. Kadima. Weiter. Ohne ständig an den letzten Atemzug zu denken.

Fragen nach Sinn, Schicksal, Vorsehung oder Strafe stellte ich nicht. Keine Antwort würde etwas an den Schmerzen ändern. Ich musste einen Weg zur Resilienz finden, um mit dieser Dauerbelagerung durch die Schlangen zu leben. Die Zeitschrift war gedruckt. Ich gab die Redaktionsverantwortung ab, um die berufliche Belastung zu reduzieren und dem Schmerz im Alltag einen Platz einzuräumen. Für den mentalen Umgang mit dem Schmerz ohne Ende fand ich medizinische Beratung. In einem Interview mit einem 80-jährigen Autor über das Älterwerden fiel der Satz: «Ich schreibe, also bin ich.»

Es machte Klick. Auch ich schreibe. Das Wort war der Schlüssel zur Schöpfung: Im Anfang war das Wort. Die Sprache unterscheidet den Menschen von anderen Wesen. Solange mir die Kraft der Worte bleibt, und solange ich der Sprache mächtig bin, bin ich stärker als der Schmerz. Die Schmerztherapie hat dazu geführt, dass ich den Schlangen einen Platz in meinem Alltag zugestehe. Solange sie in ihrer Ecke bleiben und ich die Macht über die Worte behalte, kann ich mich allmählich mit ihnen arrangieren.

Seit diesem Jahr schwimme ich wieder. Mit zusätzlichen Nadelstichen im Wasser, dafür schwerelos. Einatmen über dem Wasser. Ausatmen unter dem Wasser. Einatmen. Den Widerstand des Wassers überwinden. Kadima. Zug um Zug. Hier. Jetzt. Dawka. Zum nächsten Atemzug. Trotz aller Schmerzen. Kadima. Weiter.

Hannah Einhaus

Die Autorin ist Journalistin, Historikerin und und Präsidentin des Berner Kulturvereins Tayelet70 (jüdische Kultur und Demokratie)

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. **31.10.** 19.00 Adorazione eucaristica, Buchs (cappella). **1.11.** Tutti i Santi 9.15 Zofingen, 11.30 Aarau. **2.11.** Tutti i Defunti 9.15 Zofingen, 19.00 Aarau animata dalla Corale. **4.11.** 18.00 Momento Liturgico, Aarau (chiesa). **7.11.** Sospesa S. Messa Aarburg. 17.00 Rosario, Gränichen (Töndler). **8.11.** 9.15 Zofingen, 11.30 Aarau, Sospesa S. Messa Menziken. **11.11.** Sospeso Momento Liturgico Aarau. **13.11.** 17.30 Rosario, Aarau (cappella).
Attività pastorali: 4.11. 16.00 Gr. Ministranti, Aarau (Missione). **6.11.** 19.30 Gr. Giovani 14+, Aarau (Missione). **7.11.** 19.30 Proiezione Film «Il mio nome è Carlo», Zofingen (Chi-Rho). **14.11.** Gr. Bambini, Aarau (Kirchensaal)

MCI Brugg
Hauserstrasse 18, 5210 Windisch
056 441 58 43
missione.brugg@kathaargau.ch
Lun/Mar/Mer e Gio 9–12
Sante Messe
31.10. 18.00 Windisch bilingue. **1.11.** 11.00 Windisch, 18.00 Rheinfelden. **3.11.** 19.30 Windisch. **6.11.** 19.00 Stein Adorazione Eucaristica. **7.11.** 17.00 Birr. **8.11.** 11.00 Brugg, 18.00 Rheinfelden. **10.11.** 19.30 Windisch.
Attività: Ogni martedì 19.00 Santo Rosario Windisch. **31.10.** dopo S.M Castagnata. **8.11.** Brugg e Rheinfelden Commemorazione dei Fedeli Defunti

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
31.10. 17.30 Baden, Stadtkirche; 19.30 Kleindöttingen. **1.11.** Tutti i Santi; 9.00 Bad Zurzach non si celebra; 11.00 Wettingen, S. Antonio. 18.00 Neuenhof, S. Giuseppe. **2.11.** Commemorazione dei defunti 9.00 Wettingen, Friedhof Brunnenwiese. **7.11.** 17.30 Baden, Stadtkirche; 19.30 Kleindöttingen. **8.11.** 11.00 Wettingen, S. Antonio (bilingue); 18.00 Spreitenbach, Ss. Cosima e Damiano. **13.11.** 15.00 Leuggern, Preghiera Mariana del S. Rosario.
Wettingen: Sante Messe feriali nella cappella di Sant'Antonio. Ogni venerdì del mese alle ore 8.30.
Attività ricreativa: Mercoledì 4 novembre dopo la Santa Messa delle ore 11.00 segue la giornata di fraternità per la «La Terza Età». Siete pregati di annunciarvi in segreteria. Grazie.
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

Missão Católica Portuguesa

Padre Manuel Lopes Tavares
Grendelstrasse 25, 5408 Ennetbaden
manuel.lopes@kathaargau.ch
056 555 42 40
mclportug@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
31.10. Krštenje i vjenčanje Wettingen 15.00. Krštenje Oberentfelden 17.00. **1.11.** Misa Svi Sveti (vjeronauk: Buchs, Zofingen), Buchs 9.30; Wettingen 12.30; Zofingen 16.00. **2.11.** Misa Dušni dan Buchs 19.00. **3.11.** Susret Frame HKM Aargau 19.30. **5.11.** Krunica, misa i klanjanje Wettingen 19.30. **6.11.** Krunica, misa i klanjanje Oberentfelden 19.30. **7.11.** Krštenje Rheinfelden 11.00; Krštenja Untersiggenthal 15.00; Krunica i misa Bad Zurzach 18.00. **8.11.** Misa (vjeronauk: Wettingen, Menziken) Buchs 9.30, Wettingen 12.30, Menziken 16.00. **10.11.** Susret Frame HKM Aargau 19.30. **12.11.** krunica i misa Wettingen 19.30.

Duszpasterstwo Polonijne

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

Msze swiete – Birmenstorf
1.11. Msza sw. 12.30 (ausnahmsweise). **4.11.** Rozaniec 19.00. **6.11.** Pierwszy piatek miesiaca 19.00. **8.11.** Msza sw. 13.00. **11.11.** 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
Kurs Tod und Trauer. Donnerstag, 5. und 12. Nov., 17.45 Uhr, Windisch. Wie gehen wir mit Tod und Trauer um? Kursleitung: Isabelle Deschler, Sarah Bütler. 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. Nov., 13.30–17.30 Uhr, Grossratssaal Aarau. Alle Traktanden: www.kathaargau.ch/synode. Livestream der Synode: www.youtube.com/@kathaargau.

Fachstelle Bildung und Propstei
bildungundpropstei@kathaargau.ch
www.bildungundpropstei.ch
Infos und Anmeldung:
www.kathaargau.ch/agenda
30. ökumenisches FrauenKirchenFest Aargau. Bullingerhaus, Aarau. Sa 13. Nov., 14.30–17.30 Uhr.
Aargauer Bildungstag 2026. Pfarreiheim St. Anton, Wettingen. Sa 14. Nov., 8.30–17 Uhr. Inspiriert leben heute – jeden Tag neu: Wie leben wir als Christinnen und Christen heute? Mit KAB, Katholische Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmerbewegung Aargau.

Propstei Wislikofen
Seminarhotel und Bildungshaus
5463 Wislikofen, 056 201 40 40
sekretariat@propstei.ch
Kursanmeldung:
www.propstei.ch/bildung/
Kommunikation mit und ohne KI. Sa 14. Nov., 9.30–16.30 Uhr. Wie erreichen wir Zielgruppen? Praxisnahe Weiterbildung zum effizienten Einsatz von KI.
Meine Hoffnung lass' ich mir nicht nehmen. Die Frage nach dem Sinn. Mi 18. Nov., 18 Uhr, bis Fr 20. Nov., 15.30 Uhr. Bewusst und zielstrebig nach dem suchen, was stärkt und auf letzte Ziele ausrichtet.

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

Fachstelle Spezialseelsorge
Leitung: Dorothee Fischer
062 832 42 70
spezialseelsorge@kathaargau.ch
Infos und Kursanmeldung:
www.kathaargau.ch/agenda
Würdevolles Leben mit Demenz. Stritengässli 10, Aarau. 12. Nov., 19 Uhr, Öffentlicher Themenabend der Aargauer Landeskirchen mit Pfrn. Martina Holder-Franz.

Fachstelle Katechese – Medien
Hohlgasse 30, 5000 Aarau
062 836 10 63, www.aareka.ch
medienverleih@kathaargau.ch
Mo–Fr: 9.00–11.00 / 14.00–17.00 Uhr
Googeln, klicken, einsetzen – Websites für die katechetische Praxis. Di 17. Nov., 19.30 Uhr, online. Religion digital entdecken: Welche Websites bieten gute Materialien, Unterrichtsideen und Hintergrundwissen für den Religionsunterricht? Online-Weiterbildung. www.kathaargau.ch/agenda

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

Einladung zur Kirchgemeindeversammlung

Montag, 16. November 2026, 20 Uhr
Pfarreizentrum Chi Rho, Zofingen
Traktandenliste:

1. Begrüssung / Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der Kirchgemeindeversammlung 2025
3. Erfolgsrechnung 2025
4. Kreditabrechnung Umbau Chi Rho
5. Verlängerung der Leistungsvereinbarung betreffend Projekt Kirchlich Regionaler Sozialdienst (KRSD)
6. Budget 2027 und Festlegung des Steuerfusses
7. Wahlen
8. Personelles
9. Informationen zum Projekt Pfarrhaus Zofingen
10. Verschiedenes

Die Akten liegen vom 2. November 2026 bis 13. November 2026 jeweils vormittags während der Öffnungszeiten (Donnerstag geschlossen) bei der Finanzverwaltung im Sakristanenhaus auf. Ab dem 2. November 2026 können die Unterlagen wie Erfolgsrechnung 2025, Budget 2027 usw. im Schriftenstand der Kirchen Zofingen und Strengelbach sowie im Sekretariat bezogen werden. Auf Wunsch werden die Unterlagen per Post zugestellt (Tel. Sekretariat 062 746 20 60).
Eingeladen sind alle stimmberechtigten Katholikinnen und Katholiken ab dem 16. Altersjahr sowie alle Ausländerinnen und Ausländer unter denselben Voraussetzungen, sofern sie die Niederlassungs- oder die Jahresaufenthaltsbewilligung besitzen.
An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit, in der Kirchgemeinde mitzuentscheiden. Damit stellen Sie die Weichen für die Zukunft und bestimmen die Richtung, wohin sich die Kirchgemeinde entwickeln kann.
Es werden keine persönlichen Einladungen versendet.

Zofingen, im Oktober 2026
Die Kirchenpflege

St. Nikolaus-Aktion 2026

Kolpingfamilie Zofingen
«Liebe Samichlous, jetzt besch du da, has ganz Jahr uf dich gwartet gha…»
Die Chlausengruppe der Kolpingfamilie Zofingen freut sich darauf, in der Vorweihnachtszeit viele Kinder, Familien und Erwachsene zu besuchen.



Mittwoch, 2. Dezember 2026, 18 Uhr
Aussende-Feier in der kath. Kirche Zofingen, St. Nikolaus erzählt eine Geschichte. Anschliessend Einzug ins Städtchen.

Samstag, 5. Dezember 2026
St. Nikolausbesuche in Brittnau, Oftringen, Safenwil, Strengelbach und Vordemwald.

Sonntag, 6. Dezember 2026
St. Nikolausbesuche in Zofingen, Mühlethal und dem Döbeligut-Quartier.

Anmeldeformulare liegen ab 1.11.2026 in den katholischen Kirchen in Zofingen und Strengelbach auf oder können elektronisch unter **www.kolping-zofingen.ch** heruntergeladen werden.
Auskünfte erteilt gerne Familie G. Müller, Gotthelfstrasse 7, 4800 Zofingen.
Tel. 062 751 71 50
Bild und Text: S. Hurschler, Kolpingfamilie

Gottesdienste zum Totengedenken

Zofingen, kath. Kirche Christkönig:
Samstag, 31. Oktober 2026, 18.15 Uhr

Strengelbach, kath. Kirche St. Maria:
Sonntag, 1. November 2026, 9.15 Uhr

In Liebe und Dankbarkeit erinnern wir uns an die Menschen, die uns im vergangenen Jahr verlassen haben und deren Spuren für immer in unseren Herzen bleiben.
Wir laden herzlich zum Gottesdienst zum Totengedenken ein. Gemeinsam möchten wir innehalten, uns an unsere verstorbenen Angehörigen erinnern und ihnen in Gedanken und im Gebet nahe sein.
In diesem Gottesdienst gedenken wir auch aller Verstorbenen, die in unserem Leben einen Platz hatten und die wir nicht vergessen. Wir schenken unserer Trauer Raum, lassen Erinnerungen lebendig werden und finden Trost in der Gemeinschaft und in der Hoffnung, die uns trägt.

Chelekaffi

Sonntag, 1. November 2026
Pfarreizentrum St. Maria, Strengelbach

Nach dem Gottesdienst laden wir euch herzlich zum Chelekaffi ein. Bei Kaffee und Gipfeli könnt ihr in entspannter Atmosphäre noch etwas bleiben, plaudern und den Sonntag geniessen. Mit dem kleinen Unkostenbeitrag unterstützt ihr auch den Unterhalt und die Weiterentwicklung unserer Krippenlandschaft – vielen Dank! Wir freuen uns auf euch.

Andrea und Daniela

Jassabend der Kolpingfamilie

Dienstag, 3. November 2026, 18 Uhr
Kolpinglokal im Chi Rho, Zofingen
St. Nikolaus lädt alle herzlich zum traditionellen Spiel- und Jassabend ins Lokal ein. Wir freuen uns auf einen gemütlichen Abend und die Einstimmung auf die schönste Zeit des Jahres.
Alle sind willkommen.

Herz-Jesu-Freitag

Freitag, 6. November 2026, 18 Uhr
Krypta der kath. Kirche Zofingen
18 Uhr Rosenkranzgebet, Beichtgelegenheit
18.30 Uhr Eucharistiefeier

Anschliessend eucharistische Anbetung mit Lobpreisliedern - eine Zeit der Stille, des Dankes und der Begegnung mit Gott.

Nach der Anbetung treffen wir uns zu einem gemütlichen Beisammensein.

Chinderfiir und Kindersonntagsfeier

Sonntag, 8. November 2026 in Zofingen

Chinderfiir für Eltern mit
ihren Kleinkindern von 0 - 6 Jahren
10.30 Uhr im Chi Rho

Kindersonntagsfeier für 1. - 3. Klässler
wir treffen uns um 10.20 Uhr vor der Kirche

Ein Soldat, ein Pferd, ein Mantel, ein Bettler und viel Wärme und Licht....



Bild: Pfarrbrief.de

Kannst du dir vorstellen, dass daraus eine wunderbare Geschichte entsteht, die man sich seit 1'650 Jahren immer wieder erzählt?
Möchtest du mehr erfahren? - Dann freuen wir uns, am 8. November gemeinsam zu feiern.

Anschliessend geniessen wir gemeinsam ein feines Apero.

Chinderfiir mit Lucy, Carina, Käthy

Kindersonntagsfeier mit Carmela, Salome, Anita

30. Weihnachtsaktion Spendenaufruf 2026

In diesem Jahr dürfen wir ein besonderes Jubiläum feiern: Zum 30. Mal findet unsere Weihnachtsaktion statt. Seit drei Jahrzehnten schenkt sie Menschen in schwierigen Lebenssituationen Freude und Hoffnung.



Bild: Weihnachtsaktion

Dank Ihrer grosszügigen Unterstützung konnten wir im vergangenen Jahr 60 Erwachsene und 49 Kinder mit einem Weihnachtsgeschenk überraschen und ihnen damit das Weihnachtsfest ein wenig verschönern.

In enger Zusammenarbeit mit dem Kirchlichen Regionalen Sozialdienst (KRSD) stellen wir sicher, dass die Hilfe dort ankommt, wo sie benötigt wird. Verbleibende Mittel werden während des Jahres für Menschen in akuten Notsituationen eingesetzt.

Dass diese Aktion seit 30 Jahren möglich ist, verdanken wir auch Ihnen.

Herzlichen Dank für Ihre Solidarität, Ihre Grosszügigkeit und Ihr Vertrauen!

Das Spendenkonto lautet auf:
Kath. Pfarramt, Weihnachtsaktion, 4800 Zofingen, IBAN CH74 0900 0000 6062 19617
Die Einzahlungsscheine liegen in unseren Kirchen auf.

Elisabetta Zamperini

Ein märchenhafter Abend mit Frau Holle

Rund 50 Personen liessen sich an unserem Märliabend vom 14. Oktober 2026 in die zauberhafte Welt von Frau Holle entführen.
Cornelia Fluri und Käthi Schmid vom Chlämmerlisacktheater erweckten das bekannte Märchen mit viel Herzblut, Charme und schauspielerischem Können zum Leben. Die liebevolle Darbietung begeisterte das Publikum und sorgte für viele strahlende Gesichter. Die zahlreichen positiven Rückmeldungen, zeigten wie sehr die Aufführung geschätzt wurde.
Im Anschluss verweilten die Gäste bei Kaffee und Kuchen und genossen das gemütliche Beisammensein. Es wurde erzählt, gelacht und die besondere Atmosphäre des Abends noch ein wenig ausgekostet.
Ein rundum gelungener Anlass der uns einmal mehr zeigte, dass Märchen Menschen jeden Alters berühren und verbinden können.
Ein herzliches Dankeschön an die beiden Märchenerzählerinnen und an alle, die zu diesem schönen Abend beigetragen haben.



Bild und Text: Elisabetta Zamperini

Gottesdienste

Samstag, 31. Oktober
18.15 Zofingen
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
Totengedenken
Jahrzeit für
Maria und Adolf Tröndle-Suter
Kollekte für die
Weihnachtsaktion 2026

Sonntag, 1. November
Allerheiligen
09.15 Strengelbach
Gottesdienst mit Kommunionfeier
Totengedenken
Kollekte für die
Weihnachtsaktion 2026
09.15 Zofingen
Santa Messa Italiana
10.30 Zofingen
Gottesdienst fällt aus
zugunsten Totengedenken in
Strengelbach
16.00 Zofingen
Kroatischer Gottesdienst

Montag, 2. November
Allerseelen
09.15 Zofingen
Santa Messa Italiana
per tutti i fedeli defunti
15.00 Strengelbach
Rosario

Mittwoch, 4. November
08.30 Zofingen, in der Krypta
Gottesdienst mit Kommunionfeier
16.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Donnerstag, 5. November
10.00 Zofingen, in Safenwil
Gottesdienst im Rondo
ökumenisches Totengedenken

Freitag, 6. November
Herz-Jesu-Freitag
18.00 Zofingen, in der Krypta
Rosenkranzgebet,
Beichtgelegenheit
18.30 Zofingen, in der Krypta
Gottesdienst mit Eucharistiefeier

Samstag, 7. November
18.15 Zofingen
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
Jahrzeiten für
- Judith Odermatt-Kaiser
- Christine und Herbert
Schmid-Wassmer
Kollekte für die Kirchenbauhilfe
des Bistums Basel

Sonntag, 8. November
09.15 Strengelbach
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
Kollekte für die Kirchenbauhilfe
des Bistums Basel
09.15 Zofingen
Santa Messa Italiana
10.30 Zofingen
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
Kollekte für die Kirchenbauhilfe
des Bistums Basel
10.30 Zofingen, im Chi Rho
Chinderfiir für Kleinkinder
bis 6 jährig
anschl. gemeinsames Apero
10.30 Zofingen
Kindersonntagsfeier für
1. - 3. Klässler
anschl. gemeinsames Apero
15.30 Zofingen
Portugiesischer Gottesdienst
17.00 Zofingen
Indischer Gottesdienst

Montag, 9. November
15.00 Strengelbach
Rosario

Mittwoch, 11. November
08.30 Zofingen, in der Krypta
Gottesdienst mit Eucharistiefeier
16.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Donnerstag, 12. November
19.00 Strengelbach
Rosenkranzgebet für unseren
Weltfrieden

Freitag, 13. November
19.00 Zofingen
Rosenkranzgebet

Unsere Taufen

Marin Muff, Zofingen

Unsere Verstorbenen

Josef Anton Felder, Zofingen, 1949
† 5.10.2026

Aktuelle Anlässe, Kurse und Veranstaltungen unter

lichtblick-nw.ch/rubriken/agenda/

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

Die katholische Kirche lebt im Rhythmus. Das Kirchenjahr beginnt mit dem Advent. In der dunkelsten Zeit des Jahres erwarten wir das Licht, das mit Weihnachten in die Welt kommt. Im Frühling folgen die Fastenzeit und ihr Höhepunkt: Ostern, das Fest der Auferstehung. Fünfzig Tage dauert die österliche Festzeit bis Pfingsten. Auch die übrigen Sonntage, Feste und Gedenktage der Heiligen folgen einer festen Ordnung. So wird die Natur zur Verbündeten der Verkündigung: Die Geburt Jesu leuchtet wie ein Stern in der winterlichen Nacht. Seine Auferstehung fällt in jene Zeit, in der die Natur zu neuem Leben erwacht. Der Rhythmus der Schöpfung erzählt von dem, was wir glauben.
Auch die Bibel lesen wir nach einer festen Ordnung. An den Werktagen begegnen uns die biblischen Lesungen in einem Zweijahresrhythmus, an den Sonntagen in einem Dreijahresrhythmus. So begleiten wir Jesus auf seinen Wanderungen, hören seine Predigten und Gleichnisse, erleben seine Wundertaten und folgen ihm bis nach Jerusalem. Die Leseordnung hat noch einen anderen Vorteil: Sie bewahrt uns davor, nur jene Texte auszuwählen, die uns besonders gefallen. Auch Seelsorgerinnen und Seelsorger müssen sich mit unbequemen, sperrigen und manchmal verstörenden Bibelstellen auseinandersetzen. Und davon gibt es mehr, als uns lieb sein mag. Denn wir können uns die Bibel nicht einfach so zurechtlegen, wie es uns gefällt. Wir können nicht nur jene Geschichten hören, die uns trösten, und jene Worte aufnehmen, die uns bestätigen. Die Leseordnung führt uns auch zu Texten, die querliegen und uns sogar widerstreben. Es sind Stellen, die uns nicht in Ruhe lassen.

Eine solche Begegnung hatte ich kürzlich an einem Mittwochmorgen. Im Evangelium war von einem untreuen Verwalter die Rede. Über ihn sagt Jesus: «Der Herr wird ihn in Stücke hauen». Das ist starker Tobak. Warum diese Härte? Und was hat sie mit uns zu tun?
In den vergangenen Wochen war immer wieder von Verwaltern die Rede: von Weinbergen und anderen Gütern, die jemandem anvertraut sind und für die er Rechenschaft ablegen muss. Sollen wir uns darin wiedererkennen? Ist uns die Schöpfung Gottes bloss zur Nutzung überlassen – gewissermassen zur Pacht? Gehören uns diese Erde und unser Leben tatsächlich oder sind sie uns nur anvertraut? Und was haben wir aus diesen Gaben gemacht?
Die drastischen Worte vom Verwalter liessen mich nicht los. Warum spricht Jesus so hart? Will er Angst machen? Oder will er uns aus unserer wohligen Selbstzufriedenheit aufschrecken? Allzu leicht richten wir uns im Glauben bequem ein. Wir hören vertraute Geschichten, kennen die richtigen Antworten und gehen anschliessend zur Tagesordnung über.
Doch dieses Gleichnis lässt mich nicht so einfach davonkommen. Es scheint mir zuzurufen: Hey, es gilt ernst! Dieses Leben ist nicht einfach unser Besitz. Wir sind nicht nur Empfängerinnen und Empfänger von Gaben, sondern auch dafür verantwortlich, was aus ihnen wird.

Schon bald beginnt mit dem Advent ein neues Kirchenjahr. Wieder lädt uns der Rhythmus der Kirche ein, innezuhalten, aufzubrechen und genauer hinzuhören. Lassen wir uns auf die biblischen Texte, die Feste und die Traditionen ein – auch dann, wenn sie uns herausfordern. Vielleicht ist es das Wort, das querliegt, oder eine Frage, der wir lieber ausweichen würden, die neue Erkenntnisse bringt. Es lohnt sich, dranzubleiben. Denn der Rhythmus des Kirchenjahres ist mehr als eine Abfolge von Festen und Zeiten. Er will uns helfen, unseren Glauben immer wieder neu zu entdecken und unser Leben von Gottes Wort bewegen zu lassen.

Diakon Martin Brunner-Artho, Pastoralraumleiter

Allerseelen – der Tag des Gedenkens!

Das Fest Allerseelen ist ein besonderes Fest, vielleicht, weil es bewusst eine Brücke schlägt und Verbindung schaffen will zwischen Lebenden und Verstorbenen oder anders ausgedrückt: zwischen den Hiergebliebenen und den Hinübergegangenen. Wir vergewissern

uns unseres Glaubens, dass der Tod nicht das letzte Wort über das Leben hat, sondern Anfang eines neuen Lebens ist. Vielleicht hilft es uns zu glauben, dass unsere Lieben nicht in ein ungewisses Nichts fallen, sondern in die liebevolle Hand Gottes.
Der Hl. Augustinus hat uns folgende tröstliche Worte geschenkt: ***„Unsere Toten sind nicht abwesend, sondern nur unsichtbar. Sie schauen mit ihren Augen voller Licht - in unsere Augen voller Trauer."***



Bild: Sr. Chantal Hug, Kloster Melchtal

In unseren Pfarreien ist es üblich, dass wir uns an diesem Tag eine Stunde Zeit nehmen, in der wir uns dankbar an die Verstorbenen erinnern und der Trauer Raum geben. Die Gedenkfeiern finden statt:

- **Aarburg am Sonntag, 1. November um 9.30 Uhr, Kirche Guthirt**
- **Rothrist am Sonntag, 1. November um 11 Uhr, Kirche St. Paul und um 12.15 Uhr, Gräbersegnung/Friedhof.**

Rita Wismann-Baratto, Pfarreiseelsorgerin

Voranzeige: Stägehus-Event

Freitagabend, 11. Dezember, ab 18 Uhr im Pfarrhaus und im Gewölbekeller in Aarburg
Auf die diesjährige Bilder- und Schmuckausstellung, die musikalisch umrahmt ist, machen wir schon jetzt aufmerksam. Bitte merken Sie sich das Datum; Informationen folgen.

Chinderfiir

Sonntag, 1. November, um 11 Uhr in der katholischen Kirche St. Paul Rothrist



Wir beginnen in der Kirche gemeinsam mit dem Gottesdienst und anschliessend gehen wir mit den Kindern in den Saal des Pfarreizentrums.

Dort hören wir die schöne Geschichte „Purzelbäume für den lieben Gott", singen, staunen, basteln und beten. Alle Kinder und Begleitpersonen sind herzlich eingeladen.
Wir freuen uns auf euch!
Die Chinderfiir-Frauen

Martini-Gottesdienste

Samstag, 7. November, um 17 Uhr in Aarburg
Sonntag, 8. November, um 11 Uhr in Rothrist



In **Aarburg** ziehen die Kinder mit ihren selbstgebastelten Laternen in die Kirche ein. In der kindgerechten Feier wird gesungen, gebetet und Brot geteilt.

In **Rothrist** wird der Gottesdienst mit den 1.Klass-Kindern gestaltet. In der Kinderecke können die Vorschulkinder mit den Chinderfiir-Frauen etwas basteln.

Wir freuen uns auf viele Gross und Klein, die diesen besonderen Tag mitfeiern.
Silja Egger Marti und Karin Binggeli

Unsere Weihnachtspiele

Für alle Kinder, die sich gerne verkleiden, Theater spielen und singen



Auch dieses Jahr führen wir am 24. Dezember um 17 Uhr in den beiden Kirchen Aarburg und Rothrist ein Weihnachtsspiel auf. Dafür suchen wir Kinder, die Freude haben, sich zu verkleiden, in eine andere Rolle zu schlüpfen, zu singen und mit anderen zusammen etwas Besonderes auf die Beine zu stellen.

Melde dich, wir freuen uns auf dein Mitmachen und Dabeisein
- für Aarburg: bis spätestens 11. November bei Silja Egger Marti, 062 791 17 42
- für Rothrist: bis spätestens 13. November bei Karin Binggeli, 076 336 63 88

Das Seelsorgeteam



Rückblick: Erinnerungen, die die Seele berühren

Zu diesem Märchenabend, respektive Märchentheater wurde am 14. Oktober nach Zofingen eingeladen. Wir wurden in eine Welt voller vertrauter Geschichten entführt. Märchen, die wir aus der Kindheit kennen, wecken Erinnerungen, Bilder und Gefühle, die oft tief in uns verborgen sind.

Dies hat das Theater «Chlämmerlisack aus Vordemwald mit der Geschichte «D' Frou Holle» auf den Punkt gebracht.



Bis ins letzte Detail wurde alles genau geplant und die Requisiten von Hand hergestellt, was stundenlange Vorarbeit benötigte und für uns Zuschauerinnen und Zuschauer traumhaft anzusehen war.
Fast 50 Personen genossen dieses Theater. Es wurde viel gelacht und der Applaus war riesig. Nochmals herzlichen Dank an alle, die dabei waren und mitgewirkt haben.

Es war ein wunderschöner Abend, an den ich mich sehr gerne erinnere.

Caroline Hoerdt

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 Samichlaus zu begegnen.

Dieses Jahr ist der 6. Dezember ein Sonntag und der Samichlaus samt Schmutzli besucht ab 17 Uhr die Familien in den Gemeinden Aarburg, Oftringen und Rothrist.



Wünschen Sie den Besuch des Samichlauses?

Dann bittet er um Anmeldung bis spätestens am Montag, 30. November 2026, über die Website "www.chlausengruppe-aarburg.ch".

Chlausgruppe Aarburg

Gottesdienste

Sonntag, 1. November
Allerheiligen
09.30 Kath. Kirche Aarburg
Eucharistiefeier mit Totengedenken
Christian Sommer, Saxophon und Christian Brunner, Orgel
Kollekte: Geistliche Begleitung der zukünftigen SeelsorgerInnen
10.00 AZ Lindenhof, Oftringen
Gottesdienst kath.

11.00 Kath. Kirche Rothrist
Eucharistiefeier mit Totengedenken
Christian Sommer, Saxophon und Christian Brunner, Orgel
«Chinderfiir» im Pfarreizentrum
Kollekte: Geistliche Begleitung der zukünftigen SeelsorgerInnen
12.15 Friedhof Rothrist
Gräbersegnung
Christian Sommer, Saxophon

Mittwoch, 4. November
09.45 AZ Moosmatt, Murgenthal
Gottesdienst ref.

Donnerstag, 5. November
10.00 PZ Luegenacher, Rothrist
Gottesdienst kath.

19.00 AuW Borna, Rothrist
Gottesdienst kath.

Freitag, 6. November
10.15 AZ Lindenhof, Oftringen
Gottesdienst kath.

Samstag, 7. November
10.15 AZ Lindenhof, Oftringen
Gottesdienst ref.
17.00 Kath. Kirche Aarburg
Familiengottesdienst zu Martini mit Brotteilen
Kollekte: Tischlein deck dich
Anschliessend Martini-Festessen für alle Angemeldeten

Sonntag, 8. November
11.00 Kath. Kirche Rothrist
Familiengottesdienst zu Martini mit «Chinderbasteln»
Anschliessend Apéro im Freien
Kollekte: Tischlein deck dich

Mittwoch, 11. November
10.00 PZ Luegenacher, Rothrist
Gottesdienst FMG

Freitag, 13. November
09.45 SZ Falkenhof, Aarburg
Gottesdienst ref.

10.15 AZ Lindenhof, Oftringen
Gottesdienst kath.

Veranstaltungen

Dienstag, 3. 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

Samstag, 7. November
15.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
Laternen-Basteln
für alle angemeldeten Kinder

Sonntag, 8. November
14.00 Ref. Kirchenzentrum Rothrist
Ökumenischer Seniorennachmittag: Musik mit dem Füürwehrchörli Oftringen

Dienstag, 10. November
12.15 Kath. Pfarreizentrum Rothrist
Mittagstisch - Anmeldung siehe Mittagstisch vom 3.11.
14.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
Jassnachmittag

Donnerstag, 12. November
12.00 Kath. Pfarreizentrum Aarburg
Mittagstisch - Anmeldung bis Montagabend bei: siehe Mittagstisch vom 3.11.

Agenda

Veranstaltungen

19. Villmerger Orgelherbst 2026
So 1.11., 17 Uhr. Kirche St. Peter und Paul, Villmergen. Stephan Kreutz, Villmergen spielt Werke von Bach, Mendelssohn-Bartholdy, Rheinberger sowie Improvisationen. Eintritt frei.

Siljas Tagebuch
So 8.11., 17 Uhr. Klosterkirche Fahr. Ein szenisch musikalischer Dialog aus Leben und Dichtung der Silja Walter. Auf der Bühne füllen zwei Schauspielerinnen und eine Violinistin die Tagebuchaufzeichnungen der jungen Ordensfrau und die poetische Sprache der späteren Dichterin mit Leben. Sie zeugen von Zweifel und Hingabe, von Gehorsam und Freiheit und vom Mut, das eigene Leben in Worte zu fassen. Anmeldung: info@kloster-fahr.ch, 043 455 10 40. Die Plätze sind unnummeriert. Kollekte: Wir danken Ihnen für einen Beitrag von ca. 35 Franken.

Karneval der Tiere – Familienkonzert
So 8.11., 17 Uhr. Katholische Kirche, Lenzburg. Der Karneval der Tiere – musikalische Erzählung mit Animationsfilm für Kinder ab 4 Jahren. Aufführende: Patricia Moreno als Zirkusdirektorin, Max Maisch als Videodompteur, Orgelklasse Yun Zaunmayr, junge Instrumentalistinnen und Instrumentalisten. Eintritt frei, Kollekte.

Vokalensemble St. Petersburg
Do 12.11., 19 Uhr. Kath. Kirche Niederwil. Im Gepäck haben die vier professionellen Sänger Chorgesänge der orthodoxen Liturgie und Volkslieder. Eintritt frei, Kollekte. Das Programm wurde auf CD aufgenommen und kann am Ende des Konzertes erworben werden.

19. Villmerger Orgelherbst 2026
So 15.11., 17 Uhr. Kirche St. Peter und Paul, Villmergen. Tobias Willi, Zürich spielt Werke von Racquet, Manneke, Sweelinck, Smits, Essl, Frescobaldi, Byrd und Weaver. Eintritt frei.

Schola Cantorum Wettingensis
Sa 21.11., 20 Uhr, ref. Kirche Baden und **So 22.11., 17 Uhr,** Kirche St. Anton, Wettingen. Der Chor bringt mit Joseph Haydns «Harmoniemesse» und Johannes Brahms' Begräbnisgesang zwei Meisterwerke sakraler Musik zur Aufführung. Leitung: Stefan Müller. Tickets: schola.ch, Musik Egloff, Landstr. 52, Wettingen, 056 426 72 09 oder an der Abendkasse eine Stunde vor Konzertbeginn. Preise: CHF 50/40. 50 % Rabatt mit Legi/Kulturlegi.

Fernseh- und Radiosendungen

Samstag, 31. Oktober
Glocken der Heimat aus der ev.-ref. Kirche in Bivio. Radio SRF 1, 18.50 Uhr
Das Wort zum Sonntag spricht Tatjana Oesch, röm.-kath. Pfarrerin. SRF 1, 19.55 Uhr

Sonntag, 1. November
Der Schatz von Assisi. Am 26. September 1997 erschütterte ein Erdbeben die italienische Region Umbrien. Es forderte Menschenleben und zerstörte einen der grössten Kunstschätze: Die Fresken in der Basilika von Assisi. Dokumentation. Arte, 8.30 Uhr
Ev.-ref. Gottesdienst aus der Kirche St. Laurenzen in St. Gallen. Im Mittelpunkt steht die Frage, was ein selbstbestimmtes Leben ausmacht. Inspiriert sind die Pfarrerinnen Kathrin Bolt und Cathrin Legler von Wiborada, der ersten heiliggesprochenen Frau der Welt. SRF 1, 10 Uhr
Kath. Gottesdienst zu Allerheiligen aus der Pfarrei St. Marien in Lüneburg. ARD, 10 Uhr
Ev. Gottesdienst aus der evangelisch-methodistischen Hoffnungskirche in Stuttgart. ZDF, 9.30 Uhr

Donnerstag, 5. November
Grenzüberschreitende Klänge. Wenn Klassik und Jazz aufeinandertreffen, wird es spannend. Und noch spannender, wenn weiter Elemente aus Rock und Pop hinzukommen. Die albanisch-schweizerische Sängerin Elina Duni unternimmt bei ihrem Auftritt in Ascona diese grenzüberschreitende Klangreise. Konzert vom 28. September am classicAscona Festival. Radio SRF 2 Kultur, 20 Uhr

Samstag, 7. November
Fenster zum Sonntag. Von harter Arbeit und Erntesegen. SRF 1, 16.35 Uhr
Glocken der Heimat aus der röm.-kath. Kirche in Speicher. Radio SRF 1, 18.50 Uhr
Das Wort zum Sonntag spricht der christkath. Pfarrer Stephan Feldhaus. SRF 1, 19.55 Uhr
«Zorn». Vor fünfzig Jahren starb der Schweizer Autor Fritz Zorn. Mit dem 1977 postum erschienene Werk «Mars» schrieb er eine wütende Abrechnung mit der bürgerlichen Welt der Zürcher Goldküste. Sein Buch wurde zum Sinnbild einer leblosen Gesellschaft. Hörspiel. Radio SRF 2 Kultur, 20 Uhr

Sonntag, 8. November
Christkath. Predigt mit Pfarrer Theo Pindl, Baden-Brugg-Wettingen, Würenlingen. Radio SRF 2 Kultur, 10 Uhr

Sonntag, 15. November
Röm.-kath. Gottesdienst aus Bichelsee. Radio SRF 2 Kultur, 10 Uhr

Liturgie

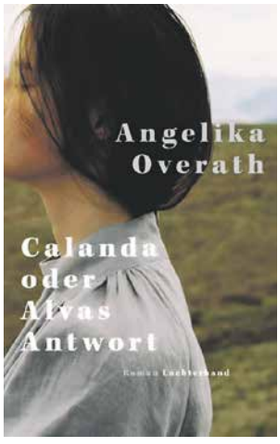
Sonntag, 1. November
Allerheiligen (Farbe Weiss – Lesejahr A). Erste Lesung: Offb 7,2–4.9–14; Zweite Lesung: 1 Joh 3,1-3; Ev: Mt 5,1–12a

Sonntag, 8. November
32. Sonntag im Jahreskreis (Farbe Grün – Lesejahr A). Erste Lesung: Weish 6,12–16; Zweite Lesung: 1 Thess 4,13–18; Ev: Mt 25,1–13

Lesestoff zum Thema Heilung

Heilen bedeutet nicht immer, wieder gesund zu werden. Manchmal geht es darum, mit einer Krankheit zu leben oder wieder Halt zu finden. Die folgenden Bücher handeln von schweren Diagnosen und körperlichen Grenzen aber auch von Lebensmut und der Frage, was uns auch in schwierigen Zeiten trägt.

Unkonventionell lebendig



Alva hat eine Diagnose bekommen – und niemandem davon erzählt. Sie nimmt ihr Schicksal mit auf den Berg. Und besteigt im Morgengrauen alleine den Calanda. Weil ihr die beginnende Krankheit die Kontrolle über ihre Muskeln nimmt, könnte sie der Aufstieg das Leben kosten. Genau darum geht es ihr. Alva ist verbunden. Mit dem Igel im Garten, dem sie auch an diesem Morgen einen guten Tag wünscht. Mit Wurzeln und Gewächsen, die sich verändern, je höher sie steigt. Im Gehen zieht ihr Leben an ihr vorbei. Sie stolpert. Dann passiert etwas, das ihr in der Ausweglosigkeit einen Horizont auftut. Angelika Overath schreibt aus einer tiefen, wachen Lebenswahrnehmung. Ruhig und nüchtern lässt sie Alva von den Untiefen und Widersprüchen erzählen, von Schönheit, Liebe und Fügung. Ein kostbarer Roman, der die Leserin gleichzeitig demütig zurücklässt und bestärkt zum Leben. (vej)

Calanda oder Alvas Antwort
Angelika Overath, 2026, Luchterhand
ISBN 978-3-630-87786-0

Schonungslos ermutigend



Steffi Tauber, Musikerin und Schauspielerin, hat Multiple Sklerose. Schonungslos beschreibt sie, wie sich das anfühlt, welche Herausforderung nur der Weg vom Sofa in die Küche ist. Doch die Lektüre ist keineswegs deprimierend, sie lässt sogar schmunzeln. Die Autorin hält uns den Spiegel vor: wie verletzend «gut gemeinte» Hilfe, wie unnötig Ratschläge sind. Trotz grösster Einschränkungen meistert sie ihren Haushalt, hangelt sich von Gehstöcken über den Rollator bis zum Rollstuhl und findet Zeitfenster für berufliche Tätigkeiten. Sie lässt «für ein paar Momente das Leben durch meine Brille betrachten, ein paar stolpernde Schritte in meinen Schuhen … gehen». Ein ungemein lehrreiches Buch, das zu einem offenen Umgang mit Schwierigkeiten, Krankheiten und Behinderungen anregt. Und dazu, alles, was gerade gut ist, zu geniessen. (bl)

Fliegen wäre eine Option
Steffi Tauber, 2026, Verlag: bene!
ISBN 978-3-96340-361-3



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: Véronique Hoegger

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

Heil durch den Winter

Gegen Kälte und Dunkelheit helfen Tätigkeiten, die Freude machen, geistig und körperlich fordern und Stress reduzieren. Das sind unsere heilsamen Tipps.

Zusammensein
Im Garten oder im Hinterhof ein Feuer machen und die Nachbarn zum Tee einladen. Kochen für Freunde. Fondue essen auf dem Balkon oder Sitzplatz, in warme Decken gehüllt. Familien-Fernsehabend mit Popcorn. Jeden Abend ein Kapitel eines Buches vorlesen.

Bewegung und frische Luft
Waldspaziergang machen. Schlittschuh-Disco besuchen. Laub sammeln und im Garten einen Laubhaufen für Igel bauen.

Die Sonne suchen
Ein paar Stunden über der Nebelgrenze tun gut. Zum Beispiel auf der Barmelweid, wo man mit dem ÖV oder dem Auto hinkommt. Nicht weit von dort befinden sich auch die Gälflue oder die Wasserflue. Das Burghorn bei Wettingen ragt ebenfalls oft aus der Nebeldecke. Im Süden des Kantons Aargau finden Sie hier Sonne: Stierenberg, Horben und beim Landessender Beromünster. Auf der Grenze zwischen dem Baselbiet und Solothurn tanken Sie auf der Belchenflue oder auf dem Wisenberg Sonne. Wenn der Nebel tief liegt, suchen Basel-Städterinnen und -Städter Sonne auf der St. Chrischona.

Abschalten und Geniessen
Für einen Moment die Augen schliessen und tief durchatmen. Schaumbad nehmen. Sauna oder Hamam besuchen. Einen feinen Tee oder eine heisse Schoggi geniessen.

Singen
Weihnachtslieder üben. Ein Konzert in einer Kirche besuchen. Beim Offenen Singen im Basler Münster mitmachen: Es findet jeweils am 1. Freitag im Monat von 12.30–13.15 Uhr statt, und wer gerne singt oder anderen beim Singen zuhört, ist ohne Anmeldung oder weitere Formalitäten herzlich willkommen.

Kreativ sein und Neues probieren
Kerzen ziehen. Ein Fotoalbum zusammenstellen mit besonderen Momenten dieses Jahres. Grittibänze/Grättimänner backen. Briefe schreiben. Guetzli backen. Weihnachtsgeschenke selbst basteln. Ein Stirnband oder Amedisli (Pulswärmer) stricken.



Quelle: Marie-Christine Andres

Lichtblick in der dunklen Jahreszeit: Über den Nebel steigen, Licht und Sonne tanken.

Lachen
Witze und lustige Sprüche sammeln und verschenken. Auf der Strasse jemandem spontan ein Lächeln schenken. Lach-Yoga ausprobieren.

Schlafen
Obwohl Menschen keinen Winterschlaf halten, zeigen Studien, dass viele Menschen im Winter durchschnittlich eine Stunde länger schlafen als im Sommer. Tipps: Ein Mittagsschläfchen von 20 bis 30 Minuten halten. Vor dem Schlafen ein warmes Fussbad nehmen. Einen eigenen Kissen-Duft-Spray mischen.

Übrigens: Auch der Glaube hilft
Wissenschaftliche Publikationen zum Zusammenhang zwischen persönlichem Glauben und Gesundheit zeigen, dass sich Religiosität positiv auf die Gesundheit auswirkt. Menschen, die sich von Gott geliebt fühlen und eine positive Gottesbeziehung pflegen, regelmässig beten oder einen Gottesdienst besuchen, müssen seltener ins Spital, leben länger und leiden seltener an chronischen Schmerzen sowie an Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Spiritualität, Gebet und Meditation können eine beruhigende Wirkung haben und sich positiv auf den Körper auswirken. Viele Menschen leben ihren Glauben gemeinsam mit anderen, beten und feiern zusammen und teilen Wertvorstellungen. Das menschliche Miteinander in Glaubensgemeinschaften kann ein wichtiger Faktor für das Gesundbleiben sein.

Eva Meienberg und Marie-Christine Andres