



# WILLKOMMEN!

Texte, Gebete, Informationen



**HERZLICH  
WILLKOMMEN IN  
DIESER KIRCHE!**

Halten Sie inne in diesem Raum der Stille und atmen Sie tief durch.

Hier dürfen Sie sich mit Ihren Fragen, Freuden, Zweifeln, Sorgen, Ihrer Trauer aufgehoben fühlen im grossen Geheimnis des Glaubens.

Nehmen Sie dieses kleine Heft gerne als Begleiter mit auf Ihrem Weg.

**WER ABER VON DEM  
WASSER TRINKT,  
DAS ICH IHM GEBEN WERDE,  
WIRD NIEMALS MEHR  
DURST HABEN;  
VIELMEHR  
WIRD DAS WASSER,  
DAS ICH IHM GEBE,  
IN IHM ZU EINER  
QUELLE WERDEN,  
DEREN WASSER  
INS EWIGE LEBEN FLIESST.**

**JESUS**

## **«IHR WERDET WASSER SCHÖPFEN VOLL FREUDE AUS DEN QUELLEN DES HEILS» (Jes 12,3)**

Gott ist die Quelle des Lebens.

Er ist die Quelle der Freude.

Er ist die Quelle der Heilung und des Heils.

Zu ihm kann ich kommen, mit allem, was in mir leer ist, durstig.

Von ihm geht Lebenskraft aus, die in seine ganze Schöpfung fließt.

Er allein stillt die tiefste Sehnsucht meines Herzens.

Die Sehnsucht nach dem «Mehr»...

Es macht mich demütig, zu wissen,

dass ich ein Geschöpf Gottes bin.

Und mein Herz ist froh darüber.

Ich darf auf diesen Gott vertrauen, auf den ich getauft worden bin:

Vater, Sohn und Heiliger Geist.

Eingetaucht wurde ich mit Haut und Haar in eine Beziehung mit ihm,  
die mich immer tragen wird.

Eingetaucht mit allem, was mich ausmacht.

Mein Leben soll durchtränkt sein von seiner lebendigen Gegenwart.

Er ist ein Gott der Fülle und der Gnade.

Voll Freude will ich schöpfen aus allem, was er mir gegeben hat.

Voll Vertrauen.

Amen



## «**DER HERR IST MEIN HIRTE**» (Ps 23)

Ein Psalm Davids. Der HERR ist mein Hirte,  
darum leide ich keinen Mangel.

Er bringt mich auf Weideplätze mit saftigem Gras  
und führt mich zu Wasserstellen, an denen ich  
ausruhen kann.

Er stärkt und erfrischt meine Seele. Er führt mich auf rechten Wegen  
und verbürgt sich dafür mit seinem Namen.

Selbst wenn ich durch ein finsternes Tal gehen muss, wo  
Todesschatten mich umgeben, fürchte ich mich vor keinem Unglück,  
denn du, HERR, bist bei mir!

Dein Stock und dein Hirtenstab geben mir Trost. Du lädst mich ein  
und deckst mir den Tisch selbst vor den Augen meiner Feinde.

Du salbst mein Haupt mit Öl, um mich zu ehren, und füllst meinen  
Becher bis zum Überfließen.

Nur Güte und Gnade werden mich umgeben alle Tage meines  
Lebens, und ich werde wohnen im Haus des HERRN für alle Zeit.





**GESEGNET IST DER MENSCH,  
DER SICH AUF GOTT VERLÄSST  
UND DESSEN ZUVERSICHT  
GOTT IST.**

**DER IST WIE EIN BAUM,  
AM WASSER GEPFLANZT,  
DER SEINE WURZELN ZUM  
BACH HIN STRECKT.  
DENN OBGLEICH DIE HITZE  
KOMMT, FÜRCHTET ER SICH  
DOCH NICHT,  
SONDERN SEINE BLÄTTER  
BLEIBEN GRÜN;  
UND ER SORGT SICH NICHT,  
WENN EIN DÜRRES  
JAHR KOMMT,  
SONDERN BRINGT OHNE  
AUFHÖREN FRÜCHTE.**

**JER 17,7–8**







## AUS PSALM 104

Du lässt Quellen sprudeln in Bäche, sie eilen zwischen den Bergen dahin. Sie tränken alle Tiere des Feldes, die Wildesel stillen ihren Durst. Darüber wohnen die Vögel des Himmels, aus den Zweigen erklingt ihr Gesang.

Du tränkst die Berge aus deinen Kammern, von der Frucht deiner Werke wird die Erde satt. Du lässt Gras wachsen für das Vieh und Pflanzen für den Ackerbau des Menschen, damit er Brot gewinnt von der Erde und Wein, der das Herz des Menschen erfreut, damit er das Angesicht erglänzen lässt mit Öl und Brot das Herz des Menschen stärkt.

Die Bäume des HERRN trinken sich satt, die Zedern des Libanon, die er gepflanzt hat, dort bauen die Vögel ihr Nest, auf den Zypressen nistet der Storch.

Auf dich warten sie alle, dass du ihnen ihre Speise gibst zur rechten Zeit. Gibst du ihnen, dann sammeln sie ein, öffnest du deine Hand, werden sie gesättigt mit Gutem. Verbirgst du dein Angesicht, sind sie verstört, nimmst du ihnen den Atem, so schwinden sie hin und kehren zurück zum Staub. Du sendest deinen Geist aus: Sie werden erschaffen und du erneuerst das Angesicht der Erde.

Ich will dem HERRN singen in meinem Leben, meinem Gott singen und spielen, solange ich da bin. Möge ihm mein Dichten gefallen. Ich will mich freuen am HERRN. Preise den HERRN, meine Seele!  
Halleluja!



## SANFTHEIT UND STÄRKE

Ohne Wasser ist es unmöglich zu leben. Es begleitet uns jeden Tag vom ersten Waschen des Gesichts am Morgen bis zum Zähneputzen am Abend. Doch das Wasser hat ganz viele Gesichter und nicht alle sind schön und wohltuend. Im Wasser wohnt eine Kraft inne, die uns erst dann richtig bewusst wird, wenn wir an einem Wasserfall oder einem reissenden Fluss stehen. Dann merken wir schnell, dass wir gegen die Kraft von Wassermassen als Menschen keine Chance haben. Wasser erfordert unseren Respekt.

Aber zum Glück gibt es auch die andere Seite, die sanfte. Diejenige, die wir genießen, wenn wir an einem heißen Sommertag die Füße in einen kühlen See halten können. Oder die, wenn wir nach einem Regenguss richtig spüren können, wie die Natur vor Energie nur so strotzt.

Und so ist es auch mit uns Menschen. Wir haben ganz unterschiedliche Seiten. Manche sind kraftvoll und stark, andere sind sanft und liebevoll. Aber alle diese Seiten gehören zu uns und machen uns zu den Menschen, die wir sind. Nehmen wir uns ein Vorbild am Wasser und versuchen wir nicht, einen Teil unserer Persönlichkeit zu verleugnen.



## WARUM SO RUHIG? (Mk 4,35–41)

Im Evangelium lesen wir, wie Jesus mitten im Sturm mit den Jüngern in einem Boot ist. Die Jünger kämpfen um ihr Überleben, gegen den Untergang des Boots, das sie trägt. Ganz vorne im Boot ist Jesus, der friedlich schläft. Nichts an ihm deutet auf das tobende Drama um ihn herum hin.

In der Schweiz haben wir eher ein positives Bild von Wasser. An Quantität und Qualität mangelt es uns nicht. Doch was ist, wenn Wasser zur Bedrohung wird? Überschwemmungen kennen wir auch hier. Es ist erstaunlich, dass etwas so Lebensnotwendiges auch so lebensbedrohlich werden kann.

Aber zurück zu Jesus: Sein Schlaf scheint uns zu sagen: Worüber sich aufregen? Wovor sich ängstigen? Wenn der Erlöser friedlich und ruhig schläft.

Die Stürme und tosenden Dramen in unserem Leben machen uns Angst, lassen uns verzweifeln, bringen uns zum Taumeln. Das ist für uns real. In diesen Momenten gilt: innehalten, dem friedlich Schlafenden zusehen. Er fürchtet sich nicht. Und er sagt uns: «Fürchte dich nicht!» (Mk 5,36). Er ist für uns da, wenn uns das nicht gelingt, zeigt uns wie es geht, ruhig zu bleiben, wenn wir auf ihn vertrauen.







## SCHALEN DER LIEBE

Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale und nicht als Kanal, der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt, während jene wartet, bis sie gefüllt ist.

Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt, ohne eigenen Schaden weiter.

Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen und habe nicht den Wunsch, freigiebiger zu sein als Gott.

Die Schale ahmt die Quelle nach. Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist, strömt sie zum Fluss, wird sie zur See. Du, tue das Gleiche! Zuerst anfüllen, und dann ausgießen.

Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt, überzuströmen, nicht auszuströmen.

Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst. Wenn du nämlich mit dir selber schlecht umgehst, wem bist du dann gut?

Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle, wenn nicht, schone dich.

Bernhard von Clairvaux



## **GOTT BEGEGNEN**

Das Katholische Gesangbuch enthält viele Lieder und Texte zu verschiedenen Situationen des Lebens. Ab Lied 669 (Seite 753) finden Sie diese nach Themen gegliedert. Das Gesangbuch ist beim Kircheneingang zu finden.

## **HILFE UND BERATUNG**

Möchten Sie ein Gespräch mit einer Seelsorgerin oder einem Seelsorger vereinbaren? Oder brauchen Sie praktische Unterstützung?

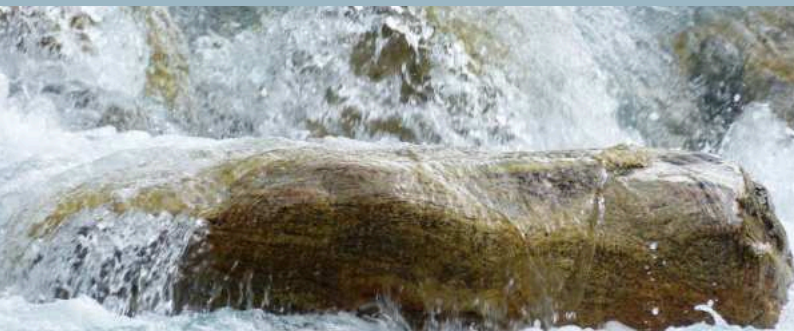
Auf den nächsten Seiten finden die Sie Kontaktpersonen unseres Pastoralraums. Wir sind gerne für Sie da!

## **KONTAKT | SEELSORGE | SOZIALES | JUGEND**

Kirchenzentrum St. Nikolaus  
Maria A. Daetwyler, Pfarreiseelsorgerin  
Bahnhofstrasse 4, 5200 Brugg  
056 462 56 56  
[kirchenzentrum.brugg@kathbrugg.ch](mailto:kirchenzentrum.brugg@kathbrugg.ch)

Kirchenzentrum Brugg-Nord Kirchliches Zentrum Lee  
Anna Di Paolo, Pfarreiseelsorgerin  
Leeweg 6, 5223 Riniken  
056 441 88 70  
[kirchenzentrum.riniken@kathbrugg.ch](mailto:kirchenzentrum.riniken@kathbrugg.ch)

Kirchenzentrum St. Franziskus  
Carsten Mumbauer, Pastoralraumleiter  
Krummenland 1, 5107 Schinznach-Dorf  
056 443 00 20  
[kirchenzentrum.franziskus@kathbrugg.ch](mailto:kirchenzentrum.franziskus@kathbrugg.ch)



## KONTAKT | SEELSORGE | SOZIALES | JUGEND

Kirchenzentrum St. Marien  
Joël Eschmann, leitender Priester  
Hauserstrasse 18, 5210 Windisch  
056 460 00 50  
[kirchenzentrum.windisch@kathbrugg.ch](mailto:kirchenzentrum.windisch@kathbrugg.ch)

Kirchenzentrum St. Paulus  
Vanessa Furrer, Pfarreiseelsorgerin  
Wydenstrasse 3, 5242 Birr-Lupfig  
056 444 86 58  
[kirchenzentrum.paulus@kathbrugg.ch](mailto:kirchenzentrum.paulus@kathbrugg.ch)

Soziales und Umwelt  
Christoph Hörmann  
Bahnhofstrasse 4, 5200 Brugg  
056 441 56 20  
[christoph.hoermann@kathbrugg.ch](mailto:christoph.hoermann@kathbrugg.ch)

Jugend  
Marija Runje  
Fabien Dætwyler  
Bahnhofstrasse 4, 5200 Brugg  
076 205 25 95 (MR) | 078 830 28 50 (FD)  
[jugend@kathbrugg.ch](mailto:jugend@kathbrugg.ch)





## **SEGENSWUNSCH**

**DEINE SEELE SOLL SEIN  
WIE EIN WASSERREICHER  
GARTEN.**

**JES 58,11**

[www.kathbrugg.ch](http://www.kathbrugg.ch)

[www.instagram.com/kathbrugg](https://www.instagram.com/kathbrugg)

[www.instagram.com/youthzone\\_kathbrugg](https://www.instagram.com/youthzone_kathbrugg)

[www.facebook.com/kathbrugg](https://www.facebook.com/kathbrugg)

Texte: Maria Dätwyler (S. 4), Vanessa Furrer (S. 12),  
Anna Di Paolo (S. 14)

Bildnachweis: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com), [www.stockadobe.com](http://www.stockadobe.com)

Herausgeberin: Röm.-Kath. Kirche, Pastoralraum Region  
Brugg-Windisch, Hauserstrasse 18, 5210 Windisch