

# *Ermutigung für den Tag*

*in Wort, Bild und Klang  
Palmsonntag - Pfingsten 2020*

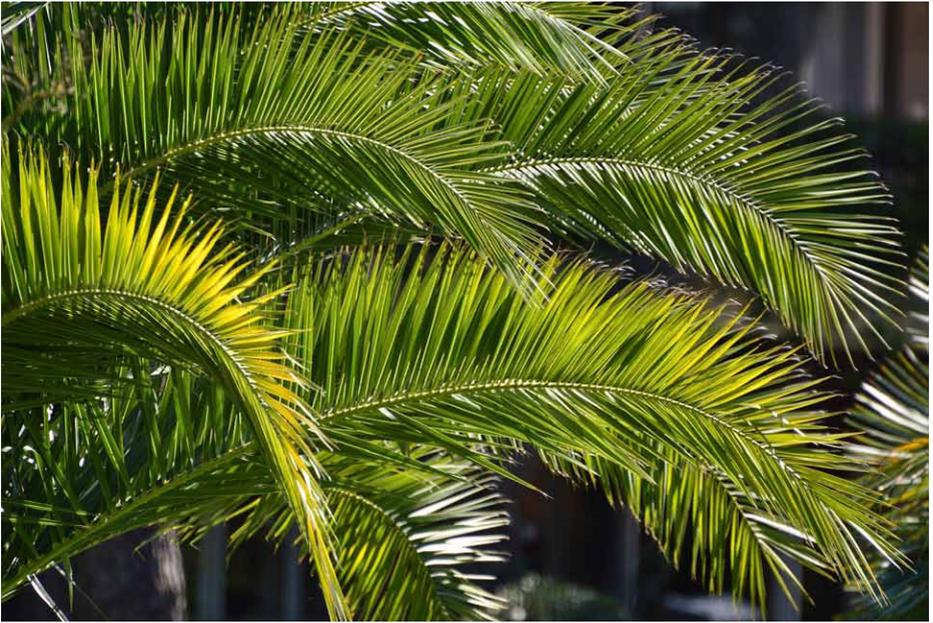
*Herzlichen Dank an alle die Mitgewirkt haben.  
Dank euch wurde dieses mutmachende Projekt möglich:*

*Franz Achermann, Céline Bader, Beda Baumgartner, Regula Belser, Heinz  
Bucher, Susanne Bucher, Ursual Duss, Beat Fuchs, Erika Fuchs, Christophe  
Grädel, Esther Grädel, Heiner Gradwohl, Ruth Gradwohl, Silvia Grob,  
Peter Haag, Denise Haas, Franzsika Hueber, Andrea-Maria Inauen,  
Esther Jetzer, Dominic Kalathiparambil, Eva Kühntopf, Sandra Kusch,  
Corinne Lüthi, Beat Meier, Jascha Pfister, Georges Regner, Isabella Renggli,  
Monika Renggli, Edith Rey Kühntopf, Mirjam Rippstein, Sr. Hildegard  
Schallenberg, Gudrun Schröder, Daniela Soland, Mechtild Storz, Gertrud  
Studer, Brigitte von Arx, Eliane von Arx, Hansruedi von Arx, Simon von  
Arx, Matthias Walther, Alicia Widmer*

*ein Projekt im Pastoralraum Gösgen  
[www.pr-goesgen.ch](http://www.pr-goesgen.ch)*



Pastoralraum Gösgen



## **Die Hoffnung stirbt nie**

Grün gilt als Farbe der Hoffnung.

Unzählige Grüntöne begegnen uns im Frühling in der Natur.

Das Grün ist da. Einfach so. Immer wieder. Jährlich neu.

Ein Sinnbild der Hoffnung - der inneren Kraft.

Am heutigen Tag werden viele Kreuze mit gesegneten grünen  
Zweigen geschmückt.

Weil Jesus den Weg der Hoffnung ging.

Ohne zu wissen, wie es herauskommt.

Hoffnung hilft durchtragen.

Hoffnung lässt Schritt für Schritt Vertrauen schöpfen.

Jesus ermutigt, die Hoffnung auf Gott zu setzen.

Gerade, wenn nicht alles im grünen Bereich ist.

Hoffnungskraft kommt von Gott und führt zu Gott hin.

Die Hoffnung stirbt nie.

*Andrea-Maria Inauen*



Gott, mein Vater, was willst du mir sagen?  
Warum lässt du mich gerade jetzt verzagen?  
Meine Welt ist nicht mehr wie sie war,  
ich habe Angst und sehe nicht mehr klar.  
Was ist nur los? Warum es jetzt so unkontrollierbar tut?  
Ich bin gezwungen still zu stehen und die Geschäftigkeit ruht.  
«Atme tief ein mein Kind und begreife was nur geliehen,  
beobachte den Frühling, schau, was bereits gediehen.  
Nimm an mein Geschenk an dich, erkenne wie vergänglich es ist  
und du mit mir zusammen, der Gärtner dieses Wunders bist.  
Vertrau auf mich! Alles wird neu erstrahlen.  
Das kannst du nicht mit Geld bezahlen!  
Wenn Ostern in dir passiert, wirst auch du es sehen.  
Dann, mein Kind, wirst du meine Liebe, zu dir verstehen.»

*Denise Haas*



Der Frühling lässt sich nicht aufhalten.  
Das Leben bricht neu auf.  
Wie der Frühling die abgestorbene Natur erneuert  
und erfrischt, so hoffen wir auf Ostern,  
dass das neue Leben der Auferstehung alles Alte und  
Verbrauchte in uns erneuern wird.

*Anselm Grün*

Am Tage meiner Not suche ich  
Gott mit ausgestreckten Armen.

*Psalm 77*



In der Karwoche betrachten wir vor unsern Augen, wie Jesus von Nazareth die Zeit des Leidens, der Machtlosigkeit und die Stunde des Todes erleidet. Er muss aus dem bitteren Kelch des Leidens trinken. Er ist gefangen in der dunklen Höhle.

Im grossen Apsisgemälde von Ferdinand Gehr in der Kirche von Erlinsbach ist rechts unten Jesus der Gefangene in der engen Höhle, im Grab eingesperrt. Er muss aus dem Kelch des Leidens trinken. Ostern ist für ihn noch nicht in Sicht. Am Tage seiner Not sucht er Gott – und findet ihn (noch) nicht.

Wir alle sind jetzt auch eingeschlossen – wie in einer dunklen und vor allem engen Höhle. Jede und jeder erlebt seine Höhle, in die er eingesperrt ist, anders. Aber einengend ist die Höhle für alle. Jemand ist ganz allein. Sie ist sehr einsam. Andere – besonders wenn sie in der Familie mit Kindern auf engstem Raum die „Höhle“ teilen müssen – leiden unter der Enge. Für andere ist die Höhle rabenschwarz, weil sie angefüllt ist mit Existenzangst. Werde ich meine Arbeitsstelle behalten können – wird mein KMU Betrieb überleben? Bleibe ich, bleibt meine Familie, bleiben meine Freunde und Nachbarn gesund? - Ich sehe noch keinen Silberstreifen am Horizont.

Mitten in meiner engen Höhle ist aber einer bei mir, den ich entdecken soll: Der Geist Jesu Christi, der Gekreuzigte und Auferstandene. „Am Tag meiner Not suche ich Gott“. Er ist mir ganz nah in der Gestalt Jesu Christi. Ich vertraue auf Gott, auch wenn ich nicht weiss, wann der Ostertag, der Tag der Befreiung für mich anbricht.

*Peter Haag, Diakon, Erlinsbach.*

## Hoher Donnerstag – Jesus, unser Vorbild

In Telefongesprächen drücken Menschen im Pastoralraum oder andere Bekannte immer wieder aus, dass ihnen die Gottesdienste im Fernsehen oder im Internet Kraft geben. Es freut mich, dass die modernen Medien eine echte Hilfe in der Krise wegen dem Corona-Virus sind. Auch für mich führt diese Zeit zu einer neuen Erfahrung. Täglich feiere ich mit meinen beiden Priester-Kollegen im Pfarrhaus Olten Eucharistie. Dass wir aber die Messe nicht nur für uns selber, sondern für alle Menschen in unseren Pastoralräumen feiern, dass ihr alle also in gewisser Weise dabei seid, ist mir neu bewusst geworden und gibt diesen Feiern eine tiefe Bedeutung. Der Hohe Donnerstag ist der Tag, an dem wir die Einsetzung der Eucharistie durch Jesus beim letzten Abendmahl feiern. Da kann uns noch tiefer treffen, was Menschen auch immer wieder ausdrücken: «Die Kommunion fehlt mir.» Gerade angesichts dieses besonderen Abends ist dieses Fehlen noch stärker spürbar. Haltet ihr es auch für möglich, dass dies zu einer vertieften Gemeinschaft führen kann, wenn wir diesen Verzicht ganz annehmen und in der Verbundenheit mit Jesus leben.

Bevor sich Jesus mit seinen Jüngern zu Tisch gesetzt hat, setzte er ein ganz starkes Zeichen: Er hat den Jüngern die Füße gewaschen und ihnen getan, was normalerweise durch Sklaven verrichtet wurde. Und am Schluss sagte er: «Wenn nun ich, der Herr und Meister, euch die Füße gewaschen habe, dann müsst auch ihr einander die Füße waschen.» (Joh 13,14) Möglicherweise gibt uns diese Zeit, in der wir auf öffentliche Gottesdienste verzichten müssen, die Chance, das «neue Gebot» Jesu: «Liebt einander, wie ich euch geliebt habe!» neu zu entdecken und tiefer zu verstehen, warum Jesus die Fusswaschung unmittelbar vor dem Abendmahl gemacht hat. Nichts und niemand kann uns hindern, die Liebe zu den Nächsten zu leben und für die Menschen um uns «Sakrament, das heisst Zeichen der Liebe zu sein». Der nachfolgende Text von Chiara Lubich kann uns dazu einen Anstoss geben. Ich bin gewiss, dass uns die Messfeier dadurch eine neue Tiefe und Gemeinschaft erfahren lässt, wenn wir dann – hoffentlich bald – wieder zusammen in unseren Kirchen Gottesdienste halten können.



*Beda Baumgartner*

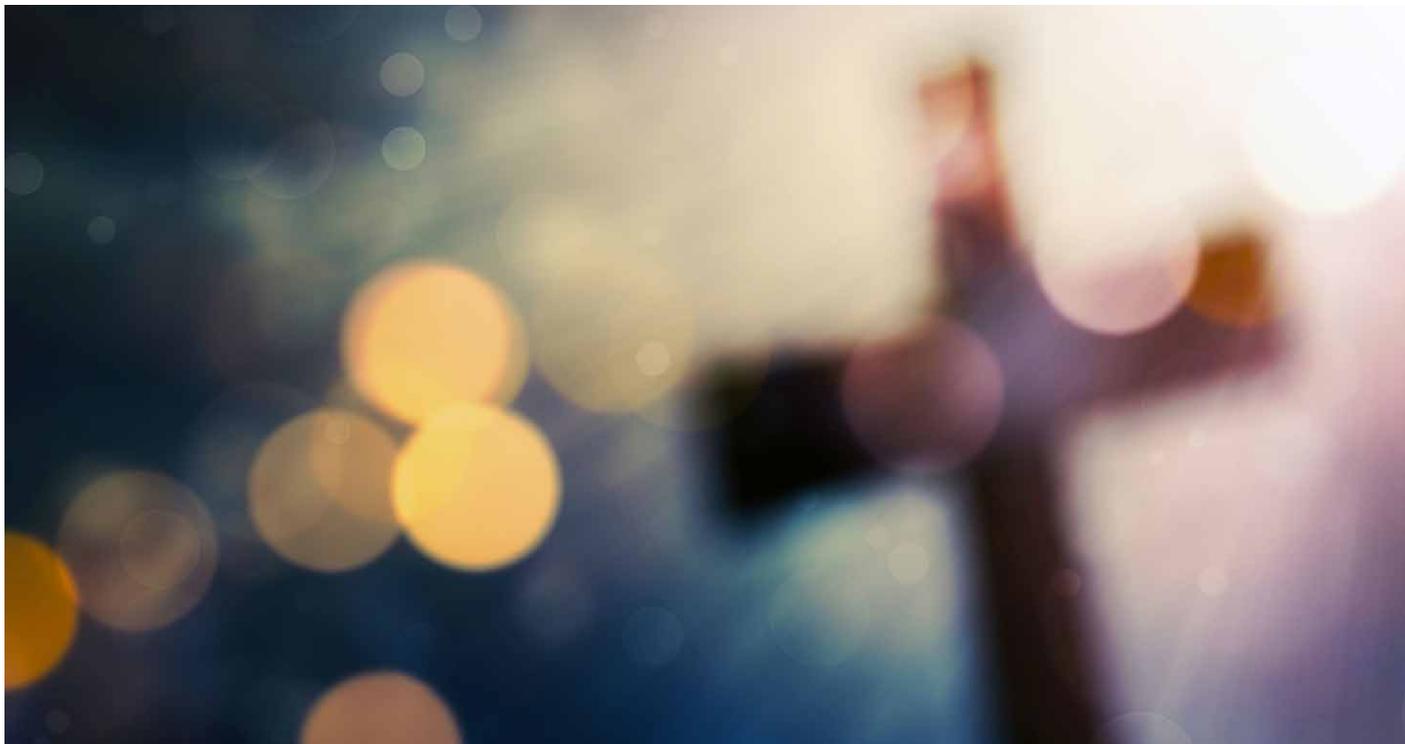
### Sakrament Deiner Liebe

Herr, gib mir alle, die einsam sind ...  
Ich habe in meinem Herzen  
den Schmerz empfunden,  
der Dein Herz erfüllt  
über alle Verlassenheit,  
unter der die ganze Welt leidet.

Ich liebe alle, die krank und einsam sind.  
Wer tröstet ihre Tränen?  
Wer nimmt Anteil an ihrem langsamen Sterben?  
Wer nimmt sich ihrer Verzweiflung an?

Mein Gott, lass mich in der Welt  
das greifbare Sakrament deiner Liebe sein,  
Deine Arme, die alle Einsamkeit der Welt  
an sich ziehen und in Liebe umwandeln.

*Chiara Lubich, Alle sollen eins sein,  
Neue Stadt, München 1995, S. 17.*



Mein Gott, mein Gott,  
warum hast du mich verlassen?  
Mein Gott, ich rufe bei Tag,  
doch du gibst keine Antwort.  
Ich rufe bei Nacht  
und finde keine Ruhe.  
Dir haben unsere Väter vertraut  
und du hast sie gerettet.  
Zu dir riefen sie  
und wurden befreit.

Vom Mutterleib an bist du mein Gott.  
O du, sei mir nicht fern.  
Denn niemand ist da, der hilft.  
Du legst mich in den Staub des Todes.  
Du, meine Stärke, eile mir zu Hilfe!  
Ich will denen Namen verkünden,  
Inmitten der Gemeinde dich preisen.  
Ihr alle rühmt ihn!  
Aufleben soll euer Herz für immer.

*Nach Psalm 22, von Theo Schmidkonz*



### **Musik für den Tag**

„O Mensch, beweine deine Sünde gross“ BWV 622, aufgenommen auf der Mathis-Orgel in der Kirche St. Martin Olten, 5. April, Hansruedi von Arx.

<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/O%20Mensch.mp3>



## **Das Osterlob**

Dies ist die Nacht, von der geschrieben steht:

Die Nacht wird hell wie der Tag, wie strahlendes Licht wird die Nacht mich umgeben.  
Der Glanz dieser heiligen Nacht, reinigt von Schuld, schenkt den Trauernden Freude.  
Sie einigt die Herzen und beugt die Gewalten.

Wir bitten Dich, Herr, geweiht zum Ruhme Deines Namens, leuchte die Kerze fort, um  
in dieser Nacht das Dunkel zu vertreiben. Nimm sie auf als lieblich duftendes Opfer und  
vermähle ihr Licht mit den Lichtern am Himmel.

Sie leuchte bis der Morgenstern erscheint, jener wahre Morgenstern, der in Ewigkeit nicht  
untergeht.

Dein Sohn, unser Herr Jesus Christus, der von den Toten erstand, der den Menschen erstrahlt  
in österlichem Licht, der mit Dir lebt und herrscht in Ewigkeit.

Amen

*Ronald Bisegger*

## **Musik für die Osternacht**

[https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Das\\_Osterlob.mp3](https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Das_Osterlob.mp3)

Orgel: Susanne Bucher

Kantoren: Regula Belser, Susanne Bucher, Heinz Bucher

Aufnahme: Schlosskirche Niedergösgen, 8. April





Im Licht der Osterkerze sehen wir Christus als unser Licht  
Du bist durch das Dunkel gegangen  
und wurdest zum Licht für unsere Welt.  
Christus du bist das Licht!

Durch deine Auferweckung hat  
unsere Hoffnung festen Grund.  
Christus, du bist das Licht!

Sei bei Allen, die in dieser Krise  
im Dunkel der Angst gefangen sind.  
Christus, leuchte ihnen.

Stärke alle Helfenden  
in den Spitälern und Pflegeheimen.  
Christus, leuchte ihnen.

Tröste alle Trauernden.  
Christus, leuchte ihnen.

Halleluja.  
Wir freuen uns an deiner Auferstehung.  
Lass uns diese Freude weiter schenken,  
damit das Licht heller und die Hoffnung grösser wird.  
Halleluja

### **Musik für den Ostersonntag**

„Christ ist erstanden“ BWV 627, in drei Teilen nach den Strophen bei KG 436, aufgenommen  
auf der Mathis-Orgel in der Kirche St. Martin Olten, 5. April, Hansruedi von Arx.





### **Hoffnung gegen alle Hoffnungslosigkeit - Lukas 24,13-35**

Die Emmaus - Jünger erfuhren auf ihrem Weg:

Wir waren traurig und niedergeschlagen, da sind wir Jesus begegnet,  
der mit uns gegangen ist,  
der uns die Augen geöffnet hat,  
der unser Herz hat brennen lassen.

Die Wanderer denen das Herz brennt, drängen und nötigen ihn zu bleiben.  
Herr bleibe bei uns so bitten auch wir heute:

Bleibe bei uns  
als das Licht in unserer Zeit.

Bleibe bei uns  
als die Macht in unserer Ohnmacht.

Bleibe bei uns  
als Trost in unserem Leid.

Bleibe bei uns  
als Kraft in unserem Alltag.

Bleibe bei uns  
als das Leben in unserem Tod.

Bleibe bei uns  
als der Friede in unserer Friedlosigkeit.  
Ja Herr, bleibe bei uns und Verlass uns nicht!



Gib mir Wurzeln, lass mich wachsen:  
Gott, du stehst fester  
als der grösste Berg der Welt.  
Zu dir kann ich immer kommen,  
wenn ich in Not bin.

*Aus Psalm 90*



Wenn Wunder aus der Erde dringen  
Wenn die Blumen mit den Vöglein singen  
Und um die Wette lachen mit der Sonne,  
Wenn Wunder aus der Erde dringen,  
Geheimnisvoll, in bunter Wonne,  
Dann wird dein Auge Neues sehn  
Und ein Lichtglanz über allem stehn.

*Monika Minder*



In einem Landstrich von Frankreich  
gibt es in der Osternacht einen  
besonderen Brauch:

Sobald die Osterglocken die Auferstehung Christi verkünden,  
eilen die Bewohner zum Dorfbrunnen und waschen sich die Augen.

Die „Ich-will-dich-haben-Augen“;  
die „Machen-wir-ein-Geschäft-Augen“;  
die „Geh-mir-aus-den-Augen-Augen“.

Sie wollen Osteraugen bekommen.  
Sie spülen die Schleier der Angst weg.  
Sie heben den Kopf und schauen sich  
mit guten Augen an.

Sie bekommen dadurch „Osteraugen“,  
so glauben die Menschen.

„Osteraugen“ sind fähig, die Veränderung,  
die Jesus durch die Auferstehung ermöglicht, zu sehen –  
und sie leuchten vor Freude und Dankbarkeit.

Quelle: [www.bruderklaus.kath-emmen.ch](http://www.bruderklaus.kath-emmen.ch)



Maria, breit den Mantel aus,  
mach Schirm und Schild für uns daraus.  
Lass uns darunter sicher stehn,  
bis alle Stürm vorübergehn.  
Patronin voller Güte, uns allezeit behüte!  
Patronin voller Güte, uns allezeit behüte!

Dein Mantel ist so weit und breit,  
er deckt die ganze Christenheit.  
Er deckt die weite, weite Welt,  
ist aller Zuflucht und Gezelt.  
Patronin voller Güte, uns allezeit behüte!  
Patronin voller Güte, uns allezeit behüte!

O Mutter der Barmherzigkeit,  
den Mantel über uns ausbreit;  
uns all darunter wohl bewahr,  
zu jeder Zeit in aller Gfahr.  
Patronin voller Güte, uns allezeit behüte!  
Patronin voller Güte, uns allezeit behüte!

*Aus dem Kirchengesangbuch Nr. 763*

*Zum Anhören und Mitsingen:*

*<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Maria%20breit%20den%20mantel%20aus.mp3>*

*Aufnahme: Georges Regner, 14. April 2020*



Schätze dein Leben,  
Schätze deine Gesundheit,  
Schätze deine Familie,  
Schätze deine Freunde.  
Für diese Schätze brauchst du kein Geld,  
aber sie machen dich  
zum reichsten Menschen der Welt.

*Autor unbekannt*



## Auf dem (Jakobs-)Weg

Alle Wege sind in einem gewissen Sinn schön,  
weil von Menschenhand gebaut  
sie Menschen mit Menschen verbinden.

Irgendwann kommen wir wieder zusammen.  
«und bis wir uns wiedersehen  
möge Gott seine schützende Hand  
über dir halten.»

Aufnahme von Georges Regner. Zum Anhören und Mitsingen:  
<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Wege.mp3>

## Mögen sich die Wege vor deinen Füßen ebnen

Altirischer Segenswunsch

Christian Schön, 2001



Chords: D, A, Em, Hm

Mö - gen sich die We - ge vor dei - nen Fü - ßen eb - nen,  
Mö - ge warm die Son - ne auch dein Ge - sicht be - schei - nen,  
Mö - ge sanf - ter Re - gen dir dei - ne Fel - der trän - ken,  
Mö - gen Got - tes En - gel dich ü - ber - all be - hü - ten,

Chords: D, G<sup>6</sup>, A<sup>7</sup>, D, A

mö - gest du den Wind im Rük - ken ha - ben, und bis  
mö - gen sie dir Glanz und Wär - me ge - ben,  
mö - ge mil - des Wet - ter dich be - glei - ten,  
mö - gen sie dich auf den Hän - den tra - gen,

Chords: Hm, F<sup>#m</sup><sup>6</sup>, G, A

wir uns wie - der - sehn, und bis wir uns wie - der - sehn, mö - ge

Chords: D, Em<sup>7</sup>, D, Em<sup>7</sup>, A<sup>7</sup>, 1. D, A, 2. D

Gott sei - ne schüt - zen - de Hand ü - ber dir hal - ten, und bis hal - ten.

Gott sei - ne Hand

## „Zur Freiheit hat Christus uns befreit.“ (Gal 5,1)

Wir alle fühlen uns wohl zeitweise eingeengt durch die Massnahmen zum Schutz von uns allen in dieser Zeit der Corona-Pandemie. In den letzten Tagen kam mir das Wort aus dem Galaterbrief in den Sinn. Beim Suchen, wie wir diese Freiheit leben können, auch in dieser Zeit der Einschränkungen und auferlegten Verzichts, stiess ich auf einen Text von Klaus Hemmerle.

## „Herr, gib mir die Freiheit Deiner gebundenen Hände“

Sagen nicht viele Menschen, gerade auch junge Menschen, wir haben gebundene Hände, wir können nichts ausrichten, wir können nichts machen; wir sehen, dass die Welt irgendwo hinläuft, wohin wir nicht wollen, aber wir haben gebundene Hände? Nicht nur die Fragen der Arbeitslosigkeit und der Umwelt und der Energie und des Friedens, sondern die ganzen elementaren Dinge meines ganz persönlichen Lebens, sie sind irgendwo schon gelaufen. Viel Ideologie, viel Verrücktheit. Viele Hände ballen sich zu einem Protest, aber dahinter steckt eben doch die ungeheuerliche Erfahrung einer Ohnmacht, nichts ändern zu können. Ich meine, dass dies eine der Grundnöte vieler Menschen ist.

Und nun, schauen wir auf Seine gebundenen Hände. Kein Spielraum, zusammengebunden, nichts, was man greifen, nichts, was man ändern, nichts, was man machen kann, aber ein unendlicher Wirkraum. Wir sind erlöst durch gebundene Hände. Wir sind erlöst durch noch mehr als gebundene, durch angenagelte Hände. Nirgendwo in der ganzen Menschheitsgeschichte begegnen wir einer grösseren Freiheit als in den gebundenen und angenagelten Händen des Herrn. Es gibt keine grössere Freiheit. Sicher, Er hat sich die Hände nicht selber gebunden; Er hat sie sich nicht selber ans Kreuz geschlagen, es ist Ihm widerfahren; Er hat es erlitten. Aber gerade das, dass Er es erlitten hat, gerade das, dass andere Ihn überwältigt haben, gerade das hat Er in Freiheit getan.

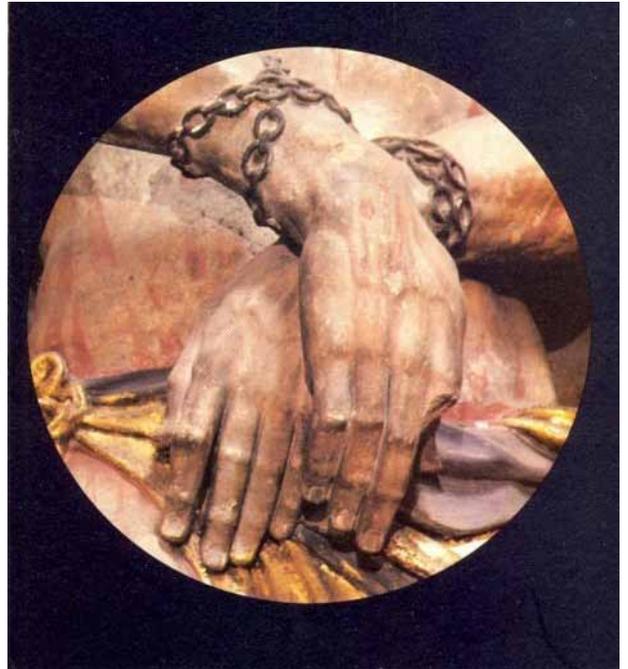
Er wollte Hände haben: Hände, mit denen man andere berühren kann, Hände, mit denen man anderen Liebe bezeigen kann, Hände, mit denen Er einen Teig formen könnte, um ihn auf die Augen eines anderen zu legen und so in einem sinnenfälligen Zeichen ein Wunder zu tun. Hände, mit denen Er Brot brechen und austeilen konnte. Er wollte Hände haben, menschliche Hände, um im Tun der menschlichen Hände das Unendliche, was Er vermag, menschlich uns nahe zu bringen. Er wollte die Liebe, die Er ist, uns nahe sein lassen. Deswegen hat Er Hände angenommen, die wie die unseren sind, um seine unendliche Liebe endlich nahe, brüderlich weiterzugeben. In diesen Händen steckte eben die Allmacht der Liebe, und manche haben mehr die Allmacht als die Liebe gesehen. Da hat Er diese Allmacht weggegeben. Anderen hat Er geholfen, sich selbst wollte Er nicht mehr helfen können. Er hat sich ausgeliefert. Die Hände sind zusammengebunden, sie sind angenagelt worden, und Er tat nichts mehr mit diesen Händen. Erst dort hat ihre Allmacht sich vollendet.

*Auszüge aus: Klaus Hemmerle, Geistliches Wort beim Ordenstag im Bistum Münster am 30. September 1983 in: <https://www.klaus-hemmerle.de/>*

Möge dieses Gebet „Herr, gib mir die Freiheit Deiner gebundenen Hände“ sich in uns verwirklichen! Eine solche Freiheit wünsche ich uns allen in dieser Zeit der Pandemie und darüber hinaus.

Beda Baumgartner

*Bild: Das Bild zeigt einen Ausschnitt aus dem Stephanusaltaar im St. Paulus-Dom zu Münster. Es ist die Vorderseite des Gebetblättchens zum Ordenstag 1983 in Münster. (Foto: R. Wakonigg)*





### **Es gab auch keinen unter ihnen, der Not litt.** Apg 4,34

*Die Gemeinde der Gläubigen war ein Herz und eine Seele. Keiner nannte etwas von dem, was er hatte, sein Eigentum, sondern sie hatten alles gemeinsam. Mit grosser Kraft legten die Apostel Zeugnis ab von der Auferstehung Jesu, des Herrn, und reiche Gnade ruhte auf ihnen allen. Es gab auch keinen unter ihnen, der Not litt. Denn alle, die Grundstücke oder Häuser besaßen, verkauften ihren Besitz, brachten den Erlös und legten ihn den Aposteln zu Füßen. Jedem wurde davon so viel zugeteilt, wie er nötig hatte. (Apg 4,32-35)*

Die Jüngergemeinde in Jerusalem wird die „Gemeinde der Gläubigen“ genannt; die Gemeinde derer, denen der Glaube an den auferstandenen Herrn zum grossen Lebensinhalt geworden ist. Sie haben alles gemeinsam: den Glauben, das Gebet, die Freude und auch den Besitz. In dem Idealbild, das hier von der christlichen Gemeinde gezeichnet wird, gibt es keine Armen. Die Verheissung „Es sollte bei dir keine Armen geben“ (Dtn 15,4) kann dort wahr werden, wo die Menschen „ein Herz und eine Seele“ sind. Spaltung schafft Armut, und Reichtum schafft Spaltung.

*Aus dem Schott-Messbuch zur Lesung am 21. April.*

Vom Idealbild der christlichen Gemeinde in der Apostelgeschichte erleben wir in diesen Tagen der grossen Einschränkungen und verschiedenen Ängsten vieles an Zuwendung, Hilfeleistung, Engagement und Rücksichtnahme durch unsere Mitmenschen.

**Das ist eine österliche Erfahrung im Jahr 2020!**

*Peter Haag*



Aufsteigt der Strahl und fallend giesst  
Er voll der Marmorschale Rund,  
die sich verschleiern, überfließt  
In einer zweiten Schale Grund;  
Die zweite gibt, sie wird zu reich,  
Der dritten wallend ihre Flut,  
Und jede nimmt und gibt zugleich  
Und strömt und ruht.

*Conrad Ferdinand Meyer, Der römische Brunnen, 1882*

Womit fülle ich heute meinen Tag?  
Herr, mach mich zu einer Schale,  
offen zum Geben  
Offen zum Nehmen.  
Amen

*Foto: Dieter Jäger, Kloster Maulbronn,  
Landesmedienzentrum Baden-Württemberg.*

Ermutigung für den Tag | Mittwoch, 22. April 2020



### **Herzlicher Gruss aus der Küche**

Seit Wochen hat uns der Virus fest im Griff. Seit Wochen sind alle Schüler und Schülerinnen zu Hause. Damit es nicht langweilig wird und wir nicht nur an den Hausaufgaben sitzen müssen oder gar unsere Eltern nerven, habe ich bei uns Daheim den 16 Uhr Tee eingeführt. Schön gedeckter Tisch, ein Tässchen Lieblingstee und leckeres Selbstgebackenes dazu. Jeder von uns beteiligt sich daran. Der eine deckt den Tisch, der andere backt was Feines.

Heute habe ich für euch ein tolles Himbeertörtchen gebacken. Gerne teile ich mit euch das Rezept zum nachbacken.

### **Himbeertörtchen- Rezept**

Zutaten: Ergibt 12 Stück

2TL Backpulver	50 gr. Butter
2 Eier	200gr. Himbeeren frisch
220 gr. Mehl	200 ml Milch
1Pr. Salz	6 EL Zucker
12 Papierförmchen	

Butter und Zucker schaumig rühren, Eier Salz und Milch untermischen. Das Mehl und das Backpulver dazu sieben und darunterheben. Papierförmchen in das Muffinblech legen. Die gewaschenen Himbeeren vorsichtig unter den Teig heben. Den Teig  $\frac{3}{4}$  in die Papierförmchen füllen. Bei 180°C in der Mitte des Ofens bei Ober- und Unterhitze ca. 10 min. backen. Nadelprobe machen! Mit Puderzucker bestäuben und geniessen. Natürlich kann auch einen Gupf Schlagrahm auf die Törtchen gegeben werden. Es ist auch ein tolles Dessert für's Grosi oder andere Verwandte, die nicht besucht werden können. Einfach auf den Küchenfenstersims legen und ein paar herzliche Grüsse dazu schreiben und schon ist das Grosi-Herz glücklich.

Viel Spass beim nachbacken und geniessen.  
Bleibt gesund und munter.

*Isabella Renggli, Ministrantin Pfarrei St. Martin Lostorf*



## Musikalische Ermutigung Slowly von Bob Minzer



Aufnahme vom 22. April

Simon von Arx, Alt-Saxophon; Hansruedi von Arx, EPiano.

<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Slowly.mp3>

*Slowly* bedeutet: *Langsam*

Langsamkeit: Eine Lebensart, die viele in diesen Corona-Zeiten wieder neu entdecken könnten ...

Im Jakobus-Brief (Jak 1,19) lesen wir:

*Darum, liebe Brüder: ein jeglicher Mensch sei schnell, zu hören,  
langsam aber, zu reden, und langsam zum Zorn.*



### **Für einen Augenblick**

Für einen Augenblick zu denken,  
es gäbe den leuchtenden Löwenzahn nicht mehr,  
keinen Blütenbaum und nicht das zarte Spiel der Schmetterlinge,  
keinen Seelen-Trost für unsere Grauzeit!

Sieh aus dem Fenster!

Alles ist da!

Gottes wunderbare Schöpfung in vollster Pracht.

Wir dürfen sie annehmen und geniessen.

Abtauchen in das grosse Geschenk aus Gottes Hand.

Tag für Tag.

Erholung und Trost finden in dieser Wirren Zeit.

Der Erde ist der Virus egal.

Es ist des Menschen Ungemach!

Der Virus gibt uns Zeit, aufzuwachen und endlich darüber  
nachzudenken, wie wir unser Leben anders leben können.

*Monika Renggli*

Ermutigung für den Tag | Samstag, 25. April 2020 | Bild: Monika Renggli



Freude an kleinen Dingen,  
lassen Herz und Seele singen!  
Jede Blüte und ist sie noch so klein,  
kann doch nur ein Wunder sein!  
Nicht gekauft; sondern geschenkt!  
Mir meinen Blick auf Höheres lenkt.  
Wie winzig ich Mensch doch bin!  
Nach jammern, klagen steht mir oft der Sinn.  
Nein! Ich will Dir Danke sagen  
und fortan zu diesen «kleinen Dingen» Sorge tragen.  
Ostern dieses Jahr, rief mich auf, mit anderen Augen zu sehen.  
Mit Deinen Augen, Deinem Herz,  
will ich auf Pfingsten zugehen!

*Denise Haas*



In den kleinsten Dingen zeigt die Natur die allergrößten Wunder.

*Carl von Linné*

Die wahre Lebenskunst besteht darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.

*Pearl S. Buck*

Es gibt nur zwei Arten zu leben. Entweder so als wäre nichts ein Wunder oder so als wäre alles ein Wunder.

*Albert Einstein*

Zum Anhören und Mitsingen:

**Wie oft wir deine Wunder übersehen**

Aus Rise up plus, Nr. 194

Aufnahme: Georges Regner, 23. April 2020

<https://www.pr-goengen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Wunderer.mp3>



Ps 25,5; 73,28; Jes 25,1

## Wir danken dir Wie oft wir deine Wunder übersehen

1. Wie oft wir deine Wunder übersehen.  
2. Wie oft wir unser Schicksal nur beklagen.

Wie selten wir noch stauend vor dir stehn.  
Wie schnell der Alltagsunreue Blücker trübt.

Wie oft wir deine Spuren übergehen.  
Wie oft hast du uns den noch durchgetragenen,  
Wie unbeachtet sie im Wind verwehen.  
uns unbeachtet gehalten und geliebt.

*Refrain*  
Herr, unser Gott, wir danken dir  
für deine Lebewesen! Wie oft hast du  
uns Mut gemacht und in der Not an uns gedacht.  
Wir loben dich dafür!

Text: Martin Buchholz-Fiebig 2011/Melodie: Andreas Hausmann 2014/Rechte: bei den Urhebern

Ermutigung für den Tag | Montag, 27. April 2020 |

Bild: Georges Regner



## **Immerfort**

Immerfort  
empfange ich mich  
aus deiner Hand.  
Das ist meine Wahrheit  
und meine Freude.

Immerfort  
blickt mich dein Auge an  
und ich lebe  
aus deinem Blick,  
Du mein Schöpfer  
und mein Heil.

Lehre mich in der Stille deiner Gegenwart  
das Geheimnis zu verstehen,  
dass ich bin  
und dass ich bin durch dich,  
für dich  
und vor dir.

*Romano Guardini*

Jeden Augenblick empfangen Sie mein Leben von Gott. Sie erhält mich im Dasein. Angeschaut voll Liebe, bin ich eingeladen, mich der Welt mit Liebe zuzuwenden. Oder wie es Martina Kreidler-Kos in der neuen Ausgabe von ite 2/2020 fragt: „Gebe ich der Welt den liebevollen Blick zurück, der von Christus her auf mir und allen Menschen liegt?“

*Andrea-Maria Inauen*



*Eines Tages kam er,  
nicht ganz unerwartet  
denn wir hatten Sehnsucht nach ihm.  
Wir kannten ihn nicht ganz,  
aber er kennt uns gut.  
Ja, er kam und spielte.*

*Eine wunderschöne Melodie spielte er:  
Das Kreuz ist nicht das Ende,  
der Tod nicht das letzte Wort,  
die Auferstehung ist kein Märchen.  
Dies gilt auch für mein Leben  
und für jede Situation.  
Dafür steht Jesus mit seinem Leben.*

*Ozioma Nwachukwu*



**Singt, singt dem Herrn, er hat uns seine grosse Macht erwiesen!**

Musik: aus der Klezmer-Tradition:

### **Der Mirjam-Brunnen**

Aufnahme von: Simon von Arx, Alt-Saxophon  
und Hansruedi von Arx, E-Piano

<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Mirjam.mp3>



Mirjam wird als eine der drei Führungsgestalten aus der zentralen Befreiungsgeschichte des Volks Israel betrachtet und sieben Mal namentlich in der Bibel genannt. Außerdem wird sie im 2. Buch Mose als Prophetin bezeichnet:

Die Prophetin Mirjam, die Schwester Aarons, nahm ihr Tamburin, und alle Frauen schlossen sich ihr an. Auch sie schlugen ihre Trommeln und tanzten im Reigen. Mirjam sang ihnen vor, und sie antworteten im Chor: „Singt, singt dem Herrn, er hat uns seine grosse Macht erwiesen!“ (2. Mose 15,20 f.)

*Bild: Mirjam, die tanzende Prophetin: Gemälde von Anselm Feuerbach (1829-1880), Alte Nationalgalerie, Berlin / Foto: Andres Kilger*



## Herzlicher Gruss aus der Küche

Der wunderbare Rhabarber hat jetzt Saison. Er ist ein Gemüse und gehört zur Familie der Knöterichgewächse. Die geschälten oder auch ungeschälten Blattstiele dieser Nutzpflanze werden zu Kompott, Konfitüren, Kuchen und auch Saft verarbeitet. Sein erfrischender säuerlicher Geschmack erfreut viele Menschen im Frühling. Heute backe ich eine Rhabarberwähe. Sie gelingt ganz einfach.

### Rezept für ein rundes Wähenblech 28-30cm

1 Blätterteig rund	500gr. Rhabarber gewaschen, geschält und in Stückli geschnitten
2 Eier	2 El Vanillepuddingpulver
3 dl. Milch	1El Zucker
Mandelblättchen	Hagelzucker
Rahmgüpfli	

Blätterteig mit dem Papier in die runde Form legen. Der Rand vom Teig sollte mit dem Blechrand bündig sein. Mit einer Gabel den Teig einstechen. Wer mag kann geriebene Haselnüsse auf dem Boden verteilen. Mögen wir aber nicht so, darum lassen wir die Nüsse weg. Dann die Rhabarberstückli darauf verteilen. Für den Guss die Eier, die Milch und das Vanillepuddingpulver kräftig miteinander verrühren und über die Rhabarbern giessen. Die Wähe mit Mandelblättchen und Hagelzucker bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei Ober- und Unterhitze 180°C ca. 30-40min. backen. Das ist eben Gefühlssache. Wichtig: Nach dem backen, die Wähe unbedingt zum Auskühlen aus dem Blech auf ein Kuchengitter ziehen und das Backpapier auch entfernen. Damit verhindert man, dass der Wähenboden latschig und weich ist. Der Wähenboden muss knusprig sein. Ist etwas knifflig am Anfang, aber jetzt hab ich es voll im Griff. Wichtig ist ja, dass man die Wähe nicht im Ofen vergisst. Das ist mir leider das 1. Mal passiert. Aber es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen. Mein heutiges Resultat kann sich sehen lassen und ist auch noch lecker geworden.

Wer mag darf noch ein Rahmgüpfli auf die köstliche süss-saure Rhabarberwähe geben. Mit einem Käffeli oder einem Tässchen Lieblingstee &... ein toller Genuss. EN GUETE.

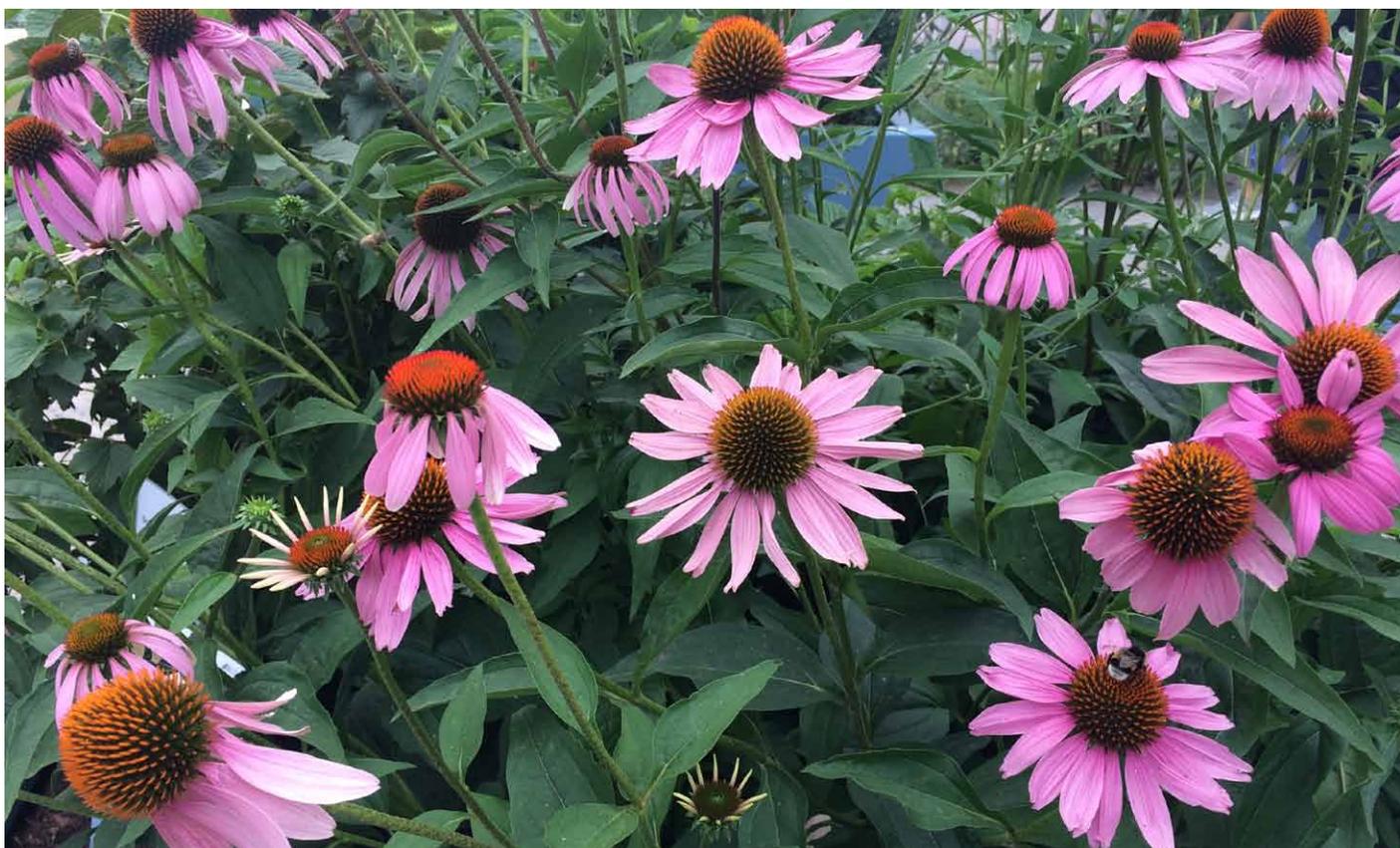
*Isabella Renggli, Ministrantin Pfarrei St. Martin Lostorf*



Weich ist stärker als hart  
Wasser stärker als Fels  
Liebe stärker als Gewalt.

*Hermann Hesse*

*Bild: von Gertrud Studer  
Rheinschlucht zwischen Ilanz und Laax.  
„Swiss Grand Canyon“*



### **Gebet für unsere Erde**

Allmächtiger Gott, der du in der Weite des Alls gegenwärtig bist und im kleinsten deiner Geschöpfe, der du alles, was existiert, mit deiner Zärtlichkeit umschliesst, giesse uns die Kraft deiner Liebe ein, damit wir das Leben und die Schönheit hüten.

Überflute uns mit Frieden, damit wir als Brüder und Schwestern leben und niemandem schaden.

Gott der Armen, hilf uns, die Verlassenen und Vergessenen dieser Erde, die so wertvoll sind in deinen Augen, zu retten.

Heile unser Leben, damit wir Beschützer der Welt sind und nicht Räuber, damit wir Schönheit säen und nicht Verseuchung und Zerstörung.

Rühre die Herzen derer an, die nur Gewinn suchen auf Kosten der Armen und der Erde.

Lehre uns, den Wert von allen Dingen zu entdecken und voll Bewunderung zu betrachten; zu erkennen, dass wir zutiefst verbunden sind mit allen Geschöpfen auf unserem Weg zu deinem unendlichen Licht.

Danke, dass du alle Tage bei uns bist. Ermutige uns bitte in unserem Kampf für Gerechtigkeit, Liebe und Frieden.

Amen.

*Papst Franziskus*



Die Krise dauert an, wir wissen nicht wie lange noch. Da kann der folgende Text eine Hilfe sein, weil wir nur im gegenwärtigen Augenblick etwas tun können. So wünsche ich uns allen ein immer wieder neues «nur für heute».

*Beda Baumgartner*

### **Nur für heute ...**

Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.

Nur für heute werde ich nicht danach streben, die anderen zu korrigieren oder zu verbessern, sondern nur mich selbst.

Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin.

Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.

Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen: Wie der Leib die Nahrung braucht, so braucht die Seele die gute Lektüre.

Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen, und ich werde es niemandem erzählen.

Nur für heute werde ich etwas tun, zu dem ich keine Lust habe; sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass niemand es merkt.

Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen.

Nur für heute werde ich glauben - selbst wenn die Umstände das Gegenteil zeigen sollten -, dass Gott für mich da ist, als gäbe es sonst niemanden auf der Welt.

Nur für heute will ich mich nicht entmutigen lassen durch den Gedanken, ich müsste dies alles mein ganzes Leben lang durchhalten. Heute ist es mir gegeben, das Gute während zwölf Stunden zu wirken.

*Aus: Güte - mit Klugheit gepaart – Hundert Worte von Johannes XXIII, Verlag Neue Stadt, Stn. 12-13*



## **Hotel Mama & Werkstatt Papa ... oder eher Wohngemeinschaft ?**

Nichts ist mehr da zu finden, wo es eigentlich hingehört. Die Holzspäne fliegen, die Säge braucht ein neues Blatt, der Hammer ist im Dauereinsatz und überall im Keller laute Musik. Papas Werkstatt ist nun in Kinderhand. Mama geht's nicht anders. Kurzarbeit ist kilometerweit entfernt. Der Zimmerservice/Reinigung ist wegen Homeoffice total unmöglich geworden. Wäschehaufen türmen sich, Schlachtfeld in der Küche, weil Langeweile überbrückt werden muss. Mangels Kontakt zu den Freunden ist der Psychologische Beratungsdienst 24 Stunden geöffnet. Die Schulstoffkenntnisse der Eltern werden auf's Größte geprüft. Gesellschaftsspiele sind aktiviert und die Terrasse ist zum neuen Wohnzimmer geworden. Das ganze Haus steht unter HOMEOFFICE. Aus jedem Zimmer tönt es anders. Zum Essen rufen ist eine Herausforderung. Und trotzdem ist die gewonnene, gemeinsame Zeit wunderbar. Geniessen in vollen Zügen. Der Virus hat uns entschleunigt. Alles ist auf die Grundbedürfnisse reduziert und wir merken: Es braucht gar nicht viel mehr zum Leben. Wir geniessen eine ganz neue Freiheit. Nur die neuen und ungewohnten Verhältnisse zu Hause müssen besser organisiert werden.

*Monika Renggli*

**C**orpus Christi, ins Grab gelegt  
**O**ffen ist das Grab  
**R**esurrexit - Auferstanden  
**O**sterlamm  
**N**ah ist Christus, selbst hinter  
der verschlossenen Quarantänetur  
**A**ufgefahren in den Himmel

*Text: Heiner Gradwohl  
Kalligraphie: Ruth Gradwohl*



*Gott schenkt uns mit jedem  
Sonnenaufgang einen neuen Tag.  
Wir sollten ihm dafür täglich mit  
einer guten Tat danken!*

*Willy Meurer, 1934-2018*

*Bild: von Gertrud Studer  
Sonnenaufgang über dem Urnersee im Dezember*

Ermutigung für den Tag | Donnerstag, 7. Mai 2020



*Von guten Mächten wunderbar geborgen  
erwarten wir getrost, was kommen mag.  
Gott ist bei uns am Abend und am Morgen  
Und ganz gewiss an jedem neuen Tag.*

*Dietrich Bonhoeffer*



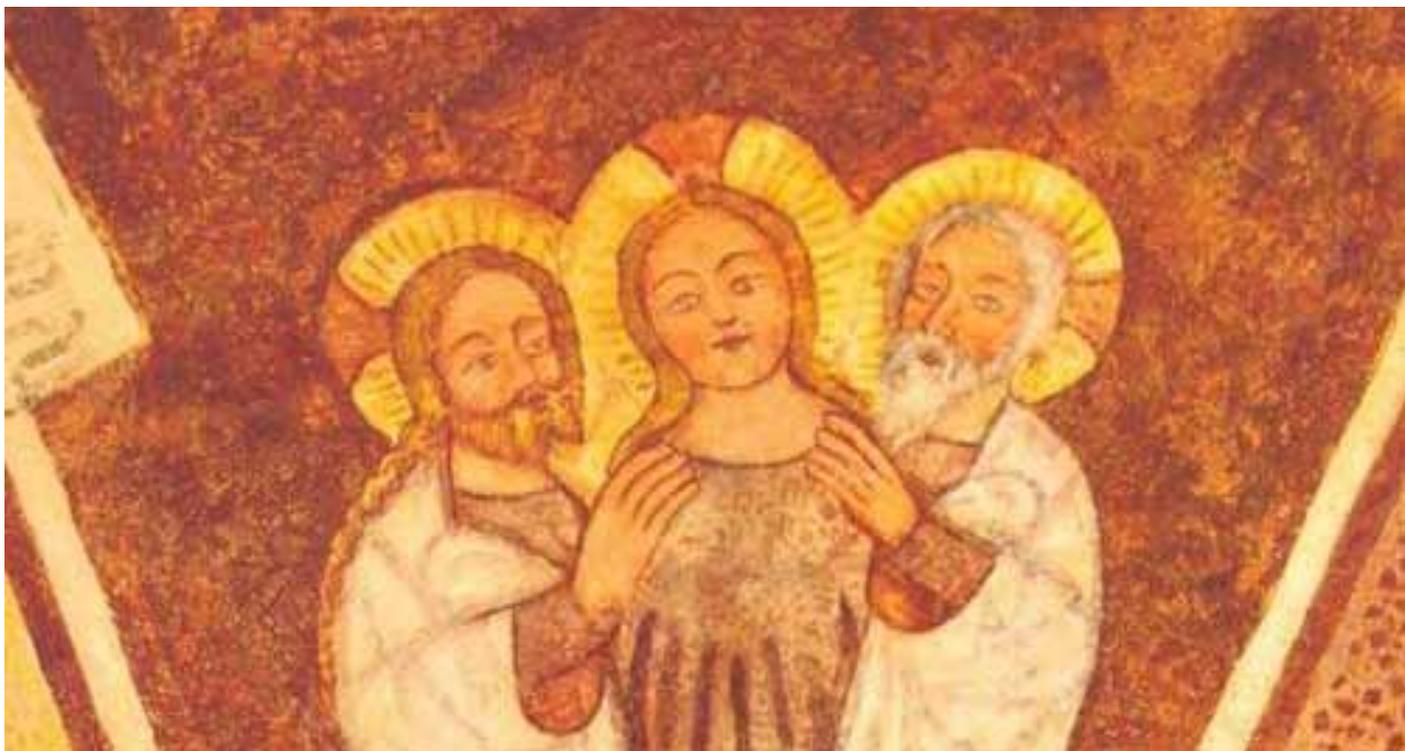
Musik: Harry Timmermann: **Harrys Freilach**  
Aufnahme von: Simon von Arx, Alt-Saxophon  
und Hansruedi von Arx, E-Piano

<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Freilach.mp3>



Freilach heißt wörtlich aus dem Jiddischen übersetzt  
„der Fröhliche, der Lebhaft“ und spiegelt den  
temperamentvollen Charakter dieser Tänze wieder.

„Alles, was auf der Erde geschieht, hat seine von Gott be-  
stimmte Zeit: ...weinen und lachen, klagen und tanzen ...“  
(Buch Kohelet, 3)



### **Mütterlicher Gott**

Als Papst Johannes Paul I 1978 sagte: «Gott ist uns Vater, noch mehr ist er Mutter!» (E' papà; più ancora è madre.), ging ein Raunen und Staunen durch die Kirche.

Hier einige biblische Beispiele, in denen Gott sich als Mutter darstellt:

*Wie eine Mutter ihren Sohn tröstet, so tröste ich euch. Jes 66,13*

*Kann denn eine Frau ihr Kindlein vergessen, eine Mutter ihren leiblichen Sohn? Und selbst, wenn sie ihn vergessen würde: ich (Gott) vergesse dich nicht. Jes 49,15f*

*Ich (Gott) war für sie (Volk Israel) da wie die (Eltern), die den Säugling an ihre Wange heben. Ich neigte mich ihm zu und gab ihm zu essen. Hos 11,4b*

*Du vergasest den Gott, der dich geboren hat. Dtn 32,18*

*Ich hatte sehr lange geschwiegen, ich war still und hielt mich zurück. Wie eine Gebärende will ich nun schreien, ich schnaube und schnaufe. Jes 42,14*

*Verlangt, gleichsam als neugeborene Kinder, nach der unverfälschten geistigen Milch, damit ihr durch sie heranwacht und das Heil erlangt. 1 Petr 2,2-3*

*Ihr habt gesehen, wie ich euch auf Adlerflügeln getragen und hierher zu mir gebracht habe. Ex 19,4*

*Behüte mich den Augapfel, den Stern des Auges, birg mich im Schatten deiner Flügel. Ps 17,8*

*Sei mir gnädig o Gott, sei mir gnädig, denn ich flüchte mich zu dir. Im Schatten deiner Flügel finde ich Zuflucht, bis das Unheil vorübergeht. Ps 57,2*

*Wie oft wollte ich deine Kinder um mich sammeln, so wie eine Henne ihre Küken unter ihre Flügel nimmt. Jesus in Mt 23,37 und Lk 13,34*

Ich wünsche allen Freude am mütterlich-väterlichen Gott der Liebe und einen gesegneten Muttertag!  
*Andrea-Maria Inauen*

*Bild: Dreifaltigkeitsfresko im oberbayrischen Ort Urschalling im Chiemgau, Deutschland, 14. Jh.*



*Ich schenk' Dir einen Schmunzelstein.  
Schau her, er lacht Dich an.  
Er passt in jede Tasche rein  
Und stupst Dich manchmal an.*

*Wenn's Leben mal nicht ganz so leicht,  
er nicht von deiner Seite weicht.  
Dann schau ihn an und werde heiter,  
das Leben geht gleich leichter weiter.*

*So hilft er dir an trüben Tagen  
Und will mit seinem Schmunzeln sagen.  
Nach Regen da kommt Sonnenschein,  
den lasse in dein Herz hinein.*

## **Die Geschichte von den Schmunzelsteinchen**

In einem Dörflein lebten viele fröhliche Zwergenmenschen. Immer, wenn sie einander eine Freude bereiten wollten, schenkten sie ein Schmunzelsteinchen. Das beschenkte Menschlein freute sich, schmunzelte, weil ihn der Schmunzelstein anschmunzelte, war fröhlich und wusste, der andere mag mich... So war es immer. Jeder Zwergenmensch schenkte dem anderen ein Schmunzelsteinchen und bekam auch immer wieder eins geschenkt. Und die kostbaren Steinchen der Freude gingen niemals aus. In der Nähe der frohen, kleinen Menschen lebte ein finsterer Geselle. Griesgram und Neid waren seine treuen Weggefährten. Er konnte die Fröhlichkeit, die Freundlichkeit, das liebevolle Miteinander der kleinen Zwerge nicht nachvollziehen und gönnte aber auch den Zwergen ihre Unbekümmertheit nicht. Als nun ein Zwerglein durch den Wald marschierte, traf es den Kobold und überreichte ihm gleich ein Schmunzelsteinchen, damit auch er fröhlich sein könne. Doch der finstere Waldbewohner nahm das Steinchen nicht an, sondern flüsterte dem Zwerg ins Ohr: Verschenke du nur Deine Steinchen an alle und jeden, dann hast du bald selbst keinen mehr! Das stimmte zwar nicht, denn wenn ich etwas gebe, bekomme ich auch wieder etwas zurück. So war das auch immer bei den Schmunzelsteinchen. Aber... mit den Worten des Kobolds war die Saat ausgestreut und sie ging auf. Die Schmunzelsteinchen wurden nicht mehr verschenkt, sondern im Beutel festgehalten. Bald ging jeder seines Weges, ohne nach den anderen zu sehen. Das Lachen verschwand... jeder kümmerte sich nur noch um das Anhäufen seines Besitzes. Aber... irgendwo schlummerte noch die Geschichte von den fröhlichen Menschen mit den Schmunzelsteinchen. Ein alter, weiser Mann hatte sie von seinem Vater, dieser wieder von seinem Vater... Und er erzählte das Märchen von den guten Vorfahren seinem Enkel. Nachdenklich machte dieser sich ans Werk. Er ging in seine Töpferstube, in der er sonst Krüge und Schalen herstellte und formte kleine lachende Tongesichter. In den nächsten Tagen verschenkte er an seine Freunde diese schmunzelnden Steinchen. Am Anfang wurde er belächelt und als netter, harmloser Spinner abgetan. Aber einigen gefiel die Idee. Die Schmunzelgesichter stimmten sie fröhlicher, auch wenn sie diese nur in ihrer Tasche berührten. Und so... wurden es immer mehr, die sich durch das Verschenken von Schmunzelsteinchen auch die Fröhlichkeit zurückschenkten.



### **Was ist ein guter Freund?**

Und meine tastenden Antwortversuche gehen mir nicht mehr aus dem Kopf. Als ich mir in der Vorbereitung auf Pfingsten, das Fest des Heiligen Geistes, die „Heilig-Geist-Lieder“ in unserem Gesangbuch noch mal anschaute, dachte ich plötzlich: Eigentlich wird der Heilige Geist dort genauso beschrieben, wie ich mir einen „guten Freund“ vorstelle.

Komm, Heiliger Geist, der Leben schafft, erfülle uns mit deiner Kraft! Tröster, der die Herzen lenkt, Beistand, den der Vater schenkt, aus dir strömt Leben, Licht und Glut, du gibst uns Schwachen Kraft und Mut, in der Unrast schenkst du Ruh, hauchst in Hitze Kühlung zu.

Der Heilige Geist als „guter Freund“, von Gott den Menschen an die Seite gegeben? Warum eigentlich nicht? - der Heilige Geist, das ist die, die uns Menschen Mut macht, die uns durch ihre Liebe, ihre Zuwendung, verwandelt, die das Gute und das Beste aus mir herauslockt. Das ist die, dessen Nähe uns heil machen kann, die uns trösten kann.

Das ist aber auch etwas ganz Leises, Zartes, das geschützt werden will- und das mich doch kraftvoll umspielt. Es ist die Kraft die Liebe Gottes, die mich umgibt- und in die ich mich hineinstellen darf.

Der Heilige Geist - der gute Freund der Menschen. Der Freund, der uns nahe ist, dem wir uns zumuten dürfen. Der Freund, der uns zärtlich tröstet, wenn wir traurig sind- und der uns kraftvoll in den Wind stellt, wenn wir aufgerüttelt werden müssen. Ein guter Freund halt- und wahrscheinlich ist diese Beziehung genauso schwierig zu beschreiben, wie eine gute Freundschaft zwischen Menschen.

*Andrea Schwarz (aus Jahreslesebuch, Und jeden Tag mehr leben)*

Die Kinder der 4. Klassen in unserem Pastoralraum haben sich Gedanken zum Thema Freundschaft gemacht im Zusammenhang mit Maria Magdalena und Ostern. Dabei sind Bilder entstanden, die in den jeweiligen Kirchen anzuschauen sind. Der Text von A. Schwarz soll uns ermutigen weiter zu gehen, noch ist es nicht Pfingsten, aber gerade heute, brauche ich vielleicht diese Kraft meines Freundes, meiner Freundin, der ich „Heiliger Geist“ sage.

*Gudrun Schröder*



*Die Natur malt für uns Bilder  
unendlicher Schönheit, Tag für Tag,  
wenn wir nur Augen haben,  
sie zu sehen.*

*John Ruskin*

*Bild: Sandra Kusch,  
Regenbogen über Winznau, 1. Mai 2020*

Ermutigung für den Tag | Mittwoch, 13. Mai 2020



Seit einem halben Jahr ist unsere Hündin Mia nun bei uns. Sie bereitet uns viel Freude und bereichert unser Leben. Leider musste die Hundeschule wegen Corona schliessen und unsere gemeinsame Ausbildung wurde unterbrochen. Als Ersthundehalterin bin ich doch recht unerfahren und bin auch schon mal ratlos, wie ich Mia beibringen kann was sie darf und was nicht. Mia hingegen ist bei uns angekommen. Sie weiss, dass wir sie lieben und sie bei uns bleiben darf. Nun lotet sie jeden Tag aufs Neue aus, wie weit sie gehen kann und das strapaziert meine Nerven manchmal schon sehr.

Neulich als ich am Kochen war und ich schnell in den Garten ging um nachzusehen was Mia so treibt, fand ich sie mit unserer Fernbedienung zwischen den Zähnen auf dem Rasen liegend. Als sie mich sah, schaute sie mich an als wollte sie mir sagen: schau mal was ich gefunden habe ... Natürlich ärgerte ich mich masslos und der Tag schien gelaufen zu sein.

Am Nachmittag ging ich dann mit Mia auf den gewohnten Spaziergang. Die Natur zeigte sich von ihrer schönsten Seite. Stahlblauer Himmel und sattes Grün auf den Wiesen. In der Ferne war die Alpenkette zu sehen. Fröhliches Vogelgezwitscher war zu hören. Mir wurde rasch bewusst, wie schön unser Leben doch ist und wie klein das Problem einer zerstörten Fernbedienung daneben erscheint.

*Erika Fuchs*

*Jeden Tag neu leben*

*Neu bist du,*

*wenn du staunst, weil jeden Morgen Licht da ist,  
wenn du glücklich bist, weil deine Augen sehen,  
deine Hände fühlen, deine Füsse laufen,  
wenn du singst, weil dein Herz schlägt.*

*Neu bist du,*

*wenn du weisst, dass du lebst,*

*wenn du denkst, dass heute der erste Tag vom Rest deines Lebens beginnt.*

*Neu bist du,*

*wenn du mit reinem Blick auf die Natur, die Menschen und Tiere schaust;*

*wenn du noch lachen kannst,*

*wenn du dich freuen kannst über die einfachen, kleinen Blumen am Weg deines Lebens.*

*nach Phil Bosmans*





## **Wie Sonnenblumen**

*Das Licht suchen und ihm nachschauen,  
selbst wie eine kleine Sonne strahlen,  
Heiterkeit einfangen und widerspiegeln,  
wie Sonnenblumen.*

*Biigsam sein im Wind und Wetter,  
emporsteigen und den Überblick bewahren,  
Halt erfahren und Halt geben,  
wie Sonnenblumen.*

*Freude bereiten und Farbe bringen,  
Vögel beherbergen und Schmetterlinge verführen,  
Bienen beschäftigen und mit Gutem nicht geizen,  
wie Sonnenblumen.*

*Das Land verschönern und Stuben schmücken,  
Kinder zum Lachen bringen und Alte zum Schmunzeln,  
heilendes Öl spenden und Nahrung werden,  
wie Sonnenblumen.*

*Lass uns, Gott, verstehen lernen, dass wir nicht für uns leben,  
sondern dass du uns schön und anmutsvoll geschaffen hast,  
um miteinander die Freude zu teilen:  
wie Sonnenblumen!*

*Pater Adrian Willi*



Bei sonnigem, fröhlichem Wetter begab ich mich in letzter Zeit doch des Öfteren an die hiesigen Gewässer. Dies nicht unbedingt mit dem Ziel in das kühle Nass zu steigen oder ähnliches. Tatsächlich habe ich in diesem Winter zum ersten Mal seit beinahe zehn Jahren das Fischereipatent beantragt. Die Angelruten, die jetzt doch schon einige Zeit geruht hatten, wurden wieder flott gemacht und meine Ausrüstung wieder komplettiert. Nach einer rassigen Velofahrt stand ich dann an der Aare und machte in der sich langsam senkenden Sonne einige Würfe. Doch mein anfänglicher Enthusiasmus verflog relativ rasch, da leider auch nachdem sich die Sonne gesenkt hatte, noch nichts angebissen hat. An was ist es gescheitert? Falscher Ort? Falscher Köder? Falsches Wetter? Hätte ich das T-Shirt mit der Aufschrift Zum Angeln geboren, zum Arbeiten gezwungen, das im Angebot war, doch bestellen sollen? Fragen über Fragen & So radelte ich wieder nach Hause und bereitete mich bereits für das nächste Mal vor. Ich blieb beharrlich und begab mich auch am nächsten Tag wieder an den Fluss, auch diese Mal wieder ohne Erfolg. Vielleicht ist es ja doch das Wetter? So probierte ich es auch an einem verregneten Tag noch einmal, wieder mit dem gleichen Endergebnis: eine grosse, runde Null in der Fangstatistik.

Doch bei all den Stunden, die ich in der Natur verbringen durfte, ist es mir doch wieder einmal aufgefallen: die Natur ist wunderschön! Nicht, dass ich das nicht schon gewusst hätte, doch es wurde mir wieder einmal sehr bewusst. Jedes Mal freue ich mich wieder mehr, mit meinen Freunden in die Berge wandern zu gehen, Berge, Flora und Fauna zu bestaunen, mit unserer Jublaschar wieder nach draussen gehen zu können und die Natur erleben, wie auch ein Grundsatz der Jubla heisst. Die sich verfärbenden Wälder im Herbst, die blühenden Blumen im Frühling, das Wetter in all seinen Facetten, sei es Regen, Schnee oder Wind. Das alles schenkt mir Hoffnung und Vorfreude, wenn ich es wieder mit all meinen Lieben geniessen kann.

Um zum Thema Angeln zurückzukommen: das wird schon noch, auch hier gilt für mich die Hoffnung nicht zu verlieren.

*Franz Achermann*

Es gibt ein schönes Gedicht von Jalaluddin Rumi:

*Das Gasthaus*

*Das menschliche Dasein ist ein Gasthaus.*

*Jeden Morgen ein neuer Gast.*

*Freude, Depression und Niedertracht -  
auch ein kurzer Moment von Achtsamkeit  
kommt als unverhoffter Besucher.*

*Begrüße und bewirte sie alle!*

*Selbst wenn es eine Schar von Sorgen ist  
die gewaltsam Dein Haus  
seiner Möbel entledigt.*

*Selbst dann behandle jeden Gast ehrenvoll  
vielleicht reinigt er Dich ja  
für neue Wonnen.*

*Dem dunklen Gedanken, der Scham, der Bosheit -  
begegne ihnen lachend an der Tür  
und lade sie zu dir ein.*

*Sei dankbar für jeden, der kommt,  
denn alle sind zu Deiner Führung geschickt worden  
aus einer anderen Welt.*



## **Veni Creator Spiritus**

Wir wissen, dass unser Leben nicht immer perfekt ist. Es gibt Tage der Freude auf der einen Seite und dann gibt es Tage der Traurigkeit, der Depression oder der Schwäche auf der anderen Seite. Es gibt Tage des Sieges und dann gibt es Tage des Scheiterns. Diese beiden Seiten unseres Lebens bestimmen unser Leben.

Deshalb ist es wichtig, in allen schwierigen und imperfekten Situationen unseres Lebens, Glauben und Hoffnung auf Jesus Christus zu setzen. Er hat uns den heiligen Geist versprochen. Der Heilige Geist wird uns die Kraft geben, unsere Einsamkeit, Depression und unsere Fehler zu bekämpfen. Der Heilige Geist wird uns im Glauben stärken und wird uns durch unsere schwierigen Tage begleiten und tragen.

*Dominic Kalathiparambil*

*Lasset uns gemeinsam beten;*

*Komm, Schöpfer Geist, kehre bei uns ein,*

*besuch das Herz der Kinder dein:*

*Die deine Macht erschaffen hat, erfülle nun mit deiner Gnad.*

*Zünd an in uns des Lichtes Schein,*

*gieß Liebe in die Herzen ein,*

*stärker unsres Leibs Gebrechlichkeit mit deiner Kraft zu jeder Zeit.*

*Amen.*

*Aus dem Hymnus „Veni Creator Spiritus“.*

*Deutsche Übersetzung von Heinrich Bone (1847).*

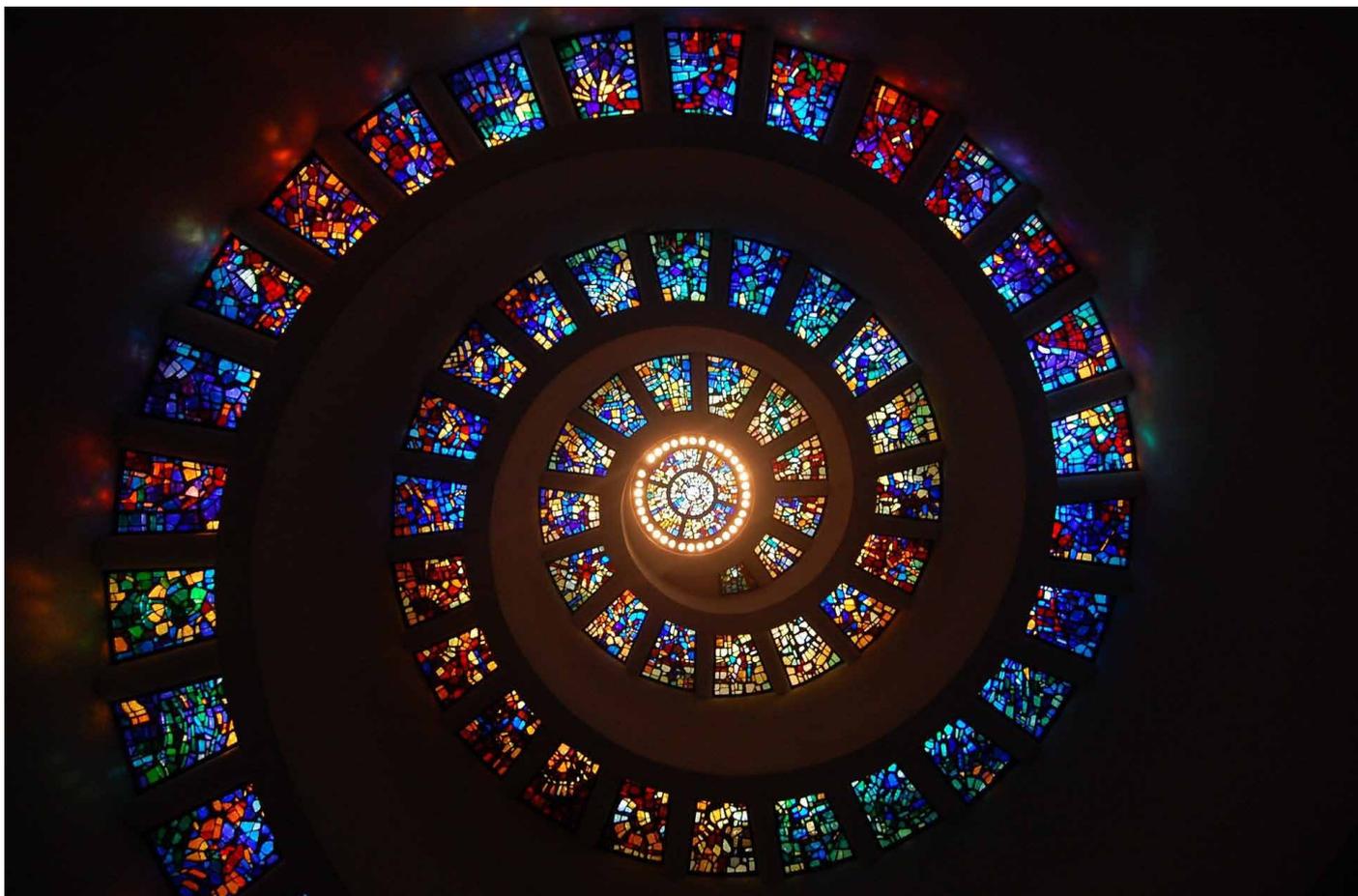
*Bild: Tabernakel, Herzogliches Georgianum München.*



*Wir brauchen Gott  
In jeder Pflanze steckt Leben.  
Sie braucht Licht, Wärme und  
Nährstoffe, um wachsen zu können.  
Wir Menschen sind wie Pflanzen:  
Auch wir brauchen die Zuwendung  
anderer, die uns das geben,  
was wir zum Leben brauchen -  
genau wie die Natur  
der Pflanze das Nötige  
zum Leben gibt.*

*Vor allem aber  
brauchen wir Gott,  
der uns das Leben  
geschenkt hat!  
Nelli Müller*

*Möge Gott in dieser schwierigen Zeit allen beistehen!  
Alicia Widmer*



### ***Nimm dir Zeit***

*Nimm dir Zeit zum Arbeiten -  
das ist der Preis den Erfolg*

*Nimm dir Zeit, nachzudenken -  
das ist die Quelle der Kraft*

*Nimm dir Zeit zum Spielen -  
das ist das Geheimnis der Jugend*

*Nimm dir Zeit zum Lachen -  
das ist die Musik der Seele*

*Nimm dir Zeit zum Lesen -  
das ist ein Brunnen der Weisheit*

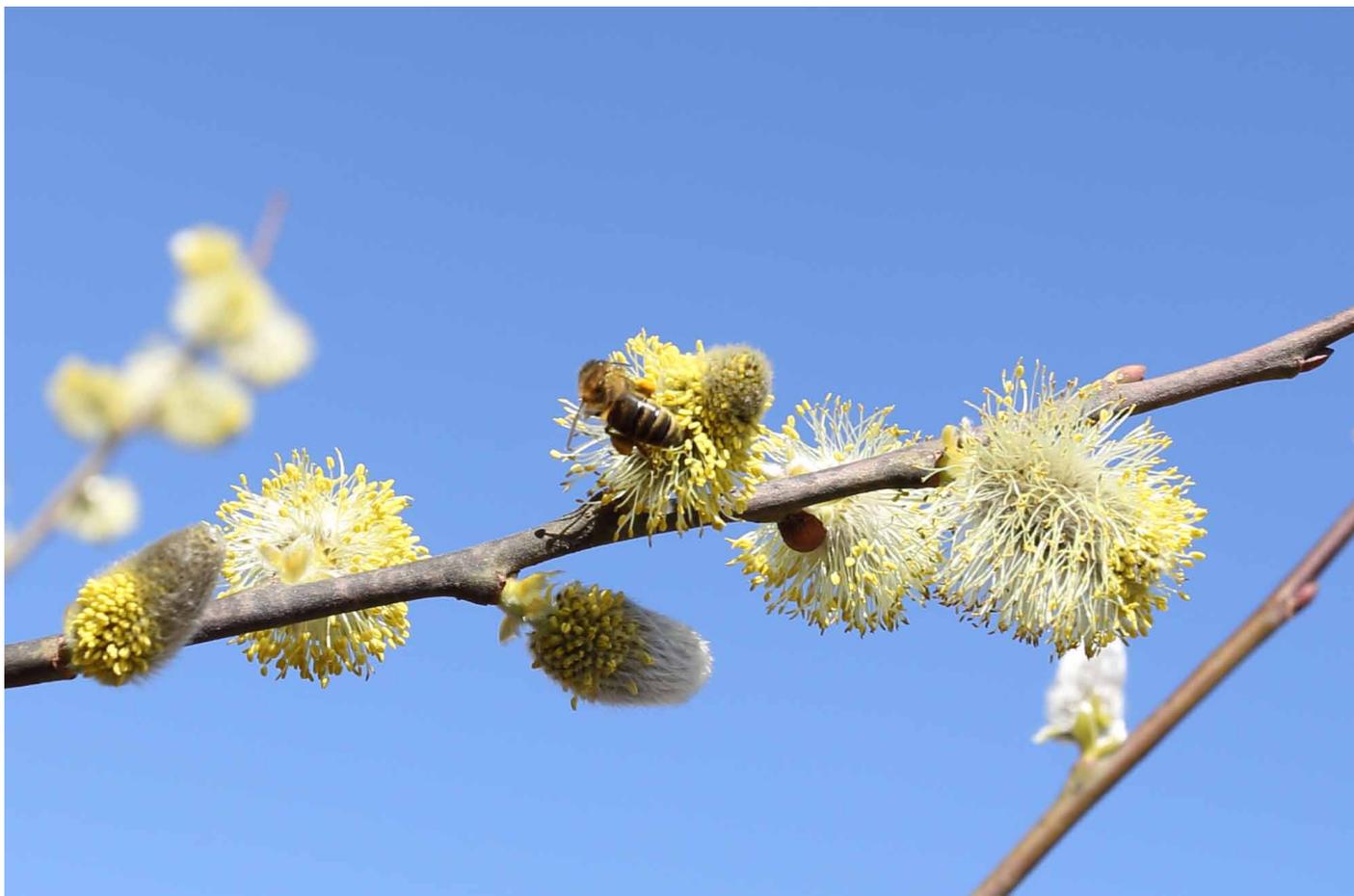
*Nimm dir Zeit zum Träumen -  
es ist der Weg zu den Sternen*

*Nimm dir Zeit zum Beten -  
es ist die grösste Kraft auf Erden*

*Nimm dir Zeit zum Schlafen -  
es erneuert Leib und Seele*

*Nimm dir Zeit zum Leben -  
um Gott zu finden  
denn ohne ihn ist jede Zeit  
vertane Zeit*

*Nach einer alt-irischen Handschrift*



## ***Frühlingsglaube von Franz Schubert***

*Aufnahme vom 16. Mai 2020*

*<https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/schubert.mp3>*

*Gesang: Georges Regner*

*EPiano: Hansruedi von Arx*

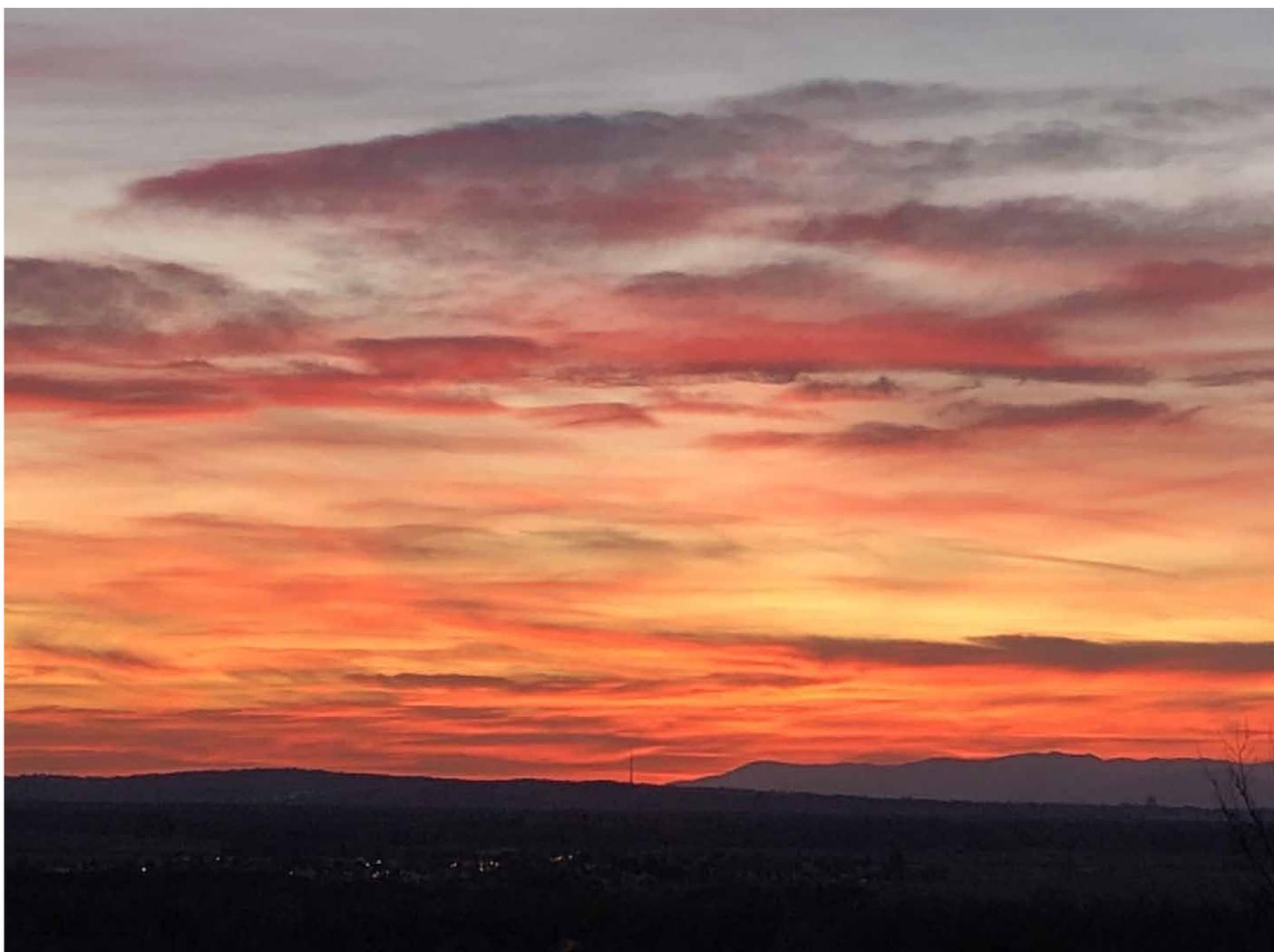


*Die linden Lüfte sind erwacht,  
Sie säuseln und weben Tag und Nacht,  
Sie schaffen an allen Enden.*

*O frischer Duft, o neuer Klang!  
Nun, armes Herze, sei nicht bang!  
Nun muß sich alles, alles wenden.*

*Die Welt wird schöner mit jedem Tag,  
Man weiß nicht, was noch werden mag,  
Das Blühen will nicht enden.*

*Es blüht das fernste, tiefste Tal:  
Nun, armes Herz, vergiß der Qual!  
Nun muß sich alles, alles wenden.*



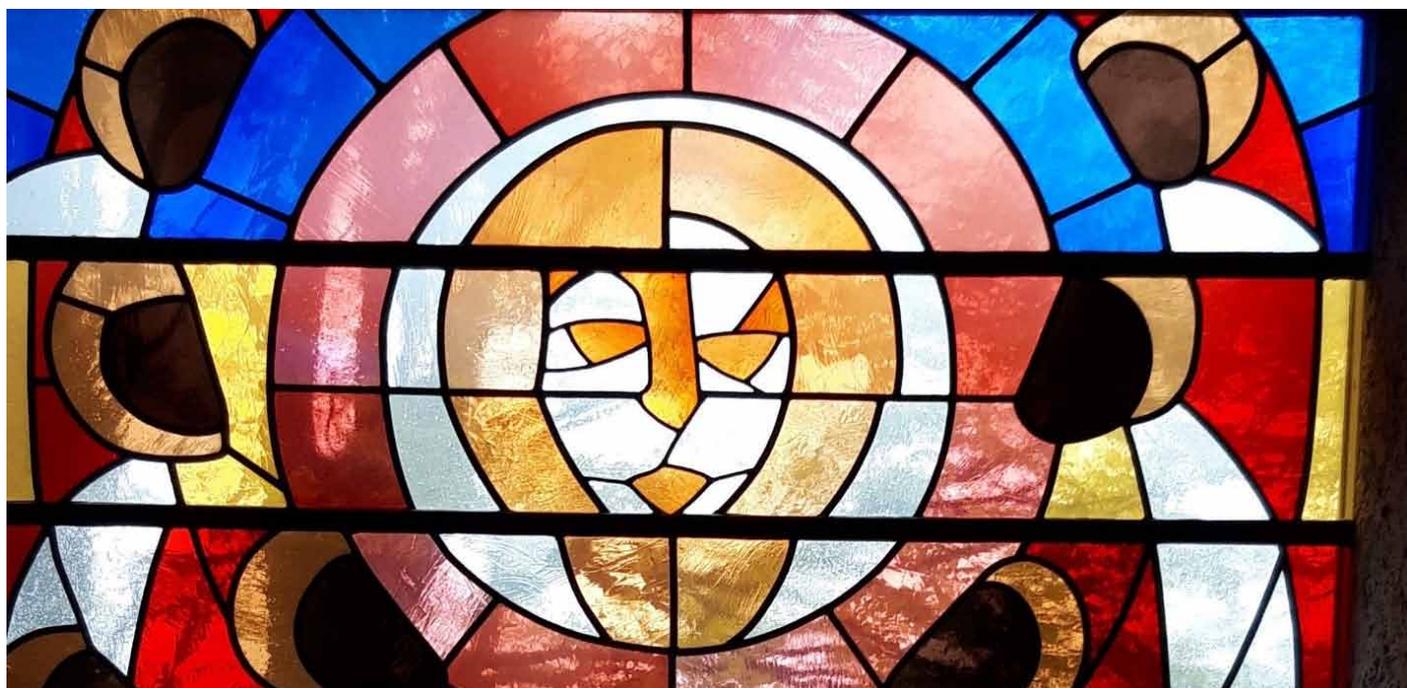
### ***Wo ist der Himmel?***

*Zwei fromme Männer lasen in einem Buch:*

*Es gibt einen Ort, am Ende der Welt, da berühren sich Himmel und Erde.  
Er liegt hinter einer Tür.*

*Sie wollten diesen Ort finden und machten sich auf eine lange Reise. Sie fanden diese Tür nach einer langen Wanderschaft. Sie waren ganz aufgeregt, als sie die Tür fanden und sie öffneten.*

*Wie erstaunt waren sie, als sie entdeckten, dass sie wieder zu Hause waren!  
Da begriffen sie: Der Ort, wo Himmel und Erde sich berühren, ist dort, wo wir leben.*



*Bild: Ferdinand Gehr, Kirche Sulgen, Foto Beda Baumgartner*

## **Pfingstnovene**

Die Pfingstnovene beginnt am Freitag nach Auffahrt, am 22. Mai.

Sie endet am Samstag vor Pfingsten, dem 30. Mai.

Beten wir in diesen Tagen zusammen um das Kommen des Heiligen Geistes:

«Komm, Heiliger Geist!» nach Gunda Brüske vom liturgischen Institut.

Die ganze Pfingstnovene finden sie hier:

[https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/dokumente/Pastoralraum/Pfingstnovene\\_2020.pdf](https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/dokumente/Pastoralraum/Pfingstnovene_2020.pdf)



### **Gebetsablauf - 1. Tag der Pfingstnovene**

#### **ERÖFFNUNG**

Das Anzünden einer Kerze symbolisiert die Wärme, Liebe, Nähe und das Licht Gottes.

«Herr, Jesus Christus, zu wem soll ich gehen? Du hast Worte des ewigen Lebens.»

Kurze Stille. Ich werde mir bewusst, dass Gott jetzt und hier bei mir ist.

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist. Wie im Anfang, so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit. Amen.

#### **GEBET UM DEN HEILIGEN GEIST**

Komm, Heiliger Geist, du Geist der Wahrheit, die uns frei macht.

Du Geist des Sturmes, der uns unruhig macht.

Du Geist des Mutes, der uns stark macht.

Du Geist des Feuers, das uns glaubhaft macht.

Komm, Heiliger Geist, du Geist der Liebe, die uns einig macht.

Du Geist der Freude, die uns glücklich macht.

Du Geist des Friedens, der uns versöhnlich macht.

Du Geist der Hoffnung, die uns götig macht.

Komm, Heiliger Geist!

#### **LESUNG EINES BIBELVERSESES**

Ich lese die Worte laut, sodass ich sie auch höre.

«Gepriesen sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus. Er hat uns mit allem Segen seines Geistes gesegnet durch unsere Gemeinschaft mit Christus im Himmel. Denn in ihm hat er uns erwählt vor der Grundlegung der Welt, damit wir heilig und untadelig leben vor ihm.» Eph 1,3f

Ich schliesse die Augen und lasse die Worte in mir nachklingen.

#### **GEDANKEN ZUR LESUNG**

Ich lasse mich durch einen Gedanken oder Fragen tiefer auf die Bibelverse ein. Heilig und untadelig zu sein, bedeutet nichts anderes als ganz Gott zu gehören, welcher Liebe ist. Denken wir darüber nach, ist nicht die Liebe das einzige wahre Bedürfnis des Menschen? Ist es nicht die Liebe, welche uns jegliche Situation aushalten lässt? Ist es nicht die Liebe, welche uns zu heroischen Gesten fähig macht? In der Liebe findet der Mensch die Kraft, die Freude und das Leben.

#### **SEGENSBITTE**

«Der Herr segne uns, er bewahre uns vor Unheil und führe uns zum ewigen Leben. Amen.»



### ***Die Freude fängt beim Kleinen an***

*Die letzten Wochen waren für die Meisten von uns sehr prägend; eine Ausnahmesituation, ein Zustand, den wir in dieser Art nicht kannten. Corona hat uns mit den in meinen Augen sehr sinnvollen Massnahmen ein Stück unserer Freiheit genommen. Viele Menschen haben sich gelangweilt, der soziale Kontakt fehlte, es gab viele Momente der Einsamkeit.*

*Nun, an diesem Zeitpunkt, an dem sich die Massnahmen langsam lockern, bekommen wir ein Stück unserer Freiheit, ja ein Stück unserer Unbeschwertheit zurück. Noch immer ist Vorsicht geboten, das ist klar. Doch wir haben die Möglichkeit, uns wieder mit unseren Liebsten zu unterhalten, in der Beiz ein Kaffee zu geniessen oder in einem Restaurant etwas Leckeres zu essen.*

*Man kann sagen, dass die Coronazeit mühsam war, ja oftmals umständlich. Jedoch bin ich überrascht, wie positiv sich einige Dinge verändert haben. Ich spreche von meiner Wahrnehmung. Die Freude über kleine Dinge. Dankbarkeit über offensichtlich Selbstverständliches. Gerade jetzt wird mir bewusst, wie gut es uns doch geht.*

*Oftmals ist uns nicht klar, welch ein Privileg es ist, sich stets ungehindert bewegen zu können. Die schönen Facetten unseres Dorfes, unserer Heimat ohne Einschränkungen geniessen zu können.*

*Ich freue mich darüber, wenn mich der Kellner freundlich grüsst. Ich freue mich, die Leute bestens gelaunt auf dem Spaziergang anzutreffen. Ich freue mich, wenn Mama anruft und mich spontan zum Grillabend einlädt. Kurzum; ich erfreue mich ob dem Leben, welches uns so viele tolle Momente beschert und mich jeden Tag aufs Neue packt.*

*Ich bin überzeugt, wir alle haben den Drang, zu leben. Uns frei zu fühlen und jede Stunde, jede Minute in vollen Zügen zu geniessen. Und auch wenn es Tage gibt, in denen dies schwerfällt. Tage, in welchen wir uns nicht aufraffen können oder wir einen Stein auf dem Herzen haben; Geniessen Sie das Leben. Denn es ist wunderbar!*

*Text und Bild: Céline Bader*



### ***Unterwegs***

*Der Weg unwirtlich*

*Steine, die mich stolpern lassen, wenn ich nicht achtsam bin*

*Es geht aufwärts*

*Es ist heiss, schweisstreibend*

*Umschwirrt von Insekten*

*Wieso tue ich mir das an?*

*Auch im Alltag stolpern, mühen, fragen*

*Nochmals kostet es Kraft.*

*Die letzten Höhenmeter.*

*Ich hätte mich auch ins Restaurant setzen können am Fuss des Tête de Ran.*

*Es wäre weniger anstrengend gewesen.*

*Wieso tue ich mir das an?*

*Auch im Alltag alle Kraft zusammennehmen,  
die Versuchung, aufzugeben,  
es lieber bequem haben, den einfacheren Weg wählen*

*Gemeinsam angekommen auf dem Gipfel*

*Die Weite des Himmels, der Blick in die Alpen, über den See*

*Ich bin überwältigt*

*Scheinbar aller Erdschwere enthoben*

*Dankbarkeit erfüllt mich - Ich darf sein*

*Nun weiss ich*

*Auch im Alltag das Ziel erreichen, gemeinsam, Glück erfahren  
danken  
danken für das Dasein, Getragen sein*

*Edith Rey Kühntopf*

*Bilder: Eva Kühntopf*

*Auf dem Weg von Vue des Alpes zum Tête de Ran / Blick vom Tête de Ran*



*Komm, Heiliger Geist, du Geist der Wahrheit, die uns frei macht.  
Du Geist des Sturmes, der uns unruhig macht.  
Du Geist des Mutes, der uns stark macht.  
Du Geist des Feuers, der uns glaubhaft macht.*

*Komm, Heiliger Geist, du Geist der Liebe, der uns einig macht.  
Du Geist der Freude, der uns versöhnlich macht.  
Du Geist der Hoffnung, der uns gütig macht.  
Komm, Heiliger Geist.*

*Leonardo Boff*



**Psalm 104, Verse 24 - 33**

*Herr, was für Wunder hast du vollbracht! Alles hast du weise geordnet; die Erde ist voll von deinen Geschöpfen.*

*Da ist das weite, unermessliche Meer, darin wimmelt es von Lebewesen, von großen und kleinen Tieren.*

*Schiffe ziehen dort ihre Bahn und die gefährlichen Meerungeheuer - du hast sie geschaffen, um damit zu spielen.*

*Alle deine Geschöpfe warten darauf, dass du ihnen Nahrung gibst zur rechten Zeit. Sie nehmen, was du ihnen ausstreust; du öffnest deine Hand und sie alle werden satt.*

*Doch wenn du dich abwendest, sind sie verstört. Wenn du den Lebenshauch zurücknimmst, kommen sie um und werden zu Staub.*

*Schickst du aufs Neue deinen Atem, so entsteht wieder Leben. Du erneuerst das Gesicht der Erde.*

*Die Herrlichkeit des Herrn bleibe für immer bestehen; der Herr freue sich an allem, was er geschaffen hat!*

*Er sieht die Erde an und sie bebt, er berührt die Berge und sie rauchen.*

*Ich will dem Herrn singen mein Leben lang; meinen Gott will ich preisen, solange ich atme.*

*Bild: Sonnenaufgang zwischen Vancouver und Frankfurt auf 11'000 m ü M, aufgenommen am 27. Februar 2019, Georges Regner*



**Du bist wertvoll - Vergiss es nie!**

Dass du lebst war keine eigene Idee,  
und dass du atmest kein Entschluss von dir.

Vergiss es nie:

Niemand denkt und fühlt und handelt so wie du  
Und niemand lächelt so, wie du`s grad tust.

Vergiss es nie:

Niemand sieht den Himmel ganz genau wie du  
Und niemand hat je, was du weisst, gewusst.

Vergiss es nie:

Dein Gesicht hat niemand sonst auf dieser Welt  
Und solche Augen hast alleine du.

Vergiss es nie:

Du bist reich, egal ob mit, ob ohne Geld,  
Denn du kannst leben! Niemand lebt wie du.

Vergiss es nie:

Du bist gewollt, kein Kind des Zufalls,  
keine Laune der Natur, ganz egal,  
ob du dein Lebenslied in Moll singst oder Dur.  
Du bist ein Gedanke Gottes - ein genialer noch dazu.  
Du bist du, - du bist du. Vergiss es nie!

*Jürgen Werth*

Mit diesen Gedanken wünsche ich eine besinnliche Zeit.

*Sr. Hildegard*



## ***Ich glaube an den Heiligen Geist***

*Ich glaube, dass er meine Vorurteile abbauen kann.*

*Ich glaube, dass er meine Gewohnheiten ändern kann.*

*Ich glaube, dass er meine Gleichgültigkeit überwinden kann.*

*Ich glaube, dass er mir Phantasie zur Liebe geben kann.*

*Ich glaube, dass er mir Warnung vor dem Bösen geben kann.*

*Ich glaube, dass er mir Mut für das Gute geben kann.*

*Ich glaube, dass er meine Traurigkeit besiegen kann.*

*Ich glaube, dass er mir Liebe zu Gottes Wort geben kann.*

*Ich glaube, dass er mir Minderwertigkeitsgefühle nehmen kann.*

*Ich glaube, dass er mir Kraft in meinem Leiden geben kann.*

*Ich glaube, dass er mir einen Bruder oder Schwester an die Seite geben kann.*

*Ich glaube, dass er mein Wesen durchdringen kann.*

*Karl Rahner*



## ***Pusteblyme***

*Wünsche und Träume haben wir alle. Und wir alle streben auch danach, dass sie in Erfüllung gehen. Vielleicht können Pusteblymen keine Wünsche erfüllen. Aber sie können uns dazu bringen, darüber nachzudenken, was wir und wirklich wünschen.*

*Ich wünsche mir, meine Familie und Freunde wieder in den Arm nehmen zu können, wieder ohne Abstand zusammen zu sitzen, mit meinen Freundinnen Kaffee zu trinken und zusehen wie unsere Kinder gemeinsam spielen, mir Zeit zu nehmen für die Dinge, die mir Spass machen, gesund zu bleiben.*

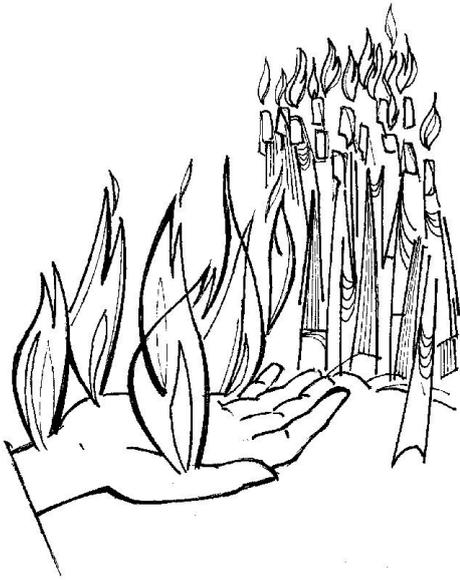
*Ich wünsche mir, dass der Mensch, der das jetzt liest, eine extra Portion Glück bekommt, ganz viel Kraft, Gesundheit und Zuversicht.*

*Was wünschts du dir?*

*Tanja Huggel*

## **Ansteckung ... ja gern!**

In meiner Jugendzeit begleitete mich ein Lied ganz besonders. Es heisst:



*«Die Sache Jesu braucht Begeisterte,  
sein Geist sucht sie auch unter uns.  
Er macht uns frei, damit wir  
einander befreien».*



Hier finden Sie das Lied zum anhören.

Diese Begeisterung, die, die Freunde Jesu in Jerusalem spürten, ja, die sie ansteckte und aufstehen liess, die brauchen auch wir gerade in der heutigen Zeit ganz besonders. Lassen wir uns ANSTECKEN und BEGEISTERN von seiner Botschaft, auch heute noch, und tragen wir sie weiter.

*Gott segne und behüte uns.*

*Gottes Geist beflügle unsere Fantasie. Gottes Atem lebe in unseren Träumen.*

*Gottes Kraft schenke uns den Blick für das Verbindende.*

*Gott begleite uns auf jedem Schritt unseres Lebens.*

*Heute, morgen und alle Tage.*

*Amen*

*Gebet von M. Hüngebühler*

Mit diesen Zeilen wünsche ich uns allen ein stärkendes und befreiendes Pfingstfest.

*Gudrun Schröder*



## **Spiritus Sanctus docebit vos, quaecumque dixero vobis, alleluia**

450 Sekunden - dauert die Vertonung dieses Bibeltextes.

450 Sekunden - werde ich ruhig und lausche den Klängen.

450 Sekunden - nehme ich mir Zeit - eine Ewigkeit?

450 Sekunden - öffne ich meine Sinne für Gottes Gegenwart und bitte:

Komm Heiliger Geist lehre uns alles, was es heute für uns zu lernen gibt.

Komm Heiliger Geist erinnere uns an alles, was es heute für uns zu erkennen gibt.

Komm Heiliger Geist, erfülle unsere Herzen und entzünde in uns das Feuer deiner Liebe!

Amen

### **Zum Anhören**

Communio Nr. 4 - Graduale Triplex 232

[https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/](https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Communio_Nr_4.mp3)

[Communio\\_Nr\\_4.mp3](https://www.pr-goesgen.ch/userfiles/audio/Pastoralraum/Communio_Nr_4.mp3)



*Musik: Ulrich Lamkemeyer*

*Text (Johannes 14, 26):*

*Aber der Tröster, der Heilige Geist, den mein Vater senden wird in meinem Namen, der wird euch alles lehren und euch an alles erinnern, was ich euch gesagt habe.*

*Orgel: Susanne Bucher*

*Gesang: Heinz Bucher*

*Aufnahme: 24. Mai 2020, Schlosskirche Niedergösgen*