pfarrbrief

september 2025

miteinander

in der Pfarreiengemeinschaft Burgau

Leben in Fülle

Gemeinsam waren wir im letzten Schuljahr unterwegs, um dem Leben in Fülle nachzuspüren, wie es uns Jesus, der gute Hirte, versprochen hat. Manch Gewohntes und viel Neues ist uns hier in den Sinn gekommen und ins Herz gefallen. Viele bleibende Erfahrungen durften wir mit Ihm, unserem Herrgott, aber auch im MITEINANDER gläubig feiern und LEBEN. In diesem Pfarrmagazin sollen verschieden Menschen und Gruppen mit ihren Erfahrungen auf diesem Weg zu Wort kommen. Auch die Bilder wollen uns das Erlebte in unserer Pfarreiengemeinschaft wieder in Erinnerung rufen. Hoffen, Fühlen, Danken und Leben waren einige der Schlagworte, die uns begleitet haben und weiterführen wollen.
Dieses Magazin wie das Fest der Begegnung in Limbach sollen sichtbarer Ausdruck sein unseres erfüllten Lebens MITEINANDER auf dem Weg im Glauben, damit sich das Leben in Fülle ereignet.

Ihr Pfarrer Simon Stegmüller

Titelbild

Bunte Luftballone und viele Menschen - groß und klein - bei der Kinderauferstehungsfeier im Generationenpark. Mit der Auferstehung überwindet Jesus den Tod und zeigt uns “Leben in Fülle”.

IMPRESSUM	miteinander - pfarrbrief der pfarreiengemeinschaft burgau
herausgeber	simon stegmüller
redaktion	peter berger, carmen häuser, andrea könig, philipp kusin, karina lober, simon stegmüller, monika tippel
gestaltung	karina lober
bild- &	privat; pfarreiengemeinschaft burgau; canva.com;
textnachweis	S. 18: evangelisch.de; bibelkommentare.de; S. 19: bistum köln
druck	e. röderer medienproduktion burgau

INHALT

04
FÜLLE AN SCHLAGZEILEN

Das vergangene Jahr in Schlagzeilen in Wort und Bild

06
MIT MENSCHEN UNTERWEGS...

Vier Gruppen/ Personen begleiten in den Höhen und Tiefen des Lebens

08
SELIGPREISUNGEN

Gedanken zu den Seligpreisungen in Mt 5, 1-12

10
VOLL HOFFNUNG

Hoffnungsstifter und Zuversicht im ehrenamtlichen Tun

12
VOLL DANK

Gruppen unserer Pfarreiengemeinschaft erzählen, wovon sie mit Dank erfüllt sind

14
FÜHLE DAS LEBEN

Wo fühle ich Leben? Wie fühlt es sich an?

16
LÜCKEN FÜLLEN

Hier gibt's was für alle Rätselexperten

17
GEFÜLLT? LEER?

18
ERFÜLLTES HERZ

Gedanken zum Herz in der Bibel und was es erfüllt

19
FÜLLE AN TIPPS

Medientipps rund um “Leben in Fülle”

SCHLAGZEILEN

Welche Schlag-zeile ist dir vom letzten Jahr hängen geblieben?

Trump ist wieder Präsident.

Lena

Mittelmeer ein paar Grade zu warm

Sylvia

Bekämpfung des Klimawandels

Strompreis runter

Burgau ist überflutet.

Anna

Demonstrationen gegen Rechts

Jakob

Ein leerer Wunsch kann nicht erfüllen!

Jakob

Zwischen Sorgen und Dankbarkeit

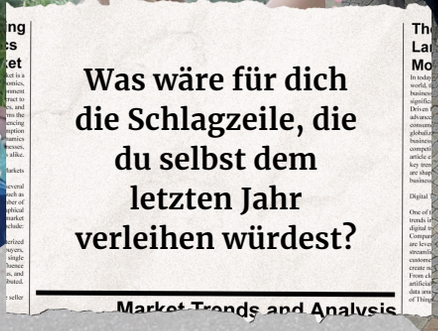
Fülle entsteht nicht durch Mehr, sondern durch bewusstes Da-Sein.

Mehrere Generationen im Minigottesdienst

Waschmaschinenberge auf der Pyrolyse

Keller voll Wasser fast bis zum Erdgeschoss

Sylvia



Was wäre für dich die Schlagzeile, die du selbst dem letzten Jahr verleihen würdest?

ben in Fülle

ottolied steckt an

Kampf den Zeitdieben

Sylvia

Verblödet die Menschheit?

Claudia

n in „Über-Fülle“!

Buntes Leben

uchen und Ringen im Miteinander

KI verändert unseren Alltag

Wo ist Verstand und Nächstenliebe?

Was wäre für dich die Schlagzeile zu einem Jahr, das zurecht das Motto trägt: „Leben in Fülle“?

Höhen und Tiefen

Vielfalt des Alltags in der Familie

Social Media erst ab 16

Habemus Papam

Christian

Mit Menschen unterwegs...

Ehrenamtliche Trauerbegleiter vom Raphael Hospiz Verein Günzburg e.V.

Mit wem sind wir unterwegs?
Wir sind mit Menschen unterwegs, die den Partner/Vater/Mutter/Bruder/Schwester verloren haben und Hilfe suchen, um mit der Trauer besser umgehen zu können! In der Regel lässt die Hilfsbereitschaft und das Verständnis dem Trauernden gegenüber nach einigen Monaten nach, die Trauer kann aber länger anhalten als z.B. im Volksmund das Trauerjahr!

Was erfüllt mich persönlich bei all diesen Defiziten?
Es erfreut mich immer wieder, wenn ich sehe, dass bei einem Trauernden nicht mehr alles nur schwarz ist, sondern er wieder langsam zurück ins Leben findet und auch ab und an ein kleines Lächeln über die Lippen kommt (wir können keinem das Leid abnehmen aber Trost und Mitgefühl spenden, der Trauer Raum geben).

Bild der Gruppe: stehend von links Fr.Struck, Hr. und Fr.Weindl, sitzend von links Fr.Ferchenbauer und Fr.Widmann

Seit Ende 2022 gibt es nun auch in Burgau auf dem Friedhof am hinteren Eingang (Ritter-von-Türk-Str.) das Trost- und Trauerbänkle! Jeden 3.Sonntag im Monat ab 15.00 Uhr ist die Bank mit einem ehrenamtlichen Trauerbegleiter/innen besetzt. Hier schenken wir Ihnen Zeit und Trost, um Dinge anzusprechen, die sie bewegen oder auch belasten.

Krankenpflegeverein Burgau e.V.

Wir unterstützen alle Hilfsbedürftigen, vor allem Kranke und Ältere wie deren Angehörige in der Pflege.

Trotz mancher Schwierigkeiten macht es Freude, ihnen ein Lächeln und einen schönen Tag zu schenken. Schön ist es zu erleben, wie durch Herzblut und Nächstenliebe Einsamkeit genommen und Gemeinschaft geschenkt werden können. Gemeinsam dürfen wir als Vorstand Projekte stemmen und für die Mitarbeiterinnen in der Pflege Verantwortung übernehmen. Ihre Freude in der Arbeit zu sehen, wenn sie helfen und einfach da sind, tut gut.
Es ist erfüllend Sinn zu stiften und einen wichtigen Beitrag für die Stadt Burgau zu leisten.

von links: Karlheinz Mayländer (Erweiterter Vorstand), Josef Knöpfle (geschäftsführender Vorstand), Jürgen Scharlach (Schriftführer), Herbert Blaschke (Erweiterter Vorstand), Stadtpfarrer Simon Stegmüller (Erweiterter Vorstand), Christine Lehn (Kassenprüferin), Helga Bolg (2. Vorsitzende), Eberhard Thielsch (Kassenprüfer), Georg Uebele (Erweiterter Vorstand), Manfred Kramer (Erweiterter Vorstand), Irmgard Feistle (Kassiererin)

Mit wem seid Ihr/ sind Sie in Ihrer Tätigkeit unterwegs?
Was erfüllt Dich/ Sie in diesem Tun - auch wenn es manchmal vielleicht gar nicht so nach einem Leben in Fülle aussieht?

Sozialarbeit an der Mittelschule Burgau

Judith Mesch (links) & Carina Fischer (rechts)

Wir begleiten Schülerinnen und Schüler im Schulalltag bei vielen Themen, z.B. Schulängste, Leistungsdruck, Selbstwert-problemen, Verlust, Trauer, Trennung der Eltern, selbstverletzendem Verhalten oder Mobbing. Dabei können sie dieses Thema selbst bei sich sehen oder Eltern wie Lehrer raten uns aufzusuchen.
Wir arbeiten mit den Schülern daran, dass sie wachsen können. Ganz oft ist es einfach ein offenes Ohr und das Zuhören. Ein ehrlicher Impuls “du wirst gesehen - du bist nicht allein - ich höre dir zu - ...” kann spürbar etwas bewegen.

Dabei ist es für uns sehr bereichernd Veränderungen anzustoßen und einen positiven Beitrag zum Schulleben zu leisten. Wir dürfen Jugendliche ein Stück auf ihrem Weg individuell begleiten, sie stärken und befähigen im Leben klarzukommen und ihnen Ideen auf den Weg mitzugeben, um Krisen zu bewältigen.
Nach dem Sozialkompetenztraining ist es erfüllend zu hören, wieviel “hängen geblieben” ist. Die Jugendlichen nehmen etwas mit - meine Arbeit lohnt sich.
Oft ist es ein langer Prozess. Umso schöner ist es, die Entwicklung(en) zu sehen (trotz vieler Rückschläge) und zu wissen, die Jugendlichen entscheiden selbst, wo es lang geht. Ich stülpe ihnen nichts über. Ich begleite, befähige und stärke sie für ihren individuellen Weg.

Mutter-Kind Einrichtung

Ich bin Vollzeit angestellt als Sozialpädagogin in der Mutter-Kind Einrichtung. Die Mamas wohnen mit einem oder mehreren Kindern im Haus in einzelnen Apartments.
Meine Arbeit besteht darin, den Alltag gemeinsam mit den Müttern zu strukturieren und zu bewältigen. Jeder Fall bringt individuelle Herausforderungen und Problemstellungen mit sich, was die Tätigkeit besonders vielseitig und lebendig macht. Gleichzeitig erfordert dies ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und Flexibilität, da auf jede Familie ganz individuell eingegangen werden muss, um eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zu ermöglichen.
Ziel unserer Arbeit ist es, die Mutter-Kind-Beziehung zu stärken und gemeinsam tragfähige Zukunftsperspektiven zu entwickeln. Die Mütter werden darin bestärkt, ihre eigene Handlungsfähigkeit zu erkennen, auszubauen und aktiv zu nutzen.
Die Lebenssituationen der Familien sind oft von vielfältigen Belastungen und schwierigen Lebensereignissen geprägt. Umso wertvoller ist es, wenn gemeinsam Veränderungsprozesse angestoßen werden können. Das Erleben von Selbstreflexion, persönlichem Wachstum und kleinen sowie großen Erfolgserlebnissen macht diese Arbeit nicht nur sinnvoll, sondern auch zutiefst erfüllend.

Veronika König

Selig, die arm sind vor Gott (im Geist);
denn ihnen gehört das Himmelreich.
Selig die Trauernden;
denn sie werden getröstet werden.
Selig die Sanftmütigen;
denn sie werden das Land erben.
Selig, die hungern und dürsten nach der Gerechtigkeit;
denn sie werden gesättigt werden.
Selig die Barmherzigen;
denn sie werden Erbarmen finden.
Selig, die rein sind im Herzen;
denn sie werden Gott schauen.
Selig, die Frieden stiften;
denn sie werden Kinder Gottes genannt werden.
Selig, die verfolgt werden um der Gerechtigkeit willen;
denn ihnen gehört das Himmelreich.
Selig seid ihr, wenn man euch schmäht und verfolgt
und alles Böse über euch redet um meinetwillen.
Freut euch und jubelt:
Denn euer Lohn wird groß sein im Himmel.
Matthäus 5, 1-12

Gedanken zu den Seligpreisungen

Seltsam! Jesus erklärt die notorischen Verlierer zu den eigentlichen Siegern.

In einer Welt ohne Gott redet man so:
Wer arm ist, ist selber schuld. Jeder muss selber sehen, wo er bleibt, sonst bleibt ihm nichts. Man kriegt nichts geschenkt. Wer Frieden will, muss den Krieg gewinnen. Gerechtigkeit ist das Recht des Stärkeren. Die Sanften kommen unter die Räder. Man kann schon was erreichen, man muss nur die richtigen Tricks kennen. Bloß nicht jammern - ran an die Arbeit.

Jesus verkündet das Himmelreich und sagt das genaue Gegenteil.

Wer weiß, dass alles, was er ist und was er hat, Geschenk ist, und kein dauerhafter Besitz, der erlebt das Leben als immerwährendes Geschenk.
Wer trauert, spürt den Schmerz über den Verlust, aber er rettet die Erinnerung an das erfahrene Glück vor dem Vergessen und Verdrängen.
Wer achtsam ist, wird nicht der erste sein, der sich die Beute sichert, aber er wird sich die Achtung der Benachteiligten erwerben und die sind in der Mehrzahl.
Wer unter Unrecht leidet und die Hoffnung bewahren kann, findet sich nicht ab, sondern nährt mit seinem Hunger seine Liebe zur Gerechtigkeit.
Wer erlebt, dass er auf Barmherzigkeit angewiesen ist, kann barmherzig sein.
Wer ohne Hintergedanken gütig ist, kann ausgenützt werden, aber er hat einen unerschöpflichen Reichtum in sich, um den ihn die Trickser beneiden werden.
Wer im Unfrieden nicht nach Vergeltung sucht, sondern den Frieden in sich bewahrt, kann Frieden stiften.

Werden hier die Habenichtse und Looser mit dem "Eiapopeia vom Himmel" vertröstet?
Nein! Die Seligpreisungen sind keine Vertröstung auf den St.-Nimmerleins-Tag.
Sie sind ein wirklicher Trost, der uns zum Handeln befähigt. Denn sie fachen den Glauben und die Hoffnung auf die Erfüllung an. Wir können getrost sein.

Das Glück der Seligpreisungen wird gerade im Mangel erlebt. Jesus stärkt uns den Rücken, wenn wir den Glauben an die Güte zu verlieren drohen.

Die Fülle der Güte haben wir gerade dann im Herzen, wenn man uns als Gutmenschen verhöhnt.
Die Fülle der Gerechtigkeit haben wir gerade dann im Herzen, wenn sie uns verweigert wird.
Die Fülle des Friedens erleben wir gerade dann, wenn wir Hass erfahren, aber unser Herz von ihm befreien können.

Die größte Fülle haben wir nicht in dem, was wir greifen können, was wir vor unseren Augen haben, was wir verschlingen können, was uns einen Vorteil bringt, sondern in dem, was wir ersehnen, weil es sich uns immer wieder entzieht.

Jesus sagt: Glaubt mir doch! Gott ist auf eurer Seite. Darum freut euch und jubelt.

Peter Berger

Voll Hoffnung

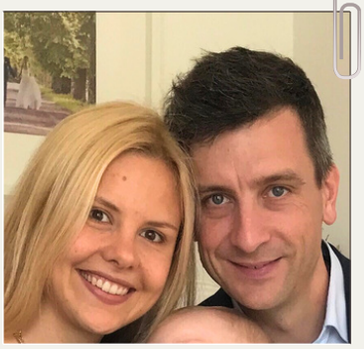
Wer ist für dich ein Hoffnungsstifter?
Was macht ihn/ sie für dich dazu?

Lukas

Meine Familie macht mir Hoffnung.
Mit ihnen an meiner Seite kann ich gelassen in die Zukunft schauen und gehen.

Elisabeth

Jesus ist mein Hoffnungsstifter. Er trägt nicht nur meine Hoffnung, sondern auch die der ganzen Welt, also wenn mir die Hoffnung abhandenkommt, weiß ich immer, wo ich anfangen muss zu suchen.



Anika und Tobias

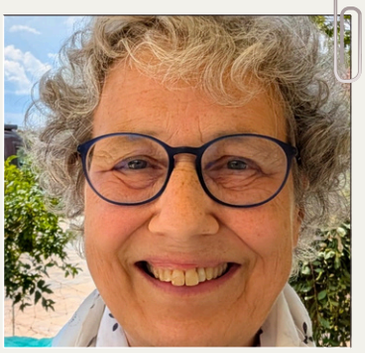
Gott ist unser Hoffnungsträger.
Die Aussicht, dass wir einmal bei ihm in seiner himmlischen Heimat sein dürfen, schenkt uns ganz viel Hoffnung. Es trägt uns insbesondere auch in schwierigen Zeiten.

Luna

Für mich sind meine Freunde Hoffnungsstifter, weil sie für einen da sind und mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Magdalena

Für mich sind meine Eltern Hoffnungsstifter, weil sie mir immer wieder zusagen, dass ich es schaffen kann. Und auch der Hl. Ulrich, weil er damals die Stadt Augsburg wiederaufgebaut hat.



Luitgard

Hoffnung ist immer auf ein positives Ziel gesetzt und Jesus ist der einzige Garant für einen guten Ausgang.

Vor welchen Herausforderungen sehen sich die neugewählten Kirchenverwaltungen gerade?

Was macht Ihnen darin Hoffnung?

Auf unseren Lebenswegen begegnen uns viele Stolpersteine und Herausforderungen, die wir gemeinsam überwinden können, wenn wir aus der Kraft des Glaubens immer wieder Hoffnung schöpfen, wie es uns der gute Hirte Jesus Christus verheißen hat. Die neugewählten Kirchenverwaltungen berichten, welche Herausforderungen sie derzeit umtreiben und wie sie diese hoffnungsvoll angehen wollen...

Eine große Herausforderung stellt die Pflege der Gebäude und Liegenschaften dar: Kirchen, Kapellen, Pfarrhäuser und Pfarrheime wollen nicht nur für die Zukunft erhalten, sondern auch belebt werden. Hier nur einige exemplarische Beispiele:
In Burgau bleibt der Unterhalt des Albertus Magnus Hauses eine große Aufgabe.
In Unterknöringen hofft man auf ein gutes Gelingen der Innenrenovierung der Martinskirche.
In Großanhausen ist man an der Erneuerung der Kirchturmuhr dran,
in Limbach muss die Betontreppe zum Friedehof und der Holzzaun rund um den Pfarrhof erneuert werden.

Neben dem finanziellen Aufwand stellt die Bürokratie eine große Hürde da: viele Vorgaben von Staat und Kirche machen die Arbeit vor Ort kompliziert. In die konkreten Aufgaben und das Arbeiten in der Kirchenverwaltung muss man mit der Zeit erst hineinwachsen, um die veränderten Verwaltungsstrukturen aufgrund gesetzlicher Änderungen, wie die Einführung der Trägerkirchenstiftung und der Notwendigkeit von Haushaltsplänen vor Ort auch gut umsetzen zu können. Auf dem Weg der Veränderung alle mitzunehmen und niemanden auszuschließen bleibt eine schwere Aufgabe.
Außerdem wirken die Kirchenstiftungen oft im Hintergrund, sodass die alltägliche Arbeit und Verwaltung nicht so sehr im Fokus der Öffentlichkeit steht.

Hoffnung macht den Kirchenverwaltungen dabei trotz allem, die Erfahrung, dass man als gutes Team vieles bewirken und einiges bewegen kann. Aufgrund der letzten Sanierungen stehen unsere Kirchen und Gebäude gut da.
Mut macht auch, dass es immer (noch) Leute gibt, die Lust haben und ihre Kompetenzen einbringen. Denn vielen ist die Kirche vor Ort wichtig und wertvoll. So konnte in Großanhausen schnell eine neue Mesnerin gefunden werden.
Der Zusammenhalt und die Arbeit mit dem Pfarrgemeinderat und vielen freiwilligen Helfern ist ein starker Hoffnungsanker. Das Vertrauen in die anderen ist ein tragendes Fundament für Zuversicht.
So kann gemeinsam die Tradition gepflegt und wichtige Kirchenfeste für die Pfarr- und Dorfgemeinschaft erhalten und die Gemeinschaft vor Ort mitgeprägt werden.
Es macht Freude durch den Einsatz in der Kirchenverwaltung einen Teil für unsere lebendige Pfarreiengemeinschaft beitragen zu können.

KV Mariä Himmelfahrt Burgau

KV Mariä Opferung Großanhausen

KV St. Stephan Limbach

KV St. Martin Unterknöringen

Kirchenchor Burgau

Gemeinsames Musizieren verbindet Menschen unterschiedlichster Charaktere auf ganz wundervolle Weise - so auch bei uns. Zu Singen und geistliche Musik mitzugestalten, ist eine Quelle der Freude, Gemeinschaft und des Glaubens. Im gemeinsamen Musizieren wird Konzentration geschult, aufeinander gehört, Rücksicht genommen. Jede Stimme zählt, aber nur im Einklang entsteht das große Ganze. Das stärkt den Zusammenhalt und fördert das Miteinander. Doch es geht nicht nur um Musik. Es geht um Gemeinschaft. Ausflüge, Feiern, geselliges Beisammensein – das Chorleben ist bunt und lebendig. Beim festlichen Umrahmen von Gottesdiensten wird das Lob Gottes in Töne gefasst. Singen im Chor ist mehr als ein Hobby. Es ist ein Miteinander, das Herz und Seele berührt. Ich bin dankbar für die Gemeinschaft innerhalb unserer Chorfamilie.

Kirchenchor Unterknöringen

Was uns mit Dank erfüllt:
„Ich mag das Singen, ich liebe die Musik. Wenn ich im Chor sing‘, dann strahle ich vor Glück. Singen gemeinsam, das ist wunderbar...“
Dies ist das Einsing-Motto unseres Kirchenchors St. Martin in Unterknöringen. Ob Gottesdienst oder persönliches Jubiläum, wir feiern und singen gerne. Wir sind dankbar für das langjährige Bestehen unserer Gemeinschaft, für die Treue unserer zum Teil hochbetagten Sängerinnen und Sänger, für gegenseitigen Respekt, Unterstützung, Geduld und Rücksicht bei all unseren Zusammenkünften.
Viva la musica!

Schülerfrühstück Team

Am 2. Juni 2008 startete das Projekt „Schülerfrühstück an der Mittelschule Burgau“, angeregt durch die evangelische Gemeinde Burgau und finanziert ausschließlich von Spendengeldern. Seit nunmehr 17 Jahren wird an Schultagen von Montag bis Freitag ab 7:30 Uhr Schüler*innen im Gemeinschaftsraum „Schuliano“ kostenlos ein Frühstücksbuffet angeboten.
Seit Beginn sind wir Ehrenamtliche beider Konfessionen (z.Zt. 11 Frauen), an jedem Schultag im 2er Team. Die Schüler*innen bedienen sich am Buffet, räumen anschließend ihr Geschirr in die Spülmaschine und das Vorbereitungsteam räumt den Rest auf. Immer wieder kommt es zu guten Gesprächen mit den Schüler*innen, die dieses Angebot dankbar und immer in höflichem Umgang annehmen.

KDFB Unterknöringen

Danke für die schöne Gemeinschaft, den Zusammenhalt, dass man sich auf einander verlassen kann und schöne Erlebnisse zusammen hat. Dabei kommen auch der Spaß und die Freude nicht zu kurz ...Teil einer Gruppe zu sein, in der das gemeinsame Miteinander im Vordergrund steht. Die Harmonie in dieser Gruppe ist einfach schön. Ich bin so froh, dass wir die freien Posten in unserem Vorstandsteam wieder durch kompetente Frauen besetzen konnten.
Voll Dank -dass jede einzelne für die Gemeinschaft und das Zusammenleben etwas beitragen, bewegen und erreichen kann.
Wo viele Glieder, gleich einem Kettenglied einer Fahrradkette, ineinander greifen, kann etwas Gutes bewirkt werden und ein harmonisches Miteinander entstehen.

VOLL DANK

Was erfüllt euch gerade in eurer Gruppe bzw. Gemeinschaft mit Dank?

Ministranten-Leiterrunde

Die Stimmung, das Miteinander in der Leiterrunde - Wir sind ein Team! – Ministrantenwallfahrt nach Rom - gemeinsames Lachen – Zusammenwachsen als Gemeinschaft – gegenseitiges Verständnis – Miniwochenende in Kienberg – unser Umgang miteinander – neue Einblicke auf die anderen

Kolpingsfamilie Burgau

Voller Dank dürfen auch wir etwas zum "Leben in Fülle" hier in unserer Pfarreiengemeinschaft beitragen - wie Adolph Kolping mutig mit großem Gottvertrauen durchs Leben gehen. Einerseits wollen wir dabei Traditionen bewahren und andererseits sind wir offen für neue Ideen. Es erfüllt uns mit großer Freude Menschen hier vor Ort zu begeistern. So sind wir voller Dank, wenn wir beim St. Martinsspiel in Burgau oder den Nikolausbesuchen viele leuchtende Kinderaugen erleben dürfen. Ähnlich ist es beim Fasching für Menschen mit Einschränkungen, wo viele Jugendliche und junge Erwachsene unbeschwerte Stunden in einer lockeren Atmosphäre verbringen können. Dankbar sind wir auch, dass wir durch die Messe am Antonele und am Riedberger Horn, die Verwurzelung im christlichen Glauben mit Leben erfüllen können und dabei von unserem Präses Simon Stegmüller breite Unterstützung fürs "Leben in Fülle" erhalten.

Seniorenkreis Knöringen/ Anhausen

Wir sind dankbar, dass wir jeden Morgen aufstehen können und der Kopf und die Gesundheit noch gut mitmachen. Außerdem erfüllt es uns mit großer Dankbarkeit, dass es Ehepartner, Freunde und hilfsbereite Menschen gibt, mit denen man sprechen kann, die einem zuhören und uns begleiten, und den guten Zusammenhalt untereinander.

Seniorengemeinschaft Limbach

Wir sind dankbar:
für die Menschen, die uns unterstützen, die Zeit, die wir frei von Termin- und Leistungszwang genießen dürfen, die Erlebnisse, die wir gegenseitig austauschen können und für unser schönes Domizil im Pfarrhof Limbach für die Seniorennachmittage.

Fühle das Leben

Wir haben Menschen in unserer Pfarreiengemeinschaft gefragt: Wann und wo fühlst du Leben? Wie fühlt es sich an?

Wann und wo fühlst du Leben?

Immer dann wenn ich mich völlig im Hier und Jetzt befinde, was leider gar nicht so häufig der Fall ist. Wie wahrscheinlich bei den meisten Menschen beansprucht das Denken und Grübeln, das Planen und Organisieren des privaten und des beruflichen Lebens einen zu großen Teil meiner Zeit. Umso wichtiger und schöner sind die Augenblicke in denen es gelingt ganz und gar im Moment sein.

Wie fühlt es sich an?

Beim Mountainbiken in der Natur gelingt es mir regelmäßig den sprichwörtlichen ‚freien Kopf' zu bekommen. Meine besten Ideen entstehen im Fahrradsattel oder auch im Schwimmbecken.

Beim Komponieren von Musik oder dem Schreiben von Texten vergeht die Zeit meist wie im Fluge und am Abend einen Song anzuhören, den es am Morgen noch nicht gab, fühlt sich großartig an.
Auf der Bühne wiederum völlig in die Musik und das Erleben von Musik einzutauchen ist nicht immer einfach. Anreise, Soundcheck und Lampenfieber sind nur einige der Hindernisse, die hier im Wege stehen. Aber wenn es gelingt ist es unbeschreiblich. (In Anbetracht der Tatsache, dass Musik physikalisch betrachtet eigentlich nur bewegte Luft ist, fühlt es sich jedes Mal aufs Neue wie ein kleines Wunder an.)
Das gemeinsame Musikerlebnis ist eines der schönsten ‚Miteinander' die es gibt!

Hermann Skibbe

Claudia Grießer

"Fülle entsteht nicht durch mehr, sondern durch bewusstes Da-Sein."
In unserer Region, zwischen den Feldern und der Donau, merke ich immer wieder, dass Fülle oft in der Stille eines Sonnenuntergangs liegt oder in einem Gespräch nach dem Gottesdienst auf dem Kirchplatz.

Ist das ein erfülltes Leben? Eine Frage der Perspektive...
Mit 57 Jahren und dem Blick zurück auf ein Leben mit Höhen und Tiefen denke ich, dass ein erfülltes Leben weniger mit dem zu tun hat, was wir erreicht haben, sondern mehr damit, wie bewusst wir gelebt haben. Die "Fülle" liegt für mich in den Beziehungen – zu Familie, Freunden, zur Natur und zu Gott. Sie liegt in den Momenten, in denen ich spüre, dass mein Leben einen Sinn hat, auch wenn er nicht immer groß oder sichtbar ist.
Ich empfinde Fülle besonders in der Gewissheit, geliebt und angenommen zu sein – nicht wegen meiner Leistungen, sondern einfach, weil ich bin. Das trägt mich durch schwere Zeiten und lässt mich die schönen umso dankbarer erleben.

Erstens in der Natur: beim Spazierengehen, egal ob Sommer oder Winter, bei der Gartenarbeit, bei der Ernte von Beeren, Obst und Gemüse.
Zweitens in der Familie. Im Alltag, bei Hausaufgaben oder gemeinsamen Urlauben, z.B. beim Erkunden von neuen Ländern oder Regionen der Welt mit den Kindern. Beim Sport in der Natur, zum Beispiel Skifahren, Aktivitäten am Meer oder Wandern. Beim Austausch mit Menschen und Freunden aus anderen Ländern.
Drittens beim Essen. Entweder selbst gekocht oder mit der Familie oder Freunden. Oder gut essen in einem schönen Restaurant.
Viertens beim Musizieren. Alleine am Klavier oder Keyboard, zusammen mit den Kindern, im Gospelchor, in der Schola oder mit CHORazon.

Das Leben fühlt sich für mich gut an, wenn es Phasen alleine, dann Zeiten mit der Familie, mit der Verwandtschaft oder mit größeren Gruppen wie Chor oder Gemeinde gibt.

Christian Rudat

Wann und wo fühlst du Leben?

Marcel Mändle

Leben empfinde ich vor allem auf der Bühne, wenn das Licht angeht, die Musik einsetzt und ich gemeinsam mit meiner Gruppe tanze. Dieser Moment, wenn sich monatelanges Training, Schweiß und manchmal auch Frust in pure Energie verwandeln, ist für mich einzigartig. Besonders während der Faschingssaison, wenn wir vor einem begeisterten Publikum auftreten, spüre ich, wie lebendig ich bin. Aber auch im Training, wenn wir als Team neue Choreografien einstudieren, lachen, Fehler machen und gemeinsam wachsen, fühle ich mich lebendig. Es ist dieses Miteinander, das mich antreibt – die Gemeinschaft, die Leidenschaft für den Tanz und das Gefühl, Teil von etwas Größerem zu sein.

Wie fühlt es sich an?

Es ist schwer, dieses Gefühl in Worte zu fassen. Es ist eine Mischung aus Adrenalin, Freude und Stolz. Wenn ich tanze, vergesse ich alles um mich herum – Sorgen, Stress, den Alltag. Ich bin vollkommen im Moment, voller Energie und Glück. Es fühlt sich an, als würde mein Herz schneller schlagen und ich könnte die Begeisterung des Publikums direkt spüren. Als Trainer erfüllt es mich mit Stolz, die Entwicklung meiner Tänzerinnen und Tänzer zu sehen und sie auf ihrem Weg zu begleiten. Und als ehemaliger Markgraf war es ein besonderes Gefühl, Tradition und Moderne zu verbinden und die Burgavia nach außen zu repräsentieren. Kurz gesagt: Tanzen ist für mich pure Lebensfreude.

Ich fühle das Leben mit meinen Händen.
Wenn ich als Hebamme in meiner Praxis Schwangere betreue, nehme ich auch Kontakt mit dem Baby bei der Vorsorgeuntersuchung auf. Ich ertaste, wie das Ungeborene im Bauch liegt, wieviel Platz es noch hat und ganz oft werde ich mit Fußtritten begrüßt. Es ist so schön, ein Leben zu spüren, obwohl es noch niemand gesehen hat.
In meinen Kreißsaaldiensten betreue ich nicht nur die werdenden Eltern, sondern auch das Ungeborene. Ich lege immer meine Hände auf den Bauch der Gebärenden, um das Kind zu spüren, wenn es sich auf den Weg in unsere Welt macht. Dabei ist es für mich faszinierend, dieses Eigenleben zu spüren, wie es sich bewegt und auch noch unter Wehen sich drehen und bewegen kann. Wenn dann das Neugeborene endlich nach einer anstrengenden Geburtsreise in den Armen der Mutter liegt, ist es ein so erfüllender Moment. Der Raum ist mit so viel Stille, Staunen, Liebe, Erleichterung, Bewunderung und Freude gefüllt, da bleibt jedes Mal, die Erde einen Moment stehen.
Da fühle ich das Leben und es erfüllt mich, ja berührt mich immer wieder.

Verena Caliebe

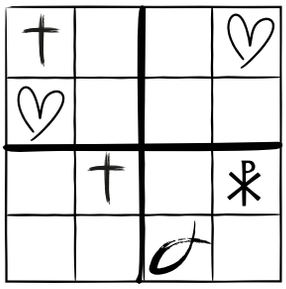
Pia Schilling

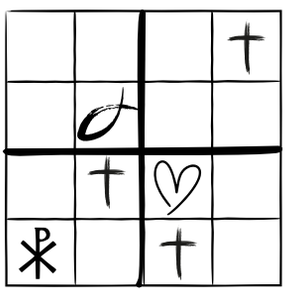
Wenn ich in Gesellschaft bin, mit meiner Familie oder auch Zeit mit Freunden verbringe, dann fühle ich Leben. Bewegung ist für mich auch sehr wichtig. Egal ob es auf dem Trampolin ist, beim Cheerleading oder beim Klettern, da fühle ich mich frei.
Ich kann meine Sorgen in die hinterste Schublade in meinem Kopf packen und nur die guten Gedanken sind vorne dran.

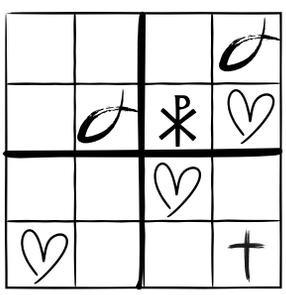
Lücken füllen

SUDOKU

Ziel des Spiels ist es, alle Felder des Sudoku Spielfelds mit Zahlen bzw. Symbolen so auszufüllen, dass jede Zahl/ Symbol in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem hervor-gehobenen Teilquadrat des Spielfelds genau einmal vorkommt.

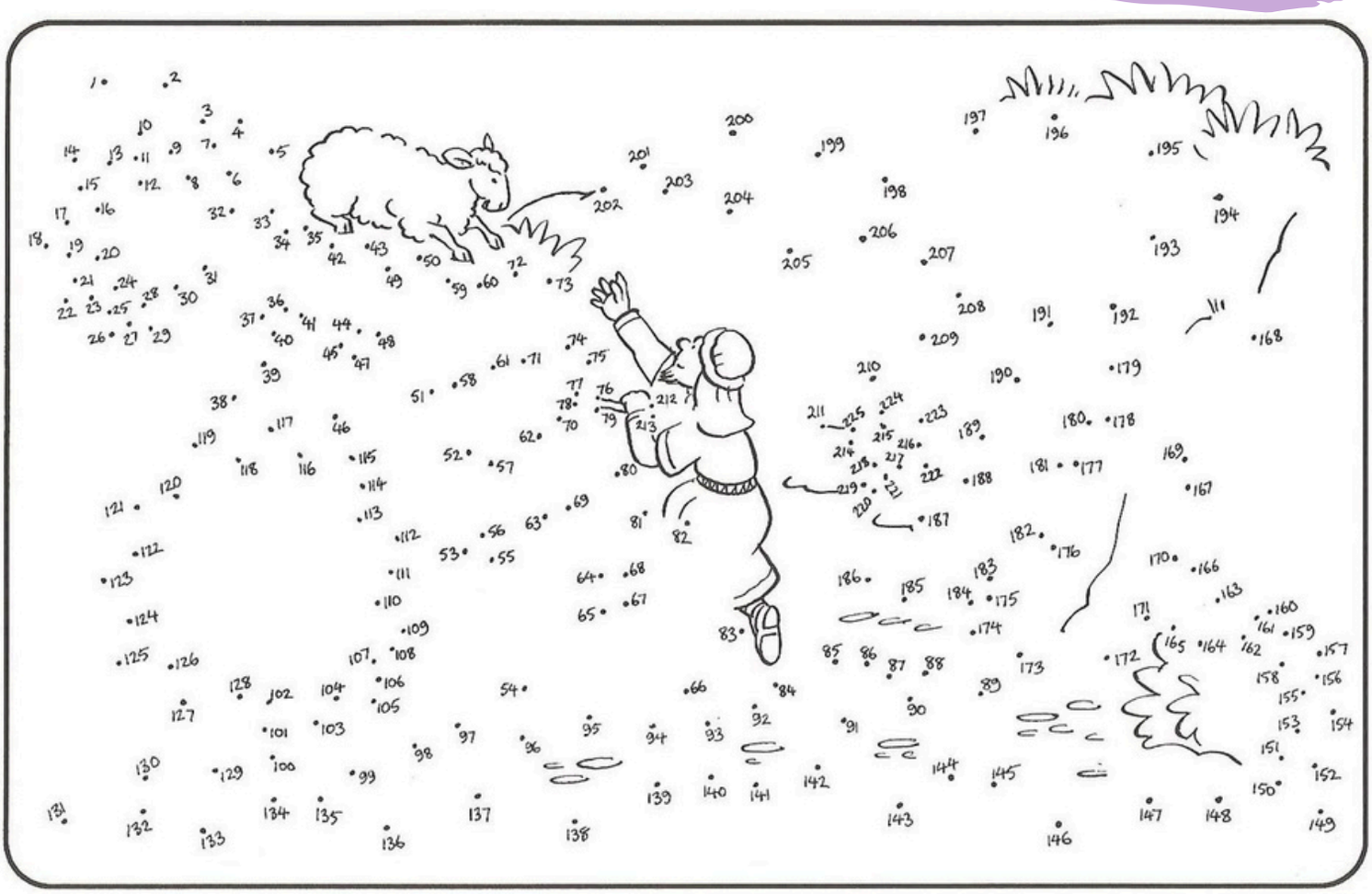






2	7						1	
9			7		4			
6	1					3	9	
1		2	9			7		
		9				8	6	1
8			3					
7	8	5	2	3		1		
						2		
			5	6	7			8

Verbinde die Zahlen von 1 bis 225 und entdecke, was sich in dem Bild verbindet.



Gefüllt? Leer?

Erfülltes Herz

Und? Was haben Sie auf der vorherigen Seite 17 gesehen?

Haben Sie sich gewundert, dass die Seite leer ist?
Oder haben Sie sich gewundert, was dieser kleine schwarze Punkt soll?
Haben Sie vermutet, dass diese Seite ein Druckfehler ist?

Wir laden Sie zu folgender Geschichte ein:

Die Geschichte vom schwarzen Punkt

Eines Tages kam ein Professor in die Klasse und schlug einen Überraschungstest vor. Er verteilte sogleich das Aufgabenblatt, das wie üblich mit dem Text nach unten zeigte. Dann forderte er seine Studentinnen und Studenten auf, die Seite umzudrehen und zu beginnen. Zur Überraschung aller gab es keine Fragen – nur einen schwarzen Punkt in der Mitte der Seite. Nun erklärte der Professor folgendes: „Ich möchte Sie bitten, das aufzuschreiben, was Sie dort sehen.“ Die Studierenden waren verwirrt, aber begannen mit ihrer Arbeit. Am Ende der Stunde sammelte der Professor alle Antworten ein und begann sie laut vorzulesen. Alle – ohne Ausnahme – hatten den schwarzen Punkt beschrieben: seine Position in der Mitte des Blattes, seine Lage im Raum, sein Größenverhältnis zum Papier etc.
Nun lächelte der Professor und sagte: „Ich wollte Ihnen eine Aufgabe zum Nachdenken geben. Niemand hat etwas über den weißen Teil des Papiers geschrieben. Alle konzentrierten sich auf den schwarzen Punkt – und das gleiche geschieht in unserem Leben. Wir haben ein weißes Papier erhalten, um es zu nutzen und zu genießen, aber wir konzentrieren uns immer auf die dunklen Flecken. Unser Leben ist ein Geschenk, das wir mit Liebe und Sorgfalt hüten sollten und es gibt eigentlich immer einen Grund zum Feiern – die Natur erneuert sich jeden Tag, unsere Freundinnen und Freunde, unsere Familie, die Arbeit, die uns eine Existenz bietet, die Wunder, die wir jeden Tag sehen … Doch wir sind oft nur auf die dunklen Flecken konzentriert – die gesundheitlichen Probleme, der Mangel an Geld, die komplizierte Beziehung mit einem Familienmitglied, die Enttäuschung mit einem Freund, Erwartungshaltungen usw. Die dunklen Flecken sind sehr klein im Vergleich zu allem, was wir in unserem Leben haben, aber sie sind diejenigen, die unseren Geist beschäftigen und trüben.
Nehmen Sie die schwarzen Punkte wahr, doch richten Sie Ihre Aufmerksamkeit mehr auf das gesamte weiße Papier und damit auf die Möglichkeiten und glücklichen Momente in Ihrem Leben und teilen Sie es mit anderen Menschen!“

Herz als Sitz der Weisheit

Von einem besonders schlauen Menschen sagt man, er sei "nicht auf den Kopf gefallen, und wer in einer unruhigen Situation noch klar denken kann, bewahrt "einen kühlen Kopf". Während der Kopf in unserer Sprache zum Denken da ist, steht das Herz meistens für Gefühle: Wer jemandem "sein Herz ausschüttet", teilt seinen großen Kummer mit, und wer heftig verliebt ist, läuft Gefahr, "sein Herz zu verlieren". Ganz klar: Denken passiert im Kopf, Gefühle im Herzen. Oder?

In der Bibel wird das Herz nicht nur als physisches Organ, sondern vor allem als Zentrum des Denkens, Fühlens und Wollens des Menschen betrachtet. Es ist der Ort, an dem Beziehungen entstehen, Entscheidungen getroffen werden und die Verbindung zu Gott ihren Ursprung hat. Das Herz ist somit ein vielschichtiges Symbol für die gesamte Persönlichkeit und das innere Leben eines Menschen.

Das Wort “Herz” kommt in der Bibel 858 mal vor. Im Hebräischen bezeichnet “leb” weit mehr als das Gefühl, das wir heute in erster Linie meinen. Es ist in der Bibel ein wahrnehmendes Organ, “zum Verstehen bestimmt” und dieses Verstehen entspringt der Beziehung des Menschen zu Gott. König Salomo ist da ein gutes Beispiel: er antwortet auf Gottes Frage nach seinem Wunsch: “Verleih daher deinem Knecht ein hörendes Herz, damit er dein Volk zu regieren und das Gute vom Bösen zu unterscheiden versteht!" (1. Könige 3,9). Salomo siedelt die Einsicht, die aus dem Hören kommt, in seinem Herzen an. Urteilsvermögen und Weisheit besitzt er nicht aus sich selbst heraus, sondern erbittet es von Gott.
Denken, Fühlen und Wollen gehören also in der Bibel untrennbar zusammen und finden sich in der Mitte des Menschen - im Herzen - zusammen. “Denken mit dem Herzen” kann also heißen: eine Haltung des Hörens einnehmen.
Ist also ein erfülltes Herz ein hörendes?

M E D I E N T I P P S

Wochenendrebellen
Jason ist zehn und Autist. Das bedeutet unter anderem, dass er die Dinge immer ganz genau nimmt. So auch die Suche nach einem Lieblingsfußballverein. Zusammen mit Papa Mirco reist er durch ganz Deutschland, von Stadion zu Stadion. Denn wie sollte man sich für einen Verein entscheiden, wenn man nicht ALLE gesehen hat?

DVD, Laufzeit 109 Minuten, FSK ab 6 Jahren

Alles steht Kopf 2
Riley durchlebt die turbulenten Wirren der Pubertät, während ihre Emotionen in ihrem Kopf um die Kontrolle ringen. Zweifel übernimmt erfolgreich das Kommando und wirft Freude und die anderen Ur-Emotionen einfach aus der Schaltzentrale. Das bleibt nicht ohne Konsequenzen, zumal Teenager Riley gerade einige wichtige Entscheidungen treffen und sich außerdem um ihre Aufnahme in das Eishockey-Team kümmern muss.

DVD, Laufzeit 96 Minuten, FSK ab 0 Jahren

Leben in Fülle |
Der Film und die Themenmodule Alter und Altern werden in den unterschiedlichen Lebensphasen zunehmend vielfältiger wahrgenommen und erlebt. Die Initiative der Altenpastoral im Bistum Köln stellt sich diesem „Leben in Fülle". Die Themenmodule: Wann ist man eigentlich alt? - Miteinander verbunden - Leben mit Krankheit und Gebrechlichkeit - Im Alter glauben - Vom Sterben und Abschiednehmen - Mein Leben im Blick - Möglichkeiten entdecken
Ein ca. 30-minütiger Film und ein praxisorientiertes Materialpaket sind so entstanden und regen dazu an, das Thema Alter und älter werden, auf vielfältige und wertvolle Weise in den Blick zu nehmen.
Bistum Köln

Zuhören, Die Kunst sich der Welt zu öffnen
Bernhard Pörksen
Warum hören wir nicht zu? Ein Plädoyer, sich der Welt zu öffnen.
Bernhard Pörksen zeigt, welche Mechanismen das Zuhören verhindern - ob im privaten Umgang oder in der Öffentlichkeit. Und er präsentiert Ansätze und Methoden, die eine neue Offenheit, tieferes Verstehen und empathisches Zuhören ermöglichen. Wie erreicht man, so lautet die Schlüsselfrage, diejenigen, die man nicht mehr erreicht?

Geb., 336 Seiten

Leben in Fülle, Eine Begegnung mit dem Johannesevangelium
Brendan Byrne SJ
»Ich bin davon überzeugt, dass die Unterscheidung zwischen einem Leben als reiner Existenz und einem Leben mit größerer Fülle für die Theologie des Vierten Evangeliums zentral ist und einen vielversprechenden Weg erschließt, dieses Evangelium in seiner Tiefe schätzen zu lernen.«
Dieses in Australien entstandene Werk bietet einen Überblick über die theologische Linie des Johannesevangeliums. Es regt zudem zur Reflexion der eigenen Gottesbeziehung an: ein theologischer und spiritueller Zugang zum Evangelium, inspirierend für LehrerInnen und SeelsorgerInnen, Studierende und BibelleserInnen aller Konfessionen.

Geb., 576 Seiten

**Herr, erfülle mein Leben mit Deiner Fülle.
Schenke mir Freude, Frieden, Liebe und Weisheit.
Hilf mir, Deine Gaben zu erkennen und dankbar anzunehmen. Lass mich in Deiner Gegenwart ein Leben führen, das erfüllt ist von Sinn und Glück, und lass mich Deine Liebe in die Welt hinaustragen.**

www.pfarreiengemeinschaft-burgau.de