

Ganz bestimmt hat auch die Jahreszeit ihren Einfluss auf meinen Wunsch, etwas über das Lächeln zu schreiben.

Die kühlere und vor allem auch dunklere Winterzeit ruft wohl in jedem von uns Wünsche nach Licht, nach Wärme und Geborgenheit, Herzlichkeit und Vertrauen und natürlich auch Fröhlichkeit hervor. Ein Lächeln kann dies alles bewirken!

«Ein Lächeln hat viele Gesichter – und viele Gesichter haben ein Lächeln – Gott sei Dank!»

Aber nicht nur die im wahrsten Sinne «äusseren» Umstände haben mich zu diesem Thema geführt, vielmehr waren es «innerer» Bedürfnisse. Und diese wurden zuerst gestillt, bevor mir so richtig bewusst wurde, was ein so kleines Lächeln eigentlich mit uns anstellen kann, wie dringend nötig wir es alle haben. Sowohl das Lächeln zu schenken wie es zu erhalten!

Neu im Kirchgemeinderat

Als ich mich im letzten Jahr auf den Weg zu meiner ersten Sitzung des Kirchgemeinderates machte, war mir schon etwas bange zumute. Was mich da wohl erwartete?

Nun, ich atmete tief durch und betrat, äusserlich aufgerichtet, innerlich ganz klein, das Sitzungszimmer – und wurde mit herzlichen Lächeln empfangen! Alleine dadurch fühlte ich mich si-



Ein Lächeln

cherer, aufgehoben und schon fast etwas zugehörig. Diese kleine Erfahrung hat mich wieder aufmerksam und auch dankbar gemacht!

Es kostet nichts und bringt so viel. Es bereichert den Empfänger, ohne den Geber ärmer zu machen. Es ist kurz wie ein Blitz, aber die Erinnerung daran ist oft unvergänglich. Keiner ist so reich, dass er darauf verzichten könnte. Keiner so arm, dass er es sich nicht leisten könnte. Es bringt Glück ins Heim, schafft guten Willen im Geschäft und es ist das Zeichen der Freundschaft. Es bedeutet für den Müden Erholung, für den Mutlosen Ermunterung, für den Traurigen Aufheiterung und ist das beste Mittel gegen Ärger. Man kann es weder kaufen noch erbiten, noch leihen oder stehlen, denn es bekommt erst dann einen Wert, wenn es verschenkt wird. Viele sind zu müde, ein Lächeln zu verschenken. Gib ihnen eines von dir. Denn niemand hat so bitter nötig ein Lächeln, wie derjenige, der für andere keines mehr übrig hat.

Dieses Gedicht ist mir beim (virtuellen) Rumstöbern aufgefallen, gefällt mir sehr und sagt alles.

Lehnen sie sich doch einmal zurück, schliessen sie die Augen und erinnern sie sich an all die freudigen, glücklichen und berührenden Momente, die ihnen ein Lächeln aufs Gesicht zauberten. Oder auch an Momente, in denen sie ganz natürlich und unbewusst einem anderen Menschen dankbar, aufmunternd, verzeihend oder einfach fröhlich zugelächelt haben und die Reaktion des Gegenübers miterleben konnten.

Nur als kleine Randbemerkung; Kinder lachen pro Tag durchschnittlich 450 Mal, wir Erwachsenen bringen es gerade mal auf deren 15. Vielleicht erinnern wir uns ja in unseren je eigenen Alltags daran und versuchen den «lächelnden» Durchschnitt der Erwachsenen wieder auf eine «konkurrenzfähige» Anzahl anzuheben?

«Ein Tag ohne Lachen ist ein verlorener Tag», sagte einmal Charlie Chaplin und tat das Seine, dass es weniger «verlorene Tage» geben sollte.

Gelotologie

So nennt sich die Lehre des Lachens.

«Jedes Mal, wenn ein Mensch lacht, fügt er seinem Leben ein paar Tage hinzu» behauptete der italienische Schriftsteller Curzio Malaparte. Und er hat recht! Lachen ist die beste Medizin für Körper, Geist und Seele. Und – Lachen ist ansteckend! Wunderbar, endlich einmal etwas Ansteckendes, vor dem man sich nicht zu fürchten braucht! Lachen ist gesund, 80 Muskeln, davon 17 alleine im Gesicht, werden dabei aktiv. Lachen aktiviert im Organismus eine grosse Anzahl an Prozessen, die uns gut tun, uns gesünder und stärker machen. Sogar die Schmerzempfindung verringert sich. «Glückshormone» (Endorphine) werden bei Gelächter vermehrt ausgeschüttet und sorgen so für Entspannung und gute Laune.

Ein feines Lächeln berührt unsere Seele

Jeden Tag aufs Neue bekommt jeder von uns, der etwas die Augen und Ohren offen hält, Gegebenheiten mit, die einem ein feines Lächeln entlocken. z.B. wenn ich am Bahnhof, auf den Zug wartend zwei Menschen beobachte, die sich offenbar sehr freuen, einander wiederzusehen; das kann einem nicht unberührt lassen. Oder wenn jemand miterleben darf, wie ein Kind gerade seine ersten selbstständigen Schritte «geschafft» hat. In Gedanken an vergangene Zeiten versunken haben viele Menschen ein wohl etwas wehmütiges aber auch dankbares Lächeln auf ihrem Gesicht. Es kommen mir noch dutzende von Beispielen unterschiedlichster Natur in den Sinn, – und es lässt mich zufrieden.

Kommunikation

Lächeln, damit kommunizieren Völker, Generationen, Geschlechter; und ich wage zu behaupten, dass sie sich oft mit Worten nicht besser verständigen könnten.

Ein echtes Lachen wird in einer Gehirnregion ausgelöst, die deutlich älter ist als das Sprachzentrum. Es gibt ein ganzes «Wörterbuch», mit dem man die Vielfalt des Lächelns umschreiben könnte. Erleichterte, freudige, amüsierte, rührende, ermunternde, erwartungsvolle, verbindende, tröstende, unsichere, vielleicht auch verlorene Lächeln, um nur einige zu nennen.

Sie alle sind ein wichtiger Bestandteil des Menschseins!

Es bedeutet Anteilnahme und Mitteilung. Es ermöglicht ein Aufeinanderzugehen, ein sich mit dem Gegenüber zu befassen, und, so paradox es klingen mag, auch ein Wahr- und Ernstnehmen.

In diesem Sinne wünsche ich ihnen ganz viele unvergessliche Momente, an die sie sich mit einem Lächeln erinnern können.

CHRISTINE ZWAHLEN, KIESEN

IN DIESER AUSGABE

Kirchdorf: Zum Kirchensonntag 2010: Generationen gemeinsam unterwegs > S. 14
Thierachern: Gemeindeabend im Rahmen der Aktionstage Brot für alle > S. 15
Wichtrach: Gerechtigkeit geht durch den Magen – Ökumenische Kampagne Brot für alle > S. 16

Pfarramt Gerzensee:
Pfarrer Hans Schneider
Dorfstrasse 31 · 3115 Gerzensee
T 031 781 39 69
hans.schneider@kirchegerzensee.ch

Leitung KUV:
Pfarrer Andreas Lüdi
Sonnhaldeweg 14 · 3110 Münsingen
T 031 721 96 31
andreas.luedi@kirchegerzensee.ch

Präsidentin des Kirchgemeinderates:
Eva Tschannen-Wittwer
Untere Kirchenzelg 2 · 3115 Gerzensee
T 031 781 00 73
eva.tschannen@kirchegerzensee.ch

Redaktion Gemeindegeseite:
Pfarrer Hans Schneider
Redaktionsschluss März-Ausgabe:
3. Februar 2010
www.kirchegerzensee.ch

Reformierte Kirchgemeinde
Gerzensee



GOTTESDIENSTE

Sonntag, 7. Februar, 9.30 Uhr, im Gemeindegeseite Gerzensee.

Sonja Winkler und ein Team aus der Kirchgemeinde gestaltet die Feier zum Kirchensonntag mit dem Thema «Generationen gemeinsam unterwegs». Mitwirkung der Musikgesellschaft Gerzensee. Nach der Feier offeriert die Kirchgemeinde ein einfaches Mittagessen. Während der Feier ist im Vereinslokal beim Gemeindegeseite der Kindertreff offen.

Sonntag, 14. Februar, 9.30 Uhr:

Gottesdienst mit Predigt von Pfarrer Hans Schneider. Barbara Küenzi spielt zum ersten Mal Orgel in einem Gottesdienst in Gerzensee.

Sonntag, 28. Februar, 9.30 Uhr:

Gottesdienst mit Predigt von Pfarrer Hans Schneider. Orgel spielt Barbara Küenzi.

Abendgebet

Mittwoch, 3. Februar,

19.00 bis ca. 19.30 Uhr, in der Kirche
Abendgebet mit Musik, Worten und Stille.

Kollekten im Dezember 2009

Gottesdienst, 5. Dezember: Aeschbacherhaus Münsingen: 145. – • Gottesdienst, 13. Dezember: HEKS: 125. – • Trauerfeier, 22. Dezember: Kirchgemeinde Gerzensee: 230. – • Trauerfeier, 23. Dezember: Kirchgemeinde Gerzensee: 650. – • Gottesdienst, 25. Dezember: Weihnachtskollekte: 340. –

Im Namen aller, denen die Kollekten zugute kommen, danken wir herzlich für Ihren Beitrag.

KINDER UND JUGENDLICHE

Kindertreff

Sonntag, 7. Februar, 9.30 – 10.30 Uhr, im Vereinslokal beim Gemeindegeseite.
Sonntag, 28. Februar, 9.30 – 10.30 Uhr, Kornhaus Gerzensee.
Der Kindertreff ist ein Angebot für Kinder ab 4 Jahren (jüngere Kinder nach Absprache). Die Kinder hören eine Geschichte aus dem biblisch-christlichen Kontext und basteln etwas zum Thema der Geschichte.
Leiterin des Kindertreffs:
Heidi Stalder, Belpbergstrasse 40, 3115 Gerzensee, 079 858 48 31.

Kindernachmittag

Samstag, 13. Februar, 14.00 – 16.30 Uhr, im Kornhaus Gerzensee.
Der Kindernachmittag ist ein Angebot für alle Kinder ab 4 Jahren bis und mit 1. Klasse (jüngere Kinder nach Absprache). Die Kinder hören eine Geschichte, können spielen und basteln und bekommen ein «Zvierli». An den Kindernachmittagen sind auch Kinder willkommen, die nicht regelmässig teilnehmen.

PERSONELLES

Sigristin-Stellvertreterin

Ruth Uebersax hat seit Juli 2001 als Sigristin-Stellvertreterin in unsrerer Kirchgemeinde gewirkt. Sie hat sich in vielen Gottesdiensten und anderen kirchlichen Anlässen in Kirche und Kornhaus dafür eingesetzt, dass die Menschen sich wohl fühlen. Auf Ende Januar 2010 hat Ruth Uebersax demissioniert. Wir danken ihr für ihre zuverlässige und freundliche Mitarbeit und wünschen ihr für die Gestaltung des neuen Freiraums und ihre Zukunft alles Gute.

Leiterinnen der Kindernachmittage:

- Denise Errass, Tel. 031 781 18 75
- Regula Pfäffli, Tel. 031 802 05 41
- Therese Scheidegger, Tel. 031 722 13 30
- Gabriela Uhlmann, Tel. 031 781 26 67

Ressortverantwortlicher

Kirchgemeinderat:
Daniel Krieg, Trockenmaadweg 17, 3115 Gerzensee Telefon 031 781 41 05 oder 079 243 16 66.

Kirchliche Unterweisung KUV

6. Klasse: Mittwoch, 10. Februar, 13.30 – 16.15 Uhr, im Kornhaus.
8. Klasse: Freitag, 12. Februar, 18.45 – 21.30 Uhr, im Kornhaus.

Jugendtreff

Freitage, 5. und 19. Februar, 19.00 bis 22.00 Uhr im Kornhaus.
Leiter des Jugendtreffs:
Daniel Krieg, Tel. 079 243 16 66.

HOHE GEBURTSTAGE

Februar 2010

90-jährig
15. Emmy Vieli-Wüthrich, Dorfstrasse 15
87-jährig
4. Jakob Schweizer-Bähler, Brunnacker, Sadelstrasse 42
77-jährig
4. Emil Helfer-Burri, Schützenfahrstrasse 15
15. Rudolf Bigler-Beyeler, Spielgasse 7A
26. Käti Wyttbach-Zbinden, Sadelstrasse 32
75-jährig
3. Fritz Uebersax-Schranz, Trockenmaadweg 7

UND AUSSERDEM

Frauenwandergruppe Gerzensee-Kirchdorf

Dienstag, 2. Februar 2010, Postauto Gerzensee ab: 12.36 Uhr. Wanderung ab Münsingen entlang der Aare über die Aue nach Rubigen. Wanderzeit: Ca. 2 Stunden. Auskunft und Anmeldung bei Frau Hanni Riem, Tel. 031 781 14 09.

Aktiv 50+ Gerzensee

Freitag, 19. Februar 2010. Besichtigung im Bundeshaus. Wie im Jahresprogramm angekündigt, werden wir am 19. Februar 2010 eine geführte Besichtigung durch das Parlamentsgebäude machen. Diese Führung wird sicher sehr interessant und aufschlussreich sein. Wir haben die Möglichkeit, unser Regierungsgebäude nicht immer nur von aussen zu bewundern, sondern können es auch wieder einmal von innen bestaunen.
Treffpunkt: Bahnhof Wichtrach, um 13.10 Uhr.
Abfahrt des Zuges: 13.22 Uhr.
Rückkehr: ca. 18.00 Uhr.
Weitere Informationen und Anmeldungen bis spätestens 12. Februar 2010: Christine und Gerold Hess, Hofacker, 3116 Kirchdorf, Tel. 031 781 20 36.

Gemeinsames Mittagessen für Seniorinnen und Senioren

Freitag, 5. Februar, 12.00 Uhr, im Restaurant «Bären». Anmeldungen an Frau Margot Schmid, Telefon 077 443 09 64

Altersnachmittag

Mittwoch, 17. Februar, 14.00 Uhr, im Gemeindegeseite:
Diavortrag von Reinhard Böni, Grindelwald. Er ist seit 25 Jahren Lawinenhundeführer.



Brot für alle

In den vierzig Tagen vor Ostern wenden sich «Brot für alle» und «Fastenopfer» mit der ökumenischen Kampagne an die Öffentlichkeit unter dem Motto:

«Stopp den unfairen Handel: rechtaufnahme.ch»

In der Schweiz werden knapp 8 Prozent des Einkommens für Lebensmittel eingesetzt. In Entwicklungsländern wenden viele Familien den Ertrag ihrer ganzen Arbeit dafür auf – und trotzdem reicht es nicht: mehr als eine Milliarde Menschen hungern. Eine Ursache für diesen Skandal liegt in den ungerechten Regeln des weltweiten Handels mit Lebensmitteln. Auch wir können durch unser Konsumverhalten zum besseren Leben von benachteiligten Menschen im Süden beitragen. In der Zeit vor Ostern ist es sinnvoll, sich über die globalen Zusammenhänge Gedanken zu machen: Ostern als Fest des Lebens lädt uns ein, Geschenke zu teilen, damit alle ein besseres Leben haben. Wie in den vergangenen Jahren gibt es wieder eine Agenda zur ökumenischen Kampagne.

Diese liegt für Interessierte beim Schriftenstand der Kirche und in der Landi Gerzensee zum Mitnehmen auf. Sie lernen darin einen bolivianischen Bauern und eine südafrikanische Schuldenberaterin kennen. Sie begegnen einer Schweizer Bauernfamilie und einer Pionierin für Fairen Handel in der Schweiz. Anregungen, anders einzukaufen und Meditationen am Sonntag wollen zu einem bewussteren Leben beitragen. Der Einzahlungsschein gibt Ihnen die Möglichkeit, die Anstrengungen der Menschen in Entwicklungsländern direkt zu unterstützen. Ein Gottesdienst zum Thema ist geplant für Sonntag, 28. Februar, 9.30 Uhr, in der Kirche Gerzensee.
Die Kollekte wird «Brot für alle» zukommen.

Spendenkonto: Brot für alle, 3001 Bern
Postkonto 40-984-9