



## Regionale Veranstaltungen

### Radio Emme

#### Radiopredigt

Jeden Sonntag um ca. 9.30 Uhr sendet unser Lokalradio Emme eine Radiopredigt, gehalten von Pfarrerinnen und Pfarrern aus der näheren und weiteren Umgebung:

Sonntag, 5. Februar, 9.30 Uhr, Sigi Kramer, Spitalseelsorger, Wolhusen

Sonntag, 12. Februar, 9.30 Uhr, Pfarrer Daniel Guggisberg, Trubschachen

Sonntag, 19. Februar, 9.30 Uhr, Pfarrer EGW Reto Lüthy, Wyssachen

Sonntag, 26. Februar, 9.30 Uhr, Pfarrer Herbert Held, Lützelflüh

### Kirchenfenster

Donnerstag, 9. Februar, 20 Uhr: «Leben im Kinderheim», Alltagsbericht aus dem Kinderheim Schoren, Langenthal

Donnerstag, 23. Februar, 20 Uhr: «Als katholischer Pfarrer im reformierten Kanton Bern»

### Fröhliches Fasten im Alltag

18. bis 31. März 2006 in Langnau  
Im Alltag fasten – Nahrung für die Seele suchen; Fröhlich fasten – innerlich zur Ruhe kommen; Gott erahnen in mir – Gott erahnen in der erwachenden Natur um mich herum

Gemeinschaft in der Stille – getragen durch die Liturgie  
Wir laden Sie ein zu einem Heilfasten nach der Buchinger-Methode in einer begleiteten Gruppe. Vorgesehen ist ein tägliches Treffen um 18.15 Uhr in der Sakristei der Kirche Langnau zu Gespräch und gemeinsamer Meditation. Informationsabend (für Neueinsteigende verbindlich):

Dienstag, 7. Februar 2006, 20.00 Uhr in der Sakristei der Kirche Langnau  
Leitung: Pfr. Matthias Zehnder, Annerös Egger, Dr. med. Hansueli Gerber  
Ein Angebot der Kirchlichen Erwachsenenbildung Langnau

## Kirchgemeinde LANGNAU

www.kirchenlangnau.ch

Kirchgemeinderatspräsident: Markus Roder, Telefon 034 402 40 54

Pfarramt Bärau-Gohl: Gian-Enrico Rossi, Telefon 034 402 26 07

Pfarramt Ost: Matthias Zehnder, Telefon 034 402 11 27

Pfarramt Ost+: Ursula Wyss, Telefon 034 402 80 76

Pfarramt West: Roland Jordi, Telefon 034 402 30 70

Diakon: Philipp Joss, Telefon 034 402 66 67

Sekretariat: Telefon 034 402 44 10

Hausleitung Kirchgemeindehaus: Telefon 034 402 37 81

### KALENDER

#### Mittwoch, 1. Februar

6.15 Uhr Morgengebet in der Sakristei  
13.30 Uhr Seniorennachmittag im Kirchgemeindehaus  
17.30 Uhr Abendmeditation in der Sakristei

#### Donnerstag, 2. Februar

19.30 Uhr Kino in der Kirche: «Väter» (Dani Levy, D 2001)

#### Freitag, 3. Februar

10.00 Uhr Gottesdienst im Emmentalischen Krankenhaus mit Pfr. Daniel Guggisberg und Seniorenband  
17.00 Uhr Freitagsgeschichte im Kirchgemeindehaus  
19.00 Uhr Teenager-Club im alten Schulhaus Bärau: Schlitten mitbringen

#### Samstag, 4. Februar

18.00 Uhr Pizza-Andacht in der Freizeitstätte, gestaltet von Jugendlichen und Diakon Philipp Joss

#### Sonntag, 5. Februar

9.30 Uhr Gottesdienst zum Kirchensonntag zum Thema «Sinn suchen – Schätze finden». Christliche Spiritualität im Alltag. Gestaltet von Frauen und Männern aus der Gemeinde

#### Montag, 6. Februar

15.00 Uhr Gesprächskreis am Montagnachmittag im Kirchgemeindehaus  
20.00 Uhr Kirchenchorprobe im Kirchgemeindehaus

#### Dienstag, 7. Februar

20.00 Uhr Informationsabend zum Fröhlichen Fasten im Alltag in der Sakristei

#### Mittwoch, 8. Februar

6.15 Uhr Morgengebet in der Sakristei  
14.00 Uhr Spielnachmittag für Senioren im Kirchgemeindehaus  
17.30 Uhr Abendmeditation in der Sakristei

### MONATSSPRUCH

«Freuet euch aber, dass eure Namen im Himmel geschrieben sind.»

Lukas 10, 20

#### Donnerstag, 9. Februar

19.30 Uhr Kino in der Kirche: «The return» (Andrey Zvyagintsev, Russland 2003)

#### Freitag, 10. Februar

10.00 Uhr Gottesdienst im Emmentalischen Krankenhaus mit Pfr. Roland Jordi und Hertig's Zithermusik

#### Sonntag, 12. Februar

9.30 Uhr Gottesdienst mit Pfr. Gian-Enrico Rossi  
19.30 Uhr Gottesdienst im Schulhaus Gohl mit Pfr. Gian-Enrico Rossi

#### Montag, 13. Februar

20.00 Uhr Kirchenchorprobe im Kirchgemeindehaus

#### Mittwoch, 15. Februar

6.15 Uhr Morgengebet in der Sakristei  
15.00 Uhr Gottesdienst in der Heimstätte Bärau (Föhrenhaus) mit Pfrn. Priska Friedli  
17.30 Uhr Abendmeditation in der Sakristei

#### Donnerstag, 16. Februar

11.45 Uhr Seniorennenen im Kirchgemeindehaus

#### Freitag, 17. Februar

10.00 Uhr Gottesdienst im Emmentalischen Krankenhaus mit Pfrn. Annekathi Branger

#### Sonntag, 19. Februar

9.30 Uhr Gottesdienst mit Pfr. Matthias Zehnder und dem Kirchenchor

#### Montag, 20. Februar

20.00 Uhr Kirchenchorprobe im Kirchgemeindehaus

#### Mittwoch, 22. Februar

6.15 Uhr Morgengebet in der Sakristei  
14.00 Uhr Culte français im Kirchgemeindehaus  
14.00 Uhr Spielnachmittag für Senioren im Kirchgemeindehaus  
17.30 Uhr Abendmeditation in der Sakristei

#### Donnerstag, 23. Februar

20.00 Uhr Ökumenische Frauengruppe im Kirchgemeindehaus; Filmabend: «Frida»

#### Freitag, 24. Februar

10.00 Uhr Gottesdienst im Emmentalischen Krankenhaus mit Pfr. Roland Jordi  
17.00 Uhr Freitagsgeschichte im Kirchgemeindehaus

#### Samstag, 25. Februar

14.00 Uhr Jungchar in der Kapelle des Evangelischen Gemeinschaftswerks Bärau

#### Sonntag, 26. Februar

9.30 Uhr Gottesdienst mit Pfr. Roland Jordi, Eva Schmid, Klavier und Manuela Mauerhofer, Gesang  
13.15 Uhr Gottesdienst im Schulhaus Oberfrittenbach mit Pfr. Roland Jordi, Männerchor Oberfrittenbach, Käthi Hofstetter, Klavier und H. Ellenberger, Sonntagsschule

#### Montag, 27. Februar

15.00 Uhr Gesprächskreis am Montagnachmittag im Kirchgemeindehaus  
20.00 Uhr Kirchenchorprobe im Kirchgemeindehaus

### Abwesenheiten Team

11. bis 19. Februar Pfrn. Ursula Wyss (Ferien)

11. bis 19. Februar Philipp Joss (Ferien)

16. bis 22. Februar Pfr. Roland Jordi (WK Notfallseelsorge)

### VORANZEIGE



## BROT FÜR ALLE FASTENOPFER

### Der ökumenische Suppentag

zur Aktion Brot für alle und Fastenopfer findet am Samstag, 11. März 2006 statt. Die Agenda zur Fastenzeit von Brot für alle und Fastenopfer wird anfangs März allen Haushaltungen zugestellt.

### VERANSTALTUNGEN

#### Kino in der Kirche:

##### Vaterbilder – Mutterrollen

In dieser Filmreihe wenden wir uns den vielschichtigen und unterschiedlichen Vaterbildern und Mutterrollen in zeitgenössischen Filmen zu. Das Interesse gilt den Beziehungen und Konflikten zwischen den einzelnen Figuren, der Vorbildfunktion von Vater und Mutter und dem Stellenwert ihrer beruflichen Tätigkeit.

Im jeweils an die Filmvorführung anschließenden Filmgespräch bietet sich die Gelegenheit zum gemeinsamen Austausch und zur vertieften Auseinandersetzung.

#### Daten und Filmtitel:

2. Februar «Väter» (Daniel Levy, D 2001)

9. Februar «The return» (Andrey Zvyagintsev, Russland 2003)

2. März «Antonia's line» (Marleen Gorris, NL 1995)

9. März «Todo sobre mi madre» (Pedro Almodovar, E/F 1999)

23. März «Pünktchen und Anton» (Caroline Link, D 1999)

Jeweils 19.30 Uhr in der ref. Kirche Langnau

#### Kollekte zur Deckung der Unkosten

Es ist möglich, nur den Film anzuschauen oder nur einzelne Anlässe zu besuchen. Verantwortlich: Matthias Zehnder und Ursula Wyss

### Pizza-Andacht

Samstag, 4. Februar, 18.00 Uhr in der Freizeitstätte

Jugendgottesdienst mit anschließendem Pizzeessen gestaltet von Jugendlichen und Diakon Philipp Joss  
Unkostenbeitrag: Fr. 5.–

### Seniorennachmittag

Mittwoch, 1. Februar, 13.30 Uhr im Kirchgemeindehaus  
Gemischter Jodlerchor Trub; Andacht: Pfr. Gian-Enrico Rossi, Leitung: M. Gerber

Abholdienst: Anmelden bei H. Siegenthaler, Tel. 034 402 36 16, Mittwoch, 1. Februar, 9 bis 11 Uhr.

### Seniorennenen

Donnerstag, 16. Februar, 11.45 Uhr im Kirchgemeindehaus

#### Sinn suchen – Schätze finden

##### Christliche Spiritualität im Alltag

5. Februar, 9.30 Uhr Gottesdienst zum Kirchensonntag 2006  
Sinn ist wie ein Schatz im Acker unseres Lebens verborgen.



Zu diesem Thema laden wir herzlich ein, Sinn im Leben zu finden, in dem wir uns auf die Mitte des Ganzen konzentrieren und durchlässig werden. Diese Sinnuche hilft und verändert, macht lebensvoller und menschlicher. Gleichzeitig machen wir uns auf den Weg, der Spur unserer Alltagspiritualität zu folgen.  
Mitwirkende: Ruth Haldemann, Ruth Bachmeier, Ruth Leuenberger, Hansueli Gerber, Hanni Liechti  
Musikalische Begleitung: Barbara Liechti, Maria Gerber, Otto Spirig, Christian Vargas (Orgel)

### Gesprächskreis

#### am Montagnachmittag

Jeweils Montag, 15.00 Uhr im Kirchgemeindehaus

6. Februar: Widerstand und Ergebung. Dietrich Bonhoeffers Briefe und Aufzeichnungen aus der Haft.

27. Februar: Spielfilm «Bonhoeffer. Die letzte Stufe» (1999)

### Ökumenische Frauengruppe

Donnerstag, 23. Februar, 20.00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus

Frauenbiographie Frida Kahlo: Film «Frida» USA, Kanada, Mexiko 2002, Regie: Julie Taymor

### KIRCHLICHE HANDLUNGEN

#### Beerdigungen

Hedwig Jungi, geb. 1915, Heimstätte Bärau; Hans Walther, geb. 1928, Hinterdorfstrasse 6; Ilse Fischer, geb. 1926, Emmentalisches Krankenhaus; Paul Braun, geb. 1931, Mooseggstrasse 3

# Kirchgemeinde TRUB

www.kirchetrub.ch

Pfarramt: Felix Scherrer, Telefon 034 495 53 19

E-Mail: pfarrer@kirchetrub.ch

Sigristen: Vreni und Christian Habegger, Telefon 034 495 57 35

Kirchgemeindepräsident: Martin Wiedmer, Telefon 034 495 61 36

## GOTTESDIENSTE

- Mittwoch, 1. Februar, 10.00 Uhr: Andacht im Betagtenheim Altgysmoos (Trudi Fankhauser, Ofenhüsli).
- Sonntag, 5. Februar, 9.15 Uhr: Gottesdienst zum Kirchensonntag (Mitglieder des Kirchgemeinderats und cand. theol. Annemarie Beer, Langnau). Thema: «Sinn suchen – Schätze finden. Christliche Spiritualität im Alltag». Im Anschluss an den Gottesdienst: Kirchenkaffee im Kloster. Mit Kinderhort (vgl. unten). Predigttaxi: Beat Blaser, mittl. Statt, 034 495 60 04.
- Sonntag, 12. Februar, 9.15 Uhr: Gottesdienst (Pfr. Daniel Guggisberg). Predigttaxi: Christoph Kunz, Lehrershaus, 034 495 61 86.
- Sonntag, 19. Februar, 9.15 Uhr: Gottesdienst (Pfr. Johannes Weimann, Zollikofen). Predigttaxi: Ruth Habegger, 034 495 56 92.
- Freitag, 24. Februar, 10.00 Uhr: Andacht im Betagtenheim Altgysmoos (Pfr. Felix Scherrer).
- Sonntag, 26. Februar, 9.15 Uhr: mit Trubschachen zusammengelegter Gottesdienst in der Kirche Trubschachen (Pfr. F. Scherrer). Predigttaxi: Therese Wüthrich, Post, 034 495 51 85 (abends).

## KINDERHORT

Der nächste Hort im Kloster wird am Kirchensonntag, 5. Februar, angeboten. Der Anmeldetermin läuft jeweils bis am Vortag des Anlasses, 18.00 Uhr, und ist an Dorli Blaser, mittl. Statt zu richten. Tel.: 034 495 60 04, Mobile: 079 338 86 30. Die Anmeldung ist obligatorisch. Der Hort öffnet 15 Minuten vor Beginn der Veranstaltung.

Weitere Kinderhort-Angebote im 2006  
Frauennachmittag, 22. Februar; Bettag, 17. September und Ewigkeitssonntag, 26. November.

## KIRCHLICHE UNTERWEISUNG

9. Schuljahr  
(jeweils 15.40–17.15 Uhr, Kloster, Dach)  
Donnerstag, 2. / 9. Februar  
Donnerstag, 24. Februar  
Donnerstag, 2. März  
Donnerstag, 16. / 23. / 30. März

8. Schuljahr  
(15.40 – 16.30 Uhr, Kloster, Dach)  
Donnerstag, 9. März: Vorbereitung Konfirmandenlager  
Konfirmandenlager: Samstag, 25. bis und mit Dienstag, 28. März in Blatten-Belalp.

2. Schuljahr  
Sonntag, 12. März, 9.15 Uhr, Kirche Trub: Begrüssungs- und Einschreibegottesdienst. Anschliessend im Kloster bei Kaffee und Gebäck: Informationen für die Eltern zur KUW.  
Die betroffenen Schulkinder und ihre Eltern werden rechtzeitig und persönlich eingeladen.

## SONNTAGSCHULE

Daten (jeweils 9.15 Uhr, Kloster)  
Sonntag, 29. Januar  
Sonntag, 26. Februar  
Sonntag, 26. März

Sonntagschullehrerinnen  
Regula Fankhauser, Tel. 034 495 54 14  
Christine Schürch, Tel. 034 495 58 46  
Karin Wiedmer, Tel. 034 495 55 07  
Elisabeth Reber, Tel. 034 495 57 50

## ALTERSSTUBETE

Daten (jeweils 13.30 Uhr, Kloster)  
Mittwoch, 1. Februar, mit Spitex  
Mittwoch, 1. März  
Mittwoch, 5. April, mit Tonbildschau  
Mittwoch, 31. Mai

## ABWESENHEITEN

Ferien des Ortspfarrers  
Samstag, 11. bis und mit Sonntag, 19. Februar.

Militärdienst des Ortspfarrers  
Dienstag, 21. bis und mit Mittwoch, 22. Februar.

Im Falle einer Beerdigung vermittelt die Gemeindegemeinschaft Trub die Pfarrers-Stellvertretung.  
Telefon 034 495 22 22.

## UND AUSSERDEM

Frauenverein und Kirchgemeinderat laden herzlich ein zum:  
**Frauennachmittag**  
Mittwoch, 22. Februar, 13.30 Uhr, Kloster: Christa Solèr-Kühni berichtet mit Bildern von ihrer Tätigkeit als Krankenschwester im Spital Nyasoso, Kamerun. Mit Kinderhort (vgl. oben).

**Alleinstehende Frauen**  
Freitag, 24. Februar, 11.30 Uhr, Kloster. Anmeldung bis Mittwoch, 22. Februar an Trudi Fankhauser, Ofenhüsli, Telefon 034 495 55 55. Kosten: Fr. 10.–.  
Nächste Zusammenkunft:  
Freitag, 24. März.

**Gemeindebibliothek (Öffnungszeiten)**  
• Dienstag, 19.30 – 20.30 Uhr  
• Samstag, 9.30 – 10.30 Uhr  
• Mittwochs vor der Altersstube (13.00 – 13.30 Uhr)  
• Während dem Treffen der alleinstehenden Frauen

## ZU GUTER LETZT

### Tagesrückblick

Ignatius von Loyola hat den Tagesrückblick zu den wichtigsten Gebetsübungen gezählt. Der Rückblick am Abend will den vergangenen Tag im Licht des Evangeliums geistlich entziffern und das Leben innerlich ordnen. Dieses Gebet umfasst fünf Schritte: 1. Ich sammle mich vor Gott und bitte gleichsam darum, mein Leben mit seinen Augen sehen zu dürfen: In deinem Lichte sehen wir das Licht. Psalm 36,10 2. Ich gehe in Gedanken Stunde für Stunde den Tag durch, schaue, was sich ereignet hat und wie es mich beeinflusst hat. Ich nehme meine Wirklichkeit so wahr, wie sie ist und suche Gott in allen Dingen als den Grund der empfangenen Wohltaten und danke ihm. 3. Im Licht der empfangenen Wohltaten nehme ich auch wahr, was im Verlauf des Tages nicht in Ordnung war, welchen Lebensimpuls ich mich verweigert habe, was mich von Gott getrennt hat. 4. Ich rufe mir in Erinnerung: Gott scheut keine Mühe, damit ich zu dem Bild und Gleichnis unterwegs bleibe, das er sich von mir gemacht hat und bitte Gott für die begangenen Fehler um Verzeihung. 5. Ich vergegenwärtige mir nochmals die Liebe Gottes, die Jesus so umschreibt: Nicht ihr habt mich erwählt, sondern ich habe euch erwählt und bestimme, dass ihr hingehet und Frucht bringt und eure Frucht bleibt, damit, wenn ihr den Vater bittet in meinem Namen, er's euch gebe. Joh 15,16. So durchleuchte ich betend die «Räume» meines Herzens und lasse mich im Geiste des Evangeliums immer wieder neu ausrichten. «Was wir im Auge haben, das prägt uns, dahinein werden wir verwandelt.» H. Spemann. Mit herzlichen Grüßen Pfr. Roland Jordi

# Kirchgemeinde TRUBSCHACHEN

www.trubschachen.ch/dorf/kirche

Pfarramt: Daniel Guggisberg, Telefon und Fax 034 495 51 28

E-Mail: pfarramt.trubschachen@bluewin.ch

Sekretärin des Kirchgemeinderates: Rosmarie Leuenberger, Telefon 034 495 50 04

Kirchgemeindepräsidentin: Käthi Walther, Telefon 034 495 58 45

## GOTTESDIENSTE

- Sonntag, den 5. Feb., 9.15 Uhr: Gottesdienst am Kirchensonntag gestaltet vom Therapiezentrum Wegmatte und der Mettlenegger-Band. Thema Spiritualität: «Sinn suchen – Schätze finden.» Anschliessend an den Gottesdienst lädt der Kirchgemeinderat zum «Predigtapéro» ins Pfarrhaus ein. Predigtautodienst: Käthi Walther, Tel. 034 495 58 45.
- Sonntag, den 12. Feb., 20 Uhr Abendgottesdienst im Pfarrhaus mit Pfr. Daniel Guggisberg und der Organistin Esther Marti. Predigtautodienst: Niklaus Langenegger, Telefon 034 495 60 71.
- Sonntag, den 19. Feb., 9.15 Uhr: Gottesdienst mit Pfr. Daniel Guggisberg, der Pianistin Rebekka Habegger und der Sigristen Lotte Beer. Predigtautodienst: Doris Ramseier, Telefon 034 495 56 86.
- Sonntag, den 26. Feb., 9.15 Uhr: Gottesdienst gestaltet von Pfr. Felix Scherrer, der Organistin Rie Takagi Bruggmann und dem Sigristen Fritz Langenegger. Wir feiern mit der Kirchgemeinde Trub. Predigtautodienst: Ursula Stalder, Telefon 034 495 54 12.

## KIRCHLICHE HANDLUNGEN

Bestattung  
Am 27. Dez.: Hans Meier-Gerber, geb. 1918; gest. 20. Dez. 2005.  
Gott, der Herr, spricht: «Fürchte dich nicht! Denn ich habe dich erlöst, ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein.» Jesaja 43, 1

## KIRCHGEMEINDERAT

Im August 1998 wurde die «Börse» gegründet. Die Idee: «Anbieter» von Fähigkeiten und Diensten sollten mit «Nachfragern» von solchen Dienstleistungen vermittelt werden. Engagiert und mit viel Elan übernahm Fritz Stähli die Vermittlung. Sieben Jahre war nun seine Telefonnummer im «Kirchenbote» unter der Rubrik «Börse» zu lesen. In der ersten Zeit wurde die «Börse» rege benutzt, in den letzten Jahren kaum mehr. Nun wird die «Börse» geschlossen. Der Kirchgemeinderat und der Pfarrer danken Fritz

Stähli herzlich für die Zeit, die er in den freiwilligen Dienst der Mitmenschlichkeit gestellt hat.

## KIKI-NAMITTAG



Am 11. Februar erwartet öich der Kiki zum ne fröhliche Ferie-Gspass-Namittag: Vom 14 bis 16.30 Uhr geit Poscht ab im Pfarrhus. Ds Kiki-Team fröit sech we dir aui chömet u mithäufet. Bis denn: Häbet Sorg zue nech.

## VERANSTALTUNGEN

**Andacht im Spitexpavillon**  
Dienstag, 21. Februar, von 10.30 bis 11.15 Uhr laden Toni Glauser und Pfr. Daniel Guggisberg, Frauen und Männer der Alterssiedlung, aber auch des Dorfes, herzlich zu den Andachten ins Spitexzentrum ein. Und was immer wieder schön ist: Nach der Andacht können wir zusammen essen und trinken. Melden Sie sich am Montag bei Gabriela Meyer für das preiswerte und schmackhafte Essen an: Ihr Telefon: 034 495 65 66.

**Gesprächskreis für Senioren**  
Wir treffen uns am 7. Februar, um 14.30 Uhr im Pfarrhaus.

## KIRCHENSONNTAG



«Sinn suchen – Schätze finden»  
**Christliche Spiritualität im Alltag**  
Bereits vor einigen Jahren, als Spiritualität noch nicht «in» war, erfüllte mich der Wunsch Gott mehr Raum in meinem Leben zu geben. Aber wie? Mit Worten hatte ich genug zu tun. Bald war die Antwort gefunden: Kontemplation. Der Begriff «Kontemplation», so fand ich bald heraus, beschreibt einen Zustand intensiver Versenkung. Dabei tritt unser begriffliches Denken zurück und macht einem Hören und Schauen mit dem «dritten Auge» Platz. Das «erste Auge» meint unseren Sehsinn. Das «zweite Auge» bedeutet unsere Erkenntnis durch den Verstand. Das «dritte» Auge gewährt uns intuitive, mystische Erkenntnis. Kontemplation, so lernte ich weiter, soll den kontemplativen Menschen zu einer Haltung der Achtsamkeit im Alltag führen. Der Zustand kontemplativer Versenkung kann auch eingeübt werden. Der Weg dazu: Zunächst körperlich still werden und danach innerlich zur Ruhe des Herzens kommen. Das Herz soll dabei frei werden, um so Platz zu machen für Gott, der «immer schon vor der Tür unseres Herzens steht und wartet, dass er eingelassen wird» wie Meister Eckehart (1260–1328) schrieb. Ich meldete mich zu einem Kurs «Einführung in die Kontemplation» an. Schweigend verbrachte ich eine Woche mit acht

## Schwerkrankenbegleitung

Am Mittwoch, den 1. Feb. trifft sich die Gruppe für Schwerkrankenbegleitung um 16 Uhr im Pfarrhaus. Wir beschäftigen uns mit der Trauer. Wer sich damit auseinandersetzen möchte, ist herzlich eingeladen.

## UND AUSSERDEM

**Seniorenachmittage des Gemeinnützigen Frauenvereins**  
Donnerstag, 9. Feb., 13.30 Uhr, Mehrzweckanlage: Madeleine Müller und ihre «Mulörgeli»-Gruppe gestalten den Nachmittag.  
Donnerstag, 23. Feb., 13.30 Uhr, Mehrzweckanlage: Das Spitex-Team kommt zu Besuch.

## ABWESENHEIT

Vom Freitag, den 24. Februar bis Freitag, den 3. März besuche ich, Daniel Guggisberg, eine Weiterbildung. Während dieser Zeit vertritt mich Pfr. Felix Scherrer, Trub, im Pfarramt. Seine Telefonnummer: 034 495 53 19.

anderen Frauen und Männer. Auf einem hölzernen Bänkchen von ungefähr zwanzig Zentimeter sitzend, die Beine untergeschlagen, das Gesicht zur Wand, sassen wir jeweils fünfundzwanzig Minuten im Kreis. Danach fünf Minuten achtsames Gehen im Kreis. Morgens um sieben – nach einigen Körperübungen – begannen wir mit dem Sitzen und Gehen. Abends um zehn Uhr zogen wir uns auf unsere Zimmer zurück. Unterbrochen wurden die Übungen nur durch die Mahlzeiten. Nach dem ersten Tag begannen die Beine zu schmerzen, so fest, dass nichts lieblicher klang, als der Gong, der es mir erlaubte, wieder aufzustehen und die Glieder zu bewegen. Oft stieg der Gedanke in mir auf, weshalb ich mich darauf eingelassen hatte und ich verwünschte meinen Entschluss. Überhaupt erwies es sich als gar nicht so einfach, den Fluss der Gedanken zu unterbrechen. Im Gegenteil, je mehr ich mich darum bemühte, desto stürmischer zogen sie durch meinen Kopf. «Ihr müsst sie ziehen lassen,» lehrte uns die Leiterin gerade so, als hätte sie um meine Not gewusst. Tatsächlich versiegten sie so langsam. Dafür meldeten sich alte Verletzungen meiner Seele und dunkle Seiten meines Seins. «Sitzen bleiben, es lohnt sich, auch wenn es schmerzt und ihr keine Ruhe mehr in euch findet,» ermutigte die Leiterin immer wieder. Winzige Momente der Stille setzten sich ein. Sie wuchsen. Platz für das Göttliche. Obwohl wir kein Wort miteinander wechselten, stellte sich zu den anderen KursteilnehmerInnen durch das Sitzen und Gehen im Kreis eine erstaunliche Verbundenheit ein. Es war eine harte Woche. Aber erfrischt an Körper und Seele und voller Kraft kehrte ich nach Hause zurück. Es ist leicht zu erraten: Ich habe nun auch ein Bänkchen zu Hause. Übrigens habe ich seither keine kalten Füße mehr.

Daniel Guggisberg