

KIRCHGEMEINDE LAUTERBRUNNEN

Redaktion: Pfr. Markus Tschanz (mt)
 Mitarbeit: Pfrn. Monika Cléménçon (mc), Pfrn. Olivia Raval (or), Christine Künzi (ck), Sandra Graf, Käthi Anneler
 Redaktionsschluss Ausgabe April 2021: 08. März 2021
 www.kg-lauterbrunnen.ch | www.facebook.com/pfarrteam.lauterbrunnen



ADRESSEN

Präsident Kirchgemeinde

Walter von Allmen
 Lengwald 292, 3824 Stechelberg,
 Tel.: 033 530 01 67
 praesidium@kg-lauterbrunnen.ch

Pfarramt Lauterbrunnen-Stechelberg-Isenfluh

Pfr. Markus Tschanz (80%)
 Beim Pfarrhaus 420, 3822 Lauterbrunnen
 Tel.: 033 855 17 35 / Natel: 076 544 24 35
 markus.tschanz@kg-lauterbrunnen.ch

Pfarramt Wengen

Pfarrverweserin (30%)
 Pfrn. Monika Cléménçon
 Tel.: 079 526 15 71
 monika.clemencon@kg-lauterbrunnen.ch

Pfarramt Mürren-Gimmelwald

Pfrn. Olivia Raval-Haldimann (50%)
 Beim Pfarrhaus 420, 3822 Lauterbrunnen
 Tel.: 033 855 24 50 / Natel: 079 610 69 05
 olivia.raval@kg-lauterbrunnen.ch

Sekretariat der Kirchgemeinde

Christine Künzi (50%)
 Beim Pfarrhaus 420, 3822 Lauterbrunnen
 Tel.: 033 855 46 13
 christine.kuenzi@kg-lauterbrunnen.ch
 Bürozeiten Pfarrhaus: Montag, Dienstag
 und Donnerstag, 09.15 – 17.00 Uhr

KUW-Koordination

Sandra Graf
 Wytimatte 177C, 3822 Lauterbrunnen
 Tel.: 033 855 31 01
 sandra.graf@kg-lauterbrunnen.ch

AMTSWOCHE

Die Amtswochen regeln die Zuständigkeit für Todesfälle. Der/die aufgeführte Pfarrer(in) ist verantwortlich für alle Beerdigungen und Abschiedsfeiern, die in den genannten Zeitraum fallen, und ist ein paar Tage zuvor schon erreichbar.

22.02. – 06.03. Pfrn. Monika Cléménçon Tel. 079 526 15 71
08.03. – 03.04. Pfr. Markus Tschanz Tel. 033 855 17 35 / 076 544 24 35

Fastenkalender

(mt) In unseren Kirchen wird der Fastenkalender 2021 aufgelegt. Unter dem Titel «Drehbuch für eine bessere Zukunft» enthält der Kalender für die sechswöchige Passionszeit, welche bereits am 17. Februar begonnen hat, einige Andachten und Anregungen zum Mitschreiben des Drehbuchs. Dazu werden Projekte des Hilfswerks «Brot für alle» vorgestellt. Gerne stellen wir einen solchen Kalender auf Wunsch auch zu.



Passend dazu ist der Beitrag zur Fastenzeit und das Fastenangebot von Pfrn. Monika Cléménçon auf Seite 17.

ABWESENHEITEN

26.02. bis 05.03.: Pfr. Markus Tschanz

Für alle pfarramtlichen Anliegen stehen Ihnen während dieser Zeit die übrigen Mitglieder des Pfarrkollegiums gerne zur Verfügung.

Lage um Covid-19

Bei Redaktionsschluss dieser Ausgabe gilt das schweizweite Verbot von öffentlichen Veranstaltungen bis 28. Februar 2021. Ausnahmen bestehen aber unter anderem bei religiösen Feiern und Beerdigungen im Familien- und engen Freundeskreis. Für die religiösen Feiern wie Gottesdienste gilt die Höchstgrenze von 50 Personen bzw. in Abhängigkeit der Raumgrösse. Es ist nicht auszuschliessen, dass die Massnahmen noch weitergeführt werden. Wir haben deshalb entschieden, mit den Spelnachmittagen sowie den Mittagstischen zuzuwarten und sie im März 2021 noch nicht durchzuführen. Aktuelle Informationen erhalten Sie jedoch im Anzeiger Interlaken, auf unserer Website, auf Facebook und auch gerne telefonisch auf Anfrage.
Kirchgemeinderat & Pfarrteam

KUW

Wahlfachkurs 7./8. Klasse 2020/006 «schön gestorben» (neue Daten) mit Pfrn. Olivia Raval

Dienstag, 09.03., 17.15 – 19.20 Uhr
 Mittwoch, 10.03., 13.15 – 17.00 Uhr
 jeweils im Stöckli Lauterbrunnen.

Wahlfachkurs 7./8. Klasse 2020/007 «Wir sind – glaub's – reformiert, aber keine Ahnung, was das bedeutet»

mit Pfrn. Olivia Raval
 Montag, 08.03. / 15.03. / 22.03., 17.15 – 19.20 Uhr, jeweils im Stöckli L'brunnen
 Samstag, 27.03., 08.00 – 14.00 Uhr, Bern.

Kurs 2., 3. und 4. Klasse Lauterbrunnen und Lauterbrunnen Süd mit Katechetin Jacqueline Forster Madjar

Elternabend nur für Eltern der Schülerinnen der 2. Klasse: Montag, 08.03. um 19.30 bis 20.30 Uhr im Stöckli

Montag, 08.03. / 15.03. / 22.03. / 29.03., jeweils 13.30 – 15.15 Uhr, Stöckli Lauterbrunnen
 Sonntag, 11.04., 09.00 – 11.00 Uhr, Kirche Lauterbrunnen
 Montag, 12.04. / 19.04., jeweils 13.30 – 15.15 Uhr, Stöckli Lauterbrunnen.

Kurs 6. Klasse ganze Talschaft mit Pfrn. Olivia Raval und Pfr. Markus Tschanz

Elternabend am Donnerstag, 25.03., 20.00 Uhr im Stöckli Lauterbrunnen

Freitag, 09.04., 17.00 Uhr im Stöckli Lauterbrunnen. Übernachten in der Kirche Mürren. Schluss: Samstag, 10.04., 10.00 Uhr in Mürren.

KOLLEKTEN

03.01.	Kirchl. Gassenarbeit	67.00
10.01.	Bruno Manser	176.00
17.01.	Mission 21	81.00
24.01.	SolidarMed	85.00
31.01.	HEKS	97.00

Lauterbrunnen

Die Bibel im Fokus

Die nächste Gesprächsrunde findet statt am:
Donnerstag, 4. März 2021, 14.00 – 15.30 Uhr, Stöckli Lauterbrunnen

Alle sind herzlich eingeladen, hier mitzuwirken.

GOTTESDIENSTE

- März**
So 7. 10.00 Uhr Wengen
EGW-Gottesdienst mit Pfr. Christian Kunz und Silvia Werren, Orgel.
- 17.15 Uhr Gimmelwald**
Gottesdienst im Schulhaus mit Pfrn. Monika Cléménçon und Manuela Gertsch, Klavier.
- So 14. 10.00 Uhr Lauterbrunnen**
Gottesdienst mit Pfr. Markus Tschanz und Manuela Gertsch, Orgel.
- 10.00 Uhr Müren**
Gottesdienst mit Pfrn. Olivia Raval und Brigit Brunner, Orgel.
- So 21. 10.00 Uhr Wengen**
KUW-Familien-Gottesdienst mit Pfrn. Monika Cléménçon, Katechetin Jacqueline Forster, der 3./4. Klasse Wengen und Silvia Werren, Orgel.
- So 28. 10.00 Uhr Lauterbrunnen**
Palmsonntag Gottesdienst mit Pfr. Markus Tschanz und Markus Aellig, Orgel.

ANDACHTEN IM ALTERS- UND PFLEGEHEIM GÜNSCHMATTE

- Mi 03.** **Andacht (nur für Heimbewohnerinnen und -bewohner)** mit Pfrn. Monika Cléménçon und Inma Yanguas, Klavier.
- Mi 17.** **Andacht (nur für Heimbewohnerinnen und -bewohner)** mit Pfr. Markus Tschanz und Manuela Gertsch, Klavier.

Corona Special

VANUATU

Weltgebetstag 2021

Infos & Ausstellung zu Liturgie und Land vom 1. März bis 12. März in der Kirche Lauterbrunnen

Auf Wunsch liefern wir Ihnen Ihr WGT-Überraschungspaket nach Hause*

Ihr Weltgebetstagsteam

***Bestellung bei Pfrn. Olivia Raval (0796106905)**

PROJEKT DER JUGENDARBEIT 2021

Wengen

Suppentag
 Der Suppentag des Kirchenkreises Wengen ist am Samstag, 20. März 2021, geplant. Über die Art der Durchführung mit Ort und Zeit informieren wir rechtzeitig im Anzeiger, auf Plakaten sowie im Internet.

Wache-Talschafts-Zytig

Ein besonderes Format mit Gedanken und/oder liturgischen Texten während der verschärften Massnahmen der Krisenzeit.

Spätestens jeden Samstag in Ihrem Briefkasten, in unseren Kirchen oder online auf www.kg-lauterbrunnen.ch. Gerne stellen wir Ihnen die Wache-Talschafts-Zytig zu, bitte melden Sie sich bei Pfr. Markus Tschanz.

Die christliche Fastenzeit

Jedes Jahr schliessen sich während der Ökumenischen Kampagne zur Fastenzeit vor Ostern Menschen zusammen, um gemeinsam zu fasten. Im letzten Jahr haben sich in der Deutschschweiz 75 Gruppen der Kampagne angeschlossen. Dann kam Corona – die Treffen mussten teilweise abgesagt werden. Nichtsdestotrotz gibt es auch in diesem Jahr Menschen, die mit Hilfe kreativer Lösungen die Verbundenheit einer Gruppe während der Fastenzeit durch Rituale, Gebete und Meditation gewinnbringend nutzen. Anstatt sich zu ängstigen und zu verzweifeln, suchen sie spirituelle Nahrung, im Vertrauen auf Gottes reichen Segen, der sie stärken und die nötige Gelassenheit und Zuversicht schenken möge. Eine kreative Lösung wäre, sich täglich – selbstverständlich mit dem nötigen Abstand – mit andern zu treffen und in dieser Gemeinschaft geistige Nahrung aufzunehmen, die Stille im Kirchenraum geniessen und zum Schluss vor der Kirche einen Tee mit auf den Weg nehmen!

Die **Fastenzeit 2021** beginnt am Aschermittwoch, 17. Februar, und endet am Karsamstag, 3. April. Als Sinnbild für diese Zeit wählte ich den Kolibri. Der Kolibri verfügt über enorme physische Fähigkeiten. Er ernährt sich fast ausschliesslich aus dem reinen Nektar von Blumen. Nur in kleinen Mengen nimmt er Insekten und Spinnen auf, um den Eiweissgehalt aufrecht zu erhalten. Als Wegweiser für die eigenen Fastentage soll er uns daran erinnern, dass viel mehr in uns verborgen liegt, als wir uns gedanklich zugestehen.

Ursprung der christlichen Fastenzeit

Die Fastenzeit bezeichnet in der christlichen Religion den 46-tägigen Zeitraum vor Ostern und besteht aus 40 Fastentagen und 6 fastenfreien Sonntagen. Viele Christen verfolgen ihre Fastenvorhaben über die kompletten 46 Tage inklusive der Sonntage. Während der 46 Tage finden einige der wichtigsten christlichen Fest- und Feiertage statt. In den Wochen vor Ostern wird des Aufenthalts Jesu in der Wüste gedacht. Nach dem Neuen Testament fastete und betete er 40 Tage lang in der Abgeschiedenheit vor seinem öffentlichen Wirken. Die Zahl 40 ist auch im Alten Testament eine wiederkehrende Zahl und gliedert zyklisch die Prüfungen, die zu Gott führen. So dauerte die Sintflut 40 Tage. 40 Jahre lang irrte das Volk Israel durch die Wüste. Mose verbrachte 40 Tage auf dem Berg Sinai, um das Gesetz zu empfangen, und der Prophet Elija geht nach schweren Depressionen 40 Tage und 40 Nächte zum Berg Horeb, um Gott zu begegnen.

Ursprünglich schrieb die Kirche während der Fastenzeit strenges Fasten vor, in der während des gesamten Zeitraums der Verzehr von Fleisch verboten war. Im Mittelalter waren zum Beispiel auch Milchprodukte während des Fastens vor Ostern nicht zugelassen. Das verordnete Fasten hatte auch zum Ziel, die Nahrungsknappheit gegen Ende des Winters leichter zu bewältigen und gleichzeitig die spirituelle Praxis zu vertiefen. Das spirituelle Fasten ist nicht hungern, es ist der freiwillige Verzicht auf Nahrung, um den Körper zu entlasten, sich Ruhe gönnen von alltäglicher Belastung. So kann Energie freigesetzt werden für die Ausbalancierung von Körper, Seele und Geist. Diese freiwillige Disziplinierung von Geist und Körper existiert in vielen religiösen, spirituellen und philosophischen Traditionen auf



der ganzen Welt. Es hat einen universellen Charakter, in dem der Mensch nach Vollkommenheit strebt.

Eine modernere Auslegung des Fastens ist, für eine bestimmte Zeit auf etwas zu verzichten, auf das man normalerweise nur schwer verzichten kann. Dabei geht es darum, eingefleischte Gewohnheiten und Suchttendenzen zu erkennen und zu reduzieren. So kann zum Beispiel auch nur auf Süssigkeiten, Alkohol, Rauchen, Autofahren, Computerspiele, Fernsehen oder andere Ablenkungen verzichtet werden. Auch regelmässige, ganz bewusste Schweigezeiten und der freiwillige Rückzug in die Abgeschiedenheit sind heilsame Formen des Fastens, vielleicht in der jetzigen Zeit wichtiger denn je.

Eine neue Form des Fastens ist das Intervallfasten. Sie eignet sich für Menschen, die gerne über einen längeren Zeitraum fasten möchten, jedoch wegen Belastung im Alltag nicht die Kraft und die Zeit finden, um sich auf eine strengere Fastenkur einzulassen. Beim Intervallfasten wird nur teilweise gefastet. Innerhalb von 8 Stunden werden zwei Mahlzeiten eingenommen. Eine bewährte Zeitspanne dafür liegt zwischen 10 Uhr und 18 Uhr. Danach ruht der Organismus während 16 Stunden. Auch bei dieser Fastenmethode wird darauf geachtet, was auf den Teller bzw. in den Mund kommt. Das heisst: frische Lebensmittel von hoher Qualität, möglichst biologisch, Verzicht auf Zucker, anregende Getränke und Fertigprodukte.

Fasten ist eine wirkungsvolle Übung zu freiwilligem Verzicht. Der Verzicht bezieht sich nebst der Nahrungsaufnahme auf alles, was unse-

re Sinne «besänftigt» oder Augenblicke der Stille durch Kompensation ausfüllt. Das Fasten bringt uns zurück in unsere Mitte und macht uns frei von äusseren Zwängen.

Dieses Angebot des gemeinsamen Fastens ist für gesunde Menschen konzipiert. Wer in ärztlicher Behandlung ist oder unter gesundheitlichen Beschwerden leidet, nehme mit dem Hausarzt oder der Hausärztin Rücksprache auf. Es gibt auch Heilfasten, das unter der Leitung einer spezialisierten Ärztin oder eines spezialisierten Arztes durchgeführt wird, oft in einer Klinik, die darauf ausgerichtet ist.

Welche Form des Fastens für Sie die geeignete ist, entscheiden Sie selbst. Am 3. März findet eine Feier statt, die gleichzeitig als Informationsanlass dient. Die Teilnahme zu diesem Anlass ist unverbindlich. Nach der Andacht gebe ich den genauen Ablauf für die gemeinsame Fastenzeit bekannt und stehe für weitere Fragen zur Verfügung. Das Angebot steht allen Fastenfreudigen offen, und wenn auch die Sprache und der Rahmen in einem christlichen Kontext steht, gehen alle selbstverantwortlich ihren eigenen Weg. Es ist nicht relevant, ob die Kraft, der wir in uns (noch mehr) Raum geben wollen, GOTT oder QUELLE, das HÖCHSTE oder auch OHNE NAMEN genannt wird. All diese Bezeichnungen sind lediglich ein Versuch etwas zu benennen, das gar nicht benannt werden kann oder soll. Um zu dieser Kraft vorzudringen, die keinen Namen und keine Form hat, die reine Glückseligkeit ist, hilft es, Ballast abzuwerfen, Konditionierungen aufzudecken, um sich immer wieder auf das Wesentliche zu beschränken, mit der Frage: Worin liegt eigentlich mein Vertrauen? Auf was baue ich? Woraus schöpfe ich meine Kraft und wohin führt mich mein Weg?

Zum Schluss ein paar Gedanken aus der letztjährigen *Fastenanleitung von Furttal*:

Segen soll über jeden kommen, der allein auf Gott sein Vertrauen setzt. Er wird sein wie ein Baum, am Wasser gepflanzt, und zum Bach streckt er seine Wurzeln aus. Und nichts hat er zu befürchten, wenn die Hitze kommt, das Laub bleibt ihm; Und im Jahr der Dürre muss er sich nicht sorgen, er hört nicht auf, Frucht zu bringen.

«Das Wort aus dem Buch des Propheten Jeremia Kapitel 17,7 und 8 führt zu der Frage: Wem oder auf was gebe ich mein Vertrauen? Da ist zunächst der Partner, die Partnerin. Da sind Freunde – Menschen, bei denen ich das Gefühl habe, mich ihnen anvertrauen zu können. Und wenn ich weiter frage, merke ich aber auch, dass ich mein Vertrauen auch auf ganz andere Sachen setze. Ich vertraue der Technik. Wenn ich ins Flugzeug steige, vertraue ich dem Piloten und der Technik. Ja, und wie ist es mit meinem Geld? Vertraue ich nicht auch den Banken, dass sie mein Geld gut verwalten? Gerade die momentane Situation, wo all unsere vermeintlichen Sicherheiten ins Wanken geraten, ruft all diese Fragen in mir hervor. Und zugleich möchte ich den Propheten Jeremia fragen: Wer kann das schon, sein Vertrauen ganz auf Gott setzen? Sind seine Worte nicht weit weg von unserer Realität?»

Ich lade Sie zu diesen gemeinsamen Fastentagen ein. Durch die Kraft der Verbundenheit spüren wir den verborgenen Schatz in uns auf. Beachten Sie dazu die nebenstehende Ausschreibung.
Pfrn. Monika Cléménçon

vom 15. – 20. März 2021 mit täglichen Treffen in der ref. Kirche Wengen oder Begleitung durch schriftliche Tagesimpulse

Die Teilnahme zu diesem Anlass ist unverbindlich.

Für Einsteigende und Fastenerfahrene

Eröffnungsandacht am Mittwoch, 3. März um 19.00 Uhr
 Anschliessend erhalten Sie die nötigen Informationen zu den Fastentagen.

Wir halten uns an die verordneten Hygienemassnahmen

Information / Anmeldung:
 Pfrn. Monika Cléménçon
monika.clemencon@kg-lauterbrunnen.ch
 079 526 15 71