

Im Blickpunkt

Kirchennachrichten
für die Kirchgemeinde Obercunnersdorf
Dezember 2019 bis Februar 2020



**Ich glaube;
hilf meinem
Unglauben!**

Markus 9,24

Ich glaube; hilf meinem Unglauben!

(Markus 9,24)

Geschafft! Du bist oben an der Kletterwand angekommen. Gleich beim ersten Mal! Von weit unten hörst du eine Stimme: »Super! Und jetzt einfach nach hinten lehnen und loslassen!« Du schaust nach unten. Dort, unendlich weit entfernt, steht die Klettertrainerin. Das Seil, das dich sichert, liegt fest in ihrer Hand.

In deinem Kopf weißt du: »Sie hat das schon tausendmal gemacht. Ich kann mich auf sie verlassen.« Aber deine Hände machen nicht mit. Stattdessen krallen sich deine Finger noch ein bisschen fester um die Haltegriffe. Von unten ruft die Trainerin: »Bist du bereit?« Und du sagst aus vollem Herzen: »Äh ... Jein!«

»Kein Problem, dann machen wir das jetzt ganz langsam zusammen.« Und irgendwann bist du soweit, lässt los – und das Seil hält. Mut und Angst – auf den ersten Blick passen sie nicht zueinander. Und trotzdem begegnet man ihnen meistens zu zweit – wie zum Beispiel am oberen Ende einer Kletterwand. Mit dem einen kommen wir in der Regel gut klar: Mutig und optimistisch sein, Herausforderungen immer selbstbewusst angehen – wer würde das nicht gern?

Die kritischen Fragen im Hinterkopf, stören da doch meistens, oder? Vor allem, wenn es darum geht, eine klare Entscheidung zu treffen.

In der Jahreslosung geht es um ein ganz ähnliches »ungleiches Paar«: Glaube und Unglaube. Und auch sie treten zusammen auf – bei einem Mann, der vor einer ziemlich wichtigen Frage steht: »Kann ich diesem Jesus vertrauen? Ich glaube ja irgendwie, dass er mir helfen kann – aber was, wenn nicht?« Vielleicht kennst du solche Gedanken ja auch. Der Mann legt alle Karten auf den Tisch – auch seine eigenen Zweifel – und sagt: »Jesus, damit musst du mir helfen!«

Wie es Mut nicht ohne Angst gibt, gibt es auch keinen Glauben ohne die Zweifel – auch wenn die manchmal echt nerven können. Aber für Jesus ist das okay. Er kommt auch mit unseren Zweifeln und Ängsten gut klar – und er hilft uns gerne damit. Wie eine gute Trainerin beim Klettern.

Johannes Seule

(in: Andachten 2020, Ev. Jugendwerks in Württemberg)

Veranstaltungskalender

Dezember

Wer im Dunkel lebt und wem kein Licht leuchtet, der vertraue auf den Namen des Herrn und verlasse sich auf seinen Gott. Jes 50,10

2.12. 17.00 Uhr

Momente der Besinnung
Männerquintett in der
Krankenhauskirche
Großschweidnitz

15.12. 17.00 Uhr

Advent- und Weihnachtsmusik
mit dem Akademischen Chor
und dem Volkschor
Obercunnersdorf in der
Obercunnersdorfer Kirche

15.12. 17.00 Uhr

Gospelkonzert in der
Krankenhauskirche
Großschweidnitz

30.12. 18.00 Uhr

Das Silvesterkonzert: »Freiheit –
schöner Götterfunken« im
Zinzendorf-Schloss Berthelsdorf

Januar

Gott ist treu. 1. Kor 1,9

13.– 19.30 Uhr

19.1. Allianzgebetswoche

Februar

Ihr seid teuer erkaufte; werdet nicht der Menschen Knechte. 1. Kor 7,23

11.– Kinderbibeltage

13.2. in Eibau

17.2.– Konfi-Castle

21.2.

Das Friedenslicht aus Bethlehem



Auch in diesem Jahr haben wir wieder einen besonderen Höhepunkt zum Weihnachtsfest: Pfadfinder bringen das Friedenslicht in unsere Gemeinden.

Die kleine Flamme wird in Bethlehem, dem Geburtsort von Jesus, entzündet und dann in viele Länder Europas von Kerze zu Kerze weitergereicht. Es ist damit ein besonderes Zeichen der Nähe Gottes und der Hoffnung auf Frieden zwischen den Menschen.

Zum Weihnachtsfest kann das Licht dann in unseren Kirchen und Häusern leuchten und zu Menschen getragen werden.

In den Heilig-Abend-Gottesdiensten wird das Friedenslicht mit dabei sein.

Wer es mit nach Hause nehmen möchte, denke bitte an eine Kerze und ein entsprechendes Gefäß.

Eine Aktion der VCP-Pfadfinder
der Kirchgemeinde Berthelsdorf

Veranstaltungskalender

Musik



Kirchenchor

jeden Donnerstag 19.30 Uhr
im Kirchsaal Obercunnersdorf
Frau Gehring (035875 60284)

Posaunenchor

jeden Montag 19.00 Uhr in der Kirche
Kottmarsdorf, Herr Koy (035875 60063)
jeden Montag 19.30 Uhr im Kirchsaal
Obercunnersdorf, Herr Wagner
(035875 62003)

Hauskreise



Hauskreis Großschweidnitz

14-tägig mittwochs Fam. Mitter
(03586 862614)

Hauskreis Ober- u. Niedercunnersdorf

Fam. Gehring (035875 60284)
Achtung! Neuer Zeitpunkt: 19.30 Uhr

in OC zukünftig Treff bei Familie Strauß oder Gehring

Dezember nicht

Januar 15.1. mit der »Allianz-
Gebetswoche« zusammen

Februar 5.2. in NC bei Familie Belger

März 4.3. in OC bei Familie Gehring

Hauskreis Kottmarsdorf

1. Mittwoch im Monat 19.30 Uhr
4. Dezember bei Familie Lutz Günther
8. Januar bei Frau Andrea Preusker
5. Februar bei Familie Matthias Koy

Hauskreis Junge Erwachsene

Freitag 20.00 Uhr
Martin + Susanne Augustin (035872 418139)

Kinder und Jugend



Elki-Gruppe

einmal im Monat 15.30–17.00 Uhr
im Pfarrhaus Niedercunnersdorf
Frau Tempel (0173 3905580)

Gemeindekindertreff (4.–6. Klasse)

Donnerstag 16.00–17.30 Uhr
im Pfarrhaus Niedercunnersdorf

Pfadfinder

10–16 Jahre Montag 16.30–18.00 Uhr

6–10 Jahre Freitag 15.00–16.30 Uhr
jeweils auf der Pfarrwiese in Berthels-
dorf, direkt neben dem Pfarrhaus
<https://pfadfinder-berthelsdorf.de.tl/>

Konfi

7. und 8. Klasse einmal im Monat
Samstag 10.00–16.00 Uhr
im Pfarrhaus Großhennersdorf

JuGo in Strahwalde

30.11. Advents-JUGO 18.00 Uhr
21.12. Junction in Oderwitz 16.00 Uhr

Junge Gemeinde

jeden Freitag 19.30 Uhr
im Pfarrhaus Niedercunnersdorf
Herr Heinrich (035875 240086)

Veranstaltungskalender

Senioren



Seniorenkreis Obercunnersdorf

jeden 1. Mittwoch im Monat 14.30 Uhr
im Kirchsaal Obercunnersdorf
4.12., 8.1., 5.2.
Frau Hamann (035875 60944)

Frauenkreis Niedercunnersdorf

einmal im Monat Mittwoch 14.30 Uhr
im Pfarrhaus Niedercunnersdorf
Frau Fritsche (035875 12846)
18. Dezember Weihnachtsfeier
15. Januar mit Eva Schulze
19. Februar mit N.N.

ASB Pflegeheim



einmal im Monat
jeweils 10.00 Uhr mit Abendmahl

Haus I

Sonnabend, 21. Dezember 2019,
10.00 Uhr mit Krippenspiel
Donnerstag, 23.1., 9.00 Uhr
Donnerstag, 13.2., 9.00 Uhr

Haus II

Freitag, 13. Dezember 2019, 10.00 Uhr
Donnerstag, 23. Januar 2020, 10.00 Uhr
Donnerstag, 13. Februar 2020, 10.00 Uhr

Gebetskreis

aller 14 Tage Mittwoch (OC)
Information über Ch. Heinrich
und Frau Herrmann

Landeskirchliche Gemeinschaft



Bibelstunde der LKG

jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat
19.30 Uhr im Kirchsaal Obercunnersdorf
Herr Buttig (035875 60942)

Gottesdienstorte im Winter

Obercunnersdorf

Die 9.00-Uhr-Gottesdienste finden ab
6. Januar im Kirchsaal statt, die 10.15-
Uhr-Gottesdienste bleiben in der Kirche.

Niedercunnersdorf

Alle Gottesdienste sind in der Kirche.

Kottmarsdorf

Ab 31. Dezember bis einschl. Karfreitag
finden alle Gottesdienste in der Kirche
im neuen Gemeindesaal statt.

Kollektenplan

- 1.12. Arbeit mit Kindern
(verbleibt in der Kirchengemeinde)
 - 26.12. Katastrophenhilfe und Hilfe für
Kirchen in Osteuropa
 - 1.1. Gesamtkirchl. Aufgaben der EKD
 - 6.1. Ev.-Luth. Missionswerk Leipzig e.V.
 - 26.1. Bibelverbreitung – Weltbibelhilfe
 - 2.2. Gesamtkirchl. Aufgaben der VELKD
 - 16.2. Besondere Seelsorgedienste
- An den anderen Sonntagen wird
für die eigene Gemeinde gesammelt.

Freud und Leid in der Gemeinde

Trauer- gottesdienste



bestattet wurden:

Gottfried Zimmermann

aus Obercunnersdorf

30.7.2019

81 Jahre

Ruth Wauer geb. Herzog

aus Kottmarsdorf

5.8.2019

89 Jahre

Marga Schwager geb. Flecks

aus Obercunnersdorf

5.8.2019

89 Jahre

(bestattet in Strahwalde)

Friedrich Hartmann

aus Kottmarsdorf

7.9.2019

90 Jahre

Brigitte Herold geb. Geißler

aus Kottmarsdorf

12.9.2019

90 Jahre

Trauerfeier fand statt für:

Günther Opitz aus Radebeul

(ehem. KD), verstorben am 31.10.2019

Taufen



getauft wurden:

Sindy Weigelt aus Zittau

am 6.10.2019 in der Kirche Kottmarsdorf

– Erwachsenentaufe –

Aaron und Arya Weigelt aus Zittau

am 6.10.2019 in der Kirche Kottmarsdorf

Ben Fünfstück aus Kottmarsdorf

am 6.10.2019 in der Kirche Kottmarsdorf

Aaron Stefan Hintz aus Potsdam

am 13.10.2019 in der Krankenhauskirche

Großschweidnitz

Moritz Hartmann aus Obercunnersdorf

am 27.10.2019 in der Kirche

Obercunnersdorf

Trauung



Elias Mitter und

Franziska Mitter geb. Krauß

am 7.9.2019 in der

Krankenhauskirche Großschweidnitz

Gottesdienst zur Eheschließung

Patrick Rubel und

Elsa Rubel geb. Knöbel

am 14.9.2019 in der

Kirche Obercunnersdorf

Fahrdienste

Wenn Sie den Gottesdienst besuchen möchten, aber die Kirche nicht allein erreichen können, wenden Sie sich bitte an unsere Kirchvorsteher oder das Pfarramt. Dort kann ein Fahrdienst für Sie organisiert werden!

In eigener Sache

Liebe Kirchgemeinde,
im Oktober 2017 habe ich meine Entsendungszeit im Schwesternkirchverhältnis und bei Ihnen in Obercunnersdorf, Niedercunnersdorf, Kottmarsdorf und Großschweidnitz begonnen. Über zwei Jahre sind nun schon vergangen. Leider werde ich meine Entsendungszeit nicht bis zum Ende der vorgesehenen drei Jahre bei Ihnen verbringen.

Das Landeskirchenamt hat beschlossen, mir ab dem 1. Januar 2020 eine neue Pfarrstelle zuzuweisen.

Grund hierfür sind unüberbrückbare Differenzen mit einigen Gemeindegliedern.

Ich habe den größten Teil der Arbeit und Zeit mit Ihnen genossen. Ich bin dankbar für die Erfahrungen und die Begegnungen der letzten zwei Jahre.

Ich wünsche Ihnen und der Kirchgemeinde von Herzen alles Gute und Gottes Segen. Für die nun beginnende Vakanzzeit werden Pfarrer Pertzsch und Pfarrer Markert die Kirchgemeinde unterstützen.

Ihre Pfarrerin Mixtacki



Evangelisches Gütesiegel Familienorientierung

Vorsitzender des Rates der EKD, Prof. Dr. Heinrich

Bedford-Strohm, Bundesfamilienministerin Dr. Franziska Giffey und Vorstandin Sozialpolitik der Diakonie Deutschland, Maria Loheide, überreichen dem Ev.-Luth. Kirchenbezirk Löbau-Zittau das Zertifikat zum Evangelischen Gütesiegel Familienorientierung. Insgesamt wurden auf einer Festveranstaltung der EKD und der Diakonie Deutschland am Donnerstag, dem 19. September, in Berlin anlässlich der ersten Zertifikatsverleihung zum Evangelischen Gütesiegel Familienorientierung zwölf kirchliche und diakonische Einrichtungen ausgezeichnet.

Der Kinder- und Jugendzirkus Applaudino des Kirchenbezirk Löbau-Zittau begleitete die Teilnehmenden mit mehreren Auftritten durch den Tag. Mit Akrobatik, Seilartistik und Jonglage waren Kirche und Diakonie sichtbar fröhlich in Bewegung. Seit anderthalb Jahren hat eine Projektgruppe unter Einbeziehung der Mitarbeitervertretung 19 Maßnahmen für den Kirchenbezirk erarbeitet. Unter anderem soll es Angebote zur spirituellen Stärkung, Kinderbetreuung bei ephoralen Veranstaltungen sowie ein Sportangebot geben. Außerdem wird in jedem Jahr ein »Fachtag Familie« für haupt-, neben- und ehrenamtlich Mitarbeitende stattfinden.

Fortsetzung nächste Seite

Nachrichten aus der Gemeinde für die Gemeinde

Der Prozess wurde von der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens durch die Gleichstellungsbeauftragte Kathrin Wallrabe unterstützt. Die Auditorin Gabriele Oehme hatte im Mai diesen Jahres alle Maßnahmen vor Ort geprüft und den Kirchenbezirk für die Zertifizierung empfohlen.

In drei Jahren findet die erste Rezertifizierung statt. Bis dahin müssen die jetzt begonnenen Maßnahmen vollständig umgesetzt und neue entwickelt werden.

Familienfreundliche Arbeits- und Lebensbedingungen, die Mitarbeitende ganzheitlich wahrnehmen und fördern, sind vom christlichen Menschenbild her geboten und für einen kirchlichen Arbeitgeber selbstverständlich. Familie in der Arbeitswelt der Zukunft bedeute auch, so sagte Bedford-Strohm bei der Festveranstaltung, dass der Finanzgewinn gleichgesetzt sein sollte mit dem Beziehungsgewinn.



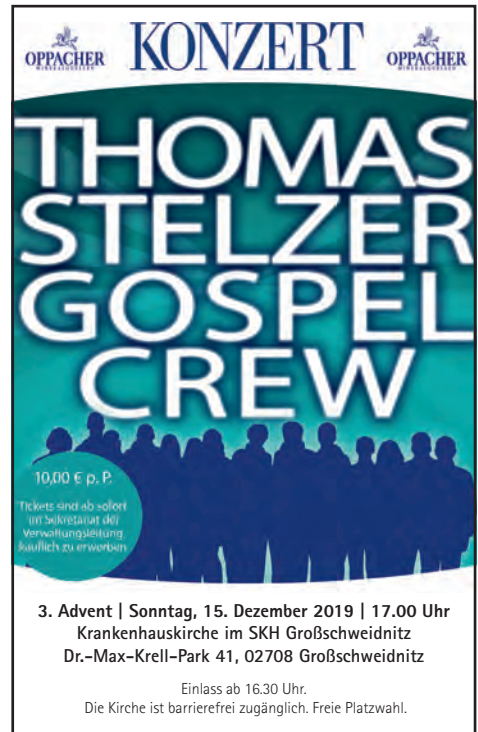
E Momente der Besinnung
02. Dezember 2019
17.00 Uhr

José Edaljo
Joel
Sebastian
Edmund
Alexander
Joorts

SP
IR
L
I
N
G

Es erklingen Weihnachts- und andere Lieder, à capella gesungen vom Männerquintett José Edaljo in der Krankenhauskirche (Eintritt frei)

www.jose-edaljo.de



OPPACHER KONZERT OPPACHER

THOMAS STELZER GOSPEL CREW

10,00 € p. P.
Tickets sind ab sofort im Sekretariat der Verwaltungskleitung käuflich zu erwerben.

3. Advent | Sonntag, 15. Dezember 2019 | 17.00 Uhr
Krankenhauskirche im SKH Großschweidnitz
Dr.-Max-Krell-Park 41, 02708 Großschweidnitz

Einlass ab 16.30 Uhr.
Die Kirche ist barrierefrei zugänglich. Freie Platzwahl.

Das Silvesterkonzert: »Freiheit – schöner Götterfunken« im Zinzendorf-Schloss Berthelsdorf

»Freiheit – schöner Götterfunken« – eine multimediale Ode an die Freiheit

Sie ist die Europahymne: Zum Auftakt des Beethoven-Jahres und zum 30-jährigen Jubiläum der Deutschen Einheit widmet CERCA DIO der »Ode an die Freude« ein eigenes Programm: Schiller kommt! Nach Dresden! Christian Gottfried Körner und seine Familie boten dem angehenden Dichter und flüchtigen Militärarzt Friedrich Schiller ihr Sommerhaus am Elbhang als Dichterrefugium an. Dieser bleibt. Fast drei Jahre. Er schreibt den »Don Carlos« und eben die heutige Europa-Hymne »Ode an die Freude«. Er zeichnet die ersten Comics der Literaturgeschichte. Er rappt über »Waschweiber« und dichtet, dichtet, dichtet und lebt! »Die Kunst ist eine Tochter der Freiheit« – unter diesem Arbeitsmotto versammelt dieses Programm enthusiastische Texte, Lieder, Musiken und Bilder zum Thema »Freiheit« von Schiller, Gottfried Körner und anderen Künstlern dieser Zeit.

Auf dieser kleinen Tournee durch Sachsen erklingen als musikalisches Echo neben Beethoven acht weitgehend unbekanntes Vertonungen der »Ode an die Freude« und weitere Kompositionen zu Schillers Texten von Komponisten dieser Zeit, so u. a. völlig neu aufgelegte Werke des Dresdner Hofkomponisten Johann Gottlieb Naumann. Es singt Romy Petrick, begleitet vom Chor SINGularis und einem Klavierquintett.

Stolz sind sie, die Sachsen auf »ihren« Friedrich Schiller! Nicht nur, dass er hier Asyl fand in seiner misslichen finanziellen Lage beim Dresdner Oberkonsistorialrat Christian Gottfried Körner – »Wir

sind Brüder durch Wahl, mehr als wir durch Geburt sein können« (Körner an Schiller) – er schrieb wahrscheinlich auch hier die »Ode an die Freude«, jenes Gedicht, das später mit Beethovens 9. Sinfonie zum Weltruhm gelangte. Und ganz sicher schrieb er am »Don Carlos«, dem Dramatischen Gedicht, welches in der Forderung nach Gedankenfreiheit gipfelt. Und er schrieb die »Waschweiber-Deputation«, die den Lärm der Loschwitzer Wäscherinnen in alle Welt trug. Von 1785 bis 1787 wohnte er zeitweise auf Körners Weinberg in Loschwitz, zeitweise in Dresden selbst. Wie wichtig der geistige Austausch mit Körner für Schiller war, geht aus ihrem Briefwechsel hervor. Außer zu den Freunden hatte Schiller in Dresden wenig gesellschaftlichen Kontakt. Romantisch ausgeschmückt worden ist Schillers Beziehung zu Gustl von Blauswitz, der er im »Wallenstein« ein Denkmal setzte.

Trotz der sicheren materiellen Verhältnisse, die Schiller in Dresden geboten werden, fühlt er sich bald nicht mehr wohl. Die Dresdner seien »ein seichtes, zusammengeschrumpftes Volk«, hier herrsche eine »geistige Wüste«. Schiller folgt 1887 einer Einladung nach Weimar. Die herzliche Freundschaft zu Körner jedoch währte ein Leben lang und er blieb neben Goethe Schillers wichtigster Partner im geistigen Austausch. Schillers Freiheitsideale sind bis heute Leitbilder der Europäischen Union.

Ein Abend, der garantiert bewegt!

Karten an der Abendkasse zu 16,- € Vollzahler und 10,- € ermäßigt.

»... einmal den Alltag unterbrechen«

am 4. Dezember 2019

Ein Vormittagsangebot für Frauen jeden Alters, mit oder ohne Kinder, die sich Zeit nehmen wollen, einmal ihren Alltag zu unterbrechen.



Wir treffen uns:

Mittwoch, den 4. Dezember 2019

von 8.30 bis 11.30 Uhr

**im Pfarrhaus Kemnitz, Hauptstraße 92
in 02748 Kemnitz**

Thema: Es kommt ein Schiff geladen ...

Wir wollen miteinander frühstücken, zu einem Thema arbeiten und etwas Kreatives gestalten. Die Kinder haben zeitweise ihr eigenes Programm.

Auf Ihr/Euer Kommen freuen sich

Barbara Kästner und Monika Gräsche

Weitere Informationen:
Kirchliche Frauenarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche
Sachsens, Barbara Kästner, Referentin im Reisedienst,
Tel.: 035938 98233, Hauptstr. 1, 02692 Großpostwitz

Gute Vorsätze

**Einen Vorsatz aussuchen
und mit in den Tag nehmen.
Immer mal wieder herausholen
und darüber nachdenken**

Ich höre anderen Menschen zu. Aufrichtig,
ehrlich und interessiert. Nicht nur mit mei-

nem Ohr, sondern mit meinem Herz. Ich gehe gedanklich mit und bin empathisch. Ich bin zuverlässig. Wenn ein Termin ansteht, entscheide ich mich, ob ich ihn wahrnehmen kann und will oder nicht. Ich zögere Entscheidungen nicht bis zuletzt hinaus und lasse meine Mitmenschen nicht im Ungewissen. So wissen sie, ob sie mit mir rechnen können und haben Planungssicherheit.

Wenn ein Autounfall passiert und ich aus diesem Grund im Stau stehe, bilde ich eine Rettungsgasse und warte geduldig auf die Rettungskräfte. Ich drängle mich nicht vor, gaffe nicht, mache keine Fotos oder Filme und behindere nicht die Helfer bei ihrer Arbeit. Ich respektiere die Opfer und schätze den Einsatz und die Hilfe der Ärzte.

Ich bin freundlich und höflich. Sage »Hallo« und »Tschüss«, »Danke« und »Bitte«. Meine Unzufriedenheit mit mir und der Welt lasse ich nicht an meinen Mitmenschen aus. Ich halte anderen die Türe auf oder lasse Ältere im Bus hinsetzen. Ich drängle mich nicht vor und lasse anderen auch mal den Vortritt.

Ich gehe mit offenen Augen durch die Welt und habe einen Blick für meine Mitmenschen. Ich achte darauf, wie es ihnen geht. Ich interessiere mich für ihre Sorgen, Nöte und Probleme. Ich bin für sie da, wenn sie meine Hilfe oder meinen Rat brauchen.

Ich bin rücksichtsvoll. Ich komme nicht immer an erster Stelle und nehme mich nicht immer am Wichtigsten. Ich kann mich,

meine Wünsche und meine Bedürfnisse hinten anstellen.

Meinen Erfolg erarbeite ich mir fair und ehrlich. Ich verletze meine Kolleginnen und Kollegen nicht. Ich mache nicht auf Kosten anderer Karriere und gehe nicht über Leichen.

Ich mache mir immer wieder neu bewusst, dass mein Denken und Handeln sich stets im großen Ganzen auswirkt und fort-pflanzt. Deswegen gehe ich achtsam durch die Welt und leiste meinen Beitrag für die Bewahrung der Schöpfung.

Mir gelingt es manchmal selbstlos zu sein. Dinge zu tun, ohne sie zu berechnen, ohne zu taktieren, ohne zu kalkulieren, dass für mich ein Nutzen herauspringt. Ohne, dass sie für mich stets von Vorteil sind.

Ich nehme nicht alles als selbstverständlich hin. Ich schätze die kleinen Dinge und Gesten. Ich mache mir bewusst, wie gut es mir geht. Welche tollen Freunde ich habe, welche wunderbare Familie. Dass ich in Frieden leben darf und welche Freiheit ich genießen kann.

Ich begegne allen Menschen mit Respekt und Wertschätzung. Unabhängig ihrer Herkunft, Orientierung oder Einstellung. Ich versuche mich, in sie hineinzusetzen, auch, wenn mir ihre Lebenswelt fremd ist. Ich bemühe mich um Dialog, statt um Ausgrenzung. Mein oberstes Ziel ist dabei ein friedliches Miteinander.

*von: Ronja Goj und Christian Schmitt,
In: Pfarrbriefservice.de*

Einfache Achtsamkeitstipps für den Alltag von Theologin und Achtsamkeitslehrerin Susanne Kienast

Eine Mahlzeit am Tag ganz bewusst einnehmen

Ein schneller Snack in der Mittagspause, das Frühstück isst man im Stehen oder auf dem Weg in die Arbeit. Erkennen Sie sich wieder? Das geht auch ganz anders: Zuerst einmal hinsetzen, das Radio ausmachen und dann das Essen ganz bewusst genießen: Wie riecht es? Wie schmeckt es? Wie fühlt sich die Konsistenz im Mund an? Schmeckt es mir wirklich? Welche Gewürze sind drin? Muss ich nachsalzen? Die Übung lässt sich leicht in den Tag integrieren, denn essen muss schließlich jeder.

Die täglichen Wege genau nachspüren

Egal, ob es der Weg zum Bus, zur U-Bahn oder zum Supermarkt ist, häufig haben wir nur das Ziel vor Augen, sind gedanklich schon in der Arbeit, im Büro oder im Laden. Versuchen Sie doch einmal, die Wege im Alltag ganz bewusst zu gehen. Spüren Sie Ihren Körper, die Bewegung Ihrer Beine, das Schlenkern der Arme, den kühlen Kontakt mit der Luft. Was riechen Sie? Was sehen Sie? Was hören Sie? Seien Sie einmal ganz im Moment, ganz ohne Ablenkung.

Routinetätigkeiten ganz bewusst wahrnehmen

Duschen, Zähneputzen, Schuhebinden. Routinetätigkeiten führen wir häufig ganz automatisch, fast wie Roboter aus. Kein Wunder, dass wir uns danach kaum daran erinnern können. Auch gedanklich ist man häufig schon ganz woanders. Eine Übung in der Dusche: Spüren Sie das Wasser auf Ihrer Haut. Wie reagiert der Körper beim Temperatureinstellen? Ist das Wasser zu heiß oder zu kalt? Wie riecht es? Wie fühlen Sie sich? Versuchen Sie alles wahrzunehmen, aber den Moment auch zu genießen.

Begrüßen und Verabschieden ohne Zeitdruck

Ein Bussi hier, eine schnelle Verabschiedung da, manchmal nur ein Blick aus dem Augenwinkel. Aber sind unsere Lieben nicht mehr wert? Versuchen Sie beim Verabschieden und Begrüßen nichts anderes zu tun. Machen Sie sich den Moment des Verabschiedens ganz bewusst. Sehen Sie Ihr Kind, Ihren Partner, Ihre Freunde noch einmal ganz genau an. Umarmen oder küssen Sie sie zum Abschied. Bleiben Sie aufmerksam. Wie geht es ihnen? Welchen Gesichtsausdruck haben sie?



Die ersten fünf Begegnungen am Tag

Wissen Sie noch, wem Sie heute Morgen als erstes begegnet sind? Die Antwort ist sicher nicht so schwer, aber wer waren die ersten fünf Menschen, die Sie gesehen haben? Darauf haben wahrscheinlich die wenigsten eine Antwort, weil wir den Menschen um uns herum kaum Aufmerksamkeit schenken. Versuchen Sie doch mal, sich die ersten fünf Menschen, die sie treffen, zu merken – kurz anschauen und wahrnehmen. Ist es eine angenehme Begegnung? Ist es schwierig? Gibt es eine Spannung oder ist Freude da? Sehe ich diesen Menschen häufiger oder heute zum ersten Mal?

Die Theologin Susanne Kienast ist im Erzbistum München und Freising in der Eheberatung Oberbayern tätig. Sie ist ausgebildete Achtsamkeitslehrerin (MBSR) und bietet auch Kurse zum Thema an.

von: *Andrea Wojtkowiak*
für den Sankt Michaelsbund

Allianzgebetswoche 2020 vom 13. bis 19. Januar



»Wo gehöre ich hin?«

Eine sehr persönliche Frage, die auf eine ehrliche Antwort wartet. Doch diese Antwort wird nicht leicht ausfallen, da sie doch sehr vielschichtig, u. a. von unseren Lebensumständen, Alter und anderen Faktoren abhängig ist.

In dem Thema der diesjährigen Allianzgebetswoche klingt die Frage nach der Berufung von uns Christen an. Wo ist mein Platz im Reich Gottes? Wo will mich Jesus Christus haben?

Er hat uns in seine Gemeinde gestellt und möchte uns im Dienst für die Menschen auf dieser Erde sehen.

Darüber wollen wir miteinander ins Gespräch kommen, Gott unser Lob und Dank bringen, um Vergebung bitten und Fürbitte halten.

Wir treffen uns allabendlich um 19.30 Uhr in verschiedenen Häusern und am 19.1.2020 zum Abschlussgottesdienst in Obercunnersdorf.

Die Orte des jeweiligen Abends werden noch bekanntgegeben.

Freuen würden wir uns über jeden, der etwas zur Gestaltung mit beitragen möchte!

S. Herrmann und H. Gehring

Weltgebetstag



Der Weltgebetstag 2020 wird weltweit am 6. März gefeiert. Vorbereitet haben ihn Frauen aus Simbabwe.

Steh auf und geh! – so lautet der Titel des Weltgebetstags 2020 aus Simbabwe. Das Titelbild, mit dem Namen »Rise! Take Your Mat and Walk«, zeigt das gesellschaftliche Leben in Simbabwe: Im oberen Teil stellt die Künstlerin von rechts nach links den Übergang von einer dunklen, schwierigen Vergangenheit in eine vielversprechende Zukunft dar. Im unteren Teil des Bildes hat sich die Künstlerin Nonhlanhla Mathe von der Bibelstelle, der Heilung des Gelähmten (Joh. 5,2 – 9a) inspirieren lassen.

Die Bibelstelle steht im Mittelpunkt des nächsten Weltgebetstags. Darin geht es um Jesu Heilung des Gelähmten mit den

Worten »Steh auf und geh«. Den Gottesdienst haben Frauen aus Simbabwe vorbereitet. Sie geben darin einen Anstoß, Wege zu persönlicher und gesellschaftlicher Veränderung zu erkennen und zu gehen.

Frauen, Männer, Kinder und Jugendliche unterschiedlicher Konfessionen weltweit werden mit den Frauen aus Simbabwe zusammen den Weltgebetstag am 6. März 2020 feiern.

Sie sind herzlich eingeladen am 6. März 2020 um 19.30 Uhr mit uns in Obercunnersdorf oder Niedercunnersdorf oder Kottmarsdorf zu feiern.

Kinderbibeltheatertage in Eibau vom 11. bis 13. Februar 2020

In eine Rolle schlüpfen, Kulissen bauen, Bibelgeschichten spielerisch entdecken, kleine Szenen proben, mit dem ganzen Körper Stimmungen zeigen, in der Kostümkiste wühlen, einfach Freude am verwandeln haben – dies alles werden wir bei den Theatertagen machen. Natürlich wird auch noch Zeit sein für Spiele und gutes Essen, Winterspaß bei Schnee und Gästen, wo Glaube eine große Rolle spielt. Am Sonntag gibt es dann im Gottesdienst die Aufführung.

Kosten: 30,- €

Infos und Anmeldung: A. Heinrich

Oberlausitz- Kirchentag 2020

Der nächste Oberlausitz-Kirchentag findet am **13. Juni 2020 im Messe- und Veranstaltungspark Löbau** statt.

Der Tag steht unter dem Motto »Ich sehe was, was du nicht glaubst«. Das Motto ist angelehnt an die Jahreslosung 2020 aus dem Markusevangelium (Mk 9,24): »Ich glaube; hilf meinem Unglauben!«.

Wir sehen, dass viele Menschen in der Lausitz zurzeit nur eingeschränkt positive Zukunftsperspektiven finden können. Auch der industrielle und demographische Strukturwandel sowie der Ausstieg aus der Braunkohleförderung wecken neue Ängste. Wenn keine ausreichenden Arbeitsmöglichkeiten da sind, werden wieder Wegzüge aus der Region folgen – davon gehen Prognosen zum Strukturwandel aus.

Der Oberlausitz-Kirchentag will möglich machen, das zu sehen, was in der Region schon da und was gut ist für die Menschen. Vernetzung kann geschehen, Diskurs und Dialog können helfen, Ängste zu mindern. Hoffnungsvolle Zukunftsperspektiven können folgen.

Der Oberlausitz-Kirchentag findet von 10.00 bis 21.00 Uhr statt. Die Angebote sind vielfältig und richten sich an alle Menschen in der Lausitz, ganz gleich, ob sie zur Kirche gehören oder nicht.

Kontakte

PfarrerIn

Nina-Maria Mixtacki

Hauptstraße 27
02708 Obercunnersdorf
035875 67671
0176 34427273

nina-maria.mixtacki@evlks.de
Sprechzeit (im Pfarramt):
dienstags 17.00–18.00 Uhr



Krankenhausseelsorge Großschweidnitz

Pfarrer Peter Pertzsch

03585 4532390
0151 59206788

krankenhausseelsorge@skhgr.sms.sachsen.de
Sprechzeit (Büro oder Kirche):
dienstags 16.00–17.30 Uhr



Pfarramt Obercunnersdorf

Marlies Mitschke

035875 60312
Fax: 035875 67672
kg.obercunnersdorf@evlks.de
Sprechzeit (im Pfarramt):
Dienstag 16.00–18.00 Uhr
Freitag 8.30–11.30 Uhr



Gemeindepädagoge

André Heinrich

Obercunnersdorfer Str. 21
02708 Niedercunnersdorf
035875 240086
0162 8962071



Ev.-Luth. Kirchenbezirk Löbau-Zittau

Telefon 03585 415771
suptur.loebau_zittau@evlks.de

Friedhofsmitarbeiter

Mike Heinrich

035877 20318
0171 8753411
Termine nach Absprache



Bankverbindung

Kontoinhaber:
Kassenverwaltung Bautzen
IBAN: DE31 3506 0190 1681 2090 73
BIC: GENO DE D1 DKD
bei der Bank für Kirche und Diakonie

Bitte geben Sie unbedingt
einen Verwendungszweck an!

Impressum

Herausgeber:
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Obercunnersdorf
Kontakt: kg.obercunnersdorf@evlks.de
Redaktion: Pfarrerin Nina-Maria Mixtacki,
Marlies Mitschke, Susan Jung, Annett Röhle,
Kerstin Wagner
Redaktionsschluss: 15.11.2019
Layout: Druckerei Winter GmbH
Druck: Druckerei Winter GmbH, Herrnhut
Titelbild: Abb.: © Mitiv von Stefanie Bahlinger,
Mössingen, www.verlagambirnbach.de
Der Redaktionsschluss
der nächsten Ausgabe ist der **15.2.2020**

Ein weihnachtliches Kreuzworträtsel

Was gehört alles zu Weihnachten? Trage senkrecht die richtige Bezeichnung aller

nummerierten Bilder in die dafür vorgesehenen Kästchen. Das Lösungswort in den roten Feldern spielt eine wichtige Rolle bei der Geburt Jesu.

Daria Broda, www.knollmaennchen.de

1

4

6

3

7

5

2

9

8

9

1

2

8

10