

Winter 2024

evangelisch

in Gräfelfing, Lochham

Martinsried und Planegg Ost

Stille

- In aller Stille
- Stille in der Stille
- Stille Momente in der staden Zeit
- Still(e)zeit

Aus dem Inhalt

Gang in die Stille	S.8
Funkstille	S.12
Gottesdienste	S.14
Interview mit dem Nikolaus	S.20

In eigener Sache...

Liebe Leserin, lieber Leser, geht es Ihnen auch manchmal so, dass Sie von dem ganzen Trubel um einen herum einfach nur die Nase voll haben? Das Sie sich nur nach ein wenig Stille sehnen. Uns im Gemeindebriefteam ist es so gegangen und so haben wir diesen Gemeindebrief unter das Thema „Stille“ gestellt.

In verschiedenen Artikeln gehen wir auf das Thema – teilweise sehr persönlich – ein. Mit Sicherheit ist vieles zum Nachdenken dabei.

Natürlich haben wir auch die Informationen aus der Gemeinde, hier insbesondere das Ergebnis der KV-Wahlen, aber auch Berichte vom Erntedankfest und dem Ökum. Ausflug.

Wir wünschen viel Freude beim Lesen und freuen uns auf Ihre Rückmeldungen zu diesem Gemeindebrief.

Ihr
Jürgen Kindereit
juergen@kindereit.org

Herausgeber Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Gräfelfing
Redaktion C. Wilkening, A. Schöler, B. Reichert, P. Glasow, S. Grabinski, J. Kindereit und H. Westermayer
Layout und Cover K. Voss
Druck Rittel Offset GmbH
Auflage 2000 Exemplare
Redaktionsschluss 15.03.2025
presse.gemeindebrief.graefelfing@elkb.de

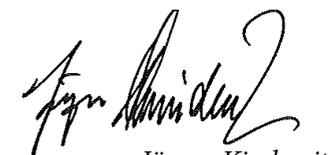
Liebe Gemeinde,
Advent – für mich eine Zeit für den Glauben, eine Möglichkeit, neu hinzuschauen und Gottes Spuren konkret zu entdecken. Unser Glaube, diese großartige Botschaft, die uns nicht zur Ruhe kommen lässt – gerade in der Adventszeit, in welcher wir uns kraftvoll auf das Weihnachtsfest vorbereiten – verdient es, belebt und gehoben zu werden. Gott will in unser Leben eintreten, unwider-ruflich.

Der Advent kann zerfließen in ein „immer weiter so“, in Geschäftigkeit, in äußerem Aufwand, in Sentimentalität. Daraus können Blindheit und Taubheit gegenüber wichtigen Wahrheiten und Werten folgen. Als Zeit für den Glauben kann der Advent aber auch wachrütteln. Er kann eine neue Aufmerksamkeit schaffen für die Botschaft Jesu. Denn seine Gegenwart und seine Zukunft sind keine Illusion, sondern Wirklichkeit. Wir können vieles aus dem Glauben heraus tun, um Situationen zu ändern und mitzuhelfen, ein menschenwürdiges Leben für alle zu ermöglichen.

Wir können ... Freude, Zuversicht und Hoffnung verbreiten, wo Zweifel und Angst sind. Wir können in schwierigen Situationen Mut machen und das richtige Wort sprechen, wo Ratlosigkeit und Hilflosigkeit herrschen. Wir können Menschen, die Fehler machen, nicht abstempeln. Wir können andere annehmen und auch vergeben. Wir können Menschen entdecken, die ihr Scheitern und ihre Angst hinter auf-



gesetzten Fassaden verstecken und sie nicht bloßstellen, sondern ihnen helfen. Wir können Vertrauensperson sein und zuhören. Wir können neu beten lernen. Ja, es ist Advent – Zeit für den Glauben. Bei allen Fragen, bei allem Suchen und bei allen Unsicherheiten lädt der Advent ein, Glauben konkret zu leben. Er ist eine Einladung, genau damit zu beginnen. Der Advent ist eine Zeit, die Gott und den Glauben groß macht, weil er eine Vorbereitung auf die Geburt des Größten, des Lebendigen, des Sohnes Gottes ist. Der Advent ist ein Geschenk, dem eigenen Glauben (wieder neu) auf die Spur zu kommen. Das wünsche ich uns allen.


Jürgen Kindereit



In aller Stille

Ein Bauer hat in der Scheune seine Taschenuhr verloren. Er sucht vergeblich nach diesem kostbaren Erbstück. Auf seinem Hof spielen mehrere Kinder. Der Bauer setzt einen Preis aus und bittet die Kinder, beim Suchen zu helfen. Sie stürmen in die Scheune, durchwühlen das Stroh und kommen mit leeren Händen wieder auf den Hof zurück. Alles vergeblich. Ein Kind bittet den Bauer, noch einmal suchen zu dürfen. Nach einigen Minuten kommt dieses Kind mit der Uhr in der Hand aus der Scheune. Großes Erstaunen. „Wie hast du das denn geschafft?“ Antwort des Kindes: „Ich habe mich ganz still auf eine Bank gesetzt. In der Stille hörte ich plötzlich das Ticken der Uhr. So konnte ich sie finden.“

Diese Geschichte passt zu dem Bibelwort: „Meine Seele ist stille zu Gott, der mir hilft.“ (Psalm 62 Vers 2). Das Kind auf dem Bauernhof hat dieselbe Erfahrung gemacht wie der Psalmbeater vor langer Zeit. Es lohnt, sich einmal still auf eine Bank zu setzen. Das kann eine Kirchenbank beim Einkauf

in der hektischen Innenstadt sein. Bei längeren Autofahrten kann es eine Autobahnkirche sein, die ich für einige Augenblicke aufsuche und dort Ruhe vor der Weiterfahrt tanke.

„In der Stille angekommen, werd' ich ruhig zum Gebet. Große Worte sind nicht nötig, denn Gott weiß ja, wie's mir geht.“ Der Liedermacher Christoph Zehendner beschreibt in dem Lied, was ich absolut bestätigen kann. Jeden Tag einige Augenblicke, in denen ich die Augen schliesse, ruhig atme, mich der Nähe Gottes vergewissere. Dann kann ich vor Gott mein Herz ausschütten und mit Psalmworten beten: „Meine Seele ist stille zu Gott, der mir hilft. Er ist mein Fels, meine Hilfe und mein Schutz, dass ich gewiss nicht fallen werde“ (Psalm 62,2-3).

Worte – wie eine gute Arznei. Ich werde ruhiger, das Vertrauen in mir wächst, mein Glaube entfaltet Kräfte. Alles wird gut – zu seiner Zeit. Nur wer schweigen kann, kann auch hören. Mit einer Trommel kann man keine Spatzen fan-

gen, höchstens verjagen. Mit Hektik kann man im Stroh herumtrampeln, aber nicht das Ticken der Uhr hören. Mit Betriebsamkeit in und um uns können wir uns ablenken, aber nicht die Stimme Gottes hören. In der Stille kann ich in mich hineinhorchen und auf das Reden Gottes lauschen. Ich kann Gottes Zuspruch für mein Leben und seinen Anspruch auf mein Leben hören.

In unserer eiligen und oft lauten Welt scheint es manchmal, als wäre der Frieden weit entfernt. Doch gerade in den stillen Momenten können wir Gottes Frieden besonders kraftvoll erleben. Wir können diese Stille nicht als Leere, sondern als Raum sehen, in dem wir Gottes Nähe besonders intensiv spüren können. In Psalm 46, Vers 11 heißt es: „Seid still und erkennt, dass ich Gott bin!“ Diese Aufforderung, still zu sein, ist mehr als nur ein Rat zur Ruhe. Es ist ein Aufruf, inmitten unserer Unsicherheiten und Ängste innezuhalten und zu erkennen, dass Gott immer bei uns ist. Gott spricht oft in die Stille hinein. Es ist wichtig, dass wir lernen, uns

bewusst Zeit zu nehmen, um auf diese leise Stimme zu hören.

Jesus selbst suchte oft die Stille. In Markus 1, 35 lesen wir: „Und früh am Morgen, als es noch sehr dunkel war, stand er auf und ging hinaus und ging an einen einsamen Ort und betete dort.“

Auch wir sind eingeladen, Jesus in diese stillen Momente zu folgen, um unsere Beziehung mit Gott zu vertiefen und unseren Geist zu erneuern. Wie können wir also diese Momente der Stille in unseren Alltag integrieren? Beginnen wir damit, täglich einige Minuten der Ruhe zu widmen. Ob am Morgen, bevor der Tag beginnt, oder abends, wenn der Tag sich neigt – jeder Moment, den wir in Stille vor Gott verbringen, stärkt unser geistliches Leben und erfüllt uns mit seinem Frieden. Diesen Weg der Stille zu beschreiten bedeutet in diesen Momenten die erneuernde und heilende Gegenwart Gottes suchen. Gottes Frieden ist immer da, bereit, uns zu umfassen, wenn wir bereit sind, in seiner Gegenwart still zu sein.

Jürgen Kindereit



Stille in der Stille

In dieser stressigen Zeit, sei es die Vorweihnachtszeit oder Stress von den alltäglichen Dingen wie Arbeit, Familie und Hausarbeiten, ist es wichtig einmal wieder richtig zu entspannen und Stille zu genießen. Aus diesem Grund möchte ich Sie einladen mit mir Ruhe durch Atmung und Vorstellungskraft zu finden.

Lesen Sie diesen Text am besten sitzend in einer stillen Umgebung. Die Füße parallel zueinander, die Beine in einen angenehmen Winkel, der Rücken gerade aber nicht durchgestreckt und die Hände auf den Knien. Wichtig ist, dass die Füße auf dem Boden sind, damit man den Boden spüren kann. Natürlich funktioniert das ganze auch im Liegen, Hauptsache ist dabei, dass man sich entspannen kann. Nun schließen Sie die Augen und atmen Sie langsam ein, versuchen sie 5 Sekunden den Atem zu halten bevor Sie langsam wieder ausatmen. Wiederholen Sie dies 3x, einfach einatmen und ausatmen. Spüren Sie wie Sie sitzen, wie sich der Stuhl unter Ihnen anfühlt und einen angenehmen Halt gibt, wie

Ihre Füße auf dem Boden sind und Sie dadurch geerdet sind. Entspannen Sie langsam, indem Sie sich auf Ihre Atmung konzentrieren. Das Atmen soll selbstständig passieren, Sie brauchen nichts zu lenken, einfach nur atmen. Nehmen Sie nun wahr, wie die Luft durch Ihre Nasenlöcher einströmt und Ihre Lungen füllt. Spüren Sie, wie sie sich mit jedem Atemzug heben und senken. Bei jedem Einatmen fühlen Sie die kühle Frische der Luft, die Ihren Körper durchströmt. Bei jedem Ausatmen lassen Sie alle Spannungen und Sorgen des Tages los.

Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit langsam von Kopf bis Fuß durch Ihren Körper. Beginnen Sie bei dem Kopf und spüren Sie, wie sich Ihre Stirn glättet, das Gesicht entspannt. Die Kiefermuskeln lösen sich und die Zunge liegt ganz locker im Mund. Ihre Schultern sinken schwer und entspannt nach unten.

Spüren Sie die Entspannung in Ihren Armen, wie sie auf Ihren Beinen ruhen. Lassen Sie sie durch ihre Hände

und Finger bis zu den Fingerspitzen fließen. Gehen Sie weiter zu Ihrem Rücken, jede Anspannung löst sich. Die Wirbelsäule ruht stabil und entspannt bei der Stuhllehne.

Lassen Sie die Entspannung nun durch den Brustkorb strömen, Ihre Atemzüge werden tief und gleichmäßig. Spüren Sie, wie sich ihr Bauch sanft hebt und senkt, vollkommen entspannt. Ihre Hüften und Gesäß Muskeln sinken tiefer in den Stuhl, und jedes Ausatmen bringt Ihnen mehr Gelassenheit. Lassen Sie die Entspannung weiter fließen in die Beine, durch die Oberschenkel, Knie, Waden und schließlich hinunter bis zu Ihren Füßen und Zehen. Ihr ganzer Körper ist nun schwer, entspannt und ruhig. Mit jedem Atemzug spüren Sie, wie Sie tiefer in diese Ruhe sinken. Alle Gedanken, die auftauchen, lassen Sie einfach kommen und gehen. Sie sind wie Wolken am Himmel, die vorbeiziehen. Man braucht sie nicht festzuhalten oder wegzuschieben. Kehren Sie immer wieder sanft zu ihrem Atem zurück. Während Sie hier

sitzen, nehme Sie die Tiefe Ihrer inneren Ruhe wahr. In dieser Ruhe finden Sie Kraft und Gelassenheit. Sie ist ein Teil von Ihnen und steht Ihnen immer zur Verfügung, wann immer Sie diese brauchen.

Verweilen Sie in diesem friedlichen Zustand noch für ein paar Momente. Genießen Sie die Stille und die tiefe Entspannung, die durch Ihren Körper strömt.

Und nun, ganz langsam und sanft, bringen Sie Ihre Aufmerksamkeit wieder zurück in den Raum, in dem Sie sich befinden. Nehmen Sie die Geräusche um sich herum wahr. Spüren Sie die Berührungspunkte des Körpers mit dem Stuhl. Bewegen Sie sanft Ihre Finger und Zehen, die Hände und Füße. Strecken Sie sich und öffnen Sie langsam die Augen.

Nehmen Sie dieses Gefühl der inneren Ruhe mit in Ihren Alltag und erinnern Sie sich daran, dass diese Ruhe immer in Ihnen ist.

Pia Glasow

Gang in die Stille

Vor dem Haus brummt der Straßenverkehr, irgendwo kreischt eine Baggerschaufel ohrenbetäubend im Beton. Wie soll ich mich da auf meinen Artikel für diesen Gemeindebrief konzentrieren?

Was tun? Ich versuche dem zu entfliehen und mache mich auf den Weg in den nahen Wald zu einer kleinen Kapelle. Langsam komme ich zur Ruhe, freue mich auf die kleinen, versteckten Pfade und löse mich vom Alltag, seinen Herausforderungen und seinem Lärm. Dabei stören weder das Zwitschern der Vögel, noch das leise Rauschen der Blätter im Wind. Wenn die Stille eintritt, kommt unerwartet plötzlich die Aufmerksamkeit für die kleinen Dinge und Geräusche in Gang: ein blühender Strauch, ein besonders geformter Stein, das Knacken trockener Zweige unter meinen Schritten. An einem kleinen Teich bleibe ich stehen und werfe einen Stein hinein. Erst breiten sich wilde Kreise im Wasser aus, dann beruhigt es sich und ich sehe wieder auf den Grund. Ich habe wieder „Durchblick“! Heißt es nicht, stille Wasser gründen tief, sie sind klar?

Ich erreiche die Kapelle und suche einen ruhigen Platz. „Stille“ kommt eigentlich von „stellen“, das heißt stehen bleiben, inne halten, im übertragenen Sinne also eine Ruhigstellung von Geist und Körper. Sehnen wir uns am Ende

eines vielleicht anstrengenden Jahres nicht nach Ruhe und Stille? Aber Stille bedeutet ja nicht unbedingt Abwesenheit von Lärm. Es ist nicht nur der äußere Lärm, der uns stresst, der eigentliche Lärm entsteht auch in unseren Köpfen und wird in der Stille umso lauter. Die lautesten Gedanken sind oft die zwingenden, die stärksten Gefühle sind manchmal negativ und tönen von innen heraus. Die Welt ist einfach zu voll von Lärm. Kommt das auch daher, dass wir uns unbedingt anderen Menschen mitteilen wollen und dabei einander ungeduldig überschreien?

Wie auf dieses Stichwort höre ich schon von weitem jemanden lautstark die nächste Urlaubsplanung und ihre Finanzierung ins Handy schreien. Vorbei ist es mit meiner Ruhe und für Platz für gedankliche Verwünschungen. Bin ich spießig? Empfinden wir Stille manchmal nicht auch als unangenehm? Mir geht es so, wenn in einem Gespräch längere Pausen entstehen. Da suche ich dann krampfhaft nach einer oft banalen Überbrückung, anstatt Stille geschehen zu lassen! Vielleicht sind wir Stille nicht mehr gewohnt und brauchen als Grundrauschen die ständige Rückmeldung und das Piepsen der Geräte um uns herum. Versuchen Sie doch einmal, sich von unserer ach so komplizierten und lauten Welt zu lösen. Das fällt ganz schön schwer! Stille ist doch mehr als nur akustische Ruhe, sie kann in uns



Stille ruht der See

Freiheit von Denk- und Gefühlszwängen schaffen und Kopf und Blick frei machen. Suchen Sie sich doch einmal ein „stilles Örtchen“!

Gerne erinnere ich mich an Tage bei den Benediktinern in Sankt Ottilien. Neben der Meditation war auch Schweigen angesagt. Dieser Gang in die eigene Stille und die Kommunikation ohne Worte löste eine intensive Erfahrung in mir selbst und mit meiner Umwelt aus. Da konnte ich im Klostergarten die Stille richtig hören.

Doch jetzt spüre ich die Kälte und Feuchte und mache mich auf den Rückweg. Die Ruhe wird beim Erreichen der Straße gleich wieder von den

ungehindert auf mich einströmenden Geräuschen abgelöst. Die Welt hat mich wieder. Aber jeder von uns kann auf viele Arten und an verschiedenen Orten seinen eigenen Gang in die Stille versuchen.

Schließen will ich mit einem Zitat aus Goethes Gedicht:

**„Über allen Gipfeln
ist Ruh'
in allen Wipfeln
spürest Du
Kaum einen Hauch.....“**

*Eine ruhige und stade Zeit
wünscht Ihnen
Harro Westermayer*

Stille Momente in der „staden Zeit“

Die „stade Zeit“, so heißt es allgemein, beginne mit der Adventszeit. Für mich fängt dieser beschauliche Abschnitt schon mit der Zeitumstellung Ende Oktober in den Ferien rund um den Reformationstag und Allerheiligen an. Der Herbst beschert uns deutlich kürzere Tage, weniger Helligkeit und Tageslicht, meist nur knappe sonnige Abschnitte vermischt mit viel Nebelgrau und Dunkelheit. Nach meinem Empfinden die Jahreszeit für Besinnung und Einkehr auf das eigentlich Wesentliche. Manchmal wünsche ich mir im steten Fluss der Zeit eine kurze Unterbrechung, gilt es doch die eine oder andere Episode im Verlauf des zu Ende gehenden Jahres Revue passieren zu lassen, bevor mich der Strom des Lebens wieder mitreißt und frisch gestärkt ins neue Jahr hinaus trägt.

In so einer mit Organisation und Vorbereitung ausgefüllten Spanne lohnt sich immer der Versuch einer vorübergehenden Auszeit. Seine Seelenruhe – gerade in „staden Zeiten“ – findet man(n) nicht überall und sie stellt sich in der Regel auch nicht von selber ein. Echte Stille ist in diesen Spähren sehr selten geworden, tönt, dröhnt und schallt es uns doch das ganze Jahr über rund um die Uhr aus fast jeder Ecke entgegen – überlaut, permanent, anhaltend penetrant und zuweilen unsäglich schräg und schrill. Damit aber nicht genug, mancher Zeitgenosse glaubt

sich so wichtig zusätzlich auch noch 24/7 online präsent sein zu müssen, zu dem Zwecke ihm jaaa nichts entgehen möge...

Es fordert Mut und Beherztheit Glotze und Radio in diesem Intervall auszusuchen oder das Handy zu Hause zulassen. Nichts auf der Welt mag so wichtig erscheinen, als dass es nicht nach einem kurzen Moment des Innehaltens selbst in den hektischen Wochen vor Weihnachten immer noch zur rechten Zeit realisiert werden könnte.

Wie gelingt es mir nun trotz Alltags-trubel den Fuß vom Gas zu nehmen, für einen kurzen Moment aus dem Karussell auszusteigen und mir den Luxus einer winzigen Unterbrechung zu gönnen?

Nun... indem ich das, was mich gerade beschäftigt, tagsüber, wann immer möglich, mitten im Geschehen einfach kurzfristig bei Seite schiebe, meine Gedanken bewusst stoppe, schlicht mal Löcher in die Luft gucke, die Seele baumeln und ein Gefühl von Dankbarkeit für die vielen täglichen Begegnungen und Inspirationen langsam in mir aufsteigen lasse. Oder aber, um während meiner Lieblingsstunde bei Tagesanbruch zwischen 5 und 6 mit Strickzeug für eine kurze Weile in das Leuchten einer brennenden Kerze am Frühstückstisch zu schauen, deren Licht und

Wärme aufzutanken und dabei in aller Ruhe nebenbei meinen Morgentee zu genießen. Solch kurzes Intermezzo verleiht schon zu Beginn des Tages Stärke und Dynamik, weckt die Lebensgeister, Kreativität und mobilisiert die letzten Reserven, um gerade die Wochen im Advent, da vollgepackt mit allerlei Aktivitäten als besonders arbeitsintensiv empfunden, erfolgreich hinter mich zu bringen.

Beinahe täglich in der „staden Zeit“ auch mein Bemühen bei Einbruch der Dunkelheit nach einem Rundgang durch den leicht angefrorenen Garten, in dem es zu dieser Jahreszeit bereits an zahlreichen Stellen verwunschen glitzert und funkelt und viele Pflanzen, vom Laub warm eingepackt, bereits Winterruhe halten, nahe der wohligen Wärme unseres Kachelofens zusammen mit heißem Kaffee und einer Scheibe nach Zimt, Kardamom und Piment duftendem Apfelbrot oder einem Shortbread für eine geschlagene Stunde die Zweisamkeit mit Tageszeitung oder einem Buch meines Geschmacks zu genießen. In solchen Augenblicken verspüre ich tiefste Zufriedenheit für alles das, was ich kann, bin und sein darf.

Stille hat eine eigene Musik, sie ist nicht tot, sie ist sogar sehr lebendig. Doch auch wenn den einen oder anderen Nachbarn die Stille zuweilen womöglich unruhig werden lässt, lohnt es sich

doch, die Ruhe ein wenig auszuhalten und zu entspannen, so in einer geräumigen Badewanne, groß genug, dass die Beine gemütlich darin auszustrecken sind. Bis an den Rand gefüllt mit heiß dampfendem Wasser zuzüglich einer wohlriechenden Essenz aus verschiedenen Kräutern, lässt sich darin mit geschlossenen Augen zumindest solange Entspannung genießen als das nasse Element sich abzukühlen beginnt. Nicht zu vergessen die Stille für meine Mitte, die ich in den verschiedensten Kirchenschiffen außerhalb des Gottesdienstes für mich in Anspruch nehme. Ob im Stehen oder bequem auf einer Bank mit überkreuzten Beinen sitzend, laden mich hier in der „staden Zeit“ duftender Adventskranz, das Kreuz und schlichter Altar stets zu einem Moment des Innehaltens, der Reflexion und eines Gebets im Austausch mit meinem Schöpfer ein. Schließlich die stillen Momente in freier Natur in Zwiesprache am Grab meiner Eltern und Großeltern.

„... und wenn die stade Zeit vorüber ist, dann werd' s auch wieder ruhiger...“ räsionierte einst Karl Valentin, wie recht er damit doch hatte. In diesem Sinne allen eine besinnliche und beschauliche „stade Zeit“!

Christine Wilkening

Funkstille

Ich erzähle Ihnen nun eine kleine Geschichte...

Es geht um zwei Menschen, Lina und Elijah. Elijah war sehr in Lina verliebt und sie war ebenfalls sehr in ihn verliebt. Nach einiger Zeit, in der sie zusammen waren, sind Elijah und Lina zusammengezogen und alles war gut. Der Alltag nahm seinen Lauf. Lina versuchte immer wieder, dass die Liebe nicht weniger wurde, doch leider funktionierte dies nicht. Elijah wurde immer unzufriedener mit sich und Lina, nichts wollte mehr so funktionieren wie es einmal war. Lina wurde ungeduldiger, da sie mehr erwartete, mehr Liebe und Zusammengehörigkeit.

Durch ihre Arbeit und ihre Freunde wuchs ihr Selbstbewusstsein. Die Beziehung zu Elijah tat ihr nicht mehr gut. Sie merkte, dass sie an etwas festhielt, was nicht mehr da war. Elijah und Lina redeten miteinander und beendeten ihre Beziehung. Lina wollte einen Neuanfang nach dieser langen Zeit. Sie sperrte alle Nummern von Elijah und wollte nie wieder Kontakt

zu ihm. Für sie war es schwer ihn zu sehen, sie hatte das Gefühl, dass er an der Beziehung festhielt. Elijah wollte weiterhin Kontakt, er schrieb Lina sogar Briefe. Lina versuchte erst nett ihn abzuweisen, sie sagte, dass sie keinen Kontakt möchte. Irgendwann ignorierte sie Elijah. Bei Lina ging dieses Gefühl von Schwäche nicht mehr weg. Es nagte regelrecht an ihr. Ihr wurde klar, um abschließen zu können muss sie dieses ungute Gefühl überwinden um Elijah wieder als Mensch sehen zu können. Bei einer zufälligen Begegnung fasste sie all ihren Mut zusammen und ging auf Elijah zu, um Hallo zu sagen. Seitdem konnten Lina und Elijah nach vorne schauen und es wurde von einer unschönen Beziehung wieder eine normale Bekanntschaft.

Es braucht immer Mut eine Funkstille zu beenden, aber wenn man es wagt, findet man vielleicht etwas Neues, das einem gut tut.

Pia Glasow

Still(e)zeit

Es ist zäh für mich, ich muss aus dem Fenster schauen und nichts tun. Mein Handy liegt irgendwo, ich habe es nicht mehr geschafft, es zu holen. Ein Buch habe ich auch nicht zur Hand. Ich komme an beides gerade nicht heran. 10-20 Minuten die eine Brust, dann das gleiche an der anderen. Es zieht sich, ich langweile mich. Stillen muss gelernt sein. Sowohl die Mutter als auch das Kind „kommt zur Ruhe“, „wird beruhigt“, „verstummt“ und – der genauen Bedeutung nach – „wird zum Schweigen gebracht“. Aller Anfang ist schwer.

Stillen ist keine natürliche Sache, meiner Meinung nach. Die Anlage ist da und das Kind zeigt den Saugreflex. Aber bis alles funktioniert kann es Wochen dauern. Eine lange Zeit, in der ich gelernt habe, einfach nur dazusitzen, die Gedanken schweifen zu lassen und die Stille und Ruhe zuzulassen.

Man muss sich selbst also auch stillen. Sich herausnehmen aus trubeligen Situationen, in denen man das Kind nicht gut anlegen kann, weil es zu laut ist oder zu viele Menschen um einen herum sind. Das ist nicht einfach, denn man ist es gewohnt, alles mitzubekommen, dabei zu sein und nichts zu verpassen. Auf den Gruppenfotos auf der Hochzeit meines Cousins feh-

le ich. Von dem Witz, der in der Küche erzählt wurde, hörte ich nur das Lachen. Da war ich wohl gerade stillen. Es ist egal.

Mein Kind bringt mich dazu loszulassen. Nur für ihn da zu sein. Jetzt, da das zweite Kind unterwegs ist, wird es anders werden. Der Erstgeborene wird das Stillen auf eine andere Art und Weise lernen müssen. Es wird nicht einfach für ihn sein, zu warten und geduldig zu sein, bis ich seine Schwester fertig gestillt habe. Inzwischen bin ich dankbar dafür, dass mich mein Kind so entschleunigt hat. Ich kann besser im Moment leben und Dinge wie das Handy oder aufschiebbar Erledigungen sind nebensächlich geworden.

Wenn ich mich dabei erwische, wie ich Stress aufbaue, denke ich, dass mir nichts davonläuft und ich alles irgendwann machen kann. Entspannung ist ein Privileg, dass man sich selbst verleihen kann und ein Weg zur Zufriedenheit. Man muss nicht gleich mit Mediationsübungen starten. Einfach mal nur zum Fenster heraus schauen und sich langweilen kann total entspannen.

Simone Grabinski

- So, 24.11. Ewigkeitssonntag**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst mit Totengedenken, Pfr. B. Reichert
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst mit Totengedenken, Pfr. W. Ziermann
- So, 01.12. 1. Advent**
 10.00 Uhr FK, Pfr. W. Ziermann & Pfr. B. Reichert, Einführung KV, ☪☪☪☪☪☪
- So, 08.12. 2. Advent**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
- So, 15.12. 3. Advent**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
 10.30 Uhr DBH, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann ☪☪☪☪☪☪
 19.00 Uhr Gemeindehaus FK, Taizé Andacht, Präd. J. Kindereit & Team
- So, 22.12. 4. Advent**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit
- Di, 24.12. Heilig Abend**
 15.00 Uhr MK, Familiengottesdienst, Pfarrer Reichert & Team
 15.00 Uhr FK, Familiengottesdienst, Diak. P. Beier & Team
 16.30 Uhr MK, Christvesper, Pfr. B. Reichert
 16.30 Uhr FK, Christvesper, Pfr. W. Ziermann
 16.30 Uhr DBH, Familiengottesdienst, Diak. P. Beier & Team
 18.00 Uhr MK, Christvesper, Pfr. B. Reichert
 18.00 Uhr FK, Christvesper, Pfr. W. Ziermann
- Mi, 25.12. 1. Weihnachtsfeiertag**
 10.00 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert ☪☪☪☪☪☪
- Do, 26.12. 2. Weihnachtsfeiertag**
 10.00 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann ☪☪☪☪☪☪
- Di, 31.12. Altjahresabend/ Silvester**
 17.00 Uhr St. Stefan, ökum. Jahresschlussgottesdienst,
 Pfr. B. Reichert & Pf. M. Zurl ☪☪
- Mi, 01.01. Neujahrstag**
 17.00 Uhr FK, Gottesdienst zur Jahreslosung, Pfr. W. Ziermann,
 Einladung an die Waldkirche ☪☪
- So, 05.01. 10.10 Uhr Waldkirche, Gottesdienst, Einladung in die Waldkirche**
- Mo, 06.01. Epiphania**
 10.00 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. Schärf, Einladung an die Waldkirche ☪☪
- So, 12.01. 1. Sonntag nach Epiphania**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann ☪☪☪☪☪☪
- So, 19.01. 2. Sonntag nach Epiphania**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 10.30 Uhr DBH, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 19.00 Uhr Gemeindehaus FK, Taizé Andacht, Präd. J. Kindereit & Team

- Fr, 24.01. 18.00 Uhr FK, Jugendgottesdienst, Diak. P. Beier & Team**
- So, 26.01. 3. Sonntag nach Epiphania**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
- So, 02.02. 4. Sonntag nach Epiphania**
 10.00 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert ☪☪☪☪☪☪
- So, 09.02. Letzter Sonntag nach Epiphania**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit
- So, 16.02. Septuagesimae**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
 10.30 Uhr DBH, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
 19.00 Uhr Gemeindehaus FK, Taizé Andacht, Präd. J. Kindereit & Team
- So, 23.02. Sexagesimae**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert ☪☪☪☪☪☪
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
- So, 02.03. Estomihi**
 10.00 Uhr MK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit ☪☪
- Fr, 07.03. 18.00 Uhr St. Stefan, Weltgebetstag, Team ☪☪**
- So, 09.03. Invocavit**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann ☪☪☪☪☪☪
- So, 16.03. Reminiszere**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 10.30 Uhr DBH, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 19.00 Uhr Gemeindehaus FK, Taizé Andacht, Präd. J. Kindereit & Team
- So, 23.03. Okuli**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert ☪☪☪☪☪☪
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann ☪☪☪☪☪☪
- Fr, 28.03. 15.00 Uhr FK, Frühlingsgottesdienst, Pfr. W. Zierman & Team**
- So, 30.03. Laetare**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit
 10.30 Uhr FK, Gottesdienst, Präd. J. Kindereit
- So, 06.04. Judika**
 10.00 Uhr FK, Gottesdienst, Pfr. W. Ziermann ☪☪☪☪☪☪
- Fr, 11.04. 18.00 Uhr FK, Jugendgottesdienst, Diak. P. Beier & Team**
- So, 13.04. Palmsonntag**
 09.30 Uhr MK, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 10.30 Uhr DBH, Gottesdienst, Pfr. B. Reichert
 19.00 Uhr Gemeindehaus FK, Taizé Andacht, Präd. J. Kindereit & Team

Die aktuellsten Informationen finden Sie unter www.graefelfing-evangelisch.de & im Info

Wir freuen uns sehr über ein vielfältiges Angebot, und danken den Verantwortlichen für ihren Einsatz. Gottes reichen Segen für die jeweiligen Veranstaltungen.

Natürlich gibt es auch immer wieder Raum und Zeit für neue Ideen. Wenden Sie sich mit Ihren Ideen gerne an das Pfarramt.

Für Jugendliche

Zu den aktuellen Aktivitäten der Evangelischen Jugend lesen Sie bitte die Seite 22 in diesem Gemeindebrief.

Für Erwachsene

- **Bibel teilen**, Pfarrer Ziermann, 852 290 & Andreas Schöler, andreas.schoeler@online.de, jeweils um 19.30 Uhr im Gemeindehaus Friedenskirche, die nächsten Termine: 28.11., 23.01., 27.02., 27.03. (siehe auch auf unserer Homepage)
- **Buchcafé**, Frau Kretzschmar, 898 102 5, jeden 3. Donnerstag im Monat um 19:00 Uhr im Gemeindehaus der Friedenskirche
- **Gesellige Seniorentreff**, Frau Heizer, 859 525 0, jeden 3. Donnerstag um 14.30 Uhr im DBH in Martinsried, am 21.11., 19.12., 16.01., 20.02., 20.03.
- **Männerstammtisch**, Herr Becker, 895 906 41, jeden 1. Donnerstag um 20:00 Uhr im DBH in Martinsried
- **Frauenstammtisch**, Frau Volk & Frau Assmann, 0157 718 707 17, jeden letzten Donnerstag um 20:00 Uhr im DBH in Martinsried
- **Malgruppe**, Frau Manus, 854 596 1, jeden Dienstag um 15:00 Uhr im Gemeindehaus der Michaelskirche
- **Frauenkreis/Seniorenkontakte**, 089 859 511 1 Lore Becker, jeden 2. Donnerstag um 15:00 Uhr im Gemeindehaus der Michaelskirche. Die nächsten Termine: 12.12., 09.01., 13.02., 13.03., 10.04.

Bei Kaffee, Kuchen und einem Vortrag zu verschiedenen interessanten Themen. Dafür bitten wir um eine Spende von € 5. Zur Erleichterung der Organisation - z.B. Tisch decken -, bitte ich um eine kurze Nachricht

Neues Leben – Taufen

*Gott gebe dir
für jeden Sturm einen Regenbogen,
für jede Träne ein Lachen,
für jede Sorge eine Aussicht
und eine Hilfe in jeder Schwierigkeit.
Für jedes Problem, das das Leben schickt,
einen Freund, es zu teilen.*

Vollendetes Leben – Bestattung

*Nur mehr ein Bild von dir
ist äußerlich in unserer Mitte sichtbar.
Und dennoch bist du da,
ganz warm in unserer Mitte,
ganz tief in meinem Herzen.
Marianne Pichlmann*

Kirchenvorstandswahl 2024 – so wurde gewählt!

Am 20. Oktober waren bayernweit knapp 2 Millionen wahlberechtigte evangelische Christen zur Wahl über die neue Zusammensetzung der Kirchenvorstände aufgerufen. In unserer eigenen Kirchengemeinde lag die Wahlbeteiligung mit 20,1 Prozent zwar etwas niedriger als beim letzten Mal (2018: 22,2 Prozent), war aber immer noch vergleichsweise hoch. Insgesamt gaben 419 Gemeindemitglieder ihre Stimme ab, davon 376 per Briefwahl. Die Entscheidung, wieder an alle Wahlberechtigten die Briefwahlunterlagen zu versenden, hat sich also erneut in großem Maße (89,5 Prozent per Briefwahl) gelohnt.

Folgende 8 Frauen und Männer wurden in den neuen Kirchenvorstand gewählt (in alphabetischer Reihenfolge):

Rebecca Baur	Regina Gräfin zu Ortenburg
Philine Fesl	Andreas Schöler
Simone Grabinski	Mirjam Strauß-Paris
Dr. Bernhard Müller	Christine Wilkening

Die Entscheidung über die beiden noch zu berufenden Mitglieder des Kirchenvorstandes kann erst nach Ablauf der Frist zur Wahlanfechtung, die am 03. November endet, gefällt werden.

Im Gottesdienst in der Gräfelfinger Friedenskirche werden am 1. Adventssonntag, dem 1. Dezember 2024 um 10 Uhr, die Mitglieder des neuen Kirchenvorstandes mit den Ersatzpersonen in ihren Dienst eingeführt und die ausscheidenden Kirchenvorsteherinnen und Kirchenvorsteher verabschiedet. Dazu laden wir heute schon herzlich ein und danken allen Wählerinnen und Wählern, die mit ihrer Stimmabgabe auch die Wertschätzung für die Arbeit des Kirchenvorstandes zum Ausdruck gebracht haben.

Ein herzliches Dankeschön sage ich an dieser Stelle auch allen Mithelfenden in den Wahlausschüssen – für die Unterstützung am Wahltag; ebenso den oft still im Hintergrund tätigen, aber in vielen Angelegenheiten rund um die Wahl höchst aktiv beteiligten Personen.

Und ein ganz besonderer Dank gilt meinen Mitstreitern im Vertrauensausschuss – Rebecca Baur, Eva Dittrich, Dr. Bernhard Müller, Rainer Richter, Adeline Spieleder und Mirjam Strauß-Paris – für die sorgfältige und engagierte Vorbereitung und Durchführung der Wahl. Ein Einsatz, der über Monate hinweg doch so einiges an Zeit und Kraft in Anspruch genommen hat.

*Pfarrer Walter Ziermann
Vorsitzender des Vertrauensausschusses*



Biblisches Plätzchenbacken

In der Bibel sind verschiedenste Arten von Kuchen, meist aus Weizen- oder Gerstemehl, belegt, wobei die genaue Art ihrer Herstellung und Zusammensetzung nicht näher beschrieben werden.

Die Voraussetzungen für Feingebäck (Zucker, Butter etc.) fehlten, deshalb ist die moderne Unterscheidung von Kuchen und Brot in der Regel schwierig. Die meisten Kuchen waren ohne Sauerteig hergestellt und zum sofortigen Genuss bestimmt.

Über Weihnachtskekse- bzw. plätzchen lässt sich nichts direkt finden. Anderes Gebäck gab es erst sehr viel später. Spekulatius – ab dem 18. Jahrhundert, Printen (ca. 1820) oder Christstollen – erstmalig 1329 – gab es erst sehr viel später. Lebkuchen bzw. Honigkuchen gab es aber bereits seit ca. 350 v.Chr.

Hier kommt jetzt ein Rezept für ganz besondere Bibelkekse, dafür wird auf alle Fälle eine Bibel benötigt:

500 Gramm 2. Könige 4, 41

1 x Lukas 11,12

125 gr. Zucker (wird in der Bibel nicht wörtlich erwähnt)

eine Prise Matth. 5,13

zwei Päckchen Vanillezucker

150 gr. Sprüche 30, 33.

Zubereitung:

2. Könige 4, 41 auf ein Apostelgeschichte 27, 44 geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Dazu ein Lukas 11, 12 mit Zucker, einer Prise Matthäus 5, 13 und Vanillezucker verrühren. Sprüche 30, 33 auf dem Rand verteilen und dann von außen nach innen kneten. Eine halbe Stunde zugedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen. Danach den Teig flachdrücken, ausrollen und beliebig ausstechen.

Die Kekse müssen ca. 15 Minuten bei 180 Grad Ober-/ Unterhitze in den Backofen.

Du kannst die Kekse dann natürlich auch noch so verzieren, wie du es möchtest.
Guten Appetit.

Jürgen Kindereit

Interview mit dem Nikolaus

Da sitzen sie nun, die beiden mit dem bekannten Namen Nikolaus. Naja, eigentlich hatte ich da nur eine Person erwartet, als ich den Brief in die Himmelstadt absandte. Es kamen aber zwei, Nikalaue – man kann doch nicht Nikoläuse schreiben, obwohl mein Rechtschreibprogramm sowas vorschlägt. Und so kommt man natürlich gleich zur ersten Frage. Warum gibt es den Nikolaus zweimal?

Der etwas Ältere antwortet gleich: „Ich lebte im 3. Jahrhundert nach Christi Geburt. Man hatte mich in der Kirche als Bischof gewählt und dann auch eingesegnet. So kam mir die Aufgabe zu, alle meine Gemeindeglieder zu beraten und in ihrem Leben zu unterstützen.“

Der zweite meldet sich da auch gleich zu Wort: „Auch wenn ich etwa dreihundert Jahre später mein Leben auf der Erde führen durfte, so war die Gegend und die mir zugefallene Aufgabe doch die Gleiche. Daher wundert es eigentlich nicht, dass wir beide Dinge unternommen haben, die im Gedächtnis der Menschen verankert geblieben sind.“

Frage ich gleich mal, was das denn so für Geschichten wären?

Nun ist es der Jüngere, der als erstes antwortet: „Neben den wunderbaren Geschichten, die im Laufe der Zeiten von den Menschen immer weiter erzählt wurden, wie die Rettung von Seeleuten – daher unsere Verwendung



als Schutzpatron für Seefahrer oder den Goldstücken, des nächtens durch Fenster geworfen – damit drei Töchter eines armen Mannes nicht unanständig verkauft werden mussten, was nun zu den Geschenken an Kinder geführt hat, so ist vor allem unsere Verbindung zu Jesus und seiner unbändigen Liebe an seine Mitmenschen, die uns hingerissen hat – Gutes zu tun.“, wendet er sich auch gleich an den Älteren, der beherzt zu den Worten nickte. „Nicht wahr?“ Dieser antwortet sofort: „Ja, das ist wahr – und wir haben ja auch den Ärger bekommen, weil wir auch Dinge aus der Kirche verscherbelt haben, damit wir Gutes tun können. Aber ich dachte immer, wenn Gott die ganze Erde und Alles, was darauf ist, an die Menschen verschenkt hat, warum dann nicht Teile davon nehmen und in was Hilfreiches verwandeln.“

„So kommt es ja“, melde ich mich wieder zu Wort, „dass etwa 6 hundert Jahre

später dieser gesammelten Geschichten gedacht und der 6. Dezember als Gedächtnistag mit Verschenken von Nützlichem Tradition geworden ist. Das blieb dann auch so bis etwa Anfang des 16. Jahrhunderts – da sorgte der Reformator Luther mit seiner kritischen Haltung gegenüber der katholischen Heiligenverehrung dafür, dass ihr in den Hintergrund gedrängt worden seid, oder?“

Nun wieder der Ältere: „Ja, das ist so schon richtig erkannt. Auch wenn selbst so eine lieb gewonnene Tradition nicht einfach beendet wird, so hat das doch dazu geführt, dass viele Menschen wieder zur eigentlichen Verehrung, nämlich von Jesus, zurückgefunden haben. Ich denke, dass lange Zeit dann wieder das für´s Leben nützliche Schenken aus Liebe und Hingabe gewonnen hat.“ Nun fällt der Jüngere dem Älteren fast ins Wort: „Aber, mein Lieber, vergiss nicht, was später hinzukam – die pädagogische Seite. Bisweilen schäme ich mich doch, für die Kindererziehung Verwendung habe finden müssen. Ja, Kinder sollen ihre Eltern ehren – aber, dass die nun Angst vor uns entwickeln – das ist mir nicht so recht, schließlich hat Jesus selbst Kinder immer mit besonderer Aufmerksamkeit bedacht – und nicht danach gefragt, ob diese gerade den Abwasch oder so was gemacht haben.“

Da, plötzlich klingelt es an der Tür. Wir

sehen uns fragend an – wer kann denn nun das noch sein? – Ok – ich gehe an die Tür und öffne. Steht da noch ein etwas dickerer netter Mann mit roter Zipfelmütze und gleichfarbigem Mantel vor mir. Auf mein fragendes Gesicht und dem leisen Gelächter der Nikolause antwortet der Neuling: „Santa Claus, angenehm – manche nennen mich auch Weihnachtsmann. Ich sollte doch auch hier sein, oder?“

Was sollte ich nun sagen? – Diese Figur hat zwar mit Nikolaus auch etwas zu tun, aber eigentlich eher wie wenn man an einer weißen Wand angelehnt plötzlich auch einen weißen Streifen auf der Kleidung hat.

„Laß ihn trotzdem rein.“ melden sich die beiden Bischöfe. „Er hat zwar einen anderen Hintergrund und wurde im vergangenen Jahrhundert auch ganz schön für den Kommerz missbraucht, aber mit seiner Art hilft er auch, dass Kinder nicht vergessen, dass es mehr im Leben gibt, als das, was man gerade vor Augen hat. Ja, wie wichtig gegenseitiger Respekt und das Miteinander ist – auch dafür kann er eine Werbung sein.“ Ich finde, das ist ein gutes Schlusswort – auch wenn wir noch eine Weile da saßen und das heiße Teegetränk und Spekulatius und Lebkuchen genießen – und so manche Geschichte durch die Luft geworfen haben. „Ho, ho – vergesst das Lachen nicht und die geputzten Schuhe. Bald ist Weihnachten.“

Andreas Schöler

Ein Sommer voller Erinnerungen!



Weißer Zelte, Sonnenschein, Badespaß und viel Programm! Auch in diesem Sommer sind wir mit 15 Kindern auf das bekannte Kinderzeltlager Lindenbichl im Staffelsee gefahren. Zehn ganze Tage wurden gemeinsam auf der Halbinsel verbracht und hinterließen viele schöne Erinnerungen und die Vorfreude auf die kommenden Jahre.

Nach dem Zeltlager und der anschließenden Sommerpause traf sich die EJ jetzt wieder zum Erstellen einer Jahresplanung und um sich bei verschiedenen Themen abzustimmen.

Neben der Beteiligung bei verschiedenen Aktionen, wie dem Kinderbibeltag oder der Familienaktion „Mutig“, wurde auch die Neueröffnung eines Jugendtreffs besprochen. Dieser soll im Oktober starten und Jugendlichen die

Möglichkeit bieten verschiedene Aktionen zu erleben und einen Ort zu haben, an dem Sie mit Freunden und anderen Menschen Zeit verbringen können.

Auch die Neubildung des Jugendausschusses, dem wichtigsten Gremium für die Jugendarbeit in der Gemeinde, wurde besprochen. Hierzu sollen in den kommenden Monaten Kandidat:innen gesucht werden. Eine Wahl, an der alle Jugendlichen der Gemeinde teilnehmen dürfen, soll dann im Januar stattfinden.

Wenn Du bei unserer Evangelischen Jugend dabei sein möchtest, komm doch gerne zu unserem nächsten Mitarbeiterkreis am 14.11. um 18 Uhr ins Gemeindehaus der Friedenskirche.

Ihr Diakon Peter Beier

Weltgebetstag

Cookinseln

7. März 2025



**18 Uhr
St. Stefan**

wunderbar geschaffen!

Rückblick Erntedankfest / Gemeindefest

Traditionell feiern wir mit allen Gemeindegliedern das Gemeindefest am Erntedanksonntag. Das war auch 2024 der Fall und viele Gemeindeglieder hatten sich aufgemacht – auch ein Gemeindeglied, das im Laufe des Gottesdienstes überhaupt erst so richtig Gemeindeglied wurde (eine Taufe). Erstaunlicherweise hatte nach mehreren kühlen Tagen endlich auch die Sonne die Freundlichkeit gutes Wetter zu machen. Ein wirklich gelungener Tag.



Andreas Schöler



Wenn Engel reisen...

...lacht der Himmel...und genauso war es. Bei warmer Herbstsonne und strahlendem Blau karrte uns vergnügte kleine Reisegesellschaft ein ausgesprochen kompetenter Chauffeur quer durch München in den Landkreis Rosenheim nach Wasserburg. Dort, in zwei Gruppen aufgeteilt, begannen wir zunächst mit einer ca. 90- minütigen Führung durch dieses pittoreske Städtchen, dessen älterer Teil auf einer vom Inn fast vollständig umflossenen Halbinsel liegt und welche bereits im ausgehenden Mittelalter durch Innschiffahrt und Salzhandel zu Reichtum und Ansehen gelangte.

Zu Fuss ein kurzes Stück am Fluss entlang spazierten wir unter der Leitung einer sehr fachkundigen Stadtführerin bis zur Roten Brücke, dann weiter durch das Brucktor ins Zentrum mit wunderschönen historischen Arkaden, Rathaus, Museum, Frauenkirche mit Stadtturm, Kernhaus und weiteren Sehenswürdigkeiten. Uns zu Ehren spielte die dortige Stadtkapelle sogar ein Ständchen. Nach einem leckeren Mittagessen in einem gemütlichen Gasthof mit Blick auf den Inn brachen wir weiter auf nach Rabenden.

Die dortige Kirchenpflegerin erläuterte uns die geschichtliche Entstehung der kleinen Kapelle St. Jakobus samt den Bildhauerarbeiten des Meisters von Rabenden. Anschliessend fuhren wir weiter nach Kloster Seeon, wo Pfarrer Bernd Reichert eine kurze Andacht mit abschließendem Vaterunser hielt. Zu guter letzt genossen wir bei Kaffee und Kuchen den beginnenden Sonnenuntergang mit herrlichem Blick auf die Klostertürme und ließen so einen erlebnisreichen Tag ausklingen. Fazit: Für mich ein wunderschöner erlebnisreicher Oktobersamstag, viel Sehenswertes, Geschichtliches, anregende Gespräche und interessante Begegnungen.

Christine Wilkening

Dein Weihnachtselfchen

Weihnachtskarten basteln macht Spaß und jeder freut sich über eine selbstgemachte Karte. Aber was schreibt man in eine Karte rein? Du könntest schreiben: „Fröhliche Weihnachten!“ oder „Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!“ Eine andere Möglichkeit wäre ein Elfchen. Vielleicht hast du schon einmal davon gehört. Ich meine kein Elfchen, das dem Weihnachtsmann oder dem Christkind hilft. Sondern ein Gedicht. Bestimmt macht so ein Gedicht in deiner Weihnachtskarte ganz schön viel her. Und so schwer ist es nicht, ich zeige es dir hier:

**Weihnachtszeit
duftende Lebkuchen
klingende Glöckchen überall
zusammen mit meiner Familie
Freude**

Zähle die Wörter! Na? Genau! Elf Wörter sind es. Daher heißt das Gedicht „Elfchen“. In die erste Zeile schreibst du 1 Wort, dann kommen 2 Wörter, dann 3, dann 4. Und zum Schluss wieder 1 Wort!

15 passende Wörter zur Adventszeit sind im Suchsel versteckt, die dir bei deinem Elfchen helfen können.

P	l	ä	t	z	c	h	e	n	L	g	W	s	Z	N	m
n	H	C	K	J	o	s	e	f	k	A	W	T	w	q	j
S	t	a	l	l	P	K	J	a	O	d	L	o	W	z	G
K	F	N	F	x	R	Y	M	K	U	v	J	x	m	W	f
L	e	b	k	u	c	h	e	n	O	e	Z	i	T	j	T
H	X	L	S	t	e	r	n	l	C	n	u	p	W	P	f
x	N	i	k	o	l	a	u	s	B	t	c	w	B	p	K
G	e	s	c	h	e	n	k	P	A	s	k	X	w	Z	i
R	e	n	t	i	e	r	g	M	U	k	e	v	O	P	r
o	V	q	Z	S	W	N	z	a	e	a	r	R	e	R	c
g	m	O	b	A	K	c	w	r	v	l	s	K	D	j	h
k	R	c	z	C	o	o	Y	i	O	e	t	r	Z	o	e
O	Z	h	f	l	C	A	X	a	X	n	a	i	v	p	H
s	l	s	M	q	m	n	s	B	z	d	n	p	F	x	q
G	z	e	Z	n	Q	j	M	m	u	e	g	p	A	J	A
q	z	P	s	i	n	g	e	n	E	r	e	e	r	F	H

Viel Spaß beim Dichten!
Simone Grabinski

Bericht der Arbeitsgruppe Schutzkonzept

Die Arbeitsgruppe Schutzkonzept hat sich nach der Veröffentlichung der ForuM-Studie (25.01.2024) gebildet und ist damit vertraut, ein Schutzkonzept zur Prävention sexualisierter Gewalt in der Kirchengemeinde zu formulieren. Sie setzt sich aus ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitenden der Kirchengemeinde zusammen.

Die Arbeitsgruppe hat sich seit dem Frühjahr 2024 wiederholt getroffen und verschiedene Aspekte, die bei der Erstellung des Schutzkonzeptes berücksichtigt werden müssen, besprochen. Im nächsten Schritt wird eine Risiko- und Potentialanalyse mit Einbezug verschiedener Gruppierungen in der Kirchengemeinde durchgeführt. Dadurch werden wichtige Erkenntnisse gewonnen, die ausschlaggebend für die weitere Erstellung des Schutzkonzeptes sind.

Für Rückfragen zur Arbeitsgruppe oder zum Schutzkonzept wenden Sie sich bitte an Pfarrer Bernd Reichert oder Diakon Peter Beier.

Im Auftrag der AG Schutzkonzept
Peter Beier

Die Kirchengemeinde freut sich über 34 neue Konfirmandinnen und Konfirmanden, die am 17. und 18. Mai 2025 ihre Konfirmation feiern werden. Bis dahin nehmen sie an zwei Kursen an der Michaelskirche und Friedenskirche teil. Dabei erfahren sie die Basics des christlichen Glaubens und machen sich eigenen Gedanken, was er für das Leben bedeuten kann.

Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Gräfelfing

Gräfelfing, Lochham, Planegg-Ost und Martinsried

www.graefelfing-evangelisch.de

Friedenskirche, Planegger Str. 16, 82166 Gräfelfing

Bürozeiten Pfarramtssekretärin Romana Weixler Di, Do, Fr 9.00-12.00

089 852290, pfarramt.graefelfing@elkb.de

Michaelskirche, Lochhamer Str. 67, 82166 Lochham

Bürozeiten Pfarramtssekretärin Romana Weixler Mi 9.00-12.00

089 852748, pfarrbuero.lochham@elkb.de

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Einsteinstraße 9, 82152 Martinsried

In diesem Gemeindehaus befindet sich kein Büro

Pfarrer Walter Ziermann, Pfarrstelle Gräfelfing

Planegger Straße 16, 82166 Gräfelfing

089 852290, pfarramt.graefelfing@elkb.de – Freier Tag Montag

Pfarrer Bernd Reichert, Pfarrstelle Lochham

Lochhamer Str. 67, 82166 Lochham

089 852748, bernd.reichert@elkb.de

Diakon Peter Beier

089 8541611, peter.beier@elkb.de

Kirchenvorstand Dr. Bernhard Müller

dr.mueller@kfm-rechtsanwaelte.de

Evangelischer Diakonieverein

Essen auf Rädern www.essen-auf-raedern-wuermtal.de

Gräfelfing, Martinsried 85673173, Planegg, Krailling, Stockdorf 80917719

Würmtaltisch www.wuermtaltisch.de

Evangelische Telefonseelsorge – gebührenfrei 0800 1110111

Bankverbindung der Kirchengemeinde

Spendenkonto IBAN DE89 7025 0150 0022 3687 81, BIC BYLADEM1KMS