

**Grundsätzlich gilt:** Hier finden sich Vorschläge zur Gestaltung für eine Zeit der Stille. Thematisch in aller Weite ausgerichtet auf Weihnachten hin. Manche Impulse sind innerlich aufeinander aufgebaut. Sie können von einer Stunde zu einem ganzen Tag oder auch länger ausgedehnt werden. Am besten man sucht sich einen ruhigen Ort, es kann auch eine Kirche oder Kapelle sein, bestimmt öffnet ein Pfarrer, eine Pfarrerin gern dafür die Pforte.

Wir wünschen reich gesegnete Stunden in der Nähe Gottes auf dem Weg zur Krippe.  
Jesus ist geboren – das ist DIE Nachricht des Weihnachtsfestes! Und er kommt wieder.  
Lassen wir das Zentrum in der Mitte. Eure BRUNNEN-Gemeinschaft.

**WENN DU DIE GELEGENHEIT ZU EINEM FEUER (Kamin, Feuerschale, Lagerfeuer ect.) hast, dann kann dir das heute helfen – bereite es vor.  
(ansonsten wie immer:)**

**Ich zünde eine Kerze an.**

**Ich übe still zu werden:**

hier kannst du die Audio-Datei verwenden, dort wird eine Körperwahrnehmungsübung gesprochen von Dorothea Gärtner. Geh einfach mit soweit du kannst. (Es kann dir auch eine Atemübung helfen. Beobachte wie dein Atem fließt, wie er kommt und geht. Du musst daran nichts verändern. Lass einfach alle Luft raus, alles andere geschieht von alleine.)

**Ich beginne:**

im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

**Ich spreche ein Gebet:**

Gott, du bist uns nahe, bevor wir zu dir kommen.  
Du bist bei uns, bevor wir uns aufmachen zu dir.  
Sieh unsere Sehnsucht nach Glück,  
unseren Willen zum Guten und unser Versagen.  
Erbarme dich unser. Fülle uns mit deinem Leben. Amen (katholisches Messbuch)

**Hirtenbetrachtung:**

Die Hirten sind tatsächlich die ersten, die von Jesus nach seiner Geburt gehört haben. Durch die unterschiedlichsten Krippenspiele haben wir ein Bild von den Hirten in uns. Geh für dich innerlich in so einen Hirtenalltag hinein, entlang der Beschreibung unten. Setze dich dazu „in echt“ oder in Gedanken an ein Feuer:

- Du hütest Herden (ob nun Schafe, Ziegen, vielleicht auch Kühe), die gar nicht dir gehören.
- Du bist Tag und Nacht im Freien.
- Du hast nicht wirklich freundliche Arbeitszeiten.

- Du hast kein Handy mit dem du dir die Langeweile vertreiben kannst, sitzt also viel einfach nur rum.
- Du hast wirklich nicht viel Schulbildung, kennst vieles nur vom Hörensagen.
- Du bist mit rauen Kerlen zusammen, und bist vermutlich äußerlich auch so einer. (so eine ;)
- Solltest du mal ein Tier verloren haben, musst du es ersetzen, darum zählst du als Hirte auch zweimal täglich die Tiere.
- Es gibt wirklich Löwen und Bären, und die haben Hunger ... wenn der Bär vor dir steht ist er vermutlich so groß wie du.
- Dafür hast du eine Keule und einen Stab, um sie zu vertreiben, zur Not gibt es auch noch eine Steinschleuder in deiner Tasche.
- Du musst schauen, dass du für die Tiere genügend Grünes findest, damit es ihnen gut geht, sie brauchen auch Wasser. Du bist für sie verantwortlich
- Du giltst unter der restlichen Bevölkerung als Betrüger, Schurke ... - du wirst gemieden.

**Ich nehme wahr**, was sich von den Szenen bei den Krippenspielen unterscheidet.

ich spüre den rauen Alltag: heiß, kalt, dreckig, grob, gefährlich, ungerecht, hoffnungslos, arm ...

### **Ich lese mir den Text (laut) vor:**

Lukas 2, 8-20 (dieser Text begleitet durch die nächsten Impulse)

8 In der Umgebung von Betlehem waren Hirten, die ´mit ihrer Herde` draußen auf dem Feld lebten. Als sie in jener Nacht bei ihren Tieren Wache hielten, 9 stand auf einmal ein Engel des Herrn vor ihnen, und die Herrlichkeit des Herrn umgab sie mit ihrem Glanz. Sie erschrecken sehr, 10 aber der Engel sagte zu ihnen: »Ihr braucht euch nicht zu fürchten! Ich bringe euch eine gute Nachricht, über die im ganzen Volk große Freude herrschen wird. 11 Heute ist euch in der Stadt Davids ein Retter geboren worden; es ist der Messias, der Herr. 12 An folgendem Zeichen werdet ihr das Kind erkennen: Es ist in Windeln gewickelt und liegt in einer Futterkrippe.« 13 Mit einem Mal waren bei dem Engel große Scharen des himmlischen Heeres; sie priesen Gott und riefen: 14 »Ehre und Herrlichkeit Gott in der Höhe, und Frieden auf der Erde für die Menschen, auf denen sein Wohlgefallen ruht.« 15 Daraufhin kehrten die Engel in den Himmel zurück. Da sagten die Hirten zueinander: »Kommt, wir gehen nach Betlehem! Wir wollen sehen, was dort geschehen ist und was der Herr uns verkünden ließ.« 16 Sie machten sich auf den Weg, so schnell sie konnten, und fanden Maria und Josef und ´bei ihnen` das Kind, das in der Futterkrippe lag. 17 Nachdem sie es gesehen hatten, erzählten sie ´überall`, was ihnen über dieses Kind gesagt worden war. 18 Und alle, mit denen die Hirten sprachen, staunten über das, was ihnen da berichtet wurde. 19 Maria aber prägte sich alle diese Dinge ein und dachte immer wieder darüber nach. 20 Die Hirten kehrten zu ihrer Herde zurück. Sie rühmten und priesen Gott für alles, was sie gehört und gesehen hatten; es war alles so gewesen, wie der Engel es ihnen gesagt hatte.

### ZUM TEXT (V.8 u. 9):

„Lichtgestalten“ sind bekannt zur Zeit um Geburt Jesu (vgl. Lk 2,1)  
z.B. Augustus, der römische Kaiser, König David.  
Auch Luzifer, der Engel des Lichts, leuchtet und blendet.

V8: auf freiem Feld, ... und hielten nachts Wache über ihrer Herde  
„der Ort der Pflicht, so einfach er auch sein mag, ist der Ort der Offenbarung Gottes“

V9: die Herrlichkeit des Herrn umleuchtete sie.  
Gottes Wirklichkeit wird sichtbar.  
Sie ist immer da, nur wir sehen sie nicht.

Der Engel des Herrn, das ist der Herr persönlich,  
er spricht, er offenbart, er schließt für diese Typen den Himmel auf.

Ich bin würdig, dass Gott mit mir spricht, sich mir ankündigt, sich mir naht.  
Ich muss nichts leisten

Hier verweile ich, nehme wahr, was mich bewegt, was sich in mir regt.

Darüber komme ich im Anschluss mit Jesus ins Gespräch.  
Dann werde ich still und höre auf IHN. Ich muss nichts tun nur bei ihm sein.

Ich notiere was für mich wichtig war:

Ich komme zum Schluss in Dankbarkeit und fasse für mich zusammen,  
was ich erlebt habe, ohne zu werten.

Das Leben ist nicht ein Frommsein, sondern ein Frommwerden, nicht eine Gesundheit, sondern ein Gesundwerden, nicht ein Sein, sondern ein Werden, nicht eine Ruhe, sondern eine Übung. Wir sind`s noch nicht, wir werden`s aber. Es ist noch nicht getan oder geschehen, es ist aber im Gang und im Schwang. Es ist nicht das Ende, es ist aber der Weg. Es glüht und glänzt noch nicht alles, es reinigt sich aber alles. (Martin Luther)