

**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.

**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:**

Ich sitze vor dir, Gott, aufrecht und entspannt.  
In diesem Augenblick lasse ich alle meine Pläne, Sorgen und Ängste los. Ich lege sie in deine Hände.  
Herr, ich warte auf dich. Du kommst auf mich zu.  
Du bist in mir, durchflutest mich mit deinem Geist.  
Du bist der Grund meines Seins. Öffne mich für deine Gegenwart,  
damit ich immer tiefer erfahre, wer du bist und was du von mir willst. Amen.  
(nach Dag Hammarskjöld)

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

Lukas 2, 8-20

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: Der Glaube der Hirten:

V 15: Wir wollen doch nach Bethlehem hinübergehen und die Sache sehen, die da geschehen ist und die der Herr uns kundgetan hat.

Nicht nur für wahr halten,  
nicht nur staunen,  
nicht nur hören und in Zusammenhang bringen  
nicht nur zur Kenntnis nehmen  
nichts anderes ist gerade dringlicher oder wichtiger - Keine Ausreden

LOS GEHEN UND DIE SACHE SEHEN, DIE DA GESCHEHEN IST, DIE DER HERR KUNDGETAN HAT

- Setze deine Art, Glauben zu leben damit in Beziehung:  
Wie gehe ich mit Bibelworten um?
- Wie geht es mir mit Gottes Wahrheiten?
- Wann habe ich das letzte Mal so einfach und doch wirkungsvoll auf Ansagen Gottes reagiert?
- Was möchte ich für die Zukunft modifizieren, was ist dran, zu verändern?  
Frage Jesus, höre, was er dazu meint.  
Notiere es.

Ganz nebenbei sind die Hirten die ersten, die Jesus anbeten!

Solche Menschen sind würdig Jesus anzubeten

UND: sie tun es.

Auch du bist würdig, ihn anzubeten, und er ist würdig angebetet zu werden

TU ES.

Mit deinen Worten, mit deiner Art.

Wenn du innerlich so vor der Krippe kniest, vor dem Kind, was sagt dein Herz,

lasse deinen Geist loben, und anbeten. Zensiere nicht mit dem Verstand.

Bringe DEINE Anbetung zum Ausdruck

### ZUM TEXT:

Nochmal: im Stall ist es bis zur Stunde dunkel. Lass dich nicht täuschen von all den in deinem Kopf abgespeicherten Krippenszenen.

Maria und Josef sitzen, liegen oder stehen da im Dunkeln. Keine Straßenbeleuchtung ...  
ein Öllämpchen vielleicht, also maximal dämmerig.

Und dann kommen die Hirten, wollen ja erstmal nur gucken. Sind froh, dass sie das gefunden haben, wonach sie suchten: DAS KIND in WINDELN in eine KRIPPE gelegt.

Die Reaktion der Hirten auf die Worte des Engels, war für die beiden Erwachsenen dort in Bethlehem sehr wichtig. Besonders für Maria, so wird es erwähnt.

Es ist für sie wie ein déjà-vue aus Lukas 1.

Da war ein Engel und es ist doch tatsächlich so, wie er es gesagt hat. – schau nochmal nach im ersten Kapitel.

Das tröstet, ermutigt, so kurz nach der Geburt.

Und Josef, dem tat es bestimmt auch gut, steht aber so gar nicht da.

Die Hirten brachten ihr den stärkenden Beweis: Gott wacht über ihr und über dem Kind.

Gott steht zu seinen Versprechen. Das hat die Begegnung der Hirten bei Maria ausgelöst. Und diese Wahrheit hat sie in ihrem Herzen verankert. Aufbewahrt wie einen Schatz.

- Für welche Situationen brauchst du diese Zusage: Gott steht zu seinem Versprechen?
- Zeichne sie auf – halte sie Gott hin und schreibe ein Versprechen Gottes darüber. Danke ihm, und bewahre diese Wahrheit in deinem Herzen.

#### ZUM TEXT:

V 20: und die Hirten kehrten zurück, priesen und lobten Gott über alles, was sie gehört und sehen hatten, wie es ihnen gesagt worden war.


- Wohin gingen die Hirten?  
was ist dein „zurück“, zu dem du gehen wirst?

Heute:

Während der Feiertage:

- Wie kann dort das Lob Gottes aussehen?  
Wie wird es konkret in diesem deinem „zurück“?  
Notiere

#### Ich fasse für mich zusammen:

was war in dieser Zeit der Stille? Dankbar nehme ich aus Gottes Hand, was er mir gab. Und bewahre es im 

Und höre zum Abschluss das Lied auf youtube: du bist da mein Königskind, (von Nadine Goralzyk)

