

Grundsätzlich gilt: Hier finden sich Vorschläge zur Gestaltung für eine Zeit der Stille. Thematisch in aller Weite ausgerichtet auf Weihnachten und heute auf den Jahreswechsel 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 und ins Neue Jahr.
Jesus ist geboren – das ist DIE Nachricht des Weihnachtsfestes und die Hoffnung an jedem Morgen!
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:

Mein Herr und mein Gott, nimm alles von mir, was mich hindert zu dir.

Mein Herr und mein Gott, gib alles mir, was mich führet zu dir.

Mein Herr und mein Gott, o nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen dir. Amen
(Nikolaus von der Flüe)

Am Ende des Jahres weiß ich um die Tage, die mir das Leben leicht erscheinen ließen
und um die Tage, die es mir schwer erscheinen ließen.

Im Rückblick schaue ich beides an, das Unbeschwerte und Heitere, das Bedrückende und Traurige und auch alles ganz normale, die tägliche Routine.

Ich nehme mein Tagebuch, meinen Kalender, sonstige Notizen, Sammlungen von wichtigen Bibelworten und Fotos, die über das Jahr entstanden sind.

Ich bewege mein Jahr vor Gott. – ich betrachte Monat um Monat.

Ich verweile dort, wo es mich hält, - - -

Ich nehme wahr, wo ich vorbeieilen und fliehen will.

Da gehe ich behutsam zurück an Gottes Hand, in seinem Schutz.

Alle Tage sind gewesen. Ich danke dafür und lasse mir dabei genügend Zeit.

Ich bete:

Heiliger Geist, führe du mich zu den Situationen, die ich noch einmal bedenken muss.

Zeige mir alte Schuld aus dem vergangenen Jahr auf, die mich drückt und die ich wegdrücke.

Zeige mir die Menschen, denen ich etwas schuldig geblieben bin.

Gib mir Worte für sie, und Worte für mich, um Ihnen zu begegnen oder zu schreiben.

So lasse ich mich leiten

und innerlich von IHM selbst ermahnen, im Wissen, er tut es aus Liebe und nicht aus feindseliger Kritik.

Wo nötig mache ich Notizen.

Sei sensibel im Umgang mit dir. Schuld ist nicht gleich Schuldgefühlen.

Vielleicht brauchst du auch einen Gesprächspartner, der dir hilft, das eine vom anderen zu unterscheiden.

Suche die Beichte, oder plane sie dir ein in den nächsten Wochen.

Alles was ich an sein Kreuz bringen kann, hat den richtigen Platz gefunden. Halleluja!

So gehe ich entlastet ins Neue Jahr!

Und dankbar für all das Wertvolle, das ich erleben konnte.

Ich notiere mir das, was ich heute davon nicht vergessen möchte.

Ich bleibe eine Zeitlang am Glaubensbekenntnis, das D. Bonhoeffer formulierte:

Ich glaube,

dass Gott aus allem, auch aus dem Bösesten, Gutes entstehen lassen kann und will.

Dafür braucht er Menschen, die sich alle Dinge zum Besten dienen lassen.

Ich glaube,

dass Gott uns in jeder Notlage so viel Widerstandskraft geben will, wie wir brauchen.

Aber er gibt sie nicht im Voraus, damit wir uns nicht auf uns selbst, sondern allein auf ihn verlassen.

In solchem Glauben müsste alle Angst vor der Zukunft überwunden sein.

Ich glaube,

dass auch unsere Fehler und Irrtümer nicht vergeblich sind, und dass es Gott nicht schwerer ist, mit ihnen fertig zu werden, als mit unseren vermeintlichen Guttaten.

Ich glaube,

dass Gott kein zeitloses Schicksal ist, sondern dass er auf aufrichtige Gebete und verantwortliche Taten wartet und antwortet.

Dietrich Bonhoeffer, Einige Glaubenssätze über das Walten Gottes in der Geschichte, in: Widerstand und Ergebung, Prolog

Was spricht mich an – worin höre ich Gottes Reden?

Im Blick auf das vor mir liegende Neue Jahr:

Worte eines chinesischen Christen:

„Ich sagte zu dem Engel, der an der Pforte des neuen Jahres stand: Gib mir ein Licht, damit ich sicheren Fußes der Ungewissheit entgegengehen kann.

Aber er antwortete: Geh nur hin in die Dunkelheit und lege deine Hand in die Hand Gottes. Das ist besser als ein Licht und sicherer als ein bekannter Weg. „

Im Blick auf das vor dir liegende Jahr lege deine Hand in Gottes Hand.
Verweile dabei. Betrachte mit deinem inneren Auge diese Situation.

Und spreche, wenn du kannst Jesus gegenüber aus,
dass das besser ist als ein Licht und ein bekannter Weg.

Wiederhole es und nimm wahr, wie es dir dabei ergeht. Sprich mit ihm darüber.

Ich komme für mich zum Ende:

Bewusst lasse ich das alte Jahr zurück. – ich verabschiede mich dankbar.

An Gottes Hand gehe ich ins Neue Jahr.

Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag.

Gott ist mit uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag. (Bonhoeffer)

ICH BIN BEI EUCH ALLE TAGE, (Mt. 28,20) das ist sein Versprechen, das nehme ich dankbar an.

„Schweigen möchte ich,
Herr, und auf dich warten.

Schweigen möchte ich, damit ich verstehe,
was in deiner Welt geschieht.
Schweigen möchte ich, damit ich den Dingen nahe bin
und deinen Geschöpfen und ihre Stimme höre.

Ich möchte schweigen,
damit ich unter den vielen Stimmen die deine erkenne.
Ich möchte schweigen und darüber staunen,
dass du ein Wort für mich hast.“

(nach Jörg Zink)