

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.

Die Impulse „Folge dem Stern“ sind gespeist von einer Predigt von Irene Kraft (Superintendentin der evangelisch-methodistischen Kirche, Distrikt Hamburg) gehalten am 6.1.2002. Mit freundlicher Genehmigung dürfen wir davon profitieren, DANKE.

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)

Die Weisen betreten das Haus, zu dem der Stern sie geführt hat, finden Maria und das Kind.

Ich betrachte dieses Bild, lasse mir dazu Zeit.

Ich gehe auch mit hinein. Ich finde Maria und das Kind.

Nimm wahr was geschieht.

Ich lese den Text: Mt 2, 11

11 und gingen in das Haus und sahen das Kindlein mit Maria, seiner Mutter, und fielen nieder und beteten es an und taten ihre Schätze auf und schenkten ihm Gold, Weihrauch und Myrrhe.

Kein äußerer Glanz, kein Reichtum umgibt dieses Kind.
Und doch werfen sich die Weisen vor ihm auf die Knie und "huldigen" ihm.
Das griechische Wort, das an dieser Stelle steht, wird nur dort verwendet,
wo Menschen sich Gott - oder Jesus, dem menschgewordenen Gott - ergeben,
ihn anerkennen als den, dem Ehre gebührt und von dessen Gnade sie abhängig sind.

Es ist keine ängstliche Ehrfurcht und Unterwerfung,
sondern geschieht voll Dankbarkeit und Gewissheit, dass es gut ist,
sich diesem Größeren zu ergeben.

Die Weisen waren sich nicht zu groß oder zu fein, das Kind war ihnen nicht zu klein oder zu unscheinbar.
Sie haben in ihm die Gegenwart Gottes erkannt, sich niedergekniet, es angebetet.
Dabei ist Anbetung vielleicht die Form des Gebets, die uns am schwersten fällt, weil es weder um Dinge geht,
für die wir danken möchten, noch um das, was wir beklagen oder worum wir bitten,

sondern einfach um Gott, ihn als Vater, als Sohn, als Heiligen Geist anzubeten,
um seine Gegenwart, seine Größe.

Ich bete an – dazu habe ich viel Zeit!

Ich anerkenne, dass Gott in Jesus Mensch geworden und mir ganz nahe gekommen ist.

Ich preise ihn für seine Größe, Güte und für seine Weisheit, seine ...

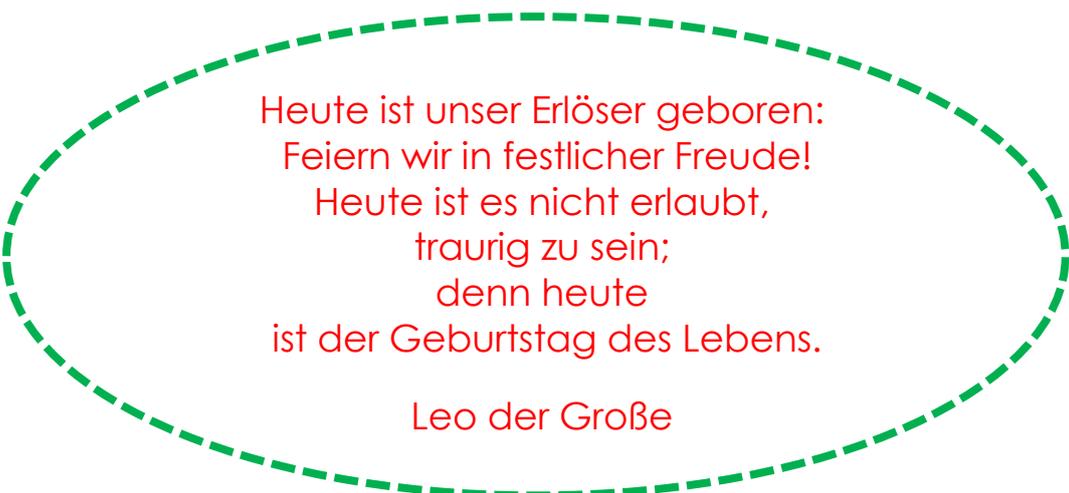
Ich ehre ihn als Vater, als Sohn, als Heiligen Geist, für seine Größe und Schönheit, seine Liebe, ...

Ich staune, werde still, beuge mich, knie, falle nieder, ich singe, ich lobe, ich erhebe ihn.

Ich fasse für mich zusammen:

was ist geschehen vor der Krippe, im Gebeugt sein vor dem neugeborenen Königskind.

Ich danke IHM als Beschenkte und Beschenker.



Heute ist unser Erlöser geboren:
Feiern wir in festlicher Freude!
Heute ist es nicht erlaubt,
traurig zu sein;
denn heute
ist der Geburtstag des Lebens.

Leo der Große