

Gutes Leben – Geborgenheit und Licht

29. November bis 24. Dezember 2025



Im Advent Sterne zum Leuchten bringen

Heuer laden wir Sie ein, in und mit Ihrer Familie in der Advent- und Weihnachtszeit symbolisch vier Sterne zum Leuchten zu bringen. Wenn Sie möchten, können Sie auf der nächsten Seite jeweils die Vorder- und Rückseite von 4 Sternen ausdrucken, ausschneiden und entsprechend zusammenkleben. Jeder Stern enthält eine kleine Anregung, wie Sie sich als Familie dem Weihnachtsfest annähern können. Wird eine Aufgabe erfüllt, kann der entsprechende Stern an einem gut sichtbaren Ort platziert und/oder am Heiligen Abend an den Christbaum gehängt werden – als sichtbares Zeichen dafür, dass sich Ihre Familie auf die Geburt Jesu vorbereitet hat.

- > Stern 1 leuchtet, wenn wir zu Hause feiern. Wir haben Anregungen für Adventfeiern, die Feier des Heiligen Nikolaus und den Hl. Abend vorbereitet.
- > Stern 2 leuchtet, wenn wir an andere denken. Wir überlegen, wem wir eine Kerze mit Text übergeben wollen.
- > Stern 3 leuchtet, wenn wir einander (Lebens)Geschichten vorlesen.
- > Stern 4 leuchtet, wenn wir gemeinsam beten oder uns segnen – etwa vor dem Schlafengehen oder beim Essen.

Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Fülle von Anregungen, um die Sterne zum Leuchten zu bringen.



Aus unserer Schatzkiste

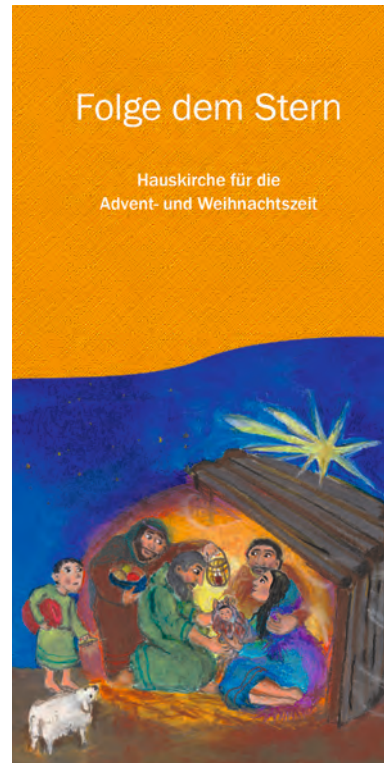
... vergangener Aktionszeiträume haben wir ab S. 22 weitere Anregungen zusammengestellt:

- > Besinnliches und Brauchtum im Advent
- > Ideen und Aktivitäten zur Bereicherung dieser besonderen Zeit
- > Texte, Sprüche
- > Advent- und Weihnachtsgeschichten
- > Lieder und Rezepte

„Folge dem Stern“

... so lautet der Titel des Hauskirchenheftes, das wir im letzten Jahr gemeinsam mit der Diözese Innsbruck für die Advent- und Weihnachtszeit erstellt haben.

Alle Texte dieses Heftes sind sowohl hier ab S. 43 als auch in der App zu finden und können dort über einen Downloadbereich ausgedruckt und/oder geteilt werden.



Projekt „Gutes Leben“ per App

Mit der App zum Projekt „Gutes Leben“ können wir Sie noch zielgerichteter durch den Advent begleiten. Sie haben alle Anregungen jederzeit zur Hand.



Download unter dem Suchbegriff „Gutes Leben“

I-Phone: [Link](#)
zur App „Gutes Leben“



Android: [Link](#)
zur App „Gutes Leben“



1

Christus stärkt Gemeinschaft –
besonders spürbar beim
gemeinsamen Feiern.
Wir haben im Advent
gemeinsame Feiern
durchgeführt.

3

Christus hat mit seiner
Botschaft Freude in das Leben
vieler Menschen gebracht.
Wir haben einander
etwas vorgelesen!

2

Christus hat gesagt:
Ihr seid das Licht der Welt!
Wir haben jemandem eine
Kerze überreicht – mit
einem passenden Text als
Begleitung.

4

„Wo zwei
oder drei in meinem Namen bei-
sammen sind, da bin ich mitten
unter Ihnen.“
Wir haben miteinan-
der gebetet oder uns
gesegnet.



1. Adventsonntag, 30. Nov. 2025



Advent bedeutet Ankunft

Wir warten auf die Ankunft Jesu – und bereiten uns darauf vor. Der Adventkranz begleitet uns in dieser Zeit, jede Woche wird es heller, bis wir das Weihnachtsfest feiern.

Heute zünden wir die erste Kerze an. Sie erinnert uns daran, dass Jesus das Licht der Welt ist. Sein Leben und seine Botschaft bringen Licht in unser Leben – auch in schwierigen Zeiten!

Lied

„Wir sagen euch an den lieben Advent“ – 1. Strophe (der Text kann aus rechtlichen Gründen nicht abgedruckt werden - er ist aber gut im Internet auffindbar)

Gedanken zum heutigen Bibeltext (Mt 24,42–44)

Jeden Sonntag werden in der Messfeier ganz bestimmte Texte aus der Bibel gelesen. Heute kommt darin folgender Satz vor: „Seid wachsam! Denn ihr wisst nicht, an welchem Tag euer Herr kommt“.

Jesus lädt uns ein, aufmerksam und wachsam zu leben – wachsam nicht nur im Sinne von „aufpassen“, sondern bereit sein: offen für Gott, offen für die Mitmenschen und offen für das Gute.

„Das Licht im Fenster“

Ein kleiner Bub fragte seinen Großvater: „Opa, warum stellst du im Advent immer ein Licht ins Fenster?“ Der Großvater antwortete: „Früher, als es noch keine Handys gab, wussten die Menschen oft nicht genau, wann jemand heimkommt. Das Licht im Fenster war ein Zeichen: Hier bist du richtig, hier bist du willkommen. Wir warten auf dich. In Irland stellt man zu Weihnachten heute noch eine Kerze ans Fenster, damit Maria und Josef symbolisch einen Platz finden.“

„Opa“, meinte darauf der kleine Bub, „du bist bei mir immer willkommen – mit oder ohne Licht im Fenster.“ Er schlang seine Arme ganz fest um den Großvater, worauf dieser ihm ins Ohr flüsterte: „Weißt du, genau das ist es, worum es im Advent wirklich geht – einander zeigen, dass man willkommen ist.“

Wir möchten uns auf Jesus vorbereiten und versuchen, für andere Licht zu sein, indem wir

- zuhören
- Zeit schenken
- geduldig sind
- Komplimente machen

Bitten

- Für alle Menschen, die im Dunkeln leben – in Angst, Sorge oder Krankheit: Schenke ihnen dein Licht.
- Für alle Menschen, die einsam sind oder niemanden haben, der an sie denkt: Schenke ihnen dein Licht.
- Für die Menschen, die ihren Lebensweg verloren haben und nicht mehr weiter wissen: Schenke ihnen dein Licht.
- Für unsere Familie, dass wir aufeinander achtgeben und uns gegenseitig unterstützen: Schenke uns dein Licht.

Segen

*Begleite und behüte uns,
sei uns Licht und lass uns Licht sein.
So segne uns der gütige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen*



Nikolausfeier

Liebe Familie!

Sollten Sie Besuch vom Hl. Nikolaus bekommen, könnten Sie ihn mit einem „Gedicht“ begrüßen:

Heiliger Bischof Nikolaus,
bring Fried und Freud
in unser Haus.
Sei uns willkommen,
tritt herein,
dann wird der Abend
festlich sein!

Lieber heiliger Nikolaus,
sei begrüßt in unserm Haus.
Lehr uns
an die Armen denken,
gerne eine Gabe schenken.
Guter Bischof Nikolaus,
teile deinen Segen aus.



Ansonsten könnte am Anfang folgendes Gebet vorgelesen werden:

Gebet zu Beginn

Guter Gott, der heilige Nikolaus war gerne bei den Menschen, er hat mit ihnen gesprochen, ihnen zugehört und auch tatkräftig geholfen.

Er war ein Bischof, der sich Zeit seines Lebens für andere eingesetzt hat. Er hat Licht und Freude in das Leben vieler Menschen gebracht. Durch tröstende Worte und Taten brachte er viel Heil und Segen in ihre Häuser.

Wenn wir heute gemeinsam feiern und beten, wissen wir uns mit Bischof Nikolaus verbunden.

Lasst uns froh und munter sein

1. Lasst uns froh und munter sein,
und uns recht von Herzen freu'n!
Lustig, lustig, tralalalala,
bald (heut) ist Nikolausabend da,
bald (heut) ist Nikolausabend da.
2. Bald ist unsre Schule aus.
Dann ziehn wir vergnügt nach Haus.
Lustig, lustig, tralalalala,
bald ist Nikolausabend da, bald ...
3. Dann stell ich den Teller auf.
Niklaus legt gewiss was drauf.
Lustig, lustig, tralalalala,
bald ist Nikolausabend da, bald ...
4. Wenn ich schlaf, dann träume ich:
Jetzt bringt Nikolaus was für mich.
Lustig, lustig, tralalalala,
bald ist Nikolausabend da, bald ...
5. Wenn ich aufgestanden bin,
lauf' ich schnell zum Teller hin.
Lustig, lustig, tralalalala,
bald ist Nikolausabend da, bald ...
6. Niklaus ist ein guter Mann,
dem man nicht genug danken kann.
Lustig, lustig, tralalalala,
bald ist Nikolausabend da, bald ...



Legende – Rettung aus dem Sturm

In der Zeit als Nikolaus Bischof von Myra war, fuhren Seeleute mit ihrem Schiff über das Mittelmeer. Eines Tages brach ein schwerer Sturm los. Der Himmel wurde ganz finster und die Wellen tobten. Der Sturm packte das Segel und riss es in Stücke. Dann zerbrach er den Mast. Die Wellen schlugen über den Bootsrand und langsam füllte sich das Schiff mit Wasser. In ihrer Not schrien die Seeleute laut um Hilfe und begannen zu beten: „Hilf uns, Gott, damit wir nicht untergehen!“

Plötzlich stand ein fremder Mann am Steuer des Schiffes. Er nickte den verängstigten Seeleuten zu und rief: „Habt keine Angst!“

Dann lenkte er das Boot sicher durch den Sturm, bis sie den Hafen erreichten. Als sie das Schiff im Hafen festgemacht hatten, war der Retter verschwunden.

Sie liefen zur Kirche von Myra, um Gott für ihre wunderbare Rettung zu danken. Dort trafen sie Bischof Nikolaus. Überrascht erkannten sie, dass er jener fremde Helfer gewesen war. Da fielen sie vor dem Bischof Nikolaus auf die Knie und dankten ihm. Der Bischof aber sagte zu ihnen: „Nicht mir sollt ihr danken, sondern Jesus! Er ist immer bei euch, auch in Gefahr und Not. Wenn ihr auf Jesus vertraut, dann braucht ihr keine Angst mehr zu haben.“

Nikolausfeier

Legende vom Kornwunder

Ein anderes Mal brach im ganzen Land eine fürchterliche Hungersnot aus. Die Vorräte schrumpften und nach und nach leerten sich alle Speicher. Nichts war mehr vorhanden von dem geschäftigen Treiben einer Hafenstadt. Die Bewohnerinnen und Bewohner wurden schwächer und schwächer und das Krankenhaus war so voll, dass man die Leute auf der Straße versorgen musste.

Es gab kaum noch Hoffnung. Nikolaus half, wo er konnte, doch auch er konnte keine Lebensmittel herbeizaubern. In der ganzen Stadt bettelte Nikolaus um Nahrungsmittel und gab sie den Kindern. Doch irgendwann war einfach nichts mehr da und es blieben ihm nur noch tröstende Worte. Es war zum Verzweifeln.

Plötzlich durchbrach ein Ruf die bedrückende Stille: „Schiffe, ich sehe Schiffe, die auf unseren Hafen zusteuern!“, tönte es von der Stadtmauer her.

Alle Bewohnerinnen und Bewohner von Myra, die nicht zu schwach dazu waren, stürmten zum Hafen. Natürlich auch Nikolaus. Und tatsächlich – ein Schiff kam bereits in den Hafen eingelaufen. Es war randvoll beladen mit Korn. Nikolaus eilte zum Kapitän und rief: „Ihr seid unsere letzte Rettung! Wir hungern schon seit Wochen, und wenn wir nichts zu essen bekommen, werden viele Bewohnerinnen und Bewohner von Myra sterben. Bitte gebt uns ein wenig von diesem Korn.“

Da antwortete der Kapitän: „Ehrwürdiger Herr Bischof, es tut mir furchtbar leid, aber das ist unmöglich. Das Korn ist für die Speicher des Kaisers bestimmt. Alle Schiffsladungen wurden bei der Abfahrt in Alexandrien genau gewogen, und wenn nur ein wenig von dem Korn fehlt, werde ich des Betrugs angeklagt und fürchterlich bestraft.“

Nikolaus erwiderte: „Sei unbesorgt. Gebt uns genügend Korn, um die Hungersnot zu überwinden, und ich verspreche euch, dass nichts fehlen wird, wenn ihr in Konstantinopel ankommt.“

Nach einigem Hin und Her ließ sich der Kapitän erweichen und befahl seinen Matrosen, einen Teil der Ladung abzuladen. Was herrschte da für eine Freude und Aufregung! Das Korn wurde sofort in die Stadt gebracht und bald füllten sich alle Plätze und Gassen von Myra mit dem Duft gebackenen Brotes. Alle konnten sich so richtig satt essen und nach und nach kamen alle Bewohnerinnen und Bewohner wieder zu Kräften. Auch das Versprechen, das Nikolaus dem Kapitän gegeben hatte, wurde wahr. Als die Schiffe in Konstantinopel ankamen und die kaiserlichen Beamten das Getreide nachwogen, fehlte nichts.



Fürbitten

Guter Gott, du hast durch den heiligen Nikolaus viel Licht und Freude in die Welt gebracht. So bitten wir:

- > Nikolaus hatte offene Augen. Er hat gesehen, wo Menschen traurig und mutlos waren. Er hat nicht weggeschaut, wenn ihn jemand gebraucht hat. Hilf, dass auch wir unsere Augen öffnen für die Not der Mitmenschen und wahrnehmen, wenn jemand Hilfe braucht.
- > Nikolaus hatte offene Ohren. Er hat den Menschen gut zugehört und ihre Hilferufe vernommen – auch die leisen und unausgesprochenen. Er war bei ihnen und hat versucht sie zu verstehen. Hilf, dass auch wir ein offenes Ohr für Menschen haben und Verständnis für ihre ausgesprochenen und unausgesprochenen Sorgen, so dass sie unsere Teilnahme spüren.
- > Nikolaus hatte offene Hände. Er hat gehandelt, wo Menschen verzweifelt und schwach waren. Er hat die Hilfeleistung nicht auf andere, auf die „Zuständigen“ abgeschoben, sondern selber angepackt. Hilf, dass wir uns zuständig fühlen für die Probleme unserer Mitmenschen und gerne dabei helfen, diese zu lösen.

Schlussgebet

Nikolaus hat sein Leben an der Botschaft Jesu ausgerichtet, eine Botschaft, die alle Christinnen und Christen und Menschen verbindet.

Wir bitten dich:
Begleite und behüte uns,
sei uns Licht
und lass uns Licht sein.

So segne uns
der gütige Gott,
der Vater, der Sohn
und der Heilige Geist.
Amen.

2. Adventssonntag, 7. Dez. 2025



Bereitet dem Herrn den Weg

Der Adventkranz wird heller: Heute zünden wir die zweite Kerze an. Advent heißt: Vorbereiten. Nicht nur Geschenke und das Haus, sondern auch uns.

Der Prophet Johannes ruft: „Bereitet dem Herrn den Weg!“ – Das heißt: Räume Hindernisse weg – alles, was uns voneinander oder von Gott trennt. Freundlichkeit, Vergebung, Hilfe für andere – damit bereiten wir den Weg für das Kommen Jesu.

Lied – „Wir sagen euch an den lieben Advent“ – 2. Strophe

Gedanken zum heutigen Bibeltext

In der Bibel hören wir von Johannes. Er lebte zur Zeit Jesu in der Wüste und hat den Menschen geholfen, sich auf Jesus vorzubereiten. Im Fluss Jordan hat er viele getauft – auch Jesus selbst. In der Bibelstelle des heutigen Tages rief Johannes: „Bereitet dem Herrn den Weg, ebnet ihm die Straßen!“ Er forderte die Menschen auf, ihr Leben zu ändern und Gutes zu tun, damit sie bereit sind, wenn Jesus kommt.

Ein Wintermorgen im Advent

Leise fiel der Schnee, alles war still. Markus stand am Fenster und schaute hinaus. Drüben, am Waldrand, wohnte seine Großmutter. Heute wollte sie ihn besuchen, doch der schmale Pfad zu ihrem Haus war völlig verschneit. Äste waren unter der Schneelast auf den Weg gefallen, und der Wind hatte kleine Verwehungen aufgetürmt.

„Sie wird sich heute nicht vor das Haus trauen“, dachte Markus. Kurz entschlossen zog er seine dicken Stiefel an, wickelte sich in Schal und Mütze und schnappte sich einen Besen.

Schritt für Schritt räumte er den Weg frei. Er schob Schnee zur Seite, zog Zweige weg und glättete den Boden, so gut er konnte. Seine Finger waren rot vor Kälte, aber sonst wurde ihm bei der anstrengenden Tätigkeit recht warm und er war motiviert: Er bereitete den Weg für jemanden, den er einfach gern hatte.

Als die Dunkelheit hereinbrach, war der Pfad frei – ein klarer, einladender Weg durch den Schnee. Und tatsächlich: Am Abend kam seine Großmutter, vorsichtig, aber sicher den geräumten Pfad entlang. Sie nahm den Buben in den Arm und sagte leise: „Danke“.

Wir möchten uns auf Jesus vorbereiten, indem wir Hindernisse wie Ärger, Streit und Unachtsamkeit „wegräumen“. So findet Jesus leichter zu uns:

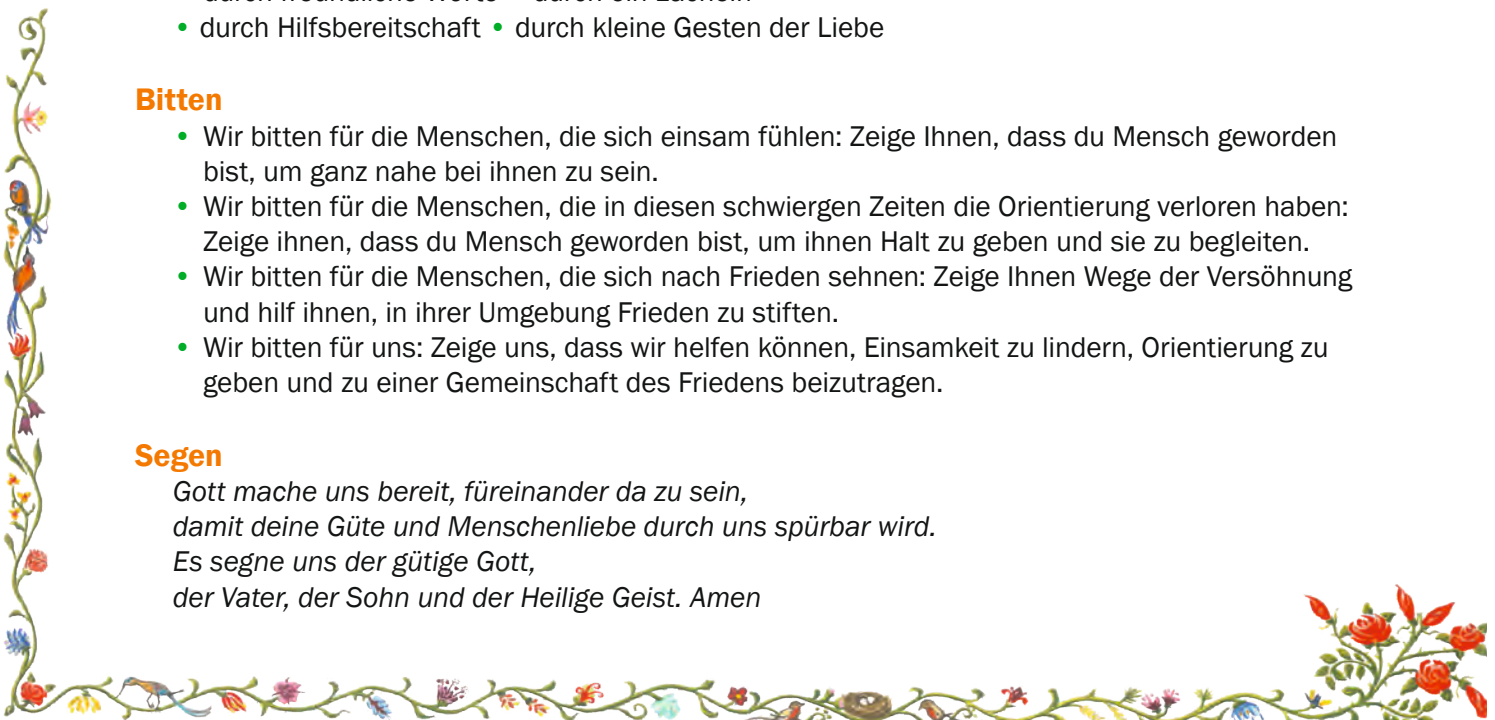
- durch freundliche Worte • durch ein Lächeln
- durch Hilfsbereitschaft • durch kleine Gesten der Liebe

Bitten

- Wir bitten für die Menschen, die sich einsam fühlen: Zeige Ihnen, dass du Mensch geworden bist, um ganz nahe bei ihnen zu sein.
- Wir bitten für die Menschen, die in diesen schwierigen Zeiten die Orientierung verloren haben: Zeige ihnen, dass du Mensch geworden bist, um ihnen Halt zu geben und sie zu begleiten.
- Wir bitten für die Menschen, die sich nach Frieden sehnen: Zeige Ihnen Wege der Versöhnung und hilf ihnen, in ihrer Umgebung Frieden zu stiften.
- Wir bitten für uns: Zeige uns, dass wir helfen können, Einsamkeit zu lindern, Orientierung zu geben und zu einer Gemeinschaft des Friedens beizutragen.

Segen

*Gott mache uns bereit, füreinander da zu sein,
damit deine Güte und Menschenliebe durch uns spürbar wird.
Es segne uns der gütige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen*



3. Adventsonntag, 14. Dez. 2025



Gaudete! „Freut euch!“

Heute ist der 3. Adventsonntag, der Sonntag der Freude – „Gaudete“ heißt das auf Lateinisch. Wir freuen uns, weil Weihnachten immer näher rückt. Freude trägt – auch durch dunkle Tage. Sie lässt uns aufblühen, selbst wenn wir müde sind. Sie verbindet uns mit anderen, schenkt Gemeinschaft, stärkt den Blick für das Gute. Freude ist ein Geschenk, das wächst, wenn wir es weitergeben.

Lied „Wir sagen euch an den lieben Advent“ – 3. Strophe

Lesung (nach Jes 35,1–6)

Die Wüste wird blühen, das dürre Land wird fröhlich sein. Gott selbst kommt und macht die Blinden sehend, die Lahmen springen, die Tauben hören, die Stummen singen. Alle werden jubeln, weil Gott ihnen hilft.

Eine ganz besondere Freude

Martina und Paula wollten ihrer Mama eine besondere Freude machen. Eines Abends, kurz vor dem Einschlafen, flüsterten sie sich im Bett ihre Ideen zu – bis sie plötzlich ganz genau wussten, was zu tun war.

Am nächsten Morgen standen sie extra früh auf und legten mit bunten Papierpfeilen einen geheimen Weg durchs Haus. Vom Schlafzimmer der Eltern führten die Pfeile zuerst ins Badezimmer. Dort hatten die beiden eine duftende Seife mit einem goldbeschrifteten Zettel bereitgelegt:

„Damit dein Tag gut startet.“

Weiter ging es in die Küche. Im Backofen – hinter der Glastür – wartete ein liebevoll gerahmtes Foto der beiden Schwestern, geschmückt mit einem Herz und der Aufschrift:

„So hast du uns immer um dich!“

Der Weg endete bei Papa, der bereits eingeweiht war. Er nahm Mama in den Arm und drückte ihr den letzten „Pfeil“ in die Hand. Darauf stand ein kleines Gedicht:

*Wir mögen dich so gern,
für uns bist du ein Stern,
machst unser Leben hell,
schau nun unters Wäschegestell.*

Dort entdeckte Mama eine große Kerze. Daneben lag der letzte Zettel: „Guten Morgen, Mama. Heute ist dein Tag – mit ganz viel Liebe von uns.“ Am Abend möchten wir mit dir singen und feiern.“ Mama strahlte.

Wie freuen uns!

- Wir freuen uns, dass wir heute miteinander feiern.
- Wir freuen uns, dass der Heilige Abend schon so nahe ist.
- Herr, wir freuen uns, dass du in unserer Mitte bist.
- Herr, lass uns Freude schenken, wo wir können.

Segen

Im Advent machen wir uns auf den Weg zu Gott und den Menschen. Wir bitten Gott, dass er diesen Weg mit seinem Segen begleitet:

*Gott segne unsere Wege im Advent.
Er erfülle unser Herz mit Freude,
unsere Augen mit Licht,
unsere Hände mit Güte
und unsere Schritte mit Mut.
Er schenke uns offene Ohren
und ein liebevolles Herz für die Menschen um uns.
So segne uns der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.*

4. Adventsonntag, 21. Dez. 2025



Ja sagen wie Maria

Heute brennen alle vier Kerzen am Adventkranz. Weihnachten ist schon ganz nah. Wir hören heute von Maria, der Mutter von Jesus. Der Engel Gabriel sagt ihr, dass sie Jesus, den Sohn Gottes, zur Welt bringen soll. Maria sagt „Ja“ – sie vertraut Gott, auch wenn sie noch nicht alles versteht. Auch wir sind eingeladen, ja zu sagen zu Jesus und ihm und seiner Botschaft Raum in unserem Leben zu geben und ihn Willkommen zu heißen.

Lied

„Wir sagen euch an den lieben Advent“ – 4. Strophe

Evangelium (nach Mt 1,18–24)

Ein Engel erscheint Josef im Traum und sagt: „Fürchte dich nicht, Maria als deine Frau zu dir zu nehmen. Das Kind, das sie erwartet, ist vom Heiligen Geist. Du sollst ihm den Namen Jesus geben.“ Josef hörte auf den Engel und tat, was Gott ihm sagte.

Der leere Platz

In der Familie Berger gab es einen alten Sessel, der nie benutzt wurde. Eines Tages fragte die 11-jährige Paula ihre Oma: „Warum sitzt da nie jemand?“ Die Großmutter antwortete: „Früher haben wir gesagt: Dieser Platz ist für einen Gast oder für jemanden, der Hilfe braucht. Oder auch für Jesus, wenn er zu uns kommt.“

Ich habe gehört, dass es in Polen immer noch eine sehr verbreitete Tradition ist, am Heiligabend einen zusätzlichen Stuhl herzurichten – samt Teller, Besteck und Stuhl. Der Platz wird symbolisch bereitgehalten für unerwartete Gäste oder in Gedenken an verstorbene Angehörige oder auch für Familienmitglieder, die nicht anwesend sein können.“

„Das gefällt mir“, rief das Kind, „dann kann ich in Gedanken jeden darauf setzen, den ich will, auch meine Freundin Klara. Es überlegte kurz und stellte dann eine Tasse Kakao auf den Tisch vor den leeren Stuhl. „Vielleicht kommt ja heute jemand.“

Oma schmunzelte und meinte: „Sollte Jesus kommen, bin ich mir nicht sicher ob der einen Kakao trinkt.“

Wir möchten uns auf Jesus vorbereiten und auf ihn vertrauen, auch wenn wir nicht alles verstehen, indem wir

- miteinander beten
- einander segnen
- manchmal über den Glauben sprechen

Bitten

- Für alle, die Schwierigkeiten haben, an dich zu glauben: Lass sie erfahren, dass du sie liebst und ihnen nahe bist.
- Für alle Christinnen und Christen, dass ihr Glaube nicht nur in Worten bestehen bleibt, sondern in Taten lebendig wird und sich in gelebter Nächstenliebe zeigt.
- Für alle jungen Menschen: Stärke in ihnen die Hoffnung und das Vertrauen, dass ihr Leben wertvoll ist und sie Gutes bewirken können.
- Für uns selbst: Stärke in uns das Vertrauen, dass du unser Leben begleitest, und lass uns immer wieder „Ja“ zu dir sagen.

Segen

Jesus, wenn wir hier gemeinsam feiern und beten,
wissen wir uns mit dir und allen Christinnen und Christen verbunden.
Es segne uns der gütige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.



Heiliger Abend



Gott kommt zu uns – manchmal ganz unerwartet

Heute ist Heiliger Abend. Wir feiern, dass Gott in die Welt kommt – als Kind in der Krippe. Gott kommt also ganz nah zu uns, klein und verletzlich und doch mit einer großen Botschaft: Frieden, Liebe und Hoffnung für alle. Nicht laut und groß, sondern leise, liebevoll und überraschend macht sich Gott auch heute noch bei uns Menschen bemerkbar.

Lied

„Stille Nacht, heilige Nacht“ – alle Strophen

Evangelium (nach Lk 2,1–20)

Maria und Josef reisen nach Bethlehem. Dort kommt Jesus, der Sohn Gottes, in einem Stall zur Welt. Die Engel verkünden den Hirten die frohe Botschaft:

„Fürchtet euch nicht! Euch ist heute der Retter geboren!“ Die Hirten machen sich auf den Weg zur Krippe und finden das Kind, das in Windeln gewickelt in einer Krippe liegt.

Die Weihnachtsspinne

In der Ukraine gibt es einen besonderen Weihnachtsbrauch: Manche Familien schmücken ihren Christbaum mit künstlichen Spinnennetzen und kleinen Spinnenfiguren. Das klingt seltsam – aber dahinter steckt eine wunderschöne Legende:

Es war einmal eine arme Witwe, die mit ihren Kindern in einer einfachen Hütte lebte. Eines Tages wuchs aus einem vergessenen Tannenzapfen in einer Ecke der Hütte ein kleiner Tannenbaum. Die Kinder waren überglücklich und hegten und pflegten das Bäumchen liebevoll – in der Hoffnung, zu Weihnachten einen eigenen Baum zu haben. Doch als das Fest näher rückte, wurde ihnen bewusst, dass sie keinen Schmuck besaßen, um den Baum zu dekorieren.

In der Nacht vor Weihnachten – so berichtet die Legende – bemerkten einige Spinnen den kahlen Baum. Sie krochen auf die Zweige und webten feine Netze – ganz zart und kunstvoll.

Als am Weihnachtsmorgen das erste Sonnenlicht durch das Fenster fiel, verwandelten sich die Netze in Silber und Gold. Der Baum glitzerte wie ein Wunder, und die Familie konnte doch ein festliches Weihnachtsfest feiern.

Bis heute erinnert der Brauch der Weihnachtsspinne in der Ukraine daran, dass selbst das Kleinste Großes bewirken kann – und dass wahre Wunder oft in stillen Momenten geschehen.

Wir wollen Jesus bei uns willkommen heißen indem wir

- miteinander singen, beten und feiern
- an kleinen Wundern mitwirken und wie die Spinnen für jemanden ein Glitzern und Funkeln ins Leben bringen
- die Botschaft der Nächstenliebe ernst nehmen und aufmerksam miteinander umgehen

Bitten

- Jesus, wir danken dir, dass du zu uns gekommen bist. Lass uns deine Nähe spüren.
- Jesus, schenke allen, die traurig, einsam oder auf der Flucht sind, Trost, Hoffnung und neue Zuversicht.
- Jesus, öffne unsere Augen für die kleinen Zeichen deiner Liebe in unserem Alltag.
- Herr, segne unsere Familien, und erfülle unsere Häuser mit Wärme, Geborgenheit und weihnachtlichem Frieden.

Segen

Jesus, du bist das Licht in der Dunkelheit.

Du bist bei uns – im Gebet, in der Krippe, im Alltag, in der Stille, im Segen.

*So segne uns in dieser Heiligen Nacht der gütige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.*



Licht- und Kerzenmeditation

Wir können Licht sein

In der dunklen Zeit vor Weihnachten
zünden wir Kerzen an.
Eine einzige kleine Flamme vertreibt die Dunkelheit.
Das Licht der Kerze ist warm und freundlich.
Es macht unser Zuhause gemütlich,
es wärmt, es tröstet, es schenkt Hoffnung.
Kerzenlicht im Advent ist mehr als Dekoration.
Es sagt uns: Bald kommt Weihnachten.
Bald kommt Jesus – das Licht der Welt.

Das Kerzenlicht erinnert uns daran:
Auch wir können ein Licht sein.
Wenn wir Menschen zuhören,
wenn wir freundlich sind,
wenn wir jemanden trösten,
wenn wir anderen helfen,
dann wird es heller
bei den Menschen um uns herum
und auch in uns.

Betrachtung

Das Licht einer Kerze
durchdringt die finsterste Finsternis
und strahlt mit seiner milden Wärme
auch in die hintersten Winkel unserer Herzen.

Das Licht einer Kerze macht lebendig,
es zaubert ein Leuchten in unsere Augen
und lässt die Schatten tanzen.

Das Licht einer Kerze schenkt Liebe und Trost,
es knüpft ein wunderbares Band
zwischen uns Menschen,
und baut eine Brücke zu Gott.

Dabei verschenkt sich die Kerze,
sie gibt sich her, wird weniger,
doch hunderte andere Lichter
können an ihr entzündet werden.

Je mehr Licht wir Menschen verbreiten,
je mehr wir von uns hergeben,
umso heller und lichter wird es in uns selbst.
Wenn wir uns „hergeben“, so werden wir mehr.

zum Überreichen einer Kerze



Vor dem Überreichen dieser Kerze
haben wir an dich gedacht und für dich gebetet.

Dabei sind uns viele schöne Erinnerungen
und Gedanken an dich gekommen.
Wir sind dankbar für gemeinsam verbrachte Zeiten
und möchten mit dieser Kerze
ein Zeichen unserer Verbundenheit schenken.

Wir wünschen dir, dass du Gott spürst!
Wie das Licht dieser Kerze
schenke er dir Wärme, wenn dir kalt ist,
Hoffnung, wenn du traurig bist,
und Freude, wenn du dich alleine fühlst.
Auch wir möchten für dich da sein.

Gott behüte dich,
er begleite dich mit seinem Licht
auf all deinen Wegen.

Meditation

Die erste Kerze anzünden.
Schweigen.
Durchatmen.
Zur Ruhe kommen.

Verabschieden,
was mich bedrückt.
Loslassen,
was mich fesselt.

Frei werden,
um diesen Augenblick
mit allen Sinnen
bewusst zu erleben.

In die Flamme der Kerze schauen,
ihrem Lichtkreis folgen,
ihre Wärme spüren,
ihren Duft einatmen.

Zulassen, dass die Gedanken
kommen und gehen.
Weihnachtlicher Vorfreude
in mir Raum geben.

Gislea Baltés

Geschichten

Kikeriki, kikeriki! Christus ist hier!

Viele Sagen erzählen davon, dass die Tiere in der Heiligen Nacht mit menschlicher Stimme reden. Warum das so ist, schildert eine Überlieferung aus der Steiermark.

Das, was da in der Heiligen Nacht geschehen ist im Stall zu Bethlehem, hat sich herumgesprochen wie ein Lauffeuer. Bald haben alle Geschöpfe gewusst von der frohen Botschaft – die Tiere auf dem Feld und die im Wald, aber auch die in Haus und Hof. Alle jubelten und waren voller Freude.

Laut erzählten sie einander das große Geschehnis. Der Hahn schlug mit den Flügeln, streckte sich, so lang er war, und rief: „Kikeriki, Kikeriki! – Christus ist hier!“

Der Hund fragte drauf bellend: „Wo? Wo? Wo?“

Die Ziege wusste es schon genau. Meckernd belehrte sie ihn: „In Bethlehem, in Bethlehem.“

Ein Lämmchen setzte noch hinzu: „Meeecht‘ auch hingeeehn!“

Und der Esel sagte nur knapp: „I – ah! I – ah!“

Die Henne aber reckte den Hals, machte sich schleunigst auf den Weg und forderte die anwesenden Tiere auf, gleich mitzukommen: „Geht nur gleich hin, geht nur gleich hin!“, gackerte sie.

So hat es eins dem andern zugerufen, und gleich hat es die ganze Welt gewusst: Christus, der Heiland der Welt, ist geboren!

Den Tieren aber blieb zum Dank und zum Gedächtnis an diese Stunde die Gabe, dass sie sich in der Christnacht unterhalten können wie die Menschen. Und wer's nicht glauben will, der muss nur in der

Weihnachtsnacht um zwölf die Ohren spitzen. Da reden sie miteinander, die Tiere. Allerdings müssen sie ungestört sein – und ganz unter sich. Das, was sie dann zu sagen haben, so heißt es, das ist mitunter kaum zu glauben.



aus: Das Geschenk der zwölf Monate: von Ursula, Heidemarie und Helmut Wittmann, illustriert von Agnes Ofner, Tyrolia-Verlag • Innsbruck-Wien

Vom Wunder der Heiligen Nacht

Diese Legende taucht in ganz Europa auf – von Sizilien bis Schweden. Selma Lagerlöf schreibt in den Erinnerungen an ihre Kindheit, dass ihr ihre Großmutter eine Variante dieser Geschichte erzählte.

In der Nacht, in der das göttliche Kind das Licht der Welt erblickte, war es kalt, bitterkalt. Es heißt, das neugeborene Jesuskind zitterte und bebte wie ein kleines nacktes Vögelchen. Die Gottesmutter Maria konnte es gar nicht genug wärmen.

Ihre Hände waren ja auch kalt. So steckte sie sie in das Brusttuch und unter die Achseln, um sie ein klein wenig zu wärmen. Josef konnte das nicht mit ansehen. Gleich schnappte er seinen Kapuzenmantel und lief los: Er musste etwas besorgen, womit sie sich wärmen konnten. Sie brauchten Feuer!

Jetzt aber, mitten in der Nacht, machte in Bethlehem dem fremden Mann draußen vor dem Tor kein Mensch auf. Da konnte er klopfen und rufen, was

er wollte. Draußen am Feld sah Josef weit weg ein Licht. Das mussten Hirten sein, die rund um ein Feuer lagerten. Also nichts wie dorthin. Kaum aber, dass er in die Nähe der Herde kam, witterten ihn die Hirtenhunde. Die waren so groß wie Kälber und dazu da, die Herde zu beschützen. Gleich sprangen sie auf und stürmten dem Fremden entgegen, um ihn zu verjagen.

Die Hirten sahen im Mondschein nur die Umrisse einer Gestalt. Gleich wer es war: Der hatte hier bei der Herde nichts verloren. Die Hunde würden ihn schon vertreiben.

Doch es war eigenartig: So sehr die Hunde auch bellen wollten, sie brachten keinen Ton heraus. Im Gegenteil: Schließlich tänzelten sie freundlich um den Fremden herum und wedelten mit den Schwänzen. Und der Fremde? – Der ging einfach weiter. Wegen der Kälte lagen die Schafe dicht an dicht.

Geschichten

Da war kein Weg dazwischen. Der Fremde überlegte nicht lange. Er ging einfach über die Schafe drüber, schritt auf ihnen dahin wie über einen Teppich. Sonderbar! – Die Hirten rieben sich verwundert die Augen. Was wollte der Mann? –

Einer der Hirten war ein besonders grobschlächtiger Kerl. Das Leben war hart zu ihm gewesen und er war dadurch bitter geworden. Einer wie er wollte seine Ruhe. Also fort mit dem Fremden! Gleich packte er den Hirtenstab und schleuderte ihn dem Fremden entgegen. Der Stab flog genau auf Josef zu – und machte vor ihm einen Bogen.

Jetzt staunten die Hirten noch mehr. Josef aber ging unbeirrt weiter, bis er vor den Hirten stand. „Was willst du?“, fragte der, der den Stab geworfen hatte, unwirsch. „Ich bitte euch: Gebt mir ein wenig von eurem Feuer! Etwas Glut genügt. Meine Frau hat entbunden. Sie und das Kind sind vor lauter Kälte am Erfrieren.“ „Glut will er!“, lachte einer der Hirten. „Und womit willst du sie tragen?“, fragte ein anderer höhnisch. „Da hinein“, sagte Josef und hielt ihnen die Kapuze von seinem Rock hin. Da lachten die Hirten, als ob Tontöpfe zersprungen wären. „Na dann“, rief einer, „nimm dir!“

Josef ließ sich das nicht zweimal sagen und griff gleich zu. Mit bloßen Händen schaufelte er Glutstücke in die Kapuze, als ob es Erdäpfel wären. Das Lachen erstarb. Fassungslos schauten die Hirten zu bei dem, was da vor ihren Augen geschah. „Jetzt sag einmal“, meinte einer, „was ist das für eine Nacht?“



– Ja, was ist das für eine Nacht, in der dir unsere Hunde, die doch sonst so wild und unbändig sind, nichts tun? Und was ist das für eine Nacht, in der die Schafe zulassen, dass du auf ihnen gehst wie auf einem Teppich?

Und was ist das für eine Nacht, in der der Hirtenstab, der genau auf dich zufliegt, vor dir einen

Bogen macht?

Und was ist das für eine Nacht, wo dich nicht einmal das Feuer verbrennt? Ja, wo es sogar deine Kapuze verschont?“

„Was soll ich euch sagen, wenn ihr es nicht seht?“, sagte Josef bedächtig. Jetzt waren die Hirten umso mehr verwundert. Was meinte der Fremde denn damit? Josef aber machte sich mit der Kapuze voller Glut wieder auf den Rückweg. Wo wollte er denn hin?

Neugierig zogen die Hirten hinter ihm her. Die Herde war in der Obhut der Hunde. Da fehlte nichts. So kam Josef mit den Hirten im Gefolge wieder zum Stall. Bald flackerte dort ein munteres Feuer. In seinem lichten Schein sahen die Hirten, was da war. Eine Frau hatte in dem unwirtlichen Stall ein Kind geboren. Das lag nackt und bloß in einer Krippe am Stroh.

Der Anblick war armselig. Der rührte selbst das Herz des Hirten, der gar so verbittert war. Er griff in die Tasche, die er umgehängt hatte, und nestelte ein Lammfell heraus. „Da nimm!“, sagte er zu Maria. „Damit das Kind nicht erfriert!“ Auch die anderen suchten und kramten nach etwas, was sie geben konnten. Maria schaute den Hirten dankbar an, dann auch die anderen, und lachte. „Ich danke euch!“, sagte sie. Ihre Augen strahlten.

Und in diesem Moment geschah etwas, mit dem sie alle nie und nimmer gerechnet hatten. Als die Gottesmutter die Hirten anlachte, da ging einem jeden das Herz auf. Der Stall, der gerade noch so abweisend, kalt und dreckig gewesen war, glänzte in überirdischer Pracht. Engel waren da zu sehen, die sangen laut und priesen Gott. „Hosianna!“, sangen sie, „Christus, der Heiland der Welt ist geboren! Gelobt sei Gott im Himmel, und Friede den Menschen auf Erden, die guten Willens sind!“

Jetzt verstanden die Hirten, was Josef gemeint hatte, als er sagte: „Was soll ich euch sagen, wenn ihr es nicht seht!“ Weil sie sich erbarmt hatten, weil sie etwas gegeben und in der Not geholfen hatten, drum waren ihnen ihre Herzen aufgegangen. Jetzt sahen sie viel mehr, als ihre Augen je sehen konnten.

Es heißt: Mit den Augen sehen wir den lichten Schein der Welt. Die wirklich wichtigen Dinge aber, die unsere Welt im Innersten zusammenhalten, die können wir nur mit dem Herzen erkennen.

aus: Das Geschenk der zwölf Monate: von Ursula, Heidemarie und Helmut Wittmann, illustriert von Agnes Ofner, Tyrolia-Verlag • Innsbruck-Wien

Eine ganz besondere Krippe

Es war ein kalter Dezembermorgen, als Ferdinand, das rostrote Eichhörnchen und seine beste Freundin Mara, die flinke Waldmaus, beschlossen, einen Streifzug durch den winterlichen Wald zu machen. Die Bäume waren kahl, und eine dünne Schicht Schnee bedeckte den Waldboden.

Nach einer Weile kamen sie an einem uralten Baum vorbei, dessen Wurzeln sich weit verzweigten. Aufgeregt stupste Mara Ferdinand: „Siehst du dort hinten nicht auch etwas zwischen den Wurzeln herausleuchten.“ Sie gingen näher hin und entdeckten eine kleine Krippe! In einer „Wurzelhöhle“ saß Maria neben der Krippe mit dem Jesuskind, daneben stand Josef und im Hintergrund schauten Ochs und Esel dem Geschehen zu. Mara legte ihren Kopf schief und fragte neugierig: „Ferdinand, weißt du, warum Ochs und Esel in der Krippe sind und nicht zum Beispiel ein Eichhörnchen und eine Waldmaus wie wir?“ Ferdinand zuckte nur ratlos mit den Schultern. „Keine Ahnung, Mara. Aber weißt du was? Lass uns die Eule fragen, die weiß bestimmt Bescheid.“

So machten sich die beiden auf den Weg zur klugen Eule, die oben in einer alten Buche wohnte. „Liebe Eule“, begann Ferdinand, „wir haben eine Krippe im Wald entdeckt. Warum stehen da eigentlich Ochs und Esel an der Krippe?“ Die Eule blinzelte mit ihren großen, weisen Augen und sagte: „Das ist eine sehr schwierige Frage! Wisst ihr, die Menschen stellen Krippen auf, weil der heilige Franziskus von Assisi im Jahr 1223 das erste Mal Weihnachten in Greccio – einem Ort in Italien – in einem echten Stall mit Ochs und Esel gefeiert hat. Er wollte den Menschen zeigen, wie es in Bethlehem gewesen sein könnte. Es heißt sogar, dass das Jesuskind damals tatsächlich in der Krippe erschienen sein soll.“

„Das ist eine schöne Geschichte!“, rief Mara. Doch dann fügte sie hinzu: „Aber warum waren Ochs und Esel in der Krippe? Was ist mit den anderen Tieren?“

Die Eule grübelte: „Ehrlich gesagt weiß ich das nicht. Vielleicht waren diese Tiere damals einfach im Stall. Aber wisst ihr was? Heute ist der 24. Dezember, ihr könnt ja die Weihnachtsgeschichte mit euren Freundinnen und Freunden hier im Wald nachstellen!“ Ferdinand war Feuer und Flamme! „Das ist eine Wahnsinnsidee! Komm, Mara, wir trommeln alle anderen Tiere zusammen!“

Die beiden machten sich sofort auf den Weg und erzählten den anderen Waldtieren von ihrem Plan. Alle waren begeistert. Gemeinsam suchten sie nach einem passenden Platz und fanden schließlich eine gemütliche Höhle hinter einem Felsen. Sie begannen, ihre eigene Krippe zu gestalten. Josef und

Maria banden sie aus Reisig zusammen. Josef bekam ein Stück Rinde als Hut und Maria einen selbstgemachten Heiligenschein aus Weidenruten. Als Jesuskind diente eine alte Puppe, die der schlaue Fuchs letztes Jahr im Wald gefunden hatte. Die Tiere schichteten Erde zu einem Bett auf, legten Stroh darauf und betteten die Puppe ganz vorsichtig hinein.

„Aber wir haben keinen Ochs und keinen Esel“, bemerkte der alte Uhu.

Ferdinand überlegte kurz und sagte dann: „Kein Problem! Mara und ich werden einfach die Rollen übernehmen. Ich kann das Jesuskind mit meinem flauschigen Fell wärmen, und Mara kann ihm ein schönes Lied pfeifen.“ Doch da meldeten sich sofort die anderen Tiere zu Wort. „Moment mal“, rief der Wolf. „Ich kann das Kind beschützen, ich stehe Wache!“ Die Ameisen krabbelten herbei und sagten stolz: „Wir kümmern uns um die Sauberkeit!“ Der Dachs trommelte mit seinen Pfoten und bot an: „Ich erzähle dem Jesuskind eine Geschichte, damit es gut einschläft.“

Bald standen alle Tiere des Waldes in der Höhle bereit: Der Wolf hielt Wache am Eingang, die Ameisen putzten eifrig den Boden, Ferdinand kuschelte sich als wärmende Decke um die Puppe, und Mara piffte leise ein fröhliches Lied. Der Dachs begann eine wunderbare Geschichte über den Wald zu erzählen, während der Fuchs noch ein wenig die Höhle schmückte. Alle waren glücklich und spürten, wie eine festliche Stimmung in der Höhle aufkam. Plötzlich jedoch verstummten alle. Sie schauten voller Schrecken zur Krippe, denn das Jesuskind begann sich zu bewegen! Ganz langsam hob es einen Arm. War das etwa ein Wunder? Wie damals beim Hl. Franziskus?

Doch dann hörten sie ein lautes Schnaufen aus dem Stroh. Eine kleine, schwarze Schnauze schob sich nach oben, gefolgt von einem Paar winziger Augen. Es war der Maulwurf, der durch den Trubel aus seinem Schlaf erwacht war. „Was ist denn hier los?“, fragte er verschlafen und gähnte herzhaft.

Die Tiere lachten erleichtert. „Oh, Maulwurf! Du hast uns ganz schön erschreckt!“. Nachdem wieder Ruhe eingekehrt war, sangen alle Tiere gemeinsam „Still, still, still, weils Kindlein schlafen will“ – und da schien es tatsächlich so, als würde ihnen die Puppe zulächeln. So feierten die Tiere des Waldes gemeinsam ein ganz besonderes Weihnachtsfest und alle waren sich einig: Es war das schönste Fest, das sie je erlebt hatten!

R. Kleissner

Aufregung um einen Lebkuchen

In einem Brief aus Russland erzählt ein 80-jähriger Mann die schönste Weihnachtserinnerung seines Lebens:

„Wir waren eine arme Bauersfamilie. Wir wohnten im Wald in Nordkarelien. Damals, am Anfang des Jahrhunderts, litten wir unter der Armut. Die wirtschaftliche Lage unter der Dorfbevölkerung unserer Gegend war sehr schlecht. Weihnachtsgeschenke waren bei uns unbekannt. Zu Weihnachten gehörte bei uns eine gründliche Reinigung der Stube, dann die Weihnachtssauna, das Singen der Weihnachtslieder und das Lesen der Weihnachtsgeschichte. Und dann gehörte auch der Weihnachtstisch dazu, wo man sich wirklich einmal sattessen konnte.

Als ich sieben Jahre alt war, erkrankte ich gerade zu Weihnachten. Und dann brachte der Vater uns zum ersten Mal Weihnachtsgeschenke. Ich und mein Bruder erhielten zum ersten Mal einen mit Zuckerornamenten geschmückten Lebkuchen. Es war für mich etwas so Gewaltiges, als hielte ich das Beste in der ganzen Welt in meiner Hand. Gewiß konnte und wollte ich den Kuchen auch

nicht gleich aufessen, sondern legte meinen Schatz neben mein Krankenbett auf ein Schränkchen hin. Meine Aufregung war sehr groß, daß ich auch nachts nicht einschlafen konnte. So hörte ich mitten in der Nacht, wie mein Bruder aufstand und leise, ganz leise zu meinem Lebkuchen schlich. Ich wurde starr vor Schreck, daß mein Bruder so etwas tut! Als er wieder zurückgeschlichen war, tastete ich nach meinem Lebkuchen – und da lagen zwei! Mein Bruder wollte, daß ich einen Kuchen aufessen und den andern bewundern konnte.

Das ist das schönste Weihnachtsgeschenk meines Lebens geblieben! Auch wir sind heute aufgefordert, unseren Lebkuchen weiterzugeben, besonders an Menschen in Not und Traurigkeit. Möge in der Welt heute, wo die Starken oft das Letzte des Schwachen und Kranken stehen, sich dieser echte Brudergeist in der Praxis offenbaren. Gerade wenn es Nacht ist, leuchten die Sterne am hellsten. Die Liebe Christi bleibt dennoch die größte Gewalt. Und dies ist auch uns anvertraut!“

Nach „Dein Reich komme“, Mitteilungen des Missionsbundes Licht im Osten, Korntal, 6/1975, S.4

Zündholz und Kerze

Es kam der Tag, da sagte ein Zündholz zu einer Adventskerze:

„Ich habe den Auftrag, dich anzuzünden!“ Erschrocken rief die Kerze: „Bitte nicht! Wenn ich brenne, sind meine Tage gezählt und ich schmelze dahin. Dann bin ich bald nur noch ein kümmerlicher Wachsrest. – Niemand mehr wird meine Schönheit bewundern!“

Das Zündholz fragte. „Aber willst du dein Leben lang kalt, hart und stumm dastehen – ohne jemals geleuchtet zu haben?“

Die Kerze zögerte. „Aber ... das Brennen tut weh. Es kostet mich Kraft und am Ende bleibe ich nur noch klein und verbraucht zurück.“

„Ja“, sagte das Zündholz, „es tut weh. Doch genau darin liegt das Geheimnis unseres Daseins. Ich bin geschaffen, Feuer zu schenken – und du bist dazu bestimmt, Licht zu verbreiten. Als

Adventskerze sollst du für andere leuchten und Wärme spenden. Wenn ich dich nicht anzünde, verfehle ich meinen Sinn – und wenn du nicht brennst, bleibt die Welt um dich herum dunkel und kalt.“

Nach einer kurzen Pause fuhr das Zündholz fort: „Alles, was du an Schmerzen, Mühsal und Kraft hingibst, wird verwandelt in Wärme und Licht. Du machst die Dunkelheit heller und schenkst anderen Freude. So wird dein Feuer weitergetragen, auch wenn du kleiner wirst. Nur wenn du dich weigerst zu brennen, bleibst du kalt und nutzlos. Da richtete die Adventskerze ihren Docht auf, atmete tief ein – und flüsterte mutig:

„Dann tu es. Zünde mich an.“

Und als das Zündholz seine Flamme auf sie übertrug, begann die Kerze still zu leuchten – hell, warm und wunderschön.



Lebensgeschichten

Franz von Assisi (1181/82 – 1226)

Franz von Assisi war der Sohn eines wohlhabenden Tuchhändlers in Italien. In seiner Jugend genoss er das Leben in vollen Zügen, träumte von Ruhm und wollte Ritter werden. Doch eine Krankheit und ein Gefangenenerlager öffneten ihm die Augen.

Franz entschied sich, ein einfaches Leben in Armut zu führen, so wie Jesus es getan hatte. Er gab allen Besitz auf, lebte unter Armen, predigte Frieden und ehrte die ganze Schöpfung – Tiere, Pflanzen und Menschen. 1210 gründete er den Franziskanerorden, der bald in ganz Europa verbreitet war.

Franz wurde zum Symbol für Nächstenliebe, Demut und Ehrfurcht vor dem Leben. 1226 starb er in Assisi. Zwei Jahre später wurde er heiliggesprochen.

Der Kuss des Aussätzigen

Franz hatte Angst vor Aussätzigen – wie fast alle Menschen seiner Zeit. Der Gestank, die entstellten Gesichter, die Isolation: Alles daran schreckte ihn ab. Eines Tages ritt er durch die Umgebung von Assisi und begegnete einem dieser Kranken. Am liebsten wäre er davongeritten. Doch Franz stieg ab, ging auf den Mann zu – und umarmte ihn. Dann küsste er ihn auf die Stirn und gab ihm Almosen.

Später sagte Franz, dass dieser Moment sein Herz verändert habe. Was er früher verabscheut hatte, war

ihm plötzlich kostbar geworden. Er verstand, dass Liebe größer ist als Angst und dass jeder Mensch – auch der verwundete – ein Ebenbild Gottes ist.

Die erste Weihnachtskrippe von Franziskus

Im Jahr 1223, zwei Jahre vor seinem Tod, wollte Franz von Assisi den Menschen die Geburt Jesu besonders nahbringen. Er war überzeugt, dass viele die Weihnachtsgeschichte nur aus der Bibel kannten, aber das Ereignis selbst nicht richtig fühlen konnten.

Deshalb ließ er in dem kleinen Ort Greccio, nahe Assisi, eine lebendige Krippe mit echten Tieren und Menschen aufbauen. Es gab einen Ochsen und einen Esel, die Jesus damals in der Bibel begleitet haben, und Menschen spielten die Rollen von Maria, Josef und den Hirten.

Mit dieser Darstellung wollte Franz die Botschaft von Liebe und Nähe Gottes sichtbar und erlebbar machen. Die Menschen konnten so das Wunder der Geburt Jesu unmittelbar miterleben.

Diese Idee verbreitete sich schnell in ganz Europa und wurde zur Tradition – die lebendige Krippe oder auch Weihnachtskrippe genannt. Bis heute stellen viele Familien und Kirchen in der Weihnachtszeit Krippen auf, um an die Geburt Jesu zu erinnern.



Mutter Teresa (1910 – 1997)

Mutter Teresa war eine Ordensschwester und Friedensnobelpreisträgerin, die weltweit für ihren Dienst an den Ärmsten der Armen bekannt wurde. Geboren wurde sie als Agnes Gonxha Bojaxhiu im heutigen Nordmazedonien. Schon früh verspürte sie den Wunsch, Missionarin zu werden. Mit 18 Jahren trat sie dem Orden der Loreto-Schwestern bei und reiste nach Indien, wo sie als Lehrerin in Kalkutta arbeitete.

Ein Ruf in den Slum – eine Lebenswende

Das prägendste Erlebnis ihres Lebens hatte Mutter Teresa 1946 während einer Zugfahrt in den Himalaya. In einem Moment der Stille und Einkehr erlebte sie nach eigener Aussage einen inneren „Ruf Gottes“. Dieser habe ihr den Auftrag gegeben, „den Ärmsten der Armen zu dienen“. Sie nannte dies später ihre „Berufung in der Berufung“. Mutter Teresa verließ daraufhin ihren Orden und zog in die Slums von Kalkutta. Dort lebte sie unter den Menschen, die niemand sehen wollte: Kranke, Sterbende, Verstoßene. Sie kümmerte sich um sie mit ihren bloßen Händen, wusch Wunden, tröstete und betete.



Ein Haus für die Sterbenden

Eines ihrer bekanntesten Werke war die Gründung

des „Nirmal Hriday“ – des „Hauses des reinen Herzens“. Dort durften Sterbende würdevoll ihre letzten Tage verbringen. Viele der Menschen, die sie dort aufnahm, wären auf der Straße verendet.

Bei der Verleihung des Friedensnobelpreises sagte sie: „Ich vergesse nie, wie ich einst einen Mann von der Straße aufnahm. Er war mit Maden bedeckt. Sein Gesicht war die einzige Stelle, die sauber war. Ich brachte den Mann ins Heim für Sterbende, und er sagte nur einen Satz: ‚Ich habe wie ein Tier auf der Straße gelebt, aber nun werde ich wie ein Engel sterben, geliebt und umsorgt.‘ Und er starb wunderschön ... ich spürte, er erfreute sich an dieser Liebe, dass er erwünscht war, geliebt, dass er für jemanden jemand war.“

Diese Szene steht sinnbildlich für das Wirken Mutter Teresas: Es ging ihr nie um große politische Forderungen oder Proteste, sondern um einzelne Menschen, um Würde, Nähe und Liebe. Ihre „Revolution“ war leise – aber tiefgreifend.

Mutter Teresa sagte oft: „Nicht Armut ist das schlimmste Leid, sondern das Gefühl, nicht geliebt zu sein.“ Ihre Arbeit weitete sich schnell aus, bald gründete sie den Orden der „Missionarinnen der Nächstenliebe“, der heute in über 100 Ländern aktiv ist.

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)

Mahatma Gandhi war ein bedeutender politischer und spiritueller Führer. Er stammte aus Indien und studierte Rechtswissenschaften in London.

In Südafrika erlebte er Rassismus – das prägte seinen Einsatz für Gerechtigkeit. Gandhi entwickelte das Prinzip des gewaltfreien Widerstands („Ahimsa“).

Er wurde zur Leitfigur der indischen Unabhängigkeitsbewegung. 1947 wurde Indien unabhängig – ein großer Erfolg seines Einsatzes. Ein Jahr später wurde Gandhi von einem Extremisten ermordet.

Niemand darf wegen seiner Hautfarbe gedemütigt werden

In den Jahren, in denen Gandhi als junger Rechtsanwalt in Südafrika Karriere machen wollte, fuhr er einmal, gekleidet wie ein englischer Gentleman, mit dem Zug in der ersten Klasse durch das Bergland Südafrikas. Der Schaffner aber, dem er sein gültiges Erste-Klasse-Ticket zeigte, verwies ihn unfreundlich in den Gepäckswagen, denn Gandhi war ja kein Weißer. Als er sich daraufhin weigerte, sein Abteil zu verlassen, wurde er von der Polizei aus dem Zug geworfen. Da saß er nun voll Zorn und Ärger mitten in der Nacht auf dem verlassenen Bahnhof und fror, denn die Nächte in den Bergen Südafrikas waren kalt. Diesen Zwischenfall bezeichnete Gandhi später als den Wendepunkt seines Lebens. Nie mehr, so schwor er sich, wollte er tatenlos zusehen, dass jemand wegen seiner Hautfarbe oder wegen seiner Abstammung gedemütigt wurde, wie das damals in Südafrika alltäglich war.

Der Salzmarsch

Die Briten besaßen in Indien das Monopol über Produktion und Verkauf von Salz und verdienten Unsummen durch die Salzsteuer.

Arme mussten dafür bis zu drei Tageseinkommen im Jahr aufwenden. Gandhi organisierte eine große Satyagraha-Kampagne zur Abschaffung der Salzgesetze, diesmal mit gut vorbereiteten Teilnehmenden.

Am 12. März 1930 brach er mit 78 Freunden und Freundinnen zu einem großen Marsch von Ahmedabad zur Küste auf, 388 Kilometer. Er war damals 61 Jahre alt. Immer mehr Leute kamen dazu, bald waren es Tausende.

Alle Welt verfolgte den Demonstrationzug zum Meer mit und täglich empfing Gandhi die internationale Presse sowie Politiker und Politikerinnen. Geschickt nahm er diese Einzelheit der britischen Ausbeutung zum Anlass, das Ausmaß der Unterdrückung Indiens publikumswirksam darzustellen.

Nach 24 Tagen erreichten die Menschen die Küste und brachen das Salzgesetz: Sie schöpften Wasser aus dem Meer, ließen es in der Sonne verdunsten und gewannen so die begehrten Salzkristalle. Überall im ganzen Land ließ man nun in Töpfen auf den Dächern Meereswasser verdunsten und verwendete und verkaufte das gewonnene Salz. 60.000 Menschen wurden verhaftet, auch führende Mitglieder der Kongresspartei wie Jawaharlal Nehru, der spätere erste Premierminister des freien Indien. Erst zähe Verhandlungen zwischen Gandhi und dem britischen Vizekönig ergaben: Inder und Inderinnen durften ab nun ihr Salz selbst gewinnen, die Gefangenen wurden freigelassen, dafür wurde die Bewegung des zivilen Ungehorsams eingestellt.

Zu diesen Verhandlungen gibt es eine nette Anekdote: Der Vizekönig, ein schottischer Adliger, bot Gandhi eine Tasse Tee an, Gandhi zog ein Säckchen Salz hervor, würzte seinen Tee damit und meinte lächelnd: „Selbst gewonnen!“

Anna Melach aus: „... wie aber führt man Frieden? Menschen die die Welt verändern, Tyrolia Verlag • Innsbruck-Wien

Martin Luther King Jr.

war ein US-amerikanischer Bürgerrechtler und Baptistenpastor. Er wurde 1929 in Atlanta, Georgia, geboren. King kämpfte gewaltlos gegen Rassentrennung und soziale Ungerechtigkeit. Berühmt wurde er durch seine „I Have a Dream“-Rede 1963 in Washington. 1968 wurde er in Memphis ermordet.

Als Martin Luther King 15 Jahre alt war, fuhr er mit einer Lehrerin in einem Überlandbus von einem Redewettbewerb nach Hause. Vorschriftsmäßig saßen sie auf den für Schwarze bestimmten Plätzen hinten im Bus. Doch bald wurden sie vom Fahrer des Busses aufgefordert, ihre Sitzplätze für einige Weiße zu räumen. Als Martin zögerte, schrie ihm der Busfahrer zu: „Steh sofort auf, du schwarzer Bastard!“ Den Rest der Fahrt, mehrere Stunden lang, mussten sie beide stehen. Martin war wütend, so wütend wie noch zuvor nie in seinem Leben. Wenige Stunden zuvor hatte er einen Preis bekommen für seine Rede über die Rechte der Schwarzen, wie sie in der Verfassung der Vereinigten Staaten garantiert waren. Und jetzt das! Diesen Vorfall vergaß Martin Luther King niemals.

Nimm den Gegnern den Wind aus den Segeln – der Busstreik

Anlass des berühmten Busstreiks in Montgomery war ein kleiner, fast alltäglicher Zwischenfall: Eines Abends fuhr eine Frau namens Rosa Parks, eine schwarze Näherin, nach einem langen Arbeitstag mit dem Bus nach Hause. Als sie aufgefordert wurde, ihren Sitzplatz einem später zugestiegenen Weißen zu überlassen, weigerte sie sich. Ruhig und gelassen blieb sie einfach sitzen, ließ sich von dem Busfahrer beschimpfen und schließlich von der Polizei abführen. Der Fall Rosa Parks war ein klarer Fall von ungesetzlicher Rassendiskriminierung. Denn das Gesetz lautete: „Gleich, aber getrennt“. Rosa hatte, sofern sie nicht randalierte, den gleichen Anspruch auf einen Platz im Mittelteil des Busses wie ein Weißer. Auf diesen Vorfall hin organisierte die schwarze Bürgerrechtsbewegung einen Busboykott und Pastor Martin Luther King wurde zum Sprecher der Bewegung gewählt.

Am 4. Dezember begann der große Busstreik in Montgomery und Umgebung. 20.000 Schwarze

kamen ohne Bus zur Arbeit. Sie organisierten Fahrgemeinschaften, kamen mit dem Fahrrad oder per Anhalter, auf Maultieren oder zu Fuß, oft viele Kilometer weit. Die Busse fuhren fast leer, und alles blieb ruhig. Am Abend hielt Martin in der Kirche vor 3500 Menschen eine Ansprache, weitere 4000 drängten sich draußen. Er rief zum Widerstand gegen die Unterdrückung auf, doch gleichzeitig warnte er vor der Anwendung von Gewalt: „Wir dürfen unsere weißen Brüder nicht hassen!“, rief er. „Wir müssen unseren Protest friedvoll, mit christlicher Liebe, fortsetzen, nur dann können wir wirklich etwas verändern!“ Rosa Parks wurde vom Gericht zu zehn Dollar Strafe verurteilt und legte Berufung ein.

Der Busboykott ging weiter. Aber die Weißen schlugen zurück. Schmähschriften, Beschimpfungen, sogar Morddrohungen hagelten auf Martin Luther King, seine Freunde und Freundinnen. Und eines Tages explodierte auf der Veranda von Kings Haus eine Bombe. Die ganze Nachbarschaft strömte zusammen und die kleine Gruppe weißer Polizisten, die an den Tatort geeilt war, sah sich einer Menge zorniger Menschen gegenüber, die Messer, zerbrochene Flaschen und auch Pistolen in den Händen hielten. Da trat Martin Luther King auf den Balkon seines Hauses. Er hob die Hände und fing an zu sprechen: „Hört mir zu! Meiner Frau und meiner kleinen Tochter ist Gott sei Dank nichts geschehen. Legt eure Waffen weg! Wir können dieses Problem nicht lösen, indem wir mit Gewalt zurückschlagen.“

Die Menschen ließen die Waffen sinken und Martin sprach weiter: „Denkt an die Worte Jesu: Wer das Schwert nimmt, wird durch das Schwert umkommen! Auch wir müssen der Gewalt mit Gewaltlosigkeit begegnen. Jesus ruft uns auch heute noch zu: Liebet eure Feinde! – Diese Botschaft müssen wir verwirklichen: Wir müssen unsere weißen Brüder lieben, was immer sie uns antun!“ Nach diesen Worten fingen viele zu weinen an. „Wenn du die Waffen als Erster weglegst“, erklärte Martin immer wieder, „nimmst du dem Gegner gleichsam den Wind aus den Segeln. Du gibst ihm damit die Chance, gleichfalls die Waffen wegzulegen und auf Gewalt zu verzichten, ohne sein Gesicht zu verlieren oder sich gedemütigt zu fühlen.“

Anna Melach aus: „... wie aber führt man Frieden? Menschen die die Welt verändern, Tyrolia Verlag • Innsbruck-Wien

Wie die Hirten

Wie die Hirten
wollen wir gemeinsam aufbrechen
und auf Jesus zugehen
mit unseren Gaben und Talenten.

Wir wollen neugierig sein,
und das Kind betrachten,
mit der Botschaft des Engels im Ohr,
dass der Retter geboren wurde.

Wie die Hirten
wollen wir uns berühren lassen,
und die Wärme spüren,
die von dem Kind ausgeht.
Wir wollen innige Begegnung zulassen
und uns verbunden wissen
mit Gott und den Menschen um uns.

In diesen Momenten der Zuneigung
können wir vielleicht erahnen,
wie viel Frieden und Heil
dieses Kind in der Krippe
für uns bereit hält.



Seit Gott in Jesus Mensch wurde,

begegnet uns
das HEIL, wo wir heilen,
die LIEBE, wo wir lieben,
die FREIHEIT, wo wir befreien,
die FREUDE, wo wir schenken,
das LEBEN, wo wir unser Leben einsetzen.
Ein Stern hat Suchenden den Weg gewiesen,
zu Ihm, der Weg und Wahrheit ist.
In der Feier der Weihnacht möge sich uns allen
der „wegweisende Stern“ neu zeigen.

Segensgebet

Jesus, du willst uns Menschen ganz nahe sein.
Wir dürfen darauf vertrauen,
dass du uns und unsere Wege begleitest.
Wenn wir hier gemeinsam feiern und beten,
wissen wir uns mit dir
und allen anderen Christinnen
und Christen verbunden.
Wir bitten dich:
Segne und behüte uns,
sei uns Licht und lass uns Licht sein.
Amen.

Bitten

Herr, hilf uns, dass bei uns zu Hause
ein Ort des Friedens entsteht,
an dem wir behutsam miteinander umgehen
und Verzeihung und Versöhnung möglich ist.

Herr, hilf uns, dass bei uns zu Hause
ein Ort der Geborgenheit entsteht,
an dem wir gerne zusammen sind
und uns gegenseitig Wärme und Halt schenken.

Herr, hilf uns, dass bei uns zu Hause
ein Ort der Nächstenliebe entsteht,
an dem die Türen für notleidende Menschen
offen stehen und wir für sie auch unser Herz
öffnen.

Herr, hilf uns, dass bei uns zu Hause
ein christlicher Ort entsteht,
an dem der Glaube seinen Ausdruck findet,
wir miteinander beten
und du jederzeit willkommen bist.

Tischgebete

Vielleicht haben Sie Lust und Gelegenheit, die Tischgebete als Würfel zu falten und zusammenzukleben, ansonsten kann man sie auch gut als einzelne Kärtchen ausschneiden und auf den Esstisch legen.



Jedes Tierlein hat sein Essen,
jedes Blümlein trinkt von dir,
hast auch meiner
nicht vergessen,
lieber Gott, ich danke dir.
Amen.

Wir danken dir,
du treuer Gott,
auch heute
für unser täglich Brot:
Lass uns in dem,
was du uns gibst,
erkennen, Herr,
dass du uns liebst.
Amen.



Aus der braunen Erde
wächst unser täglich Brot.
Für Sonne, Wind und Regen
danken wir, o Gott.
Was auch sprießt
in unserm Land,
alles kommt aus deiner Hand.
Amen.



Lieber Gott, wir danken dir
für das schöne Essen hier.



Alle guten Gaben,
alles, was wir haben,
kommt, o Gott, von dir.
Wir danken dir dafür. Amen.



Komm, Herr Jesus,
sei unser Gast,
und hilf uns zu teilen,
was du uns gegeben hast.



Wir haben genug zu essen,
wir werden täglich satt.
Hilf, dass wir den nicht vergessen,
der nichts zu essen hat.



Abendgebete



Gott, der du heute mich bewacht,
beschütze mich auch diese Nacht.
Du sorgst für alle, groß und klein,
drum schlaf' ich ohne Sorgen ein.
Amen.



Bevor ich mich zur Ruh' begeben,
zu dir, o Gott, mein Herz ich hebe,
und sage Dank für jede Gabe,
die ich von dir empfangen habe.
Amen.



Nun geht der Tag zu Ende,
ich falte meine Hände
und freue mich auf morgen.
Bei Gott bin ich geborgen.
Amen.



Lieber Gott, ich schlafe ein,
lass mich ganz geborgen sein.
Die ich liebe, schütze du.
Decke allen Kummer zu.
Kommt der helle Morgenschein,
lass mich wieder fröhlich sein.



So ein schöner Tag war heute,
lieber Gott, und so viel Freude
hast du wieder mir gemacht.
Dankbar sag' ich gute Nacht.
Vater, Mutter, alle Lieben,
seien in dein Herz geschrieben.
Mit den Menschen hab' Erbarmen,
denke auch an alle Armen.
Amen.



Wer hat die Sonne denn gemacht,
den Mond und all die Sterne?
Wer hat den Baum hervorgebracht,
die Blumen, nah und ferne?
Wer schuf die Tiere, groß und klein?
Wer gab auch mir das Leben?
Das tat der liebe Gott allein,
drum will ich Dank ihm geben.
Amen.



Schon glänzt der goldne Abendstern,
gut Nacht, ihr Lieben nah und fern.
Schlaft ein in Gottes Frieden.
Die Blume schließt die Äuglein zu,
der kleine Vogel geht zur Ruh,
bald schlummern alle Müden.
Du aber schläfst und schlummerst nicht,
du treuer Gott im Sternenlicht,
dir will ich mich vertrauen.
Hab auf mich, dein Kindlein, Acht,
lass mich nach einer guten Nacht
die Sonne fröhlich schauen.
Amen.



Müde bin ich, geh' zur Ruh',
schließe meine Äuglein zu.
Vater, lass die Augen dein
über meinem Bette sein.
Alle, die mir sind verwandt,
Gott, lass ruh'n in deiner Hand.
Alle Menschen, groß und klein,
sollen dir empfohlen sein.
Kranken Herzen sende Ruh,
nasse Augen schließe zu,
lass den Mond am Himmel steh'n
und die weite Welt beseh'n.
Amen.

Im Segen erfahren wir Geborgenheit, Schutz und Heil

Weihwasser ist Zeichen für Gottes Leben spendende und heilende Kraft. Es verweist auf Gott, den Ursprung unseres Lebens.

Das erste Mal kommt der Christ/die Christin bei der Taufe mit Weihwasser in Berührung. Durch das Wasser der Taufe wird uns neues „göttliches“ Leben geschenkt und wir werden aufgenommen in die Gemeinschaft der Christinnen und Christen,

Wir möchten Sie einladen, dem Ritual des sich gegenseitig Segnens in Ihrer Familie Platz und Raum zu geben. Im Segen sagt uns Gott – in all unseren Lebenssituationen – Gutes zu. Wie er dem Menschen durch seinen Segen nahe ist, so können auch wir einander im Segen Gutes zusprechen. Der Segen ist sichtbares Zeichen der Liebe.

Zeichnen Sie Ihrem Kind ein Kreuzzeichen auf die Stirn oder legen Sie ihm zärtlich die Hände auf und sprechen Sie dabei einfache Segensworte.

Segenszeiten:

- vor dem Schlafen gehen
- vor dem Weggehen
- bei Krankheit, Schicksalsschlägen
- vor besonderen Situationen
- bei neuen Lebensabschnitten wie Eintritt in den Kindergarten, Erstkommunion, Firmung, Ehe
- bei Ereignissen im Jahreskreis wie Geburtstag, Namenstag, Kirchenfeste
- zur Stärkung
- bei Prüfungen, Schularbeiten

Der Herr segne dich und
lasse deinen Tag gelingen.
Er beschütze dich und
schenke dir Mut und Kraft.
Amen.

Der Herr segne dich,
er schenke dir eine ruhige Nacht
mit schönen Träumen und
ein fröhliches Erwachen. Amen.

Gott,
halte deine Hände über uns
und segne uns. Amen.

Es segne dich
Gott der Vater, der Sohn
und der Heilige Geist. Amen.

Einfache „Segenssätze“:
Du bist in Gott geborgen.
Gott beschützt dich.
Gott hat dich lieb.

Der Herr segne dich,
er schenke dir Geborgenheit,
Schutz und Heil,
Amen.

Begleite und behüte uns,
sei uns Licht und lass uns Licht sein.
So segne uns der gütige Gott,
der Vater, der Sohn
und der Heilige Geist. Amen.

Dich und alle,
denen du heute begegnest,
segne der Leben spendende Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige
Geist. Amen.

Aus der Schatzkiste vergangener Aktionszeiträume

Brauchtum im Advent

Kreuzen Sie auf den folgenden Seiten an, welche altbewährten und evtl. auch neuen Akzente Sie heuer im Advent auf alle Fälle = grünes Kästchen, vielleicht = gelbes Kästchen und auf keinen Fall umsetzen wollen = rotes Kästchen. Binden Sie evtl. auch andere Familienmitglieder in den Entscheidungsprozess ein und vereinbaren Sie gleich, wer sich um was kümmert.

- ☐ ☐ ☐ Geschenke – „Familienkonferenz“ zur Geschenkskultur einberufen – siehe Anregungen S. 25
- ☐ ☐ ☐ Adventkalender besorgen, basteln oder zusammenstellen
Wir haben für Sie gleich drei Vorschläge für einen Adventkalender
Vorschlag 1: Sie besorgen einen.
Vorschlag 2: Erstellen Sie einen Adventkalender mit besinnlichem Inhalt aus diesen Impulsen. Wenn Ihnen die Anregungen gefallen, freuen wir uns, wenn Sie den Link mit Freunden, Bekannten und Verwandten teilen bzw. auf die App aufmerksam machen.
Vorschlag 3: Adventband: Streichholzschachteln (oder andere kleine Schachteln oder auch Säckchen) schmücken, mit Datum beschriften, mit Kleinigkeiten füllen und auf ein Band kleben. Jeden Tag kann ein Stück des Bandes abgeschnitten werden. Die Schachteln (Säckchen) kann man auch an einer gespannten Schnur anbringen.
- ☐ ☐ ☐ Adventkranz besorgen
Der Kranz ist Zeichen für Gott, ohne Anfang und Ende – und für seine Liebe zu uns Menschen, die auch niemals endet. Er besteht aus Tannenzweigen. Gerade die Tanne ist als „immergrüner“ Baum besonders in der winterlichen Jahreszeit ein Symbol für das Leben und veranschaulicht die Hoffnung auf ein unvergängliches Leben. Die 4 Kerzen, von denen jede Woche eine mehr angezündet wird, weisen auf Christus hin, der von sich gesagt hat: „Ich bin das Licht der Welt“. Sein Kommen bedeutet, dass er Licht und Heil in unser Leben bringen will.
- ☐ ☐ ☐ Kekse backen – und dabei zumindest eine neue Sorte ausprobieren
- ☐ ☐ ☐ köstliche Weihnachtsbäckereien – Rezepte ab S. 37
- ☐ ☐ ☐ Türkranz – die Haustüre mit einem Kranz schmücken
Der Advent ist eine Zeit, in der wir die Ankunft Jesu Christi erwarten. Grund genug, jedem, der eintritt, besondere Aufmerksamkeit entgegen zu bringen. Wir schmücken die Türe mit einem Kranz, um zu sagen: „Komm herein! Du bist willkommen!“ Außerdem zeigen wir den Menschen mit diesem Kranz, dass wir uns auf Weihnachten freuen und vorbereiten.
- ☐ ☐ ☐ zum Fest der Hl. Barbara Barbarazweige einfrischen
Am Gedenktag der Hl. Barbara, dem 4. Dezember, werden in vielen Familien als „Barbarazweige“ Apfel- oder Kirschbaumzweige abgeschnitten. Im warmen Haus erblühen die Zweige bis Weihnachten. Der Brauch geht auf eine Legende zurück: Die heilige Barbara wurde, weil sie sich gegen den Willen ihres Vaters taufen ließ, in einen Turm gesperrt. Auf dem Weg dorthin verfang sich ein Zweig in ihrem Kleid. Sie stellte ihn ins Wasser und er erblühte am Tag ihrer Hinrichtung – ein Symbol für das Leben nach dem Tod. Legende der Hl. Barbara – S. 34
- ☐ ☐ ☐ Nikolausfeier – beim Feiern scheint uns wichtig, dass der Grund der Feier bzw. die Person, um die es geht, in den Mittelpunkt gestellt wird. Anregungen dazu auf den Seiten 4/5
- ☐ ☐ ☐ der Hl. Lucia gedenken
Es gehört in Schweden zum vorweihnachtlichen Brauchtum, doch der „Lichtbringerin“ kann auch bei uns gedacht werden, beispielsweise mit einem besonderen Frühstück – siehe S. 34
- ☐ ☐ ☐ Krippe aufstellen – dieser wunderschöne Brauch, der in vielen Familien zu Weihnachten dazugehört, geht auf den Hl. Franziskus zurück (siehe S. 28). Sollten Sie zu Hause keine Krippe haben, könnten Sie sich heuer evtl. einen Bogen mit einer Papierkrippe besorgen oder Sie kleben das Krippenmotiv der S. 30 auf einen Karton und stellen es gut sichtbar auf.
- ☐ ☐ ☐ Räuchern in der Weihnachtszeit – seit vielen Jahrhunderten ist es Brauch, am Heiligen Abend, am Silvesterabend und/oder am Abend vor dem „Dreikönigstag“ alle Familienmitglieder, Haus, Wohnung und Wirtschaftsgebäude mit Weihrauch zu segnen. Anregungen auf S. 27
- ☐ ☐ ☐ Christbaum aufstellen
Vermutlich ist das für Sie selbstverständlich. Wie wäre es heuer mit einer Besonderheit beim Schmücken des Baumes? – Wenn man z. B. Zettel mit Weihnachtsbotschaften (siehe S. 29/30) oder mit persönlichen Botschaften für Familienmitglieder aufhängen würde.

Besinnliches im Advent

-  Kerze anzünden – das ist eine kleine rituelle Handlung und bedeutet immer auch ein wenig „Auszeit“. Eine Kerze verbreitet lebendiges Licht und wärmt bis ins Innere. Sie bedeutet Trost, Hoffnung oder Liebe und kann eine wunderbare Brücke zu Gott und den Mitmenschen bauen. Mit dem Anzünden der Kerze zeigen Sie, dass Sie tiefere Verbindung suchen – für Sie selbst, zu anderen oder zu Gott. Manchmal tut es gut, ein Gebet oder eine Bitte zu formulieren.
-  Adventkranzkerze/n auch einmal unter der Woche anzünden
Auch hier spricht das Licht für sich und zeigt, dass wir auf das Kommen Jesu warten. Wenn Sie das mit Gedanken, Liedern oder Gebeten verbinden wollen, finden Sie in unseren Impulsen dafür mit Sicherheit genügend Anregungen.
-  Kerze verschenken
Schenken Sie jemandem eine Kerze und geben Sie dazu adventliche Texte mit, beispielsweise für die vier Adventsontage und die Weihnachtsfeier.
-  weihnachtliche Sprüche/Gedanken aufhängen
Sollte Ihnen einer oder mehrere Texte/Sprüche auf Seite 29/30 gefallen, könnten Sie diese/n mit schöner Schrift auf ein schönes Papier schreiben – oder auf einen Karton, der zu einem weihnachtlichen Motiv (Stern/Kerze/Komet ...) zurechtgeschnitten wurde. Auch die Gestaltung einer Art „Band“ wäre möglich. Es ist lustiger, wenn man die Gestaltung gemeinsam mit anderen Familienmitgliedern durchführt. Dann werden die Sprüche daheim aufgehängt.
-  Spruch oder Text verschenken
Wenn Sie in den Impulsen auf Texte, Sprüche, Geschichten oder Anregungen stoßen, die Ihnen gefallen, so geben Sie diese an Menschen in Ihrer Umgebung weiter. Entweder als einzelnen Text oder überhaupt gleich das ganze „Werk“, indem Sie den Link zu unseren Impulsen zum Download weiterleiten oder auf die App aufmerksam machen.
-  Weihnachtsmusik hören/spielen
Vielleicht besorgen Sie sich ganz „altmodisch“ eine Weihnachts-CD mit Geschichten und/oder Liedern. Wenn jemand Zuhause die Möglichkeit hat, eine digitale Playlist zu erstellen, so könnte evtl. ein kunterbunter Mix aus modernen und traditionellen Weihnachtsliedern zusammengestellt werden.
-  einen Weihnachtsliedtext auswendig lernen
Wäre es nicht wunderbar, wenn alle gemeinsam unter dem Weihnachtsbaum auswendig zumindest zwei Strophen eines Weihnachtsliedes singen könnten? Wie wäre es mit „Leise rieselt der Schnee“ oder „Still, still, still“ – zu finden im Liedanhang
-  Weihnachtstexte ausforschen
Suchen Sie nach Texten, die Ihr Weihnachtsfest bereichern könnten. Es darf ruhig auch Poesie sein, wie etwa der Klassiker von Rilke auf Seite 29.
-  In der Bibel lesen
Wir warten auf Jesus. Über Jesus wird in der Bibel berichtet. Vielleicht nehmen Sie sich die Zeit, das kürzeste Evangelium – jenes nach Markus – durchzulesen (das Weihnachtsevangelium finden Sie allerdings bei Lukas).
-  einen „Adventspaziergang“ unternehmen
Rüsten Sie sich mit einer Kerze, einer Kanne Tee oder Glühwein und evtl. auch Texten aus und wählen Sie ein Wegkreuz, ein Marterl oder eine Kapelle als Ziel. Dort wird die Kerze angezündet und der Text gelesen. Wenn Sie wollen, so tragen Sie auch noch Dank, Sorgen und Bitten vor Gott hin. Sie könnten als Vorbereitung auf Weihnachten auch das Weihnachtsevangelium lesen, das auf Seite 50 zu finden ist, auch ein Segensgebet könnte gesprochen bzw. gebetet werden.
-  ein Adventfrühstück genießen
Folgende Zutaten machen ein normales Frühstück zu einem Adventfrühstück: Guter Geruch, schöne Musik, Kerzenschein, besinnliche Texte und selbstverständlich auch ganz besondere Schmankerln. Die gleichen Zutaten funktionieren auch bei einer Adventjause untertags.
-  eine besinnliche Viertelstunde verschenken
Das ist ein einfaches, liebevolles und wunderschönes Geschenk. Packen Sie ein/zwei Beutel guten Tee, eine Kerze, passende Texte samt einem Begleitkärtchen zu einem „adventlichen Set“ und überbringen Sie diesen adventlichen Gruß an jemanden der das schätzt.

Besinnliches im Advent

- ☐ ☐ ☐ beim Essen ein Zeichen der Dankbarkeit setzen
Egal, wann etwas den Tag über gegessen oder getrunken wird: Halten Sie kurz davor gedanklich inne und setzen Sie ein inneres oder äußeres Zeichen der Dankbarkeit. Die Gedanken werden auf das Essen gelenkt, es wird bewusst zu sich genommen und genossen.
Möglicherweise möchten Sie eines der Tischgebete auf Seite 19 sprechen.
- ☐ ☐ ☐ am Morgen (S. 36) oder/und am Abend beten (S. 20)
- ☐ ☐ ☐ einander segnen, Segen aussprechen
Wir möchten Sie einladen, dem Ritual des sich gegenseitig Segnens in Ihrer Familie Platz zu geben – Anregungen auf Seite 21
- ☐ ☐ ☐ Rorategottesdienst/e besuchen
- ☐ ☐ ☐ Adventgottesdienst/e besuchen
- ☐ ☐ ☐ Weihnachtsgottesdienst besuchen
- ☐ ☐ ☐ Adventsonntag/e auch zu Hause mit besinnlichen Elementen feiern – Anregungen ab Seite 3
- ☐ ☐ ☐ Weihnachten auch zu Hause mit besinnlichen Elementen feiern – Anregungen ab Seite 9

Adventliches nach Lust und Laune

- ☐ ☐ ☐ jeden Tag verlässt etwas mein Zuhause
Was halten Sie von der Idee, dass im Advent jeden Tag etwas aussortiert wird? Im Optimalfall werden Dinge, die nicht mehr gebraucht werden, sinnvoll weitergegeben – mehr dazu auf S. 26
- ☐ ☐ ☐ einen Christkindlmarkt besuchen – wenn dies möglich ist
- ☐ ☐ ☐ in einer Buchhandlung oder Bücherei nach Weihnachtsliteratur, Weihnachtsgeschichten, Weihnachtsbasteleien ... suchen
- ☐ ☐ ☐ jedes Familienmitglied macht sich auf die Suche nach einer Weisheits- oder Weihnachtsgeschichte, die dann zu einem vereinbarten Zeitpunkt möglichst vielen anderen Familienmitgliedern vorgelesen wird. Es darf auch ein Gedicht oder Lied sein.
- ☐ ☐ ☐ von den Familienmitgliedern wird ein eigener Adventtext verfasst – vielleicht bringt sogar jemand so etwas wie ein Gedicht zustande
- ☐ ☐ ☐ Sternspritzer an einem besonderen Ort anzünden oder welche verschenken
- ☐ ☐ ☐ eine Person einladen, die ich schon länger nicht gesehen habe
- ☐ ☐ ☐ eine Person besuchen, die ich schon länger nicht gesehen habe
- ☐ ☐ ☐ über eine/n Heilige/n recherchieren – dazu eignet sich hervorragend das ökumenische Heiligenlexikon im Internet
- ☐ ☐ ☐ Familienmitglieder recherchieren zu einem Brauchtumselement und bereiten einen „Minivortrag“ vor, der dann innerhalb der Familie gehalten wird.
- ☐ ☐ ☐ „Krippele schauen“ – vielleicht lohnt sich ein Ausflug in eines der Krippendörfer
- ☐ ☐ ☐ Materialien für Krippe im Wald sammeln
- ☐ ☐ ☐ Weihnachtskarte oder Geschenksanhänger gestalten – Textanregungen auf Seite 29/30
- ☐ ☐ ☐ Wohnung oder Fenster dekorieren
- ☐ ☐ ☐ Scherenschnitt – unter dem Suchbegriff „Scherenschnitt Weihnachten“ findet man Motive und Vorlagen
- ☐ ☐ ☐ ein Bild ausmalen – Ausmalbilder sind gut im Internet zu finden
- ☐ ☐ ☐ Strohsterne basteln
- ☐ ☐ ☐ für andere da sein – Zeit schenken
- ☐ ☐ ☐ etwas spenden
- ☐ ☐ ☐ für mich selber ein Geschenk besorgen
- ☐ ☐ ☐ daheim gemütlich machen mit Weihrauch oder Duftlampe, Musik, Knabbereien, Mandarinen ... und worauf man sonst noch Lust hat

Weihnachtungswünsche besprechen!

Zu Weihnachten wurden in den letzten Jahren knapp 400 Euro/Person (laut Statista) für Weihnachtsgeschenke ausgegeben. Angesichts dieser Tatsache lohnt es sich vielleicht, bei einem „Familienrat“ die weihnachtliche Geschenkskultur und den Ablauf des Weihnachtsfestes samt des darauf folgenden Feiertages zu besprechen. Das hängt natürlich vom Alter der Kinder ab.

Jede/r soll und darf seine (Änderungs-)Wünsche und Programmpunkte anmelden, gemeinsam werden sie dann verbindlich festgelegt. Jedes Familienmitglied macht für sich eine Bestandsaufnahme, was sie/er zu Weihnachten wirklich wünscht.

	Mama			Papa		
	ja	egal	nein	ja	egal	nein
materielle Geschenke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
falls ja – Preislimit vereinbaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gutschein für eine Tätigkeit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
selbstgemachte Geschenke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Brief auf oder unter Christbaum ¹	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
verzichten und spenden ²	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
sonst etwas „Gutes“ tun ³	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kekse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
inhaltlich anders gestalten ⁴	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Kind			Kind		
	ja	egal	nein	ja	egal	nein
materielle Geschenke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
falls ja – Preislimit vereinbaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gutschein für eine Tätigkeit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
selbstgemachte Geschenke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Brief auf oder unter Christbaum ¹	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
verzichten und spenden ²	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
sonst etwas „Gutes“ tun ³	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kekse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
inhaltlich anders gestalten ⁴	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

¹ Für jedes Familienmitglied ein Brief mit einer individuellen Weihnachtsbotschaft.

² Was bei den Geschenken gespart wird, wird gespendet.

³ Sich bei Verwandten/Bekannten melden oder besuchen, jemandem eine Freude machen, zuhören, für andere Zeit nehmen etc.

⁴ Weihnachten ist ein christliches Fest, wer übernimmt entsprechende Gestaltungselemente?

Überlegungen beim Kauf von Geschenken

Im Dezember wird viel gekauft und bevor alle weihnachtlichen Besorgungen gemacht werden sollte man noch einmal genau überlegen: Wird das, was ich kaufe, gebraucht oder geschätzt? Verbessert oder verschönert es die Weihnachtszeit? Stehe ich zu dem Gekauften, fließt etwas von mir ein, wurde es mit Sorgfalt und Liebe ausgesucht? Welchen Stellenwert wird das Geschenk in einem Monat/einem halben Jahr/einem Jahr beim Beschenkten haben?

Folgendes möchte ich heuer in der Weihnachtszeit verstärken:

Folgendes möchte ich heuer in der Weihnachtszeit vermeiden:

01. bis 24. Dezember: Was verlässt mein Zuhause?

Mindestens ein Gegenstand pro Tag!

Ab 1. Dezember verlässt jeden Tag ein Gegenstand Ihr Zuhause. Es darf aber auch mehr sein. Dabei wird besonders auf nicht mehr benötigte Kleidungsstücke und Schuhe geachtet. Durchforsten Sie Ihre Schränke – alles, was zwei Jahre lang nicht mehr benutzt wurde, können Sie getrost aussortieren und möglichst sinnvoll weitergeben.

Das wären bis zum 24. Dezember 24 Gegenstände. Und geben Sie sich nicht nur mit Kleinkram ab. Weil ein tägliches Aussortieren praktisch eher schwierig ist, können Sie auch ein- bis zweimal/Woche thematische oder örtliche „Befreiungsschläge“ durchführen und gesammelt eintragen, z. B. am 04. Dezember: alle überflüssigen Bücher.

Verzicht und Genuss

Im Dezember wird viel konsumiert. Bitte überlegen Sie jeden Abend, was Sie während des Tages gegessen und getrunken haben und tragen Sie in untenstehende Spalte täglich abwechselnd ein, worauf Sie am ehesten hätten verzichten können und was Sie besonders genossen haben. Das hat mit Sicherheit positive Auswirkungen auf Ihren täglichen Konsum!

01.12.	
02.12.	
03.12.	
04.12.	
05.12.	
06.12.	
07.12.	
08.12.	
09.12.	
10.12.	
11.12.	
12.12.	
13.12.	
14.12.	
15.12.	
16.12.	
17.12.	
18.12.	
19.12.	
20.12.	
21.12.	
22.12.	
23.12.	
24.12.	

Und hier geben wir Ihnen eine kleine Auswahl: Was haben Sie lange nicht verwendet, was steht oder liegt nur herum? Durchsuchen Sie:

- Küchenutensilien
- Kosmetikartikel
- Erinnerungsstücke
- Möbelstücke
- Medikamente
- Lebensmittelvorräte
- Spielsachen
- Fensterbänke
- Elektronik/Kabel
- Krimskrams
- Geschirr
- Keller
- Regale
- Bücher
- Bilder
- CDs/DVDs
- Werkzeug
- Schreibtisch
- Bastelmaterial

TIPP – auf die Schnelle: Gehen Sie mit einer Kiste 15 Minuten durch Ihre Wohnung und geben Sie alles, was Sie nicht mehr benötigen, in die Kiste. Danach entscheiden Sie, was Sie verschenken, spenden, verkaufen oder entsorgen.

01.12.	
02.12.	
03.12.	
04.12.	
05.12.	
06.12.	
07.12.	
08.12.	
09.12.	
10.12.	
11.12.	
12.12.	
13.12.	
14.12.	
15.12.	
16.12.	
17.12.	
18.12.	
19.12.	
20.12.	
21.12.	
22.12.	
23.12.	
24.12.	

Räuchern in der Weihnachtszeit

Als Raunächte bezeichnen wir die Nächte um den Jahreswechsel. Das Ritual des Räucherns ist eng mit den Raunächten verbunden. Die Anzahl der Raunächte variiert je nach Region zwischen vier und zwölf Nächten im Zeitraum zwischen der Wintersonnenwende am 21. Dezember und dem Dreikönigstag am 6. Jänner. Am bekanntesten sind die vier Raunächte:

21./22. Dezember (Wintersonnenwende, Thomasnacht)

24./25. Dezember (Heilige Nacht)

31. Dezember/1. Januar (Silvesternacht)

5./6. Januar (Dreikönigsnacht)

Wir alle kennen das Gefühl, an einer Schwelle zu stehen. Wir spüren es am Übergang in eine neue Lebensphase oder auch in ein neues Jahr. Die Weihnachtszeit ist so eine Schwellenzeit. Jetzt geht es darum, Vergangenes hinter uns zu lassen und zuversichtlich in den neuen Jahreskreis zu gehen. An der Schwelle wünschen wir uns, begleitet zu sein von Menschen, die uns nahe sind. Wir blicken zurück und danken für das, was hinter uns liegt. Wir bitten um Schutz und Segen für das Kommende.

Das alte Ritual des Räucherns von Haus und Hof ist ein Segensritual. Im Rauch, der zum Himmel aufsteigt, verbinden wir uns mit dem Göttlichen. Der Rauch ist unsere Botschaft an den Himmel. In diese Botschaft legen wir alle Sorgen und Ängste hinein und lassen los. In diese Botschaft legen wir all unser Hoffnung und Zuversicht und vertrauen auf das Gute.

Räucheritual für das Haus – Räuchergefäß vorbereiten

Mit einem Räuchergefäß mit glühenden Kohlen und Räucherwerk, sowie mit Weihwasser und einem Tannenzweig, gehen wir von Raum zu Raum.

Wir sind eingeladen, in jedem Raum das auszusprechen, was uns ein Herzensanliegen ist. Niemand weiß das so gut, wie wir selber. Voll Zuversicht dürfen wir auf die Kraft unserer persönlich gesprochenen Gebete vertrauen. Hier ein paar Anregungen:

Kreuzzeichen

Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Im Eingangsbereich

Gott, der du in uns wohnst, wir danken dir für diese Wohnung/dieses Haus. Lass die Menschen, die hier ein- und ausgehen, in guter Gesinnung kommen und gehen.

In der Küche/im Esszimmer

Gott, du Brot des Lebens, wir danken dir für unsere Nahrung. Mögen die Speisen hier gut gelingen und uns stärken und nähren. Gib uns unser tägliches Brot und das, was wir zum Leben brauchen. Lass unsere Gespräche gelingen und stärkend sein.

Im Wohnzimmer

Gott, du Licht der Welt, wir danken dir für die Geborgenheit, die Gemeinschaft und die Freude, die wir hier miteinander erleben können. Reinige diesen Raum von Streit und Kleinlichkeit. Schenk uns immer wieder die Gabe, aufeinander zuzugehen und einander offen und vertrauensvoll zu begegnen.

Im Schlafzimmer

Gott, wir danken dir für die Nacht, die Ruhe und den Schlaf. Hilf uns, unser Tagwerk am Ende des Tages „gut sein zu lassen“. Zuversichtlich legen wir es in Deine Hände. Schenke uns die Ruhe, die wir brauchen und einen erholsamen Schlaf.

Im Kinderzimmer

Gott, du Beschützer und Wegbegleiter der Kinder, segne dieses Zimmer und segne ... (Name/n). Segne uns und alle, die ... (Name/n) begleiten. Lass uns ein Segen füreinander sein.

Im Bad

Gott, du Quelle des Lebens, wir danken dir für das reine Wasser, das für uns so selbstverständlich ist. Möge uns das Wasser am Abend helfen, alles Belastende und Schwere loszulassen. Reinige und segne uns und hilf uns jeden Morgen, erfrischt und zuversichtlich in den neuen Tag zu gehen.

Räuchern in der Weihnachtszeit

In Arbeitsräumen

Gott, der du diese Erde so wunderbar geschaffen hast, wir danken dir für unsere eigene Schaffenskraft. Hilf uns, mit Ärger, Druck und Stress gut umzugehen und segne diesen Raum. Segne, was wir schaffen. Hilf uns, die Balance zu finden zwischen Aktivität und Ruhe.

Lied

Segen

Guter, ewiger Gott, du begleitest uns auf unseren Lebenswegen.

Wie der Duft des Weihrauchs unsere Räume erfüllt, so erfülle du uns mit deiner Liebe.

Segne uns Gott, heute (an diesem Abend und in dieser Nacht) und alle Tage:

Vater, Sohn und Heiliger Geist. Amen.

Räuchermischung

Folgende Räuchermischung kann selbst vorbereitet werden. Am einfachsten ist es, dabei Küchenkräuter und selbst getrocknete Kräuter zu verwenden. Diese Zusammensetzung ist besonders für Kinder geeignet!

1 Teil Weihrauch

1 Teil Rosenblüten oder getrocknete Tannennadeln

1 Teil Thymian

1 Teil Lavendel

1 Teil Rosmarin

Buchtipp: Räuchern zu heiligen Zeiten von Hannelore Kleiß

Informationen zum Weihnachtsfest

Geburtstag: unbekannt

Der genaue Geburtstag Jesu ist unbekannt. Es wird berichtet, dass um ca. 300 n. Chr. in Ägypten erstmalig ein Weihnachtsgottesdienst gefeiert wurde. Im vierten Jahrhundert wurden auch die beiden großen Festtage der Weihnachtszeit festgelegt: Die römische Kirche wählte den 25. Dezember, der als Tag der Wintersonnenwende gefeiert wurde. Dem setzte die Kirche Jesus Christus als die wahre Sonne und das wahre Licht der Welt entgegen. Die Ostkirche hat den 6. Januar bevorzugt, das Fest der Erscheinung des Herrn. Im Jahr 831 n. Chr. wurde das Weihnachtsfest durch die Mainzer Synode in Mitteleuropa eingeführt.

Die Krippe des Hl. Franziskus von Assisi

Im Jahr 1223 feierte der heilige Franziskus von Assisi im Wald von Greccio in einem echten Stall mit Ochs und Esel und einer strohgefüllten Krippe Weihnachten, um so der Bevölkerung die Weihnachtsgeschichte näher zu bringen. Bald danach wurden Krippen in vielen Kirchen und Klöstern, später dann auch in Wohnungen/Häusern aufgestellt.

Der Paradiesbaum

Im 17. Jahrhundert schmückten die Menschen in der Stadt Straßburg erstmalig eine Tanne

als Paradiesbaum, als Christbaum.

Papierrosen und Äpfel, später auch Kerzen, weisen als Symbole für Leben und Licht auf Jesus hin. Auch Süßspeisen drücken die Freude über das Fest aus. Traditionsbäckereien wie der Weihnachtsstollen haben einen hohen Symbolwert. Die dicke Staubzuckerschicht weist auf die Windeln hin, in die das Jesuskind gewickelt wurde. Lebkuchen oder Zelten waren ursprünglich eine Fastenspeise. Typisch ist die Zubereitung mit Honig und orientalischen Gewürzen wie Zimt, Nelken, Kardamon, Anis etc.

Familienfest

Erst im 18. Jahrhundert entwickelte sich das Weihnachtsfest zum „Familienfest“, bekam romantische Züge und wurde zum „Kinderbeschenktage“. In den Häusern der Familien wurden Christbäume aufgestellt und Krippen aufgebaut, Weihnachten wurde privater. Viele Menschen wünschen sich, Weihnachten möglichst ohne Stress zu feiern. Andererseits ist da auch der Wunsch, seine Familie um sich zu haben, etwas Besonderes zu kochen, seine Lieben zu beschenken, harmonische Tage zu erleben ... Doch zu hohe Erwartungen verursachen gerade Stress. Es ist hilfreich, die Vorstellungen der einzelnen Familienmitglieder im Vorfeld abzuklären.

www.familien-feiern-feste.net

Texte/Sprüche/Poesie

Mit der Geburt von Christus
hat nicht nur eine neue Zeitrechnung begonnen,
die Begegnung mit ihm ermöglicht
Zeiten des Friedens und des Heils.



Weihnachten sind wir eingeladen,
aus der Begegnung mit Christus
die Begegnung mit den Menschen zu lernen.



Gott zeigt uns mit der Geburt von Jesus,
wie sehr er uns beschenken will,
wie nahe er uns sein möchte,
wie tief seine Zuneigung geht.



Weihnachten ist eine Einladung,
die eigene Menschwerdung
entlang von Glauben, Tradition
und Nächstenliebe zu entfalten.



Weihnachten bietet Raum für innige Begegnungen.
Betrittst du ihn, wird eine tiefere Beziehung
zu deiner Umgebung, den Menschen
und Gott möglich.



Weihnachten: Aufbrechen, wie die Hirten –
mit dem Ziel, Jesus zu begegnen.
Sich von der Begegnung berühren lassen
und die Fülle und das Heil erahnen!



Der Sinn des Weihnachtsfestes
liegt sicher auch darin,
dass Christus in mir geboren,
also zum Leben erweckt wird.



Geschenke sind ein Zeichen der Liebe,
denn schenken heißt:
Ich habe mich mit dir beschäftigt,
ich möchte dir eine Freude machen,
ich fühle mich mit dir verbunden,
du bist mir etwas wert.



Herr, gib, dass hier bei uns zu Hause
Betlehem entsteht, ein Ort des Friedens,
der Zärtlichkeit, der Nestwärme, des Hl. Geistes.
Ein Ort, an dem wir gerne beieinander sind
und an dem du jederzeit willkommen bist.

Weihnachten:
Zur Ruhe kommen,
innehalten,
hineinhorchen,
Ausschau halten und staunen
über die leisen Spuren Gottes
in unserem Leben.



Es treibt der Wind im Winterwalde
die Flockenherde wie ein Hirt
und manche Tanne ahnt wie bald
sie fromm und lichterheilig wird
und lauscht hinaus.
Den weißen Wegen streckt sie
die Zweige hin – bereit
und wehrt dem Wind und wächst entgegen
der einen Nacht der Herrlichkeit.

Rainer Maria Rilke (1875-1926)



Wir wünschen frohe Weihnachten
... mit Geschenken, die das Herz erwärmen
... mit Menschen, die vor Freude strahlen
... mit Christus, der unser Leben begleitet.

Irischer Weihnachtssegen

Gott lasse dich
ein gesegnetes Weihnachtsfest erleben.

Gott schenke dir die nötige Ruhe,
damit du dich auf Weihnachten
und die frohe Botschaft einlassen kannst.

Gott nehme dir Sorgen und Angst
und schenke dir neue Hoffnung.

Gott bereite dir den Raum, den du brauchst
und wo du so sein kannst, wie du bist.

Gott schenke dir die Fähigkeit zum Staunen über
das Wunder der Geburt im Stall von Bethlehem.

Gott mache heil, was du zerbrochen hast
und führe dich zur Versöhnung.

Gott gebe dir Entschlossenheit,
Fantasie und Mut, damit du auch anderen
Weihnachten bereiten kannst.

Gott bleibe bei dir mit dem Licht der Heiligen
Nacht, wenn dunkle Tage kommen.

Gott segne dich und schenke dir seinen Frieden

Texte/Sprüche/Poesie

Bedarfst du meiner Hände, Herr,
damit sie an diesem Tag
den Kranken und Armen helfen,
die sie brauchen?
Herr, dir geb' ich heute meine Hände.

Bedarfst du meiner Füße, Herr,
damit sie an diesem Tag
mich zu jenen tragen,
die einen Freund ersehnen?
Herr, dir geb' ich heute meine Füße.

Bedarfst du meiner Stimme, Herr,
damit ich an diesem Tag
zu allen spreche,
die dein Wort der Liebe brauchen?
Herr, dir geb' ich heute meine Stimme.

Bedarfst du meines Herzens,
damit ich an diesem Tag
einen jeden ohne Ausnahme liebe?
Herr, dir geb' ich heute mein Herz.

Mutter Teresa

Weihnachten heißt:

Mit Hoffnung leben,
sich die Hände zur Versöhnung reichen,
Fremde aufnehmen,
einander helfen, das Gute zu tun,
die Tränen trocknen.
Wenn einer dem anderen Liebe schenkt,
wenn die Not des Unglücklichen gemildert wird,
wenn Herzen zufrieden und glücklich sind,
steigt Gott herab vom Himmel
und bringt das Licht: Dann ist Weihnachten.

aus Haiti

Freude tut unserer Seele gut.

Sie behält das Gute im Blick.
Freude ist nicht nur ein Gefühl,
sondern eine machtvolle Energie,
die uns aufleben lässt.
Nicht umsonst heißt die biblische Botschaft:
„Frohe Botschaft“.
Eine frohe, innere Gestimmtheit
ist wie ein Licht,
das alles, was ihm begegnet,
erhellte und zum Leuchten bringt.

Hildegard Anegg

Betrachtung Kerzenschein

Das Licht einer Kerze durchdringt
die finsterste Finsternis
und strahlt mit seiner milden Wärme
auch in die hintersten Winkel unserer Herzen.

Das Licht einer Kerze macht lebendig,
es zaubert ein Leuchten in unsere Augen
und lässt die Schatten tanzen.

Das Licht einer Kerze schenkt Liebe und Trost,
es knüpft ein wunderbares Band
zwischen uns Menschen,
und baut eine Brücke zu Gott.

Dabei verschenkt sich die Kerze,
sie gibt sich her, wird weniger,
doch hunderte andere Lichter
können an ihr entzündet werden.

Je mehr Licht wir Menschen verbreiten,
je mehr wir von uns hergeben,
umso heller und lichter wird es in uns selbst.
Wenn wir uns „hergeben“, so werden wir mehr.



Geschichten

Herbergssuche mit Überraschungen

Das Elisabethinum in Axams in Tirol ist eine Einrichtung, in der Kinder mit körperlicher und mehrfacher Behinderung betreut werden. Folgendes hat sich dort vor etwa 20 Jahren ereignet:

Kurz vor Weihnachten herrscht im Elisabethinum immer viel Aufregung, immerhin kommt ja das Christkind. In der Woche vor dem heiligen Abend wird an drei Tagen ein weihnachtliches Stück aufgeführt. Damals – vor über 20 Jahren – hat man mit den Kindern die Herbergssuche gespielt.

Es gab unzählige Proben, Kostüme wurden hergerichtet, die Dekoration sorgfältig vorbereitet. Alles fieberte der ersten Vorstellung entgegen. Und endlich war es so weit. Eltern, Verwandte und Ehrengäste waren gekommen.

Nachdem alle ihre Plätze gefunden hatten, wurde es ruhig und bald darauf trat Maria mit Josef an der Hand auf die Bühne. Maria war wunderschön ge-

kleidet und hatte einen stattlichen „Schwangerenbauch“. Nun stand die mühsame Suche nach einem Quartier auf dem Programm. Josef klopfte gleich an der ersten Tür. Das Kind, das die Rolle des schroffen Gastwirtes übernommen hatte, war sehr nervös. Es öffnete, sah die beiden vor sich stehen und in der Aufregung siegte das Herz über den Verstand: „Kemmts eina“, brach es aus ihm heraus.

Das kam für alle Beteiligten überraschend und sorgte für Verwirrung, aber auch für einige Schmunzler. Nach kurzer Zeit war es dann wieder so weit, dass die Herbergssuche weitergehen konnte, wie wir alle sie kennen.

Dieses Kind hat eines ganz richtig begriffen. Wo Not ist, muss man helfen. Da darf ruhig das Herz die Regie übernehmen, weil die Vernunft uns zu oft zögern lässt.

Nicht mit leeren Händen

Die Hirten hielten Nachtwache bei ihrer Herde. Da wurde die Dunkelheit mit einem Mal von einem hellen Glanz erfüllt und ein Engel trat auf die erschrockenen Männer zu. Er sprach: „Fürchtet euch nicht, denn ich verkünde euch eine große Freude. Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren, er ist der Messias, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das in Windeln gewickelt in einer Krippe liegt.“

Diese Nachricht verursachte große Aufregung. Der Messias war gekommen! Der, auf den alle Menschen im ganzen Land schon so sehnsüchtig gewartet hatten, weil er Frieden und Heil bringen sollte, er war da!

Da gab es kein Halten mehr, die Hirten wollten das Kind in der Krippe unbedingt sehen, aber sie wollten auch nicht mit leeren Händen kommen. So überlegten sie, was sie dem Kind in Bethlehem schenken könnten.

Einer von ihnen brachte einen Laib Brot, den ihm seine Frau zur Arbeit mitgegeben hatte und ein ordentliches Stück Schafskäse. „Das wird das Kind und die Familie stärken“, brummte er.

Ein anderer füllte einen Korb mit Früchten und meinte: „Vitamine sind gesund“.

Der kräftigste von ihnen holte so viele Holzscheite, wie er gerade noch tragen konnte – „damit das Kind nicht friert.“

Neben ihm stand ein eher schwächlicher Bursche, der zupfte eine Flöte aus seiner Hosentasche, denn „Musik beruhigt“.

Wieder einer zog einen Wollschal aus seiner Umhängetasche und verkündete mit leisem Stolz:

„Den habe ich selber gemacht, so bekommt das Kind in der Krippe eine weiche und warme Unterlage.“

Unter den Hirten gab es auch einen echten Meister im Schnitzen, der brachte einen wunderschönen Esel zum Vorschein, denn „ein Kind braucht etwas zum Spielen“.

Schließlich trat der Älteste von ihnen in leicht gebückter Haltung heran. Er hatte eine Laterne in der Hand und sagte: „Ich schenke dem Kind eine Laterne, sie bringt Licht in die Dunkelheit, und ich möchte dieses Kind, von dem das Heil ausgeht, auch ganz genau betrachten können.“ Jetzt, so waren sich die Hirten einig, konnten sie losziehen. Nach einem ordentlichen Fußmarsch kamen sie beim Stall an. Maria und Josef freuten sich sehr über den Besuch der Hirten und über die schönen Geschenke, die sie alle gut gebrauchen konnten. Und weil im Stall immer ein wenig der Wind durch die Ritzen pfiiff, nahm Maria das Kind aus der Krippe, wickelte es in den mitgebrachten Wollschal und legte es dann ganz behutsam in die Arme eines Hirten. Nun durften alle das Jesuskind eine Weile halten und im Schein der Laterne betrachten. Jeder von ihnen konnte spüren:

Das war ein ganz besonderer Moment, fast schien es so, als würde das Kind die Hirten anlächeln. Voller Freude machten sie sich auf den Weg zurück zur Herde und eines war für sie sonnenklar: Keiner von ihnen würde diese schöne und innige Begegnung mit dem Kind je vergessen und diese mit ihren guten Wünschen, Gedanken und Gebeten begleiten.

Geschichten

Der Wert eines Geschenkes

Zu Weihnachten wird viel verschenkt und es ist gar nicht so einfach, für jeden die richtigen Geschenke zu besorgen. Um den Menschen ein wenig Orientierung zu geben, beschlossen die Engel, ihnen mit einer besonderen Aktion zu helfen:

Mit einem mobilen Stand klapperten sie alle Orte Österreichs ab. Wer wollte, konnte vorbeikommen und sein Geschenk begutachten und bewerten lassen.

Wohin die Engel auch kamen, überall bildeten sich sofort Warteschlangen, weil viele Menschen wissen wollten, ob ihr Geschenk auch das Passende wäre. Eine Begutachtung dauerte auch gar nicht lange, schon nach ein, zwei Minuten vergaben die Engel für jedes Geschenk Sterne:

Einen Stern für ein „geht gerade noch“ Geschenk, zwei Sterne für ein „passables“ Geschenk, drei Sterne für ein „schon recht ordentliches“ Geschenk, vier Sterne für ein „wirklich gutes“ Geschenk und fünf Sterne für einen „Volltreffer“.

Die Bewertung schien etwas willkürlich zu sein.

Der eine bekam für einen Fernseher mit 170 cm Bilddiagonale nur einen Stern, während die andere für eine Märchen-CD vier Sterne bekam. Eine

ältere Frau hielt nichts als eine Weihnachtskarte in den Händen, die nach wenigen Augenblicken mit fünf Sternen bedacht wurde.

Ein Mann mittleren Alters beobachtete, dass für genau die gleichen Geschenke oft unterschiedlich viele Sterne vergeben wurden. Als er an die Reihe kam und für die Halskette, die er seiner Frau schenken wollte, nur einen Stern erhielt, geriet er in Wut und schrie die Engel an. „Wie wird denn hier eigentlich bewertet?“

Da antwortete einer der Engel:

„Wir bewerten hier, wie viel Liebe in dem Geschenk steckt, denn das macht den Wert des Geschenkes aus. Wie viele Gedanken mache ich mir um den Beschenkten, wie viel Freude möchte ich ihm bereiten, wie sehr befasse ich mich mit diesem Menschen?“

Schauen Sie, diese ältere Frau mit der Weihnachtskarte in der Hand: Sie betet regelmäßig für ihre Kinder und Enkelkinder und schließt diese zu Weihnachten ganz besonders fest in ihr Herz – das ist ein wirklich wertvolles Geschenk.“

Der Mann wurde ruhig und ging nachdenklich nach Hause.

Der Segen des Brotes

Drei Menschen auf der Flucht wurden von Soldaten verfolgt.

Die Frau hielt ein Neugeborenes im Arm, nur wenige Tage alt, der Mann klopfte an die Tür eines Hauses, aus dessen Kamin Rauch aufstieg.

Die Hausherrin war gerade dabei, Brot zu backen.

Als sie hörte, warum die drei vor der Tür standen, zögerte sie nicht. Mit ihren mehligen Händen machte sie das Haar des Mannes grau. Er setzte sich zum Ofen und beugte den Rücken. Die Frau führte die junge Mutter zum Tisch. Aber was sollte mit dem Kind geschehen? Schon waren draußen die Soldaten zu hören, die rasch näherkamen. Da legten die beiden Frauen in ihrer Not das Kleine mitten in die große Schüssel. Der Teig teilte sich wie einst das Meer vor Moses. Gerade noch konnten die zwei ein Tuch darüberlegen, da wurde auch schon die Türe aufgestoßen.

Die Soldaten stürmten ins Haus auf der Suche nach einem neugeborenen Kind. Sie durchsuchten alles vom Dachboden bis zum Keller, stießen ihre Schwerter in jeden Heuhaufen, räumten sogar die Holzscheite auf die Seite. Doch sie fanden nur einen grauen alten Mann in der Ecke und zwei Schwestern beim Backen, die erschrocken dastanden.

Der Teig war gut aufgegangen und quoll schon über den Rand des Gefäßes.

Als die Männer wieder fort und nicht mehr zu hören waren, schauten sich die beiden Frauen an. Gleich hoben die beiden das Tuch über der Schüssel. Ruhig schlafend lag das Kind weich, warm und geborgen. Die Mutter hieß Maria, sie hob nun das Neugeborene heraus und sprach ihren Segen über dem Brotteig.

Als die drei Flüchtenden wieder unterwegs waren, setzte die Hausherrin ihre Arbeit fort. Sie formte einen Laib nach dem anderen. Brot und noch mehr Brot wurde gebacken. Bald lag es auf allen Tischen, in den Kästen und auf den Fenstersimsen. Immer noch war die Schüssel voll. Schließlich holte die Hausherrin ihre Nachbarinnen, um dieses Wunder zu teilen.

Jede nahm ein Stück vom gesegneten Teig mit nach Hause.

Seit diesem Tag kennen wir Menschen den Sauerteig. Noch heute wird er von Haus zu Haus weitergegeben. Und gewiss liegt noch heute der Segen Marias auf unserem Brot, weil das Jesuskind einst darin geborgen lag.

aus dem 4. Geschichtenadventkalender von
Edith Eckholt und Frau Wollé (www.frauwolle.at)

Geschichten

Ein wirkliches Friedenslicht

Einst lebte ein Ritter mit seiner Mutter in einer schönen, großen Burg. Er war extrem ehrgeizig und wollte der beste Kämpfer im Land werden. Täglich trainierte er das Reiten, Fechten, den Umgang mit der Lanze und dem Morgenstern. Und es dauerte nicht lange, da war er ein gefürchteter Mann. Er ging keinem Kampf aus dem Weg und jeder Sieg machte ihn hochmütiger. Aber nicht nur mit seinen Gegnern, auch mit anderen Leuten kannte der Ritter bald kein Erbarmen mehr.

Die armen Leute, die immer wieder an die Burgtore kamen, um zu betteln, wurden von ihm persönlich verjagt, für deren Kinder, die sich – oft in Lumpen gekleidet – um die Burg herum trieben, hatte er nur Spott übrig. Jeder fürchtete ihn, niemand mochte ihn.

Dieses unbarmherzige Verhalten bereitete der Mutter des Ritters großen Kummer und sie wurde sehr, sehr krank. Sie überlegte hin und her, schließlich holte sie ihren Sohn ans Krankenbett und betraute ihn mit einer Aufgabe: „Damit ich gesund werden kann, musst du ins Heilige Land reisen und mir das Friedenslicht mitbringen“. Sofort machte sich der Ritter auf den Weg und nach einer langen Reise kam er an die Geburtsstätte Jesu. Nachdem er dort das Friedenslicht in einer Laterne übernommen hatte, machte er sich sofort auf den Heimweg.

Kaum hatte er den Rückweg angetreten, lauerten ihm Räuber auf. Er konnte sich nicht wehren, denn mit einer Laterne in der Hand lässt sich nicht kämpfen. Er, der sonst alles besiegen konnte,

musste sich aufs Verhandeln verlegen. Auch die Räuber hatten Mütter und erbarmten sich – zumindest ein wenig. Sie nahmen ihm sein Geld, seine Kleider – ausgenommen der Unterwäsche – und seine Ausrüstung, ließen ihm aber einen alten Gaul, auf dem er seinen Weg fortsetzen konnte. Es dauerte nicht lange, da kam ein heftiger Wind auf, fast schon ein Sturm – die Angst und Sorge um seine Mutter wuchs und um das Licht zu schützen, setzte er sich verkehrt aufs Pferd. Das war mehr als unbequem. Und dann begann es zu allem Überfluss auch noch zu regnen. Der Behälter mit dem Licht war bereits beschädigt, so beugte er seinen Oberkörper über die Flamme, um sie zu schützen. Bald war sein Gesicht schwarz vor Ruß, und das Regenwasser sorgte dafür, dass sich der Ruß über den ganzen Körper verteilte.

Endlich kam er in die Nähe der Burg. Die Kinder, die sich dort herum trieben, hielten ihn für einen Verrückten, wie er so in Unterhosen, rußgeschwärzt und in gebeugter Haltung auf dem alten Gaul angeritten kam und verkehrt herum sitzend auf das Burgtor zuritt. Sie taten alles um das Licht auszulöschen. Als er schließlich am Burgtor ankam, wollte ihn der Wächter zuerst nicht einlassen – schließlich erkannte er ihn doch und der Ritter wurde zum Bett seiner Mutter vorgelassen. Dieser ging es wirklich schlecht! Da fiel der Ritter auf die Knie und fing an zu beten. Weil Mütter in das Herz ihrer Kinder blicken können sah sie, wie sehr sich ihr Sohn auf der Reise geändert hatte. Sie umarmte ihn, fing zu weinen an vor Glück und wurde erstaunlich schnell wieder ganz gesund!

Psalm 23

Der Herr ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen.
Er lässt mich lagern auf grünen Auen
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.
Meine Lebenskraft bringt er zurück.
Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit,
getreu seinem Namen.

Auch wenn ich gehe im finsternen Tal,
ich fürchte kein Unheil; denn du bist bei mir,
dein Stock und dein Stab, sie trösten mich.

Du deckst mir den Tisch
vor den Augen meiner Feinde.

Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt,
überevull ist mein Becher.

Ja, Güte und Huld werden mir folgen
mein Leben lang und
heimkehren werde ich ins Haus des Herrn
für lange Zeiten.

Nach Psalm 23 – für Kinder

Herr, du bist mein Hirt, bei dir bin ich gern.
Bei dir darf ich spielen im grünen Gras.
Frisches Wasser lässt du für mich sprudeln.
Du führst mich, ich fasse deine Hand.
Du kennst den richtigen Weg.

Auch wenn ich durch dunkle Straßen gehe,
ich habe keine Angst.

Du bist ja bei mir.

Du schützt mich, dir will ich trauen.

Du gibst mir Speise und Trank zur rechten Zeit.

Das Wasser der Taufe hast du
über mich fließen lassen,

ich bin dein Kind.

Ich darf bei dir bleiben immer und alle Zeit.

Du bist mein Hirt, Herr, bei dir bin ich gern.

Hl. Barbara, Hl. Lucia

Lucia-Feier – 13. Dezember

Die Familie versammelt sich zu einem Lucia-Frühstück oder am Vorabend zu einer Lucia-Feier. Der Tisch ist schön gedeckt. Die Kerzen am Adventkranz werden entzündet und für jeden einzelnen steht eine Kerze bereit.

Hl. Lucia

In Schweden ist es im Dezember nur wenige Stunden hell, so dass die Menschen das Licht sehr zu schätzen wissen. Am Morgen des Lucia-Tages spielt die älteste Tochter im Haus die Heilige. Sie trägt einen grünen Kranz mit brennenden Kerzen auf dem Kopf. So geht sie morgens von Zimmer zu Zimmer und weckt die Eltern und Geschwister auf. Sie bringt nicht nur besonderes Gebäck zum Frühstück mit, sondern ihr Licht erhellt auch den Morgen des neuen Tages.

Die brennenden Kerzen erinnern an das Licht, das durch Jesu Geburt in die Welt gekommen ist.

Lucia war eine Christin und hat um 300 n. Chr. in Syrakus gelebt. Damals wurden die Christen verfolgt. Deshalb kamen sie in den dunklen unterirdischen Gängen zusammen, um zu beten und Gottesdienst zu feiern.

Eine Legende erzählt, dass Lucia dort ihren Freunden heimlich Lebensmittel brachte. Sie setzte sich dabei einen Lichterkranz auf ihren Kopf, um in der Dunkelheit den Weg zu finden und um die Hände frei zu haben, um das Essen tragen und verteilen zu können. Sie musste sterben, weil sie Christin war.

Luciabrot – Lussekatter (skandinavisches Safranbrot)

350 g Mehl, 25 g Hefe,
40 g Zucker, $\frac{1}{8}$ l lauwarme Milch,
kleine Messerspitze Safran,
Prise Salz, 1 Ei, 50 g Margarine,
Eigelb zum Bestreichen, Rosinen zum Garnieren,
Margarine für das Blech

Mit den angegebenen Zutaten einen Hefeteig kneten, dazu den Safran in einem Schälchen mit Milch auflösen. Den Teig zudecken und ca. 20 Minuten gehen lassen.

Auf einem bemehlten Backbrett aus dem Teig daumendicke, etwa 15 cm lange Rollen formen und zu Schnecken, Brezeln, doppelten und einfachen Spiralen drehen. Einige der doppelten Spiralen über Kreuz zusammenlegen.

Auf einem gefetteten Backblech 15 Minuten gehen lassen. Mit gequirtem Eigelb bepinseln und mit Rosinen verzieren. Bei 250° C ca. 15 Minuten backen.

Legende zur Hl. Barbara

Barbara war die Tochter eines wohlhabenden Mannes. Sie war sehr klug und jeder rühmte ihre Schönheit. Doch der Vater hütete seine Tochter wie einen Edelstein und wollte sie vor allem Fremden bewahren. Deshalb sperrte er sie jedes Mal in einen Turm ein, wenn er wegen seiner Geschäfte auf Reisen ging.

Damit seiner Tochter nichts fehle, ließ der Vater im Turm ein vornehmes Bad einbauen. Da bat Barbara den Maurer: „Mache drei Fenster statt nur zwei, das soll mich an den dreifaltigen Gott der Christen erinnern!“ Und in den feuchten Putz ritzte sie noch ein Kreuz dazu.

Als der Vater heimkehrte, stellte er seine Tochter zur Rede. Barbara gestand ihm: „Ich habe mich heimlich taufen lassen. Das Kreuz erinnert mich

an Jesus, der aus Liebe zu uns Menschen gestorben ist.“

Der Vater jedoch hasste die Christen und wurde rot vor Zorn. „Du hast unsere alten Götter verraten“, schrie er. „Schwöre dem neuen Glauben ab, denn er ist in unserem Land verboten!“

Doch Barbara weigerte sich. Da schleppte ihr Vater sie vor den Richter. Auch unter der Folter blieb sie dem Christentum treu. Außer sich vor Wut griff der Vater schließlich selbst zum Schwert und tötete sein eigenes Kind. Doch noch während er nach Hause ritt, wurde er selbst vom Blitz getroffen und fiel tot vom Pferd.

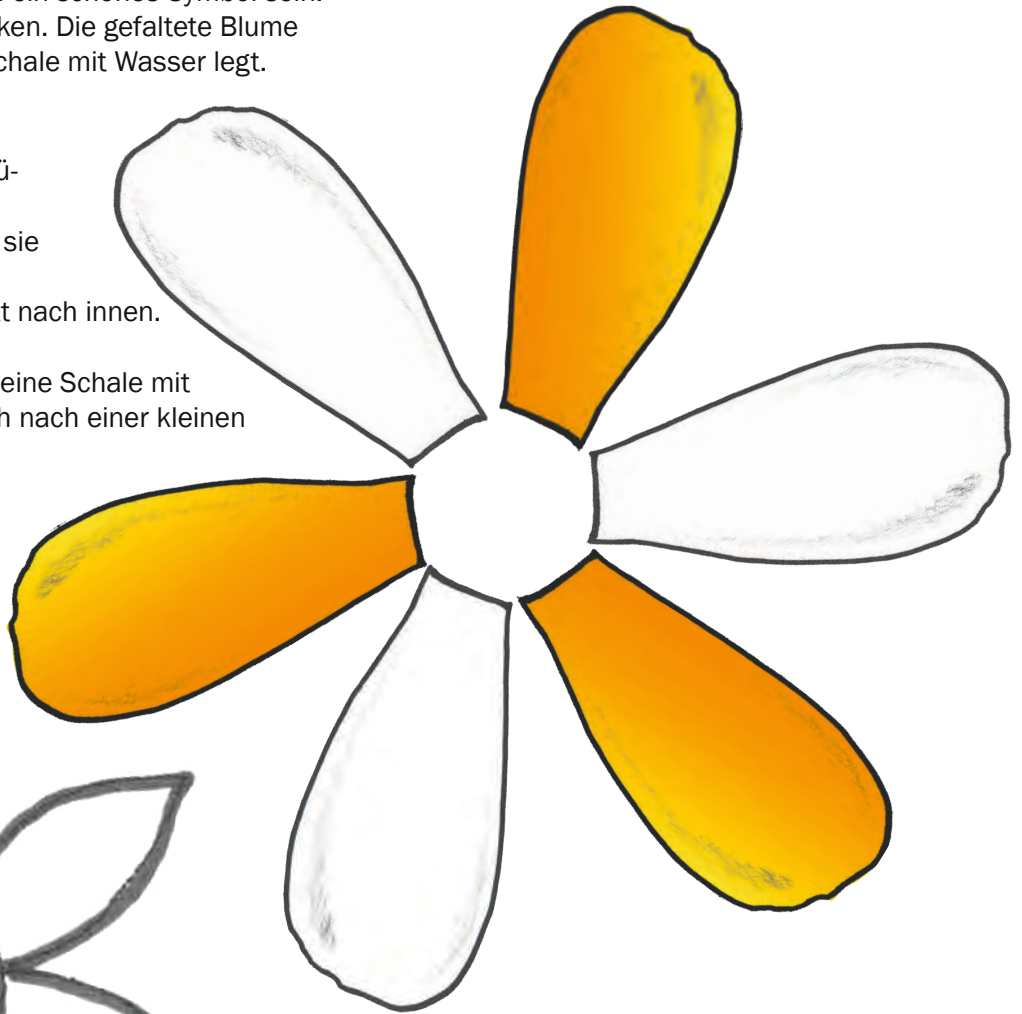
Barbarablüten für Eilige

Barbarablüten aus Papier können ein schönes Symbol sein. Sie eignen sich zum Weiterschicken. Die gefaltete Blume erblüht, sobald man sie in eine Schale mit Wasser legt.

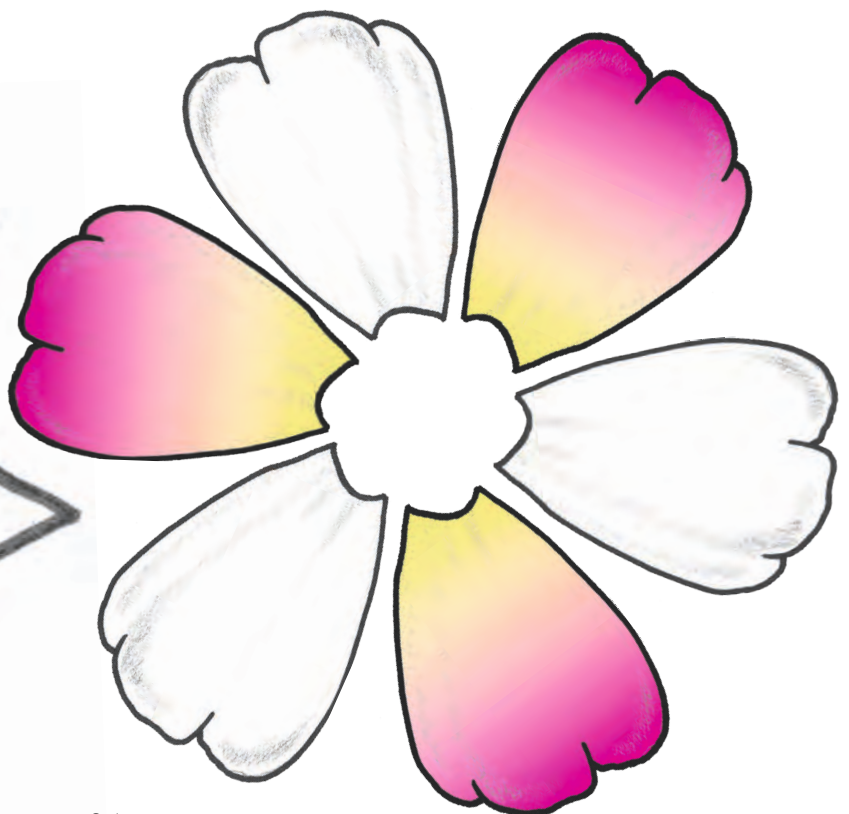
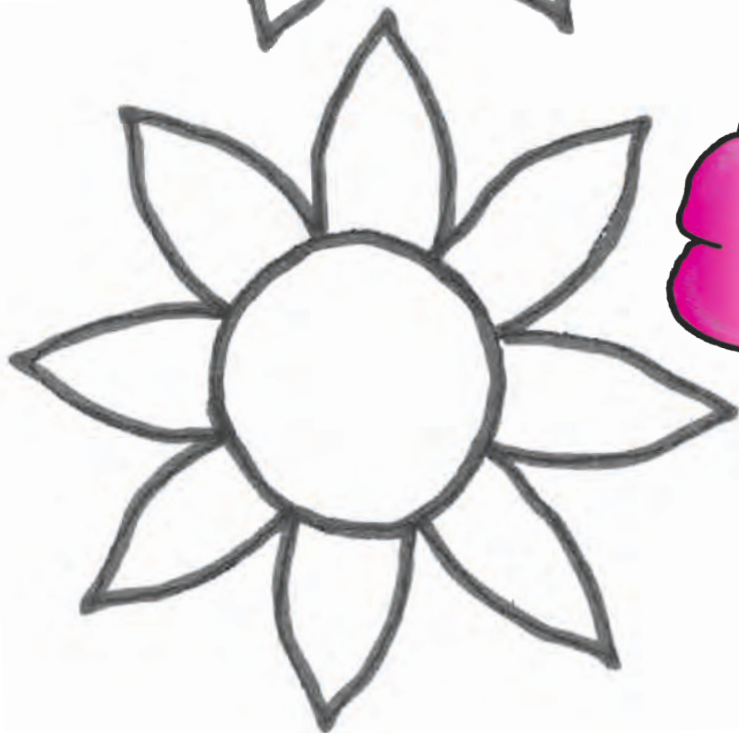
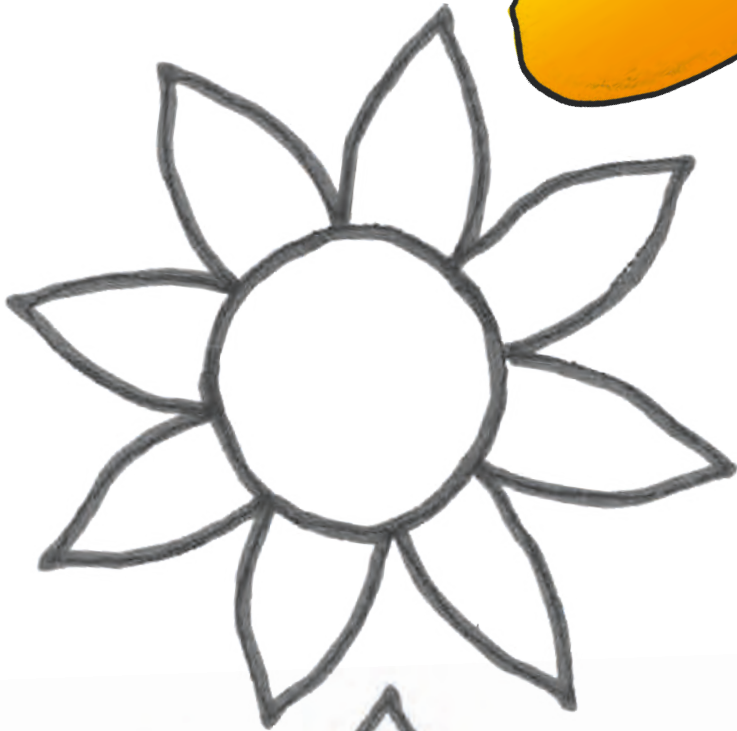
Hier die Bastelanleitung:

1. Drucke die vorgezeichneten Blüten auf buntem Papier aus.
2. Schneide die Blüten aus. Male sie an oder schreibe etwas hinein.
3. Falte jedes einzelne Blütenblatt nach innen.

Wenn die Blüte jetzt vorsichtig in eine Schale mit Wasser gelegt wird, öffnet sie sich nach einer kleinen Weile.



Blütenvorlage für
2. Adventsonntag



Morgengebete



O Gott, du hast in dieser Nacht
so väterlich für mich gewacht.
Ich lob und preise dich dafür
und dank für alles Gute dir.
Amen.



Alles, was wir heute tun,
beten, spielen, lernen, ruh'n,
soll gescheh'n in Jesu Namen
und mit seinem Segen.
Amen.



Wo ich gehe, wo ich stehe,
bist du, lieber Gott, bei mir.
Wenn ich dich auch
niemals sehe,
weiß ich sicher, du bist hier.
Amen.



Die Nacht ist zu Ende,
die Sonne ist erwacht.
Ich falte die Hände
und danke für die Nacht.
Amen.



Alles, was ich bin und habe,
kommt, o großer Gott, von dir.
Du gibst jede gute Gabe,
jede Freude schenkst du mir.
Amen.



Ein neuer Tag ist da.
Hab Dank für Schlaf und Ruhe
und sei mir heute nah
bei allem, was ich tue.
Amen.



Lieber Gott!
Ich bin gerade aufgewacht
und sehe, dass die Sonne lacht.
Ich freue mich
auf den heutigen Tag,
und bitte, beschütze mich,
was er auch bringen mag.
Amen.



Danke, Gott, für diesen Morgen,
danke, dass du bei mir bist.
Danke für die guten Freunde
und dass du mich nie vergisst.
Danke für die Zeit zum Spielen,
für die Freude, die du schenkst,
und dass du an dunklen Tagen
ganz besonders an mich denkst.
Amen.

Köstliche Weihnachtsbäckereien

Etwas vom Schönsten an Weihnachten ist die Vorfreude! Und dazu gehört natürlich das Backen all der Köstlichkeiten, die es eben nur zu Weihnachten gibt. Hausgemachte Kekse, Makronen, Zelten, Stollen und Kuchen verbreiten herrliche Düfte.

Lebkuchenherzen – für den Christbaum und zum Schenken

16 dag Honig, 25 dag Zucker, 4 dag Butter, 3 EL Wasser –
60 dag Mehl, 2 EL Lebkuchengewürz, 1 KL Kakao – 1 großes Ei –
2 KL Natron, 2 EL warmes Wasser

Zum Bestreichen: 1 Dotter mit 1 EL Wasser verrührt

Zum Verzieren: geschälte, halbierte Mandeln, halbierte, kandierte Kirschen, Korinthen

Spritzglasur: 1 Eiklar, 20 dag feingesiebter Staubzucker, einige Tropfen Zitronensaft

1. Honig, Zucker, Butter und Wasser erwärmen, glatt rühren und überkühlen.
2. Mehl mit dem Gewürz und Kakao mischen, Grübchen machen, die Honig-Zucker-Butter-Mischung, das Ei und zuletzt das aufgelöste Natron hineingeben, zu einem Lebkuchenteig kneten und gleich weiterverarbeiten.
3. Das Backrohr auf 180° vorheizen.
4. Den Teig 4 mm dick ausrollen, Herzen oder andere Figuren ausstechen, zum Aufhängen lochen, auf ein befettetes Blech setzen, bestreichen, mit Früchten belegen und 10 – 12 Minuten backen.
5. Lebkuchen flach auflegen, erkalten lassen und mit Spritzglasur verzieren.

Spritzglasur: Das Eiklar wird zu sehr steifem Schnee geschlagen, nach und nach der Staubzucker und einige Tropfen Zitronensaft einschlagen. Aus Pergamentpapier kleine, spitze Stanitzel formen, einen Esslöffel Glasur einfüllen, gut verschließen, mit einer Schere ganz wenig die Spitze abschneiden und verwenden.

* Als Christbaumbehang werden die Lebkuchen mit Bändern versehen, zum Verschenken können sie in Cellophan verpackt werden.

* Dieser Teig eignet sich besonders gut für einen „Lebkuchennikolaus“. Eine Schablone ausschneiden, auf den Teig legen, ausschneiden, backen und mit Spritzglasur verzieren.

Lebkuchenwürfel – besonders weich und fein

8 dag Butter, 20 dag Feinkristallzucker, 10 dag Honig –
20 dag Roggenmehl, 20 dag Weizenmehl, 1 KL Zimt,
½ KL Nelkenpulver, Zitronenschalen, 1 KL Kakao – 2 Eier,
1 EL Rum, 4 EL starken, heißen Bohnenkaffee –

1 gehäufter KL Natron, 2 EL warme Milch

Fülle: 15 dag Ribiselmarmelade, 15 dag gehackte Walnüsse,
je 5 dag gewiegtes Zitronat und Aranzini

Zum Verzieren: 1 versprudelt Ei, geschälte, halbierte Mandeln oder Walnüsse, kandierte Früchte

1. Butter, Zucker und Honig erwärmen und wieder überkühlen.
2. Die trockenen Zutaten vermengen, Grübchen machen, die Butter-Zucker-Honig-Mischung, Eier, Rum, Kaffee und zuletzt das in Milch aufgelöste Natron zugeben und zusammenkneten. Sollte die Masse zu fest sein, etwas warme Milch, sollte sie zu weich sein, etwas Mehl beifügen.
3. Den Teig gut abgedeckt bei Raumtemperatur 2 – 3 Tage stehen lassen.
4. Fülle: Die Zutaten verrühren.
5. Das Backrohr auf 180° vorheizen.
6. Den Teig halbieren, zwei Platten ausrollen, die erste mit Fülle bestreichen, die Zweite darauf legen und gut andrücken. Mit Hilfe eines Lineals und eines scharfen Messers Rechtecke von ca. 5 cm Seitenlänge schneiden, auf ein befettetes Blech legen, mit Ei bestreichen, verzieren und ca. 15 Minuten backen.

Mürbe Weihnachtskekse

Mürbteig – Grundrezept

Feine Masse: 30 dag Mehl, 20 dag Butter, 10 dag Staubzucker, 2 Dotter, 1 EL Milch

Einfache Masse: 30 dag Mehl, 15 dag Butter, 10 dag Staubzucker, 1 Ei, 2 EL Milch

Gewürze: Vanillezucker, Rum, Zimt, Nelkenpulver, Zitronenschalen

Verbesserungen: geriebene Nüsse, Haselnüsse, Mandeln, Schokolade

Zubereitung:

- * Das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben, sehr kalte Butter hineinraspeln oder schneiden, mit einer Spachtel klein hacken, wenn notwendig mit den Händen bröseln. Die trockenen Zutaten unter das Mehl mischen, mit dem Dotter (Ei) und der Flüssigkeit rasch zu einem mittelfesten Teig kneten und in Folie gewickelt mindestens ½ Stunde zugedeckt im Kühlschrank rasten lassen.
- * Für den Mürbteig kann die Butter auch abgetrieben werden, Dotter und Zucker eingerührt und mit den anderen Zutaten zusammengeknetet werden.
- * Mürbteige immer rasch und kühl arbeiten, sonst werden sie brüchig.
- * Mürbteige sollen auch nicht zu fest sein, sonst fransen sie aus.
- * Staubzucker verwenden, damit der Teig fein wird.
- * Ist der Mürbteig zu kalt, kann er nicht bearbeitet werden. Er soll bei Raumtemperatur wieder geschmeidig werden.
- * Das Rohr immer vorheizen.
- * Abgewandelter Teig für Strudel: 21 dag Mehl mit 14 dag Margarine, 2 EL Milch, 2 EL Wasser und einer Prise Salz zu einem Teig verarbeiten und rasten lassen. Der Teig ist sehr geschmeidig.

Schokoglasur – Grundrezept

20 dag Kochschokolade, 15 dag Butter

Schokolade und Butter im Wasserbad langsam erweichen und glatt rühren.

Haselnusstörtchen

Mürbteig: 30 dag Mehl, 20 dag Butter, 10 dag Staubzucker,

10 dag geriebene Nüsse, 2 Dotter, 1 EL Milch

Fülle: ½ l Wasser, 12 dag Zucker, 20 dag geriebene Nüsse, 3 dag Butter

Schokofettglasur: 12 dag Kochschokolade, ca. 8 dag Butter (oder 6 dag Kokosfett)

Zum Bestreuen: 1 dag fein gehackte Pistazien

1. Mürbteig bereiten (siehe Grundrezept) und kühl rasten lassen.
2. Fülle: Wasser mit Zucker aufkochen, Nüsse und Butter einrühren.
3. Den Teig ausrollen, Scheiben ausstechen und im vorgeheizten Rohr bei 170° ca. 8 Minuten backen.
4. Noch heiß je zwei mit Fülle zusammensetzen.
5. Erkalte mit Schokoglasur (siehe Grundrezept) überziehen und mit Pistazien bestreuen.

Spritzbäckerei

12 dag Butter, 12 dag Staubzucker, 3 Dotter,

Zitronensaft, 25 dag Mehl – Schokoglasur (s. Grundrezept)

1. Butter cremig rühren, abwechselnd Staubzucker und Dotter einmengen, tropfenweise etwas Zitronensaft zugeben und schließlich das Mehl untermischen.
2. Die Masse in einen Spritzsack mit großer Sterntülle füllen und Stangerln, Ringe oder andere Figuren auf das Blech spritzen und im vorgeheizten Rohr bei 170° ca. 8 Minuten backen.
3. Die erkaltete Spritzbäckerei an den Enden oder zur Hälfte in Schokoglasur tunken.

Mürbe Weihnachtskekse, Zimtsterne

Schwarzweißbäckerei

Weißer Masse: 15 dag Mehl, 10 dag Butter, 5 dag Staubzucker, 1 Vanille, 1 Dotter, 1 EL Milch

Schwarze Masse: 15 dag Mehl, 3 dag Speisestärke, 10 dag Butter, 8 dag Staubzucker, 1 Vanille, 2 EL Kakao, 1 Eiklar zu Schnee geschlagen

1. Einen hellen und einen dunklen Mürbteig bereiten (siehe Grundrezept) und kühl rasten lassen.
2. Verschiedene Formen ausarbeiten: Für Spiralen einen rechteckigen weißen Teigfleck ausrollen, mit kaltem Wasser bestreichen, darauf einen ausgerollten schwarzen Teigfleck legen, wieder befeuchten, dicht einrollen, in Folie wickeln und für eine halbe Stunde kalt stellen. Für ein Schachmuster 1 cm dicke weiße und braune Streifen schneiden, befeuchten, abwechselnd aneinander- und aufeinanderlegen und durchkühlen lassen.
3. Von den Rollen 4 mm dicke Scheiben schneiden, im vorgeheizten Rohr bei 170° ca. 6 – 8 Minuten backen.

Edle Schoko-Busserln

Mürbteig: 28 dag Mehl, 28 dag sehr kalte Butter, 28 dag Staubzucker, 14 dag fein geriebene Schokolade, 3 gekochte, erkaltete, fein passierte Dotter, 1 kleines Ei

Zum Ausfertigen: Marillenmarmelade, Schokoglasur oder Tunkmasse

1. Bei der Zubereitung dieses fetten Mürbteiges ist auf kalte Zutaten zu achten. Den Teig in Folie gewickelt für 1 Stunde in den Kühlschrank stellen.
2. Den Teig 3 mm dick ausrollen, kleine Scheiben ausstechen, mit Abständen auf das Blech legen (sie laufen stark auseinander) und im vorgeheizten Rohr bei 160° ca. 6 Minuten backen.
3. Noch heiß mit Marmelade zusammensetzen.
4. Die Busserln zur Hälfte in Schokoglasur tunken.

Eischneemassen – Grundinformation

Damit Eischneemassen gelingen:

- * Das Eiklar vom Dotter sauber trennen.
- * Fettfreie, saubere Gefäße aus Metall, Porzellan oder Glas und saubere Mixstäbe zum Schlagen des Schnees verwenden, damit er sehr steif werden kann.
- * Je nach Eigröße rechnet man 5 – 7 dag Zucker pro Eiklar. Zwei Drittel des Zuckers löffelweise einschlagen, den Rest unterziehen. Zum Einschlagen Kristallzucker, zum Untermengen feinen Back- oder Staubzucker verwenden.
- * Den Schnee auf kleiner bis mittlerer Stufe schlagen, er braucht Zeit zum Entwickeln des Volumens. Hochgezogene Spitzen des Schnees sollen sich nicht mehr verbiegen.
- * Das Gebäck auf Backpapier dressieren und bei sehr niedrigen Temperaturen von 100° – 150° je nach Rezept eine halbe bis drei Stunden trocknen. Die Backofentür einen kleinen Spalt offen halten, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.
- * Das fertige Gebäck löst sich sehr gut und fühlt sich leicht an.

Zimtsterne

30 dag fein geriebene Mandeln, 48 dag Feinkristallzucker, 1 KL Zimt, Eiklar

Eiweißglasur: 2 Eiklar, 15 dag Staubzucker, einige Tropfen Zitronensaft

1. Mandeln, Zucker und Zimt mischen und mit wenig Eiklar zu einer festen Masse kneten.
2. Glasur: Schnee schlagen, mit Zucker ausschlagen und mit etwas Zitrone würzen.
3. Arbeitsfläche mit fein geriebenen Mandeln bestreuen, die Masse darauf 1 cm dick ausrollen, mit Eiweißglasur bestreichen und mit in kaltes Wasser getauchtem Ausstecher Sterne ausstechen.
4. Die Zimtsterne auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und bei 140° ca. 15 Minuten backen.

Windbäckerei, Hausfreunde, Muskatzindeln, Rumkugeln

Windbäckerei

3 Eiklar, 12 dag Feinkristallzucker, 8 dag Staubzucker

1. Eiklar zu steifem Schnee schlagen, Kristallzucker löffelweise einschlagen, gesiebten Staubzucker unterrühren.
2. Die Windmasse in einen Dressiersack mit glatter oder Sterntülle füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech Ringe, Stangerln, Busserln oder andere Formen spritzen.
3. Das Gebäck bei 100° 2 – 3 Stunden trocknen.

- * Das Gebäck kann mit bunten Zuckerstreuseln verziert werden.
- * Nussbusserln: 8 dag geriebene Mandeln und 3 dag Maisstärke unter die Windmasse mengen, kleine Häufchen auf das mit Backpapier belegte Blech dressieren, mit geriebenen Mandeln bestreuen und bei 150° gut eine halbe Stunde mehr trocknen als backen.
- * Kokosbusserln: Einige Tropfen Zitronensaft und 15 – 20 dag Kokosflocken unter die Windmasse mengen, mit zwei Löffeln kleine Häufchen auf das mit Backpapier belegte Blech setzen und bei 140° ca. ½ – ¾ Stunde backen. Sie sollen hell bleiben und sich leicht vom Papier lösen.
- * Dattelbusserln: Windmasse bereiten, 3 dag Maisstärke, 15 dag geschälte, geriebene Mandeln, 15 dag entkernte, fein geschnittene Datteln und 1 EL Rum unterziehen, kleine Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und bei 120° ca. 2 Stunden trocknen.
- * Pignolikipferln: 21 dag geschälte, geriebene Mandeln und Zitronenschalen unter die Windmasse mengen, mit einem Dressiersack mit runder Tülle Kipferln auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen, mit Pignoli bestreuen und bei 120° ca. 2 Stunden trocknen.

Hausfreunde

5 dag geschnittene Rosinen, 14 dag gehackte Mandeln oder Haselnüsse,
3 dag gewiegtes Aranzini, 1 EL Rum – 3 Eier,
14 dag Feinkristallzucker, 12 dag griffiges Mehl

1. Die Früchte mit Rum marinieren und etwas durchziehen lassen.
2. Eier mit Zucker dickschaumig schlagen, das Mehl und die Früchte einmengen, fingerdick auf ein befettetes Blech streichen und im vorgeheizten Rohr bei 150° ca. 15 Minuten backen.
3. Noch heiß in schmale Streifen schneiden und im Rohr kurz übertrocknen.

Muskatzindeln

20 dag geschälte, geriebene Mandeln, 20 dag Staubzucker,
½ KL Zimt, je 1 Msp. Muskatnuss und Nelkenpulver, 1 Ei – geschälte, halbierte Mandeln

1. Die Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten, fingerdicke Rollen formen und 2 cm lange Stücke abschneiden.
2. Diese Teile mit der Schnittfläche auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen, mit einer Mandel belegen und bei 140° langsam backen.

Rumkugeln

10 dag geriebene Nüsse, 10 dag Staubzucker, 10 dag geriebene Schokolade,
1 Dotter, Rum nach Bedarf – Schokostreusel

Die Zutaten geschmeidig vermengen, mit Hilfe eines befeuchteten Kaffeelöffels Kugeln formen, in Streuseln rollen und trocknen lassen.

Mandelhäufchen, Christ- und Topfenstollen

Mandelhäufchen

16 dag Mandelstifte, 4 dag Staubzucker – 20 dag weiße Tunkmasse

1. Die Tunkmasse klein schneiden und im Wasserbad langsam schmelzen.
2. Die Mandelstifte mit dem Zucker vermischen und in einer Pfanne hell anrösten.
3. Die Mandelstifte unter die Tunkmasse rühren, Häufchen auf ein Backpapier setzen und fest werden lassen.

Christstollen

50 dag Mehl, 3 dag Germ, 5 dag Zucker, schwach $\frac{1}{4}$ l Milch,
2 Dotter, 1 KL Salz, 1 Vanille, 15 dag Butter –
5 dag gewiegte Aranzini, Zitronenschalen, 10 dag Sultaninen,
10 dag geschälte, gestiftete Mandeln, 4 EL Rum,
1 Msp. Zimt – 6 dag Butter, Staubzucker mit Vanille

1. Dampf bereiten: Das Mehl in eine Keramik- oder Kunststoffschüssel geben, Grübchen machen, Germ hineinbröseln, mit Zucker und warmer Milch (nicht über 35°) breiig anrühren, etwas Mehl darüber streuen, zudecken und gehen lassen, bis das Mehl Risse zeigt.
2. Die restliche Milch mit den Dottern versprudeln und die Butter cremig erwärmen.
3. Das Dampf unter das Mehl heben, Salz, Vanille, die Dottermilch und zum Schluss die cremige Butter zugeben. Den Teig auf einem vorgewärmten Brett gut durchkneten, zurück in die Schüssel geben, zudecken und auf die doppelte Höhe gehen lassen.
4. Die Früchte mit Rum und Zimt marinieren und etwas ziehen lassen, sie dann gut in den Germteig einkneten und diesen noch einmal gehen lassen.
5. Aus dem Teig 2 – 3 Laibchen formen und wieder gehen lassen. Das Rohr auf 190° vorheizen.
6. Die Laibchen gleichmäßig 2 cm dick oval ausrollen, in der Mitte mit dem Nudelholz einen Falz eindrücken, zusammenschlagen, auf ein leicht befettetes Blech legen und nochmals etwa 15 Minuten gehen lassen.
7. Den Stollen ca. 40 – 45 Minuten backen, nach 15 Minuten auf 180° zurückschalten.
8. Den noch heißen Stollen mit cremiger Butter bestreichen und dicht mit vanilliertem Staubzucker bestreuen.

Topfenstollen

50 dag Mehl, 1 Backpulver, 20 dag Butter, 20 dag Staubzucker,
1 KL Salz, 1 EL Vanillezucker, Zitronen- und Orangenschalen,
je 1 Msp. Muskatnuss, Zimt, Kardamon, 2 Eier, 25 dag Topfen –
6 dag Butter, Staubzucker mit Vanille
Früchte: je 15 dag Rosinen, Korinthen und geriebene Mandeln,
je 5 dag gewiegtes Zitronat und Aranzini, 2 EL Rum

1. Das Mehl mit dem Backpulver versieben, die Butter hineinraspeln, Staubzucker und die Gewürze untermengen und mit den Eiern und dem Topfen rasch zu einem Teig verarbeiten.
 2. Die Früchte mischen und mit Rum marinieren.
 3. Den Teig mit den Früchten zusammenarbeiten, 2 Laibe formen, diese oval ausrollen, in der Mitte zusammenklappen, auf ein befettetes Blech legen und sofort im vorgeheizten Rohr bei 180° backen. Die Backzeit beträgt ca. 30 – 40 Minuten.
 4. Den heißen Stollen mit cremiger Butter bestreichen und mit Zucker bestreuen.
- * Die Zubereitung des Topfenstollens hat einen wesentlich geringeren Zeitaufwand, als der Stollen aus Germteig, da keine Rastzeiten zu beachten sind. Der Topfenstollen ist frisch gegessen am besten, doch verpackt ist auch er gut haltbar

Kokosnusstorte, Schokoladetorte

Kokosnusstorte – leicht, einfach

Biskuit: 5 Eier, 5 EL Wasser, 20 dag Zucker, 15 dag Mehl, 5 dag Stärke

Fülle 1: $\frac{1}{8}$ l Schlagobers, $\frac{1}{8}$ kg Kochschokolade

Fülle 2: $\frac{3}{8}$ l Milch, 15 dag Zucker, 1 EL Vanillezucker,
1 Vanillepuddingpulver, 2 Eier – $\frac{1}{8}$ l Schlagobers

Zum Ausfertigen: Rum, Kokosraspeln, 8 kandierte Kirschen

1. Biskuit bereiten: Die Dotter mit $\frac{2}{3}$ des Zuckers und lauwarmem Wasser dickschaumig schlagen, das Eiklar steif aufschlagen, mit $\frac{1}{3}$ Zucker ausschlagen, den Schnee auf die Dottermasse geben, das Mehl darauf sieben und locker mischen. In eine Tortenform füllen, bei ca. 160° Heißluft 45 – 60 Minuten backen, auskühlen lassen und zweimal durchschneiden.
2. Fülle 1: Obers mit Schokolade erwärmen, verrühren, den Topf in kaltes Wasser stellen, die Mischung schlagen bis sie cremig wird. Das erste Biskuitblatt leicht mit Rum beträufeln, die Schokocreme aufstreichen, mit dem zweiten Blatt bedecken und ebenfalls mit Rum beträufeln.
3. Fülle 2: Mit etwas Milch das Puddingpulver kalt anrühren, die restliche Milch mit $\frac{2}{3}$ Zucker aufkochen, das Puddingpulver unter Rühren einkochen, von der Platte nehmen und die Dotter unterschlagen. Die Eiklar mit dem restlichen Zucker steif aufschlagen und unter den Pudding ziehen und kalt stellen. Mehrmals umrühren.
4. Schlagobers schlagen, unter den Pudding ziehen, die Hälfte auf das zweite Biskuitblatt streichen und mit dem letzten Blatt abdecken.
5. Die Torte mit der restlichen Creme bestreichen und dick mit Kokosraspeln bestreuen. Die Kirschen halbieren und zur Garnierung auflegen.

Schokoladetorte – sehr saftig, schnell

6 Dotter, 20 dag Staubzucker, 1 EL Vanillezucker, $\frac{1}{8}$ l Öl,

$\frac{1}{8}$ l Wasser, 24 dag erweichte Schokolade – 30 dag griffiges Mehl, 1 KL Backpulver –

6 Eiklar, 4 dag Kristallzucker

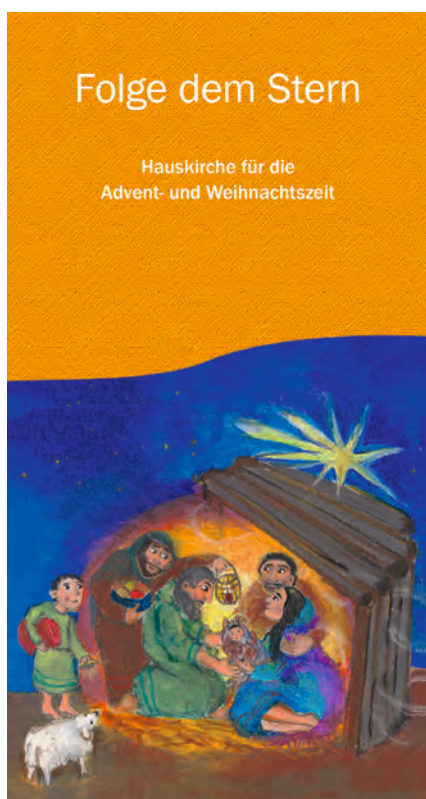
Schokoglasur: 20 dag Kochschokolade, 15 dag Butter

Zum Ausfertigen: Rum, Marillenmarmelade

1. Backform am Boden befetten und bemehlen. Rohr auf 160° HL vorheizen. Schokolade mit kochend-heißem Wasser erweichen.
 2. Dotter, Zucker, Vanillezucker schaumig rühren, Öl und Wasser sehr langsam einrühren, die Schokolade abgießen und dazurühren. Das Eiweiß schlagen, mit dem Zucker ausschlagen. Mehl mit Backpulver versieben. Das Mehl mit dem halben Schnee unter die Dottermasse heben, mit dem restlichen Schnee auflockern, die Masse in die Form füllen und ca. 1 Stunde backen. Kurz in der Form überkühlen, vorsichtig stürzen und kalt werden lassen.
 3. Glasur: Schokolade und Butter im Wasserbad langsam erweichen und glatt rühren.
 4. Die Torte mit Rum beträufeln, mit erwärmter Marmelade bestreichen und wieder überkühlen. Die Glasur darüber gießen und den Rand damit bestreichen.
- * Weihnachtliche Garnierung: Marzipanrohmasse mit etwas Staubzucker verkneten, auf Staubzucker 2 mm dick ausrollen, mit Staubzucker bestreuen und Sterne ausstechen. Diese auf die noch weiche Torte legen.
- * Die Torte kann auch durchgeschnitten und mit Marmelade gefüllt werden.

Folge dem Stern – Texte der Hauskirche

Der Katholische Familienverband Tirol und die Diözese Innsbruck haben für die Jahre 2024 und 2025 gemeinsam das Hauskirchenheft „Folge dem Stern“ herausgegeben. Wir stellen die Texte und Lieder hier auch als Download zur Verfügung.



Liebe Leserin, lieber Leser,

mit diesem Heft laden wir Sie ein, in der Advent- und Weihnachtszeit dem Stern zu folgen. Das Licht dieses Sterns beleuchtet die Sonntage des Advent, strahlt einige heilige Menschen und besondere Feste an und erhellt das Geheimnis der Heiligen Nacht, in der schließlich das Lächeln des Christuskindes alle Sterne überstrahlt. Wir hoffen, dass die Anregungen dieses Heftes Ihr Leben bereichern, Ihren Glauben vertiefen und Ihr Feiern verschönern.

Wer dem Stern folgt, wird nicht im Dunkeln tappen. Wir wünschen Ihnen, dass Sie die Advent- und Weihnachtszeit in dieser Gewissheit genießen können. Denn der Gott, der im kleinen Kind in Betlehem zur Welt kommt, will uns nicht im Dunkeln lassen. Er ist immer an unserer Seite, begleitet uns und erleuchtet unseren Weg durch sein Wort. Er ist „Wunderbarer Ratgeber, Starker Gott, Vater in Ewigkeit, Fürst des Friedens“ (Jes 9,5).

Mit dem Reichtum biblischer Erzählungen bietet dieses Heft in bewährter Weise Anregungen für kleine Feiern, allein oder in der Familie. Auch ein Element für Kinder ist jeweils mit dabei. Als Zusatzangebot finden Sie in der App „Gutes Leben“ des Katholischen Familienverbandes vieles für die schönste Zeit im Jahr.

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen und Ihren Lieben eine Zeit voll Achtsamkeit und Freude.

Praktische Hinweise

Ort, Zeit und Ruhe

Schaffen Sie sich einen Ort und eine vereinbarte Zeit, in der Sie gemeinsam zur Ruhe kommen können. Adventkranz, Krippe, Tannenduft und Kerzenschein helfen dabei. Und legen Sie alles beiseite, was diese Ruhe stören könnte.

Anregung mit Kindern

Jedes Fest enthält eine Anregung für Kinder. Sie ist durch eine Zeichnung gekennzeichnet und kann für Erwachsene adaptiert werden.

Liedanhang

Alle vorgeschlagenen und weitere passende Lieder finden Sie mit Text und Noten im Liedanhang.



App „Gutes Leben“

Diese App des Tiroler Familienverbandes stellt Ihnen alles für eine besinnliche Adventzeit zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es über's Jahr weitere fünf Themenschwerpunkte. Sie ist in den Stores unter dem Suchbegriff „Gutes Leben“ zu finden.

Für jeden Tag im Advent

Vorfreude erfüllt die Adventzeit, Vorfreude über Geschenke und Heimlichkeiten, über Aufmerksamkeiten und Vorbereitungen, jeden Tag ein Stück mehr.

Der besondere Adventkalender

Füllt den Adventkalender gemeinsam mit den Kindern: mit Zeit zum Geschichten vorlesen, mit Angeboten einander zu helfen, mit kleinen Überraschungen für jedes Familienmitglied, mit Besuchszeiten und Stillezeiten ... Lasst euch überraschen, wie kreativ Kinder sein können.

Engel weiterschicken

Vielleicht mag jemand in der Familie einen Engel basteln. Den könnt ihr mit einem guten Wunsch weiterschicken. Jeden Tag bekommt jemand diesen Engel geschenkt und gibt ihn am nächsten Tag weiter. Ihr könnt ihn auch digital mit einem Foto verschicken, dann freut sich auch die Oma/der Opa oder die Patin/der Pate darüber.

Beim gemeinsamen Frühstück ...

Wenn ihr an einem Tag in der Woche ein gemeinsames Frühstück schafft, dann könnt ihr die Kerzen am Adventkranz als Zeichen der Gemütlichkeit anzünden. Auch den Adventkalender gemeinsam zu öffnen macht Freude.

1. Adventsonntag

🎵 Lied zum Entzünden der Kerzen

*Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.
Zünd' die erste Kerze an,
dass es Weihnacht werden kann.
Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.*

Noten und Texte für alle Lieder im Liedanhang

Auf die Liebe kommt es an

Mit dem ersten Adventsonntag beginnt eine besondere Zeit. Wir bereiten ein Fest vor, das Geburtstagsfest für das Kind in der Krippe, der große GOTT wird ein kleines Kind. Sein Geburtstagsgeschenk ist die Liebe.



Aus der Heiligen Schrift

Lasst uns also einander lieben! Denn ihr wisst doch, dass wir in einem entscheidenden Augenblick leben. Es ist Zeit, aus aller Gleichgültigkeit aufzuwachen. Bald wird unsere Rettung kommen, der wir jetzt näher sind als zu Beginn unseres Glaubens. Röm 13,11

Gedanken zum Bibeltext

Jetzt ist die Zeit, jetzt ist die Stunde, es gibt keine bessere Zeit. Wir leben in einem entscheidenden Augenblick. Denn der Advent ist eine heilige Zeit, eine Zeit, in der Gott den Menschen nahe kommt.

In den kleinen Gesten, im Licht der Kerzen, in den gemeinsamen Zeiten, in der Vorfreude auf Weihnachten, in den vielen kleinen Vorbereitungen.

Es ist die Zeit neu auf das Leben zu blicken, mit den Augen Gottes, mit der Liebe, die Gott jedem und jeder entgegenbringt.

Es ist auch die Zeit aufmerksam zu sein, für die Freuden und Nöte der Menschen um mich herum, und für meine eigenen Freuden und Nöte. Überlegt jede und jeder für sich: Was ist für mich entscheidend, dass es Weihnacht werden kann? Was brauche ich dafür? Was möchte ich tun, was möchte ich in dieser Adventzeit nicht tun? Teilt euch eure Gedanken mit, wenn ihr wollt.

Stille

Jetzt ist die Zeit einander zu lieben. Denn auf die Liebe kommt es an.

🎵 Lied

*Wir sagen euch an den lieben Advent,
sehst die erste Kerze brennt.
Wir sagen euch an eine heilige Zeit,
machet dem Herrn die Wege bereit.
Freut euch ihr Christen, freuet euch sehr,
schon ist nahe der Herr.*

Anregung mit Kindern

Schreibt einen Brief an das Christkind. Weihnachten ist ein Geburtstagsfest. Sucht euch ein besonderes Blatt Papier und schreibt/zeichnet einen Brief an das Christkind, Kinder wie Erwachsene.

Es soll ein besonderer Brief werden: Schreibt eure Wünsche auf, aber auch, was ihr dem Christkind schenken wollt.



Bitten und Wünsche

Gott unserer Hoffnung, wir beten für
... jene Menschen, die wir lieben.
... jene Menschen, mit denen wir uns schwertun.
... uns selbst. Hilf uns, die Adventzeit liebevoll zu gestalten.

Gott, du kennst unsere Sehnsucht nach Liebe und Anerkennung. Begleite unser Bemühen, einander Gutes zu tun in dieser Zeit des Wartens. Und komm uns entgegen mit deiner Liebe.

🎵 Segenslied

Nehmt euch einen Moment der Stille, bevor ihr gemeinsam das Segenslied singt.

*Der Segen Gottes möge dich umarmen,
egal wohin dich deine Wege führ'n.
Die Liebe und sein göttliches Erbarmen,
sollst du bis in die Zehenspitzen spür'n.
Der Segen Gottes möge dich umarmen.*

Es gibt viele Segensrituale – einander die Hände auf die Schultern legen, mit dem Finger ein Kreuzzeichen auf die Stirn zeichnen, die Hände über einen Menschen halten, einander umarmen, die Hand auf den Kopf legen.

Sucht euch euer eigenes Segensritual aus und erbittet den Segen füreinander.

2. Adventssonntag

🎵 Lied zum Entzünden der Kerzen

*Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.
Zünd' die zweite Kerze an,
dass es Weihnacht werden kann.
Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.*

Eine kleine Blüte in unserer großen Welt

Der zweite Adventssonntag ist wie eine Knospe:
Noch schaut sie unscheinbar aus, aber bald
werden wir wunderschöne, farbige Blütenblätter
erkennen können.



Aus der Heiligen Schrift

Aus dem Stamm Isais kommt ein Zweig hervor.
Eine Blüte aus seiner Wurzel bringt wieder Frucht.
Auf ihm ruht der Geist GOTTES. Ein Geist der
Weisheit und des Verständnisses, ein Geist der
Erkenntnis und des Respektes vor GOTT. *Jes 11,1-2*

Gedanken zum Bibeltext

Habt ihr schon einmal erlebt, wie eine Blüte entsteht? Wie sich am Zweig ganz langsam und klein die Knospe bildet. Wie diese langsam wächst und immer etwas größer wird. Wie dann, ganz langsam und sanft, die Knospe aufbricht und sich Blüten in den schönsten Farben entfalten.
Nehmt euch kurz Zeit und schaut euch gemeinsam ein paar Bilder von Knospen und Blüten an – besonders schön sind Kirschbäume in ihrer Blüte.
So ähnlich wie mit den Blüten ist es auch mit dem Advent und Weihnachten. Jedes Adventwochenende wird die Knospe etwas größer und wir nehmen die Veränderungen wahr – bis wir an Weihnachten dann die wunderschöne Blüte erkennen können: Jesus.

Aber bei dieser Blüte bleibt es nicht. Die Blüte wird zur Frucht – das Leben Jesu trägt Früchte. Er ist uns nicht nur Vorbild im Glauben, sondern auch im Handeln.

🎵 Lied

*Wir sagen euch an den lieben Advent,
sehet die zweite Kerze brennt.
So nehmet euch eins um das andere an,
wie auch der Herr an uns getan.
Freut euch ihr Christen, freuet euch sehr!
Schon ist nahe der Herr.*

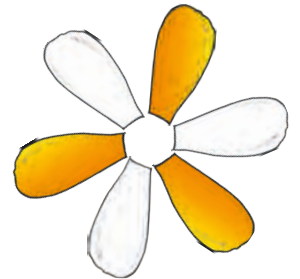
Anregungen mit Kindern

Welche Blüten sind mir wichtig und wo trage ich Früchte?

Nehmt euch farbiges Papier, zeichnet Blütenblätter darauf und schneidet diese aus. Wünsche sind wie Knospen, Hoffnungen wie Blüten und was euch am Herzen liegt, könnt ihr euch als Frucht vorstellen.

Schreibt/zeichnet auf die Blütenblätter eure Wünsche, Hoffnungen und was euch am Herzen liegt. Insbesondere, was ihr gerne und was ihr für andere tut.

Klebt die bunten Blütenblätter zu einer Blume zusammen und zeigt euch eure Blumen. Ihr könnt diese Blumen aufheben und euch daran erinnern, dass auch unser Leben vielfältige Früchte trägt.



★ Bitten und Wünsche

An diesem zweiten Adventssonntag beten wir für jene Menschen,
... die uns helfen unsere Wünsche zu leben.
... die in unserem Leben Früchte tragen.
... die auf der Suche nach ihren Blüten sind.

Du Gott, der du unsere Wünsche und Träume bewahrst, wie zarte Knospen im Frühjahr. Begleite uns in dieser Zeit des Advents und lass uns jetzt besonders deine Nähe spüren.

🎵 Segenslied

Nehmt euch einen Moment der Stille, bevor ihr gemeinsam das Segenslied singt.

*Der Segen Gottes möge dich umarmen
egal wohin dich deine Wege führ'n.
Die Liebe und sein göttliches Erbarmen,
sollst du bis in die Zehenspitzen spür'n.
Der Segen Gottes möge dich umarmen.*

Es gibt viele Segensrituale – einander die Hände auf die Schultern legen, mit dem Finger ein Kreuzzeichen auf die Stirn zeichnen, die Hände über einen Menschen halten, einander umarmen, die Hand auf den Kopf legen.

Sucht euch euer eigenes Segensritual aus und erbittet den Segen füreinander.

Sternenkinder – Seite 10

Der zweite Sonntag im Dezember ist dem Gedenken der früh verstorbenen Kinder gewidmet.

3. Adventssonntag

🎵 Lied zum Entzünden der Kerzen

*Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.
Zünd' die dritte Kerze an, dass es
Weihnacht werden kann.
Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.*

Ein Gott der Liebe und der Freude

Wie stellen wir uns Gott vor? Welche Bilder von Gott kennen wir? Der heutige Lesungstext zeichnet ein ganz neues Bild Gottes: ein Bild der Freude, des Jubels, der Liebe. Ein Bild, das uns auf Weihnachten hin ermutigt, Gott neu zu denken.



Aus der Heiligen Schrift

GOTT, dein Gott, ist in deiner Mitte, ein Held, der rettet. Er freut sich über dich mit Freude. Er schweigt in seiner Liebe. Er jauchzt über dich mit Jubel. Zef 3,17

Gedanken zum Bibeltext

Unser Leben ist oft so anstrengend: Wir bemühen uns in so vielen Situationen das Richtige zu tun. Uns richtig zu verhalten. In der Arbeit, in der Schule oder mit unseren Freundinnen und Freunden: Oft stellen wir uns selbst hinten an und versuchen, Erwartungen zu entsprechen. Je jünger wir sind, desto schwerer ist das.

Der Bibeltext ermutigt uns dazu uns zu bemühen. Es ist gut und wichtig, sich für andere auch einmal anzustrengen. Gleichzeitig sagt uns der Bibeltext aber auch, dass es gut und wichtig ist, sich für uns selbst anzustrengen. Denn: Gott freut sich bereits über uns. Er jubelt über uns und liebt uns – für all unsere Bemühungen, mit all unseren Fehlern, auch wenn wir nicht perfekt sind.

🎵 Lied

*Wir sagen euch an den lieben Advent.
Sehet, die dritte Kerze brennt.
Nun tragt eurer Güte hellen Schein,
weit in die dunkle Welt hinein.
Freut euch ihr Christen, freuet euch sehr!
Schon ist nahe der Herr.*

Anregung mit Kindern

Nehmt euch gemeinsam einen Moment der Stille. Beobachtet euch dabei gegenseitig ganz genau.

Welche Augenfarben habt ihr? Wie schauen eure Hände aus? Seid ihr ganz ruhig oder vielleicht unruhig? Tut euch die Stille gut? Nehmt euch reihum Zeit für jeden von euch: Was freut euch am anderen? Was liebt ihr besonders? Wann jubelt ihr über die Person? Teilt eure Gedanken miteinander. Sprecht euch gegenseitig Mut und Freude zu. Denn auch Gott freut sich über euch. Er jubelt über euch. Er liebt euch.

Nehmt euch nun ein Blatt Papier und zeichnet oder schreibt für die Person, die rechts von euch sitzt, auf, was ihr besonders an ihr liebt.



Faltet das Papier, das ihr bekommen habt, zusammen und packt die Zeichnung in eure Schultasche/eure Geldtasche/eure Handtasche oder unter euer Kopfkissen, wo auch immer sie gut aufgehoben ist. Die Zeichnung könnt ihr anschauen, wenn ihr einmal traurig seid oder einen schönen Gedanken braucht.



Bitten und Wünsche

Schließt die Augen und denkt an die Menschen in eurem Leben, die ihr besonders liebt, die euch besonders wichtig sind. Denkt an die Menschen, mit denen es nicht immer leicht ist und mit denen ihr manchmal streitet. Denkt an Menschen, die vielleicht nicht so oft das Gefühl haben, geliebt zu sein.

Öffnet nun die Augen und sprecht gemeinsam einen Wunsch oder eine Bitte für alle diese Menschen aus.



Segenslied

Nehmt euch an der Hand und denkt an all das, was ihr an euch liebt. Singt gemeinsam das Segenslied.

*Der Segen Gottes möge dich umarmen,
egal wohin dich deine Wege führ'n.
Die Liebe und sein göttliches Erbarmen,
sollst du bis in die Zehenspitzen spür'n.
Der Segen Gottes möge dich umarmen.*

4. Adventsonntag

🎵 Lied zum Entzünden der Kerzen

*Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.
Zünd' die vierte Kerze an,
dass es Weihnacht werden kann.
Leise, leise kommt die Weihnachtszeit,
leise, leise werden wir bereit.*

Wovon das Herz voll ist

Ein Kind unter dem Herzen tragen oder guter Hoffnung sein, so hat man früher zur Schwangerschaft gesagt. In diesen alten Begriffen schwingt die Beziehung zum Kind, die Ungewissheit und auch die Freude über das, was kommen wird mit.



Aus der Heiligen Schrift

Dich hat Gott unter allen Frauen gesegnet, dich und dein Kind! Denn siehe: als ich deine Stimme hörte, hüpfte das Kind in mir vor Freude. *Lk 1,42.44*

Gedanken zum Bibeltext

Die Bibel erzählt uns, dass Maria zu Elisabeth geeilt ist. Voller Hast und über die Berge. Soeben war noch der Engel Gabriel bei Maria und sie hat zugestimmt zum Plan Gottes: Du wirst ein Kind empfangen, dem sollst du den Namen Jesus geben. Doch nun holt sie die Realität ein. Schwanger, bevor sie verheiratet ist, voller Bangen über die Zukunft und ob Josef zu ihr halten wird. Und dann begegnet sie Elisabeth. „Dich hat Gott gesegnet, dich und dein Kind.“ Das ist ihr Gruß. Wovon das Herz voll ist, davon geht der Mund über. Wie gut beschreibt dieses Sprichwort die Situation der beiden Frauen, Maria und Elisabeth, die sich hier begegnen.

Elisabeth kann ihre späte Schwangerschaft ganz und gar als Segen betrachten und sie kann dies an Maria weitergeben.

Und Maria, die in die Berge geeilt ist, um sich Rat bei ihrer doch viel älteren Cousine zu holen, darf an dieser Freude teilhaben. Vielleicht hat sie genau diese Worte gebraucht, die ihre sicherlich nicht leichte Situation mit Hoffnung erfüllt und in Freude verwandelt haben. Elisabeth hat erfahren dürfen, dass Gott alles zum Guten wenden kann, ja, dass er in Marias Kind selbst kommen wird. Von dieser Verheißung erzählt auch die vierte Strophe des Liedes: Wir sagen euch an, den lieben Advent. Sie verspricht: Gott selber wird kommen er zögert nicht. Auf, auf ihr Herzen werdet licht.

🎵 Lied

*Wir sagen euch an den lieben Advent.
Sehet, die vierte Kerze brennt.
Gott selber wird kommen, er zögert nicht.
Auf, auf ihr Herzen und werdet licht.
Freut euch ihr Christen, freuet euch sehr,
schon ist nahe der HERR.*

Anregung mit Kindern – im Herzen tragen

Gestaltet für jedes Familienmitglied ein Herz aus Papier, aus Lichtern, aus Keksen ... und sagt einander, wo ihr euch zuletzt übereinander gefreut habt oder was euch guttut.



★ Bitten und Wünsche

Gott der Freude, wir beten für
... jene Menschen, die uns guttun.
... jene Menschen, die unsere Hilfe brauchen.
... uns selbst. Hilf uns, deine Freude weiter zu schenken.

Gott, du schaust auf unser Herz und auf unser Bemühen. Neige dein Herz uns zu und hilf uns, herzlich miteinander umzugehen. Amen.

🎵 Segenslied

Nehmt euch einen Moment der Stille, bevor ihr gemeinsam das Segenslied singt.

*Der Segen Gottes möge dich umarmen,
egal wohin dich deine Wege führ'n.
Die Liebe und sein göttliches Erbarmen,
sollst du bis in die Zehenspitzen spür'n.
Der Segen Gottes möge dich umarmen.*

Es gibt viele Segensrituale – einander die Hände auf die Schultern legen, mit dem Finger ein Kreuzzeichen auf die Stirn zeichnen, die Hände über einen Menschen halten, einander umarmen, die Hand auf den Kopf legen.

Sucht euch euer eigenes Segensritual aus und erbittet den Segen füreinander.

Hl. Nikolaus

Der „Nikolaus“ kommt

Der heilige Nikolaus ist ein Vorbote von Weihnachten. Am Anfang der Adventzeit strahlen in dieser Heiligengestalt schon alle Anzeichen eines Lebens mit Gott auf: wir dürfen uns freuen, wir werden reich beschenkt, wir schauen aufeinander ...

Lasst uns froh und munter sein

Das ist die Grundstimmung des Nikolausabends, ein Fest, bei dem sich alle von Herzen freuen können. Mit den Kindern bereiten wir eine Jause vor, laden befreundete Familien ein, dekorieren den Raum ... Wenn der „Nikolaus“ kommt, bitten wir ihn herein und versammeln uns um den Adventkranz.

Dann stell ich den Teller auf

Der Gabensack gehört zu jeder Nikolausfeier dazu. Auch wenn der Nikolaus die Gaben überreicht, sollte für die Kinder doch klar sein, dass es sich um Geschenke der Eltern handelt, die ihnen damit eine Freude machen wollen. Sonst entsteht beim Vergleich mit anderen Kindern der Eindruck, dass der „Nikolaus“ Kinder unterschiedlich gern hat.

Nikolaus ist ein guter Mann

Der heilige Nikolaus lässt schon etwas von der Freundlichkeit Gottes erahnen. Ganz besonders kommt dies zum Vorschein, wenn er die guten Seiten der Kinder hervorhebt und lobt. Wer dem „Nikolaus“ Infos gibt, sollte dies mit dem Gedanken tun: Wofür soll der Nikolaus mein Kind loben.

Familienfeier am Nikolausabend

🎵 Lied zum Entzünden der Kerzen

*Lasst uns froh und munter sein
und uns recht von Herzen freu'n,
lustig, lustig, tralalala ...*

Aus dem Leben des heiligen Nikolaus

Vor vielen hundert Jahren lebte Nikolaus in dem Land, das wir heute Türkei nennen. Als er jung war, war er natürlich noch kein Bischof und lebte auch nicht in Myra, sondern in einer anderen Stadt. Nikolaus war reich, weil er von seinen Eltern viel geerbt hat. Im Sommer war auf den Straßen seiner Heimatstadt viel los. Gern spazierte Nikolaus dann umher und hörte muntere, traurige und auch komische Geschichten. So lernte er das Leben der Menschen kennen. Später, als er schon in Myra lebte, gab es eine große Dürre. Überall vertrockneten die Felder.

Die Ernte blieb aus. Die Menschen litten Hunger. Da kam ein Schiff, vollbeladen mit Getreide und ankerte in Myra. Doch die Seeleute durften nichts vom Schiff des Kaisers abgeben. Sie fürchteten bestraft zu werden. Nikolaus überredete die Besatzung des Schiffes den Menschen von Myra ein wenig Getreide abzugeben. Und er versprach ihnen, dass bei der Ankunft beim Kaiser nichts fehlen wird. Tatsächlich bekam die Bevölkerung von Myra ein wenig Korn. Trotzdem fehlte auf dem Schiff kein Getreide. Von den wenigen Scheffeln Getreide lebten die Menschen in Myra zwei Jahre lang und es reichte sogar für die Aussaat.

Gedanken zur Legende

In der Bibel gibt es eine ähnliche Erzählung, als Jesus für viele Tausend Menschen Brot und Fisch vermehrte, weil ein kleiner Junge fünf Brote und zwei Fische hergab. Nikolaus handelt hier wie Jesus, er sorgt sich um die Menschen und mit Gottes Hilfe lindert er die Not. Es ist nicht wichtig, ob sich das wirklich so zuge-tragen hat. Wichtig ist, dass Nikolaus jemand war, der die Not der Menschen wahrgenommen hat und nach seinen Möglichkeiten gehandelt hat.

🎵 Lied

*Dann stell ich den Teller auf,
Nikolaus legt bestimmt was drauf. Lustig, lustig ...*

Anregungen mit Kindern

Malt Walnüsse golden an. Überlegt euch, wem ihr eine goldene Nuss schenken und ihr oder ihm etwas Nettes sagen wollt. Schaut dabei, dass alle eine goldene Nuss erhalten.

★ Wünsche

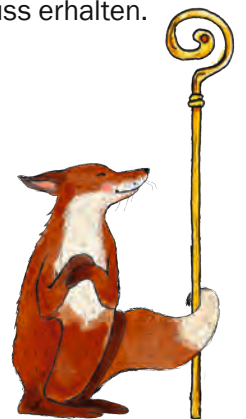
Heute ist Nikolausabend. Wir denken an die Menschen, die uns besonders wichtig sind, mit denen wir uns schwertun, die es schwer im Leben haben, und schicken ihnen einen guten Wunsch.

Segen

Nehmt euch an der Hand und singt gemeinsam die restlichen Strophen des Nikolausliedes –
siehe Liedanhang

Nikolausjause

Lasst die Feier mit einer Jause ausklingen.



Maria

Maria, auf dich hoff und baue ich

Maria spielt in der Weihnachtszeit eine zentrale Rolle, im Fest „Maria Empfängnis“ am 8. Dezember, in den biblischen Texten, beim Geheimnis der Weihnacht selbst, in der Heiligen Familie ... eine Marienandacht zu feiern ist immer passend.



Lied: zum Entzünden der Kerzen

*Lobe den Herrn meine Seele,
und seinen heiligen Namen.
Was er dir Gutes getan hat,
Seele, vergiss es nicht. Amen.*

Lobe, lobe den Herrn, lobe den Herrn meine Seele.



Zu dir ruf und seufze ich

Maria. So viele Vorstellungen und Bilder vereinen sich in der Figur Marias. Maria, die ihren neugeborenen Sohn im Arm hält. Maria, die ihren verstorbenen Sohn im Arm hält. Maria die Gütige, die Milde, die Süße, die Fürsprecherin, die Schützende, die Prophetin, die Handelnde, die Option für die Armen ergreift.

Du Gütigste, steh mir bei

Der Engel kam zu ihr und sagte: „Freu dich, Maria, denn du bist von Gott reich gesegnet und Gott ist mit dir. Hab’ keine Angst. Gott will dir seine liebevolle Zuwendung zeigen. Du wirst Mutter werden und einen Sohn zur Welt bringen. Du sollst ihn Jesus nennen.“

Du Mächtigste, Schutz mir verleihe

Die christliche Tradition sieht in Maria das Idealbild der Frau. Doch auf den Blickwinkel kommt es an. Am Beginn steht die Zustimmung Marias. Im Angesicht des göttlichen Boten lässt Maria sich auf das Wirken Gottes ein. Sie sagt „Ja“ zu Gott. Nicht nur das, Maria ist wichtiger Teil der göttlichen Botschaft. Sie singt ein Lied über Gott, das sie nahtlos in die Linie der alttestamentlichen Frauen und Prophetinnen einreicht: das Magnifikat (Lk 1,46–55). Sie steht Gott nahe. Sie ist es, die Jesus aufzieht und ihn entscheidend prägt. Die ihn von Beginn an begleitet und im Tod bei ihm ist. Maria gehört zu den ersten und wichtigsten Zeuginnen unseres Glaubens – und sie ist eine starke, lebendige und weise Frau, wie sich besonders im Magnifikat zeigt.

So komm, hilf beten mir

Maria ist uns nicht nur Vorbild in ihrer Entscheidungskraft oder ihrem Handeln, sondern auch in der Art, wie wir mit Gott ins Gespräch kommen können: respektvoll, hinterfragend und liebevoll. Gleichzeitig setzt Maria sich für die Menschen ein, die keine Macht und Kraft haben.

Maria ist uns ein Vorbild im Gebet. Sie nimmt alle Menschen mit in ihr Gebet, besonders jene, die Hilfe und Stärke brauchen. Manchen Menschen tut es gut, wenn sie in das Gebet miteingeschlossen werden. Überlegt gemeinsam, wen ihr an diesem Tag mit ins Gebet einschließen möchtet. Nehmt euch eine dicke Schnur, ein Band oder einen stärkeren Wollfaden. Macht für diese Menschen einen Knoten in die Schnur, um euch an sie zu erinnern.

So komm und bleib bei mir

Wie schön bist du, Maria!
Du Mutter und Fürsprecherin.
Wie mutig bist du, Maria!
Entschlossenheit und Liebe zeichnen dich aus.
Wie weise bist du, Maria!
Sei uns Vorbild, sei uns Kraft.
Wie kraftvoll bist du, Maria!



Heilige Lucia, wer bist du?

„Ich, die heilige Lucia, lebte im 3. Jahrhundert auf der Insel Sizilien. Ich sollte einen jungen reichen Mann heiraten. Aber ich wollte Christin werden und ganz für Jesus da sein. Dann starb mein Vater. Meine Mutter wurde schwer krank. Aber mit Gottes Hilfe wurde sie wieder gesund. Da erlaubte sie mir, Christin zu werden. Das war damals streng verboten. Deshalb ging das nur im Verborgenen. Ich brachte den anderen Christen, die sich in Tunnels unter der Stadt versteckten, zu essen und zu trinken. Da musste ich mir etwas einfallen lassen, dass ich mich in den dunklen Gängen zurecht fand. Ich hatte beide Hände voll zu tragen. Da habe ich mir die Kerzen, die wir verwendeten, an einem Kranz befestigt und ihn mir auf den Kopf gesetzt. So habe ich mit dem Essen auch Licht zu den Menschen gebracht. Aber ich wurde verraten und getötet.“



Was willst du uns sagen?

„Mein Name bedeutet die Leuchtende. Ich habe den Menschen damals im Dunkeln Essen und Licht gebracht. Sie haben gesehen, dass Jesus immer Menschen findet, die Licht in die Welt bringen.“

Anregung mit Kindern

Richte einige Kerzen auf einem Teller her (z. B. Tee-lichter). Schaltet in der Wohnung alle Lichter aus. Macht es richtig dunkel. Was kannst du erkennen? Dann zünde eine Kerze nach der anderen an und schaue, was du mit jeder Kerze mehr um dich herum erkennen kannst.

Heilige Familie

Am Beginn der Heilsgeschichte Jesu steht das „Ja“ zweier Menschen: Maria und Josef. Es ist die Zusage, in schwierigen Zeiten füreinander da zu sein.



Aus der Heiligen Schrift

Simeon segnete sie und sagte dann zu Maria: „Gott hat dieses Kind erwählt; an ihm wird sich entscheiden, ob man zu Fall kommt oder aufsteht. Viele werden ihm leidenschaftlich widersprechen, sodass die Gedanken vieler Herzen offenbar werden.“ Lk 2,34



Gedanken zum Bibeltext

Familie ist für viele Menschen ein schwieriges Thema. Es ist nicht immer einfach, es gibt Streit oder leider auch Entfremdungen. Es läuft nicht immer so, wie wir es uns vorstellen. Was aber ist eine „heile“ Familie?

Nehmen wir das Vorbild der heiligen Familie: Die Familie entsteht in einer herausfordernden und für alle schwierigen Situation. Maria ist jung, verlobt und wird schwanger – ein Tabubruch in der damaligen Zeit. Josef aber bleibt bei ihr.

Es wird nicht einfacher für die junge Familie: sie müssen zur Volkszählung, sie finden keine Unterkunft. Im Tempel schlussendlich wird ihnen eine Zusage zuteil, die aber auch mit dem Leid der Mutter (Lk 1,35) verwoben ist: Maria muss sich auf eine schmerzvolle Zukunft einstellen.

Die junge Familie macht Fluchterfahrungen. Das Leben der heiligen Familie ist nicht „heil“. Maria und Josef stehen vor großen Herausforderungen im Leben. Eine „heile“ Familie zu sein bedeutet nicht, dass alles immer schön ist, oder immer alles klappt. Es bedeutet füreinander da zu sein, gerade in den schwierigen Zeiten.

Anregung mit Kindern

Unser Leben miteinander ist nicht immer leicht. Manchmal ist der Weg steinig und unbequem zu gehen – manchmal trennen sich Wege auch wieder. Nehmt euch miteinander Zeit und gestaltet gemeinsam ein Bild, das ausdrückt, was für euch als Familie wichtig ist.



Segenslied

Nehmt euch einen Moment der Stille, bevor ihr gemeinsam das Segenslied singt.

Der Segen Gottes möge dich umarmen,
egal wohin dich deine Wege führ'n.
Die Liebe und sein göttliches Erbarmen,
sollst du bis in die Zehenspitzen spür'n.
Der Segen Gottes möge dich umarmen.

Macht euch gegenseitig ein Kreuzzeichen auf die Stirn und sprecht euch zu „Ich bin für dich da“.



Das Weihnachtsevangelium – Lk 2,1–20

Es begab sich aber in jenen Tagen, als Augustus Kaiser war, dass er einen Befehl erließ, alle Menschen des Reiches steuerlich zu erfassen. Dies geschah zum ersten Mal; und in der Provinz Syria [zu der damals auch Israel gehörte] war Quirinius der Statthalter.

Also gingen die Menschen in die Städte ihrer Vorfahren, um sich dort eintragen zu lassen. Und so zog auch Josef von der Stadt Nazaret in Galiläa los in die Stadt [König] Davids, die Betlehem heißt, da er selbst aus dem Haus und Geschlecht Davids stammte. Er wollte sich eintragen lassen, sich und seine Verlobte Maria, die ein Kind erwartete.

Und genau als sie dort ankamen, setzten die Wehen ein. Maria gebahr ihren Sohn, den Erstgeborenen. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Futterkrippe, weil in der Herberge kein Platz für sie war.

Einige Hirten hielten in dieser Nacht Wache bei ihren Schafen auf freiem Feld. Da trat einer der Engel Gottes zu ihnen, umstrahlt von göttlichem Glanz, und sie erschrecken fest. Doch der Engel sagt: „Fürchtet euch nicht! Seht, ich verkünde euch eine frohe Botschaft, die für das ganze Volk gedacht ist. Heute ist der Retter, Christus, in der Stadt Davids geboren worden. Und daran könnt ihr ihn erkennen: Ihr werdet ein Neugeborenes finden, in Windeln gewickelt, das in einer Futterkrippe liegt.“

Und mit einem Mal war neben dem Engel eine ganze Schar, sie lobten Gott und sangen: „Ehre sei Gott in der Höhe/und Friede auf Erden/den Menschen, die er liebt.“

Und als die Engel die Hirten verlassen hatten, sprachen diese untereinander: „Auf! Wir wollen nach Betlehem eilen und schauen, was Gott uns da verheißen hat!“ Sie liefen los und fanden Maria und Josef und das Neugeborene, das in der Krippe lag.



Ab dem 25. Dezember kann man hier weiterlesen:

Und als sie es sahen, erzählten die Hirten, was der Engel ihnen über das Kind erzählt hatte. Und alle, die das hörten, waren darüber erstaunt. Maria aber bewahrte und bewegte all diese Worte in ihrem Herzen.

Die Hirten kehrten zu ihren Schafen auf die Felder zurück. Sie rühmten Gott und priesen ihn für alles, was sie gehört und gesehen hatten. Es war alles ganz genau so wie es der Engel verkündigt hatte.

übersetzt von B. Collinet



Heiliger Abend für Kinder

Bevor die Weihnachtsglocke läutet

Heute ist Gott als ganz kleines Kind zu uns gekommen. Es ist das Jesusbaby, das uns aus der Krippe entgegenlächelt. Seine Geschichte finden wir in der Bibel und gemeinsam wollen wir sie jetzt hören. Aus der Heiligen Schrift – Seite 8.

★ Bitten und Wünsche

Beten wir für alle Menschen,
... die heute Abend einsam oder traurig sind.
... die zu wenig zum Leben haben.
... dass sie die Freude Gottes spüren können.

Für wen wollen wir noch bitten?

Wenn die Glocke läutet

Wir versammeln uns um den Christbaum und/oder die Krippe.

🎵 Lied

*Ihr Kinderlein kommet, o kommet doch all!
Zur Krippe her kommet in Betlehems Stall,
und seht, was in dieser hochheiligen Nacht,
der Vater im Himmel für Freude uns macht.*

Zum Geschenke auspacken

An Weihnachten bekommen alle etwas und viele Menschen spenden denen etwas, die nichts haben. Bevor wir die Geschenke auspacken überlegen wir, was Geschenke für uns bedeuten.



Auch das Jesuskind ist mit nichts auf die Welt gekommen. Dann aber haben ihm viele Menschen etwas von sich geschenkt:

- Ochs und Esel ihre Futterkrippe und ihre Wärme
- Die Hirten vielleicht ein warmes Schaffell oder etwas Milch
- Maria und Josef ihre Liebe und ihre Zeit
- Die heiligen drei Könige ihre Gaben
- Die Engel ihre Lieder
- Was könnten wir dem Jesuskind heute Nacht schenken?

🎵 Lied

Stille Nacht, heilige Nacht ...

Wenn die Kinder im Bett sind

Gott lasse euch ein gesegnetes Fest erleben.
Gott schenke euch die nötige Ruhe,
damit ihr euch auf Weihnachten
und auf seine frohe Botschaft einlassen könnt.
Gott nehme euch Sorgen und Angst
und schenke euch Hoffnung.
Gott bereite euch den Raum, den ihr braucht
und an dem ihr so sein könnt, wie ihr seid.
Gott schenke euch die Fähigkeit zum Staunen
über das Wunder der Geburt
im Stall von Betlehem. Amen.

Irischer Weihnachtssegen

Heiliger Abend für Erwachsene

Beim Christbaum und/oder bei der Krippe eine Kerze entzünden.

Bedenket nur, was Gott für uns geworden.
Gott wird Geschöpf – wird Mensch – wird Kind.
Durch dieses Wunder beginnt,
was uns Erlösung bringt.
Er ist das Licht inmitten der Nacht –
das heut auch ist, zu uns gebracht.

🎵 Lied

*O du fröhliche, o du selige,
gnadenbringende Weihnachtszeit!
Welt ging verloren, Christ ist geboren:
Freue, freue dich, o Christenheit!*

Impuls

Haltet beim Lesen immer wieder ein und spürt den Pausen nach.

- Welche Nöte empfinden junge Eltern – damals und heute?
- Wer sind die Hirten und Engel unserer Zeit?
- Was würde ich dem Jesuskind wünschen, wenn es in unsere Zeit geboren wäre?



Aus der Heiligen Schrift

Weihnachtsevangelium
auf Seite 8.

★ Bitten und Wünsche:

Beten wir ...
... für alle Menschen,
die heute Abend einsam oder traurig sind.
... für alle, die zu wenig zum Leben haben.
... für alle Menschen, dass sie die Freude Gottes
spüren können.
Für wen oder was wollen wir noch bitten?



Segen

Irischer Weihnachtssegen – siehe oben

Andacht in der Weihnachtszeit

🎵 **Lied:** Stille Nacht

Impuls

Jedes Kleinkind braucht viel Liebe und Ruhe und die Geborgenheit seiner Eltern. Aus dieser Erfahrung heraus gibt es die Traditionen des Wiegenliedes. Ein Lied aus dem 16. Jh. erzählt davon:

*Joseph, lieber Joseph mein,
hilf mir wiegen mein Kindelein.
Gott, der wird dein Lohner sein,
im Himmelreich, der Jungfrau Sohn Maria.
Und Joseph antwortete: Gerne, liebe Maria mein,
helf' ich dir wiegen das Kindelein.
Gott, der wird mein Lohner sein,
im Himmelreich, der Jungfrau Sohn Maria.*

Es ist nicht wichtig, wie diese Familie zusammengekommen ist, dass Josef „nur“ der Ziehvater ist. Sie haben zusammengefunden und das kleine neue Leben wird behutsam gefeiert und liebevoll umarmt. Wie können auch wir heute diese Zärtlichkeit für uns und füreinander immer neu entdecken?

★ **Bitten und Wünsche**

Beten wir

- ... für alle Neugeborenen und für alle, die ein Kind verloren haben.
- ... um Liebe und Zärtlichkeit und Frieden in der Welt.
- ... für eine Gesellschaft des Mitgefühls und der Zugewandtheit.
- ... für alle Familien und alle, die sich einsam fühlen.

🎵 **Lied:** Still, Still, Still

Sternenkinder

Der zweite Sonntag im Dezember ist dem Gedenken der früh verstorbenen Kinder gewidmet. Sternenkinder werden sie genannt, diese Kinder, die während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt gestorben sind.

Es ist ein Zeichen der Solidarität mit den Familien, zu denen ein Sternenkind gehört, wenn wir am Abend dieses Sonntags eine Kerze ins Fenster stellen und ein Gebet sprechen.

Gebet

Gottes Liebe umarme euch!
Gottes Licht erleuchte euch!
Gottes Kraft belebe euch!
Gottes Wort bestärke euch!
Gottes Segen begleite euch!
Amen.

Tomy Mullur



Feier „Mein Sternenkind“

🎵 **Lied**

*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.*



Lichtritual

Wir legen Teelichter (für jede Person eines) um eine große brennende Kerze herum auf ein Tuch. Nacheinander entzünden wir sie. Auch für unser Sternenkind gibt es ein Teelicht.



Dein Platz ist leer

Wir denken heute ganz besonders an ein Kind, ein Geschwisterchen, ein Familienmitglied, das zu uns gehört, aber dessen Platz unter uns leer ist. Heute nehmen wir es in unsere Mitte. Es lebt in unserer Erinnerung und in der Geborgenheit Gottes weiter.



Aus der Heiligen Schrift

„Aber nun, so spricht GOTT, der dich geschaffen und gestaltet hat: Fürchte dich nicht, denn ich habe dich befreit. Ich habe dich bei deinem Namen gerufen. Du gehörst zu mir.“ Jes 43,1

Einladung und Anregungen

Unser Sternenkind hat einen Namen oder wir suchen einen gemeinsam aus. Was bedeutet der Name für uns?

Wir können eine Kerze mit dem Namen und Symbolen für das Sternenkind schmücken. Gemeinsam entzünden wir nun das vorbereitete Teelicht oder die geschmückte Kerze.



Segen

Du warst ein Kind der Hoffnung,
unsere Liebe umhüllte dich;
Unsere Fantasie schmückte dein Leben aus.
Du bleibst unser Kind.
Doch du bist ein Kind der Sehnsucht.
Du bist gesegnet,
du Kind der Hoffnung, der Freude und des Lebens.
Und mit dir ist gesegnet unsere Trauer um dich,
du Kind bei Gott.



Hanna Strack, Auszüge

🎵 **Lied**

Von guten Mächten wunderbar geborgen ...

*Lass warm und still die Kerzen heut' entflammen,
die du in uns're Dunkelheit gebracht.
Führ, wenn es sein kann, wieder uns zusammen.
Wir wissen es: Dein Licht scheint in der Nacht.*

Silvester

🎵 Lied zum Entzünden der Kerzen

*Von guten Mächten treu und still umgeben,
behütet und getröstet wunderbar,
so will ich diese Tage mit euch leben
und mit euch gehen in ein neues Jahr.*

Gute Mächte in dunklen Zeiten

„Alles hat seine Zeit“ – ein Spruch aus der Bibel, der zu einem „geflügelten Wort“ wurde und der uns besonders mit Blick auf ein vergangenes und ein neues Jahr begleitet. Alles hat seine Zeit ist auch das Motto des heutigen Bibeltextes.



Aus der Heiligen Schrift

Alles hat seine Zeit: Eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben. Eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen. Eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz. Eine Zeit zum Lieben und eine Zeit zum Hasen. *Auszüge Koh 3,1–8*

Gedanken zu Lied- und Bibeltext

Dietrich Bonhoeffer, ein evangelischer Theologe und Widerstandskämpfer, schreibt sein Gedicht „Von guten Mächten treu und still umgeben“ zum Jahreswechsel 1944/45 in der Gestapo-Haft. Am 9. April 1945 wird Bonhoeffer im KZ Flossenbürg ermordet. Es ist schwer, angesichts dieses Schicksals in Worte zu fassen, was dieses Lied bedeutet. Es ist tiefster Ausdruck einer vertrauensvollen und hoffnungsvollen Gottesbeziehung in tiefer Not und Bedrängnis. Es zeigt uns immer wieder aufs Neue, wie Glaube tragen kann. Alles hat seine Zeit. Diese Hoffnung trägt das Lied von Bonhoeffer. Die Bitterkeit des Lebens und das Leid wird, mit Gottes Hilfe, vorübergehen. Wenn wir an Silvester dieses Lied anstimmen, dann in dem Bewusstsein darüber, in welcher Situation dieses Gedicht von Hoffnung spricht. Auch wir erfahren in unserem Leben Leid und Bedrängnis. Aber auch Freude und Hoffnung. Es gibt eine schöne Geschichte, in der ein König um einen Spruch bittet, der ihn in traurigen Zeiten ermuntert und in guten Zeiten der Endlichkeit bewusst macht. Er bekommt daraufhin einen Ring mit der Inschrift „Auch dies wird vorübergehen.“

🎵 Lied

*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.*

Anregung mit Kindern

Am Jahresende blicken wir zurück: auf die Sternstunden, auf unsere Wünsche und auf unsere Träume, die noch offen sind. Erzählt einander davon und bläst für jeden Beitrag einen Luftballon auf.

★ Bitten

Der Jahreswechsel ist auch eine Zeit der Wünsche und Vorsätze. In dieser Zeit schließen wir auch bewusst unsere Mitmenschen in unsere Gedanken ein. Wir bitten gemeinsam für ein neues Jahr,

- das mit Lachen und Fröhlichkeit gefüllt sei.
- in dem wir auch in schweren Stunden nicht allein sind.
- in dem wir neue Schritte zu mehr Gerechtigkeit gehen können.



Segen

Der Segen Gottes möge dich umarmen ...

Liedtext im Liedanhang

Sucht euch ein für euch passendes Segensritual und erbittet den Segen füreinander.

Dreikönig

Die ganze Welt besucht Jesus

Vielfalt und Einheit untereinander, Wertschätzung, Toleranz und die gemeinsame Suche nach Gott und dem Glück des Augenblicks, das macht das Fest Dreikönig deutlich.

Drei Menschen verlassen ihre Länder, brechen auf und machen sich auf die Suche.

Sie sind weder Nachbarn von Josef und Maria, noch Verwandtschaft oder Freunde. Nicht einmal vom gleichen Volk. Sie suchen den Stern, der ihnen Segen und einen neuen König symbolisiert. Dieses Licht steht für Gott selbst, das Christuskind in unserer Mitte.

Neben Hirten und Engeln finden sich drei Vertreter der weltweiten Völker in Betlehem ein. Die ganze Welt bewegt sich gleichsam in ihnen auf Gott zu, den wir Christinnen und Christen als den Gottmenschen in der Krippe anerkennen.

Von Beginn an wird klar: Das Licht leuchtet für alle Völker, nicht nur für einige wenige Erwählte. Simeon erkennt im Tempel von Jerusalem in diesem Baby die Erfüllung der alten Prophezeiung: „Ein Licht, das die Heiden erleuchtet und Herrlichkeit für dein Volk!“ Lk 2,32

So leuchtet im Fest Dreikönig eine eindringliche Botschaft für Einheit und Frieden auf – trotz aller Spannungen im Weltgefüge der Völker.

Die ganze Welt findet sich um das Christkind ein. Die ganze Welt ist auf der Suche nach ihm, nach Gott. Die ganze Welt ist willkommen an der Krippe.

Sternsingen

Gemeinsam überlegen wir einen guten Rahmen für das Sternsingen. In der Pfarre erfahren wir, wann eine Gruppe in unserer Gegend ist.

Sternsingen

Schöner Rahmen für die Gäste

Wo wird die Gruppe stehen? Wollen wir sie in unseren Wohnraum einladen?
Wie ist das bei schlechter Witterung?
Möchten wir etwas zum Trinken oder Knabbern anbieten oder Erinnerungsfotos machen?
Was schenken wir den Sternsängern? Gemeinsam können wir etwas zum Naschen aussuchen.

Rund ums Geld Spenden

Viel Gutes kann durch hilfreiche Projekte für Menschen in der ganzen Welt entstehen. Wir sind durch unsere Spende ein Teil davon. Gemeinsam überlegen wir, wie viel Geld wir spenden wollen.

Nach dem Besuch

C+M+B heißt
„Christus segne
dieses Haus“.
Unser Heim soll
ein gesegneter
Ort bleiben.



Weihrauch

Der Duft bleibt noch länger im Raum hängen als Erinnerung an die Botschaft vom Suchen, Finden, Staunen und Teilen. Sie klingt nach!

Information zur Sammelaktion

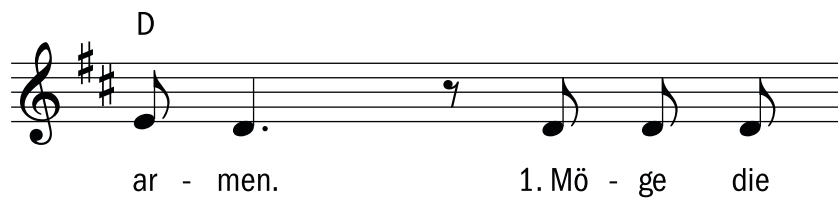
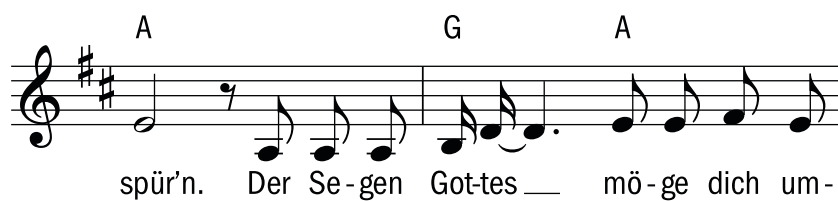
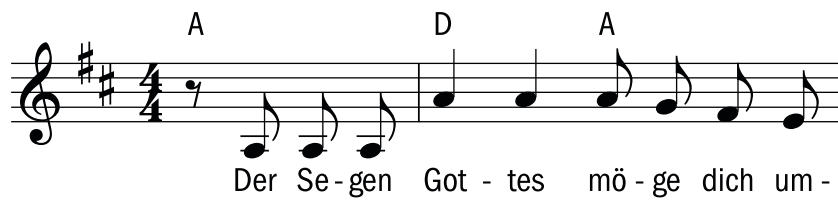
Die kleine Broschüre der Sternsingeraktion können wir gemeinsam lesen. Sie erinnert daran, wie viel Gutes unser kleiner Geldtropfen in der Welt bewegen wird.

Aufbrechen

*Die Weisen aus dem Morgenland
waren weise,
weil ihr Blick über das Irdische hinausreichte,
voller Aufmerksamkeit,
voller Zuversicht,
voller Hoffnung,
in himmlische Sphären,
um nach Zeichen Ausschau zu halten,
für die Nähe des Heils.
So erkannten sie den Weihnachtsstern
als Boten und Wegweiser
eines besonderen Ereignisses.
Ohne zu zögern brachen sie auf,
verließen ihre vertraute Umgebung
und kamen mit Jesus in Berührung.
Der Weihnachtsstern zeigt uns,
dass Gott seine Zeichen setzt,
für diejenigen, die wirklich Ausschau halten
nach dem Heil.
Wer sich auf den Weg macht
zum Kind in der Krippe,
sich löst aus vertrauter Umgebung,
um mit Jesus in Berührung zu kommen,
dem werden Sternstunden geschenkt.*



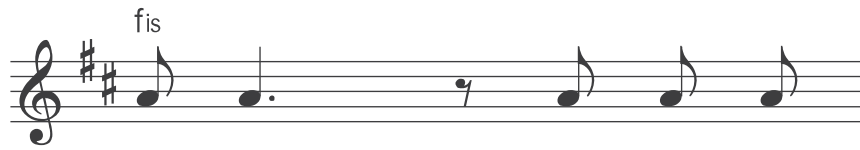
Der Segen Gottes möge dich umarmen



1. Mö - ge die
2. Mö - ge der
3. Mö - ge der
4. Mö - ge die



Der Segen Gottes möge dich umarmen



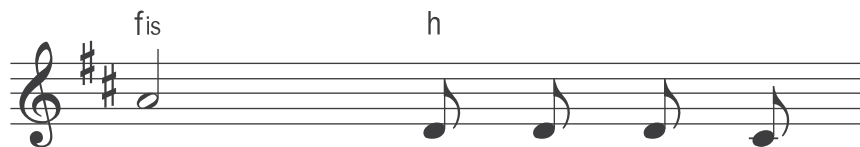
glei - ten, wo - hin dein
zei - gen, die Frei - heit
le - ben. Auf dei - nen
spen - den, dass du er -



Weg auch im-mer füh - ren mag. Mö-ge die
und die Un-be - küm-mert-heit. Mö-ge der
Fel - dern soll die Frucht ge - deih'n. Mö-ge der
wachst mit neu-em Le - bens-mut. Mö-ge die



Son-ne _____ dir die See - le
Wind dich im - mer vor - wärts
Re - gen, _____ so wie Got - tes
Nacht dir gu - te Träu - me

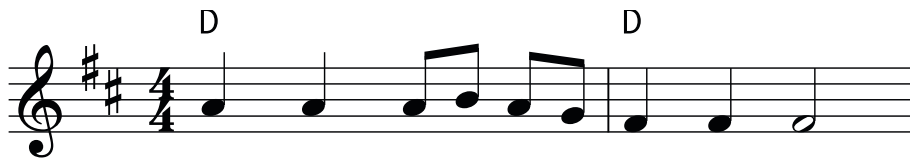


wei - ten, in die - ser
trei - ben und dich be -
Se - gen, al - les zum
sen - den, und die Ge -

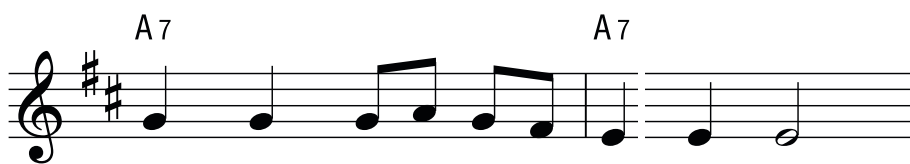


Stun-de, _____ an je - dem Re - gen - tag.
wahr-en _____ vor Kum-mer und vor Leid.
Blü - hen brin-gen und dein Herz er - freun.
wiss - heit: _____ Es wird al - les gut.

Lasst uns froh und munter sein



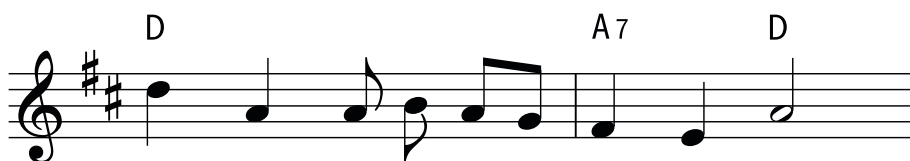
1. Lasst uns froh und mun - ter sein
2. Dann stell ich den Tel - ler auf,
3. Wenn ich schlaß, dann träu - me ich,
4. Wenn ich auf - ge - stan - den bin,
5. Nik - laus ist — ein gu - ter Mann,



- und uns recht von Her - zen freu'n!
Nik - laus legt ge - wiss was drauf.
jetzt bringt Nik - laus was für mich.
lauf ich schnell zum Tel - ler hin.
dem man nicht g'nung dan - ken kann!



- Lus - tig, lus - tig, tra - la - la - la - la,



- bald ist Ni - ko - laus - a - bend da,



- bald ist Ni - ko - laus - a - bend da!

Gemeinfreie Musik, Text und Melodie aus dem 19. Jhdt., Verfasser unbekannt

Leise, leise kommt die Weihachtszeit

C e a F G

1.-4. Lei - se, lei - se kommt die Weih-nachts-zeit,

C e F G C

lei - se, lei - se wer-den wir be - reit.

G C G

1. Zünd' die ers-te Ker-ze an, dass es Weihnacht wer-den kann.
 2. Zünd' die zwei-te Ker-ze an,
 3. Zünd' die drit-te Ker-ze an,
 4. Zünd' die vier-te Ker-ze an,

C e a F G

Lei - se, lei - se kommt die Weih-nachts-zeit,

C e F G C

1.-3. lei - se, lei - se wer - den wir be - reit.
 4. lei - se, lei - se sind wir nun be - reit.

Leise rieselt der Schnee

G D7 G

1. Lei - se rie - selt der Schnee,
 2. In den Her - zen ist's warm;
 3. Bald ist Hei - li - ge Nacht,
 4. 's Kind - lein, gött - lich und arm,

C G

still und starr liegt der See,
 still schweigt Kum - mer und Harm.
 Chor der En - gel er - wacht.
 macht die Her - zen so warm.

D7 e

weih - nacht - lich glän - zet der Wald:
 Sor - ge des Le - bens ver - halt.
 Horch nur, wie lieb - lich es schallt:
 Strah - le, du Stern ü - berm Wald!

a D7 G

1.-4. Freu - e dich, 's Christ-kind kommt bald!

Lobe den Herrn, meine Seele

① D e

Lo - be den Herrn, mei - ne See - le,

A G D

und sei - nen hei - li - gen Na - men.

D e

Was er dir Gu - tes ge - tan hat,

A G D

See - le, ver - giss es nicht. A - men.

② D e

Lo - be, lo - be den Herrn.

A G D

Lo - be den Herrn, mei - ne See - le.

D e

Lo - be, lo - be den Herrn.

A G D

Lo - be den Herrn, mei - ne See - le.

SCM Verlag © SCM Verlag in der SCM Verlagsgruppe GmbH

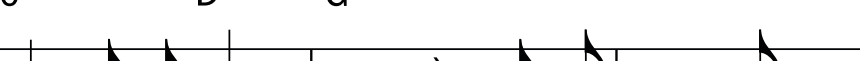
SCM Verlag © SCM Verlag in der SCM Verlagsgruppe GmbH

Maria durch ein Dornwald ging

e H7

1. Ma - ri - a durch ein Dorn - wald ging.
2. Was trug Ma - ri - a un - ter ih - rem Her - zen?
3. Da ha - ben die Dor - nen Ro - sen ge - tra - gen.

e D G



Ky - rie e - lei - son.

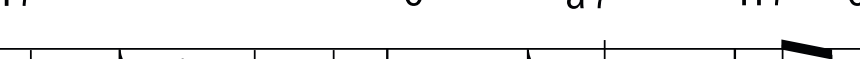
Ky - rie e - lei - son.

Ky - rie e - lei - son.

D e



Dorn-wald ging, der hat___ in sie-ben Jahr'n kein
oh - ne Schmer-zen, das trug___ Ma - ri - a un - ter
Wald ge - tra - gen, da ha - ben die Dor - nen

H7 e a7 H7 e

 Laub ge - tra - gen. Je - sus und Ma - ri - a.
 ih - rem Her - zen. Je - sus und Ma - ri - a.
 Ro - sen ge - tra - gen. Je - sus und Ma - ri - a.

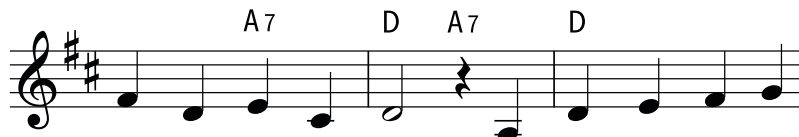
Diesen Tag, Herr



Es zieh'n aus weiter Ferne



1. Es zieh'n aus wei - ter Fer - ne drei
 2. Sie brin - gen viel Ge - schen - ke von
 3. Das Kind liegt in der Krip - pe, so
 4. Sie ru - fen: „Heil dem Kin - de, das



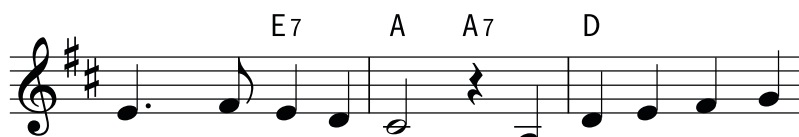
Kö - ni - ge ein - her. Sie ka - men von drei
 Myr-rhen, Weih-rauch, Gold. Wem wol - len sie die
 wun - der - lieb und klein, das schön - ste Kind auf
 hier in Win - deln liegt! Der Stern hat uns be -



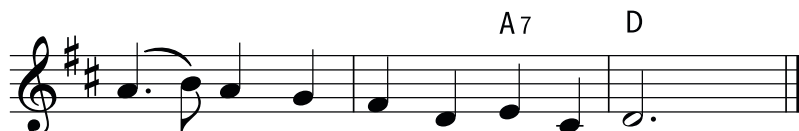
Ber - gen und fuh - ren ü - bers
 bie - ten, wem sind sie denn so
 Er - den, im gold - nen Him - mels -
 deu - tet, dass es die Welt be -



Meer. Un - zäh - lig sind die Scha - ren, ge -
 hold? Der Stern, er ste - het stil - le und
 schein. Da hal - ten nun die Kö - ni - ge mit
 siegt.“ Sie ha - ben's an - ge - be - tet und



schmückt ist das Ge - leit. Die Spo-ren glän - zen
 sen - ket nie - der sich, auf ei - ne ar - me
 ih - rer gan - zen Macht, mit ih - ren Die - nern
 Op - fer dar - ge - bracht. Sie zie - hen dann von



hel - ler im Son - nen - lich - te weit.
 Hüt - te, die ei - nem Stal - le glich.
 al - len, mit ih - rer gan - zen Pracht.
 dan - nen noch in der - sel - ben Nacht.

Ihr Kinderlein kommet

1. Ihr Kin - der - lein, kom - met, o kom - met doch all! Zur
Krip - pe her kom - met in Beth - le - hems Stall. Und
seht, was in die - ser hoch - hei - li - gen Nacht der
Va - ter im Him - mel für Freu - de uns macht!

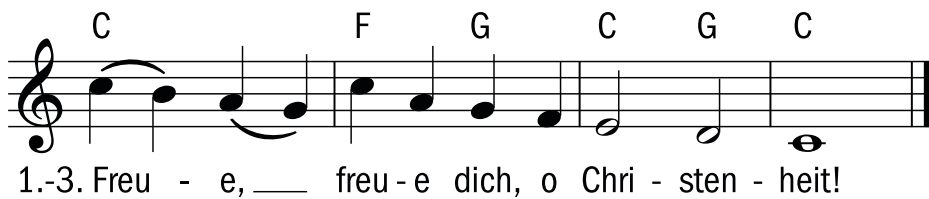
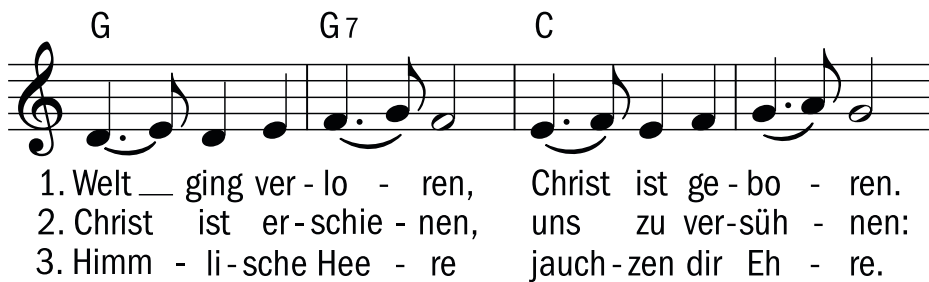
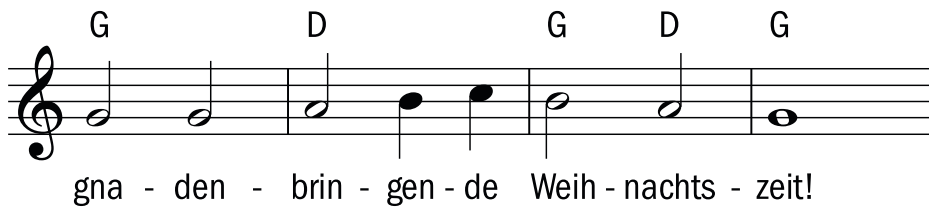
2. O seht in der Krippe im nächtlichen Stall,
seht hier, bei des Lichtleins hell glänzendem Strahl
in reinlichen Windeln das himmlische Kind,
viel schöner und holder als Engel es sind!

3. Da liegt es, das Kindlein, auf Heu und auf Stroh;
Maria und Josef betrachten es froh.
Die redlichen Hirten knien betend davor;
Hoch droben schwebt jubelnd der Engelein Chor!

4. O beugt wie die Hirten anbetend die Knie.
Erhebet die Hände und danket wie sie.
Stimmt freudig, ihr Kinder - Wer sollt' sich nicht freu'n? -
stimmt freudig zum Jubel der Engel mit ein.

*Gemeinfreie Weihnachtsmusik
Text: Christoph von Schmid, Melodie: Johann Abraham Peter Schulz*

O du fröhliche



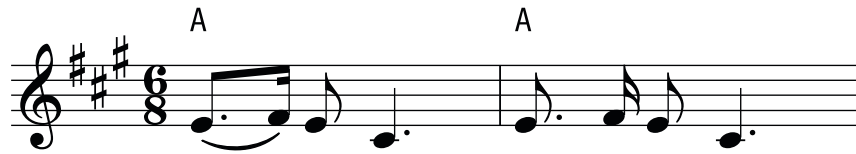
Gustav Bosse Verlag, Kassel © Gustav Bosse Verlag/Bärenreiter-Verlag, Kassel

Alle Jahre wieder



Gemeinfreie Weihnachtsmusik, Text: Wilhelm Hey, Melodie: Friedrich Silcher

Stille Nacht, heilige Nacht



1. Stil - le Nacht, hei - li - ge Nacht!
 2. Stil - le Nacht, hei - li - ge Nacht!
 3. Stil - le Nacht, hei - li - ge Nacht!



Al - les schläft, ein - sam wacht
 Hir - ten erst kund - ge - macht,
 Got - tes Sohn, o wie lacht



nur das trau - te, hoch - hei - li - ge Paar.
 durch der En - gel Hal - le - lu - ja
 Lieb aus dei - nem gött - li - chen Mund,



Hol - der Kna - be im lok - ki - gen Haar,
 tönt es laut von fern und nah:
 da uns schlägt die ret - ten - de Stund,



schlaf in himm - li - scher Ruh',
 Christ, der Ret - ter, ist da!
 Christ, in dei - ner Ge - burt,



schlaf in himm - li - scher Ruh'!
 Christ, der Ret - ter, ist da!
 Christ, in dei - ner Ge - burt!

Gemeinfreie Weihnachtsmusik, Text: Joseph Mohr, Melodie: Franz Xaver Gruber

Still, still, still



1. Still, ____ still, ____ still, weil 's
2. Schlaf, schlaf, schlaf, mein
3. Groß, ____ groß, ____ groß, die ____



Kind - lein schla - fen will! Ma -
lie - bes Kind - lein, schlaf! Die
Lieb ist ____ ü - ber - groß! Gott



ri - a ____ tut es nie - der - sin - gen,
En - gel tun schön mu - si - zie - ren,
hat den Him - mels - saal ver - las - sen



ih - re ____ gro - ße Lieb dar - brin - gen.
bei dem Kind - lein ju - bi - lie - ren,
und will rei - sen un - ser Stra - ßen.



Still, ____ still, ____ still, weil 's
schlaf, schlaf, schlaf, mein
Groß, ____ groß, ____ groß, die ____



Kind - lein schla - fen ____ will!
lie - bes Kind - lein, schlaf!
Lieb ist ____ ü - ber - groß!

Melodie: Volksweise aus dem Salzburger Land, 19. Jhdt., Text: im Original in österreichischer Mundart, der heute gesungene Liedtext wird Georg Götsch zugeschrieben.

Von guten Mächten



1. Von gu - ten Mäch - ten treu und still um - ge - ben,
be - hü - tet und ge - trö - stet wun - der - bar,
so will ich die - se Ta - ge mit euch
le - ben und mit euch ge - hen
in ein neu - es Jahr. Refr.: Von gu - ten Mächten
wun - der - bar ge - bor - gen er - war - ten
wir ge - trost, was kom - men mag. Gott
ist mit uns am A - bend und am Mor - gen und
ganz ge - wiss an je - dem neu - en Tag!

2. Noch will das Alte uns're Herzen quälen,
noch drückt uns böser Tage schwere Last.
Ach, Herr, gib unsern aufgeschreckten Seelen
das Heil, für das du uns bereitet hast.

3. Und reichst du uns den schweren Kelch, den bitter'n,
des Leids, gefüllt bis an den höchsten Rand,
so nehmen wir ihn dankbar ohne Zittern
aus deiner guten und geliebten Hand.

4. Doch willst du uns noch einmal Freude schenken
an dieser Welt und ihrer Sonne Glanz,
dann woll'n wir des Vergangenen gedenken,
und dann gehört dir unser Leben ganz.

5. Lass warm und still die Kerzen heut' entflammen,
die du in uns're Dunkelheit gebracht.
Führ, wenn es sein kann, wieder uns zusammen.
Wir wissen es: Dein Licht scheint in der Nacht.

6. Wenn sich die Stille nun tief um uns breitet,
so lass uns hören jenen vollen Klang
der Welt, die unsichtbar sich um uns weitet,
all deiner Kinder hohen Lobgesang.

Text: Dietrich Bonhoeffer; Melodie: Siegfried Fietz
© Abakus Musik Barbara Fietz, D-Greifenstein