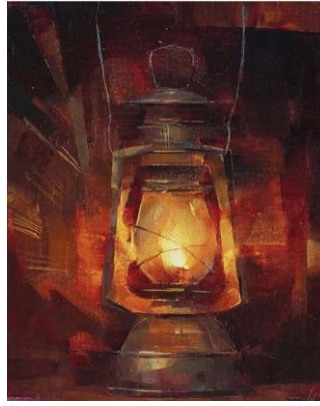


Atempause für die Seele



«Advent - Worauf warten wir»

Du bist eingeladen immer wieder in der Adventszeit eine kleine Atempause einzulegen, um dich auf das Wesentliche auszurichten, und dir selbst Herzensruhe zu schenken.

Herzensruhe

Mich berühren lassen von der Liebe,
in der ich leben darf durch Gottes Ja.

Mich anrühren lassen von Gottes Sehnen
nach meiner Antwort durch mein Leben.

Mich anrühren lassen durch Gottes Tat
in diese Welt sich selbst zu geben.

Regina Hagmann

Frage: Wie sieht es aus mit deinen Erwartungen? Was ist deine Erwartung an diese Zeit rund um Weihnachten. Worauf wartest du ganz persönlich? Worauf freust du dich? Gib dir einen Moment Zeit, um deiner inneren Sehnsucht nachzuspüren.

Lied: *Here I am Lord (ist angefügt)*

Gebet für die Zeit der Stille: Hier bin ich Herr. Voller Erwartung.

Ich möchte mich wie Maria öffnen, um die Botschaft zu hören in der Tiefe meiner Seele. Maria ist ganz Mensch wie ich, sie hört die Botschaft, überwindet alle ihre Zweifel und Ängste – traut und glaubt dem Gottesboten. Durch ihr uneingeschränktes Ja wird Jesus durch sie in die Welt hineingeboren. Auch in mir möchte Christus geboren werden – er möchte immer mehr mein Innerstes ganz einnehmen und bewohnen. Und ich möchte es geschehen lassen.

Abenteuer Advent. Das kann sein: warten und lauschen, ob sich irgendetwas tut. Suchen und sich auf den Weg machen. Mitten im Dunkel den Stern sehen und ihm trauen. Das kann sein: sich zufrieden geben mit dem was ist – ausstrecken nach dem, was noch nicht ist – aber was sein könnte. Sehnsüchtig sein nach mehr Leben und Lebendigkeit, Ausschau halten nach Gott in meinem Leben.

Wir wünschen euch von Herzen eine besinnliche Adventszeit.

Monika und Marianne

<https://emea01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fyoutu.be%2FXox5ZKz2haM&data=04%7C01%7C%7Cfd9f5d9bf7274707a98508d9b7402aea%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C637742308487394451%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzliLjBtIi6IjEkaWwiLCJXVCi6Mn0%3D%7C3000&data=4wYO%2Bn6plhObqCRtZjU2p128jq25Lnfl6Ghx2dZO2GI%3D&reserved=0>