

## **Andacht zu Weihnachten**

Am Anfang richten Sie sich gern einen schönen Platz für die Zeit der Andacht ein: Kochen Sie sich einen Tee oder Kaffee, schalten Sie eine elektrische Kerze an und nehmen Sie sich bewusst Zeit, zur Ruhe zu kommen. Die Länge der Andacht bestimmen Sie selbst, aber lassen Sie sich dabei genug Zeit und Raum, damit die Gedanken zur Ruhe kommen können und Sie offen für die Impulse sind.

Wir beginnen mit einem **Gebet**:

„Himmlicher Vater, Weihnachten steht vor der Tür und alles fühlt sich dieses Jahr falsch an. Auch in meinem Herzen ist alles verschoben, zwischen Dank für die Bewahrung einerseits und Sorge über das noch Kommende andererseits. Bitte berühre mich mit deiner Freundlichkeit und Kraft. Bitte fülle mein Herz mit Licht und Frieden. Vertreibe alle Dunkelheit und Hoffnungslosigkeit. Bitte hilf mir, den Blick zu dir zu heben.

Danke für deine unerschütterliche Zusage, immer bei mir zu sein, an jedem neuen Tag – was er auch bringen mag. Und hilf mir, das Wunder von Weihnachten neu zu erleben. Amen.“

### **Ich bin da**

In die Lichtblicke deiner Hoffnung  
und in die Schatten deiner Angst,  
in die Enttäuschung deines Lebens  
und in das Geschenk deines Zutrauens  
lege ich meine Zusage:  
Ich bin da.



In das Dunkel deiner Vergangenheit  
und in das Ungewisse deiner Zukunft,  
in den Segen deines Wohlwollens  
und in das Elend deiner Ohnmacht  
lege ich meine Zusage:  
Ich bin da.

In das Spiel deiner Gefühle  
und in den Ernst deiner Gedanken,  
in den Reichtum deines Schweigens  
und in die Armut deiner Sprache  
lege ich meine Zusage:  
Ich bin da.

In die Fülle deiner Aufgaben  
und in deine leere Geschäftigkeit,  
in die Vielzahl deiner Fähigkeiten  
und in die Grenzen deiner Begabung  
lege ich meine Zusage:  
Ich bin da.

In das Gelingen deiner Gespräche  
und in die Langeweile deines Betens,  
in die Freude deines Erfolgs  
und in den Schmerz deines Versagens  
lege ich meine Zusage:  
Ich bin da.

In das Glück deiner Begegnungen  
und in die Wunden deiner Sehnsucht,  
in das Wunder deiner Zuneigung  
und in das Leid deiner Ablehnung  
lege ich meine Zusage:

Ich bin da.

In die Enge deines Alltags  
und in die Weite deiner Träume  
und in die Kräfte deines Herzens  
lege ich meine Zusage:  
Ich bin da.

### **Lied „Vom Himmel hoch, da komm ich her“**

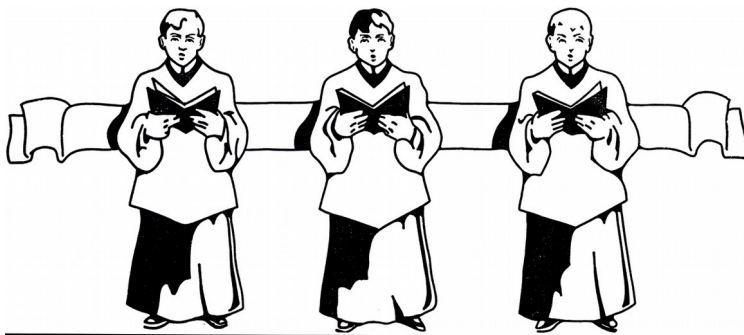
Summen oder singen Sie sich das Lied vor

Vom Himmel hoch, da komm' ich her,  
ich bring' euch gute neue Mär,  
der guten Mär bring' ich soviel,  
davon ich sing'n und sagen will.

Euch ist ein Kindlein heut geborn  
von einer Jungfrau auserkorn,  
ein Kindelein so zart und fein,  
das soll eur Freud und Wonne sein.

Es ist der Herr Christ, unser Gott,  
der will euch führn aus aller Not,  
er will eur Heiland selber sein,  
von allen Sünden machen rein.

Er bringt euch alle  
Seligkeit,  
die Gott der Vater  
hat bereit',



So merket nun das Zeichen recht:  
die Krippe, Windelein so schlecht,  
da findet ihr das Kind gelegt,  
das alle Welt erhält und trägt.

Des laßt uns alle fröhlich sein  
und mit den Hirten gehn hinein,  
zu sehn, was Gott uns hat beschert,  
mit seinem lieben Sohn verehrt.

Lob, Ehr sei Gott im höchsten Thron,  
der uns schenkt seinen eingen Sohn.  
Des freuen sich der Engel Schar'  
und singen uns solch neues Jahr.

### **Groll-Kartoffeln**

Ein Lehrer bat seine Schüler, in die nächste Stunde einen Rucksack und einen Sack Kartoffeln mitzubringen. Für jeden Menschen, dem sie etwas nicht verzeihen wollten, das er ihnen in ihrem Leben angetan hatte, sollten die Schüler eine möglichst große Kartoffel wählen, auf diese dessen Namen schreiben und die Kartoffel in den Rucksack legen.

Diesen Rucksack voller Kartoffeln sollten sie eine Woche lang mit sich herumtragen, d.h. überall dahin mitnehmen, wo sie hingingen und an die Personen denken, deren Namen auf den Kartoffeln standen. Dabei sollten sie sich fragen, wem davon sie am leichtesten verzeihen könnten. Einige trugen nun leichte Rucksäcke, viele aber sehr schwere Rucksäcke auf dem Rücken. Alle Schüler waren

startbereit.

Doch jedesmal, so schloss der Lehrer, wenn sie sich in der Lage fühlten, einem dieser Menschen, von dem sie sich verletzt fühlten, voll und ganz zu verzeihen, durften sie die Kartoffel mit seinem Namen aus dem Rucksack herausnehmen und beiseitelegen. Dann galt es, sich hinsichtlich der verbliebenen Kartoffeln weiter zu fragen, wem sie denn nun am leichtesten vergeben könnten. Wenn sie sich voll und ganz in der Lage fühlten, zu verzeihen, durften sie auch diese Kartoffel mit dem entsprechenden Namen aus dem Rucksack nehmen und so weiter.

Am Ende der Woche kamen alle wieder zusammen. Einige Rucksäcke waren ganz leer, andere leichter geworden. Es gab niemanden, dessen Rucksack noch so gefüllt war wie eingangs der Woche. Alle Schüler strahlten. Die herausgenommenen Kartoffeln türmten sich zu einem beachtlichen Berg auf. Gemeinsam schälten Schüler und Lehrer die Namen von den Kartoffeln ab, kochten die Kartoffeln in einem großen Topf und bereiteten eine leckere Suppe zu, von dem jeder etwas abbekam.

### Überlegen Sie mit:

Weihnachten wird oft als Fest des Friedens gefeiert: *Auf einmal waren die Hirten von unzähligen Engeln umgeben, die Gott lobten: »Ehre sei Gott im Himmel! Denn er bringt der Welt **Frieden** und wendet sich den Menschen in **Liebe** zu.«*

Die Bibel, Lukas-Evangelium Kapitel 2, Verse 13 und 14

An welcher Stelle in Ihrem Leben wünschen Sie sich Frieden?

Was können Sie selbst dafür tun?

Und wo können Sie nur Jesus als „Friedensfürst und Wunderbringer“ um seinen ewigen, göttlichen Frieden bitten?

### Lied „Ich steh an deiner Krippe hier“

Summen oder singen Sie sich das Lied vor

Ich steh' an deiner Krippe hier,  
o Jesu, du mein Leben;  
ich komme, bring' und schenke dir,  
was du mir hast gegeben.  
Nimm hin, es ist mein Geist und Sinn,  
Herz, Seel' und Mut, nimm alles hin  
und laß dir's wohl gefallen.

Da ich noch nicht geboren war,  
da bist du mir geboren  
und hast dich mir zu eigen gar,  
eh' ich dich kannt', erkoren.  
Eh' ich durch deine Hand gemacht,  
da hast du schon bei dir bedacht,  
wie du mein wolltest werden.

Ich lag in tiefer Todesnacht,  
du warest meine Sonne,  
die Sonne, die mir zugebracht  
Licht, Leben, Freud' und Wonne.  
O Sonne, die das werthe Licht



des Glaubens in mir zugericht',  
wie schön sind deine Strahlen.

Ich sehe dich mit Freuden an  
und kann mich nicht satt sehen;  
und weil ich nun nichts weiter kann,  
bleib' ich anbetend stehen.

O daß mein Sinn ein Abgrund wär'  
und meine Seel' ein weites Meer,  
daß ich dich möchte fassen.

### **Ein Bild vom Frieden**

Es war einmal ein König, der schrieb einen Preis im ganzen Land aus: Er lud alle Künstlerinnen und Künstler dazu ein, den Frieden zu malen und das beste Bild sollte eine hohe Belohnung bekommen.

Alle Malerinnen und Maler im Land machten sich eifrig an die Arbeit und brachten dem König ihre Bilder. Von allen Bildern, die gemalt wurden, gefielen dem König zwei am besten. Zwischen denen musste er sich nun entscheiden.

Das erste war ein perfektes Abbild eines ruhigen Sees. Im See spiegelten sich die malerischen Berge, die den See umrandeten und man konnte jede kleine Wolke im Wasser wiederfinden. Jeder, der das Bild sah, dachte sofort an den Frieden.

Das zweite Bild war ganz anders. Auch hier waren Berge zu sehen, aber diese waren zerklüftet, rau und kahl. Am düsteren grauen Himmel über den Bergen jagten sich

wütende Wolkenberge und man konnte den Regen fallen sehen, den Blitz aufzucken und auch fast schon den Donner krachen hören. An einem der Berge stürzte ein tosender Wasserfall in die Tiefe, der Bäume, Geröll und kleine Tiere mit sich riss. Keiner, der dieses Bild sah, verstand, wieso es hier um Frieden gehen sollte.

Doch der König sah hinter dem Wasserfall einen winzigen Busch, der auf der zerklüfteten Felswand wuchs. In diesem kleinen Busch hatte ein Vogel sein Nest gebaut. Dort in dem wütenden Unwetter an diesem unwirtlichen Ort saß der Muttervogel auf seinem Nest – in perfektem Frieden.

Welches Bild gewann den Preis?

Der König wählte das zweite Bild und begründete das so: „Lasst Euch nicht von schönen Bildern in die Irre führen: Frieden braucht es nicht dort, wo es keine Probleme und keine Kämpfe gibt. Wirklicher Frieden bringt Hoffnung, und das heißt vor allem, auch unter schwierigsten Umständen und größten Herausforderungen, ruhig und friedlich im eigenen Herzen zu bleiben.“

### **Überlegen Sie mit:**

An welcher Stelle gerät der Friede in Ihrem Herzen immer wieder ins Wanken, wann lassen Sie sich bange machen?

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, lehnen Sie sich zurück und lassen Sie die Hände geöffnet im Schoß ruhen. Geben Sie innerlich alles ab, was sie nicht länger festhalten wollen. Lassen Sie Groll und Bitterkeit los, soweit das möglich ist.

Öffnen Sie die Hände und bitten Sie Gott, dass er Ihre

Hände und Ihr Herz mit Frieden füllt. Bitten Sie ihn, in die dunklen und leeren Ecken Ihres Herzens zu kommen und sie mit seinem Licht und seiner Liebe zu füllen.

### **Lied „O du fröhliche“**

Summen oder singen Sie sich das Lied vor

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

O du fröhliche, O du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!  
Christ ist erschienen, uns zu versöhnen:  
Freue, freue dich, O Christenheit!

O du fröhliche, O du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!  
Himmlische Heere jauchzen dir Ehre:  
Freue, freue dich, O Christenheit!

### **Vater unser im Himmel**

Geheiligt werde dein Name.  
Dein Reich komme.  
Dein Wille geschehe,  
wie im Himmel, so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern  
Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,

sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich  
und die Kraft und die Herrlichkeit  
in Ewigkeit.

### **Gott segne die Herberge zur Weihnacht**

Gott, segne uns alle,  
die wir uns nach der Herberge sehnen.

Begleite uns  
auf unserer lebenslangen Suche.

In Dir finden wir Heimat!  
Gott, heiße uns willkommen,  
wenn wir eintreten in Deine Herberge.

Du nährst uns mit Deinem Wort!

Gott, öffne unsere Herzen,  
dass wir unsere eigenen Türen öffnen.  
Wir wollen anderen eine Herberge sein.

So segne uns, Gott,  
im Sehnen nach der Heimat  
und im Schenken von Herbergen.

Denn dort sind Nahrung und Wärme und Licht!



Bleiben Sie behütet,  
herzliche Grüße, Marie Krüerke