

# Achtung Advent!

Das  
Buch zum  
Ankommen

2023



**DEIN BEGLEITER DURCH  
EINE BEWEGENDE ZEIT.**

**YOU  
PAX**  
GLAUBE. LIEBE. HOFFNUNG.



**WIR GLAUBEN AN  
DAS CHRISTKIND.**

**UND AN DIE  
LIEBE ...**

**FROHEN ADVENT!**

# Liebe Leserin, lieber Leser!

## **W**ir glauben an das Christkind ...

Der Advent ist für uns eine besondere Zeit: In diesen Wochen nehmen wir das Ziel in den Blick, zu dem wir unterwegs sind: Wir schauen voraus auf das Christkind, das da an Weihnachten in der Krippe liegen wird. Die Impulse, Gebete und Gedanken, die wir für euch im Adventsbegleiter 2023 zusammengestellt haben, wollen dabei helfen, Jesus im Wort Gottes zu begegnen. Diesen Weg geht niemand allein. Wir gehen ihn gemeinsam, denn wir sind immer gemeinsam als Kirche unterwegs.

## **... und an die Liebe.**

Der Glaube an das Christkind verändert. Wir glauben daran, dass uns Gott selbst entgegenkommt in diesem Kind. Er wird Mensch, weil er uns liebt. Das ist das Geheimnis von Weihnachten. Und Jesus ruft uns dazu auf, diese Liebe in die Welt zu tragen – im Umgang mit Freunden, Freundinnen und Fremden, mit allen Menschen und auch mit uns selbst – in den kommenden Wochen des Advents, zu Weihnachten und darüber hinaus.

Wir wünschen euch eine gesegnete Adventszeit und viel Freude mit unserem Adventsbegleiter 2023!



## **ALLE IMPULSE AUCH ALS PODCAST!**

Die 29 Texte von „Achtung Advent!“ findest du als Hörfassung auf Spotify und überall, wo es Podcasts gibt. Mehr Tipps und Infos auf Seite 64–65.





# Wärme!

50

Alle Texte  
auch zum  
**Hören,**  
überall, wo es  
Podcasts  
gibt



42

# Weich werden!

36



# Schweben!

22

## DEIN GANZER ADVENT AUF EINEN BLICK

### 06 Startklar

08 Knoten lösen

10 Hingucken

12 Zutrauen

14 Willenskraft

16 Segen

18 Heilsam

### 20 Vorzeichen

22 Schweben

24 Dranbleiben

26 Sanftmut

28 Aufhorchen

30 Spielen

32 Schweigen

### 34 Leuchten

36 Weich werden

38 Wie bitte?

40 Zuversicht

42 Überraschung

44 Jubel

46 Klänge

### 48 Aufleben

50 Wärme

52 Einlassen

54 Unterwegs

56 Freunde

58 Froh

60 Stark

62 Freiheit





# Startklar!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

**In jener Zeit sagte Jesus: Gebt Acht und bleibt wach! Denn ihr wisst nicht, wann die Zeit da ist. Es ist wie mit einem Mann, der sein Haus verließ, um auf Reisen zu gehen: Er übertrug die Vollmacht seinen Knechten, jedem eine bestimmte Aufgabe; dem Türhüter befahl er, wachsam zu sein. Seid also wachsam! Denn ihr wisst nicht, wann der Hausherr kommt, ob am Abend oder um Mitternacht, ob beim Hahnenschrei oder erst am Morgen. Er soll euch, wenn er plötzlich kommt, nicht schlafend antreffen.**

(Mk 13,33–36)

**A**uf die Plätze – fertig – los! Du hörst den Startschuss und alle rennen los. Wer zu früh gezuckt hat, war zu angespannt. Wer zu spät weggekommen ist, hat einen mega Nachteil. Der Startschuss für den Advent fällt heute. Das Ziel ist klar: Weihnachten, das Kind in der Krippe! Damit du dieses Ziel in deinem Tempo erreichst, gilt es, startklar zu sein. Für den Türhüter bedeutet startklar sein: wach zu bleiben. Zu hören und zu schauen, ob da jemand kommt, damit er die Tür öffnen oder vielleicht auch fest zuhalten kann. Startklar sein im Advent ist vielleicht so ähnlich. Du kannst hören, was um dich herum und in dir los ist. Schauen, was dir links und rechts, oben und unten begegnet. Zu Beginn weißt du nicht, wann dir jemand begegnet und es zu einer entscheidenden Erfahrung kommt.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich möchte dich entdecken in diesen Tagen des Advents. Lass mich wachsam sein, damit ich starten und zu dir finden kann.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Geh heute sehr aufmerksam durch den Tag! An welcher Begebenheit, an welcher Begegnung bleibst du hängen, wenn du am Abend Rückschau hältst? Über diese Begebenheit oder Begegnung kannst du mit Jesus im Gebet sprechen!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Als Jesus nach Kafarnaum kam, trat ein Hauptmann an ihn heran und bat ihn: Herr, mein Diener liegt gelähmt zu Hause und hat große Schmerzen. Jesus sagte zu ihm: Ich will kommen und ihn heilen. Und der Hauptmann antwortete: Herr, ich bin es nicht wert, dass du unter mein Dach einkehrst; aber sprich nur ein Wort, dann wird mein Diener gesund! Jesus war erstaunt, als er das hörte, und sagte zu denen, die ihm nachfolgten: Amen, ich sage euch: Einen solchen Glauben habe ich in Israel noch bei niemandem gefunden.

(Mt 8,5-8.10)

**W**ie oft habe ich mich schon über sie aufgeregt: verknotete Schnürsenkel. Der Knoten sitzt so fest, dass ich ihn einfach nicht aufkriege. Je mehr ich ziehe, desto fester wird er. Eigentlich hilft jetzt nur Fingerspitzengefühl, aber ich werde immer ungeduldiger. Einfach die Schere holen?! Auch der Hauptmann im heutigen Evangelium erlebt etwas, das zum Verzweifeln ist: Sein Diener ist krank. Er schreit vor Schmerzen, doch scheinbar niemand kann ihm helfen. Oder?! Es gibt da jemanden, der den Knoten lösen kann: Jesus. Er kommt zum Haus des Hauptmanns und macht den Diener gesund. Und der Hauptmann? Er ist auf Jesus zugegangen und hat fest daran geglaubt, dass ein einziges Wort Jesu genügt, damit sein Diener wieder gesund wird. Kann Jesus auch für mich Knoten lösen?

### EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, manchmal fühlt sich mein Leben wie verknotet an. Lass mich geduldig sein. Löse du meine inneren und äußeren Knoten, damit ich befreit in den Advent starten kann.

### EIN IMPULS FÜR DICH

Öffne deine Schnürsenkel heute mal ganz bewusst und frage dich: Welchen Knoten von dir soll Jesus lösen?



# Knoten lösen!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

In dieser Stunde rief Jesus, vom Heiligen Geist erfüllt, voll Freude aus: Alles ist mir von meinem Vater übergeben worden; niemand erkennt, wer der Sohn ist, nur der Vater, und niemand erkennt, wer der Vater ist, nur der Sohn und der, dem es der Sohn offenbaren will. Jesus wandte sich an die Jünger und sagte zu ihnen allein: Selig sind die Augen, die sehen, was ihr seht.

(Lk 10,21-23)

# Hingucken!

**W**issen ist Macht. Das gilt im Journalismus, in der Politik, in der Wissenschaft, in der Kirche und auch zwischenmenschlich. Wenn ich mehr als jemand anderes weiß, bin ich ihm oder ihr überlegen. Wenn ich etwas Schlechtes über jemanden weiß, kann ich ihn damit erpressen. Doch es geht auch andersherum: Mal sagt dir jemand bewusst nicht die ganze Wahrheit. Du sollst sehen, was andere dir zeigen wollen. Mit der Entwicklung künstlicher Intelligenz wird es immer schwieriger, zu unterscheiden, ob eine Nachricht oder ein Bild wirklich real ist. Erinnerst du dich an Papst Franziskus in weißer Rapper-Jacke? Vielleicht ist das jetzt ein krasser Übergang, aber im Christentum wird Jesus „die Wahrheit“ genannt. Die Adventszeit kann dir dabei helfen, zu erkennen, was wahr ist. Über Gott. Über Weihnachten. Über dich selbst.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du hast die Macht, Augen und Herzen zu öffnen. Weite mein Herz und meine Augen nach deinem Willen. Ich möchte dir näherkommen, um dich als meinen Retter zu erkennen. Ich möchte dich sehen, wie du wirklich bist.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Mach heute mal eine Pause von allen Ablenkungen wie zum Beispiel Social Media. Nutze die dadurch frei gewordene Zeit, um mit Jesus ins Gespräch zu kommen. Vielleicht möchtest du ihn fragen, was er sieht, wenn er dich ansieht.



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Jesus rief seine Jünger zu sich und sagte: Ich habe Mitleid mit diesen Menschen; sie sind schon drei Tage bei mir und haben nichts mehr zu essen. Da sagten die Jünger zu ihm:

Wo sollen wir in dieser Wüste so viel Brot hernehmen? Jesus sagte zu ihnen: Wie viele Brote habt ihr? Sie antworteten: Sieben – und ein paar Fische. Da forderte er die Leute auf, sich auf den Boden zu setzen. Und er nahm die sieben Brote und die Fische, sprach das Dankgebet, brach sie und gab sie den Jüngern und die Jünger gaben sie den Menschen. Und alle aßen und wurden satt. Und sie sammelten die übrig gebliebenen Stücke ein, sieben Körbe voll.

(Mt 15,32-37)

**M**oment mal! Waren das bei der Brotvermehrung nicht immer fünf Brote und zwei Fische, mit denen Jesus fünftausend Menschen satt machte? Und war das nicht am See Genezareth und nicht in der Wüste? Ja genau, das war das erste Brotwunder. Heute hören wir jedoch vom zweiten, weniger prominenten Brotwunder: mit sieben Broten und ein paar Fischen für viertausend Menschen. Jesus hat mit dem zweiten Brotwunder sozusagen nachgelegt, damit ihm auch die letzten Skeptiker vertrauen. Alle, die seine Nähe suchen, sollen wissen, dass Jesus viel mehr gibt, als wir ihm manchmal zutrauen. Probiere es aus, trau Jesus einfach mal mehr zu!

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich fühle mich manchmal so leer und ausgehungert. Mir fehlt etwas im Leben, das mich von Kopf bis Fuß erfüllt. Bei dir finde ich das, was mir fehlt. Deine Nähe tut mir gut. Du gibst mir so viel. Ich vertraue dir.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Was könntest du Menschen geben, die deine Nähe suchen?



# Zutrauen!

# Willenskraft!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Nicht jeder, der zu mir sagt: Herr!, wird in das Himmelreich kommen, sondern wer den Willen meines Vaters im Himmel tut. Jeder, der diese meine Worte hört und danach handelt, ist wie ein kluger Mann, der sein Haus auf Fels baute. Als ein Wolkenbruch kam und die Wassermassen heranfluteten, als die Stürme tobten und an dem Haus rüttelten, da stürzte es nicht ein; denn es war auf Fels gebaut.

(Mt 7,21.24–25)

So vieles kannst du sein und tun. Wenn Menschen ihren Weg finden wollen und meinen Rat suchen, frage ich häufig zurück: Was willst du? Was suchst du im Tiefsten? Das ist vielen nicht klar. Wenn man das Hauptziel seines Lebens weiß, dann kann alles eine klare Ordnung und kraftvolle Konzentrierung finden. Wir verzetteln uns nicht so leicht in der Vielzahl der Möglichkeiten. Wenn es das Ziel deines Lebens wäre, Christ zu werden, dann bräuchtest du jeden Tag Zeiten des Gebetes. Du würdest die Bibel nehmen und Gott fragen, was er dir sagen will oder wo er dich hinführen möchte. Willst du das?



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, dieser Advent birgt eine Chance für mich. Du klopfst an meine Tür. Ich will dich hereinlassen. Zeig mir, dass ich nicht aus meiner Willenskraft allein alles tun muss. Du hilfst mit.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Kannst du sagen, was dein Lebensziel ist? Schreibe es hier auf oder nimm diese Frage mit ins Gebet. Wie kannst du dein Lebensziel erreichen? Was brauchst du dafür?

.....



# Segen!

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Da sagte der Engel zu Maria: Fürchte dich nicht, Maria; denn du hast bei Gott Gnade gefunden. Siehe, du wirst schwanger werden und einen Sohn wirst du gebären; dem sollst du den Namen Jesus geben. Er wird groß sein und Sohn des Höchsten genannt werden. Da sagte Maria: Siehe, ich bin die Magd des Herrn; mir geschehe, wie du es gesagt hast. Danach verließ sie der Engel.

(Lk 1,30–32.38)

**W**as für eine Überraschungsnachricht! Der Engel Gabriel verkündet Maria, dass sie Jesus zur Welt bringen wird. Den Christus, den Sohn Gottes. Im Ernst?! Maria ahnt: Gott hat Großes mit mir vor! Wie es ihr damit geht? Sie zweifelt zunächst. Sie fragt sich: Wie soll das klappen? Vielleicht auch: Kann ich das? Doch Maria erfährt, dass sie das nicht allein schaffen muss. Der Heilige Geist hilft ihr. Und wahrscheinlich spürt sie auch, wie groß Gott von ihr denkt. Deshalb stimmt Maria dem großen Plan Gottes zu. Sie vertraut auf Gott.



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du hast auch mit mir Großes vor. Aber oft zweifle ich daran, ob ich das schaffe und gut genug bin. Schenke du mir Mut, Selbstvertrauen und Ausdauer.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Gott möchte, dass auch du wie Maria zum Segen für andere wirst – im Großen und im Kleinen, im Sichtbaren und im Verborgenen. Such dir eine konkrete Person, für die du heute etwas Gutes tun kannst!

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Dann rief Jesus seine zwölf Jünger zu sich und gab ihnen die Vollmacht, die unreinen Geister auszutreiben und alle Krankheiten und Leiden zu heilen.

(Mt 10,1)



# Heilsam!

**P**apst Franziskus redet in seinen Ansprachen und Predigten immer mal wieder über Krankheiten. Die Krankheit, so zu leben, als sei man unsterblich, die Krankheit geistlichen Alzheimers oder Klerikalismus. Als Nachfolger Petri ist es seine Verantwortung, daran zu erinnern, was nicht gut für uns Menschen ist. Was uns krank macht, Angst und Einsamkeit auslöst oder einfach nur träge werden lässt. Er kann als Papst zwar nicht von allen Krankheiten und Leiden befreien, aber er kann uns helfen, auf die richtige Spur zu kommen. Und wie geht das? Seine Hauptaufgabe besteht wohl darin, uns gemeinsam zu Jesus Christus zu führen und auf sein Wort zu hören. Es geht darum, die Begegnung mit Jesus zu suchen, weil das heilsam ist. Deshalb kann auch das Gebet, das persönliche Gespräch mit ihm, trösten. Ist es nicht häufig so, dass Gott besonders dann eine größere Rolle in deinen Gedanken spielt, wenn es dir schlecht geht?

### EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, in der Welt gibt es so viel Not. Wie kann es sein, dass du, wo du doch lebendig bist und deine Gegenwart heilsam ist, nicht alle Menschen von Leiden befreist? Hilf mir, meine eigenen und auch die Schmerzen anderer auszuhalten und für sie zu beten. Hilf mir zu verstehen, was Heilung – im Himmel und auf Erden – bedeuten kann.

### EIN IMPULS FÜR DICH

Zünde heute eine Kerze für kranke und leidende Menschen an, die du kennst – aber auch für all diejenigen, an die niemand denkt.



# Vorzeichen!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

**Johannes der Täufer trat in der Wüste auf und verkündete eine Taufe der Umkehr zur Vergebung der Sünden: Nach mir kommt einer, der ist stärker als ich; ich bin es nicht wert, mich zu bücken und ihm die Riemen der Sandalen zu lösen. Ich habe euch mit Wasser getauft, er aber wird euch mit dem Heiligen Geist taufen.**

(Mk 1,5.7-8)



**E**s gibt diese lustige Geschichte, in der ein Schüler im Musiktest die Zeichen des Notensystems benennen soll. Eins davon ist das #, das Vorzeichen Kreuz. Doch er schreibt: Hashtag. Knapp daneben ist auch vorbei. Das Vorzeichen Kreuz bestimmt in der Musik, dass alles, was danach kommt, einen halben Ton höher klingt. Auch Johannes der Täufer ist eine Art Vorzeichen. Nach ihm geht's ein Stück höher weiter: Jesus kommt. Und der setzt mit seinem Leben auch ein Vorzeichen. Ein ganz schön krasses sogar: Sein Kreuz auf Golgotha zeigt, wie stark er sich für uns Menschen einsetzt. Ein Vorzeichen, das deinem Leben einen anderen Klang geben kann. Wärmer, geduldiger, großzügiger.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, weil du mich in der Taufe angenommen hast, steht dein Kreuz seit diesem Moment auch vor meinem Weg. Auch wenn mich manchmal etwas runterzieht – lass mich spüren, dass mein Weg mit dir letztlich immer aufwärts führt.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Ist dir klar, dass Jesus mit der Taufe sein Vorzeichen vor dein Leben setzt? Bei der Taufe wird dir sein Symbol, das Kreuz, auf die Stirn gezeichnet. Als Zeichen: Jetzt geht's anders weiter! Höher! Spüre dem nach, indem du dich heute vor einen Spiegel stellst, dir in die Augen blickst, dabei tief einatmest, deinen Körper aufrichtest und mit dem Daumen ein Kreuz auf deine Stirn zeichnest.





# Schweben!

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Männer brachten auf seinem Bett einen Menschen, der gelähmt war. Sie wollten ihn ins Haus bringen und vor Jesus hinlegen. Weil es ihnen aber wegen der Volksmenge nicht möglich war, stiegen sie aufs Dach und ließen ihn durch die Ziegel auf dem Bett hinunter. Als er ihren Glauben sah, sagte Jesus: Steh auf, nimm dein Bett und geh in dein Haus! Und sogleich stand er vor ihren Augen auf.

(Lk 5,18-20.24-25)

**E**in Mensch, der nichts anderes gewohnt ist, als ans Bett gefesselt zu sein. Jetzt wird er von Freunden bewegt. Jetzt schwebt er. Was muss das für ein Gefühl sein? Aber er schwebt nicht nach oben in himmlische Höhen. Er schwebt hinunter, auf den Boden des Hauses. Dort wartet Jesus, der ihm zulächelt. Vom Boden der Tatsachen aus. Jesus zu begegnen heißt nicht, in himmlische Höhen zu entschweben. Jesus wartet auf mich auf dem Boden der Realität meines Lebens. Und oft sind es Freunde, die mir durch Ratschläge und wohlwollendes Feedback helfen, dort hinzufinden.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, gib mir den Mut und die Kraft, dich auf dem Boden der Realität meines Lebens zu suchen. Lass mich dich dort finden!

## EIN IMPULS FÜR DICH

Was macht den Boden der Realität in deinem Leben aus? Wo wirst du heute damit konfrontiert?

.....

.....







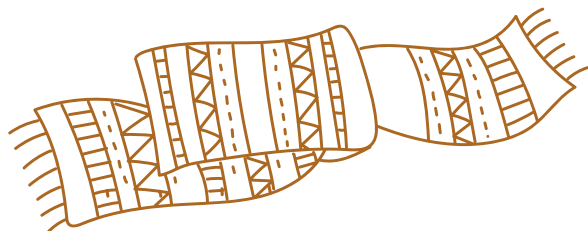
# Dranbleiben!

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Was meint ihr? Wenn jemand hundert Schafe hat und eines von ihnen sich verirrt, lässt er dann nicht die neunundneunzig auf den Bergen zurück, geht hin und sucht das verirrte? Und wenn er es findet – Amen, ich sage euch: Er freut sich über dieses eine mehr als über die neunundneunzig, die sich nicht verirrt haben. So will auch euer himmlischer Vater nicht, dass einer von diesen Kleinen verloren geht.

(Mt 18,12-14)

**F**ür Gott bist du nicht irgendeine Nummer. Für ihn ist es nicht egal, wenn irgend-eines seiner Kinder auf Abwege gerät. Er sehnt sich nach dir, als ob du sein einziges Kind wärst. Immer wieder sucht er nach dir. Immer wieder ringt er um dich und immer wieder schaut er nach dir, ob du nicht zurückkommen möchtest in die Beziehung mit ihm. Er gibt dich nicht verloren, niemals. Such den, der dich sucht. Möget ihr euch begegnen in diesen Tagen. Es wird ein großes Fest.



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du scheinst manchmal so weit weg und ungreifbar. Dabei bist du mir manchmal näher, als ich es mir selbst bin. Öffne meine Augen, damit ich erkenne, wie du mich suchst.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Gibt es eine Beziehung oder eine Aufgabe, an der du unbedingt dranbleiben musst, auch wenn es anstrengend ist? Schreibe den Namen der Person oder die Aufgabe auf und bitte Gott um Kraft dafür.

# Sanftmut!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid!  
Ich will euch erquicken.  
Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin gütig und von Herzen demütig; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele. Denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.

(Mt 11,28-30)

**Z**ur Info: Ein Joch hat man früher in der Landwirtschaft benutzt. Es wurde Kühen oder Pferden auf Nacken und Schultern gelegt, um sie vor einen Pflug zu spannen. Genauso mühselig ist es oft, das eigene Joch im Leben zu tragen. Fragst du dich auch manchmal: Warum trage gerade ich so eine schwere Last auf den Schultern? Ich kenne vor allem diese pochende innere Frage, ob ich gut genug bin für das, was andere von mir zu erwarten scheinen. Diese nervende Ungewissheit, ob ich alles richtig mache und klug angehe. Und was in fünf, zehn, fünfzehn Jahren sein wird. Auch wenn ich keinen großen Bohei darum mache und nicht oft mit anderen darüber rede – eine Last ist das für mich schon. Und Jesu Botschaft ... noch ein Joch für dich und mich?!? Klingt zumindest so: Nächstenliebe und Feindesliebe, Gerechtigkeit, Demut, Nachfolge, Gottesfurcht ... Wie kann das sanft und leicht sein? Vielleicht ist die Blickrichtung entscheidend. Jesus hat seine Augen immer auf den Vater gerichtet. Und der Vater, der Allmächtige, ist liebevoll, barmherzig und nahe. Ja, so könnte das Joch sanft und die Last leicht sein ... oder werden.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du bist sanftmütig, bei dir kann ich Ruhe finden. Schenke mir diese Momente, in denen ich etwas von deiner tiefen Ruhe erfahren kann.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Wo erlebst du heute einen Moment, in dem du etwas von der Ruhe für deine Seele spürst, von der Jesus spricht? Schreib am Ende des Tages diesen Moment auf:

.....  
.....





# Aufhören!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Als sie gegangen waren, begann Jesus zu der Menge über Johannes zu reden: Was habt ihr denn sehen wollen, als ihr in die Wüste hinausgegangen seid? Ein Schilfrohr, das im Wind schwankt? Amen, ich sage euch: Unter den von einer Frau Geborenen ist kein Größerer aufgetreten als Johannes der Täufer; doch der Kleinste im Himmelreich ist größer als er. Wer Ohren hat, der höre!

(Mt 11,7.11.15)

**E**in seltsamer Satz. Gibt es auch Ohren, die nicht zum Hören da sind – also abgesehen von tauben Menschen? Der Psychologe Friedemann Schulz von Thun hat sogar behauptet, dass es vier Ohren gibt. Sein Anliegen war, Missverständnisse in der Kommunikation zu verstehen und zu vermeiden. Eines dieser vier Ohren ist das Sach-Ohr. Es hört die reine Information. Ein anderes Ohr ist das Beziehungs-Ohr: Indem wir sagen „Ich schätze dich“, gestalten wir Beziehung. Ein weiteres Ohr ist das Selbstoffenbarungs-Ohr. Mit diesem hörst du, wie der andere sich fühlt. Und schließlich das vierte, das Appell-Ohr. Damit fühlst du dich aufgefordert, etwas zu tun. Mit welchem Ohr hörst du Jesus und sein Evangelium?

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich höre von morgens bis abends so viele Stimmen und Geräusche. Und doch bin ich manchmal taub für das, was du mir sagen willst. Hilf mir, bei all den vielen Geräuschen deine Stimme herauszuhören. Öffne meine Ohren für dich.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Mit welchem der vier Ohren gehst du durch den Advent?



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Mit wem soll ich diese Generation vergleichen? Sie gleicht Kindern, die auf den Marktplätzen sitzen und anderen zurufen: Wir haben für euch auf der Flöte gespielt und ihr habt nicht getanzt. Denn Johannes ist gekommen, er isst nicht und trinkt nicht und sie sagen: Er hat einen Dämon. Der Menschensohn ist gekommen, er isst und trinkt und sie sagen: Siehe, ein Fresser und Säufer, ein Freund der Zöllner und Sünder!

(Mt 11,16-19)



# Spielen!

**N**ichts kann man diesen Menschen aber auch recht machen. Sie sind einfach Spielverderber. Worum es geht? Johannes der Täufer hat ein Leben in strenger Buße geführt – das passt diesen Leuten nicht. Daher sagen sie, er sei vom Teufel besessen. Jesus hat das Reich Gottes verkündet, eine Freudenzeit für alle, auch für Ausgegrenzte und Sünder – auch das passt diesen Leuten nicht. Daher beleidigen sie ihn. Aber Johannes und Jesus spielen nicht einfach ein Spiel! Sie verkünden jeweils auf ihre Weise die Nähe Gottes – der eine als Bußprediger und der andere als Freudenbringer. Und ihre Botschaft gilt auch dir heute.



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich will kein Spielverderber sein, sondern anderen von dir erzählen. Lass mich offen dafür sein, dass du auch durch mich wirken kannst.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Nimm dir am Abend zehn Minuten Zeit und blick auf den Tag zurück: Wo konnte Gott heute durch dich wirken? Im persönlichen Gebet kannst du Jesus wie einem Freund davon erzählen.



EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Während sie den Berg hinabstiegen, gebot ihnen Jesus: Erzählt niemandem von dem, was ihr gesehen habt, bis der Menschensohn von den Toten auferweckt ist!

(Mt 17,9)



Schweigen!

Im Sommer, ein paar Wochen vor dem Weltjugendtag, wurde Papst Franziskus operiert. Gleichzeitig ging die Meldung durch die Medien: Wenn der Papst krank ist, fällt der Weltjugendtag aus. Waaaas? Das geht doch nicht! Nachrichten, Mails, Anrufe gingen hin und her, große Aufregung. Zwei Tage später das Dementi: Nein, da ist was falsch rübergekommen. Natürlich findet der WJT statt, ob mit oder ohne Papst. Ob derjenige, der die Nachricht von der Absage rausgehauen hat, sich wirklich aller Fakten sicher war? Lief es ihm beim Dementi kalt den Rücken runter? Die Jünger könnten auch etwas Spektakuläres berichten: Wer dieser Jesus wirklich ist. Das haben sie auf dem Berg Tabor gesehen. Haben sie es auch wirklich begriffen? Wie würde ihre Nachricht lauten? Vielleicht würden sie alle nur in Aufregung bringen und am Ende wäre weniger klar als vorher. Jesus scheint der Meinung zu sein, dass sie erst noch mehr brauchen, damit sie es nachher auch richtig rüberbringen können. Bis dahin: Nicht vergessen. Aber schweigen!

EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich möchte dich ganz und gar verstehen. Hilf mir, dass mein Bild von dir immer echter wird. Ordne meine Gedanken über dich und lass mich die richtigen Worte finden, mit denen ich anderen von dir und mir erzählen kann.

EIN IMPULS FÜR DICH 

Nach Ostern haben die Jünger alles über Jesus erzählt. Vieles wurde aufgeschrieben in den Evangelien. Was ist bei dir angekommen? Schreib deine eigene Meldung:

hat verstanden: *Jesus ist* .....

# Leuchten!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

**Ein Mensch trat auf, von Gott gesandt; sein Name war Johannes. Er kam als Zeuge, um Zeugnis abzulegen für das Licht, damit alle durch ihn zum Glauben kommen.**

**Er war nicht selbst das Licht, er sollte nur Zeugnis ablegen für das Licht.**

(Joh 1,6-8)



**W**ie kommt es, dass du an Gott glaubst? Wenn ich darüber nachdenke, was mich im Glauben geprägt hat, sind sie unverzichtbar: Vorbilder im Glauben. Menschen aus der Familie, dem Freundeskreis und Heilige der Kirche, die mir den Glauben vorgelebt haben. Die mir von Jesus erzählt haben. Die ihr Leben ganz auf Gott ausgerichtet haben. Ihre Beziehung zu Gott hat ihr ganzes Leben geprägt. Sie sind leuchtende Beispiele für ein Leben aus dem Glauben. Ein solcher Mensch ist zur Zeit Jesu auch Johannes der Täufer. Im heutigen Evangelium steht: Johannes hat Zeugnis abgelegt für Jesus. Klingt erst mal unverständlich, aber man kann ahnen, was damit gemeint ist. Wer Zeugnis ablegt, bekennt sich zu jemanden. Wer Zeugnis ablegt, sagt die Wahrheit. So hat Johannes viele Menschen zum Glauben geführt. Wer hat dir den Weg zu Jesus geleuchtet?

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich brauche Menschen, die mir von dir erzählen. Schenk mir immer wieder Vorbilder im Glauben, die mich zu dir führen. An ihnen möchte ich mich orientieren.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Wie und wo kannst du anderen ein Vorbild im Glauben sein und ihnen den Weg zu Jesus leuchten?

.....

.....



# Weich werden!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Mit der Geburt Jesu Christi war es so: Maria war mit Josef verlobt; noch bevor sie zusammengekommen waren, zeigte sich, dass sie ein Kind erwartete. Josef, ihr Mann, der gerecht war und sie nicht bloßstellen wollte, beschloss, sich in aller Stille von ihr zu trennen. Während er noch darüber nachdachte, da erschien ihm ein Engel des Herrn im Traum und sagte: Josef, fürchte dich nicht, Maria als deine Frau zu dir zu nehmen; denn das Kind, das sie erwartet, ist vom Heiligen Geist. Sie wird einen Sohn gebären; ihm sollst du den Namen Jesus geben; denn er wird sein Volk von seinen Sünden erlösen. Als Josef erwachte, tat er, was der Engel des Herrn ihm befohlen hatte, und nahm seine Frau zu sich.

(Mt 1,18-21.24)

**W**as für eine Story! Ein echtes Beziehungsdrama zwischen Maria und Josef. Alles andere als heile Welt und Heilige Familie. Da hätte sich Josef doch glatt aus dem Staub gemacht. Nun ja, man muss ihm zugutehalten, dass er irritiert war, weil das Kind nicht von ihm war. Da musste erst ein Bote Gottes kommen, der das Herz Josefs erweichen lässt. Wie gut, dass es Engel gibt, die manchmal etwas nachhelfen. So nimmt die himmlische Story ihren Lauf. Josef springt über seinen Schatten. Er hat eben sein Herz am rechten Fleck.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich fühle mich manchmal wie Josef und möchte am liebsten weglaufen. Hilf mir, mein Leben so anzunehmen, wie es ist. Nimm meine Furcht. Schenk mir Mut und Zuversicht. Mit deiner Hilfe werde ich den guten Weg gehen, den du für mich vorgesehen hast.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Wovor hast du Angst? Wovor möchtest du am liebsten weglaufen? – Was müsste dir ein Engel sagen, damit du dein Leben so annimmst, wie es ist?

# Wie bitte?



19 Dezember 2023

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Da erschien dem Zacharias ein Engel des Herrn. Der Engel sagte zu ihm: Fürchte dich nicht! Dein Gebet ist erhört worden. Deine Frau Elisabet wird dir einen Sohn gebären. Zacharias sagte: Ich bin ein alter Mann und auch meine Frau ist in vorgerücktem Alter. Der Engel erwiderte ihm: Ich bin gesandt worden, um mit dir zu reden und dir diese frohe Botschaft zu bringen.

(Lk 1,11.13.18-19)

**W**ie bitte? Ein Kind bekommen im hohen Alter? Für Zacharias und Elisabeth soll nach so vielen Jahren des Wartens der Lebenstraum doch noch in Erfüllung gehen? Und wie ist es mit dir? Was lässt dich daran zweifeln, dass Gott auch mit dir Großes vorhat? Vielleicht Selbstzweifel: Wir trauen uns selbst nicht immer die großen Dinge zu, die Gott mit uns vorhat. Vielleicht auch die Angst vor den Konsequenzen, die es haben könnte, sich auf Gottes Vorhaben einzulassen. Vielleicht findest du es auch einfach nur unbegreiflich und es geht dir nicht in den Kopf, dass der allmächtige Gott sich an dich persönlich wendet.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, stärke mein Vertrauen in deine Kraft und lass mich immer mehr erkennen, was du mit mir vorhast.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Lass dich heute von den Selbstzweifeln und der Angst vor möglichen Konsequenzen nicht abhalten. Starte eine gute Aktion!





## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Der Name der Jungfrau war Maria. Der Engel trat bei ihr ein und sagte: Sei gegrüßt, du Begnadete, der Herr ist mit dir. Sie erschrak über die Anrede und überlegte, was dieser Gruß zu bedeuten habe. Da sagte der Engel zu ihr: Fürchte dich nicht, Maria; denn du hast bei Gott Gnade gefunden. Siehe, du wirst schwanger werden und einen Sohn wirst du gebären; dem sollst du den Namen Jesus geben.

(Lk 1,27-31)



# Zuversicht!

Ist es nicht bemerkenswert, dass viele starke Charaktere der Bibel anfangs Angst bekommen, wenn sie es mit Gott zu tun haben? So auch Maria. Sie fürchtet sich, als der Engel ihr begegnet. Doch irgendetwas verändert sie. Die Wand aus Angst und Schrecken in ihrem Herzen bekommt Risse, durch die etwas Positives fließt. Stärke, Trost, Freiheit. Und vor allem: Zuversicht. Zuversicht, dass das gehen kann und sie nicht in ihrer Aufgabe untergeht. Zuversicht, dass sie das kann, weil ER mit ihr ist. Zuversicht, dass sie vertrauen kann, dass ER Kleines ganz groß macht. Zuversicht, dass ER es gut mit ihr meint.



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich möchte gern glauben, dass für dich nichts unmöglich ist. Es muss wohl so sein, denn wenn meine Grenzen auch deine wären, wärst du wohl nicht Gott. Ich bitte dich um die Zuversicht, dass ich meine Grenzen erweitern und überwinden kann, weil du mir deine Gnade schenkst. Segne mich, damit ich die Welt mehr mit deinen Augen sehen kann, sodass das Große klein und das Kleine ganz groß wird.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Worauf willst du in den nächsten 24 Stunden mit Zuversicht schauen?

.....

Überraschung!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

In diesen Tagen machte sich Maria auf den Weg und eilte in eine Stadt im Bergland von Judäa. Sie ging in das Haus des Zacharias und begrüßte Elisabet. Und es geschah, als Elisabet den Gruß Marias hörte, hüpfte das Kind in ihrem Leib. Da wurde Elisabet vom Heiligen Geist erfüllt und rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du unter den Frauen und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. Wer bin ich, dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt? Denn siehe, in dem Augenblick, als ich deinen Gruß hörte, hüpfte das Kind vor Freude in meinem Leib. Und selig, die geglaubt hat, dass sich erfüllt, was der Herr ihr sagen ließ.

(Lk 1,39-45)

**N**icht immer, wenn ich jemanden treffe, begegne ich ihm auch. Manchmal bin ich zu sehr mit mir beschäftigt oder mit meinen Plänen. Wenn ich jemandem wirklich begegne, kann er mich berühren, mitnehmen, überraschen oder verändern. Maria ist einem Engel begegnet und hat sich von seiner Botschaft treffen lassen. Das wiederum berührt, inspiriert, bestärkt und erfreut Elisabeth. Im Glauben brauchen wir andere, die sich tiefgehend auf Gott eingelassen haben, damit sie uns überraschen, erfreuen und stärken können. Auch heute gibt es Menschen, die – wie Maria – Gott unter dem Herzen tragen. Kennst du jemanden?

### EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, gerade in Begegnungen mit Menschen, die fest an dich glauben, erfahre ich deine Nähe. Manche sind sehr von dir erfüllt. Überrasche auch du mich mit deiner verborgenen Nähe.

### EIN IMPULS FÜR DICH

Kennst du gläubige Christinnen und Christen (in deinem Alter)? Such heute den Kontakt und stelle eine persönliche Glaubensfrage, die dich interessiert.



# Jubel!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Da sagte Maria: Meine Seele preist die Größe des Herrn und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter. Er vollbringt mit seinem Arm machtvolle Taten: Er zerstreut, die im Herzen voll Hochmut sind; er stürzt die Mächtigen vom Thron und erhöht die Niedrigen.

(Lk 1, 46-47.51-52)

**E**iner der anspruchsvollsten Texte der Bibel liegt heute vor dir. Das Magnificat. Maria feiert Gott. Warum? Weil sie erkannt hat, dass Gott der Retter ist. Maria singt: „Meine Seele preist“ und „mein Geist jubelt“. Das klingt nach Glück, das kaum noch zu steigern ist. Soulset und Mindset stimmen bei Maria überein, sodass sie gar nicht anders kann, als ihrer Freude Raum zu geben. Dann geht's weiter, indem Maria das Wirken Jesu mit allen Ups und Downs beschreibt. Ausgerechnet sie singt in Kriegsmetaphern und militärischer Sprache. Ausgerechnet sie entfaltet so, wie mächtig und gerecht Gott ist. Maria wirkt stark, wenn sie so über Gott jubelt. Sie ist stark, weil sie sich mit ihrer Schwachheit für Gott öffnet. Nicht sie kann die Welt retten, aber durch sie kann Rettung geschehen. Weil in ihr der Retter wächst.



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du hast mit deinem Leben und Sterben das zur Sprache gebracht, was deine Mutter bejubelt hat: Gott rettet. Du hast mit der Auferstehung bewiesen, dass die Liebe unseres Vaters Recht schafft. In Jubel preise ich dich.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Heute ist ein guter Tag, um das Magnificat bewusst und aus vollem Herzen zu beten. Wo bleibst du dabei hängen? Wenn du besonders kreativ bist, dann sing den Lobpreis in deiner eigenen Melodie.

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Da fragten sie seinen Vater Zacharias durch Zeichen, welchen Namen das Kind haben solle. Er verlangte ein Schreiftäfelchen und schrieb darauf: Johannes ist sein Name. Und alle staunten. Im gleichen Augenblick konnte er Mund und Zunge wieder gebrauchen und er redete und pries Gott.

(Lk 1,62-64)



# Klänge!

**E**iner der schönsten Tage in meinem Leben“ – das sagen viele Eltern über den Tag, an dem sie ein Kind bekommen haben. Schwer zu verstehen, wenn man selbst weit weg davon ist. Doch man merkt Eltern an, wie stolz sie sind. Sie staunen über das, was da passiert ist, freuen sich, sind dankbar. So oder so ähnlich geht es auch Zacharias. Er ist erfüllt von Staunen und Dankbarkeit. Er hatte zunächst daran gezweifelt, dass seine Frau im hohen Alter noch ein Kind bekommen kann. Aber nun sieht er seinen Sohn mit eigenen Augen. Er preist Gott dafür, dass das möglich war. Zacharias spürt, wie wertvoll Johannes ist – für ihn und für andere. Wegen dem, was er ist: sein eigener Sohn. Wegen dem, was er tut: den Weg für Jesus vorbereiten. Was für Freudenklänge, die auf die Geburt Jesu einstimmen!

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, wir bereiten uns darauf vor, an Weihnachten deine Geburt zu feiern. Lass mich bei allen äußeren Vorbereitungen für das Weihnachtsfest auch innerlich bereit sein, deine Ankunft zu erwarten.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Bist du bereit, Jesus in der Heiligen Nacht zu begegnen, wenn du vor der Krippe stehst?



# Aufleben!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

In dieser Gegend lagerten Hirten auf freiem Feld und hielten Nachtwache bei ihrer Herde. Da trat ein Engel des Herrn zu ihnen und die Herrlichkeit des Herrn umstrahlte sie und sie fürchteten sich sehr. Der Engel sagte zu ihnen: Fürchtet euch nicht. Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist der Christus, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das, in Windeln gewickelt, in einer Krippe liegt.

(Lk 2,8-12)

**A**ls Kind war ich sehr gern als Sternsinger in meinem Heimatdorf Altenhof unterwegs. Immer wieder bekam ich die Frage gestellt: „Wem bist du denn?“ Also quasi: Zu wem, zu welcher Familie gehörst du denn? Meistens habe ich den Namen meines Großvaters gesagt, dann wussten alle Bescheid. Scheinbar reichte es den Leuten nicht, verkleidete Sternsinger vor sich zu sehen. Sie wollten wissen, wer ich bin. Wir Menschen sind nicht einfach nur Individuen. Wir kommen und leben aus Beziehungen. Genauso hat es den Hirten nicht gereicht, Jesus in der Krippe zu sehen. Sie mussten hören, „wem er ist“: Er ist der Sohn des Höchsten. Die Beziehung zum himmlischen Vater macht Jesus zu einem ganz besonderen Kind. Wusstest du, dass du seit deiner Taufe auf die Frage „Wem bist du denn?“ antworten kannst: „Ich bin ein geliebtes Kind Gottes“? Das hat Gott zu dir in der Taufe gesagt. Er interessiert sich so sehr für dich und mich, dass er auch Mensch geworden ist. Um uns eine neue Identität zu geben.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du bist mein Retter. Wenn ich meine, ich müsste alles allein schaffen, wenn ich meine, ich müsste mich durch Likes und Leistungen verdienen, dann stehst du an meiner Seite. Schenk mir Freude über deine Geburt.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Wenn du heute oder in diesen Tagen betest und in die Kirche gehst, sag dir am Anfang still den Satz: Ich bin Gottes geliebtes Kind.





## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

**Im Anfang war das Wort und das Wort war bei Gott und das Wort war Gott. Dieses war im Anfang bei Gott. Alles ist durch das Wort geworden und ohne es wurde nichts, was geworden ist. In ihm war Leben und das Leben war das Licht der Menschen. Und das Licht leuchtet in der Finsternis und die Finsternis hat es nicht erfasst. Das wahre Licht, das jeden Menschen erleuchtet, kam in die Welt.**

(Joh 1,1-5.9)

# Wärme!



**D**ie kälteste Temperatur, die je auf der Erde gemessen wurde, liegt bisher bei  $-89,2$  Grad Celsius. Das war an der russischen Wostock-Station. Eine klirrende Kälte. Unglaublich. Da will man schnell zurück ins warme Haus – oder zumindest an ein wärmendes Feuer. Ist dir schon mal aufgefallen, dass Feuer nicht nur warm ist, sondern immer automatisch auch der Umgebung Helligkeit schenkt? Das merkst du vor allem, wenn du abends am Lagerfeuer sitzt. Ohne Wärme kein Licht, ohne Licht keine Wärme. Wenn Johannes über Jesus als „das wahre Licht“ schreibt, wird klar: Die Geburt Jesu ist eine Wärmequelle in einer oft unterkühlten Welt. Nicht ohne Grund suchen die Hirten in der kalten Nacht die Krippe auf. Sie sehen Jesus und ihnen wird warm ums Herz.



## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich spüre so viel Kälte in dieser Welt. Vieles dreht sich nur noch um Leistung, Profit und Macht. Auch ich entdecke immer wieder diese Seiten an mir. Doch Weihnachten wird mir wieder warm ums Herz. Das Kind in der Krippe strahlt eine unendliche Liebe aus, die selbst die kältesten Herzen dahinschmelzen lässt. Heute danke ich dir von ganzem Herzen für die Wärme, die du meinem Leben gibst.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Kennst du Menschen, die am Weihnachtsfest besonders die Kälte des Lebens spüren? Wem könntest du weihnachtliche Wärme schenken? Was könnte das sein?



# Einlassen!



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Wenn sie euch aber ausliefern, macht euch keine Sorgen, wie und was ihr reden sollt; denn es wird euch in jener Stunde eingegeben, was ihr sagen sollt. Nicht ihr werdet dann reden, sondern der Geist eures Vaters wird durch euch reden.

(Mt 10,19-20)



**E**s ist so krass, was Jesus seinen engsten Freunden zumutet: Erst sagt er, dass sie um seinetwillen leiden werden. Und dann sollen sie sich einfach darauf einlassen, was ihnen durch Gott eingegeben wird. Ist das zu viel verlangt? Es ist auf jeden Fall gar nicht so leicht, zu vertrauen und die Kontrolle abzugeben, sich führen zu lassen. Vor allem, wenn die Herausforderung so groß ist wie bei den Jüngern. ABER: Sie müssen sich nicht auf irgendjemanden verlassen, sondern auf Gott. Das gilt für dich genauso. Sein Geist hat die Power, dir auch dann das Richtige einzugeben, wenn du wie stummgeschaltet bist. Seine Worte werden deine Worte, wenn du willst. Sicher kennst du das Gefühl vor einer mündlichen Prüfung oder einem Bewerbungsgespräch, wenn du dir im Vorfeld lauter Sorgen machst. Es ist allzu menschlich, Angst zu haben und zu zögern. Eines sei dir versprochen: Wenn sich deine Gedanken in Gott sammeln, dann wirst du vielleicht schon ruhiger werden. Du kannst dir sicher sein: Wenn er spricht, werden seine Worte wahr sein.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich will mich ganz auf dich einlassen. Sei du mein Atem, wenn ich unruhig und ängstlich bin. Gib mir den Mut, auf das Wirken deines Geistes zu vertrauen. Mit jedem Schritt ziehe mich zu dir, damit ich ruhig werde in dir.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Lass dich auf Jesus ein: Wie fühlt sich der Boden an, auf dem du stehst, sitzt oder liegst? Wie entfernt oder nah ist dir Jesus? Schreib auf, was du denkst und fühlst.

.....

.....

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Da lief Maria von Magdala schnell zu Simon Petrus und dem anderen Jünger, den Jesus liebte, und sagte zu ihnen: Sie haben den Herrn aus dem Grab weggenommen und wir wissen nicht, wohin sie ihn gelegt haben. Da gingen Petrus und der andere Jünger hinaus und kamen zum Grab; sie liefen beide zusammen, aber weil der andere Jünger schneller war als Petrus, kam er als Erster ans Grab. Er beugte sich vor und sah die Leinenbinden liegen, ging jedoch nicht hinein. Da kam auch Simon Petrus, der ihm gefolgt war, und ging in das Grab hinein.

(Joh 20,2-6)

# Unterwegs!

**W**hat happened? Maria von Magdala sieht das leere Grab und hat lauter Fragen. Wie kann das sein? Hat wer den Leichnam geklaut? Sie ahnt noch nicht, dass Jesus lebt. Also läuft sie los – zu Petrus und dem anderen Jünger, den viele für den Apostel Johannes halten. Vielleicht haben die beiden ja eine Idee. Maria macht sich auf den Weg, ist unterwegs – ein Bild für die vielen Jüngerinnen und Jünger nach ihr. Vieles in der Welt und im Glauben verstehe ich nicht. Mein Glaube an die Geburt des Messias und an seine Auferstehung gibt mir nicht auf alle meine Fragen eine Antwort. Ich glaube und habe gleichzeitig viele Fragen. Ich vertraue und verstehe doch nicht alles. Ich bin unterwegs.

### EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich bin in meinem Leben mit all meinen Fragen unterwegs. Auf manche finde ich eine Antwort, auf andere nicht. Du begleitest mich dabei. Lass mich deine Nähe spüren und darauf vertrauen, dass am Ziel der Vater auf mich wartet.

### EIN IMPULS FÜR DICH

Wenn heute eine Frage aufkommt, die du nicht beantworten kannst, mach dir bewusst: Glaube ist ein Unterwegssein!



# Freunde!

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Als Herodes merkte, dass ihn die Sterndeuter getäuscht hatten, wurde er sehr zornig und er sandte aus und ließ in Betlehem und der ganzen Umgebung alle Knaben bis zum Alter von zwei Jahren töten, genau der Zeit entsprechend, die er von den Sterndeutern erfahren hatte.

(Mt 2,16)



**O**b die drei Heiligen Könige wohl befreundet waren? Kollegen waren sie sicher. Alle drei sind Sterndeuter. Astrologen, würde man heute sagen. Aber Freunde? Ich glaube schon. Stell dir vor, es wäre nur ein einziger Sterndeuter gewesen. Wäre er überhaupt bis zum König vorgelassen worden? Und wenn, hätte der König mit seinem ganzen Machtapparat diesen nicht total eingeschüchtert? Dass Herodes nichts Gutes im Schilde führt, das hätte der Sterndeuter vielleicht auch noch gecheckt, aber hätte er allein den Mut gehabt, sich dem Befehl zu widersetzen und ohne Meldung beim König wieder nach Hause zurückzukehren? Wenn man nicht allein ist, wenn da andere sind, auf die man sich verlassen kann, wenn da welche sind, die zu dir halten, dann nennt man das: Freundschaft. Als Freunde ist man stark. Man kriegt es sogar hin, sich gegen einen König zu behaupten und das Richtige zu tun, selbst wenn man befürchten muss, dass es einen was kostet.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du nennst uns nicht Knechte, sondern Freunde, wie es dein Evangelist Johannes erzählt. Aus der Freundschaft mit dir bekommen wir Kraft. Es ist eine Verbindung, wie sie die Weinrebe zum Weinstock hat. Behalte mich immer in deiner Liebe.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Wir haben im Erzbistum Paderborn seit bald 1.200 Jahren eine Freundschaft zum Bistum Le Mans in Frankreich, wo unser Bistumspatron, der Hl. Liborius, herkommt. Das Motto dieser Partnerschaft ist: *L'Amitié c'est sacré!* – Freundschaft ist heilig! Sie hat Kriege überstanden und oft geholfen, Herausforderungen zu überstehen. Überleg, wem deine Freundschaft heilig ist und warum.

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Und siehe, in Jerusalem lebte ein Mann namens Simeon. Dieser Mann war gerecht und fromm und wartete auf den Trost Israels und der Heilige Geist ruhte auf ihm. Vom Heiligen Geist war ihm offenbart worden, er werde den Tod nicht schauen, ehe er den Christus des Herrn gesehen habe. Er wurde vom Geist in den Tempel geführt; und als die Eltern das Kind Jesus hereinbrachten, um mit ihm zu tun, was nach dem Gesetz üblich war, nahm Simeon das Kind in seine Arme und pries Gott mit den Worten: Nun lässt du, Herr, deinen Knecht, wie du gesagt hast, in Frieden scheiden. Denn meine Augen haben das Heil gesehen, das du vor allen Völkern bereitet hast, ein Licht, das die Heiden erleuchtet, und Herrlichkeit für dein Volk Israel.

(Lk 2,25-32)

Es gibt im Italienischen ein Sprichwort: Du siehst Neapel und dann kannst du sterben. Es kommt aus einer Zeit, in der Neapel sehr bedeutend und wunderschön war. Gibt es etwas, das du unbedingt in deinem Leben gesehen oder erlebt haben möchtest? Stichwort: Bucket List. Der alte Simeon wollte nicht eine bestimmte Stadt, schöne Berge oder einen Traumstrand sehen. Er wollte einem Menschen begegnen. Einem kleinen Baby, das ihm alles bedeutete, obwohl er es noch nicht kannte. Er wusste, dass Gott ihn anschaut in diesem kleinen Kind Jesus.

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, ich kann dich leider nicht so direkt ansehen, wie Simeon das konnte. Aber ich darf glauben, dass du mich siehst. Dass du mich liebevoll anblickst. Lass mich deinen Blick auf mir spüren. Von dir bekomme ich Ansehen.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Nimm dir heute mal 15 Minuten, um dich vom Jesuskind in der Krippe zu Hause oder in einer Kirche anschauen zu lassen. Verändert das etwas in dir?

*froh!*



## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

Das Kind wuchs heran und wurde stark, erfüllt mit Weisheit, und Gottes Gnade ruhte auf ihm.

(Lk 2,40)



# Stark!

**S**tark sein ist oft Ansichtssache. Ist stark, wer am meisten Klimmzüge schafft? Wer bei Prüfungen einen kühlen Kopf bewahrt? Wer bei allem Lärm in sich ruht? Der Evangeliumstext heute legt dir insbesondere eine geistliche Stärke nahe. Da ist die Rede davon, dass sich diese Stärke durch Weisheit und Gnade auszeichnet. Keine alltäglichen Worte, aber sie haben trotzdem echt Kraft. In dem Satz „Gottes Gnade ruhte auf ihm“ wird deutlich: Das Kind, Jesus, steht zwar im Mittelpunkt, doch Gott selbst ist permanent bei ihm. Er ist mit ihm und in ihm. Das „Ruh“ drückt nämlich einen Dauerzustand aus. Gott und Jesus – das geht nicht voneinander getrennt. Die Stärke, so kann man sagen, besteht darin, Gott auf Dauer ins Leben zu lassen. Gerne immer wieder neu. Aber permanent. Wie stark bist du darin?

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, du bist das Kind, in dem sich mir Gott zuwendet. Du bist der Mensch, dem ich nacheifern darf. Jesus, führe mich auf den Weg der Weisheit und Stärke, aus der ich von Tag zu Tag mehr leben möchte. Jetzt, im neuen Jahr und immer.

## EIN IMPULS FÜR DICH

Nimm dir 15 Minuten Zeit, das zweite Kapitel des Lukasevangeliums zu lesen. Darin spielt die Prophetin Hanna eine wichtige Rolle. Überleg, was sie über das Kind gesagt haben könnte. Schreibe es auf:

.....

.....



# Freiheit!

## EVANGELIUM FÜR DEN TAG

**Simeon wurde vom Geist in den Tempel geführt; und als die Eltern das Kind Jesus hereinbrachten, um mit ihm zu tun, was nach dem Gesetz üblich war, nahm Simeon das Kind in seine Arme und pries Gott.**

(Lk 2,27-28)

**N**ichts mehr müssen. Nichts mehr wollen. Auf nichts mehr warten. Nichts mehr brauchen. Wäre das dein Traum oder der pure Horror? Und wann ist das so weit? Erst wenn man tot ist, weil dann eh alles aus ist? Oder gibt es sie schon vorher, diese Freiheit? Die Szene mit Simeon ist mega berührend. Spürst du auch, wie er in dem Moment, in dem er Jesus in den Arm nimmt, ganz tief ausatmet? Wie sich seine Schultern senken, sein Zwerchfell sich entspannt und mit einem tiefen Seufzer ihn ein tiefer Friede durchströmt? Er weiß: Weil Gott nun da ist, in diesem Kind, bei den Menschen, ist er frei. Alles, was gerade noch nötig und wichtig und an der Reihe war, rutscht eine Ebene tiefer. Jetzt ist wichtig, was in diesem Moment passiert: Der alte Mann und das Kind, sie gehören zusammen. Mensch und Gott. Das kann passieren. Jetzt. Nicht erst, wenn du tot bist. Und wenn es passiert, kannst du gut loslassen: ein Leben, ein vergangenes Jahr ...

## EIN GEBET FÜR HEUTE

Jesus, von guten Mächten bin ich wunderbar geborgen, weil ich an dich glauben darf. Ich lade dich ein: Lass dich von mir in die Arme nehmen wie Simeon. Lass mich dich an mein Herz drücken wie er, damit es jetzt so sein kann, dass wir zusammgehören und ich merken darf: Weil du da bist, bin ich im Innersten frei. Frei für mich selbst, frei für dich, frei für das Leben, frei für das, was kommen wird.

## EIN IMPULS FÜR DICH

„Von guten Mächten wunderbar geborgen“ – das Lied dieses letzten Tags im Jahr. Hör es dir an, sing es, bete den Text.





# Tipps und Infos!

Wissenswertes, digitale Formate zu deinem Adventsbegleiter und spannende Mitmach-Angebote im Erzbistum Paderborn.



## GEWONNEN!

YOUPAX, das junge Glaubensportal im Erzbistum, steckt hinter „Achtung Advent!“. 2023 haben wir dafür den Deutschen Preis für Onlinekommunikation in der Kategorie „Multichannel Communications“ gewonnen. Mehr: [youpax.de](http://youpax.de)



## DEN GLAUBEN DAS GANZE JAHR ÜBER FEIERN?

YOUPAX und YOUNG MISSION sind in einem Geist vereint. YOUNG MISSION ist die junge Glaubensinitiative im Erzbistum Paderborn. Seit 2015 haben bereits mehrere Tausend Jugendliche während der YOUNG MISSION Weekends miteinander gefeiert, dass ihr Herz für Gott schlägt. Neben den Weekends bietet die Initiative weitere Möglichkeiten, sich auszutauschen, zu vernetzen – und zu erleben, er lebt! Mehr: [young-mission.de](http://young-mission.de)



## PODCAST

Alle 29 Texte gibt's im Podcast „Achtung Advent!“ auch als gesprochene Fassung – auf Spotify und überall, wo es Podcasts gibt.



## 1000 GUTE GRÜNDE

Die Initiative „1000 gute Gründe“ ist 2022 im Erzbistum Paderborn an den Start gegangen. Sie lädt dich dazu ein, zu zeigen und zu erzählen, was im Glauben für dich zählt. Social-Media-Motive, Postkarten, Sticker, Themen-Boxen und vieles mehr gibt's für dich auf [noch-ein-grund-mehr.de](http://noch-ein-grund-mehr.de)



## TAGESEVANGELIEN

Die Tagesevangelien in diesem Buch folgen der sogenannten Leseordnung der katholischen Kirche. Um den Adventsbegleiter ansprechend gestalten zu können, haben wir die Textstellen zum Teil gekürzt. Die kompletten Tagesevangelien hörst du im Podcast zu diesem Buch.

## DAS AUTORENTEAM VON ACHTUNG ADVENT!

### Jonas Klur

Ein Geschenk umtauschen? Für Jonas Klur, Pastor im Pastoralen Raum Südliches Siegerland, kam das bisher nicht infrage. „Wenn, dann würde ich es an jemanden weiterverschenken, zu dem es besser passt“, sagt er. Er selbst verschenkt gern Bücher, zum Beispiel „Die nackten Fragen des Evangeliums“ von Ermes Ronchi.

### Theresa Oesselke

Knoten lösen – das ist der Lieblingsbegriff von Theresa Oesselke in „Achtung Advent!“ Die YOUPAX-Werkstudentin schreibt an ihrer Magisterarbeit in Theologie. Sie hofft, dass sie sich auf den Advent einlassen kann und sich nach und nach der Knoten löst. „Das ist ja nicht wie ein Schalter, den man einfach umlegt“, sagt sie.

### Tobias Hasselmeyer

Einen Lieblingskeks? Hat Jugendpfarrer Tobias Hasselmeyer nicht. Er sagt: „Ich mag die Vielfalt in einem Plätzchenteller.“ Schmandkringel, Vanillekipferl, Lebkuchen, Kokosmakronen. Für ihn sollte keine Zeit im Jahr ohne Süßes auskommen, doch besonders in der Schwermut oder Müdigkeit des Winters kann das Gebäck nicht nur ihn kurzfristig stärken.

### Christian Städter

Man singt und liest dieselben Texte – doch wird Christian Städter, Spiritual im Paderborner Priesterseminar, im Advent oft von neuen Gedanken überrascht. „Der Advent ist so reich und voll von Bildern aus 2000 Jahren Spiritualität und Kirchengeschichte, dass das unerschöpflich bleibt.“ Zuletzt ist ihm der Prophet Jesaja, der dem Volk Israel Hoffnung in einer dunklen Zeit verkündet, neu begegnet.

### Miriam Pawlak

Das Lieblingslied in der Weihnachtszeit von Miriam Pawlak ist ein kirchlicher Klassiker: „Es ist ein Ros entsprungen“. Die Theologin, die im Fach Neues Testament promoviert, ist vor allem von der Zeile „Wie uns die Alten sungen“ begeistert. Sie sagt: „Das ist wie eine starke Kette, die uns mit etwas Altem, Ehrwürdigem, Beständigem verbindet.“

### Stephan Schröder

Den Weihnachtsbaum von Stephan Schröder, Propst in Arnsberg, schmücken besondere Figuren: die Hirten, die Heilige Familie und Sterne. Aus Olivenholz geschnitzt. Aus Bethlehem im Heiligen Land. Er reist fast jedes Jahr im November ins Heilige Land. Er sagt: „Dadurch gehe ich ganz anders auf Weihnachten zu.“

YOUPAX-Redakteur Tobias Schulte (3. v. r. im Bild) freut sich über euer Feedback: [redaktion@youpax.de](mailto:redaktion@youpax.de)

# Wir wünschen dir einen erfüllten Advent!



## IMPRESSUM

**Herausgegeben von** Erzbistum Paderborn | Körperschaft des öffentlichen Rechts | vertreten durch den Diözesanadministrator, Monsignore Dr. Michael Bredeck | Erzbischöfliches Generalvikariat | Abteilung Kommunikation | YOUPAX – Das junge Glaubensportal, Tobias Schulte, Dirk Lankowski | Domplatz 3 | 33098 Paderborn | Telefon 05251 1251558 | [redaktion@youpax.de](mailto:redaktion@youpax.de)  
**Redaktion:** Tobias Schulte, Dirk Lankowski **Texte:** Christian Städter (Seite 06/07, 22/23, 26/27, 38/39, 54/55), Theresa Oesselke (Seite 08/09, 16/17, 30/31, 34/35, 46/47), Stephan Schröder (Seite 12/13, 28/29, 36/37, 50/51), Jonas Klur (Seite 14/15, 24/25, 48/49, 38/39, 58/59), Miriam Pawlak (Seite 10/11, 18/19, 44/45, 52/53, 60/61), Tobias Hasselmeyer (Seite 20/21, 32/33, 40/41, 56/57, 62/63)  
**Tagesevangelien:** Lektionar 2018 ff. Autorisierte Adaption © 2021 staeko.net **Fotos:** istockphoto.com (Titel, Seite 02, 06, 18, 32, 62), plainpicture (Seite 04, 38), stock.adobe.com (Seite 07, 21, 22, 28, 35, 49), photocase.com (Seite 08, 10, 14, 20, 24, 36, 40, 42, 44, 50, 60, 68, 70), shutterstock.com (Seite 12, 16, 26, 30, 46, 48, 52, 54, 56, 64, 72, 77), unsplash.com (Seite 34, 66, 74), alamy.com (Seite 58), YOUPAX (Seite 79) **Illustrationen:** shutterstock.com **Gestaltung:** K+G, Agentur für Kommunikation, Münster **Druck:** Bitter & Loose, Greven. Dieses Magazin wurde auf umweltfreundlichem FSC-zertifiziertem Papier gedruckt und CO<sub>2</sub>-neutral produziert. Mehr auf: [climatepartner.com](http://climatepartner.com)





ERZBISTUM  
PADERBORN

[youpax.de](http://youpax.de)

**YOU  
PAX**

GLAUBE. LIEBE. HOFFNUNG.