



Kirchenbesuch

Im Alltag innehalten, eine Atempause, Haltestelle. Eine Kerze anzünden, die Stille hören, ein Gebet, Kraft tanken



Geschmack der Kindheit

Weihnachtsäpfel, Mandarinen, Marzipankugeln, der Schokoladennikolaus, Zimtsterne: der Geschmack aus Kindertagen. Versuchen Sie, diese heute ganz bewusst zu genießen



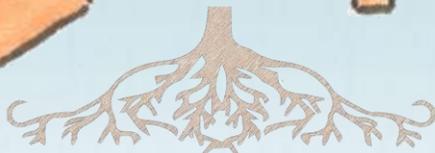
Achtsamkeit

Am Ende eines Tages auf die geschenkten kleinen und großen Augenblicke zurückschauen: ein Lächeln, ein unverhofftes Treffen, ein gutes Wort, ein heißer Tee, die bizarren schönen Muster des Raureifes am Morgen. Wie sehen Ihre aus?



Meine Wurzel

zur Ruhe kommen, Kraft schöpfen: eine Kerze, ein Duft, eine Lieblingsmelodie. Wo bin ich fest verwurzelt? Was gibt meinem Leben Heimat und Halt?



Erinnerung

In einem alten Fotoalbum blättern, an unsere Lieben denken, die bereits verstorben sind, und ein kleines Gebet sprechen



Alle Knospen springen auf

Am Barbaratag, ein Kirschzweig in lauwarmes Wasser stellen. Mit etwas Glück öffnen sich zu Weihnachten die Blüten. Einladung: Was soll in mir neu aufblühen?

Himmelstürchen

10

Jes 40,3
"Bereitet dem Herrn
den Weg vor" Wie
sieht Ihr Weg aus?
Ist es ein Weg
durch die Wüste,
über Berge und
Hügel?
Ein Weg mit
Hindernissen.?

Weg bereiten

12

Das Licht einer
Kerze lädt ein
sich darin zu
verlieren-. Für
wen kann ich
Licht sein?. Wo
erfahre ich Licht,
wenn die
Dunkelheit mich
umgibt?

Lichterglanz

9

Advent ist
Vorfreude,
Warten auf
die Ankunft
Jesu Christi.
Worauf und
wie warte
Ich
eigentlich?

Worauf warte ich?

7

Ehre sei Gott in der
Höhe und Frieden
den Menschen auf
Erden (Lk2,14). Wo
verhalte ich mich
friedlich oder auch
gedankenlos? Wo
ann ich durchkleine
Gesten Frieden
stiften?

Kleine Gesten

8

Unser Leben ist
auf ein Du hin
ausgerichtet. Wie
verhalte ich mich
meinem Du
gegenüber?
Unterkühlt oder
eher warmherzig?

Beziehungen

11

Es ist schnell
gesagt. Es ist
kostbar, es
bringt Freude.
Geschrieben
oder auch
ausgesprochen,
Es bringt Licht
in den Advent

Ein liebes Wort

Sechs Stunden
freie Zeit: Was wäre
wenn, ich sie als
Geschenk erhielte?
Wie würde ich sie
ausfüllen?

18

Auf den Weg machen

Genieße die Stille-
Markt und Straßen
stehen verlassen, still
erleuchtet jedes Haus,
sinnend gehe ich durch
die Gassen-alles sieht
so festlich aus.
(J.v. Eichendorff)

16

Spazieren gehen

Wandlung
geschieht ein
Leben lang. Leben ist
Wandlung - ein
Geschenk. Nehme ich
sie wahr-meine
Wandlung? Ergreife
ich die Chance, sie
anzunehmen oder
eher nicht?.

13

Wandeln

Perspektivwechsel
wagen. Gott wechselt
die Perspektive, er
macht sich klein für
uns. Sind wir bereit
unseren eingeübten
Blick auch einmal zu
wechseln?

14

Perspektivwechsel wagen

Engel
sind Boten Gottes.
Wann habe ich sie
zuletzt gespürt?
Habe ich es wirken
lassen? Was hat es in
mir bewirkt?

15

Boten Gottes

Mit Weihnachtstee
Gebäck, Kandis und
Honig eine
Freundin zu einer
schönen Teestunde
einladen

17

Teezeremonie





22

„Dein Reich komme“
betet Jesus im Vater Unser.
Wie kann ich heute
mithelfen und die Welt ein
wenig menschlicher
machen?

Herzensgebet



24

Gott
macht sich klein.
Jesus wird in einer
einfachen Krippe geboren.
Keine Freudenschreie,
keine Glocken, dafür Stille
und tiefe Freude in den
Herzen der Menschen..
Schenk ihm dein Herz,
seines hat er Dir schon
geschenkt

Stille und tiefe Freude



19

Die Hirten
machten sich auf den
Weg zur Krippe, ohne zu
wissen, was sie erwartet.
Wo breche ich auf und
wage erste Schritte?

Auf den Weg machen



20

Die drei Waisen
aus dem Morgenland
folgten dem Stern.
Welchen Idealen und
Vorbildern folge ich?
Tun Sie mir gut?

Dem Stern folgen



21

Der 21. Dezember
ist die dunkelste Nacht
des Jahres. Dann wird es
allmählich wieder heller.
Was möchte ich in der
Dunkelheit zurücklassen?

Die längste Nacht



23

Weißt Du noch?.
Erinnerungen
aus der Kindheit.
Ein Tag vor Weihnachten..
Was hat sich verändert?

Vorfreude

