



Öffnen

Gott ist dort,
wo man ihn lässt,
wo man ihn einlässt –
vielleicht
auch in dir.

Andreas Noga

DANKBARKEITS-ABC

Es ist kein Geheimnis, dass dankbare Menschen besser mit Stress und Herausforderungen zurechtkommen. Gleichzeitig neigen wir aber dazu, eher das Negative in unserem Leben wahrzunehmen. Deshalb wollen wir dich in dieser Adventszeit einladen, dein eigenes Dankbarkeits-ABC zu erstellen. Richte deinen Blick in den nächsten Wochen einmal bewusst auf all die kleinen und großen Dinge, die deinen Alltag bereichern.*

A _____

B _____

C _____

D _____

E _____

F _____

G _____

H _____

I _____

J _____

K _____

M _____

O _____

P _____

Q _____

R _____

S _____

T _____

U _____

V _____

W _____

X _____

Y _____

Z _____

* Du kannst natürlich auch eine einfache Dankesliste erstellen, wenn dir das leichter fällt.



Ich zähle die Tage

Ich praktiziere den Advent. Ja, genau: Ich praktiziere den Advent. Ich bin achtsam. Lasse mich auf die Jahreszeit ein, sodass sie mich umspült, in mich eindringt und mich an einen Ort trägt, an dem ich vielleicht noch nie gewesen bin.

Zum allerersten Mal zähle ich nicht rückwärts. Ich zähle weder die Tage bis zum Fest noch die Besorgungen, die ich erledigen muss.

Stattdessen zähle ich auf eine ganz neue Weise. Ich zähle alle Tage einzeln.

Ich zähle die Tage auf eine Weise, die Zeit braucht. Ich halte sie fest. Koste sie aus.

In diesem Jahr genieße ich die Dunkelheit. Ich zünde Lichter an. Ich gehe in die Stille. Ich schließe den Lärm aus und fülle mein Haus mit den Klängen dieser Jahreszeit.

Ich übe mich im Neinsagen. Nein ist das Wort, das ich zu einem Großteil des vorweihnachtlichen Wahnsinns sage. „Nein, ich kann da nicht hingehen. Nein, ich kann nicht von einem Ende der Stadt zum anderen rennen, um das zu besorgen. Nein, das werde ich nicht auch noch tun.“

Ich übe mich stattdessen im Jasagen. Ja, ich werde früh aufstehen. Ich werde allein und in aller Stille in die Küche schleichen und nach draußen, wo der Mond scheint. Wo der frühe Vogel noch nicht aufgestanden ist. Ich bin allein mit der Dunkelheit und der Stille und betrachte die Schatten, die der Mond auf die Landschaft wirft. Ich lausche auf die Worte, die mein Herz erfüllen. Ich spreche ein Gebet, während ich die kalte Luft einatme, die Luft des Dezembers, der gesegneten Adventszeit.

Ja, ich dekoriere mein Haus neu. Ich lege Tannenzweige, getrocknete Orangenschalen und rote

Beeren in Schalen, die mit ihrem Duft den Raum erfüllen. Hänge Lichterketten auf. Stelle Kerzen in die Fenster.

Mir wird bewusst, dass mit dieser Jahreszeit das Sakrale Einzug hält. Wir haben im Dezember zwei Möglichkeiten: Wir können uns in all dem Lärm und den bunten Lichtern verirren. Oder wir können uns durch die Finsternis zum Licht führen lassen.

Jeden Tag kommt die Dunkelheit früher, ist tiefer, schwärzer als Tinte. Aber sie spricht auch eine Einladung aus: Zünde ein Licht an. Wickle dich in eine Decke. Setz dich ans Feuer. Schau in die Flammen. Denke über das bevorstehende Weihnachtsfest nach.

In diesem Monat der Vorbereitung auf das große Fest lausche ich neu den vertrauten Worten. Ich denke an die Geschichte von den Reisenden – der Jungfrau mit dem Kind, der Esel, der Mann mit den Werkzeugen, das Paar, das vergebens an eine Tür nach der anderen klopft.

Ich erinnere mich, dass ich vor langer Zeit immer zusammenzuckte, wenn ich hörte, dass niemand Platz hatte. „Öffnet die Tür“, rief ich tief in mir. „Schafft doch Raum für sie.“

Damals war mir noch nicht bewusst, dass ich die Macht hatte, das zu ändern. Ich konnte mir die Geschichte zu eigen machen und sie so schreiben, wie sie eigentlich sein sollte. Aber jetzt weiß ich es.

Ich nehme diese vertraute Geschichte. Schaffe in der Dunkelheit und in der Stille Raum – für die drei aus der Geschichte, aber auch für mich.

Ich bereite ein Zimmer in der Herberge vor. Und das Gasthaus ist natürlich mein Herz.

Lebkuchen zum Aufhängen



Zutaten für 2-3 Bleche

500 g Roggenmehl
100 g Zucker
2 EL Lebkuchengewürz
1 TL Natron
50 g Butter
250 g Honig (flüssig)
2 Eier
2 EL Wasser

Für die Deko

250 g Puderzucker
Zitronensaft

Nach Belieben bunte Perlen
und Lebensmittelfarben
zum Dekorieren.

Zubereitung

Mehl mit Zucker, Natron und dem Lebkuchengewürz in einer großen Schüssel vermischen. Die Butter in Würfel dazugeben und alles kräftig durchkneten.

In einem separaten Gefäß Honig, Eier und Wasser gründlich verrühren. In das Mehlgemisch eine Mulde drücken, den Honigmix hineingeben und alles vom Rand aus zu einer homogenen Masse verkneten. Den fertigen Teig in Frischhaltefolie eingewickelt mindestens drei Stunden – besser über Nacht – im Kühlschrank ziehen lassen.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 3-5 mm dick ausrollen. Parallel den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (Umluft: 160 °C) vorheizen. Die Kekse ausstechen und auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech legen. Wenn du die Lebkuchen später aufhängen möchtest, mithilfe einer Nudel ein Loch in den rohen Teig bohren und mitbacken, dann läuft das Loch beim Backen nicht zu.

Die Lebkuchen für 10-12 Minuten backen, die Nudel vorsichtig aus dem noch heißen Keks herausdrehen und die Kekse auskühlen lassen.

Den Puderzucker auf mehrere Gefäße aufteilen und jeweils ein paar Tropfen der Lebensmittelfarben hineinrühren. Anschließend mit je einem Teelöffel Zitronensaft den Guss anrühren. Kurz antrocknen lassen und nach Wunsch noch mit Perlen verzieren. Für feine Dekorationen kannst du auch das Royal Icing vom 10. Dezember verwenden.



*Die Adventszeit ist die Zeit,
das Warten wieder zu lernen.*

Anselm Grün

Bastel-
Vorlage
[www.gerth.de/
wundermomente](http://www.gerth.de/wundermomente)

5. Dezember



Drauß' vom Walde komm ich her ...

Alles, was gut und vollkommen ist,
wird uns von oben geschenkt, von Gott,
der alle Lichter des Himmels erschuf.

Jakobus 1,17



Advent ist zunächst Warten, Erwarten.
Das heißt, Tag für Tag in sich das Maranatha,
das „Komm, Herr“, aufsteigen lassen.
„Komm für die Menschen! Komm für uns alle!
Komm für mich selbst!“





Ein Engel

Einer, der uns sehr nüchtern
nach dem Woher und Wohin fragt
und uns sehr gegen unseren Willen
dahin zurückschickt,
wo wir eben davonlaufen wollen –
der kann ein Bote Gottes,
ein Engel sein.

Sören Kierkegaard

Plätzchen dekorieren



Royal Icing (Eiweiß-Spritzglasur)

Mit einer hübschen Verzierung werden die Plätzchen zu einem ganz besonderen Geschenk.
Besonders schön sehen Schokoladenkekse oder die Lebkuchen vom 4. Dezember aus.

Zutaten

250 g	Puderrucker	1 Pr	Salz
1	Eiweiß		Gelfarbe
1 TL	Zitronensaft	1/2 TL	Glycerin

Puderrucker sieben. Eiweiß, Salz und Zitronensaft mit dem Rührgerät aufschlagen, bis sich kleine Bläschen bilden. Puderrucker löffelweise unterrühren und weitere 5 Minuten auf niedrigster Stufe rühren, bis die Masse glatt ist. Mit Gelfarbe färben (eventuell etwas Glycerin dazugeben), tröpfchenweise mit Wasser verdünnen und sofort verarbeiten.

Die Masse darf nicht antrocknen!

Luftdicht abgedeckt, kann sie ca. 2 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Flüssige Glasur

Für Überzug bzw. Grundierung.

Grundrezept tröpfchenweise mit 2-4 EL Wasser verdünnen. Die Konsistenz ist richtig, wenn die Masse nach ca. 10 Sekunden wieder zusammenfließt, nachdem sie mit einem Messer eingeritzt wurde.

Festere Glasur

Für feine Linien und Verzierungen und für Konturen, damit die flüssigere Füllung nicht überläuft.

Grundrezept mit 1/2 TL Glycerin und etwas Wasser verdünnen. Die Konsistenz ist richtig, wenn die Masse nach ca. 20 Sekunden wieder zusammenfließt, nachdem sie mit einem Messer eingeritzt wurde.



Geschenke des Lebens

Geschenke, Geschenke, alle Kinder lieben Geschenke. Können Sie sich an die Besuche Ihrer Tante erinnern, die vor allem deshalb Ihre Lieblingstante war, weil sie jedes Mal eine große Tafel Schweizer Schokolade mitbrachte? Erinnern Sie sich an die Stapel von Geschenkpaketen zu Weihnachten? Wissen Sie noch, wie bei Ihrem Geburtstag das Geschenkpapier in hohem Bogen durch das Zimmer flog, weil Sie es kaum erwarten konnten, den Inhalt in Händen zu halten? Und hinterher saßen Sie glücklich neben Ihren neuen Schätzen und fühlten sich sehr reich.

Heute, längst erwachsen geworden, haben Geschenke bei uns nicht mehr die Bedeutung von damals. Wir spüren nicht länger die Neugier und Begeisterung, wenn wir ein Geschenk erhalten, und auch nicht das Prickeln beim Auswickeln. Manchmal sind wir eher gehemmt. Vielleicht versuchen wir, Freude und Überraschung zu heucheln. Bei den Geschenken ist der Inhalt meist gar nicht so wichtig. Wichtig ist vielmehr das gute Gefühl, dass jemand an uns gedacht hat. Heute freuen wir uns eher über Geschenke, die weder eingewickelt

noch mit einer Schleife veredelt sind. Wir freuen uns über das Geschenk der Gesundheit, gerade wenn wir vorher ein paar Tage lang krank im Bett lagen. Wir freuen uns über einen herrlichen Sommerabend, den wir mit einem lieben Menschen unten am See verbringen dürfen. Wir sind dankbar, dass wir uns nach einer Phase großer Traurigkeit wieder auf jeden neuen Tag freuen. Wir staunen, dass wir eine schwere Aufgabe bewältigt haben, obwohl uns das niemand zugetraut hat. Wir freuen uns über das Geschenk der Liebe und der Versöhnung. Wir freuen uns über ein herzliches Lachen und eine freundliche Umarmung. Wir freuen uns über das Singen der Vögel, über den Mondschein am Abend und über die Blumen im Garten. Wir freuen uns, dass es uns gut geht.

Ja, wir staunen über die vielen wunderbaren Geschenke des Lebens, so als wäre jeden Tag Geburtstag und Weihnachten und Besuch der Lieblingstante.

Wir freuen uns und fühlen uns wie damals – wie ein reich beschenktes Kind.

Rainer Haak

WUNDER momente

Gabriel erschien ihr und sagte:
„Sei begrüßt! Du bist beschenkt mit großer Gnade!
Der Herr ist mit dir!“

Lukas 1,28



12 Dezember

Der Zinnsoldat

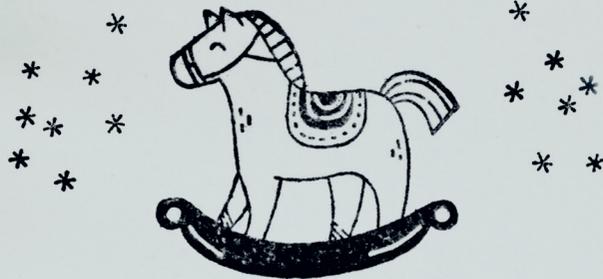
Dachten wir als Kinder nicht alle einmal, wie herrlich es wäre, wenn unsere Spielsachen auf einmal lebendig würden? Nehmen wir einmal an, wir hätten sie lebendig machen können. Stellen wir uns einen Zinnsoldaten vor, der sich in einen richtigen kleinen Menschen verwandelt. Dann müsste aus dem Zinn Fleisch werden. Nehmen wir weiter an, der Zinnsoldat wäre damit nicht einverstanden. Fleisch interessiert ihn nicht; er merkt nur, dass er sein Zinn verliert. Er denkt, man wolle ihn umbringen; deshalb wird er alles daransetzen, das zu verhindern. Er will kein Mensch werden, wenn es sich vermeiden lässt.

Was wir mit dem Zinnsoldaten getan hätten, weiß ich nicht; aber was Gott mit uns getan hat, war dies: Die zweite Person in Gott, sein Sohn, wurde selber Mensch. Er wurde als Mensch in die Welt geboren; als Mensch mit einer bestimmten Größe, mit bestimmter Haarfarbe, einer bestimmten Sprache und einem bestimmten Gewicht. Das ewige Wesen, das alles weiß und die ganze Welt erschaffen hat, wurde nicht nur Mensch, sondern zunächst Säugling und davor die Leibesfrucht in einer Frau. Um zu begreifen, was das bedeutet, sollten wir uns vorstellen, wie uns zumute wäre, wenn wir zu einer Schnecke oder Krabbe würden.

C. S. Lewis



Bastel-
Vorlage
[www.gerth.de/
wundermomente](http://www.gerth.de/wundermomente)



VERLASS DICH AUF MICH!

Glauben bedeutet
verlassen, um zu finden,
ablassen, um zu beginnen,
loslassen, um zu ergreifen,
sich verlassen,
um sich zu gewinnen,

eben sich selbst
auf Gott zu verlassen,
um in ihm geborgen
und gelassen zu sein.

Hans-Joachim Eckstein

Bastel-
Vorlage

[www.gerth.de/
wundermomente](http://www.gerth.de/wundermomente)

14. Dezember

Nimm dir Zeit,
einmal aus dem Tumult herauszutreten.
Besuche den „Stall“, und bitte Gott,
in der Stille zu dir zu sprechen.
Er wird es tun.

Joni Eareckson Tada



Bastel-
Vorlage
[www.gerth.de/
wundermomente](http://www.gerth.de/wundermomente)

15. Dezember

FREUDE SCHENKEN

- Rufe deine Eltern oder Großeltern an und sag einfach mal Hallo.
- Teile etwas mit anderen – ein Rezept, eine Begabung, eine „Neuentdeckung“.
- Schicke einer Kollegin einen netten Gruß oder lege ihr eine schöne Karte auf den Schreibtisch.
- Engagiere dich in der Gemeinde, der örtlichen Tafel oder dem Tierheim.
- Koche die doppelte Portion zu Mittag und lade jemanden ein.
- Unternimm einen Ausflug mit (d)einem Kind.
- Nimm dir Zeit, um deine Finanzen durchzugehen. Hast du vielleicht ein bisschen „Luft“, jemandem etwas zu geben, der gerade in Not ist?
- Geh auf jemanden zu, der einen anderen kulturellen oder religiösen Hintergrund hat als du. Triff dich mit dieser Person auf einen Kaffee.
- Hänge ein Herz auf, und bitte Gott, dass er dir neue Freude schenkt.
- Kennst du jemanden, der gerade eine Pause gebrauchen könnte – frischgebackene Eltern oder jemanden, der einen Angehörigen pflegt? Biete dieser Person an, ihr etwas von deiner Zeit zu schenken und sie für ein paar Stunden abzulösen.
- Mache jemandem, der dir heute begegnet, ein ehrliches Kompliment – egal, ob diese Person dir nahesteht oder völlig fremd ist.
- Bete für jemanden, der gerade Probleme hat oder sich einsam fühlt.
- Unterstütze jemanden beim Einkaufen.
- Maile einer Freundin ein witziges oder gemeinsames Foto von früher.
- Nimm dir heute bewusst Zeit für andere.
- Schreibe deine ganz persönliche Liste mit „Segensgeschenken“ und danke Gott dafür.

Sorry, wir sind leider ausgebucht

Es gibt Sätze, die beenden in kürzester Kürze das Gespräch. Jeder einigermaßen sensible Mensch spürt sofort: „Da geht jetzt nichts mehr.“ Das Gegenüber will offensichtlich einfach nicht und garniert seine Ablehnung zumindest mit einem Wort aus der „Leider-Familie“ – man weiß ja zumindest, was sich gehört ...

Selbst das traute, hochheilige Paar hat diese Erfahrung gemacht und ist auf der Suche nach einer einfachen Unterkunft in einer Tour abgeblitzt. Dabei hätte Gott es sich ja einfach machen können. Für seinen Sohn hätte er mit einem Fingerschnippen ein 5-Sterne-Hotel oder eine luxuriöse Geburtsstation nach Bethlehem stellen können.

Hat er aber nicht. Es war kein Zufall, dass zunächst alle Türen verschlossen blieben. Und es war kein Zufall, dass am

Ende ein Stall übrig blieb, in dem das Licht der Welt das Licht der Welt erblickte. Wir Menschen sind eben, wie wir sind: Wenn es nach Mühe riecht, müssen wir schon einen guten Tag erwischen. Wenn ein Wildfremder kommt und etwas von uns will, schon einen sehr guten ... Und selbst den anklopfenden Gott behandeln wir offenbar wie einen Wildfremden. Dabei ist es solch ein Hochgenuss, wenn Unmögliches möglich gemacht wird. Wenn ein Lächeln die Atmosphäre verändert, wenn Ja gesagt wird statt Nein, wenn Türen geöffnet werden, statt sie zu schließen.

Eine Wette: Der heutige Tag bringt mindestens zehn Situationen, in denen wir einen Unterscheid machen können. Also: Lassen Sie uns anfangen!

Thomas Jousen · Peter Karliczek





Postkarten basteln



GESEGNETE WEIHNACHTEN

Gesegnete Weihnachten

„Kommt, gehen wir nach Bethlehem!
Wir wollen das Wunder,
von dem der Herr uns erzählen ließ,
mit eigenen Augen sehen.“

nach Lukas 2,15

Handgeschriebene Briefe und Karten sind heute eine Seltenheit –
und gerade deswegen eine besondere Form der Wertschätzung.
Bitte Gott, dir zu zeigen, wer zurzeit
eine kleine Ermutigung gebrauchen kann.



18. Dezember



Weihnachten heißt: Er ist da.

Weihnachten heißt: Er ist da. Der Himmel berührt die Erde. Gottes Licht scheint mitten in den Nächten der Welt und des Lebens. Christus ist geboren. Der Heiland ist zur Welt gekommen. Der Erlöser. Gott bekommt buchstäblich Hand und Fuß. Einen Blick, ein Gesicht, eine Stimme. Gott selbst durchbricht das Gebot, das er gegeben hat:

Du sollst dir kein Bildnis machen in irgendeiner Gestalt,
weder von dem, was oben im Himmel, noch von dem,
was unten auf Erden, noch von dem,
was im Wasser unter der Erde ist.

5. Mose 5,8

Nur Gott darf dieses Gebot brechen. Nur er kann es. Gott wird sichtbar. Hörbar. Fassbar. Erfahrbar. Wie viel Halt vermittelt dieses Fest! Alle unsere Nächte sind nicht auf ewig dunkel. Gott ist mittendrin. Das Licht von Weihnachten scheint auch dann noch, wenn die Weihnachtsbäume längst kompostiert sind.

Jürgen Werth





An Weihnachten

geht es gar nicht so sehr darum,
dass wir unsere Geschenke öffnen,
sondern vielmehr darum,
dass wir unsere Herzen öffnen.

Janice Maeditere

LICHT

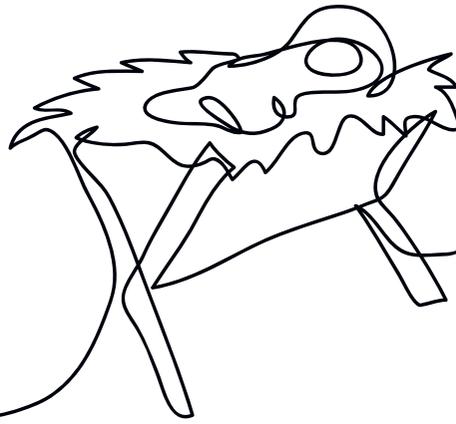
Bastel-
Vorlage
www.gerth.de/
wundermomente

Licht ist in euch
und um euch
auch wenn ihr selbst
es manchmal nicht seht

Euer Licht
macht die Welt hell
bringt andere zum Leuchten
verbindet und wärmt.



21. Dezember



O DU FRÖHLICHE

O du fröhliche, o du selige,
gnadenbringende Weihnachtszeit!
Welt ging verloren,
Christ ist 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!

Johannes Falk, 1806

Geschenke

„Das Wichtigste an Weihnachten sind die Geschenke“, sagt mein Sechsjähriger voller Vorfreude, und etwas in mir will ihm widersprechen: „Moment mal, überleg doch mal, worum es an Weihnachten eigentlich geht! Du kennst doch die Geschichte vom Kind in der Krippe!“

Aber dann bin plötzlich ich es, die überlegt: Worum es an Weihnachten eigentlich geht, verlieren wir Großen doch selbst andauernd aus den Augen. Dabei geht es an Weihnachten doch wirklich um Geschenke! Ich erinnere mich an einen Text, den ich einmal gelesen habe, in dem diese Geschenke so wunderbar beschrieben waren:

Das erste Geschenk kam von einer jüdischen jungen Frau namens Maria: Selbstlosigkeit! Sie gab ihre eigenen Lebenspläne auf und sagte „Ja“, um buchstäblich den Himmel auf die Erde zu bringen.

Das nächste Geschenk war das ihres Verlobten, Josef: Vertrauen! Er glaubte seiner Freundin, dass dieses Kind tatsächlich Teil eines großen, heiligen Planes war und nicht das Ergebnis eines Betrugs.

Und auch das Kind selbst brachte der Welt Geschenke: Vergebung. Ganzheit. Zweite Chancen. Freiheit. Gnade.

Die Engel schenkten eine Frohe Botschaft, eine große Freude und Frieden. Und die Verkündigung, dass wir keine Angst zu haben brauchen, sondern allen Grund zum Singen haben!

Die Geschenke der Hirten: Offenheit für das Unfassbare und den Glauben an das Unglaubliche ließen sie zu den ersten Zeugen der ersten Weihnacht werden. Und dann schenkten sie noch den Mut, das, was sie gesehen und gehört hatten, weiterzuerzählen, trotz der Gefahr, für verrückt gehalten zu werden.

Weise Männer folgten einem Stern und packten in einem armseligen Stall neben Gold, Weihrauch und Myrrhe auch das Staunen über ein Wunder aus. Sie gaben alle Logik und Vernunft auf und schenkten stattdessen die Akzeptanz, dieses Baby an diesem schmutzigen Ort als König anzuerkennen. Und aus der ganzen Geschichte spricht der Geist des Geschenkes der bedingungslosen Liebe.

Oh ja, das Wichtigste an Weihnachten sind die Geschenke. Und was für Geschenke! Geschenke, die das Alltägliche in etwas Wundersames verwandeln. Geschenke, die den Geber und den Empfänger gleichermaßen reich machen: Selbstlosigkeit, Vertrauen, Vergebung, Ganzheit, zweite Chancen, Freiheit, Gnade, Freude, Frieden, Offenheit, Glaube, Mut, Staunen, Akzeptanz, bedingungslose Liebe.

Ich blicke in die strahlenden, erwartungsvollen Augen meines Sohnes und sage: „Du hast recht! Das ist das Wichtigste an Weihnachten!“

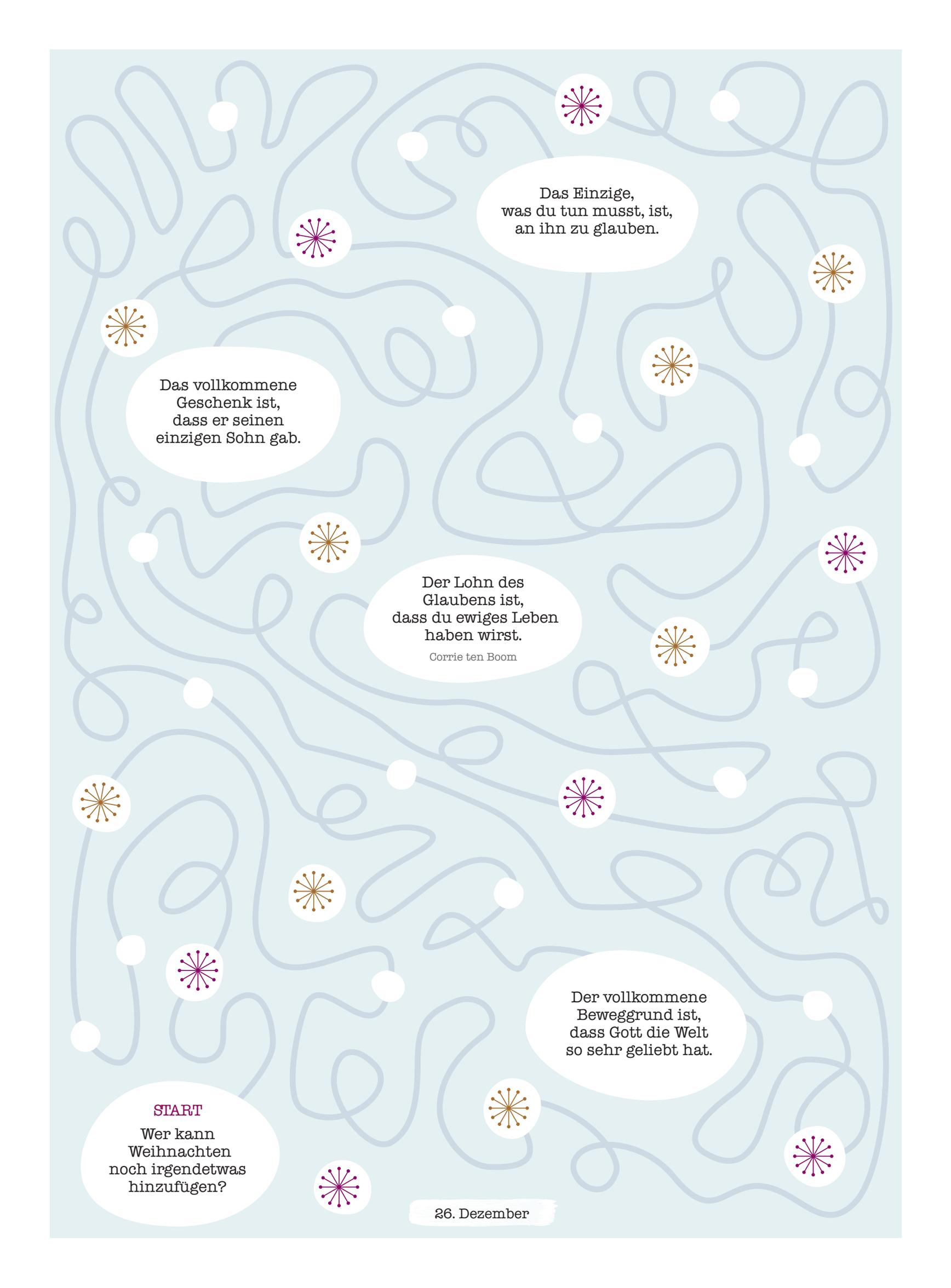
Dania König



A gift wrapped in brown paper. The paper is decorated with green pine branches and gold circular ornaments with a '#' symbol. A white paper swan with a gold crown and a white feather tail is attached to the gift with a gold and white string. The gift is set against a dark blue background.

„Ich bin als Licht gekommen,
um in dieser dunklen Welt zu leuchten, damit alle,
die an mich glauben, nicht im Dunkel bleiben.“

Johannes 12,46



Das Einzige,
was du tun musst, ist,
an ihn zu glauben.

Das vollkommene
Geschenk ist,
dass er seinen
einzigsten Sohn gab.

Der Lohn des
Glaubens ist,
dass du ewiges Leben
haben wirst.
Corrie ten Boom

Der vollkommene
Beweggrund ist,
dass Gott die Welt
so sehr geliebt hat.

START
Wer kann
Weihnachten
noch irgendetwas
hinzufügen?

Winter-Smoothie



Zutaten für 2 Portionen

- 1 Apfel (reif)
- 1 Birne (schon etwas weich)
- 1 reife Banane
- 1-2 Orangen oder hochwertiger Orangen-Direktsaft
- 1 Prise Zimt

Zubereitung

Apfel und Birne waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Anschließend zusammen mit der Banane in einen Mixer geben. Die Orangen auspressen und den Saft mit einer Prise Zimt hinzufügen (alternativ Orangen-Direktsaft verwenden). Mixe alles 15 bis 20 Sekunden gut durch, und fertig ist der Winter-Smoothie.

In ein Glas umfüllen und mit etwas Zimt dekorieren.

Zwischen den Zeiten

Ein Leben „zwischen den Zeiten“ – gibt es das denn überhaupt in unserer heutigen schnelllebigen Zeit? Wir leben nicht im „Vor“ und nicht im „Danach“, sondern im „Dazwischen“. Ja, es gibt solche Zeiten, in der Spanne nach Weihnachten bis zum Neujahrstag. Diese Zeit wird auch als „zwischen den Jahren“ bezeichnet. Es wird deutlich, wir sind auf dem Weg, ein Aufbruch nach Weihnachten. Noch sind wir erfüllt von der Weihnachtsbotschaft, den Eindrücken der Festtage und dem Zusammensein mit der Familie. Diese Erinnerungen bleiben haften und begleiten uns in dieser „Zwischenzeit“. Wir halten inne, nehmen uns Zeit und richten aber auch unseren Blick nach vorne, auf Unbekanntes, ein neues Jahr bricht an. In diesen Zeiten hat man häufig das Gefühl, die Uhr tickt ein klein wenig langsamer, die Stunden und Tage erscheinen länger.

Wir empfinden diese Besonderheit, weil wir uns bewusst Zeit nehmen und uns einlassen auf uns und unsere Gedankenwelt, sind empfindsamer und sensibler. Das neue Jahr, wie wird es werden, was wollen wir ändern, an welchen Dingen gern festhalten? Eigentlich findet der Jahreswechsel – mal abgesehen von Jahresrückblicken, Böllern, Feuerwerk – ganz unspektakulär statt. Wir wechseln den Monat und das Datum, wie so oft im Laufe des Jahres und des Lebens. Der Tag beginnt, hat seinen eigenen Rhythmus,

seinen Ablauf, und der Abend kündigt sich mit der hereinbrechenden Dunkelheit an. Aber, halt, nach Silvester ändert sich ja doch etwas ganz Entscheidendes. Es ist die Jahreszahl, die wir uns neu einprägen müssen und die uns nun ein volles Jahr lang begleiten wird. Auch diese neue Zahl ist Teil unserer eigenen Lebensuhr und füllt eine Spanne in unserem Lebenslauf.

Doch bevor uns der Alltag einholt – und dies geschieht oftmals schneller, als uns lieb ist –, ist diese „Zwischenzeit“ eine sehr wertvolle Zeit. Wenn wir es zulassen, begegnen wir in ihr Ruhe und Gelassenheit. Wir setzen uns bewusst mit uns selbst und den erlebten Ereignissen auseinander und schöpfen im Innehalten Kraft für Neues. Es tut uns gut. Wir können hinter uns lassen, loslassen und neu beginnen, können den Aufbruch förmlich spüren. Für das Abenteuer „neues Jahr“ sind wir bereit und ein klein wenig Neugierde ist auch dabei.

Das Wissen, dass unser Gott mitgeht und uns gerade in den „Zwischenzeiten“ neu begegnen will, macht Mut und gibt Zuversicht – auch für unbekanntes Zeiten. Derselbe Herr, der uns in aller Niedrigkeit und Demut in der Weihnachtsbotschaft begegnet, begleitet uns stark und zuversichtlich durch alle Zeiten unseres Lebens.

Birgit Ortmüller





Steh auf und leuchte!

„Denn dein Licht ist gekommen
und die Herrlichkeit des Herrn
erstrahlt über dir.“

Jesaja 60,1

29. Dezember

MEINE JAHRESZIELE

Was willst du hinter dir lassen?

Welche Hoffnungen hast du für das neue Jahr?

Wenn Jesus dir die Frage stellen würde:
„Was soll ich im nächsten Jahr für dich
tun?“, was würdest du ihm antworten?

Mit welchen Personen möchtest du im
nächsten Jahr (mehr) Zeit verbringen?

Wer mit Christus lebt,
wird ein neuer Mensch.
Er ist nicht mehr derselbe,
denn sein altes Leben ist vorbei.
Ein neues Leben hat begonnen!

2. Korinther 5,1



Zeiten der Ruhe

Hast du schon über gute Vorsätze fürs neue Jahr nachgedacht? Erfahrungsgemäß geht es dabei oft um Themen wie Diäten, schlechte Angewohnheiten, etwas Neues zu lernen, Schulden loszuwerden, sich irgendwo ehrenamtlich zu engagieren oder eine gesündere Ernährung. Das alles sind wunderbare Ziele, doch es gibt eine wichtige Sache, die oft übersehen wird, wenn die Uhr Mitternacht schlägt und das neue Jahr beginnt: Ruhe.

Manchmal sind wir so damit beschäftigt, unser Leben und uns selbst zu verbessern, dass wir vergessen, dass wir auch Ruhe brauchen. Selbst Gott ruhte am Ende seiner Schöpfungswoche aus. Wenn du dir Gedanken über deine guten Vorsätze machst, dann denke doch einmal darüber nach, das kommende

Jahr der Ruhe zu widmen. Nimm dir fest vor, jeden Morgen fünfzehn Minuten lang eine Zeit der Stille im Gespräch mit Gott zu verbringen. Versuche, an jedem Wochenende zwei freie Stunden zu finden, in denen du einfach nur nachdenkst, entspannst und neue Kraft schöpfst. Anstatt in der Weltgeschichte herumzudüsen: Warum den Urlaub nicht zu Hause verbringen?

Ruhe ist nicht dasselbe wie Faulheit, sie ist auch nichts für Feiglinge; sie ist lebensnotwendig. Und du kannst im neuen Jahr wirklich lernen, dir regelmäßig Auszeiten zu nehmen und innerlich zur Ruhe zu kommen!

Christina Vinson



*Alles, was ihr tut,
geschehe in Liebe.*

1. Korinther 16,14

Wir nehmen für uns gern Bibelverse in Anspruch, in denen es um die Liebe geht. Doch dieser Vers aus dem Korintherbrief lenkt unseren Blick nicht auf uns, sondern auf unser Gegenüber. Paulus weist uns hier an: Bei allem, was wir tun, sollen wir uns von der Liebe leiten lassen.

Und alles meint auch tatsächlich alles: ob wir uns nun mit jemandem unterhalten oder streiten; ob wir jemanden besuchen oder im morgendlichen Verkehr unterwegs sind; ob

wir für unsere Familie kochen oder in einem stressigen Meeting sitzen: Bei allem, was wir tun, sollten wir im Hinterkopf behalten, dass unser Gegenüber zutiefst von Gott geliebt ist. Und diese Liebe ist grenzenlos und vorurteilsfrei, sie gibt niemals auf.

Genau dazu fordert Paulus auch uns auf: unsere Mitmenschen mit Gottes Augen zu sehen. Den Schritt auf sie zuzugehen. Und sie zu lieben – egal, was wir gerade tun. Oder was sie getan haben.



DER WINTER

Wann hört die Kälte auf?
Ist wirklich keine Hoffnung in Sicht?
Noch ist es dunkel.
Tiefschwarz die Nacht.
Einst war der Sommer.
Rotwangig der Tag.

Irgendwann – wird es wieder hell.
Irgendwann – keimt neues Leben auf.
Irgendwann – zwitschern die Vögel ihr Lied.
Irgendwann – kehrt die Wärme zurück.
Irgendwann.

Darauf warte ich.

Nelli Bangert



NICHTS TUN

Kommen wir zu den angenehmen Dingen im Leben: einfach mal nichts tun. Die meiste Zeit sind wir mit irgendetwas beschäftigt, wir organisieren, planen, gehen unseren Pflichten nach oder versuchen uns in Selbstoptimierung. Es ist aber wichtig für unsere Seele und unseren Geist, einfach mal zu sein – ohne etwas zu müssen. Ohne

Handy, ohne Fernseher, ohne äußere Einflüsse.

Also, wie wär's heute? Heute einfach mal nichts tun?

Anne Weigel

3. Januar

FRIEDEN

Der Weg zum Frieden ist mit Gebeten gepflastert. Während du betest, wird der Friede Gottes dein Herz und deine Gedanken bewahren. Vielleicht bricht gerade ein wahrer Sturm über dich herein, aber Jesus bietet dir wahren Frieden an.



Schreibe in die Felder, für wen oder was du beten möchtest.
Du kannst jedes Mal ein kleines Symbol dazumalen, wenn du dafür gebetet hast.
Am Ende des Jahres kannst du schauen, was Gott daraus gemacht hat

4. Januar

Gott ist bei dir

Gott ist unsre Zuversicht und Stärke,
eine Hilfe in den großen Nöten,
die uns getroffen haben.
Darum fürchten wir uns nicht.

Psalm 46,2

5. Januar

ALLES GUTE



Gott ist
unsre Zuversicht
und Stärke.

Psalm 46,2

Möge jeder Tag dir strahlende,
glückliche Stunden
bringen, die das ganze Jahr
bei dir bleiben.

Irischer Segenswunsch

Die Weisen aus dem Morgenland gelten als die Ersten, die die Gute Botschaft in die ganze Welt hinausgetragen haben. Mit dieser Postkarte kannst auch du jemandem auf eine schöne Weise die Botschaft von Gottes Liebe weitergeben. Einfach ausschneiden, falten und aneinanderkleben.

Wir wünschen dir Gottes Segen für das Jahr 2024!

6. Januar