



Advent-Dialog-Reise vom 29. Nov. bis zum 26. Dez. 2015 unter dem Motto **MACHE DICH AUF UND WERDE LICHT**

Auch heuer wollen wir uns wieder auf den Weg machen, um der Liebe Gottes zu uns nachzuspüren, damit wir sie als Einzelne und im Paar mit Leben erfüllen.

Die Evangelien der 4 Sonntage im Advent wollen wir als Wegweiser voranstellen.

1. Adventsonntag, 29. Nov. 2015: Hoffnungszeichen sein

Ev: Lk 21, 25- 28.34-36

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern:

- 25 Es werden Zeichen sichtbar werden an Sonne, Mond und Sternen, und auf der Erde werden die Völker bestürzt und ratlos sein über das Toben und Donnern des Meeres.
- 26 Die Menschen werden vor Angst vergehen in der Erwartung der Dinge, die über die Erde kommen; denn die Kräfte des Himmels werden erschüttert werden.
- 27 Dann wird man den *Menschensohn* mit großer Macht und Herrlichkeit *auf einer Wolke kommen* sehen.
- 28 Wenn (all) das beginnt, dann richtet euch auf, und erhebt eure Häupter; denn eure Erlösung ist nahe.
- 34 Nehmt euch in Acht, dass Rausch und Trunkenheit und die Sorgen des Alltags euch nicht verwirren und dass jener Tag euch nicht plötzlich überrascht,
- 35 (so) wie (man in) eine Falle (gerät); denn er wird über alle Bewohner der ganzen Erde hereinbrechen.
- 36 Wacht und betet allezeit, damit ihr allem, was geschehen wird, entrinnen und vor den Menschensohn hintreten könnt.

Drastische Bilder hören wir heute im Evangelium. Das Ende der Zeit und der Übergang zu einer vollendeten Schöpfung wird festgemacht im Bild chaotischer irdischer Zustände. Wir selbst erleben ähnliche „Zustände“, wenn wir uns verletzt fühlen, hintergangen oder enttäuscht erleben – wir sagen: „es bricht eine Welt zusammen“.

Im Vers 34 wird geschildert, dass wir in Gefahr sind, die Zeichen der Zeit nicht zu erkennen. Doch diese Gefahr können wir überwinden, wenn wir wachsam und aufmerksam leben und unsere gewohnten Verhaltensmuster immer wieder reflektieren.

Dialogfragen für 29. Nov. bis 5. Dezember

29. Nov.

Was heißt es für mich, dir im Advent besonders achtsam und wachsam zu begegnen? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

30. Nov.

Was sind meine Sehnsüchte und Hoffnungen für ein liebevolles Miteinander im Advent? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

1. Dez.

Wodurch erlebte bzw. erlebe ich ein offenes und vertrauensvolles Miteinander? Wie fühle ich mich, wenn ich mir das bewusst mache?

2. Dez.

Wodurch habe ich dich in letzter Zeit enttäuscht? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

3. Dez.

Wenn „meine Welt“ zusammengebrochen ist, weil ich verletzt habe oder verletzt worden bin. Was hilft mir, diesen Zustand zuzulassen? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

4. Dez.

In Vers 28 heißt es „...denn eure Erlösung ist nahe“.

Durch welche Erfahrungen in der letzten Zeit habe ich an Heilung glauben können? - Wie fühle ich mich, wenn ich daran denke?

5. Dez.

Zeit füreinander haben und dabei Zeit für sich selbst zu finden, ist ein Spannungsfeld in unserer Beziehung.

Welche Gefühle leben in mir, wenn ich daran denke, im Advent verantwortlich mit meiner Zeit umzugehen? Wie fühle ich mich bei meiner Antwort?

2. Adventssonntag, 6. Dezember 2015: Wegbereiter füreinander sein

Ev: Lk 3,1-6

- 1 Es war im fünfzehnten Jahr der Regierung des Kaisers Tiberius; Pontius Pilatus war Statthalter von Judäa, Herodes Tetrarch von Galiläa, sein Bruder Philippus Tetrarch von Ituräa und Trachonitis, Lysanias Tetrarch von Abilene;
- 2 Hohepriester waren Hannas und Kajaphas. Da erging in der Wüste das Wort Gottes an Johannes, den Sohn des Zacharias.
- 3 Und er zog in die Gegend am Jordan und verkündigte dort überall Umkehr und Taufe zur Vergebung der Sünden.
- 4 (So erfüllte sich,) was im Buch der Reden des Propheten Jesaja steht: *Eine Stimme ruft in der Wüste: / Bereitet dem Herrn den Weg! / Ebnet ihm die Straßen!*
- 5 *Jede Schlucht soll aufgefüllt werden, / jeder Berg und Hügel sich senken. Was krumm ist, soll gerade werden, / was uneben ist, soll zum ebenen Weg werden.*
- 6 *Und alle Menschen werden das Heil sehen, das von Gott kommt.*

Umkehr und Taufe zur Vergebung der Sünden meint „mit mir selbst in Berührung kommen und dadurch heil werden“. Damit werden wir Weg-Bereiter füreinander.

Dialogfragen für 6. bis 12. Dezember

6. Dez.

Heute feiern wir das Fest des hl. Nikolaus. Er hat durch sein konkretes Handeln Licht in die Welt gebracht und somit die Liebe Gottes weitergegeben.

Wie möchte ich in nächster Zeit Licht für dich sein und mich für ein liebevolles Miteinander entscheiden? Wie fühle ich mich, wenn ich daran denke?

7. Dez.

Denken wir an die unterschiedlichen Bereiche unserer Beziehung (z.B. Geld, Gesundheit, Verwandtschaft, Beziehung zu den Kindern, Beruf, Sexualität etc.)

In welchem dieser Bereiche bin ich in letzter Zeit am stärksten mit mir selbst in Berührung gekommen und habe dadurch Heil erfahren? Wie fühle ich mich, wenn ich daran denke?

8. Dez. – Hochfest der ohne Erbsünde empfangenen Jungfrau und Gottesmutter Maria
Dieses Fest zeigt am Beispiel von Maria, dass **wir alle** von Beginn unserer Empfängnis an mit absoluter Liebe (von Gott) geschaffen und gewollt sind!

Wie fühle ich mich bei dem Gedanken, dass ich aus dieser absoluten Liebe geschaffen bin und wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

9. Dez.

Advent – Zeit der Erwartung. Was hilft mir, in einem gewissen Bereich geduldig zu sein, wenn du in einem anderen Tempo unterwegs bist? Wie fühle ich mich, wenn ich mir das bewusst mache?

10. Dez.

Wegbereiter zu sein für dich heißt für mich ...

Wie fühle ich mich, wenn ich mir das überlege und dir mitteile?

11. Dez.

Wie fühle ich mich, wenn ich mir bewusst mache, dass ich zu deinem Heil beitrage durch mein bedingungsloses Lieben?

12. Dez.

„Bereitet dem Herrn / der Liebe den Weg“

In welcher Situation der letzten Zeit hast du mir geholfen, den Weg der Liebe zu erkennen? Welche Gefühle leben da in mir?

3. Adventssonntag, 13. Dezember 2015: Der Liebe Raum geben

Ev: Lk 3, 10-18

- 10 In jener Zeit fragten die Leute Johannes den Täufer: Was sollen wir also tun?
- 11 Er antwortete ihnen: Wer zwei Gewänder hat, der gebe eines davon dem, der keines hat, und wer zu essen hat, der handle ebenso.
- 12 Es kamen auch Zöllner zu ihm, um sich taufen zu lassen, und fragten: Meister, was sollen wir tun?
- 13 Er sagte zu ihnen: Verlangt nicht mehr, als festgesetzt ist.
- 14 Auch Soldaten fragten ihn: Was sollen denn wir tun? Und er sagte zu ihnen: Misshandelt niemand, erpresst niemand, begnügt euch mit eurem Sold!
- 15 Das Volk war voll Erwartung und alle überlegten im Stillen, ob Johannes nicht vielleicht selbst der Messias sei.
- 16 Doch Johannes gab ihnen allen zur Antwort: Ich taufe euch nur mit Wasser. Es kommt aber einer, der stärker ist als ich, und ich bin es nicht wert, ihm die Schuhe aufzuschnüren. Er wird euch mit dem Heiligen Geist und mit Feuer taufen.
- 17 Schon hält er die Schaufel in der Hand, um die Spreu vom Weizen zu trennen und den Weizen in seine Scheune zu bringen; die Spreu aber wird er in nie erlöschendem Feuer verbrennen.
- 18 Mit diesen und vielen anderen Worten ermahnte er das Volk in seiner Predigt.

Die Zuhörer wollten konkrete Anleitungen für ihr Handeln. Johannes sagt uns, dass es nicht notwendig ist, aus dem normalen Alltag auszusteigen. Es gibt im Alltag genug Möglichkeiten, sich Gott (der Liebe) zuzuwenden. Das gilt auch für unsere Ehe und unsere Beziehungen.

Dialogfragen für 13. bis 19. Dezember

13. Dez.

Wenn ich auf diesen Tag schaue, wo habe ich aus unserer Liebeskraft gehandelt, sodass es mich glücklich gemacht hat? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

14. Dez.

Wofür bin ich heute in unserem Miteinander besonders dankbar? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

15. Dez.

Was behindert mich immer wieder, dir (Freunden, Bekannten etc.) liebevoll und zärtlich zu begegnen? Wie fühle ich mich, wenn ich mir das bewusst mache?

16. Dez.

Wie fühle ich mich, wenn du mir Vergebung für eine Fehlleistung oder eine dir zugefügte Verwundung schenkst? Beschreibe deine Gefühle möglichst ausführlich.

17. Dez.

Wie fühle ich mich, wenn ich dir Vergebung schenke? Beschreibe deine Gefühle möglichst ausführlich.

18. Dez.

Im Advent und zu Weihnachten pflegen wir viele Rituale. Wie fühle ich mich, wenn ich an unsere (meine) Art des Feierns (in der Familie) denke?

19. Dez.

Was gehört für mich zu einem gelungenen Weihnachtsfest? Wie fühle ich mich bei meinen Überlegungen?

4. Adventssonntag, 20. Dezember 2015: Von Freude erfüllt – segnende Begegnung

Ev: Lk 1, 39 – 45

- 39 In jenen Tagen machte sich Maria auf den Weg und eilte in eine Stadt im Bergland von Judäa.
- 40 Sie ging in das Haus des Zacharias und begrüßte Elisabet.
- 41 Als Elisabet den Gruß Marias hörte, hüpfte das Kind in ihrem Leib. Da wurde Elisabet vom Heiligen Geist erfüllt
- 42 und rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du mehr als alle anderen Frauen und gesegnet ist die Frucht deines Leibes.
- 43 Wer bin ich, dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt?
- 44 In dem Augenblick, als ich deinen Gruß hörte, hüpfte das Kind vor Freude in meinem Leib.
- 45 Selig ist die, die geglaubt hat, dass sich erfüllt, was der Herr ihr sagen ließ.

Das Begegnen, einander Begrüßen und Umarmen macht uns glücklich – wir spüren förmlich die „guten Schwingungen, den guten Geist“. Von dieser Freude erfüllt, geben wir diese Fülle als „Segen“ weiter – wir schenken Wertschätzung, Lob und Bestätigung – so werden wir füreinander zum Segen.

Erleben wir nicht auch immer wieder durch positives Zusagen ganz viel Freude, weil jemand an uns glaubt, uns etwas zutraut und ganz speziell in großer Be-GEIST-erung?

Dialogfragen für 20. bis 26. Dezember

20. Dez.

Wo in letzter Zeit habe ich Wertschätzung oder Bestätigung von dir erfahren? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

21. Dez.

Wodurch habe ich besondere Freude in unserem Miteinander erlebt? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

22. Dez.

Wie erlebe ich dein Umarmen oder deine körperliche Zuwendung? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das mitteile?

23. Dez.

Was ist in diesem Advent in mir (und in unserer Beziehung) für mich zum Segen geworden? Wie fühle ich mich, wenn ich dir das schreibe?

24. Dez.

Mit diesem Liebesbrief überbringe ich dir meine Weihnachtswünsche ! Wie fühle ich mich dabei?

25. Dez.

Was ist mein stärkstes Gefühl, wenn ich daran denke, dass Gott / Gottes Liebe in mir Mensch geworden ist?

26. Dez.

Welchen Stellenwert soll der Dialog nach dieser Dialogreise in unserem (meinem) Leben haben? Welche Gefühle spüre ich dabei?