

Advent – stade Zeit? – Auch heuer?
Wo doch schon so viel stade Zeit war.

Wirklich? - Für uns Frauen doch nicht.
Zwischen Homeschooling und Homeoffice, Kochen und Einkaufen blieb
doch wenig Zeit für uns.

Nutze also diesen Advent ohne die üblichen Weihnachtsfeiern
Für Dich,
nimm Dir täglich ein bisschen Zeit,
such Dir einen ruhigen Platz,
mit einer Tasse Tee oder Kaffee
zünde Dir eine Kerze an,
setz Dich entspannt hin
lass Deinen Atem und Deine Gedanken kommen und gehen,
genieße die Stille.

Advent – stade Zeit

Gott, Jesus,
Kind, das auf die Welt gekommen ist,
du Freund des Lebens,
ich bin jetzt da, hier vor dir,
aufrecht und entspannt.
Meine Gedanken kommen und gehen.
In diesem Augenblick lasse ich all meine
Pläne, Sorgen, Befürchtungen und Ängste
los.

Ich lege sie vor dich hin.
Ich lege sie in deine Hände.
Gott, ich warte dir entgegen.
Du kommst auf mich zu.
Du bist in mir und erfüllst mich mit deinem
Geist.

Du bist der Grund meines Seins.
Öffne mich für deine Gegenwart,
damit ich immer tiefer erfahre und ergreife,
wer du bist,
wer du für mich bist.
Amen.

