

4. Adventssonntag – Jahr A

Impulse zum Lukasevangelium 1,39-45

Jesus wird geboren werden von Maria, die verlobt ist mit Josef, dem Sohn Davids

"Mit der Geburt Jesu Christi war es so: Maria, seine Mutter, war mit Josef verlobt; noch bevor sie zusammengekommen waren, zeigte sich, dass sie ein Kind erwartete - durch das Wirken des Heiligen Geistes. 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, erschien ihm ein Engel des Herrn im Traum und sagte: *Josef, Sohn Davids, 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.* Dies alles ist geschehen, damit sich erfüllte, was der Herr durch den Propheten gesagt hat: *Seht, die Jungfrau wird ein Kind empfangen, einen Sohn wird sie gebären, und man wird ihm den Namen Immanuel geben, das heißt übersetzt: Gott ist mit uns.* Als Josef erwachte, tat er, was der Engel des Herrn ihm befohlen hatte, und nahm seine Frau zu sich."

Lass dich vom unfassbar großen Gott leiten!

(nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um Befreiung von Ängsten und Widerständen, die dich auf den Empfang des Willens Gottes verschließen.

- Gott tritt in das Leben Mariens und Josefs auf eine Art und Weise ein, wie es für Menschen schwer verständlich ist (v. 18). Sein Wirken wirft in ihnen viele Fragen auf und bringt innere Unsicherheit hervor. Ich versuche mich an persönliche Situationen zu erinnern und sie noch einmal zu durchleben, wo ich gelitten und mich aufgelehnt habe, weil ich den Willen Gottes in meinem Leben nicht verstehen konnte.
- „Fürchte dich nicht!“ (v. 20). Die Hingabe an den nicht zu verstehenden Plan Gottes bringt im Herzen von Josef eine natürliche Angst und geistige Dunkelheit hervor. Doch er sucht aufrichtig nach dem Willen Gottes und erfährt Stärkung auf dem Weg seiner Berufung.
- Noch einmal könnte ich die Augenblicke meiner Lebensgeschichte durchleben, in der Gott mir die Gnade des Trostes und der Linderung des Leids und der Angst geschenkt hat. Aus tiefem Herzen danke ich Ihm für das Licht, das der Engel gebracht hat und für den Trost.
- Ich versuche mich in die Situation und das hineinzufühlen, was Josef erlebt hat, als er bemerkt hatte, dass Maria schwanger ist. Ich bewundere seinen ungewöhnlichen Adel und Feingefühligkeit (v. 19). Er überlegt sich, wie er Maria helfen kann.
- Wie sieht meine erste Reaktion in Situationen aus, wenn ich mich benachteiligt fühle oder eine Enttäuschung erlebe? Verurteile ich dann nicht schnell jemanden? Handle ich nicht unter dem Einfluss von Emotionen?
- Ich bewundere die Haltung von Josef seinem Gehorsam und sein ehrliches Suchen nach dem Willen Gottes (v. 24). Er ist ganz auf die Erfüllung des Willens Gottes ausgerichtet. Kann ich behaupten, dass ich in meinem Leben vor allem nach der Erfüllung der Pläne Gottes trachte?
- Ich trete in einen innigen Dialog mit Maria und Josef ein. Ich bitte sie sehr, dass sie mir helfen mögen, den Willen Gottes anzunehmen, besonders dann, wenn er für mich unverständlich ist. Ich wiederhole im Herzen das Stoßgebet: „*Mein Gott, auch wenn ich Dich nicht zu fassen vermag, liebe ich dich trotzdem über alles!*“

Advent – 19. Dezember **Impulse zum Lukasevangelium 1,5-25**

Der Engel sagte zu Zacharias: Deine Frau wird dir einen Sohn gebären

"Zur Zeit des Herodes, des Königs von Judäa, lebte ein Priester namens Zacharias, der zur Priesterklasse Abija gehörte. Seine Frau stammte aus dem Geschlecht Aarons; sie hieß Elisabet. Beide lebten so, wie es in den Augen Gottes recht ist, und hielten sich in allem streng an die Gebote und Vorschriften des Herrn. Sie hatten keine Kinder, denn Elisabet war unfruchtbar, und beide waren schon in vorgerücktem Alter. Eines Tages, als seine Priesterklasse wieder an der Reihe war und er beim Gottesdienst mitzuwirken hatte, wurde, wie nach der Priesterordnung üblich, das Los geworfen, und Zacharias fiel die Aufgabe zu, im Tempel des Herrn das Rauchopfer darzubringen. Während er nun zur festgelegten Zeit das Opfer darbrachte, stand das ganze Volk draußen und betete. Da erschien dem Zacharias ein Engel des Herrn; er stand auf der rechten Seite des Rauchopferaltars. Als Zacharias ihn sah, erschrak er, und es befiel ihn Furcht. Der Engel aber sagte zu ihm: *Fürchte dich nicht, Zacharias! Dein Gebet ist erhört worden. Deine Frau Elisabet wird dir einen Sohn gebären; dem sollst du den Namen Johannes geben. Große Freude wird dich erfüllen, und auch viele andere werden sich über seine Geburt freuen. Denn er wird groß sein vor dem Herrn. Wein und andere berauschende Getränke wird er nicht trinken, und schon im Mutterleib wird er vom Heiligen Geist erfüllt sein. Viele Israeliten wird er zum Herrn, ihrem Gott, bekehren. Er wird mit dem Geist und mit der Kraft des Elija dem Herrn vorangehen, um das Herz der Väter wieder den Kindern zuzuwenden und die Ungehorsamen zur Gerechtigkeit zu führen und so das Volk für den Herrn bereit zu machen.* Zacharias sagte zu dem Engel: *Woran soll ich erkennen, dass das wahr ist? Ich bin ein alter Mann, und auch meine Frau ist in vorgerücktem Alter.* Der Engel erwiderte ihm: *Ich bin Gabriel, der vor Gott steht, und ich bin gesandt worden, um mit dir zu reden und dir diese frohe Botschaft zu bringen. Aber weil du meinen Worten nicht geglaubt hast, die in Erfüllung gehen, wenn die Zeit dafür da ist, sollst du stumm sein und nicht mehr reden können, bis zu dem Tag, an dem all das eintrifft.* Inzwischen wartete das Volk auf Zacharias und wunderte sich, dass er so lange im Tempel blieb. Als er dann herauskam, konnte er nicht mit ihnen sprechen. Da merkten sie, dass er im Tempel eine Erscheinung gehabt hatte. Er gab ihnen nur Zeichen mit der Hand und blieb stumm. Als die Tage seines Dienstes (im Tempel) zu Ende waren, kehrte er nach Hause zurück. Bald darauf empfing seine Frau Elisabet einen Sohn und lebte fünf Monate lang zurückgezogen. Sie sagte: *Der Herr hat mir geholfen; er hat in diesen Tagen gnädig auf mich geschaut und mich von der Schande befreit, mit der ich in den Augen der Menschen beladen war.*"

Denke an das große Wirken Gottes! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um die Fähigkeit, Gottes Werke in meinem Leben zu erkennen.

- Das Wort Gottes ist wie ein Spiegel, in dem ich mein wirkliches Gesicht und den Zustand meines Herzens erkennen kann, denn vor Ihm bleibt kein Ding verborgen. Ich beginne mit der innigen Bitte, dass ich dem Wort erlauben kann, die Wahrheit über mich selbst zu enthüllen.
- Die Erzählung von Zacharias und Elisabeth ist für mich Licht, um den Zustand meines Leben und meiner Berufung tiefer erkennen zu können: *„Beide lebten so, wie es in den Augen Gottes recht ist, und hielten sich in allem streng an die Gebote und Vorschriften des Herrn.“* (v. 6). Was kann ich Gott über meine Gerechtigkeit und Unschuld sagen?
- *„Sie hatten keine Kinder, denn Elisabet war unfruchtbar“* (v. 7). Im Leben des Menschen, auch des Rechtschaffenen und Guten, mangelt es nicht an schmerzvollen Erfahrungen. Gott lässt sie zu. Stimme ich dieser Wahrheit zu?

- Mit Aufmerksamkeit lese ich den Verlauf der Ereignisse, die Zacharias im Tempel erlebt hat (v. 8-20). Gott tritt in das Leben des Zacharias ein, zu einem unerwarteten Zeitpunkt und in einer überraschenden Weise. Alles, was er mit Elisabet erlebt hat, hatte einen tiefen Sinn und war nach den Plänen Gottes.
- Zacharias hat seine Stimme während der Erscheinung im Tempel verloren (v. 20-22). Ich erinnere mich an Situationen, wo es mir in meinem Leben, dem wunderbaren Wirken Gottes gegenüber, die Stimme verschlagen hat, was mir schließlich geholfen hat den Sinn früherer Erfahrungen zu verstehen.
- Für Gott ist alles möglich: Ein Frau im vorgerückten Alter, entsprechend Seiner Verheißung, hat ein Kind empfangen. Glaube ich daran, dass Gott immer Seine Versprechen erfüllt? Welche Verheißung hat er mit meinem Leben und meiner Berufung verbunden? Vertraue ich darauf, dass Er sie erfüllt?
- *„Der Herr hat mir geholfen!“* (v. 25) – Diese Worte werde ich im Laufe des Tages wiederholen, während ich mich an die Wohltaten erinnere, die Gott in meinem Leben bewirkt hat.

Advent – 20. Dezember **Impulse zum Lukasevangelium 1,26-38**

Du hast bei Gott Gnade gefunden, Maria: Du wirst ein Kind empfangen, einen Sohn wirst du gebären

"Im sechsten Monat wurde der Engel Gabriel von Gott in eine Stadt in Galiläa namens Nazaret zu einer Jungfrau gesandt. Sie war mit einem Mann namens Josef verlobt, der aus dem Haus David stammte. 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. Du wirst ein Kind empfangen, einen Sohn wirst du gebären: dem sollst du den Namen Jesus geben. Er wird groß sein und Sohn des Höchsten genannt werden. Gott, der Herr, wird ihm den Thron seines Vaters David geben. Er wird über das Haus Jakob in Ewigkeit herrschen, und seine Herrschaft wird kein Ende haben.* Maria sagte zu dem Engel: *Wie soll das geschehen, da ich keinen Mann erkenne?* Der Engel antwortete ihr: *Der Heilige Geist wird über dich kommen, und die Kraft des Höchsten wird dich überschatten. Deshalb wird auch das Kind heilig und Sohn Gottes genannt werden. Auch Elisabet, deine Verwandte, hat noch in ihrem Alter einen Sohn empfangen; obwohl sie als unfruchtbar galt, ist sie jetzt schon im sechsten Monat. Denn für Gott ist nichts unmöglich.* Da sagte Maria: *Ich bin die Magd des Herrn; mir geschehe, wie du es gesagt hast.* Danach verließ sie der Engel."

Suche ehrlich nach Gott und Seinem Willen! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um völliges Vertrauen zu Gott und Seinem Willen.

- Ich stelle mir Maria vor, eine einfache, junge Frau, die in dem kaum bekannten Städtchen Nazareth wohnt (v. 26). Ich schaue auf ihre täglichen, gewöhnlichen Arbeiten, die sie verrichtet. Sie gehört zu den armen Menschen, die die herannahende Verkündigung nicht erahnt.
- Die Geburt Gottes ist schon nahe. Ich mache mir bewusst, dass sich Gott jedem Menschen voll Liebe nähert. Oft geschieht es auf gewöhnliche Art und Weise. „Für Gott ist nichts unmöglich!“ (v. 37). Mein grauer Alltag kann zum Ort tiefer Begegnungen mit Gott werden. Glaube ich daran?
- Maria hört und bemerkt in ihrem grauen Alltag, dass „der Herr mit ihr ist“ (vgl. v. 28). Ich überlege, wie ich mich in den verschiedenen Situationen des Alltags verhalte. Denke ich jeden Tag daran, dass der Herr mit mir ist? Finde ich Zeit für mich selbst, um in Stille Sein Wort zu lesen und zu betrachten? Hat Sein Wort einen Einfluss darauf, wie ich meinen Alltag durchlebe?
- Der Engel sagt zu ihr: „Du Begnadete!“ (v. 28). Gott sieht die innere Schönheit eines Menschen, auch wenn er anderen unbemerkt und gewöhnlich erscheint. Welche Erfahrung wird in mir wach, wenn ich mir bewusst mache, dass Gott mich durch und durch kennt? Lebe ich in der Gnade? Kümmere ich mich um meine innere Schönheit? Oder geht es mir nur um den äußeren Schein?
- Maria ist überrascht und es befällt sie Furcht, als Gott ihr Seine Pläne offenbart. Sie betrachtet das Wort Gottes im Herzen (v. 29-33). Wie jeder Mensch fürchtet sie sich und spürt Widerstand dabei, den Willen Gottes anzunehmen. Denn es durchkreuzt völlig ihre menschlichen Lebenspläne. Sie entzieht sich jedoch nicht den Absichten Gottes. Sie fragt Gott und sucht aufrichtig nach Seinem Willen (v. 34.38). Was kann ich über meine ehrliche Suche nach dem Willen Gottes sagen? Könnte ich jede Seiner Absichten mir gegenüber akzeptieren? Vor was fürchte ich mich am meisten? Ich sage es Gott.
- Im herzlichen Gespräch mit Maria lade ich sie in meinen Alltag ein, damit sie mir helfen möge, darin Gott zu finden und ehrlich nach Seinem Willen zu suchen.

Advent – 21. Dezember **Impulse zum Lukasevangelium 1,39-45**

Wer bin ich, dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt?

"Nach einigen 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. 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 mehr als alle anderen Frauen, und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. Wer bin ich, dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt? In dem Augenblick, als ich deinen Gruß hörte, hüpfte das Kind vor Freude in meinem Leib. Selig ist die, die geglaubt hat, dass sich erfüllt, was der Herr ihr sagen ließ.*"

Warte mit Sehnsucht auf Jesus!

(nach P. Wons)

Um was bitte ich? – **Um ein Herz voller Sehnsucht nach dem kommenden Jesus.**

- Maria eilt zu Elisabet (v. 39). Ich schaue auf die Freude Mariens, die Jesus unter ihrem Herzen trägt. Der Weg war lang und ermüdend, besonders für eine schwangere Frau. Ich erwecke in mir das Verlangen sie auf ihrem Weg zu Elisabet zu begleiten.
- Welche Gefühle werden in mir auf dem gemeinsamen Weg mit Maria wach? Über was möchte ich mich mit ihr unterhalten? Was kann ich über meine persönliche Liebe zur Muttergottes sagen?
- Ich bitte sie, während ich mit ihr auf dem Weg bin, dass sie mir die Erfahrung einer tiefen Beziehung mit Jesus erbitten möge, so, wie sie es selbst erlebt hat.
- Ich betrachte die Freude, die Maria und Elisabet hatten, als sie sich begegnet sind (v. 41-44). Ich bitte um das tiefe Mitfühlen der Sehnsucht Marias und Elisabet, die auf die Erfüllung der Verheißungen des Herrn warten.
- Ich versuche mit Maria und Elisabet über die bevorstehende Geburt Jesu zu sprechen. Verspüre ich Sehnsucht nach Gott? Oder schwächen meine täglichen Pflichten nicht mein geistiges Verlangen und meine Sehnsucht nach Gott ab?
- Ich bitte den Heiligen Geist, dass er mich mit Liebe erfüllen möge, so wie Maria und Elisabet, und dass er mir erlauben möge, gemeinsam mit ihnen die Nähe der Geburt Jesu zu erleben.
- Elisabet nennt Maria „gebenedeit“, denn sie glaubte an Gott und an Seine Verheißungen (v. 45). Bin ich innerlich davon überzeugt, dass, so oft mich Gott wie Maria anvertraue, ich Seinen Segen erfahren werde?
- Im innigen Gebet bitte ich Maria, dass sie mir helfen möge, unter den täglichen Aufgaben Gottes Angebot zu erkennen und mit Vertrauen darauf zu antworten.

Advent – 22. Dezember **Impulse zum Lukasevangelium 1,46-56**

Der Mächtige hat Großes an mir getan

"Maria sagte: *Meine Seele preist die Größe des Herrn, und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter. Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut. Siehe, von nun an preisen mich selig alle Geschlechter. Denn der Mächtige hat Großes an mir getan, und sein Name ist heilig. Er erbarmt sich von Geschlecht zu Geschlecht über alle, die ihn fürchten. 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. Die Hungernden beschenkt er mit seinen Gaben und lässt die Reichen leer ausgehen. Er nimmt sich seines Knechtes Israel an und denkt an sein Erbarmen, das er unsern Vätern verheißt hat, Abraham und seinen Nachkommen auf ewig.* Und Maria blieb etwa drei Monate bei ihr; dann kehrte sie nach Hause zurück."

Teile deine Freude mit Maria, die auf Jesus wartet!

(nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um menschliche Empfindsamkeit und Einfachheit bei der Begegnung mit dem Nächsten.

- Ich schaue auf Maria, die im Haus von Elisabeth, unter den alltäglichen Diensten, die tiefe Freude über die Gegenwart Jesu erfährt, den sie unter ihrem Herzen trägt. Ich bitte Maria, dass sie mir gestatten möge, an ihren geistigen Erlebnissen teilzunehmen.
- Ich bemerke auf dem Gesicht von Elisabeth die Freude, die sie mit Maria teilt (v. 40-45). Zwei Frauen, die mit Demut die Nähe Gottes erleben, der mit Macht in ihrem Leben wirkt. Ich bitte Maria und Elisabeth, dass sie meiner Familie und Gemeinschaft die Gnade des Friedens und der Liebe erbitten mögen, besonders für die Zeit der nahenden Festtage.
- Wie sehen meine Beziehungen mit den Nächsten aus, sowie in der Familie und Gemeinschaft? Gelingt es mir, allen Menschen, ohne Ausnahme, entgegen zu kommen? Gibt es solche Personen, die ich meide und aus verschiedensten Gründen nicht zu bedienen vermag? Um wen handelt es sich? Im herzlichen Gebet bitte ich Maria, dass sie mich ihnen näher bringen möge.
- Ich schaue auf Maria, die voller Dankbarkeit vor Gott ihre Freude zum Ausdruck bringt. Sie preist Ihn für Seine Güte und Barmherzigkeit. In Ihm entdeckt sie ihre Würde und ihren Wert. Sie freut sich an ihrer Berufung.
- Mit Aufmerksamkeit entdecke ich in den weiteren Versen des Magnifikats die geistige Schönheit Mariens (v. 46-55). Welche Eigenschaften der Muttergottes berühren mich besonders? Ich schaue auf sie und sättige mein Herz an der Schönheit ihres Inneren.
- Was kann ich über mein persönliches Gebet sagen? Die Qualität des Gebets ist ein Abbild der Qualität meines Inneren. Welche Worte aus dem Gebet Mariens könnte ich als die meinen wiederholen, und welche scheinen mir noch fremd und weit weg von mir?
- Im herzlichen Gespräch mit Maria bitte ich Sie, dass sie mir die Liebe zum demütigen Dienst und zum tiefen inneren Gebet vermitteln möge. Um dasselbe bete ich für meine Nächsten. Ich beende mein Gebet mit dem Magnifikat.

Advent – 23. Dezember
Impulse zum Lukasevangelium 1,57-66
Die Geburt Johannes des Täufers

"Für Elisabet kam die Zeit der Niederkunft, und sie brachte einen Sohn zur Welt. Ihre Nachbarn und Verwandten hörten, welch großes Erbarmen der Herr ihr erwiesen hatte, und freuten sich mit ihr. Am achten Tag kamen sie zur Beschneidung des Kindes und wollten ihm den Namen seines Vaters Zacharias geben. Seine Mutter aber widersprach ihnen und sagte: *Nein, er soll Johannes heißen.* Sie antworteten ihr: *Es gibt doch niemand in deiner Verwandtschaft, der so heißt.* Da fragten sie seinen Vater durch Zeichen, welchen Namen das Kind haben solle. Er verlangte ein Schreiftäfelchen und schrieb zum Erstaunen aller darauf: *Sein Name ist Johannes.* Im gleichen Augenblick konnte er Mund und Zunge wieder gebrauchen, und er redete und pries Gott. Und alle, die in jener Gegend wohnten, erschrakten, und man sprach von all diesen Dingen im ganzen Bergland von Judäa. Alle, die davon hörten, machten sich Gedanken darüber und sagten: *Was wird wohl aus diesem Kind werden?* Denn es war deutlich, dass die Hand des Herrn mit ihm war."

Freue dich an deinem Leben! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um ein tiefes Erleben der Wahrheit, dass Gott mich bereits vor meiner Empfängnis geliebt hat.

- Ich trete ins Haus von Elisabet und Zacharias ein, um mich zusammen mit ihnen an der Geburt von Johannes zu freuen (v. 57). Ich staune über diesen ungewöhnlichen Anblick: eine Frau, in vorgerücktem Alter, wiegt in ihren Armen ihren Säugling.
- Leben in mir gewisse Unsicherheiten, Ängste und Fragen, die bewirken, dass ich mit Unruhe auf meine Zukunft schaue? Ich wiederhole mit Glauben: „Für Gott ist nichts unmöglich!“
- Ich bemerke das Staunen der Nachbarn und Verwandten (v. 58). Die wundersame Geburt von Johannes erinnert mich daran, dass jedes Leben ein Wunder Gottes ist, ja einen Akt Seiner Barmherzigkeit darstellt. Gelingt es mir, über mein Leben zu staunen und dafür zu danken?
- Die Geschichte von Johannes sagt mir, dass jedes menschliche Leben einen Namen trägt, den Gott noch vor der Empfängnis dieses Menschen in Seinem Herzen trägt. Bevor meine Mama mich unter ihrem Herzen getragen hat, hat Gott mich als Erster in Seinem Herzen getragen.
- Ich bewundere die Haltung von Elisabeth und Zacharias, die, frei von menschlichen Meinungen, treu am Willen Gottes festhalten (v. 59-63). Zacharias erfährt schnell die Früchte dieser Treue. Zusammen mit ihm will ich Gott preisen.
- „Die Hand des Herrn war mit ihm“ (v. 66). Das Leben des Johannes erinnert mich daran, dass Gott sich in die Geschichte des Menschen einbringt. Ich schaue auf meine Lebensgeschichte. Ich bitte Gott, dass er mir helfen möge, Sein Wirken in meinem Leben zu entdecken.
- Was kann ich über meine geistige Entfaltung sagen? Was stärkt mich und was schwächt mich geistig gesehen? Ich bitte Johannes, dass er heute mit mir mit den Worten beten möge: „Starker Gott, stärke meinen Geist!“

Advent – 24. Dezember **Impulse zum Lukasevangelium 1,67-79**

Das aufstrahlende Licht aus der Höhe wird uns besuchen

"Zacharias wurde vom Heiligen Geist erfüllt und begann prophetisch zu reden: *Gepriesen sei der Herr, der Gott Israels! Denn er hat sein Volk besucht und ihm Erlösung geschaffen; er hat uns einen starken Retter erweckt im Hause seines Knechtes David. So hat er verheißen von alters her durch den Mund seiner heiligen Propheten. Er hat uns errettet vor unseren Feinden und aus der Hand aller, die uns hassen; er hat das Erbarmen mit den Vätern an uns vollendet und an seinen heiligen Bund gedacht, an den Eid, den er unserm Vater Abraham geschworen hat; er hat uns geschenkt, dass wir, aus Feindeshand befreit, ihm furchtlos dienen in Heiligkeit und Gerechtigkeit vor seinem Angesicht all unsre Tage. Und du, Kind, wirst Prophet des Höchsten heißen; denn du wirst dem Herrn vorangehen und ihm den Weg bereiten. Du wirst sein Volk mit der Erfahrung des Heils beschenken in der Vergebung der Sünden. Durch die barmherzige Liebe unseres Gottes wird uns besuchen das aufstrahlende Licht aus der Höhe, um allen zu leuchten, die in Finsternis sitzen und im Schatten des Todes, und unsre Schritte zu lenken auf den Weg des Friedens."*

Erwarte das Kommen der aufgehenden Sonne! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um die tiefe Überzeugung, dass Jesus mich retten kann.

- Am Vorabend von Christi Geburt erhalte ich ein Wort, welches mich zum gemeinsamen Gebet mit dem erleuchteten Zacharias einlädt. Innig rufe ich zum Heiligen Geist, dass er mich auf ähnliche Weise erfüllen möge wie ihn (v. 67) und mir gestatten möge, die Kraft des Wortes zu erfahren.
- Gott will mich besuchen, um mich zu befreien (v. 68). An welchen Orten meines Lebens erwarte ich Ihn am meisten? Ich denke an meine Verknechtungen, ungeordneten Wünsche, Beziehungen. Erlaube ich Ihm, in meinem „Stall“ auf die Welt zu kommen?
- Ich erhalte das Wort der Verheißung, dass Gott eine erlösende Macht in meinem Haus, in meiner Familie und Gemeinschaft bewirken kann (v. 69). Ich lade Jesus in mein Haus ein. Schon jetzt, bevor ich mich an den Vigiltisch setze, bitte ich Ihn um Sein Kommen.
- Gott verspricht mir, dass er kommt, um mich von meinen Feinden und von der Angst zu befreien (v. 70-75). Ich schaue auf meine Lebensgeschichte, um darin das Wirken Gottes zu erkennen. Für was will ich Ihm besonders danken? Ich vertraue Ihm meine Zukunft an, besonders das, vor dem ich mich fürchte.
- Zacharias bekennt mit Glauben, dass Gott sich seines Kindes bedienen will, um die Welt auf die Begegnung mit dem Erlöser vorzubereiten (v. 76-77). Der Erlöser kommt zu mir, auch durch meine Nächsten. Es ist ähnlich wie mit der unbedeutenden Stadt Bethlehem, wo Jesus auf die Welt gekommen ist; es kann also durch diese geschehen, die ich für die Schwächsten erachte.
- Ich betrachte die „barmherzige Liebe des VATERS“, die mir Jesus sendet, der „die aufgehende Sonne“ ist (v. 78). Er will in meiner Finsternis aufstrahlen, mich aus dem „Schatten des Todes“ herausführen und mir den Herzensfrieden wieder schenken (v. 79). Glaube ich daran, dass er das gerade für mich, und zwar heute, vollbringt?
- Ich bewahre im Herzen das Wort, das in mir die Sehnsucht nach dem Erlöser am meisten entfacht. Ich setze mich an den Vigiltisch und bewahre es im Herzen. Ich wiederhole: „Komm, Du aufgehende Sonne!“

Weihnachten – 25. Dezember **Impulse zum Weihnachtsevangelium 2,1-14**

"In jenen Tagen erließ Kaiser Augustus den Befehl, alle Bewohner des Reiches in Steuerlisten einzutragen. Dies geschah zum ersten Mal; damals war Quirinius Statthalter von Syrien. Da ging jeder in seine Stadt, um sich eintragen zu lassen. So zog auch Josef von der Stadt Nazaret in Galiläa hinauf nach Judäa in die Stadt Davids, die Betlehem heißt; denn er war aus dem Haus und Geschlecht Davids. Er wollte sich eintragen lassen mit Maria, seiner Verlobten, die ein Kind erwartete. Als sie dort waren, kam für Maria die Zeit ihrer Niederkunft, und sie gebar ihren Sohn, den Erstgeborenen. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe, weil in der Herberge kein Platz für sie war. In jener Gegend lagerten Hirten auf freiem Feld und hielten Nachtwache bei ihrer Herde. Da trat der Engel des Herrn zu ihnen, und der Glanz des Herrn umstrahlte sie. Sie fürchteten sich sehr, der Engel aber sagte zu ihnen: *Fürchtet euch nicht, denn ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteil werden soll: Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist der Messias, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das, in Windeln gewickelt, in einer Krippe liegt.* Und plötzlich war bei dem Engel ein großes himmlisches Heer, das Gott lobte und sprach: *Verherrlicht ist Gott in der Höhe, und auf Erden ist Friede bei den Menschen seiner Gnade.*"

Nimm den Heiland an und liebe Ihn! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – **Um ein tiefes Erleben der Geburt Jesu in meinem Leben.**

- Ich schlage meiner Familie bzw. Gemeinschaft vor, den Text vom Weihnachtsevangelium am Weihnachtstisch (vielleicht am Heiligen Abend) vorzulesen. Danach suche ich mir eine stille Zeit, um über das beschriebene Ereignis nachzudenken.
- Ich rufe zum Heiligen Geist, dass er mir helfen möge, in das Ereignis der Heiligen Nacht in Bethlehem einzudringen, an ihm teilzunehmen und voll Liebe in der Nähe von Maria, Josef und dem Kind zu verbringen.
- Ich schließe mich Maria und Josef an, die nach Bethlehem wandern (v. 1-5). Maria trägt das Kind unter ihrem Herzen. Es sind nur mehr wenige Tage bis zur Geburtsstunde. Unter schwierigen Verhältnissen muss sie mit Josef ca. 150 km gehen. Ich bemerke ihre Erschöpfung, aber auch ihre Ruhe und ihr Vertrauen.
- Josef bemüht sich einen würdigen Platz für Maria zu finden, die sich kurz vor der Geburt befindet. Die Herbergen sind überfüllt (v. 7). Sobald er auch nur irgendwo anklopft, erhält er eine Absage. Die Türen verschließen sich vor ihnen. Ich begleite sie in ihrem Leid.
- Ich mache mir bewusst, dass, wenn ich ähnliche Augenblicke durchlebe, sich in meinem Leben das Geheimnis der Geburt Gottes wiederholt. Maria ist bereit für mich Jesus überall dort auf die Welt zu bringen, wo ich auf Ablehnung stoße.
- Ich bitte um eine tiefe Erfahrung und Annahme der Geburt Jesu (v. 6-7). Ich trete mit Maria und Josef in den Stall ein. Es ist kalt, es stinkt. Unter unmenschlichen Verhältnissen zeigt sich die unendliche Liebe Gottes.
- Ich betrachte zuerst den Glauben und die Liebe Mariens, dann die Stille und Besorgtheit von Josef. Es herrscht eine Atmosphäre ungewöhnlicher Güte. Zusammen mit den Hirten verweile ich in ihr, bis ich mich gesättigt habe. Ich nehme das Jesuskind in meine Arme, drücke es an mich und wiederhole: *„Jesus, ich liebe Dich! Du bist mein Heil!“*

Weihnachtszeit – 26. Dezember **Impulse zum Matthäusevangelium 10,17-22**

Jesus sagte: *"Nehmt euch aber vor den Menschen in acht! Denn sie werden euch vor die Gerichte bringen und in ihren Synagogen auspeitschen. Ihr werdet um meinetwillen vor Statthalter und Könige geführt, damit ihr vor ihnen und den Heiden Zeugnis ablegt. Wenn man euch vor Gericht stellt, 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. Brüder werden einander dem Tod ausliefern und Väter ihre Kinder, und die Kinder werden sich gegen ihre Eltern auflehnen und sie in den Tod schicken. Und ihr werdet um meines Namens willen von allen gehasst werden; wer aber bis zum Ende standhaft bleibt, der wird gerettet."*

Ertrage die Widrigkeiten für Jesus! (nach P. Wons)

*Um was bitte ich? – **Um Mut und Ausdauer in den Leiden, die ich für Jesus ertrage.***

- Ich befinde mich unter den Jüngern, die mit Ergriffenheit Jesus zuhören. Ich bemerke ihre gesammelten Gesichter und wie sie auf Seine Augen schauen. Der Meister bereitet sie auf schwere Prüfungen bzgl. ihrer Berufung und Mission vor.
- Jesus macht mir bewusst, dass, wenn ich für Ihn lebe, ich mit Unverständnis und Leiden sogar von nahe stehenden Personen zu rechnen habe (v. 17-18). Welche Reaktion rufen die Worte Jesu in meinem Herzen und Denken hervor? Bin ich bereit, um Seinetwillen, zu leiden?
- Ich schaue auf Jesus, um bei Ihm Kraft und Mut für die Augenblicke der Prüfungen zu schöpfen: Ich stelle mir vor, wie er mich mit seinem warmen Blick anschaut und sagt: *„Mach dir keine Sorgen!“* (v. 19). Ich schmiege mich an Sein Herz und vertraue mich und meine Ängste Ihm an.
- Jesus verspricht, dass der Geist des VATERS mich stützen wird (v. 20). Er selbst wird dann durch mich reden. Ich verwandle meine Betrachtung in ein inniges Gebet zum VATER, dass er mir täglich Seinen Geist senden möge, besonders dann, wenn mich Furcht und die Versuchung zum Aufgeben erfasst.
- Hass und Ablehnung können mich sogar von nahe stehenden Personen entfernen (v. 21-22). Was bewirken diese Worte Jesu in meinem Leben? Ich bete innig für diese, die mich wegen meiner religiösen Überzeugungen ablehnen. Ich danke Jesus für die Nächsten, die mich im Glauben unterstützen.
- *„Wer aber bis zum Ende standhaft bleibt, der wird gerettet“* (v. 22). Was kann ich über meine Treue meiner Berufung gegenüber sagen? Zeichnet mich die Treue in der Überwindung von Schwierigkeiten aus? Was siegt meistens in meinem Leben: Konsequenz und Festigkeit oder Entmutigung und Resignation?
- Ich vernehme noch einmal den Trost und das Versprechen Jesu: *„Macht euch keine Sorgen! ... Der Geist eures VATERS wird durch euch reden“*. Ich schreibe diese Worte in mein geistiges Notizheft, um in Augenblicken der Krise zu ihnen zurückzukehren. Ich bewahre das unablässige Gebet im Herzen: *„Jesus, ich vertraue auf Dich!“*