

Lied

Fürbitten

nach jeder Fürbitte eine Stille von ca. 7 Sekunden oder als Antwort „Sei ihr Licht“

- 1 Wir beten um Licht für alle Völker, die durch Terror, Gewalt, Krieg und Hunger in Finsternis leben.
- 2 Wir beten um Licht für alle Machthaber dieser Welt, die über Krieg oder Frieden entscheiden.
- 1 Wir beten um Licht für alle, die sich im öffentlichen Leben für eine bessere Zukunft einsetzen.
- 2 Wir beten um Licht für alle, die unter Krankheiten und Niedergeschlagenheit leiden.
- 1 Wir beten um Licht für alle, die anderen beratend und tröstend zur Seite stehen.
- 2 Wir beten um Licht für alle, die Gedanken der Vergeltung im Herzen tragen.
- 1 Wir beten um Licht für alle, die in den vielen Lichtern Gott verloren haben.
- 2 Wir beten um Licht für alle, die in diesem Advent mit einem kleinen Schritt neu beginnen wollen.
- 1 Wir beten um Licht für alle, die wir besonders lieben.
- 2 Wir beten um Licht für alle, die schon auf dem Weg durch Tod zum Licht sind.

Bitte um den Segen

- 1 Der Herr komme als helles Licht in die Dunkelheit unserer Tage.
Der Herr schenke uns Zuversicht und Frieden.
Der Herr sei unser Licht in jeder Frage.
So segne uns jetzt und an jedem Tag in diesem Advent
der treue, barmherzige und immer mit uns gehende Gott,
A der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Lied



Adventliche Gebetszeit

2017

Licht ins Dunkel:
Gott ist nah



Material

- 1 größere Kerze, 6 kleinere Kerzen oder Lichter
- Marienbild
- Besinnliche Musik
- Gotteslob und/oder andere Lieder
Zum Beispiel:
Mache dich auf und werde Licht ... GL 219
Wir sagen euch an den lieben Advent ... GL 223
O Herr, wenn du kommst ... GL 233
Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht ... GL 450
In der Mitte der Nacht liegt der Anfang eines neuen Tags ...

Hinweise

- Lieder nach den Möglichkeiten der Teilnehmerinnen auswählen. Diözesane Gotteslob-Anhänge und Adventsliederbücher nutzen.
- Pausen zur stillen Besinnung möglichst so lange einhalten, dass die Teilnehmerinnen auch wirklich zur Ruhe kommen können, um die Denkanstöße auszuwerten.
- In der vorliegenden adventlichen Gebetszeit sind einige Texte des Adventsbegleiters 2017 – „Licht ins Dunkel: Gott ist nah“ eingesetzt. Er enthält spirituelle Impulse für die einzelnen Wochen und Tage des Advents.
- Der Adventsbegleiter (12 x 12 cm, 12 Seiten, Preis: 1,00 €) ist zu beziehen bei:
Schönstattbewegung Frauen und Mütter
Berg Schönstatt 8, 56179 Vallendar
Fon: 0261/6506-2202; Mail: info@sbfum.de
Onlinebestellungen: <http://shop.sbfum.de>

- 1 Wie viele warten! Und ich könnte es ihnen schenken.
Wenn ich nur ein wenig wacher wäre.
Wenn ich „über den Tellerrand meiner Sorgen“ den anderen sehe.
Wenn ich spüre, dass Gott mein einfaches Gutsein für diesen Menschen braucht.

3 „Ihr seid das Licht der Welt!“ (Mt 5,14)

- 1 Für einen Menschen, den du in diesem Advent meiner besonderen Sorge anvertrauen willst:
A Lass mich ein Licht sein.
- 2 Wenn ein freundlicher Blick von mir einen Menschen aufbauen kann:
A Lass mich ein Licht sein.
- 1 Wo ein Mensch auf ein positives Signal von mir wartet und einen ersten Schritt von mir erhofft:
A Lass mich ein Licht sein.
- 2 Durch ein unerwartetes kleines Geschenk, das jemand besonders freut:
A Lass mich ein Licht sein.
- 1 Wenn ich einen Menschen nur noch durch mein Gebet erreichen kann und Gott die Hauptsache machen muss:
A Lass mich ein Licht sein.

Licht entzünden

- 3 Jesus, Licht meiner Lebenswelt, du helles Licht, dessen Glanz die Nacht durchbricht, komm in unsre Tage.
Schenk uns deine Zuversicht.
Sei das Wort, das zu uns spricht, Licht in jeder Frage.
- A Maria, Frau des mutigen Schenkens, du hast dein Glück – Gott in dir – nicht für dich behalten; du hast es entschieden und freudig weitergeschenkt. Schon kurz nachdem der Engel bei dir war, bist du aufgebrochen zu Elisabeth, um ihr und ihrem Mann in der Erwartung ihres Kindes beizustehen. Begleite mich durch diesen Advent. Zeige mir, wo Menschen meine Hilfe brauchen und was ich tun kann, um ihnen Licht zu bringen.



- 1 Die Herausforderung des Tages annehmen und mir der Kraft Gottes sicher sein:
A Du, guter Gott, bist da. Dein Licht scheint auch in mir.

Licht entzünden

- 3 Jesus, Licht meiner Lebenswelt, du helles Licht, dessen Glanz die Nacht durchbricht, komm in unsre Tage. Schenk uns deine Zuversicht. Sei das Wort, das zu uns spricht, Licht in jeder Frage.
- A Maria, Frau, ganz von Christus erfüllt, du warst erwählt, IHN zu empfangen und zur Welt zu bringen. Alles in dir war geöffnet für IHN: für SEINE Ankunft, SEINE Gegenwart, SEIN Wirken unter uns Menschen. Wie nah war ER dir – und wie nah warst du IHM. Begleite mich durch diesen Advent. Nimm mich in deine Nähe zu Christus hinein. Hilf mir, IHM Raum zu geben.

*Lied***Advent – Zeit, Lichter zu entzünden**

- 1 Ein Licht entzünden.
Ein Licht entzünden für jemanden, der es gerade gut brauchen kann.
Ein Licht entzünden für einen Menschen, für den alles im Moment nur dunkel und schwer ist.
Ein Licht entzünden, für den nächsten Schritt, der so schwer zu erkennen ist.
- 2 Ein Licht, das ich teile, vermehrt sich.
Ein Licht, das ich weitergebe, macht die Welt um mich heller.
Ein Licht, das ich leuchten lasse, schenkt Hoffnung.
- 3 „Wie viele warten auf eine kleine Hilfeleistung, auf einen frohen Blick, auf ein freundliches Wort, auf gütiges Verstehen. Dazu braucht es nur helle Augen und ein liebendes Herz.“
(J. Kantenich)

Text der Gebetszeit*Musik oder Lied*

- 1 Herr, unser Heiland!
Wir alle denken an Weihnachten.
- 2 Aber denken wir auch an dich?
1 Auf das Fest warten wir.
2 Aber warten wir auch darauf, dass du wiederkommst?
- A Rüttle uns auf, Herr, dass wir Ausschau halten nach dir!
1 Jeder von uns hat Weihnachtswünsche.
2 Aber wünschen wir auch, dass du zu uns kommst?
- 1 Viele arbeiten an den Weihnachtsgeschenken.
2 Aber machen wir uns auch bereit für dich?
- A Rüttle uns auf, Herr, dass wir uns vorbereiten, dich zu empfangen.
(Verfasser unbekannt)

kurze Stille

- 1 An dich denken.
2 Auf dich warten.
1 Wünschen, dass du zu mir kommst.
2 Mich bereit machen, dich zu empfangen, denn du bist nah.
- A Lass es mich zutiefst wollen – inmitten der Welt, die mich umgibt.
Lass mich spüren, dass DU schon da bist, mir nahe bist, um mit mir dir entgegenzugehen.

Kerze entzünden

- 1 „Inmitten von Hektik – Sehnsucht nach dir.
Liebevoller Blick eines Menschen – und ich ahne: DU bist's! Du lächelst mir zu.
- 2 Inmitten von Fragen – Sehnsucht nach dir.
Besuch eines Freundes – und ich verstehe: DU bist's! Du hast ihn mir geschickt.



- 1 Inmitten von Arbeit – Sehnsucht nach dir.
Eine unerwartete Pause –
und ich freue mich: DU bist's! Du wartest auf mich.
- 2 Inmitten von Sorgen – Sehnsucht nach dir.
Ein Schmerz, der nicht zur Ruhe kommt –
und ich spüre: DU bist's! Du willst mich tiefer an dich ziehen.
- 1 Inmitten von Glücksmomenten – Sehnsucht nach dir.
Dankbares Zurückschauen –
und ich begreife: DU bist's! Du hast mich bis hierher geführt.
- 2 Inmitten von Dunkel – Sehnsucht nach dir.
Brennende Kerzen –
und ich denke daran: Du bist's:
Du bist das Licht der Welt,
das Licht meiner Lebenswelt.“
(Sr. M. Caja Bernhard)

Musik

- 3 „Das Volk, das im Dunkel lebt, sieht ein helles Licht; über denen, die im Land der Finsternis wohnen, strahlt ein Licht auf.“
(Jes 9,1)
- 2 Diese Worte des Propheten Jesaja waren Hoffnungsworte für ein Volk, das sich seit Jahrhunderten nach dem Kommen des Erlösers sehnte. Sie können auch Hoffnungsworte für uns heute sein, Hoffnungsworte für mich. – Auch wir leben zuweilen im Dunkel. Auch in unserem Leben gibt es Phasen, in denen die Finsternis mehr Raum einnimmt als das Licht.
- 1 Der Advent ist eine Einladung, sich aus dem Dunkel aufzumachen. Eine Ermunterung, nicht einfach sitzen- oder stehenzubleiben, wo ich schon immer war, sondern aufzubrechen. Neues zu wagen. Das zu suchen und zu finden, wofür es sich zu leben lohnt. DEN zu suchen und zu finden, der die Fülle des Lebens ankündigt und selber ist:
- 3 „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ *(Joh 10,10)*

kleinere Kerze oder Licht an Kerze entzünden

Lied

Advent – Zeit, dem Licht Raum zu geben

- 1 Besetzt – von dem Willen, diesen Termin noch zu schaffen.
Besetzt – von dem ständigen Blick auf mein Handy.
Besetzt – von Nachrichten, Talkshows, Gerede.
- 2 Besetzt – von so vielem, was laut und grell auf mich einströmt.
Besetzt – von dem Druck nichts zu verpassen.
Besetzt – von dem unzufriedenen Gefühl, dem Leben hinterherzulaufen.
- 3 „Wenn wir moderne Menschen Gott wieder in uns neu entdecken würden, dann wären wir immer ruhig, immer gelassen, immer geborgen.“ *(J. Kentenich)*
- 1 Ruhiger sein, gelassener werden, geborgener mich wissen und fühlen. –

Was könnte ich bei mir ausräumen, um Gott diese Chance in mir zu geben?

Was ist mir schon lange einfach zu viel?

Was möchte ich in diesem Advent lassen, loslassen, um das Licht, Gottes Nähe in mich einzulassen?

Stille

- 3 „Denn Gott, der sprach: Aus Finsternis soll Licht aufleuchten!, er ist in unseren Herzen aufgeleuchtet ...“ *(2 Kor 4,6)*
- 1 Hin und wieder meine aktuelle Tätigkeit unterbrechen und mich daran erinnern:
- A Du, guter Gott, bist da. Dein Licht scheint auch in mir.
- 2 Einen Ort der Stille aufsuchen und spüren:
- A Du, guter Gott, bist da. Dein Licht scheint auch in mir.
- 1 Zu dem heute wichtigsten Termin Gott einladen und wissen:
- A Du, guter Gott, bist da. Dein Licht scheint auch in mir.
- 2 Einfach mal eine Kerze anzünden und in ihrem Licht danken:
- A Du, guter Gott, bist da. Dein Licht scheint auch in mir.



- 2 Was macht mein Leben zurzeit dunkel?
Wo „tappe ich im Dunkeln“?
Welche Finsternis in mir, um mich herum sehnt sich nach einem Licht der Hoffnung und der Kraft?

Stille – Musik

- 3 „... und Christus wird dein Licht sein!“ (Eph 5,14)
- 1 Entdecke Gott in der Freude, die du erlebst,
A „... und Christus wird dein Licht sein!“
- 2 Danke IHM für einen Menschen, mit dem du dich gut verstehst,
A „... und Christus wird dein Licht sein!“
- 1 Frage IHN, was er dir durch einen Menschen sagen will, mit dem du dich schwer tust,
A „... und Christus wird dein Licht sein!“
- 2 Bitte IHN um seine Nähe und Kraft in dem Schmerz, der dich trifft,
A „... und Christus wird dein Licht sein!“
- 1 Ärgere dich nicht, sondern suche nach neuen Türen, wenn bestimmte Türen zugehen,
A „... und Christus wird dein Licht sein!“

Licht entzünden

- 3 Jesus, Licht meiner Lebenswelt, du helles Licht, dessen Glanz die Nacht durchbricht, komm in unsre Tage. Schenk uns deine Zuversicht. Sei das Wort, das zu uns spricht, Licht in jeder Frage.
- A Maria, Frau der Suche nach Gott, du hast immer nach dem Größeren in deinem Leben gefragt, nach dem Gott deines Herzens und deiner Geschichte. Was immer du erlebtest, du suchtest IHN darin zu entdecken: seine Liebe, seine Führung, seinen Plan. Begleite mich durch diesen Advent. Hilf mir, Gott zu suchen und zu finden, mitten in meinem Heute.

- 1 Jesus, du Licht meiner Lebenswelt.
Komm, und schenke meinem Leben Fülle.
- 3 „Ich bin das Licht, das in die Welt gekommen ist, damit jeder, der an mich glaubt, nicht in der Finsternis bleibt.“ (Joh 12,46)

kleinere Kerze oder Licht an Kerze entzünden

- 1 Jesus, du Licht meiner Lebenswelt.
Komm, und lass mich glauben, dass du mir schon nahe bist.

Marienbild zum Licht stellen

- A Maria, du bist das „Lichtzeichen der Erlösung“. Du fängst „alle Lichtstrahlen des Heilandes auf“ (J. Kertenich). Gib SEIN Licht an mich weiter. Hilf mir, IHN in dieser Adventszeit neu und tiefer zu finden – als Licht im Dunkel meines Lebens und für diese Welt.

Advent – Zeit, das Licht zu erwarten

- 1 Wie geht es mir eigentlich im Moment – in diesen Wochen, heute, in diesem Advent?
Was bewegt mich?
Was wünsche ich mir?
- Was erwarte ich?
Habe ich noch Erwartungen?
Vielleicht habe ich hohe Erwartungen. Zu hohe Erwartungen. Erwartungen, die wie Forderungen sind. Forderungen an andere. Forderungen an mich. Forderungen an Gott.
- Forderungen können lähmen.
Forderungen können wecken, das Beste zur Entfaltung bringen.
- 2 Adventliche Erwartungen sind Wünsche.
Wünsche, die der Sehnsucht meines Herzens entspringen.
Es muss in mir leise sein, will ich diese Wünsche in mir verspüren.



- 3 „Lärm erregt uns, geht aber nicht tief ins Herz. Aus den stillen Stunden wächst Großes.“ (J. Kentenich)
- 1 Was ist in mir zurzeit sehr „laut“?
Was lärmt und schreit in mir?
Wo möchte ich gerne in diesem Advent „leiser drehen“ oder „abschalten“,
um der Sehnsucht meines Herzens auf die Spur zu kommen?

Stille – Musik

- 3 „Herr, lass dein Angesicht über uns leuchten.“ (Ps 4,7)
Lass dein Angesicht über mir leuchten,
damit ich dein Leuchten über mir wahrnehmen kann.
- 1 Wenn ich den Tag mit der Bitte um deinen Segen beginne:
A Lass dein Angesicht über mir leuchten.
- 2 Wenn ich mich einmal am Tag in eine störungsfreie Zone zurückziehe:
A Lass dein Angesicht über mir leuchten.
- 1 Wenn ich mich daran erinnere, dass dein Blick jeden Augenblick voll Liebe auf mir ruht:
A Lass dein Angesicht über mir leuchten.
- 2 Wenn ich vor einer neuen Aufgabe stehe:
A Lass dein Angesicht über mir leuchten.
- 1 Wenn ich eine Enttäuschung erlebe, lass mich spüren, dass du sie mit mir trägst und anderes schenken willst.
A Lass dein Angesicht über mir leuchten.
- 2 Wenn ich einen Wunsch dir anvertraue.
A Lass dein Angesicht über mir leuchten.

Licht entzünden

- 3 Jesus, Licht meiner Lebenswelt, du helles Licht, dessen Glanz die Nacht durchbricht, komm in unsre Tage.
Schenk uns deine Zuversicht.
Sei das Wort, das zu uns spricht, Licht in jeder Frage.

- A Maria, Frau der Sehnsucht,
du warst nach oben geöffnet, hast das Licht aus der Höhe erwartet und nach ihm Ausschau gehalten wie niemand sonst.
Begleite mich durch diesen Advent. Hilf mir, das Licht – die Ankunft Christi in meinem Herzen und in meinem Leben – neu zu ersehnen und zu erwarten. Mach mich bereit für IHN.

Lied

Advent – Zeit, das Licht zu entdecken

- 1 Manchmal ist es einfach nur dunkel.
Manchmal gehen alle Lichter aus.
Manchmal geht nichts weiter.

Manchmal ist das so.
Manchmal erleben wir das so.
Manchmal ist es schwer zu hoffen, weil jede Hoffnung wieder zerstört wird.

Es gibt Situationen, die bleiben auch im Advent unbegreiflich dunkel.
- 2 Es gibt Situationen, die bleiben unerträglich dunkel, wenn nicht eine neue Perspektive, ein kleines Licht, ein wenig Ruhe, Hoffnung, Nähe schenkt.
- 3 „Was wäre die Welt ohne Christus, das Licht der Welt? ... Wenn dieses Licht nicht leuchtete, was wäre das eine furchtbare Dunkelheit.“ (J. Kentenich)
- 1 Eine zu schnelle Antwort?
Zu religiös? Zu wenig lebensnah?

ER, das Licht der Welt, weiß, was es heißt, in furchtbare Dunkelheit gehüllt zu sein.
Auch in seinem Leben gab es Zeiten, in denen er sich weit entfernt fühlte von dem, der ihn „mein geliebter Sohn“ nannte.

SEIN Licht schenkt die sichere Hoffnung:
Gottes Wege enden immer im Licht.
Auch die Wege, die Gott mich führt.

