

**Ein Begleiter auf dem Weg zur Krippe –
4 Wochen mit täglichem Bild- und Textimpulsen**

(Hrg.) Fachbereich Geistliches Leben, Bistum Augsburg und Referat Spiritualität, Erzbistum Bamberg

Herzlich willkommen sich auf einen wachen und achtsamen Weg zur Krippe zu machen.
Immer wieder innehalten, sich Unterbrechungen im Alltag gönnen,
sich bereiten für Gottes Kommen, für seine Menschwerdung.

HÖREN - SPÜREN - VERKOSTEN – STAUNEN

Unsere Sinne – Hören, Fühlen, Schmecken, Riechen, Sehen – welche Gott uns geschenkt hat,
begleiten uns auf diesem Weg:
Vom leiblichen zum geistlichen Sinn, vom äußeren Wahrnehmen zur inneren Erfahrung. Und so Gott
in allem suchen und entdecken und sich von ihm finden lassen.

Über unseren **Advents-Kalender** hinaus können Sie Folgendes noch dazu wählen:

4 Videomeetings mit Impulsandacht und der Möglichkeit zum anschließenden
gemeinsamen Austausch. Sie können für sich auch gerne Einzelgespräche vereinbaren. Wer den
Adventskalender nicht hat, kann die Impulse per Emailversand buchen.

Termine:

30.11.2022/ 07.12.2022/ 14.12.2022/ 21.12.2022

jeweils um 19.30 Uhr

Anmeldung:

spiritualitaet@erzbistum-bamberg.de, Tel. 0951/502-2106

Kalenderbestellung:

Aufstellkalender (4,00 € zzgl. Versandkosten):

spirituelle-dienste@bistum-augsburg.de, Tel 0821/3166-330



Der inneren Stimme lauschen

4. Dezember



der oft verborgenen inneren Stimme lauschen der leisen Stimme meiner Sehnsucht folgen

in meinem Innem bist Du Gott mir nah ich möchte dem Göttlichen folgen in mir es gibt mir Klarheit

ich möchte wahrnehmen, was mich zum Klingen bringt frei werden von dem, was „man“ mir sagt, was mich hindert zu leben

mit einem hörenden Herzen meiner Sehnsucht folgen die von dem erzählt, wie Gott mich gedacht hat.

mit einem hörenden Herzen das mich zum Leben führt.

Heute erlaube ich mir einige Momente auf die leise Stimme zu hören, die von meiner Sehnsucht und meinen Träumen erzählt.

Gib mir ein hörendes Herz. 1. Könige 3,9

Im Atem des Lebens verweilen

10. Dezember



Du Formte Gott der Herr, den Menschen, Staub vom Erdboden, und Blas in seine Nase den Lebensatem; Du wardest der Mensch zu einem lebendigen Wesen. Genesis 2,7

Du Atem füllst mich mit Leben, du Atem erfüllst mich in deiner Gegenwart, du Atem lehret mich in loszulassen. Vom ersten bis zum letzten Atemzug spüre ich dich Gott in mir. In dieser Aufmerksamkeit möchte ich heute leben. Im Atmen mich füllen lassen, verweilen in der Fülle, loslassen in Erwartung einer neuen Fülle.

Heute spüre ich immer wieder meinem Atem nach. Im Sitzen, Stehen und in der Bewegung. Vielleicht gelingt es mir Gott im Atmen zu erahnen.

Gottes Geist hat mich erschaffen, der Atem des Allmächtigen mir das Leben gegeben. 1. Kor 12,13

Auf der Zunge zergehen lassen

15. Dezember



„Nicht das Vielköstliche sättigt die Seele, sondern das Wertlose der Dinge von innen her.“ Ignacius von Loyola

Mit offenem und liebenden Herzen bei Einem verweilen: Begegnung Schöpfung Alltag ...


Auf Eines zu achten ihm auf den Grund gehen es schmecken und riechen es verkosten sich auf der Zunge zergehen lassen von innen her verspüren.

Heute nehme ich mir Zeit, bei einer Wahrnehmung zu bleiben und in die Tiefe zu gehen.

Wir haben die Liebe, die Gott zu uns hat, erkezart und gläubig angenommen. Johannes 4,16

Staunen

24. Dezember



Und das Wort ist Fleisch geworden.

Staunend – mit offenen Augen, Mund, Herz, Ohren wie ein Kind verweilen im Jetzt. Anrühren lassen, vom Wunder der Weihnacht.

Herausnehmen lassen aus dem Alltag, Dich neu denken, in Staunen mich öffnen.

Dir Gott Raum geben, dass Du Gott in mir geboren wirst, mir aufleuchtest.

Du unbegreiflicher und mir doch näher Gott

Heute lasse ich mich staunend ansprechen, von der unfassbaren Botschaft: „Gott wird Mensch in mir“.

Und das Wort ist Fleisch geworden und hat unter uns gewohnt und wir haben die Herrlichkeit des Herrn gesehen. Johannes 1,14