



... und sie wunderten sich sehr
- Staunraum Advent

Adventshilfe 2023

Da staunst du aber, was?

Wann haben Sie das letzte Mal so richtig gestaunt?

Staunen ist so ein seltsames Gefühl – alles entspannt sich für einen Moment, alle Ablenkung verschwindet, ein Seufzen, ein “Oh!”, ein Lachen kommt ungeplant aus meinem Mund.

Und manchmal muss das nichts ganz Aufwändiges sein. Ein kleines Licht, das einen großen dunklen Raum heller macht. Mein Patenkind, das anfängt “ich hab dich lieb” zu sagen. Ein unerwarteter Brief. Eine überraschende Begegnung.

Vielleicht begegnet Gott uns in diesen Momenten des Wunderns und Staunens...

Und wir können das nicht selber machen. Aber: wir können uns ein bisschen bereit machen zu staunen. Offen werden und bereitwillig das Wunderbare willkommen heißen. Zeit und Raum lassen.

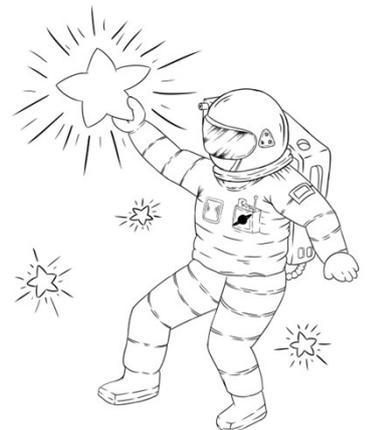
Wir waren uns eigentlich ziemlich sicher, dass in den biblischen Erzählungen zur Geburt Jesu der Satz „Sie wunderten sich sehr!“ zu finden sei. Ist er aber gar nicht! Verwunderlich...

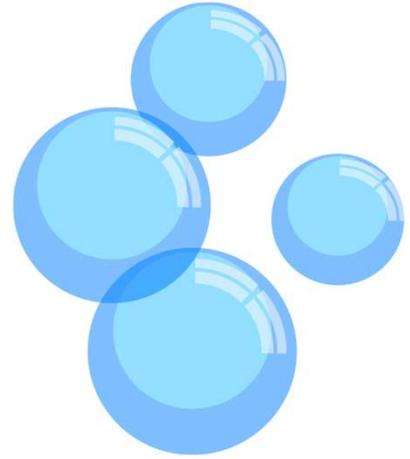
Und trotzdem ist der Begriff „Wunder“ ganz eng mit Advent und Weihnachten verbunden. Das Wunder von Betlehem eben. Denn, dass Gott so nah bei uns sein will, ist ein Wunder.

Die hier gesammelten Materialien möchten einen Raum eröffnen – einen Staunraum, auch für Ihre eigenen Ideen.

Ganz viel Spaß beim Staunen, Wundern & Entdecken wünschen

Barbara Bruns & Ruth Fehlker





Staunraum- Gedanken

Zum Staunen brauch ich Raum. Und Zeit. Staunen geht nicht, wenn der Kopf ganz woanders ist: bei der Einkaufsliste oder den Gedanken an den Stapel Rechnungen zuhause. Oder ob die Fenster wohl noch geputzt werden müssen. Staunen geht nicht, wenn ich mich ärgere. Staunen geht nicht, wenn ich alles kontrollieren will. Staunen geht auch nicht, wenn ich es eilig habe.

Um zu staunen brauch ich Raum. Und Zeit.

Manchmal nur ein klitzekleines Bisschen – gerade genug, um mich überraschen zu lassen.

Zeit zum Atmen. Zum Sein. Im Jetzt und Hier.

Nimm dir den Platz. Lass die Gedanken ziehen.

Schließ die Augen. Atme ein. Und aus. Und ein.
Mach dein Herz weit und den Kopf auch.

Öffne die Augen. Und staune.

Wunderbar! Eine Andacht für den Advent.

Material:

Kosmetikspiegel für jede

Wunderkerzen

Musik

Ggfs. Fragekarten

 **Lied: Wir sagen euch an**

Hinführung

Herzlich Willkommen im Advent!

“Sei realistisch- erwarte ein Wunder” – so steht’s auf einer Postkarte und ich muss grinsen. Ein Wunder ist doch gerade das Unerwartete, das Unglaubliche, das, womit man nicht rechnen kann, oder?

Haben Sie schon mal ein Wunder erlebt? Manchmal sind sie ganz eindeutig und klar, manchmal muss man genau hingucken, um es zu entdecken. Jede, die schon mal ein ganz kleines Baby in der Hand gehalten hat, weiß, dass man ein Wunder auch erwarten kann. Und dass es dadurch kein Stück weniger unbegreiflich und wunderbar ist.

Ist ein Wunder, das wir schon kennen, überhaupt noch eines? Advent und Weihnachten feiern wir doch jedes Jahr. Wir kennen das doch. Ich glaube: Wunder bleibt Wunder. Und es ist es wert, es immer wieder zu erleben, zu erinnern und darauf zu hoffen.

Genau das machen wir im Advent. Jedes Jahr wieder – und jedes Jahr neu. Wir warten auf das Wunder: Gott ist bei uns. Das ist so erstaunlich, das nutzt sich auch in 2000 Jahren nicht ab. Es bleibt immer noch und immer neu – wunderbar.

 **Lied: Menschen, die ihr wart verloren**



Impuls

(Material: kleine Spiegel für jede, z.B. Kosmetikspiegel o.ä. Eine günstige Option für große Gruppen sind kleine Spiegel-Mosaiksteine aus dem Bastelhandel. Oder für die technisch Versierten: die Handykamera)

Einleitung:

Es ist ganz leicht, sich an Dinge zu gewöhnen, die einfach immer da sind. So sehr, dass wir manchmal vergessen, wie erstaunlich sie ist, diese Welt, die uns umgibt. Und wir selber gehören auch dazu: ist es nicht wirklich erstaunlich, dass es uns gibt? Und mich ganz konkret, mit allem, was zu mir gehört: Arme, Beine, Herz, Träume, Trauer, Sehnsucht, Gedanken?

Wir haben:

Einen Körper, mit dem wir uns durch diese Welt bewegen. Der heilen kann und wehtun. Mit dem wir die Welt und einander berühren und verändern.

Einen Kopf, der die Welt verstehen will, der erfindet, Lösungen sucht, sich was ausdenken kann, der Pläne macht und neugierig ist. Der baut und schafft, erklärt und manchmal sich im Kreis dreht.

Ein Herz, das weiß: es gibt mehr als nur mich. Das lieben kann und zerbrechen. Das manchmal schneller schlägt vor Aufregung. Das hüpfert vor Freude oder schwer ist vor Trauer.

Ist das nicht staunenswert?



Aktion:

Ich lade Sie ein: nehmen Sie den Spiegel und schauen sich an. Nicht nur, ob die Frisur richtig sitzt oder der Lidstrich noch stimmt – schauen Sie sich an. Nicht kritisch (auch wenn uns das vielleicht leichter fällt), sondern liebevoll.

Welche Augenfarbe haben Sie?

Welche Form haben Ihre Lippen?

Und ihre Nase?

Was erzählen die Linien in Ihrem Gesicht von Ihrem Leben?

Wie verändert sich Ihr Gesicht, wenn Sie lächeln? Laut loslachen?

Ein wütendes Gesicht zeigen? Nachdenklich gucken?

Was haben diese Augen alles gesehen?

Was haben diese Ohren alles schon gehört?

Schauen Sie sich selbst in die Augen.

(Langsam, mit großer Ruhe lesen)

Gott, du hast mich erforscht und du kennst mich. Ob ich sitze oder stehe, du weißt von mir. Von fern erkennst du meine Gedanken. Ob ich gehe oder ruhe, es ist dir bekannt; du bist vertraut mit all meinen Wegen. Noch liegt mir das Wort nicht auf der Zunge – du, Gott, kennst es bereits. Du umschließt mich von allen Seiten und legst deine Hand auf mich. Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, zu hoch, ich kann es nicht begreifen. (...) Denn du hast mein Inneres geschaffen, mich gewoben im Schoß meiner Mutter. Ich danke Dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast. Ich weiß: Staunenswert sind deine Werke.

(aus Psalm 139)

Eine Pause lassen. Evtl. Musik einspielen



Gedanken:

Der Mensch, der dieses Lied, diesen Psalm geschrieben hat, hat eine ganz wichtige Sache verstanden: mit wie viel Liebe Gott uns anschaut.

Und zwar, weil wir genau so sind, wie wir sind – wie Gott uns gemacht hat. Dafür müssen wir nichts tun, nichts leisten. Wir sind. Gott liebt. Punkt. Alles andere, alles, was mit Leistung zu tun hat, mit Erfolg oder Misserfolg, kommt viel später.

Viele von uns sind richtig gut darin, sich selbst zu kritisieren. Zu sehen, was nicht gut ist und nicht gut läuft. Vielleicht ist die Nase zu groß, wir hätten gern ein paar Kilo weniger oder mehr, wären gerne erfolgreicher, versöhnter, jedenfalls irgendwie anders...

Aber Gott sagt: Du bist gut. Genau so. Und ich will bei dir sein, in allem, das kommt.

Advent ist: sehen lernen, wie Gott mich liebt. Und glauben lernen, dass Gott genau deswegen Mensch wird. Für mich. Und für dich.

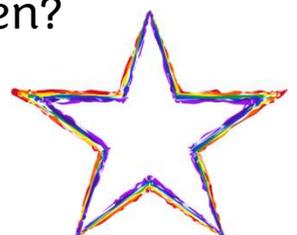
 **Lied: Wir haben Gottes Spuren festgestellt**

Austausch mit den Nachbarinnen:

(evtl. Karten mit den Fragen an alle verteilen)

Ist mir schon mal ein Wunder passiert? Was ist wunderbar in meinem Leben? Worüber habe ich zuletzt wirklich gestaunt?

Hat dieses Erlebnis etwas verändert in meinem Leben?



Lied: Herr, du bist die Hoffnung

Fürbitten (*Material: Wunderkerzen*)

Wunderbares passiert meistens zwischen Menschen – wir sind eben verbunden. Manchmal direkt und klar, mit denen, die wir jeden Tag sehen. Manchmal auf Distanz – räumlich oder zeitlich. Manchmal trennt uns der Tod. Manchmal sorgen wir uns auch um die, die wir gar nicht kennen, weil wir wissen: Gott liebt jede und jeden genau wie uns.

(Wunderkerzen verteilen)

Wir laden euch ein: erzählt euch von den Menschen, für die ihr beten wollt. Oder bleibt einen Moment still und denkt an sie, seid ihnen nahe mit Herz und Gedanken.

(etwas Zeit lassen, evtl. Musik einspielen, Raum abdunkeln)

Für alle, an die wir heute denken, zünden wir eine Wunderkerze an (z.B. an der Osterkerze oder einer anderen Kerze). Und spüren: wir sind verbunden. Auf wunderbare Weise – miteinander und mit allen, an die wir denken.

(Wunderkerze anzünden, in Ruhe warten, bis die letzte ausgebrannt ist.)

Jesus kommt in die Welt, weil Gott uns nahe sein will. Deswegen hat er seinen Freunden – und uns auch – das Beten beigebracht. Bis heute verbinden sich Christinnen und Christen auf der ganzen Welt in diesem Gebet. Beten wir zusammen:

Vater unser



 **Lied: O Herr, wenn du kommst**

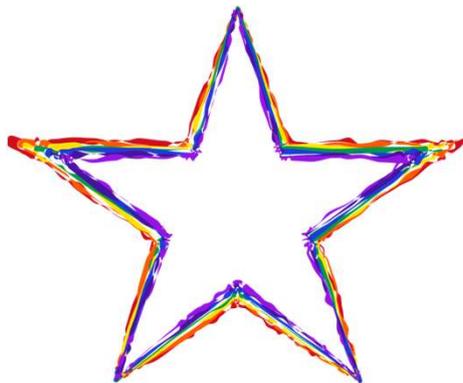
Segen

Gott, wir bitten dich:
Hilf uns spüren, wie du uns nahe bist.
Sei bei uns in diesem Advent.
Wenn es wuselig wird und anstrengend
Wenn die Dinge nicht so laufen, wie erhofft
Wenn uns die Hoffnung verloren geht.
Schenk uns das Wunder:
Du liebst.
Amen.

Und so segne uns und alle, die unserem Herzen heute nahe
sind der gute Gott:
Der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

 **Lied: O Heiland, rei die Himmel auf**

Weitere Liedvorschläge zum Singen finden sie auf Seite 17 dieser Adventshilfe.



Aktionsidee - Wundertüten verschenken

Heute habe ich sie in einem Geschäft gesehen: Wundertüten - für die Mama, das Brautpaar, zum Geburtstag... In der Corona-Zeit gab es sie auch wieder - gepackt vom Schützenverein für ein Schützenfest to go, von der Kirchengemeinde mit Impulsen zum Sonntag, von kfd-Teams, um Kontakt zu ihren Mitgliedern zu halten.

Irgendwie sind sie anders als ein Geschenk... sie sind mehr, sie sind halt zum Wundern, was da alles in diese Tüte gepackt wurde. Das Besondere an diesen Tüten ist erstmal nicht der Inhalt, sondern die Überraschung, das Geheimnisvolle, die Spannung, die freudige Erwartung. Dieser Moment, in dem ich eine Wundertüte geschenkt bekomme und kurz vor dem Öffnen bin...

An die Inhalte kindlicher Wundertüten erinnere ich mich kaum, meist verschwanden die kleinen Gegenstände schnell in irgendwelchen Schubladen und Ecken und später im Müll. Aber an die Wundertüten an sich, meist eher unscheinbar, daran erinnere ich mich.

Verschenken Sie doch mal wieder eine Wundertüte - zum neu Entdecken eines gewohnten, alt-bekanntes Festes und laden Sie ein, den Moment zu verkosten, bevor sie geöffnet wird...





Stauraum - Blüten im Winter

Barbara-Zweige verheißen Glück im Neuen Jahr

Wann Barbara, also ihr Namenstag, gefeiert wird, das wissen verhältnismäßig viele christlich-orientierte Menschen auch in unserer säkularen Zeit noch. Die Legende zu ihrem Leben und der Brauch der Barbara-Zweige sind vermutlich schon viel weniger bekannt.

Sie ist eine der bekanntesten Heiligen und doch historisch eher umstritten. Das Märtyrerverzeichnis um das Jahr 520 n.Chr. mit 6000 Namen kannte sie noch nicht. Ihre Legende entstand vermutlich erst im 7. Jahrhundert.

Die Heilige Barbara wird als Märtyrerin gefeiert und gehört zu den 14 Nothelfern. Sie ist Patronin einer ganzen Reihe von Berufen, bekannt als Patronin der Bergleute und Feuerwehren wie auch der Geologen, Glöckner und Totengräber und vieler anderer.

Die Legendenbildung zur Heiligen Barbara ist reichhaltig – allen Erzählungen gemeinsam ist, dass sie in einem Turm wohnte, eingeschlossen von ihrem Vater, sich heimlich taufen ließ. Daraufhin brachte sie der Vater zum Gericht und enthauptete sie selbst, wonach ihn der Blitz tödlich traf. In vielen Darstellungen wird sie mit einem Turm gezeigt.

“Barbara -Zweige”

Zu meinem Namenstag fragt mich meine Mutter bis heute: Hast du schon Barbara-Zweige reingeholt? In meiner Familie ist das Tradition – und das nicht, weil ich Barbara heiße.

Blühende Zweige in der Vase im Winter sind ein alter Orakel-Brauch. Beim Abtrieb der Herden von den Weiden wurde ein Zweig von den Bäumen mitgenommen. Aus der Anzahl der Blüten an Weihnachten schloss man auf die Fruchtbarkeit des kommenden Jahres.

Es gibt weitere Varianten zum Brauch der Barbara-Zweige:

- Alle Personen einer Familie kennzeichnen einen Ast und dessen Zweig als erster blüht, wird am glücklichsten. (Aus Österreich)
- Mädchen geben den Ästen Namen ihrer Verehrer. Wessen Zweig zuerst blüht, wird der künftige Ehemann.
- Im Süden Deutschlands waren Barbarazweige der Weichsel oder Kirsche Vorläufer des Weihnachtsbaums, der mit Süßem geschmückt wurde.

Weitere Bräuche zum Barbara-Tag

- Bis in die 60er Jahre war – neben Nikolaus und Weihnachten – auch der 4.12. ein Geschenketag.
- Den Bergleuten wurde am Barbaratag das Barbaralicht gebracht.
- Barbara bringt – zumindest in Italien – den Lotteriespieler*innen Glück, da sie ihnen im Traum die richtigen Zahlen zeigt.
- Vom Bärbeletreiben wird aus dem Allgäu erzählt: junge, unverheiratete Frauen verkleiden sich als alte Weiber und ziehen mit lauten Glocken und Reisig-Ruten durch die Dörfer, um das Schmutzige und Unanständige zu vertreiben.
- Im Rheinland war Barbara als Gefährtin des Nikolaus unterwegs.

Neugierig geworden? Mehr Infos gibt es auf www.katholisch.de und www.heiligenlexikon.de

Barbara-Gedanken:

Was bedeuten Ihnen blühende Zweige im Winter?
Wofür stehen die Blüten?

Draußen stellt die Natur schon im Herbst ihr Wachstum ein. Bäume, Sträucher wie auch Stauden u.a. werfen ihr Laub ab und ziehen sich teilweise ganz zurück, werden unsichtbar.

Die Natur wirkt tot. Aus Erfahrung wissen wir, dass in den Zweigen/in den Pflanzen weiter die Kraft steckt, der Lebenssaft weiter fließt, die Knospen fürs kommende Jahr schon angelegt sind.

Die Blüten, die sich an den kahlen Zweigen rund um Weihnachten zeigen, sind Zeichen für den Sieg des Lebens. Es ist wie ein Versprechen der Blüte mitten im Winter: das Leben und damit auch die Vielfalt der Formen und Farben kehrt wieder.

Mir fällt dazu ein altbekanntes Lied ein: „Wir haben Gottes Spuren festgestellt“ – die Barbara-Zweige können mir zu einer solchen Spur werden, zur Verheißung, dass es neues Leben geben wird.



Tipp - So blühen Kirschzweige an Weihnachten

Die Kirschblüten sollen Glück für das kommende Jahr bringen. Damit Barbarazweige auch zu Weihnachten blühen, gibt´s hier Tipps zu Schnitt und Pflege:

- Kirsch- oder Zierkirschzweige wählen, auch Pflaumenarten eignen sich.
- Zweige schräg mit einer Gartenschere abschneiden.
- Zweige mit dicken Knospen versprechen Blüten zu Weihnachten.
- Sollte es noch keinen Frost gegeben haben, sollten die Zweige für einige Tage in den Kühlschrank oder auch ins Gefrierfach gelegt werden.
- Lauwarmes Wasser in eine Vase füllen. Die Vase nicht vor eine Heizung stellen, je kühler desto besser.
- Wird das Wasser regelmäßig gewechselt und die Zweige feucht besprüht, steht dem Wunder der Blüten zu Weihnachten nichts mehr im Wege.



Bunt Gesammeltes zum Wundern & Staunen:

Redewendungen

Da staunt der Fachmann und der Laie wundert sich

Bauklötze staunen

große Augen machen

wie ein Auto gucken

dein blaues Wunder erleben

es geschehen noch Zeichen und Wunder

da stockt mir der Atem

Da brauchst du dich wirklich nicht zu wundern!

Das ist doch kein Wunder!

Bist du: Wundersam? Wunderbar? Wunderlich? Verwundert?
Wunderschön?



Welche Redewendungen fallen Ihnen noch ein?

Zitate

„Es gibt nur zwei Arten zu leben; indem wir nichts oder alles als Wunder betrachten“. (*Albert Einstein, Brief an seine Tochter*)

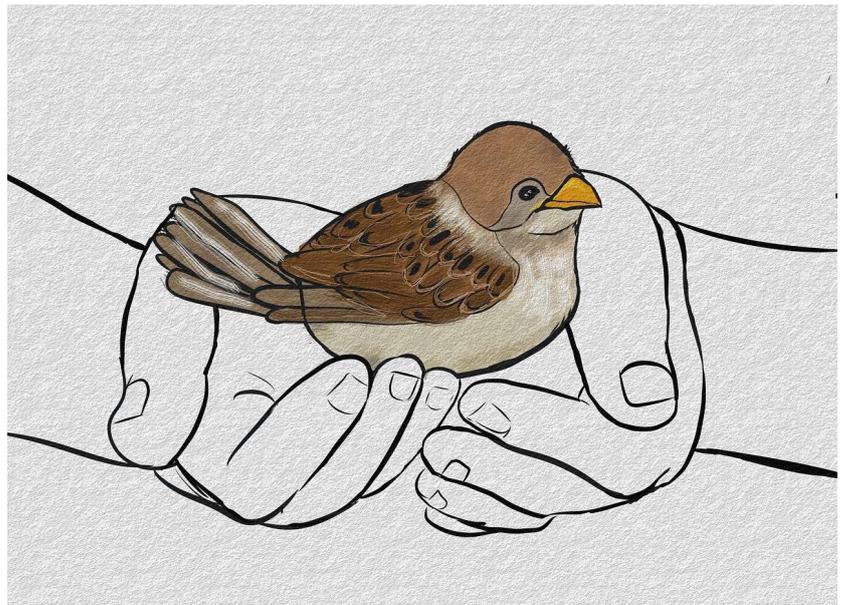
“Die Welt hat die Wunder abgeschafft. Als das Patent erfunden wurde.” (unbekannt)

„An Wundern ist niemals Mangel in dieser Welt, sondern nur an Sichwundernkönnen.“ (*Chesterton*)

„Wunder geschehen nicht im Widerspruch zur Natur, sondern nur im Widerspruch zu dem, was uns über die Natur bekannt ist.“ (*Augustinus Aurelius*)

Nicht müde werden
sondern dem Wunder
leise
wie einem Vogel
die Hand hinhalten.

(*Hilde Domin*)



Gotteslob- und andere Lieder zum Singen

Wir haben das Gotteslob und ein paar andere Liederbücher durchforstet nach Liedern vom Wundern und Staunen, die sich für eine Adventsfeier eignen können. Bestimmt finden Sie selbst auch noch welche!

GL 246 Als ich bei meinen Schafen wacht

GL 245,2 Menschen, die ihr wart verloren

GL 334 O Licht, der wunderbaren Nacht/Ostern

GL 224 Maria durch ein Dornwald ging

GL 233 O Herr, wenn du kommst

GL 830 Herr, du bist die Hoffnung

GL 829 Hoffen wider alle Hoffnung

GL 827 In der Mitte der Nacht

GL 474 Wenn wir das Leben teilen

Wie ein Fest nach langer Trauer

Wir haben Gottes Spuren festgestellt/ Zeichen und Wunder sahen wir geschehen



Wunder & Staunen in der Bibel

Da gibt es natürlich ganz viel – die Psalmen sprechen von den Wundern Gottes und der Welt.

Viele Geschichten des alten Testaments erzählen Wunderbares. Gott taucht auf – bei Moses im brennenden Dornbusch, der Feuer- und der Wolkensäule, Bei Elija als Engel, der ihm Kraft gibt, im Säuseln auf dem Berg.

Die Propheten vollbringen Wunder im Namen Gottes.

Im neuen Testament Jesu Geburt, seine Auferstehung zu finden – zu wunderbar, als dass Menschen es wirklich verstehen können. Und dann heilt Jesus ganz viele Menschen – und fast immer ist die Rede vom Staunen derer, die dabei waren.

Er vermehrt 5 Brote & 2 Fische, so dass 5000 Menschen satt werden. Und die Menschen fangen an zu verstehen: hier wirkt Gott.

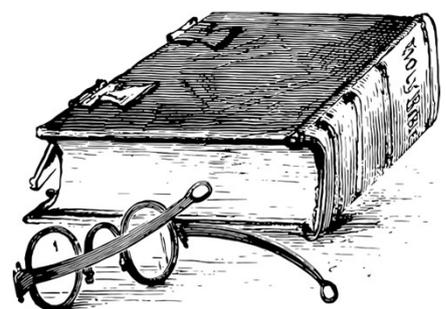
Die Schriftstellen die wir hier vorschlagen, sind also nur ein winziger Ausschnitt. Vielleicht haben Sie ja auch Lust, selbst auf Entdeckungsreise zu gehen?

Psalm 139 „Ich danke dir, dass du mich wunderbar gemacht hast. Ich weiß: staunenswert sind deine Werke!“

Jesaja 9, 1 – 6: „Man nennt ihn wunderbarer Ratgeber.“

1 Könige 19, 11–13 – Elija am Horeb. „Gott ist im Säuseln.“

Johannes 6, 1–14 – Brotvermehrung





Lesetipps:

Bei der Vorbereitung dieser Arbeitshilfe sind uns einige tolle Bücher und Texte begegnet, die wir Ihnen nicht vorenthalten möchten. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Schmökern:

• *Staub-Räume Warum es lohnt, hinter die Dinge zu schauen* von Hanna Buiting.

In: Die Mitarbeiterin 6/2020 S. 34

• *Brot & Liebe - Wie man Gott nach Hause holt.* Lemme, Matthias; Niemeyer, Susanne; Leipzig: edition chrismon 2022

• *Für alles gibt es eine Zeit - Rituale für Tag, Jahr und Leben.* Brudereck, Christina; SCM 2018

• *Frauen beten.* Brockmüller, Kathrin; Jax, Aurica. camino Verlag Katholisches Bibelwerk 2023

Musiktipps zum Hören



Wunder geschehen - Vincent Weiss

Wunder gibt es immer wieder - Katja Ebstein

There can be Miracles (when you believe) - Mariah Carey & Whitney Houston

Somewhere Over the Rainbow/What a Wonderful World - Israel Kamakawiwo'ole

Wunder - Staubkind

Wunderfinder - Alexa Feser feat. Curse

Wunderkerzenmenschen - LEA