

1. Advent, 29.11.2020

Liebe Gemeinde,

„**Brauchen wir wirklich alles?**“ ist der Titel unserer Frühschichtenreihe im Advent 2020. Da in diesem Jahr die Frühschichten coronabedingt nicht in der gewohnten Form stattfinden können, haben wir für jeden Adventssonntag eine Anregung zur Meditation vorbereitet.

Eingangslied: Kündet allen in der Not (Gotteslob 221)

Der Engel geht mit (aus dem Buch Tobit 5,5-23):

Tobias sagte zu ihm: Kennst du den Weg, auf dem man nach Medien gelangt? Ich brauche dich nämlich, dass du mit mir gehst. Der Engel sagte zu Tobit, seinem Vater: „Ich werde mit ihm gehen. Und fürchte dich nicht! Wohlbehalten werden wir fortgehen und wohlbehalten zu dir zurückkehren, denn der Weg ist sicher.“

Urlaub:

Sicher kann man das damalige Reisen nicht mit unseren heutigen Urlaubsreisen vergleichen. Heute ist es so, dass wir nach langen Wochen oder Monaten des Arbeitens immer mal wieder eine Auszeit benötigen. Diese Auszeit dient dazu, geistig und körperlich auszuspannen und die „Seele baumeln zu lassen“. Wenn wir einen Urlaub frühzeitig gebucht haben, kann uns die Vorfreude darauf helfen, anstrengende Situationen in unserem Alltag besser zu bewältigen.

Und jetzt? Coronabedingt ist kaum ein Urlaub möglich, deshalb gibt es auch keine Vorfreude darauf. Auch viele Familienfeiern und Zusammenkünfte können nicht stattfinden. Wir müssen uns einschränken, sind traurig. Was macht diese Situation mit Ihnen?

Nachfolgende Denkanstöße können beim Überstehen der Situation helfen:

Einschränkung: Brauchen wir die große Reise im Moment unbedingt? Auch wenn diese derzeit nicht machbar ist, lassen sich vielleicht kleine Ausflüge machen: Ein Tagesausflug, ein Spaziergang im Ort oder eine Wanderung im Wald. Welche Aktivität fällt Ihnen dazu ein?

Erinnerung: Schauen wir uns doch Fotos – im Album oder digital- unserer vergangenen Urlaube an und lassen die damalige Freude nochmal aufleben. An welchen Urlaub erinnern Sie sich besonders gern?



Vorfreude- jetzt erst recht: Auch diese Situation wird mal zu Ende sein. Im Frühjahr und Sommer wird wieder mehr möglich sein, auch Aktivitäten im Freien und längere Ausflüge. Vielleicht stellen wir fest, dass wir die Fernreise nicht so dringend brauchen-auch bei uns gibt es schöne Orte, die Entspannung möglich machen. Freuen wir uns langfristig auf die Familienfeier oder den schönen

Urlaub. Aufgeschoben ist nicht aufgehoben –
welche Pläne haben Sie?

Abschlusslied: Möge die Straße uns
zusammenführen (Gotteslob 852)

Irischer Reisesegen (anwendbar auch ohne
Reise😊):

Gott begleite dich auf deinem Weg; er gebe dir
Kraft, wenn du krank bist, er tröste dich, wenn du
traurig bist und freue sich mit dir, wenn es dir gut
geht. Amen