



Morgenstund hat Gold im Mund

Gebetsfrühstück im Advent



In einigen CVJM ist es ja schon eine bekannte Tradition in der Fastenzeit vor Ostern oder aber in der Woche vor dem Buß- und Betttag regelmäßige Gebetsfrühstücke anzubieten. Warum sich also nicht auch mal im Advent Zeit nehmen für einen gemeinsamen Start in den Tag und sich dabei bewusst mit der Adventszeit auseinandersetzen? Wer das mit seinen Mädels mal ausprobieren möchte, findet hier einige Anregungen, die bei der Umsetzung helfen sollen.

Zeitlicher Rahmen

Wir schlagen vor, sich an einem festen Tag der Woche, immer zur gleichen Zeit, zu treffen. Die Uhrzeit sollte so gewählt sein, dass die Schülerinnen noch den Bus zur Schule bekommen – oder

die anderen rechtzeitig an der Uni bzw. bei der Arbeit erscheinen können. Möglich wäre, um 6 Uhr zu starten und circa dreißig Minuten Gebets- und Andachtszeit zu haben, dann hat man sicher noch mindestens 30 Minuten Zeit, um gemütlich und in Ruhe zu frühstücken.

Entscheidend ist natürlich auch, wo ihr euch trefft. Wenn ihr nah an der Schule dran seid, so dass man zu Fuß hingehen kann, lässt sich die Zeit auch nach hinten verschieben.

Raumfrage

Generell ist die Frage, ob ihr euch lieber im Gemeindehaus oder bei jemandem zu Hause trefft. Wechselt ihr vielleicht den Ort? Dann solltet ihr das auf euren Einladungen auch deutlich machen, so dass euch jede findet – auch wenn sie erst zum zweiten oder dritten Treffen kommen kann. Wählt einen Raum, der von der Größe her angemessen ist und eine gemütliche Atmosphäre bietet. Nichts ist schlimmer, als müde und unausgeschlafen in einem leeren Raum unter hellen Leuchtstoff-Röhren zu sitzen. Lieber etwas näher beieinander sitzen und mit Kerzen bzw. indirektem Licht arbeiten.

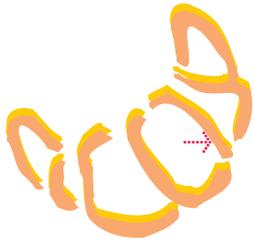
Thema

Wenn ihr den äußeren Rahmen überlegt habt, kommt der inhaltliche Teil.

Worüber möchtet ihr in dieser Zeit reden und beten? Da gibt es verschiedenen Möglichkeiten:

- ▶ Bei jedem Treffen wird das Thema durch das Evangelium für den jeweiligen Adventssonntag bestimmt:
 1. Advent: Einzug nach Jerusalem, Mt 21,1–9
 2. Advent: Wiederkunft des Herrn, Lk 21,25–33
 3. Advent: Johannes der Täufer, Mt 11,2–10
 4. Advent: Maria und Elisabeth, Lk 1,39–56
- ▶ Man sucht sich für jedes Treffen eine Person aus der Weihnachtsgeschichte heraus, versucht sich in diese einzufühlen und zu übertragen,





- was man daraus in seinen Alltag mitnehmen kann, z. B.
- »Maria und Josef –
Wo hat Gott in meinem Alltag Platz?«
 - »König Herodes –
Wie gehe ich mit Macht(verlust) um?«
 - »Die Hirten – (M)ein Bild von der Gesellschaft / Gott ist für alle da.«
 - »Die Weisen aus dem Morgenland –
Suche und sehe ich heute noch Gottes Zeichen in der Welt?«
- ▶ Manchmal finden sich auch in besonderen Adventskalendern (z. B. »Der andere Advent« von Andere Zeiten e.V.) Ideen, Gedanken und Meditationen, die man für die Gruppe nutzen kann.
 - ▶ Im Gesangbuch finden sich unter der Nr. 832 neben einem guten Vorschlag für den Ablauf auch mehrere mögliche Lesungen, die dann als Grundlage für einen Impuls dienen können. Hier lohnt es sich auf jeden Fall, einfach mal zu gucken – die vorgeschlagenen Lieder können ja getauscht werden und die Bibelstellen können auch aus einer moderneren Übersetzung genommen werden!

Ideen, wie ein Impuls zu vorgeschlagenen Lesungen gefüllt werden könnte:

- ▶ Jesaja 11, 1–9:
Es werden große Veränderungen beschrieben, die wir uns heute gar nicht vorstellen können, z. B. »Wölfe werden bei den Lämmern wohnen« oder »man wird nirgends Sünde tun«. Aber, diese Veränderungen kommen nicht »Knall auf Fall«, sondern werden mit der Geburt Jesu langsam eingeläutet, wachsen und bringen dann Frucht.
- ▶ Jesaja 35, 3–10:
Es geht um den großen Zuspruch, dass das Leiden und die Not auf dieser Welt ein Ende haben werden. Auch wenn unser Leben scheinbar hoffnungslos und verfahren ist – Gott wird kommen und uns helfen. Und dann werden wir ewige Freude haben.
- ▶ Jesaja 42, 1–9:
Hier finden sich Passagen, die (aus unserer heutigen Sicht) schon früh auf Jesus hingedeutet werden können. Sie würden verdeutlichen, von

wem Jesus seine Macht hat und wie früh Gott im Grunde seinen Plan gefasst hat, Jesus zur Rettung der Menschen auf die Erde zu senden.

- ▶ Micha 4, 1–4:
Ebenfalls ein Zuspruch: Es wird die Zeit kommen, dass es auf der Erde keinen Krieg mehr geben, sondern Frieden herrschen wird. Die Menschen werden sich zu Gott bekennen und die Gemeinschaft der Christen wird wachsen.

Frühstück:

Jetzt seid ihr beim gemütlichen Teil angekommen. Am besten spricht ihr ab, wer sich um die Getränke und die Brötchen/das Brot kümmert, ob es auch Cornflakes u. Ä. geben soll. Aufstriche, Wurst und Käse können dann entweder gezielt »zum Mitbringen« verteilt oder zentral eingekauft werden, dann könntet ihr von jeder einen festen Betrag einsammeln.

Es gibt aber auch die Möglichkeit, dass jede zum Frühstück das mitbringt, was sie gerne haben möchte – vor allem geschieht es dann leichter, dass die Reste auch wieder mitgenommen werden. Auch ist es nicht schlimm, wenn jemand nur einmal am Gebetsfrühstück teilnehmen kann, weil nicht für die anderen Treffen mit gezahlt wurde. Und habt ihr kein Problem mit verderblichen Lebensmitteln, die übrig bleiben.

Vorbereitung:

- ▶ Die inhaltlichen Vorbereitungen
Frag einfach nach: Gibt es ein Mädchen aus der Gruppe, das dir hilft und selber einen Tag vorbereiten würde? Oder wenigstens jemanden, der sich z. B. bereit erklärt, Gitarre oder Klavier zu spielen?
- ▶ Die Vorbereitung des Raumes
Wenn ihr ins Gemeindehaus geht – wer bereitet den Raum vor, deckt und dekoriert den Tisch, stellt die Stühle, bereitet den Kaffee vor, etc.? Hat jemand Zeit, nach dem Frühstück noch aufzuräumen, das Geschirr zu spülen? Je mehr ihr gemeinsam macht, desto weniger Arbeit hat die einzelne und desto größer ist das Gemeinschaftsgefühl!

Sandra Thies



Sandra Thies hat zwar selbst kein Gold im Mund, steht aber zum Gebetsfrühstück gern mal früher auf.