Gutes Leben – Geborgenheit und Licht

30. November bis 24. Dezember 2025



GUTES LEBEN

BEGEGNUNG LERNEN

Weihnachten sind wir eingeladen, aus der Begegnung mit Christus die Begegnung mit den Menschen zu lernen.

Im Advent Sterne zum Leuchen bringen

Heuer laden wir Sie ein, in und mit Ihrer Familie in der Advent- und Weihnachtszeit symbolisch vier Sterne zum Leuchten zu bringen. Wenn Sie möchten, können Sie auf der nächsten Seite jeweil die Vorderund Rückseite von 4 Sterne ausdrucken, ausschneiden und entsprechend zusammenkleben.

Jeder Stern enthält eine kleine Anregung, wie Sie sich als Familie dem Weihnachtsfest annähern können. Wird eine Aufgabe erfüllt, kann der entsprechende Stern an einem gut sichtbaren Ort platziert und/oder am Heiligen Abend an den Christbaum gehängt werden – als sichtbares Zeichen dafür, dass sich Ihre Familie auf die Geburt Jesu vorbereitet hat.

- > Stern 1 leuchtet, wenn wir zu Hause feiern. Wir haben Anregungen für Adventfeiern, die Feier des Heilgien Nikolaus und den Hl. Abend vorbereitet.
- > Stern 2 leuchtet, wenn wir an andere denken. Wir überlegen, wem wir eine Kerze mit Text übergeben wollen.
- > Stern 3 leuchtet, wenn wir gemeinsam beten oder uns segnen – etwa vor dem Schlafengehen oder beim Essen.
- > Stern 4 leuchtet, wenn wir einander (Lebens)Geschichten vorlesen.

Auf den Seiten xx bis xx finden Sie alle nötigen Zutaten, um die Sterne zum Leuchten zu bringen.

Folge dem Stern - Texte der Hauskirche

Auf den Seiten xx bis xx finden Sie alle Texte und Anrgungen, die im Heft der Hauskirche. "

Aus unserer Schatzkiste

ab Seite xx

- > Gestaltungselemente und Anregungen für die Adventsonntage, das Fest des HI. Nikolaus und den Heiligen Abend
- > Advent- und Weihnachtsgeschichten
- > Impulstexte, nicht nur für Christ:innen
- > Lieder und Rezepte
- > Brauchtum und adventliche Aktivitäten

Projekt "Gutes Leben" per App

Mit der Begleitapp zum Projekt "Gutes Leben" können wir Sie noch zielgerichteter durch den Advent begleiten und Sie haben alle Unterlagen und Texte jederzeit zur Hand.



Download unter dem Suchbegriff "Gutes Leben Familienverband"

I-Phone: Link zur App "Gutes Leben"



Android: Link zur App "Gutes Leben"





1. Adventsonntag, 30. Nov. 2025



Advent bedeutet Ankunft

Wir warten auf die Ankunft Jesu – und bereiten uns darauf vor. Der Adventkranz begleitet uns in dieser Zeit, jede Woche wird es heller, bis wir das Weihnachtsfest feiern.

Heute zünden wir die erste Kerze an. Sie erinnert uns daran, dass Jesus das Licht der Welt ist. Sein Leben und seine Botschaft bringen Licht in unser Leben – auch in schwierigen Zeiten!

Lied

"Wir sagen euch an den lieben Advent" - 1. Strophe

Gedanken zum heutigen Bibeltext (Mt 24,42–44)

Jeden Sonntag werden in der Messfeier ganz bestimmte Texte aus der Bibel gelesen. Heut kommt darin folgender Satz vor: "Seid wachsam! Denn ihr wisst nicht, an welchem Tag euer Herr kommt". Jesus lädt uns ein, aufmerksam und wachsam zu leben – wachsam nicht nur im Sinne von "aufpassen", sondern bereit sein: offen für Gott, offen für die Mitmenschen und offen für das Gute.

"Das Licht im Fenster"

Ein kleiner Bub fragte seinen Großvater: "Opa, warum stellst du im Advent immer ein Licht ins Fenster?" Der Großvater antwortete: "Früher, als es noch keine Handys gab, wussten die Menschen oft nicht genau, wann jemand heimkommt. Das Licht im Fenster war ein Zeichen: Hier bist du richtig, hier bist du willkommen. Wir warten auf dich. In Irland stellt man zu Weihnachten heute noch eine Kerze ans Fenster, damit Maria und Josef symbolisch einen Platz finden. "Opa", meinte darauf der kleine Bub, "du bist bei mir immer willkommen – mit oder ohne Licht im Fenster." Er schlang seine Arme ganz fest um den Großvater, worauf dieser ihm ins Ohr flüsterte: "Weißt du, genau das ist es, worum es im Advent wirklich geht – einander zeigen, dass man willkommen ist."

Wir möchten uns auf Jesus vorbereiten

und versuchen, für andere Licht zu sein, indem wir

- zuhören
- Zeit schenken
- geduldig sind
- · Komplimente machen

Bitten

- Für alle Menschen, die im Dunkeln leben in Angst, Sorge oder Krankheit: Schenke ihnen dein Licht.
- Für alle Menschen, die einsam sind oder niemanden haben, der an sie denkt: Schenke ihnen dein Licht.
- Für die Menschen, die ihren Lebensweg verloren haben und nicht mehr weiter wissen: Schenke ihnen dein Licht.
- Für unsere Familie, dass wir aufeinander achtgeben und uns gegenseitig unterstützen: Schenke uns dein Licht.

Segen

Begleite und behüte uns, sei uns Licht und lass uns Licht sein. So segne uns der gütige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen



Nikolausfeier

Liebe Familie!

Sollten Sie Besuch vom HI. Nikolaus bekommen, könnten Sie Ihn mit einem "Gedicht" begrüßen:



Heiliger Bischof Nikolaus, bring Fried und Freud in unser Haus. Sei uns willkommen, tritt herein, dann wird der Abend festlich sein!

Lieber heiliger Nikolaus, sei gegrüßt in unserm Haus. Lehr uns an die Armen denken, gerne eine Gabe schenken. Guter Bischof Nikolaus, teile deinen Segen aus.

Ansonsten könnte am Anfang folgendes Gebet vorgelesen werden:

Gebet zu Beginn

Guter Gott, der heilige Nikolaus war gerne bei den Menschen, er hat mit ihnen gesprochen, ihnen zugehört und auch tatkräftig geholfen.

Er war ein Bischof, der sich Zeit seines Lebens für andere eingesetzt hat. Er hat Licht und Freude in das Leben vieler Menschen gebracht. Durch tröstende Worte und Taten brachte er viel Heil und Segen in ihre Häuser.

Wenn wir heute gemeinsam feiern und beten, wissen wir uns mit Bischof Nikolaus verbunden.

Lasst uns froh und munter sein

- Lasst uns froh und munter sein, und uns recht von Herzen freu'n! Lustig, lustig, tralalalala, bald (heut) ist Nikolausabend da, bald (heut) ist Nikolausabend da.
- Bald ist unsre Schule aus.
 Dann ziehn wir vergnügt nach Haus.
 Lustig, lustig, tralalalala,
 bald ist Nikolausabend da, bald ...
- Dann stell ich den Teller auf.
 Niklaus legt gewiss was drauf.
 Lustig, lustig, tralalalala,
 bald ist Nikolausabend da, bald ...
- 4. Wenn ich schlaf, dann träume ich: Jetzt bringt Nikolaus was für mich. Lustig, lustig, tralalalala, bald ist Nikolausabend da, bald ...
- Wenn ich aufgestanden bin, lauf' ich schnell zum Teller hin. Lustig, lustig, tralalalala, bald ist Nikolausabend da, bald ...
- Niklaus ist ein guter Mann, dem man nicht genug danken kann. Lustig, lustig, tralalalala, bald ist Nikolausabend da, bald ...



Legende – Rettung aus dem Sturm

In der Zeit als Nikolaus Bischof von Myra war, fuhren Seeleute mit ihrem Schiff über das Mittelmeer. Eines Tages brach ein schwerer Sturm los. Der Himmel wurde ganz finster und die Wellen tobten. Der Sturm packte das Segel und riss es in Stücke. Dann zerbrach er den Mast. Die Wellen schlugen über den Bootsrand und langsam füllte sich das Schiff mit Wasser. In ihrer Not schrien die Seeleute laut um Hilfe und begannen zu beten: "Hilf uns, Gott, damit wir nicht untergehen!"

Plötzlich stand ein fremder Mann am Steuer des Schiffes. Er nickte den verängstigten Seeleuten zu und rief: "Habt keine Angst!"

Dann lenkte er das Boot sicher durch den Sturm, bis sie den Hafen erreichten. Als sie das Schiff im Hafen festgemacht hatten, war der Retter verschwunden.

Sie liefen zur Kirche von Myra, um Gott für ihre wunderbare Rettung zu danken. Dorf trafen sie Bischof Nikolaus. Überrascht erkannten sie, dass er jener fremde Helfer gewesen war. Da fielen sie vor dem Bischof Nikolaus auf die Knie und dankten ihm. Der Bischof aber sagte zu ihnen: "Nicht mir sollt ihr danken, sondern Jesus! Er ist immer bei euch, auch in Gefahr und Not. Wenn ihr auf Jesus vertraut, dann braucht ihr keine Angst mehr zu haben."

Nikolausfeier

Legende vom Kornwunder

Ein anderes Mal brach im ganzen Land eine fürchterliche Hungersnot aus. Die Vorräte schrumpften und nach und nach leerten sich alle Speicher. Nichts war mehr vorhanden von dem geschäftigen Treiben einer Hafenstadt. Die Bewohner wurden schwächer und schwächer und das Krankenhaus war so voll, dass man die Leute auf der Straße versorgen musste.

Es gab kaum noch Hoffnung. Nikolaus half, wo er konnte, doch auch er konnte keine Lebensmittel herbeizaubern. In der ganzen Stadt bettelte Nikolaus um Nahrungsmittel und gab sie den Kindern. Doch irgendwann war einfach nichts mehr da und es blieben ihm nur noch tröstende Worte. Es war zum Verzweifeln.



Plötzlich durchbrach ein Ruf die bedrückende Stille: "Schiffe, ich sehe Schiffe, die auf unseren Hafen zusteuern!", tönte es von der Stadtmauer her.

Alle Bewohner von Myra, die nicht zu schwach dazu waren, stürmten zum Hafen. Natürlich auch Nikolaus. Und tatsächlich – ein Schiff kam bereits in den Hafen eingelaufen. Es war randvoll beladen mit Korn. Nikolaus eilte zum Kapitän und rief: "Ihr seid unsere letzte Rettung! Wir hungern schon seit Wochen, und wenn wir nichts zu essen bekommen, werden viele Bewohner von Myra sterben. Bitte gebt uns ein wenig von diesem Korn."

Da antwortete der Kapitän: "Ehrwürdiger Herr Bischof, es tut mir furchtbar leid, aber das ist unmöglich. Das Korn ist für die Speicher des Kaisers bestimmt. Alle Schiffsladungen wurden bei der Abfahrt in Alexandrien genau gewogen, und wenn nur ein wenig von dem Korn fehlt, werde ich des Betrugs angeklagt und fürchterlich bestraft."

Nikolaus erwiderte: "Sei unbesorgt. Gebt uns genügend Korn, um die Hungersnot zu überwinden, und ich verspreche euch, dass nichts fehlen wird, wenn ihr in Konstantinopel ankommt."

Nach einigem Hin und Her ließ sich der Kapitän erweichen und befahl seinen Matrosen, einen Teil der Ladung abzuladen. Was herrschte da für eine Freude und Aufregung! Das Korn wurde sofort in die Stadt gebracht und bald füllten sich alle Plätze und Gassen von Myra mit dem Duft gebackenen Brotes. Jeder konnte sich so richtig satt essen und nach und nach kamen alle Bewohner wieder zu Kräften. Auch das Versprechen, das Nikolaus dem Kapitän gegeben hatte, wurde wahr. Als die Schiffe in Konstantinopel ankamen und die kaiserlichen Beamten das Getreide nachwogen, fehlte nichts.

Fürbitten

Guter Gott, du hast durch den heiligen Nikolaus viel Licht und Freude in die Welt gebracht. So bitten wir:

- > Nikolaus hatte offene Augen. Er hat gesehen, wo Menschen traurig und mutlos waren. Er hat nicht weggeschaut, wenn ihn jemand gebraucht hat. Hilf, dass auch wir unsere Augen öffnen für die Not der Mitmenschen und wahrnehmen, wenn jemand Hilfe braucht.
- Nikolaus hatte offene Ohren. Er hat den Menschen gut zugehört und ihre Hilferufe vernommen – auch die leisen und unausgesprochenen. Er war bei ihnen und hat versucht sie zu verstehen. Hilf, dass auch wir ein offenes Ohr für Menschen haben und Verständnis für ihre ausgesprochenen und unausgesprochenen Sorgen, so dass sie unsere Teilnahme spüren.
- > Nikolaus hatte offene Hände. Er hat gehandelt, wo Menschen verzweifelt und schwach waren. Er hat die Hilfeleistung nicht auf andere, auf die "Zuständigen" abgeschoben, sondern selber angepackt. Hilf, dass wir uns zuständig fühlen für die Probleme unserer Mitmenschen und gerne dabei helfen, diese zu lösen.

Schlussgebet

Nikolaus hat sein Leben an der Botschaft Jesu ausgerichtet, eine Botschaft, die alle Christen und Menschen verbindet. Wir bitten dich: Begleite und behüte uns, sei uns Licht und lass uns Licht sein.

So segne uns der gütige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

2. Adventsonntag, 7. Dez. 2025



Bereitet dem Herrn den Weg

Der Adventkranz wird heller: Heute zünden wir die zweite Kerze an. Advent heißt: Vorbereiten. Nicht nur Geschenke und das Haus, sondern auch uns.

Der Prophet Johannes ruft: "Bereitet dem Herrn den Weg!" – Das heißt: Räume Hindernisse weg – alles, was uns voneinander oder von Gott trennt. Freundlichkeit, Vergebung, Hilfe für andere – damit bereiten wir den Weg für das Kommen Jesu.

Lied - "Wir sagen euch an den lieben Advent" - 2. Strophe

Gedanken zum heutigen Bibeltext

In der Bibel hören wir von Johannes. Er lebte zur Zeit Jesu in der Wüste und hat den Menschen geholfen, sich auf Jesus vorzubereiten. Im Fluss Jordan hat er viele getauft – auch Jesus selbst. In der Bibelstelle des heutigen Tages rief Johannes: "Bereitet dem Herrn den Weg, ebnet ihm die Straßen!" Er forderte die Menschen auf, ihr Leben zu ändern und Gutes zu tun, damit sie bereit sind, wenn Jesus kommt.

Ein Wintermorgen im Advent

Leise fiel der Schnee, alles war still. Markus stand am Fenster und schaute hinaus. Drüben, am Waldrand, wohnte seine Großmutter. Heute wollte sie ihn besuchen, doch der schmale Pfad zu ihrem Haus war völlig verschneit. Äste waren unter der Schneelast auf den Weg gefallen, und der Wind hatte kleine Verwehungen aufgetürmt.

"Sie wird sich heute nicht vor das Haus trauen", dachte Markus. Kurz entschlossen zog er seine dicken Stiefel an, wickelte sich in Schal und Mütze und schnappte sich einen Besen.

Schritt für Schritt räumte er den Weg frei. Er schob Schnee zur Seite, zog Zweige weg und glättete den Boden, so gut er konnte. Seine Finger waren rot vor Kälte, aber sonst wurde ihm bei der anstrengenden Tätigkeit recht warm und er war motiviert: Er bereitete den Weg für jemanden, den er einfach gern hatte.

Als die Dunkelheit hereinbrach, war der Pfad frei – ein klarer, einladender Weg durch den Schnee. Und tatsächlich: Am Abend kam seine Großmutter, vorsichtig, aber sicher den geräumten Pfad entlang. Sie nahm den Buben in den Arm und sagte leise: "Danke".

Wir möchten uns auf Jesus vorbereiten,

indem wir Hindernisse, wie Ärger, Streit und Unachtsamkeit wegräumen. So findet Jesus leichter zu uns:

durch freundliche Worte
 durch ein Lächeln
 durch Hilfsbereitschaft
 durch kleine Gesten der Liebe

Bitten

- Wir bitten für die Menschen, die sich einsam fühlen: Zeige Ihnen, dass du Mensch geworden bist, um ganz nahe bei ihnen zu sein.
- Wir bitten für die Menschen, die in diesen schwiergen Zeiten die Orientierung verloren haben: Zeige ihnen, dass du Mensch geworden bist, um ihnen Halt zu geben und sie zu begleiten.
- Wir bitten für die Menschen, die sich nach Frieden sehnen: Zeige Ihnen Wege der Versöhnung und hilf ihnen, in ihrer Umgebung Frieden zu stiften.
- Wir bitten für uns: Zeige uns, dass wir helfen können, Einsamkeit zu lindern, Orientierung zu geben und zu einer Gemeinschaft des Friedens beizutragen.

Segen

Gott mache uns bereit, füreinander da zu sein, damit deine Güte und Menschenliebe durch uns spürbar wird. Es segne uns der gütige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen

3. Adventsonntag, 14. Dez. 2025



Gaudete! "Freut euch!"

Heute ist der 3. Adventssonntag, der Sonntag der Freude – "Gaudete" heißt das auf Lateinisch. Wir freuen uns, weil Weihnachten immer näher rückt. Freude trägt – auch durch dunkle Tage. Sie lässt uns aufblühen, selbst wenn wir müde sind. Sie verbindet uns mit anderen, schenkt Gemeinschaft, stärkt den Blick für das Gute. Freude ist ein Geschenk, das wächst, wenn wir es weitergeben.

Lied "Wir sagen euch an den lieben Advent" – 3. Strophe

Lesung (nach Jes 35,1-6)

Die Wüste wird blühen, das dürre Land wird fröhlich sein. Gott selbst kommt und macht die Blinden sehend, die Lahmen springen, die Tauben hören, die Stummen singen. Alle werden jubeln, weil Gott ihnen hilft.

Eine ganz besondere Freude

Martina und Paula wollten ihrer Mama eine besondere Freude machen. Eines Abends, kurz vor dem Einschlafen, flüsterten sie sich im Bett ihre Ideen zu – bis sie plötzlich ganz genau wussten, was zu tun war.

Am nächsten Morgen standen sie extra früh auf und legten mit bunten Papierpfeilen einen geheimen Weg durchs Haus. Vom Schlafzimmer der Eltern führten die Pfeile zuerst ins Badezimmer. Dort hatten die beiden eine duftende Seife mit einem goldbeschrifteten Zettel bereitgelegt: "Damit dein Tag gut startet."

Weiter ging es in die Küche. Im Backofen – hinter der Glastür – wartete ein liebevoll gerahmtes Foto der beiden Schwestern, geschmückt mit einem Herz und der Aufschrift:

"So hast du uns immer um dich!"

Der Weg endete bei Papa, der bereits eingeweiht war. Er nahm Mama in den Arm und drückte ihr den letzten "Pfeil" in die Hand. Darauf stand ein kleines Gedicht:

Wir mögen dich so gern, für uns bist du ein Stern, machst unser Leben hell, schau nun unters Wäschegestell.

Dort entdeckte Mama eine große Kerze. Daneben lag der letzte Zettel: "Guten Morgen, Mama. Heute ist dein Tag – mit ganz viel Liebe von uns." Am Abend möchten wir mit dir singen und feiern." Mama strahlte.

Wie freuen uns

- Wir freuen uns, dass wir heute miteinander feiern.
- Wir freuen uns, dass der Heilge Abend schon so nahe ist.
- · Herr, wir freuen uns, dass du in unsere Mitte bist.
- Herr, lass uns Freude schenken, wo wir können.

Segen

Im Advent machen wir uns auf den Weg zu Gott und den Menschen. Wir bitten Gott, dass er diesen Weg mit seinem Segen begleitet:

Gott segne unsere Wege im Advent.
Er erfülle unser Herz mit Freude,
unsere Augen mit Licht,
unsere Hände mit Güte
und unsere Schritte mit Mut.
Er schenke uns offene Ohren
und ein liebevolles Herz für die Menschen um uns.
So segne uns der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

4. Adventsonntag, 21. Dez. 2025



Ja sagen wie Maria

Heute brennen alle vier Kerzen am Adventkranz. Weihnachten ist schon ganz nah. Wir hören heute von Maria, der Mutter von Jesus. Der Engel Gabriel sagt ihr, dass sie Jesus, den Sohn Gottes, zur Welt bringen soll. Maria sagt "Ja" – sie vertraut Gott, auch wenn sie noch nicht alles versteht. Auch wir sind eingeladen, ja zu sagen zu Jesus und ihm und seiner Botschaft Raum in unserem Leben zu geben und ihn Willkommen zu heißen.

Lied

"Wir sagen euch an den lieben Advent" - 4. Strophe

Evangelium (nach Mt 1,18-24)

Ein Engel erscheint Josef im Traum und sagt: "Fürchte dich nicht, Maria als deine Frau zu dir zu nehmen. Das Kind, das sie erwartet, ist vom Heiligen Geist. Du sollst ihm den Namen Jesus geben." Josef hörte auf den Engel und tat, was Gott ihm sagte.

Der leere Platz

In der Familie Berger gab es einen alten Sessel, der nie benutzt wurde. Eines Tages fragte die 11-jährige Paula ihre Oma: "Warum sitzt da nie jemand?" Die Großmutter antwortete: "Früher haben wir gesagt: Dieser Platz ist für einen Gast oder für jemanden, der Hilfe braucht. Oder auch für Jesus, wenn er zu uns kommt.

Ich habe gehört, dass es in Polen immer noch eine sehr verbreitete Tradition ist, am Heiligabend einen zusätzlichen Stuhl herzurichten - samt Teller, Besteck und Stuhl. Der Platz wird symbolisch bereitgehalten für unerwartet Gäste oder in Gedenken an verstorbene Angehörige oder auch für Familienmitglieder, die nicht anwesend sein können."

"Das gefällt mir", rief das Kind, "dann kann ich in Gedanken jeden darauf setzten, den ich will, auch meine Freundin Klara. Es überlegte kurz und stellte dann eine Tasse Kakao auf den Tisch vor den leeren Stuhl. "Vielleicht kommt ja heute jemand."

Oma schmunzelte und meinte, "sollte Jesus kommen, bin ich mir nicht sicher ob der einen Kakao trinkt."

Wir möchten uns auf Jesus vorbereiten und auf ihn vertrauen, auch wenn wir nicht alles verstehen, indem wir

- · Miteinander beten
- Einander segnen
- Manchmal über den Glauben sprechen

Bitten

- Für alle, die Schwierigkeiten haben, an dich zu glauben: Lass sie erfahren, dass du sie liebst und ihnen nahe bist.
- Für alle Christinnen und Christen, dass ihr Glaube nicht nur in Worten bestehen bleibt, sondern in Taten lebendig wird und sich in gelebter Nächstenliebe zeigt.
- Für uns selbst: Stärke in uns das Vertrauen, dass du unser Leben begleitest, und lass uns immer wieder "Ja" zu dir sagen.

Segen

Jesus, wenn wir hier gemeinsam feiern und beten, wissen wir uns mit dir und allen Christen verbunden. Es segne uns der gütige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

THE TANK THE PROPERTY OF THE PARTY OF THE PA

Heiliger Abend



Gott kommt zu uns - manchmal ganz unerwartet

Heute ist Heiliger Abend. Wir feiern, dass Gott in die Welt kommt – als Kind in der Krippe. Gott kommt also ganz nah zu uns, klein und verletzlich und doch mit einer großen Botschaft: Frieden, Liebe und Hoffnung für alle. Nicht laut und groß, sondern leise, liebevoll und überraschend macht sich Gott auch heute noch bei uns Menschen bemerkbar.

Lied

"Stille Nacht, heilige Nacht" - alle Strophen

Evangelium (nach Lk 2,1–20)

Maria und Josef reisen nach Bethlehem. Dort kommt Jesus, der Sohn Gottes, in einem Stall zur Welt. Die Engel verkünden den Hirten die frohe Botschaft:

"Fürchtet euch nicht! Euch ist heute der Retter geboren!" Die Hirten machen sich auf den Weg zur Krippe und finden das Kind, das in Windeln gewickelt in einer Krippe liegt.

Die Weihnachtsspinne

In der Ukraine gibt es einen besonderen Weihnachtsbrauch: Manche Familien schmücken ihren Christbaum mit künstlichen Spinnennetzen und kleinen Spinnenfiguren. Das klingt seltsam – aber dahinter steckt eine wunderschöne Legende:

Es war einmal eine arme Witwe, die mit ihren Kindern in einer einfachen Hütte lebte. Eines Tages wuchs aus einem vergessenen Tannenzapfen in einer Ecke der Hütte ein kleiner Tannenbaum. Die Kinder waren überglücklich und hegten und pflegten das Bäumchen liebevoll – in der Hoffnung, zu Weihnachten einen eigenen Baum zu haben. Doch als das Fest näher rückte, wurde ihnen bewusst, dass sie keinen Schmuck besaßen, um den Baum zu dekorieren.

In der Nacht vor Weihnachten – so berichtet die Legende – bemerkten einige Spinnen den kahlen Baum. Sie krochen auf die Zweige und webten feine Netze – ganz zart und kunstvoll.

Als am Weihnachtsmorgen das erste Sonnenlicht durch das Fenster fiel, verwandelten sich die Netze in Silber und Gold. Der Baum glitzerte wie ein Wunder, und die Familie konnte doch ein festliches Weihnachtsfest feiern.

Bis heute erinnert der Brauch der Weihnachtsspinne in der Ukraine daran, dass selbst das Kleinste Großes bewirken kann – und dass wahre Wunder oft in stillen Momenten geschehen.

Wir wollen Jesus bei uns willkommen heißen indem wir ...

- miteinander singen, beten und feiern
- an kleinen Wundern mitwirken und wie die Spinnen für jemanden ein Glitzern und Funkeln ins Leben bringen
- XXX

Fürbitten

- Jesus, wir danken dir, dass du zu uns gekommen bist. Lass uns deine Nähe spüren.
- Jesus, schenke allen, die traurig, einsam oder auf der Flucht sind, Trost, Hoffnung und neue Zuversicht.
- Jesus, öffne unsere Augen für die kleinen Zeichen deiner Liebe in unserem Alltag
- Herr, segne unsere Familien, und erfülle unsere Häuser mit Wärme, Geborgenheit und weihnachtlichem Frieden.

Segen

Jesus, du bist das Licht in der Dunkelheit.

Du bist bei uns – im Gebet, in der Krippe, im Alltag, in der Stille, im Segen.

So segne uns in dieser Heiligen Nacht der gütige Gott,

der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.



Licht- und Kerzenmeditation

Wir können Licht sein

In der dunklen Zeit vor Weihnachten zünden wir Kerzen an.
Eine einzige kleine Flamme vertreibt die Dunkelheit Das Licht der Kerze ist warm und freundlich.
Es macht unser Zuhause gemütlich, es wärmt, es tröstet, es schenkt Hoffnung.
Kerzenlicht im Advent ist mehr als Dekoration.
Es sagt uns: Bald kommt Weihnachten.
Bald kommt Jesus – das Licht der Welt.

Das Kerzenlicht erinnert uns daran: Auch wir können ein Licht sein. Wenn wir Menschen zuhören, wenn wir freundlich sind, wenn wir jemanden trösten, wenn wir anderen helfen, dann wird es heller bei den Menschen um uns herum. - aber auch in uns

Betrachtung

Das Licht einer Kerze durchdringt die finsterste Finsternis und strahlt mit seiner milden Wärme auch in die hintersten Winkel unserer Herzen.

Das Licht einer Kerze macht lebendig, es zaubert ein Leuchten in unsere Augen und lässt die Schatten tanzen.

Das Licht einer Kerze schenkt Liebe und Trost, es knüpft ein wunderbares Band zwischen uns Menschen, und baut eine Brücke zu Gott.

Dabei verschenkt sich die Kerze, sie gibt sich her, wird weniger, doch hunderte andere Lichter können an ihr entzündet werden.

Je mehr Licht wir Menschen verbreiten, je mehr wir von uns hergeben, umso heller und lichter wird es in uns selbst. Wenn wir uns "hergeben", so werden wir mehr.

zum Überreichen einer Kerze



Geschichten

Kikeriki, kikeriki! Christus ist hier!

Viele Sagen erzählen davon, dass die Tiere in der Heiligen Nacht mit menschlicher Stimme reden. Warum das so ist, schildert eine Überlieferung aus der Steiermark.

Das, was da in der Heiligen Nacht geschehen ist im Stall zu Bethlehem, hat sich herumgesprochen wie ein Lauffeuer. Bald haben alle Geschöpfe gewusst von der frohen Botschaft - die Tiere auf dem Feld und die im Wald, aber auch die in Haus und Hof. Alle jubelten und waren voller Freude.

Laut erzählten sie einander das große Geschehnis. Der Hahn schlug mit den Flügeln, streckte sich, so lang er war, und rief:,,,Kikeriki, Kikeriki! - Christus ist hier!"

Der Hund fragte drauf bellend: "Wo? Wo? Wo?" Die Ziege wusste es schon genau. Meckernd belehrte sie ihn: "In Bethlehem, in Bethlehem."

Ein Lämmchen setzte noch hinzu: "Meeecht' auch hingeeehn!"

Und der Esel sagte nur knapp: "1 - ah! I - ah!" Die Henne aber reckte den Hals, machte sich schleunigst auf den Weg und forderte die anwesenden Tiere auf, gleich mitzukommen: "Geht nur gleich hin, geht nur gleich hin!", gackerte sie.

So hat es eins dem andern zugerufen, und gleich hat es die ganze Welt gewusst: Christus, der Heiland der Welt, ist geboren!

Den Tieren aber blieb zum Dank und zum Gedächtnis an diese Stunde die Gabe, dass sie sich in der Christnacht unterhalten können wie die Menschen. Und wer's nicht glauben will, der muss nur in der Weihnachtsnacht um zwölf die Ohren spitzen. Da reden sie miteinander, die Tiere. Allerdings müssen sie ungestört sein - und ganz unter sich. Das, was sie dann zu sagen haben, so heißt es, das ist mitunter kaum zu glauben.



aus: Das Geschenk der zwölf Monate: von Ursula, Heidemarie und Helmut Wittmann. illustriert von Agnes Ofner. Tvrolia-Verlag ● Innsbruck-Wien

Vom Wunder der Heiligen Nacht

Diese Legende taucht in ganz Europa auf - von Sizilien bis Schweden. Selma Lagerlöf schreibt in den Erinnerungen an ihre Kindheit, dass ihr ihre Großmutter eine Variante dieser Geschichte erzählte.

In der Nacht, in der das göttliche Kind das Licht der Welt erblickte, war es kalt, bitterkalt. Es heißt, das neugeborene Jesuskind zitterte und bebte wie ein kleines nacktes Vögelchen. Die Gottesmutter Maria konnte es gar nicht genug wärmen.

Ihre Hände waren ja auch kalt. So steckte sie sie in das Brusttuch und unter die Achseln, um sie ein klein wenig zu wärmen. Josef konnte das nicht mitansehen. Gleich schnappte er seinen Kapuzenmantel und lief los: Er musste etwas besorgen, womit sie sich wärmen konnten. Sie brauchten Feuer!

Jetzt aber, mitten in der Nacht, machte in Bethlehem dem fremden Mann draußen vor dem Tor kein Mensch auf. Da konnte er klopfen und rufen, was er wollte. Draußen am Feld sah Josef weit weg ein Licht. Das mussten Hirten sein, die rund um ein Feuer lagerten. Also nichts wie dorthin. Kaum aber, dass er in die Nähe der Herde kam, witterten ihn die Hirtenhunde. Die waren so groß wie Kälber nd dazu da, die Herde zu beschützen. Gleich sprangen sie auf iund stürmten dem Frenmden entgegen, um ihn zu verjagen.

Die Hirten sahen im Mondschein nur die Umrisse einer Gestalt. Gleich wer es war: Der hatte hier bei der Herde nichts verloren. Die Hunde würden ihn schon vertreiben.

Doch es war eigenartig: So sehr die Hunde auch bellen wollten, sie brachten keinen Ton heraus. Im Gegenteil: Schließlich tänzelten sie freundlich um den Fremden herum und wedelten mit den Schwänzen. Und der Fremde? - Der ging einfach weiter. Wegen der Kälte lagen die Schafe dicht an dicht. Da war kein Weg dazwischen.

Geschichten

Der Fremde überlegte nicht lange. Er ging einfach über die Schafe drüber, schritt auf ihnen dahin wie über einen Teppich. Sonderbar! - Die Hirten rieben sich verwundert die Augen. Was wollte der Mann? - Einer der Hirten war ein besonders grobschlächtiger Kerl. Das Leben war hart zu ihm gewesen und er war dadurch bitter geworden. Einer wie er wollte seine Ruhe. Also fort mit dem Fremden! Gleich packte er den Hirtenstab und schleuderte ihn dem Fremden entgegen. Der Stab flog genau auf Josef zu - und machte vor ihm einen Bogen.

Jetzt staunten die Hirten noch mehr. Josef aber ging unbeirrt weiter, bis er vor den Hirten stand. »Was willst du?«, fragte der, der den Stab geworfen hatte, unwirsch. »Ich bitte euch: Gebt mir ein wenig von eurem Feuer! Etwas Glut genügt. Meine Frau hat entbunden. Sie und das Kind sind vor lauter Kälte am Erfrieren.« »Glut will er!«, lachte einer der Hirten. »Und womit willst du sie tragen?«, fragte ein anderer höhnisch. »Da hinein«, sagte Josef und hielt ihnen die Kapuze von seinem Rock hin. Da lachten die Hirten, als ob Tontöpfe zersprungen wären. »Na dann«, rief einer, »nimm dir!

Josef ließ sich das nicht zweimal sagen und griff gleich zu. Mit bloßen Händen schaufelte er Glutstücke in die Kapuze, als ob es Erdäpfel wären. Das Lachen erstarb. Fassungslos schauten die Hirten zu bei dem, was da vor ihren Augen geschah. "Jetzt sag einmal«, meinte einer, "was ist das für eine Nacht?



-Ja, was ist das für eine Nacht, in der dir unsere Hunde, die doch sonst so wild und unbändig sind, nichts tun? Und was ist das für eine Nacht, in der die Schafe zulassen, dass du auf ihnen gehst wie auf einem Teppich?

Und was ist das für eine Nacht, in der der Hirtenstab, der genau auf dich zufliegt, vor dir einen Bogen macht?

Und was ist das für eine Nacht, wo dich nicht einmal das Feuer verbrennt? Ja, wo es sogar deine Kapuze verschont?« »

Was soll ich euch sagen, wenn ihr es nicht seht?«, sagte Josef bedächtig. Jetzt waren die Hirten umso mehr verwundert. Was meinte der Fremde denn damit? Josef aber machte sich mit der Kapuze voller Glut wieder auf den Rückweg. Wo wollte er denn hin?

Neugierig zogen die Hirten hinter ihm her. Die Herde war in der Obhut der Hunde. Da fehlte nichts. So kam Josef mit den Hirten im Gefolge wieder zum Stall. Bald flackerte dort ein munteres Feuer. In seinem lichten Schein sahen die Hirten, was da war. Eine Frau hatte in dem unwirtlichen Stall ein Kind geboren. Das lag nackt und bloß in einer Krippe am Stroh.

Der Anblick war armselig. Der rührte selbst das Herz des Hirten, der gar so verbittert war. Er griff in die Tasche, die er umgehängt hatte, und nestelte ein Lammfell heraus. »Da nimm!«, sagte er zu Maria. »Damit das Kind nicht erfriert!« Auch die anderen suchten und kramten nach etwas, was sie geben konnten. Maria schaute den Hirten dankbar an, dann auch die anderen, und lachte. »Ich danke euch!«, sagte sie. Ihre Augen strahlten.

Und in diesem Moment geschah etwas, mit dem sie alle nie und nimmer gerechnet hatten. Als die Gottesmutter die Hirten anlachte, da ging einem jeden das Herz auf. Der Stall, der gerade noch so abweisend, kalt und dreckig gewesen war, glänzte in überirdischer Pracht. Engel waren da zu sehen, die sangen laut und priesen Gott. »Hosianna!«, sangen sie, »Christus, der Heiland der Welt ist geboren! Gelobt sei Gott im Himmel, und Friede den Menschen auf Erden, die guten Willens sind!«

Jetzt verstanden die Hirten, was Josef gemeint hatte, als er sagte: »Was soll ich euch sagen, wenn ihr es nicht seht!« Weil sie sich erbarmt hatten, weil sie etwas gegeben und in der Not geholfen hatten, drum waren ihnen ihre Herzen aufgegangen. Jetzt sahen sie viel mehr, als ihre Augen je sehen konnten.

Es heißt: Mit den Augen sehen wir den lichten Schein der Welt. Die wirklich wichtigen Dinge aber, die unsere Welt im Innersten zusammenhalten, die können wir nur mit dem Herzen erkennen.

aus: Das Geschenk der zwölf Monate: von Ursula, Heidemarie und Helmut Wittmann, illustriert von Agnes Ofner, Tyrolia-Verlag • Innsbruck-Wien

Lebens-Geschichten

Franz von Assisi (1181/82-1226)

Franz von Assisi war der Sohn eines wohlhabenden Tuchhändlers in Italien. In seiner Jugend genoss er das Leben in vollen Zügen, träumte von Ruhm und wollte Ritter werden. Doch eine Krankheit und ein Gefangenenlager öffneten ihm die Augen.

Franz entschied sich, ein einfaches Leben in Armut zu führen, so wie Jesus es getan hatte. Er gab allen Besitz auf, lebte unter Armen, predigte Frieden und ehrte die ganze Schöpfung – Tiere, Pflanzen und Menschen. 1210 gründete er den Franziskanerorden, der bald in ganz Europa verbreitet war.

Franz wurde zum Symbol für Nächstenliebe, Demut und Ehrfurcht vor dem Leben. 1226 starb er in Assisi. Zwei Jahre später wurde er heiliggesprochen.

Der Kuss des Aussätzigen

Franz hatte Angst vor Aussätzigen – wie fast alle Menschen seiner Zeit. Der Gestank, die entstellten Gesichter, die Isolation: Alles daran schreckte ihn ab. Eines Tages ritt er durch die Umgebung von Assisi und begegnete einem dieser Kranken. Am liebsten wäre er davongeritten. Doch Franz stieg ab, ging auf den Mann zu – und umarmte ihn. Dann küsste er ihn auf die Stirn und gab ihm Almosen.

Später sagte Franz, dass dieser Moment sein Herz verändert habe. Was er früher verabscheut hatte, war

ihm plötzlich kostbar geworden. Er verstand, dass Liebe größer ist als Angst und dass jeder Mensch – auch der verwundete – ein Ebenbild Gottes ist.

Die erste Weihnachtskrippe von Franziskus Im Jahr 1223, zwei Jahre vor seinem Tod, wollte Franz von Assisi den Menschen die Geburt Jesu besonders nahbringen. Er war überzeugt, dass viele die Weihnachtsgeschichte nur aus der Bibel kannten, aber das Ereignis selbst nicht richtig fühlen konnten. Deshalb ließ er in dem kleinen Ort Greccio, nahe Assisi, eine lebendige Krippe mit echten Tieren und Menschen aufbauen. Es gab einen Ochsen und einen Esel, die Jesus damals in der Bibel begleitet haben, und Menschen spielten die Rollen von Maria, Josef und den Hirten.

Mit dieser Darstellung wollte Franz die Botschaft von Liebe und Nähe Gottes sichtbar und erlebbar machen. Die Menschen konnten so das Wunder der Geburt Jesu unmittelbar miterleben.

Diese Idee verbreitete sich schnell in ganz Europa und wurde zur Tradition – die lebendige Krippe oder auch Weihnachtskrippe genannt. Bis heute stellen viele Familien und Kirchen in der Weihnachtszeit Krippen auf, um an die Geburt Jesu zu erinnern.











Mutter Teresa (1910–1997)

Mutter Teresa war eine Ordensschwester und Friedensnobelpreisträgerin, die weltweit für ihren Dienst an den Ärmsten der Armen bekannt wurde. Geboren wurde sie als Agnes Gonxha Bojaxhiu im heutigen Nordmazedonien. Schon früh verspürte sie den Wunsch, Missionarin zu werden. Mit 18 Jahren trat sie dem Orden der Loreto-Schwestern bei und reiste nach Indien, wo sie als Lehrerin in Kalkutta arbeitete.

Ein Ruf in den Slum – eine Lebenswende
Das prägendste Erlebnis ihres Lebens hatte Mutter Teresa 1946 während einer Zugfahrt in den
Himalaya. In einem Moment der Stille und Einkehr
erlebte sie nach eigener Aussage einen inneren "Ruf
Gottes". Dieser habe ihr den Auftrag gegeben, "den
Ärmsten der Armen zu dienen". Sie nannte dies später ihre "Berufung in der Berufung". Mutter Teresa
verließ daraufhin ihren Orden und zog in die Slums
von Kalkutta. Dort lebte sie unter den Menschen,
die niemand sehen wollte: Kranke, Sterbende, Verstoßene. Sie kümmerte sich um sie mit ihren bloßen
Händen, wusch Wunden, tröstete und betete.



Ein Haus für die Sterbenden

Eines ihrer bekanntesten Werke war die Gründung

des "Nirmal Hriday" – des "Hauses des reinen Herzens". Dort durften Sterbende würdevoll ihre letzten Tage verbringen. Viele der Menschen, die sie dort aufnahm, wären auf der Straße verendet.

Bei der Verleihung des Friedensnobelpreises sagte sie: "Ich vergesse nie, wie ich einst einen Mann von der Straße auflas. Er war mit Maden bedeckt. Sein Gesicht war die einzige Stelle, die sauber war. Ich brachte den Mann ins Heim für Sterbende, und er sagte nur einen Satz: 'Ich habe wie ein Tier auf der Straße gelebt, aber nun werde ich wie ein Engel sterben, geliebt und umsorgt.' Und er starb wunderschön … ich spürte, er erfreute sich an dieser Liebe, dass er erwünscht war, geliebt, dass er für jemanden jemand war."

Diese Szene steht sinnbildlich für das Wirken Mutter Teresas: Es ging ihr nie um große politische Forderungen oder Proteste, sondern um einzelne Menschen, um Würde, Nähe und Liebe. Ihre "Revolution" war leise – aber tiefgreifend.

Mutter Teresa sagte oft: "Nicht Armut ist das schlimmste Leid, sondern das Gefühl, nicht geliebt zu sein." Ihre Arbeit weitete sich schnell aus, bald gründete sie den Orden der "Missionarinnen der Nächstenliebe", der heute in über 100 Ländern aktiv ist.







Mahatma Gandhi (1869-1948)

Mahatma Gandhi war ein bedeutender politischer und spiritueller Führer. Er stammte aus Indien und studierte Rechtswissenschaften in London. In Südafrika erlebte er Rassismus – das prägte seinen Einsatz für Gerechtigkeit. Gandhi entwickelte das Prinzip des gewaltfreien Widerstands ("Ahimsa").

Er wurde zur Leitfigur der indischen Unabhängigkeitsbewegung. 1947 wurde Indien unabhängig – ein großer Erfolg seines Einsatzes. Ein Jahr später wurde Gandhi von einem Extremisten ermordet.

Niemand darf wegen seiner Hautfarbe gedemütigt werden

In den Jahren, in denen Gandhi als junger Rechtsanwalt in Südafrika Karriere machen wollte, fuhr er einmal, gekleidet wie ein englischer Gentleman, mit dem Zug in der ersten Klasse durch das Bergland Südafrikas. Der Schaffner aber, dem er sein gültiges Erste-Klasse-Ticket zeigte, verwies ihn unfreundlich in den Gepäckswagen, denn Gandhi war ja kein Weißer. Als er sich daraufhin weigerte, sein Abteil zu verlassen, wurde er von der Polizei aus dem Zug geworfen. Da saß er nun voll Zorn und Ärger mitten in der Nacht auf dem verlassenen Bahnhof und fror, denn die Nächte in den Bergen Südafrikas waren kalt. Diesen Zwischenfall bezeichnete Gandhi später als den Wendepunkt seines Lebens. Nie mehr, so schwor er sich, wollte er tatenlos zusehen, dass jemand wegen seiner Hautfarbe oder wegen seiner Abstammung gedemütigt wurde, wie das damals in Südafrika alltäglich war.

Der Salzmarsch

Die Briten besaßen in Indien das Monopol über Produktion und Verkauf von Salz und verdienten Unsummen durch die Salzsteuer. Arme mussten dafür bis

zu drei Tageseinkommen im Jahr aufwenden. Gandhi organisierte eine große Satyagraha- Kampagne zur Abschaffung der Salzgesetze, diesmal mit gut vorbereiteten Teilnehmenden. Am 12. März 1930 brach er mit 78 Freunden und Freundinnen zu einem großen Marsch von Ahmedabad zur Küste auf, 388 Kilometer. Er war damals 61 Jahre alt. Immer mehr Leute kamen dazu, bald waren es Tausende. Alle Welt verfolgte den Demonstrationszug zum Meer mit und täglich empfing Gandhi die internationale Presse sowie Politiker und Politikerinnen. Geschickt nahm er diese Einzelheit der britischen Ausbeutung zum Anlass, das Ausmaß der Unterdrückung Indiens publikumswirksam darzustellen. Nach 24 Tagen erreichten die Menschen die Küste und brachen das Salzgesetz: Sie schöpften Wasser aus dem Meer, ließen es in der Sonne verdunsten und gewannen so die begehrten Salzkristalle. Überall im ganzen Land ließ man nun in Töpfen auf den Dächern Meereswasser verdunsten und verwendete und verkaufte das gewonnene Salz. 60.000 Menschen wurden verhaftet, auch führende Mitglieder der Kongresspartei wie Jawaharlal Nehru, der spätere erste Premierminister des freien Indien. Erst zähe Verhandlungen zwischen Gandhi und dem britischen Vizekönig ergaben: Inder und Inderinnen durften ab nun ihr Salz selbst gewinnen, die Gefangenen wurden freigelassen, dafür wurde die Bewegung des zivilen Ungehorsams eingestellt. Zu diesen Verhandlungen gibt es eine nette Anekdote: Der Vizekönig, ein schottischer Adeliger, bot Gandhi eine Tasse Tee an, Gandhi zog ein Säckchen Salz hervor, würzte seinen Tee damit und meinte lächelnd: "Selbst gewonnen!"

Anna Melach aus: "... wie aber führt man Frieden? Menschen die dei Welt verändern, , Tyrolia Verlg : Innsbruck-Wien

Martin Luther King Jr.

war ein US-amerikanischer Bürgerrechtler und Baptistenpastor. Er wurde 1929 in Atlanta, Georgia, geboren. King kämpfte gewaltlos gegen Rassentrennung und soziale Ungerechtigkeit. Berühmt wurde er durch seine "I Have a Dream"-Rede 1963 in Washington. 1968 wurde er in Memphis ermordet.

Als Martin Luther King 15 Jahre alt war, fuhr er mit einer Lehrerin in einem Überlandbus von einem Redewettbewerb nach Hause. Vorschriftsmäßig saßen sie auf den für Schwarze bestimmten Plätzen hinten im Bus. Doch bald wurden sie vom Fahrer des Busses aufgefordert, ihre Sitzplätze für einige Weiße zu räumen. Als Martin zögerte, schrie ihm der Busfahrer

zu: "Steh sofort auf, du schwarzer Bastard!" Den Rest der Fahrt, mehrere Stunden lang, mussten sie beide stehen. Martin war wütend, so wütend wie noch zuvor nie in seinem Leben. Wenige Stunden zuvor hatte er einen Preis bekommen für seine Rede über die Rechte der Schwarzen, wie sie in der Verfassung der Vereinigten Staaten garantiert waren. Und jetzt das! Diesen Vorfall vergaß Martin Luther King niemals.

Nimm den Gegnern den Wind aus den Segeln - Der Busstreik

Anlass des berühmten Busstreiks in Montgomery war ein kleiner, fast alltäglicher Zwischenfall: Eines Abends fuhr eine Frau namens Rosa Parks, eine schwarze Näherin, nach einem langen Arbeitstag

mit dem Bus nach Hause. Als sie aufgefordert wurde, ihren Sitzplatz einem später zugestiegenen Weißen zu überlassen, weigerte sie sich. Ruhig und gelassen blieb sie einfach sitzen, ließ sich von dem Busfahrer beschimpfen und schließl ich von der Polizei abführen. Der Fall Rosa Parks war ein klarer Fall von ungesetzlicher Rassendiskriminierung. Denn das Gesetz lautete: "Gleich, aber getrennt". Rosa hatte, sofern sie nicht randalierte, den gleichen Anspruch auf einen Platz im Mittelteil des Busses wie ein Weißer. Auf diesen Vorfall hin organisierte die schwarze Bürgerrechtsbewegung einen Busboykott und Pastor Martin Luther King wurde zum Sprecher der Bewegung gewählt. Am 4. Dezember begann der große Busstreik in Montgomery und Umgebung. 20.000 Schwarze kamen ohne Bus zur Arbeit. Sie organisierten Fahrgemeinschaften, kamen mit dem Fahrrad oder per Anhalter, auf Maultieren oder zu Fuß, oft viele Kilometer weit. Die Busse fuhren fast leer, und alles blieb ruhig. Am Abend hielt Martin in der Kirche vor 3500 Menschen eine Ansprache, weitere 4000 drängten sich draußen. Er rief zum Widerstand gegen die Unterdrückung auf, doch gleichzeitig warnte er vor der Anwendung von Gewalt: "Wir dürfen unsere weißen Brüder nicht hassen!", rief er. "Wir müssen unseren Protest friedvoll, mit christlicher Liebe, fortsetzen, nur dann können wir wirklich etwas verändern!" Rosa Parks wurde vom Gericht zu zehn Dollar Strafe verurteilt und legte Berufung ein. Der Busboykott ging weiter. Aber die Weißen schlugen zurück. Schmähschriften, Beschimpfungen, sogar Morddrohungen

hagelten auf Martin Luther King, seine Freunde und Freundinnen. Und eines Tages explodierte auf der Veranda von Kings Haus eine Bombe. Die ganze Nachbarschaft strömte zusammen und die kleine Gruppe weißer Polizisten, die an den Tatort geeilt war, sah sich einer Menge zorntobender Menschen gegenüber, die Messer, zerbrochene Flaschen und auch Pistolen in den Händen hielten. Da trat Martin Luther King auf den Balkon seines Hauses. Er hob die Hände und fing an zu sprechen: "Hört mir zu! Meiner Frau und meiner kleinen Tochter ist Gott sei Dank nichts geschehen. Legt eure Waffen weg! Wir können dieses Problem nicht lösen, indem wir mit Gewalt zurückschlagen." Die Menschen ließen die Waffen sinken und Martin sprach weiter: " Denkt an die Worte Jesu: Wer das Schwert nimmt, wird durch das Schwert umkommen! Auch wir müssen der Gewalt mit Gewaltlosigkeit begegnen. Jesus ruft uns auch heute noch zu: Liebet eure Feinde! - Diese Botschaft müssen wir verwirklichen: Wir müssen unsere weißen Brüder lieben, was immer sie uns antun!" Nach diesen Worten fingen viele zu weinen an . "Wenn du die Waffen als Erster weglegst", erklärte Martin immer wieder, "nimmst du dem Gegner gleichsam den Wind aus den Segeln. Du gibst ihm damit die Chance, gleichfalls die Waffen wegzulegen und auf Gewalt zu verzichten, ohne sein Gesicht zu verlieren oder sich gedemütigt zu fühlen.

Anna Melach aus: "... wie aber führt man Frieden? Menschen die dei Welt verändern, , Tyrolia Verlg : Innsbruck-Wien