

Symbole für den Advent

Meditationsimpulse für Gruppenstunden, für den Unterricht, für Familiengebete...

„Hände“

Material: Schale (aus Holz oder Glas) – Kerze/ Feuerzeug

Unsere Hände sind offen – unsere Hände sind leer

Wir legen eine Glas- oder Holzkugel in eine Schale, diese bewegen wir so, dass die Kugel an ihrem Boden zu kreisen beginnt – wir schauen in die Kugel, lauschen ihrem Rauschen und warten, bis sie zum Stillstand kommt.

Wir werden still

- unser Blick wird sanft
- unsere Füße werden ruhig
- unsere Hände werden weich/wir legen sie auf die Knie, mit der Handfläche nach oben, dass sie sich zu einer Schale formen lassen – unsere Schale aus Händen ist leer; sie ruft nun förmlich: „Wir sind ganz leer und offen“.

Die Schale kommt in die Mitte, wir stellen die Kerze auf und zünden sie an.

Wir singen (mit der Melodie aus dem Lied „Ich denke an dich“)

„Roke so tihe.

Die Hände sind still.

Roke so prazne.

Die Hände sind leer.

Pravijo: Pridi k nam, Gospod“ (2x)

Sie sagen: Komm zu uns, o Herr“ (2x)

„Der Apfel“

Material: 1 Korb mit Tuch; 1 großer roter Apfel; Musik für den Hintergrund; Kerze; Feuerzeug

Ein Apfel – rund, reif und rot

Einen Apfel, gewickelt in ein Tuch, legen wir in die Mitte; jeder im Kreis öffnet ein Ende des Tuches, bis der Apfel aufgedeckt vor uns liegt – danach reichen wir den Apfel von einer Hand zur nächsten – beobachten ihn und versuchen ihn zu spüren.

- Variante 1: wer wünscht, geht mit dem Apfel in den Kreis, bevor man ihn in die Mitte legt
- Variante 2: jemand öffnet die Hände und bildet mit ihnen eine Schale, schließt die Augen und wartet, bis ihm der Apfel von oben in die Hände fällt (welchen ein anderes Kind loslässt)

Wir träumen/wir spielen mit dem Apfel – es folgt eine Körper-Meditation (eventuell mit ruhiger Musik im Hintergrund):

Zunächst bin ich ein kleiner brauner Kern. Versteckt in der Erde warte ich, dass mich der Himmel wachsen lässt

Langsam werde ich größer

Ich strecke meine Wurzeln der Erde entgegen ...

Und wachse hoch – der Sonne entgegen

Ich werde größer und größer und brauche viel Platz

Ich wachse mit der Kraft der Sonne und der Fische im Wasser

Und wenn du von meinen Früchten isst,

so wirst auch du groß und stark, wie ein Baum

- Wir liegen eng zusammen am Boden

Mögliche Aktionen: Den Apfel teilen – ihn zusammen essen; gebackene Äpfel mit Marmelade und Vanillesauce vorbereiten.

- Langsam richten wir uns auf
- Mit den Füßen schlage ich kräftige Wurzeln in den Boden
- Ich bewege ganz langsam meine Fingerspitzen nach oben
- Ich hebe die Hand, strecke sie auf die Seite – drehe sie
- Mit den Händen mache ich einen großen Bogen
- Mit den Fingerspitzen verdränge ich das Wasser von meinem Körper von oben bis nach unten
- Mit beiden Händen pflücken wir Äpfel/die Hände wandern vom Mund zum Bauch.
- Mit beiden Beinen stehen wir gefestigt am Boden, die Hände strecken wir hoch

„Tannenzweig“

Material: Grünes Tuch/Serviette – Tannenzweige – Körbe – Kerze/ Feuerzeug – Adventkranz

Kleiner Zweig, der uns große Hoffnung bringt ...

Wir versammeln uns – wir legen in die Mitte ein grünes Tuch/Serviette.

Wir beobachten die grüne Farbe – an was denken wir dabei? Wir schließen die Augen und träumen von allem, das grün ist (Wiesen, Wälder, Grashalme, Blätter, Pflanzen ...)

Wir reichen uns den Korb, in dem der noch verdeckte Tannenzweig liegt; jedes Familienmitglied versucht zu ertasten, was sich im Korb befindet.

Wir beobachten den Zweig in unserer Mitte!

Draußen ist die Natur nun kalt, kahl, hart, wie ohne leben. Nur der Tannenzweig behält seine grüne Farbe im Winter. Bereits jetzt erzählt er uns vom Frühling und versucht uns in dunklen Zeiten Hoffnung zu verleihen.

Jedes Familienmitglied bekommt seinen eigenen Zweig, beobachtet ihn und streicht ihn, riecht seinen Duft und berührt damit (mit geschlossenen Augen) sanft die Wangen seines Nachbarn.

Den Zweig verleihen wir eine Stimme:

„Ich komme aus dem Wald.“ „Ich dufte.“

„Ich habe spitze Nadeln.“ – „Bald werde ich geschmückt.“

Den Zweig legen wir zum Kreis – stellen in die Mitte eine Kerze oder den Adventkranz.

Wir singen das Lied (aus der 1. Einheit)

Wir beten/ zünden eine Kerze an

Guter Gott,
der Zweig erleichtert uns die Hoffnung.
Die Zeit wird nämlich reif.
Du opferst uns deinen Sohn.
Jesus wir warten auf dich! Amen.

„Licht“

Material: Teelichter – Kerze/Feuerzeug – goldene Bänder

Wir warten in der Dunkelheit

Wir gestalten unsere Umgebung: Jedes Familienmitglied stellt sein Teelicht so, dass ein Kreis entsteht – in die Mitte legen wir eine Kerze, eventuell legen wir von dem Kreis goldene Bänder, wie „Strahlen“, jedoch zünden wir die Kerzen noch nicht an.

Wir schalten das Licht aus / sitzen einige Augenblicke im Dunkeln, fassen uns bei den Händen – einer von den Familienmitgliedern spricht vor, die anderen nach (flüsternd):

Wir warten im Dunkeln.
Wir warten auf Licht
Gott selbst wird kommen.
Habt keine Angst!

Die Kerze in der Mitte zünden wir an – beobachten ihre Flamme

- unsere Hände zeigen, wie sich die Flamme bewegt/wie sie tanzt; die Flamme beruhigt sich/ auch wir werden ganz ruhig
- jeder hält nun seine Hände so über der Flamme, dass man seine Wärme spüren kann
- jeder, der wünscht, kann mit der Flamme einmal im Kreis (um den Tisch) gehen und die Kerze wandert von Hand zu Hand zwischen den Familienmitgliedern
- Vater/Mutter hält dem Kind eine Kerze vors Gesicht – das Kind öffnet seine Augen erst, wenn ihm vor geschlossenen Augen hell wird bzw. wenn es die Wärme verspürt

Wir überlegen uns Gebete/ dafür zünden wir die Teelichter an

„Jesus, du bist unser Licht!“
„Jesus, du bist unser Weg!“
...unser Schatz!“
...unser Hirte!“
...unser Leben!“

Bemerkung: „Maranatha“ ist ein biblischer Begriff, der uns durch den Advent begleitet. Ausgewählt vor allem für Kinder, da Kinder offen für neue, fremd klingende Wörter und Namen sind und sich diese leicht merken und im Kopf behalten.

Ideen von Andreja Lepuschitz