

# GEDANKEN ZUM 1. ADVENTSONNTAG

## ADVENT 2021



Bild: Florian Neuner | In: Pfarrbriefservice.de

**Zeit der Erwartung, des Sich- Bereitens für die Ankunft des Herrn. Eine feierliche und besinnliche Zeit. Nehmen wir uns doch Zeit!**

Die erste Kerze anzünden.  
Schweigen.  
Durchatmen.  
Zur Ruhe kommen.

Verabschieden von dem,  
was mich bedrückt.  
Loslassen,  
was mich fesselt.

Frei werden,  
um diesen Augenblick  
mit allen Sinnen  
bewusst zu erleben.

In die Flamme der Kerze schauen,  
ihrem Lichtkreis folgen,  
ihre Wärme spüren,  
ihren Duft einatmen.

Zulassen, dass die Gedanken  
kommen und gehen.  
Weihnachtlicher Vorfrende  
in mir Raum geben.

## **Adventswunsch**

**Ich wünsche dir,  
im Getriebe der Vorweihnachtszeit  
still zu werden,  
Körper und Geist zu entspannen.**

**Lass die Hektik des Alltags  
von dir abfallen  
und deine Gedanken  
zur Ruhe kommen.**

**Halte dich fern  
von Zeitdruck und Hektik,  
damit du zu dir selbst findest,  
zu Gelassenheit und innerem Frieden.**

**Spüre der Stille nach,  
die immer schon in dir ist,  
damit du im Schweigen  
Gottes Stimme in dir vernimmst.**

**Gott, wachend und betend wollen wir dich suchen.  
Komm du uns entgegen. Amen.**

Einen Advent, wie in den oben beschriebenen Texten von Gisela Baltes wünscht  
euch Pfarrer

*Josef Pesendorfer*