

ZWISCHEN DEN JAHREN

ist eine Aktion der Evangelischen Kirche von Kurhessen Waldeck
Arbeitsstelle gemeinschaftlich feiern
Referat Gemeindeentwicklung und Missionarische Dienste
Referat Gottesdienst und Theologie
Stabsstelle Kommunikation

Das Gebet „In meiner Mitte“ - Abdruck mit freundlicher Genehmigung
Giannina Wedde, In winterweißer Stille - Ein Begleiter durch die dunkle
Jahreszeit (c) Vier Türme GmbH-Verlag, Münsterschwarzach 2021.

Die Rechte der Texte liegen bei den Autorinnen und Autoren.

Nina Wetekam	Einstimmung, Ausblick
Kerstin Schröder	1 nachtstill
Lars Hillebold	2 nachtrauh
Margit Zahn	3 nachklang
Kirsten Pflüger-Jungbluth	4 nachtdunkel
Kathrin Wittich-Jung	5 nachtklar
Miriam Küllmer-Vogt	Sprecherin
www.davidheise.de	Videoproduktion

zwischen den Jahren

FÜNF NÄCHTE FÜNF SINNE

Die Texte



0561 9378-1225
zwischenenjahren@ekkw.de



hören +
sehen

E i n s t i m m u n g

Sich Zeit nehmen und still werden. Das alte Jahr bedenken und das neue Jahr begrüßen - das wünschen sich viele für diese Zeit. Die Tage sind kurz, die Nächte lang. Vergangenes wird verabschiedet, und das Neue ist noch nicht da.

Mit Worten, Bildern und Anregungen für ein kleines Ritual begleiten wir dich vom 27. Dezember bis zum 1. Januar durch diese besondere Zeit „zwischen den Jahren“.

Unsere Impulse erreichen dich kurz vor der Abenddämmerung und laden dich ein, die Nacht aus einer besonderen Perspektive anzuschauen und zu erleben. Wenn du magst, gestalte dir einen passenden Rahmen: Koch dir einen Tee. Zünde eine Kerze an. Richte dein Inneres aus. Werde still. Komm bei dir selbst an.

Lass dich mit uns ein – auf die Zeit zwischen den Jahren.

n a c h t s t i l l

1. Abend

Stille. Kein Laut. Nacht:still
In der Stille leer werden –
von Worten und Gedanken,
von Vorstellungen und Bildern.
Die Unruhe lassen.
Die Stille hören,
fühlen, anfassen.
Lass dich in die Stille fallen.
Spüre den Segen, den sie birgt.
Atme.
Spüre deinem Atem nach.
Höre ihm zu
und lausche seinem Takt.
Bis dein Atem ganz ruhig wird.
Wunderbarer Lebensatem,
von Gott eingehaucht.
Sei gesegnet in der Stille.

N

E

R

O

H

n a c h t r a u h

2. Abend

Rauh ist die Nacht. Rauh war die Welt dieses Jahr. Das Jahr geht zu Ende. Die Gewalt nicht. Die Haut der Erde ist rissig und trocken. Könntest du sie doch salben!

Z

E

Dafür jetzt alles ablegen. Auch das Handy. Alles aufhören. Nur zuhören. Die Hände sind frei. Steh auf. Du findest eine Creme bei dir zu Hause. Oder ein Öl? Ein wenig davon fließt in deine Hand. Einreiben. Die andere Hand kommt einfach dazu. Du fühlst sie beide.

L

H

Rauh war dein Jahr. Mal rissig. Manchmal trocken. Ein neues Jahr zieht auf. Und Segen soll wieder einziehen. In deine Hände. In dein Leben. In deine Welt. In unsere Welt. Du kannst sie salben. Du segnest dich. Gott kann man fühlen. In rauen Nächten besonders.

Ü

F

n a c h t l a n g

3. Abend

Eine Nacht kann lang werden. Du weißt das. Wenn du nicht schlafen kannst. Wenn dich nicht loslässt, was war. Was ist. Was sein wird. Wenn immer noch ein Gedanke kommt und noch einer und noch einer ... und immer der gleiche.

N

E

K

C

E

M

S

H

C

S

Eine Nacht kann lang werden. In Furcht vor dem nächsten Tag. Ist es Zeit, liegen zu bleiben? Oder ist es Zeit, aufzustehen, zur Unzeit und trotz Dunkelheit? Steh auf! Geh ein wenig umher. Iss etwas. Trink etwas. Halte dich warm. Und fürchte dich nicht.

n a c h t d u n k e l

4. Abend

Riechst du es? Was immer dich umgibt. Riecht es gut? Wenn es dunkel ist, ist der Geruchssinn geschärft. Ein Neugeborenes kann noch nicht viel sehen, aber riechen kann es schon sehr gut.

Z

E

H

C

E

I

R

Als Jesus im Stall von Bethlehem geboren wurde, roch es nach Stroh, nach Tieren, nach einer Mutter, einem Vater – nach Weihrauch und Myrrhe.

Wonach riecht das alte Jahr? Welcher Duft löst schöne Erinnerungen aus? Und was liegt jetzt in der Luft?

Schnuppere mal! Folge deiner Nase und suche nach einem Duft, der dir gefällt! Genieße. Bewahre den Moment in deinem Herzen!

n a c h t k l a r

5. Abend

Heute siehst du klar. Du schaust auf das Jahr zurück, das hinter Dir liegt. Du siehst das Glitzern, das deinen Weg säumt.

N

Du siehst die Schatten, durch die du gegangen bist. Du siehst die Menschen, die mit Dir durch das Jahr gegangen sind. Klarheit umgibt dich. Und Friede. Jetzt. Das Neue kommt. Noch siehst du nicht, wie es sein wird. Wie auch? Aber für Jetzt siehst du klar.

E

H

Geh hinaus. Doch bevor du über die Schwelle trittst, halte kurz inne. Denk noch einmal an das Vergangene. Dann geh über die Schwelle. Atme tief ein und schau dich um. Ziehe los, in den Abend hinaus – mit klarem Blick und ruhigem Herzen gehst du den ersten Schritt ins neue Jahr.

E

S

A u s b l i c k

Frisch und unbeschrieben liegt das neue Jahr vor uns. Mit kleinen und großen Hoffnungen und Träumen. Mögest du mit Klarheit und Entschlossenheit und ohne Furcht in das neue Jahr weitergehen.

Dieses Gebet „In meiner Mitte“ von Giannina Wedde kann dabei deine Begleiterin sein:

Ich nehme die Vergangenheit in mein Herz,
die zu mir gehört und die ich nicht ändern kann.
Ich nehme die Gegenwart in mein Herz,
die ich forme,
mit schöpferischen Händen.

Ich nehme die Ungewissheit in mein Herz,
das Neue, das mich erstaunt,
das Fremde, das mich irritiert.
das Morgen, das ich nicht kenne,
die Dinge, die ich nicht ändern kann
und die angenommen sein wollen.

Ich nehme die Welt in mein Herz,
mit ihrer Schönheit und ihren Gaben,
mit ihren Fragen und Wunden,
mit den Menschen,
die darin leben wie ich
und die ihre eigenen Kämpfe bestehen
müssen, vor denen ich nur Achtung
haben kann.

Ich atme und werde in Gottes Atem und Werden,
mit einem Licht in meiner Mitte,
das alle Geschöpfe teilen.