

Gott ist bei uns ...

... in Gesundheit, Krankheit und Alter.
Ein Begleiter durch den Advent 2024



adveniat

für die Menschen
in Lateinamerika

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Schwestern und Brüder im Glauben!

„Glaubt an uns – bis wir es tun!“ 2024 stellt Adveniat die Jugendlichen ins Zentrum der Weihnachtsaktion. Die Jugend Lateinamerikas lebt in einem täglichen Konflikt. Zum einen bedrohen Armut, Hunger, fehlende Bildung und Arbeit, Gewalt und Perspektivlosigkeit das Leben der Jugend in der Gegenwart und in der Zukunft. Hoffnungslosigkeit breitet sich aus. Jugendliche finden kaum ihren Platz in dieser Gesellschaft. Andererseits gibt es in Lateinamerika vielversprechende Ansätze gelungener Jugendarbeit. Jugendliche fühlen sich angesprochen und ernst genommen. Sie finden Orte, an denen sie ihre Talente und Fähigkeiten ausleben dürfen, ja, an denen sie gefördert werden. Dadurch beginnen sie, wieder anzupacken und sich gestalterisch einzusetzen. Adveniat freut sich, interessante Projektpartnerinnen und Projektpartner in Lateinamerika begleiten und finanziell unterstützen zu dürfen, damit sie genau diese Arbeit machen, nämlich an die Jugend zu glauben.

Unterdessen ist es schon eine kleine Tradition, dass Adveniat den älteren und kranken Menschen in Deutschland jedes Jahr von neuem einen Adventsbegleiter vorstellen darf. Dieser möchte in manchmal dunklen Stunden eine Hilfestellung und Stütze sein. Der Hoffnungs- und Perspektivlosigkeit wollen wir Hoffnung und Zuversicht gegenüberstellen: An 24 Tagen laden Sie alphabetisch geordnete Wortpaare mit kurzen Betrachtungstexten dazu ein, mit dem ersten Wort die Situation von Krankheit und Alter, mit dem zweiten die adventliche Hoffnung zu meditieren. Meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei Adveniat und ich wünschen Ihnen eine gute, fruchtbare Advents- und Weihnachtszeit und die Erfahrung der Nähe des Mensch gewordenen Gottessohnes.



Mit herzlichen Grüßen

P. Martin Maier SJ

Pater Martin Maier SJ
Hauptgeschäftsführer
Adveniat

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Adventsbegleiter zur diesjährigen Adveniat-Weihnachtsaktion lenkt unseren Blick auf die Jugendlichen in Lateinamerika. „Glaubt an uns – bis wir es tun!“, so lautet das Motto im Jahr 2024.

Es ist ein Aufruf der Jugend, sich nicht passiv von der Aussichtslosigkeit, Gewalt und Armut mitreißen zu lassen, sondern sich aktiv für eine gerechte Welt einzusetzen. „Ohne euch, liebe Jugendliche, gibt es keine Chance für einen Neuanfang.“ So hat Papst Franziskus die Rolle und Bedeutung der Jugend in der Welt während des Weltjugendtags 2021 beschrieben. Er traut den Jugendlichen den Neuanfang zu und schenkt ihnen das notwendige Selbstvertrauen dafür! Denn „um aufzustehen, braucht die Welt eure Kraft, eure Begeisterung und eure Leidenschaft“, so Papst Franziskus.

Den Mut und die Kraft, immer wieder aufzustehen, die wünsche ich auch Ihnen, die Sie sich derzeit vielleicht durch persönliche Umstände eher mut- oder kraftlos fühlen!

Ich freue mich, dass die Weihnachtsaktion in diesem Jahr in Augsburg eröffnet wird. Allen Projektpartnerinnen und -partnern und allen Unterstützerinnen und Unterstützern von Adveniat sage ich ein herzliches Willkommen in Augsburg.

Ich wünsche Ihnen eine frohe und gesegnete Adventszeit.



*Bischof Dr. Bertram Meier
Bischof von Augsburg*

IMPRESSUM

Herausgeber: Bischöfliche Aktion Adveniat e. V. · P. Martin Maier SJ
Anschrift und Kontakt: Gildehofstraße 2 · 45127 Essen
Telefon 0201 1756-0 · kontakt@adveniat.de
Redaktion: Thomas Jung
Gestaltung: Werbeagentur unikat GmbH – www.unikat.net
Fotonachweis: Adveniat · Druck: MEO Media
www.adveniat.de



1. Advent

Jer 33,14-16 · 1 Thess 3,12-4,2 · Lk 21,25-28.34-36

Angesichts der aktuellen Großwetterlage in Politik und Wirtschaft wird einem angst und bange. Wie oft kommt die Frage: „Wie soll das nur weitergehen?“ – „Wo soll das enden?“ Oder es ist sogar die Feststellung zu hören: „Es geht unserem Ende entgegen!“ Die momentanen Kriege haben ein unglaubliches Zerstörungspotential. Sie bringen sehr viel Leid und Tod. Selbst Hartgesottene können keine Nachrichten mehr sehen. Allerdings handelt es sich nicht um Katastrophen, die von fremden und unbekanntem Mächten verursacht werden. Wir kennen die Namen und Gesichter der Autoren, wir wissen um die Gründe und Ursachen: Dieses Leid ist menschengemacht. Habgier und Machtgelüste stürzen die Welt ins Verderben.

Und wir haben Angst, ja. Gleichzeitig lädt uns das heutige Evangelium ein, nicht zuzulassen, dass diese Angst das letzte Wort hat. Angst lässt uns nämlich klein werden; wir verkriechen uns und schließen uns ein. Angst lässt uns passiv und ohnmächtig werden – das genaue Gegenteil von dem, zu dem uns Jesus und das heutige Evangelium einladen. Seid wachsam! Das bedeutet, dass wir aufmerksam und achtsam sein dürfen. Das ist aktive Erwartung und Engagement. Das bedeutet, dass wir in unserem direkten Umkreis dafür sorgen dürfen, dass Zerstörung menschlicher Beziehung NICHT möglich ist. Ganz im Gegenteil: Wir bauen Menschlichkeit auf – im Alltag, im Kleinen, nah und fassbar. So funktioniert echtes Gebet – und der Menschensohn kann kommen. So verschwindet die Angst nicht, aber sie wird überwunden.

A

Sonntag, 1. Dezember

Adveniat

„Adveniat regnum tuum“ –
„Dein Reich komme“.

Vor rund sechzig Jahren war diese Bitte aus dem Vaterunser das Leitwort bei der Gründung einer Solidaritätsaktion für die Christen in Lateinamerika und in der Karibik. Heute fühlen sich Christen in aller Welt als große geschwisterliche Gemeinschaft. Sie beten für den Anbruch des Gottesreiches. „Das Reich Gottes kann ich auch in meiner Situation des Krankseins oder des Alters erleben.“

Vater, lass dein Reich auch bei mir, hier ganz konkret, spürbar werden.

Ankommen

„Ich bin in meinem Altsein angekommen, vielleicht auch in meinem Kranksein – ganz bestimmt aber im Advent.“ Hier und jetzt bleibt mir eine Menge Zeit zum Nachdenken: Ich kann und möchte auch versuchen, bei mir selbst anzukommen: Wer bin ich? Was erhoffe und wünsche ich mir? Was ist mir wichtig und wertvoll im Leben?

Herr, schenke mir Gelassenheit, diese Zeit für mich selbst zu nutzen: Vielleicht schaffe ich es, dich wieder ganz neu zu entdecken – auch auf diesem 24-tägigen Weg zum Kind in der Krippe.

B

Montag, 2. Dezember

Beziehung

Die Menschen in den Anden glauben, dass alles mit allem in einer inneren Beziehung steht und dass wir unsere Fülle miteinander erschließen. Sie sehen darin die Menschen als Mitmenschen und glauben, dass das für die ganze Schöpfung gilt, für Himmel und Erde, Mond und Sonne, Frau und Mann usw. Den Zusammenhang der Dinge im Leben zu entdecken, das ist in der Zeit einer Krankheit oder auch des Älterwerdens eine neue Aufgabe. Ich selbst, meine Familie und die Freunde – die Beziehungen – verändern sich.

Herr, stärke uns und verändere uns, begleite uns in der Herausforderung der Krankheit oder des Alters.

Barbarazweig

Am 4. Dezember, dem Tag der heiligen Barbara, werden Zweige von Obstbäumen geschnitten und in einer Vase in der Wohnung aufgestellt. Um den Heiligen Abend blühen sie und erzählen so vom neuen Leben.

Ich schneide mir an diesem Tag einen Zweig ab und stelle ihn in eine Vase oder bitte jemanden, das für mich zu tun. Gott, lass auch mir das Leben blühen.



C

Dienstag, 3. Dezember

Chemie

Unsere Gesundheit wird oft durch die Einnahme von Medikamenten möglich. Diese unterstützen unsere Heilung. In Lateinamerika fehlen sie jedoch oft. Gleichzeitig können Medikamente – aber auch Speisen und Getränke – unerwünschte Nebenwirkungen haben. Wir wollen verstärkt auf gesunde und ausgeglichene Ernährung achten! – Außerdem ist manche Krankheit ein Hinweis darauf, dass etwas meiner Seele nicht gut tut.

*Herr, lass mich auf die Signale
meines Körpers und meiner Seele
achten und erspüren,
was meiner Gesundheit guttut.*

Christus

Christus, das bedeutet: der Gesalbte. Seine Ankunft feiern wir am Weihnachtsfest. Er will uns auch beim Älterwerden und in der Krankheit begleiten. Er kommt als verletzliches, schutzbedürftiges kleines Kind in diese Welt und teilt unsere Schwäche und den Schmerz. Allein die Liebe Gottes, seines Vaters, ist ihm Halt und Schutz.

*Herr, vielleicht kann auch ich
gerade jetzt in meiner Schwachheit
andere durch Rat und Gebet stärken
und begleiten.*

D

Mittwoch, 4. Dezember



Dekoration

Im ganzen Haus, an den Fenstern und auf den Tischen deuten kleine Zeichen auf den Advent hin: Schleifen, Kerzen, Äpfel, Zweige. Auch der Blick aus dem Fenster zeigt: Es ist Advent! Gott kommt zu uns.

*Herr, mache mich wach
für dein Kommen!*

Diagnose

Wieder so ein Fremdwort! Diagnose, das heißt wörtlich Erkenntnis, Entscheidung. Die Ärzte prüfen mich „auf Herz und Nieren“ und erkennen, ob und an welcher Krankheit ich leide. Danach entscheiden sie über die Heilmethoden. Mein Körper hat Warnzeichen gegeben. Ärzte sind Fachleute, die diese Zeichen deuten. Auch Gott nimmt mich ganz in den Blick. Aus seiner Fürsorge kann ich nie herausfallen.

*Gott, ich danke dir, dass du mich siehst.
Hilf mir, damit ich weder mich noch
meine Mitmenschen – hier und in
Lateinamerika – aus meinem Blick
verliere.*

E

Donnerstag, 5. Dezember

Engel

Jetzt haben sie Hochkonjunktur, die Engel: in den Geschäften, auf den Märkten und in den Texten der Bibel. Gabriel hat Maria angekündigt, dass sie Gottes Sohn zur Welt bringen wird. Ein anderer Engel rät Josef, seine Braut Maria trotz aller Zweifel zur Frau zu nehmen. Engel sind stille, aber engagierte Begleiter der Menschen. Auch hier bei mir, als krankem oder älter werdendem Menschen. Sie sind sichtbar und unsichtbar. Ich erlebe ihre wohltuende Wirkung.

*Herr, öffne meine Augen und mein Herz,
damit ich das Wirken deiner Engel erkenne
und dankbar annehme.*



Erholung

Das Älterwerden und Kranksein können recht anstrengend werden. Momente der Erholung sind sehr wichtig: eine Massage, ein Besuch, ein nettes Telefongespräch, eine Kaffeetunde, ein Ausflug in die Natur ... Dazu braucht es Vertrauen und die Lust, immer wieder aufzubrechen und Ja zu sagen. Gott des Lebens, gib mir immer wieder den Mut, zum Leben Ja zu sagen.

Herr, stärke uns, dass wir die Stunde der Einsamkeit teilen und Raum miteinander erschließen.

F

Freitag, 6. Dezember

Fühlen

„Wie fühlen Sie sich?“ Gute Ärzte und Pflegekräfte schauen nicht erst auf Kurven und Werte. Sie schauen mich an, prüfen die Färbung meiner Haut und vor allem: Sie fragen mich nach meinem Befinden. Dies kann auch ich mich selbst fragen: Wie fühle ich mich?

*Herr, lass mich ehrlich
mit mir selbst sein.*

Frieden

Unterdessen habe ich viel Zeit zum Nachdenken. Viel Zeit, manchmal mehr, als mir lieb ist. Manches kommt hoch, was mich belastet. Mit manchen Menschen habe ich bisher keinen Frieden gefunden. Und mein Leben? Wie war mein Leben bis jetzt? Stehe ich auf meinem Platz oder habe ich oft neben meiner Lebensspur gestanden? Mein Leben bleibt Stückwerk. Ich lasse das Unfertige in meinem Leben zu, nehme es mit Gelassenheit an.

*Herr, du liebst mich so, wie ich bin,
auch mit meinen Fehlern und Schwächen.
Hilf mir, mich selbst in Liebe anzunehmen,
und schenke mir deinen Frieden.*



G

Samstag, 7. Dezember



Geschenk

Das Leben ist ein Geschenk – ebenso auch die Geburt Jesu. Wir warten darauf, dass Gott uns seinen Sohn schenkt. Die Freude darüber teilen wir aus in unseren Geschenken, vielleicht auch in Solidarität mit den Menschen in Lateinamerika und der Karibik.

Herr, der du dich mir schenkst, mache mir meine Gaben bewusst, damit ich sie teilen kann.

Gesundheit

Wir Menschen sind nicht perfekt, wir sind nicht in uns selbst geschlossen. In Zeiten der Krankheit oder des Älterwerdens zeigt sich das anders, als wenn wir es von einem Kind sagen. Das Kind kann sich entwickeln und braucht Hilfe. Was brauche ich jetzt? Gesundheit meint vielleicht nicht nur einen Zustand des körperlichen Wohlfühls.

Gott, hilf mir, dass mich Schmerz, Leid, Unwohlsein und Schwäche nicht zermürben. Schenke mir Ruhe und Kraft zur Gesundheit – auch zur Gelassenheit.

H

Sonntag, 8. Dezember

Hoffnung

Von der Hoffnung singen so viele Adventslieder. Mein Leben, meine Existenz ist ein „Kontinent der Hoffnung“ für diese Welt – diese Bezeichnung wählt Adveniat für Lateinamerika. Wir hoffen auf ein Gutes Leben: für uns und für andere.

Herr, gib mir Hoffnungszeichen, wenn ich zu resignieren drohe. Lass mich Hoffnung schenken, wenn andere resignieren.

Heilsam sein

Uns verbinden als Christen weltweit eine Reihe von Zeichen, die wir uns aneignen können. Es ist das gute Wort, der Segen, das „Gut, dass es Dich gibt“. Sprechen wir uns immer wieder diesen Segen zu – als Dank an andere und als Wunsch für das Wohlbefinden anderer. Segnen heißt im Spanischen „bendecir“ und bedeutet „Gutes sagen“. Dass es uns gut geht, ist der Wunsch Gottes für uns.

Herr, stärke uns und stärke meine Hoffnung und meinen Glauben, dass ich meinen Weg gehe – wie er auch sei.





2. Advent

Bar 5,1-9 · Phil 1,4-6.8-11 · Lk 3,1-6

Wahrscheinlich haben Sie den Namen des Priesters Álvaro Ulcué Chocué noch nie gehört. Er war der erste Indigene, der in Kolumbien Priester wurde. 1973 geweiht, wollte er immer mit seinem Volk der Nasa im Süden des Landes arbeiten. Nach den ersten Kaplansjahren wurde er tatsächlich Pfarrer in einem indigenen Reservat im Erzbistum Popayán. Von Anfang an war es ihm ein Anliegen, als Priester an der Seite der ausgebeuteten Menschen zu stehen, also auch seines Volkes, das durch Landraub immer wieder ausgebeutet wurde. Die ureigensten Rechte, z. B. auf eigene Organisationsformen, auf Land, Bildung und Gesundheit, wurden immer wieder verletzt. Viele Indigene verloren dabei auch ihr Leben. Es dauerte nicht lange, bis auch P. Álvaro verleumdet und verfolgt wurde. Obwohl er seinem Volk das Evangelium vom Leben verkündigte, wurde er selbst 1984 in einem Hinterhalt erschossen – Großgrundbesitzer hatten dafür gezahlt.

Solche Geschichten sind nicht neu für uns. Wenn wir die Bibel lesen, erleben wir immer wieder aktuell, dass Menschen ihren Einsatz für die Gute Nachricht vom Reich Gottes mit Verfolgung, Schmerz und Tod bezahlt haben. Das ging Jesus so – und das ging auch Johannes dem Täufer so, von dem wir heute im Evangelium lesen und hören. Wer Zeugnis vom Reich Gottes gibt, kommt sich immer wieder wie eine „Stimme in der Wüste“ vor: Wer möchte eine solche Botschaft schon hören? Wer inmitten von Korruption und Täuschung von der Wahrheit spricht, hat keine Chancen: vor 2000 Jahren nicht und heute ebenso wenig. Wer inmitten von Machtgelüsten und Geldgier von Gerechtigkeit und Frieden spricht, wird mundtot gemacht: damals und heute. Und dennoch verkündet Johannes der Täufer: „Alles Fleisch soll schauen Gottes Heil!“ Es geht um unser Heil, um gutes Leben! Auch für uns und für Sie.

I

Montag, 9. Dezember

Infusion

Wie es langsam aus der Flasche tröpfelt, so geht es meinem Empfinden nach auch mit der Heilung voran: Tropfen für Tropfen. Es ist kein Tropfen auf den heißen Stein! Alles braucht seine Zeit!

Herr, lass mich diese Erfahrung als Schule für mein Leben annehmen: Dass ich lerne, Schritt für Schritt voranzukommen, und Geduld dazu finde.



Innehalten

Atmen: Unbewusst atme ich ein. Eine Pause. Dann lasse ich den Atem langsam entweichen. Wieder eine Pause. Wie der Atem, so braucht auch mein Leben Unterbrechungen und Auszeiten, bewusst wahrgenommen. Die Pausen gehören zum Rhythmus des Lebens. Denn wir sind keine Maschinen! Der Advent ist so eine große Zeit des Innehaltens am Ende eines geschäftigen Jahres. Auch in Krankheit und Alter habe ich Zeit zum Innehalten. Ja, ich nehme diese Auszeit bewusst an!

Herr, gib mir, dass ich den Advent füllen kann mit der Stille, mit dem Innehalten.

J

Dienstag, 10. Dezember



Ja sagen zu Jesus

Als der Engel zu Maria kam und ihr ankündigte, sie werde den Sohn Gottes gebären, sagte sie: „Ja.“ Sie sagte Ja zu einem Leben, das nun anders verlaufen sollte als sie geplant und vermutet hatte. Die Menschen in Lateinamerika wünschen sich ein Leben, bei dem die elementaren Grundbedürfnisse befriedigt werden: Bildung, Gesundheit und Nahrung. Mein Ja zu Jesus hat zur Folge, dass ich auch zu diesen Menschen Ja sage und sie solidarisch unterstütze.

Hilf mir, Herr, mein Leben anzunehmen, gerade dann, wenn es anders kommt. Hilf mir, auch das Leben anderer anzunehmen und aktiv zu unterstützen.

Jammern

Manchmal bin ich nicht ich selber. Ich jammere gerne. Weil es nicht mehr so geht! Weil es mir weh tut! Weil ich für alles länger brauche! Weil ich auf die Hilfe anderer angewiesen bin! Weil es mir Kraft nimmt! Manchmal tut das Jammern und Stöhnen richtig gut. Dann gibt es auch Momente, in denen ich um des Jammerns willen nörgele. Ich igele mich in meinem Elend ein. Ob ich mir selbst und meinen Mitmenschen damit Gutes tue?

Herr, schenke mir den Mut, um Hilfe bitten zu können, und mache mich von mir selbst frei.

K

Mittwoch, 11. Dezember



Kerzen

Als einmal ein König seinen drei Söhnen zur Aufgabe machte, einen leeren Raum zu füllen, ging einer als Gewinner hervor: Er zündete in der Mitte des Raumes eine einzelne Kerze an, die den ganzen Raum mit Licht erfüllte. Kerzen sind Zeichen, dass unser Leben mit Licht und unser Alltag mit Hoffnung erfüllt sein sollen, auch mit Hoffnung auf Heilung.

Ich bitte jemanden, für mich eine Kerze anzuzünden. Herr, dein Licht scheint in unser kleines Leben und in die ganze große Welt. Ich danke dir dafür.

Krank sein

„Eine menschliche Gesellschaft ist eine Gesellschaft aus Angewiesenen“ (Thomas Meurert). Es fordert heraus, dass wir nicht nur in Alter und Krankheit an Grenzen kommen. Das kann unser Miteinander verändern und unser alltägliches Menschenbild bedrängen.

Herr, schenke mir, dass ich es annehmen kann, angewiesen zu sein, und andere dabei nicht überfordere.

L

Donnerstag, 12. Dezember



Leiden

Leiden und Schmerzen verändern uns, vor allem wenn sie ganz plötzlich viele Menschen betreffen. Die Dinge gehen nicht so selbstverständlich weiter wie bisher. Dies haben wir mit der Corona-Pandemie besonders schmerzlich erfahren.

Herr, hilf mir und hilf uns, mit Leiden und Schmerzen umgehen zu können – auch wenn wir das Warum nicht beantworten können.

Licht

„Das Volk, das im Dunkel lebt, sieht ein helles Licht; über denen, die im Land der Finsternis wohnen, strahlt ein Licht auf“, verheißt der Prophet Jesaja (9, 1). Geraldo Majella Agnelo, früherer Erzbischof von Salvador da Bahia in Brasilien, deutet den Satz so: „Darin liegt ein Versprechen für jeden Menschen, der unter der Last seiner Lebensbedingungen stöhnt.“ Mit der Geburt des Gottessohnes strahlt ein neues Licht in die Welt.

Herr, halte in mir die Hoffnung wach auf das Licht, das du bist.

M

Freitag, 13. Dezember

Menschenwürde

Der Mensch ist Abbild Gottes (siehe Gen 1, 27). Seine Würde kann und darf nicht mit Füßen getreten werden. Advent setzt sich in Lateinamerika und der Karibik stets dafür ein, dass Menschen ermächtigt werden, gegen die Menschenrechtsverletzungen aufzustehen und für menschliche, gerechte und friedliche Verhältnisse einzustehen.

Herr, mach mich zu einem Instrument deines Friedens.

Mitgehen

Ich werde zu einer Untersuchung gerufen. Was wird das wieder geben? Mit welchen Ergebnissen ist zu rechnen? Ein mulmiges Gefühl kommt hoch. Aber ich bin nicht allein: Ein junger Pfleger begleitet mich – ist mit mir auf diesem Weg. Er geht mit mir. Wenn ich schwach und mutlos werde, stützt er mich. Er muntert mich auf – ist an meiner Seite.

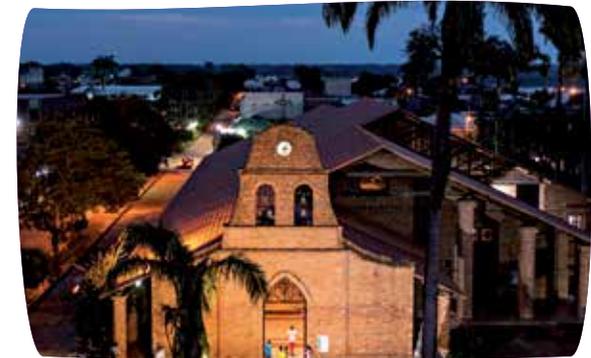
Herr, du begleitest uns Menschen, besonders alle diejenigen, die Not leiden, arm und krank sind oder schlicht älter werden. Du teilst mit mir deinen Weg und machst mich dadurch stark.



In Zeiten der Krankheit – Hoffnung durchbuchstabiert ...

N

Samstag, 14. Dezember



Nacht

Ausgerechnet in der Nacht, also zu einem Zeitpunkt der Dunkelheit, der Kälte und der Ungewissheit, feiern wir die Geburt und die Auferstehung Jesu. Die Nacht ist also die Zeit der Hoffnung, der Erwartung des Neubeginns, des neuen Tages. Dies ist ein kleiner Trost für meine schlaflos durchwachten Nächte.

Herr, lass mich diese Nacht und die Dunkelheit meines Lebens mit Hoffnung durchwachen.

Neuer Tag

Nun ist er da, der neue Tag. Es wird hell. Die Sonne strahlt. Gleich werde ich frühstücken. Dieser Tag bietet mir eine neue Chance. Werde ich heute vielleicht Besuch erhalten? Kann ich etwas verwirklichen, was ich mir schon seit langem vorgenommen habe? Dieser neue Tag – ein Geschenk, von Gott erhalten.

Herr, gib mir Mut, das scheinbar Unmögliche zu erhoffen.

In Zeiten der Krankheit – Hoffnung durchbuchstabiert ...



3. Advent

Zef 3,14-17 · Phil, 4,4-7 · Lk 3,10-18

Irgendetwas stimmt nicht. So kann es nicht weitergehen! Im Evangelium des heutigen „Gaudete“-Sonntags fühlen die Menschen, dass an und in ihrem Verhalten etwas passieren muss. Es geht um die Stimmigkeit: mit sich selbst und mit ihrem Umfeld. So vieles fehlt, obwohl die Menschen davon träumen: Gerechtigkeit, Frieden, menschliches Miteinander, Wahrheit und Wahrhaftigkeit. Es kann nicht sein, dass einige mehr und sehr viel mehr haben als andere, dass im Namen des Gesetzes geraubt und gestohlen wird, dass im Namen der Wahrheit gelogen und getäuscht wird. Wir reden von Gemeinschaft, sind aber isoliert und viele Menschen vereinsamen. Es stimmt nicht! – Was also tun? Was sollen wir tun? Wie schaffen wir es heraus aus diesem Teufelskreis der nationalen und internationalen Gewalt?

Im Evangelium fühlen sich die Menschen durch Johannes den Täufer angesprochen. Sie spüren, dass er den Nerv trifft – es kommt etwas in Schwingung. Es gelingt ihm, ihre Fragen an- und auszusprechen, auf die sie selbst allerdings keine Antwort haben. Deswegen kommen sie zu ihm und fragen: Was sollen wir tun? Damit ist das Unwohlsein ausgesprochen. Sie wollen etwas tun, etwas verändern, ja, die Stimmigkeit wiederherstellen. Und es scheint so einfach zu sein. Johannes der Täufer sagt: Teilt, seid gerecht und genügsam. Wir könnten die Welt verändern – wenn wir es nur tun würden. Wir dürfen ein solches Verhalten von den Großen und Reichen verlangen, aber auch von uns selbst: Wir wollen bei uns selbst anfangen. Und es wird alles anders werden. An Weihnachten ist unsere praktische und finanzielle Solidarität mit den Menschen in Lateinamerika möglich – dafür sammelt Adveniat.

O

Sonntag, 15. Dezember

O du fröhliche

„Welt ging verloren“, heißt es im Kirchenlied „O du fröhliche“. Träume und Projekte gehen in meinem jetzigen Leben verloren. Stimmt! Aber das ist nicht das letzte Wort: „Christ ist erschienen, uns zu versöhnen.“

Herr, komm, mich zu versöhnen auch mit Verlust und Ohnmacht in meiner Welt, dass ich mich wieder freuen kann.

Ordnung

Die Welt kann durch Leid und Krankheit in Unordnung geraten. Die Corona-Pandemie, der Krieg in der Ukraine und im Nahen Osten, haben uns das in Deutschland und Lateinamerika am eigenen Leib erfahren lassen. Die Menschen in den Anden glauben, dass jeder und jedes, das Kleine und das Große in einer Ordnung der Dinge gehalten sind, die nichts herausfallen lässt. Eine Ordnung, in der ich bei eigener Ohnmacht getragen bin, eine Ordnung, in der ich hoffe und glaube, dass Gott mich hält.

Herr, komme du mit deiner Kraft zu mir, wo ich ohnmächtig bin und wo alles in Unordnung gekommen ist.



Nun nähern wir uns, liebe Leserin, lieber Leser, mit großen Schritten Weihnachten.

Wir laden Sie ein, einen Blick auf das Gesundheitssystem Lateinamerikas und unsere Möglichkeiten von Solidarität zu richten: Sie wissen, was es bedeutet krank zu sein. Und auch wenn manche Kritik berechtigt ist, steht außer Frage, dass das deutsche Gesundheitssystem eines der besten der Welt ist.

Die Versorgung an vielen Orten in Lateinamerika und der Karibik ist leider nicht im Ansatz damit zu vergleichen: Der Arzt oder die Krankenstation ist zu weit entfernt, um sie im Falle einer akuten Erkrankung erreichen zu können. Passende Medikamente oder entsprechend ausgebildetes Personal stehen nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung. Die Kranken haben kein Geld und keine Versicherung, um ihre Versorgung zu bezahlen.

Gemeinsam mit vielen Spenderinnen und Spendern hier in Deutschland und langjährigen Projektpartnern in Lateinamerika setzt Adveniat sich

dafür ein, dass Fahrzeuge auch für den Krankentransport zur Verfügung stehen, Mitarbeiter ausgebildet und in akuten Notlagen auch Medikamente gekauft werden. Die Erweiterung von Krankenstationen wird ermöglicht und in vielen Einkommen schaffenden Projekten wird dafür gesorgt, dass für Notfälle Geld in der Haushaltskasse zur Verfügung steht. Außerdem setzen sich viele Adveniat-Partner für die spirituelle Begleitung der Kranken ein, für Nähe, Halt und Zuversicht.

Wenn Sie sich mit den Menschen in Lateinamerika verbunden fühlen und Ihre Solidarität gerne zum Ausdruck bringen möchten, dann können Sie das sowohl im Gebet als auch durch Ihre Spende tun. Hierfür finden Sie auf der nächsten Seite einen Überweisungsträger. Unter adveniat.de können Sie auch gern online spenden. Stehen Sie so gemeinsam mit Adveniat den Menschen in Lateinamerika und der Karibik bei.

Im Namen der Menschen in Lateinamerika bedanken wir uns schon jetzt herzlich für dieses ganz besondere Zeichen gelebter Solidarität.

SEPA-Überweisung/Zahlschein

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)

Adveniat

IBAN

DE03 3606 0295 0000 0173 45

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

GENODED1BBE

Kunden-Referenznummer - Verwendungszweck, ggf. Name und Anschrift des Zahlers

A241

noch Verwendungszweck (insgesamt max. 2 Zeilen à 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 2 Zeilen à 35 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

D E

Datum

Unterschrift(en)

08

Beleg für Kontoinhaber/Zahler-Quittung

Konto-Nr. des Kontoinhabers

Zahlungsempfänger

Adveniat

IBAN

DE03360602950000017345

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters

GENODED1BBE

Betrag: Euro, Cent

EUR

Kunden-Referenznummer

- noch Verwendungszweck (nur für Zahlungsempfänger)

Kontoinhaber/Einzahler Name

(Quittung bei Bareinzahlung)

Adveniat – gemeinsam mit den Menschen in Lateinamerika und in der Karibik

Seit über 60 Jahren steht Adveniat mit Gebet und Tat solidarisch an der Seite der armen Menschen in Lateinamerika und in der Karibik.

Damit folgt Adveniat dem Beispiel Jesu, der die Armen, Ausgegrenzten und Unterdrückten in den Mittelpunkt seiner Verkündigungspraxis stellt. Jesus sagt sogar: „Was ihr dem Geringsten meiner Brüder getan habt, das habt ihr mir getan“ (Matthäus 25, 40). Der Arme ist also nicht das „Opfer“ meiner – scheinbaren – Mildtätigkeit und Güte, sondern der Ort meiner Begegnung mit Gott! Und mein Verständnis, meine Hilfe, meine Liebe zu den Armen ist ein Ausweis meines Verhältnisses zu Gott: Wir können nicht „fromm“ sein und gleichzeitig die Bedürftigen missachten. Und um für die Armen tätig zu sein, ist eine Mitarbeit am Reich Gottes in der Nachfolge Jesu nötig.

Unsere Hilfe zielt darauf, Selbsthilfe zu ermöglichen, und unser Ziel ist ein Stück schon erreicht, wenn der Hilfsbedürftige selbst zum Helfer wird. Von daher ist es unsere Aufgabe, Armut, bedingt durch politische und soziale Ungerechtigkeit, fehlende schulische, berufliche, religiöse und kulturelle Bildung und menschenunwürdige Lebensumstände, nach und nach abzubauen und die betroffenen Menschen zu ermächtigen.

Hierfür brauchen Adveniat und seine Partnerinnen und Partner Ihr Gebet, Ihre solidarische Unterstützung UND Ihren Beitrag in Ihrem täglichen Verhalten, indem Sie die Umwelt und die Naturressourcen schonen und für Produkte aus den Ländern einen Preis bezahlen, der den Menschen in Lateinamerika und der Karibik ein menschenwürdiges Leben ermöglicht.

Ein herzliches Dankeschön für Ihr solidarisches Mittun!

P

Montag, 16. Dezember

Plätzchen

Gemeinsames Backen für Weihnachten ist von Kindheit an immer ein Fest. Nie aber werden die Plätzchen, selbst wenn sie nach Ihrem Rezept gebacken sind, so gut wie Omas. Omas Liebe und Fürsorge waren immer mit hineingearbeitet. Was für Deutschland die Plätzchen sind, sind in Lateinamerika die Empanadas (lecker gefüllte Teigtaschen), die in der Adventszeit Hochkonjunktur haben. Auch hier gilt: Omas Empanadas sind die besten.

Herr, gib zu meinen Rezepten deine Liebe.



Puls

Bei Erwachsenen liegt der normale Puls zwischen 60 und 80 Schlägen pro Minute. Der Puls eines kranken Menschen geht vielleicht etwas schneller, weil sein Körper gegen eine Krankheit anarbeiten muss. Was im jeweiligen Fall richtig ist – dafür gibt es kein Rezept. Um zu erkennen, ob Ihr Puls ein Warnsignal ist, braucht es die Fürsorge der Pflegenden.

Herr, gib mir einen Takt vor, dass ich in der Zeit deiner Ankunft meinen Lebensrhythmus finde.

Q

Dienstag, 17. Dezember

Quarantäne

Dieses lateinische Wort – „40 Tage“ – meint die befristete Isolierung von Personen und Tieren, die unter dem Verdacht stehen, an einer Krankheit zu leiden oder Überträger zu sein. Erfahrungen mit Quarantäne haben wir im eigenen Zuhause, in den Krankenhäusern und Seniorenheimen, bei bestimmten Erkrankungen und nach Reisen häufig machen müssen. Ich denke an kranke Menschen und bete für sie – ganz besonders für die Menschen in Lateinamerika.

Herr, öffne mich, dass ich mich nicht selbst isoliere, nicht in mich zurückziehe. Ich möchte auf andere zugehen und für sie da sein.

Quelle

Zum Amazonasgebiet gehören alle bedrohten Regionen aus neun lateinamerikanischen Ländern, in denen sich ein Zufluss des Amazonasstroms befindet. Von dort haben sich zahlreiche kirchliche Initiativen, Pfarreien, Diözesen, Bischofskonferenzen und Orden 2014 zum „panamazonischen kirchlichen Netzwerk“ Repam zusammengeschlossen, um sich für die Belange der bedrohten Schöpfung und der bedrohten Völker des Amazonasraumes einzusetzen. Adveniat ist Teil dieses Netzwerkes. Repam entwickelt sich seit vielen Jahren zu einer lebensspendenden Quelle für die Menschen des Amazonasgebietes. Die indigenen Völker entdecken ihre Kraft und erfahren Solidarität in ihrem Einsatz gegen die Zerstörung des Regenwaldes, der „grünen Lunge“ dieser Welt. Sie schützen damit auch unsere Lebenswelt.

Herr, schenke uns im Einsatz für die indigenen Völker deinen Geist der Liebe.

R

Mittwoch, 18. Dezember

Rekreation

Alle brauchen für Seele und Geist eine Phase, in der verbrauchte Kräfte wiederhergestellt werden. In manchen medizinischen Büchern wird eine solche Zeit „Rekreation“ genannt. „Kreation“ ist das Wort für „Schöpfung“. „Rekreation“ bedeutet „Wiedererschaffung“, die Wiederholung der Schöpfung. Ob jung oder alt, gesund oder krank: Alle brauchen wir Zeiten der Rekreation.

Herr, erneuere deine Schöpfung und fange bei mir an.



Rorate

„Tauet (= lateinisch: Rorate), Himmel, den Gerechten, Wolken, regnet ihn herab“: Mit diesem Gesang werden besondere Adventsgottesdienste eröffnet, die „Rorate-Messen“. Die Messen, in denen die Kirchen nur durch Kerzenlicht erhellt werden, stimmen besonders auf Weihnachten ein. Gerade in der Adventszeit stehen die Themen „Licht“ und „Gerechtigkeit“ im Vordergrund. Der Prophet Jesaja betont dies in besonderer Weise. Adveniat setzt sich das gesamte Jahr über für Projekte in Lateinamerika und der Karibik ein, in denen die Gerechtigkeit gefördert wird.

Herr, reiß auch für mich deinen Himmel auf und mache mich für das Tun der Gerechtigkeit bereit.

S

Donnerstag, 19. Dezember



Stethoskop

Abhören ist eine alte Diagnosetechnik: Atemwege, Bauchgeräusche und Herztöne lassen sich damit abhören, auch die eines Ungeborenen im Mutterleib.

Herr, schenke mir die Fähigkeit, die Zeichen deines Sohnes, der bald zur Welt kommt, in meinen Mitmenschen und in meinem auf Heilung wartenden Körper zu erkennen.

Stern

Ein Zeichen am Himmel: Der Stern weist den Weg. Die Heiligen Drei Könige, gebildete Sterndeuter, haben ihre Route schon nach ihm festgelegt. Auch wir selbst können durch unser Tun kleine Sterne für andere sein.

Herr, lehre mich schauen und nach Zeichen sehen, nicht misstrauisch, sondern voll Vertrauen.

In Zeiten der Krankheit – Hoffnung durchbuchstabiert ...

T

Freitag, 20. Dezember

Tannengrün

Das Immergrün von Tannenzweigen steht als Symbol für Fruchtbarkeit und unsterbliches Leben. Es bleibt so grün, auch wenn Temperatur und Niederschlag sich verändern. Grün ist die Farbe der Hoffnung. Zudem erinnert die Form der Zweige an das Kreuz Christi.

Herr, ich hoffe auf dich: Lass mich heute gut leben.



In Zeiten der Krankheit – Hoffnung durchbuchstabiert ...

Temperatur

Bei den meisten Menschen zeigt die Veränderung der Körpertemperatur eine Krankheit an. „Es wird mir warm und wärmer ...“ „Ich zittere.“ Das können körperliche Krankheiten, aber auch Gefühlszustände sein – unter Umständen mit gefährlichen Folgen. Nicht immer sind Menschen gut „temperiert“.

Herr, gib mir die Gelassenheit, dass ich ausgeglichen auf meine Umgebung reagieren kann, in meiner Ungeduld weder kühl noch hitzig werde über die Krankheit.

U

Samstag, 21. Dezember

Überraschung

Ein Engel sagt Maria, dass sie sich nicht fürchten soll: Sie wird den Retter gebären. Ein Engel wird Weihnachten den Hirten die große Freude verkünden: Der Messias, der Erlöser und Befreier ist da. Darum ist die Adventszeit eine Zeit, in der sich Menschen gegenseitig überraschen und miteinander teilen.

Herr, höre auf meine Erwartungen und überrasche mich mit deinem Leben. Lass uns auch in unserem Leben eine Überraschung für andere sein.

Untersuchung

Die Lungen, die Haut, die Augen, Körperflüssigkeiten, so vieles an mir wird untersucht. Der Eingriff lässt mich oftmals passiv zurück. Was ist an mir dran? Was ist in mir? Das Ergebnis kann mich schrecken. Es kann aber auch zur Gewissheit verhelfen. Ein notwendiger Schritt. Mutig und vertrauend können wir uns auch hier begegnen und uns stützen.

Herr, bewahre mich vor unliebsamen Überraschungen in den Untersuchungen und schenke mir die Hilfe von Menschen, die mich unterstützen und begleiten.



In Zeiten der Krankheit – Hoffnung durchbuchstabiert ...

V

Sonntag, 22. Dezember

Verbot

„Das dürfen Sie nicht essen!“ „Das ist schlecht für Ihre Gesundheit!“ Solche Verbote bedeuten Einschränkungen für mich. Sie lassen mich nicht frei sein. Ich darf nicht, wie ich möchte. Gleichzeitig gibt es so leckere Rezepte und Gerichte, die einfach nur gut für meinen Körper und meine Gesundheit sind. Ich möchte kreativ – vielleicht mit anderen – danach suchen, was wirklich gut für mich ist und meiner Gesundheit hilft.

Herr, lass mich immer gut darauf achten, was mir und meiner Gesundheit guttut. Schenke mir Menschen, die mich dabei unterstützen.



Verheißung

„Seht, die Jungfrau wird ein Kind empfangen, sie wird einen Sohn gebären, und sie wird ihm den Namen Immanuel (Gott mit uns) geben“, lautet die Verheißung beim Propheten Jesaja (Kapitel 7, Vers 14). Diese Verheißung gilt für die Menschen in Lateinamerika, besonders die Not Leidenden, und für mich.

Herr, lass meinen Körper und meine Seele erfahren, dass du mit mir bist. Das macht froh und gibt mir Gelassenheit.

In Zeiten der Krankheit – Hoffnung durchbuchstabiert ...

4. Advent

Mi 5,1-4a · Hebr 10,5-10 · Lk 1,39-45



Sonia koordiniert die Arbeiten der Caritas in ihrem Apostolischen Vikariat in Peru. Weit vom Zentrum Lima entfernt, fehlen die politischen und wirtschaftlichen Mittel, damit es der armen Bevölkerung bessergeht. Die weit verstreuten Siedlungen reichen bis ins Amazonas-Gebiet. In der kargen Landschaft leben Mestizen, im Urwald des Amazonas die indigene Bevölkerung. Sonia ist Tag und Nacht unterwegs, begleitet Gemeinden, beantragt Gelder, macht Abrechnungen, trifft Absprachen mit dem Bischof, hat immer wieder ein offenes Ohr für Menschen, die sie aufsuchen. Ihre Arbeitstage sind länger als 12 Stunden, „Wochenende“ oft ein Fremdwort; gleichzeitig ist sie als Mutter und Ehefrau gefragt – und steht ihre Frau.

Nuri ist erst 24 Jahre alt, sieht aber aus wie 42. Sie stammt aus der Zentralkette der kolumbianischen Anden, wurde aber aufgrund des bewaffneten Konflikts aus ihrer Heimat vertrieben und lebt jetzt in einer Großstadt. Bewaffnete erschossen ihren Mann und

sie schaffte es, mit ihren beiden kleinen Mädchen und einer größeren Tasche über Nacht zu fliehen. Nuri geht Gelegenheitsarbeiten nach, um sich und die Mädchen zu ernähren und die Miete eines 4x3 Meter großen Raums zu bezahlen. Die Liebe zu ihren beiden Mädchen ist ihr täglicher Antrieb, auch wenn sie oft über keinerlei Kräfte mehr verfügt.

Sonia oder Nuri, Rosa oder Ligia, María oder Lidia: Wir wollen an diesem Sonntag an all diese Frauen in Lateinamerika denken, die einfach nur im Dienst der Erfüllung ihrer Überzeugungen stehen. Was sie tun, tun sie aus Liebe und mit vollem Herzen. Haben all diese Frauen nicht etwas von Maria, der Mutter Jesu? Sind diese Frauen nicht auch in gewisser Weise „gebenedeit unter den Frauen“, so wie die Mutter Jesu? Letztlich tun sie nichts anderes als das, was ihnen die Liebe vorgibt. Das ist der Glaube an den lebendigen Gott. Dazu sind auch wir herzlich eingeladen.

W

Montag, 23. Dezember

Wissen

Eine große Zeitung bot vor einigen Jahren ihren Lesern an 24 Adventstagen täglich ein Häppchen Wissen um den Advent an. Wer von Advent und Weihnachten viel weiß, kann das Fest bewusster feiern. In der Bibel heißt es: „Der Anfang der Weisheit ist wahrhaftiger Hunger nach Bildung. Das Ziel der Bildung aber ist Liebe“ (Weisheit 6,17). Die Aktion Adveniat setzt einen Schwerpunkt bei der Bildungsgerechtigkeit in Ländern Lateinamerikas und der Karibik, damit sich nicht nur die Reichen dort gute Schulen leisten können und alle Menschen eine gute Herzensbildung erfahren.

Herr, komme mir entgegen bei meiner Suche nach Wissen und lass mich andere unterstützen, die Hunger nach Bildung haben.



Wohin?

Was soll aus mir werden? – „Was erwartet mich?“ Das sind Fragen, die im Alter und in der Krankheit immer häufiger kommen, vielleicht sogar den Schlaf rauben. Vielleicht stelle ich auch Gott diese Fragen. Ja, wir verändern uns. Nichts bleibt wie vorher oder früher. Aber wir dürfen voll Vertrauen diese Fragen in die Hände Gottes legen. Bei allen Fragen darf uns im Vertrauen auf Gott eines klar sein: Er kennt unsere Sorgen und begleitet uns.

Herr, stärke das Vertrauen, dass du in dieser Zeit bei mir bist und mich nicht alleine lässt.

Z

Dienstag, 24. Dezember

Zweifel und Zutrauen fassen

Manches lässt sich bei einer Krankheit oder im Alter kaum in nur ein Wort fassen. Es zeigen sich Zeiten der Herausforderungen, Enttäuschungen und Hoffnungen. Hier zeichnet sich ein anspruchsvoller Weg ab.

Herr, schenke mir Vertrauen, wo Zweifel mich übermächtigt.



Zwölf Nächte

In den zwölf Nächten vom Abend des 25. Dezember bis zum Morgen des 6. Januar mischen sich Aberglaube und altes Brauchtum. Besonders ist die Vorstellung verbreitet, dass die Tage, die auf diese Nächte folgen, das Wetter der zwölf Monate des neuen Jahres anzeigen. Jeder Tag steht dabei für einen Monat. Manche Menschen, besonders Landwirte, führen darüber Buch. Eine solche Aufmerksamkeit weist in die Zukunft. Ob wir so sensibel auch mit unserer Zukunft umgehen? „Das Jesuskind lädt uns ein, unser Vertrauen in die Zukunft zu erneuern und auch unseren Glauben in den Aufbau einer solidarischeren und gerechteren Menschheit“, sagt Padre André Seutin, Koordinator der Gesundheitspastoral in Salvador da Bahia in Brasilien.

Herr, was auch immer ich vom Leben erwarte: Lass mich mit der Menschwerdung deines Sohnes in deine Zukunft sehen.

Krippe statt Zweibettzimmer – wie Jesus zur Welt kam

Die Weihnachtsgeschichte

Die schönste Weihnachtsgeschichte erzählt uns der Evangelist Lukas (Lk 2, 1-14). Er wird gerne als Maler mit Pinsel dargestellt. Kein Wunder, denn er schmückt die Erzählung mit vielen Pinselstrichen in Pastelltönen aus. Ein geübter Geschichtenerzähler also. Darin erfahren wir, wie Jesus zur Welt gekommen ist. Von wegen Kreißsaal, hygienisch einwandfreie Verhältnisse und Qualitätsmanagement in der Krankenpflege! Ausgerechnet in einem Stall wird Gott Mensch! Doch lesen Sie selbst:

In jenen Tagen erließ Kaiser Augustus den Befehl, alle Bewohner des Reiches in Steuerlisten einzutragen. Dies geschah zum ersten Mal; damals war Quirinius Statthalter von Syrien. Da ging jeder in seine Stadt, um sich eintragen zu lassen.

So zog auch Josef von der Stadt Nazareth in Galiläa hinauf nach Judäa in die Stadt Davids, die Bethlehem heißt; denn er war aus dem Haus und Geschlecht Davids. Er wollte sich eintragen lassen mit Maria, seiner Verlobten, die ein Kind erwartete. Als sie dort waren, kam für Maria die Zeit der Niederkunft, und sie gebar ihren Sohn, den Erstgeborenen. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe, weil in der Herberge kein Platz für sie war.

In jener Gegend lagerten Hirten auf freiem Feld und hielten Nachtwache bei ihrer Herde. Da trat der Engel des Herrn zu ihnen, und der Glanz des Herrn umstrahlte sie. Sie fürchteten sich sehr, der Engel aber sagte zu ihnen: Fürchtet euch nicht, denn ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteilwerden soll: Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist der Messias, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das, in Windeln gewickelt, in einer Krippe liegt.

Und plötzlich war bei dem Engel ein großes himmlisches Heer, das Gott lobte und sprach: Verherrlicht ist Gott in der Höhe, und auf Erden ist Friede bei den Menschen seiner Gnade.



*Wir wünschen Ihnen
ein frohes und gesegnetes
Weihnachtsfest!*

Psalm 139: Der Mensch vor dem allwissenden Gott

Die Sammlung der Psalmen ist einer der schönsten Teile der Bibel. In diesen Gedichten und Gesängen vertrauen die Menschen all ihr Leben Gott an: Gesundheit und Krankheit, Dank und Bitte, Freude und Bedrängnis. Sie zeigen, dass wir Gott alles sagen, alles mit ihm teilen können. Der Psalm 139 verdeutlicht uns, dass Gott uns besser kennt als wir uns selbst. Gott liebt uns so, wie wir sind. Er beschützt uns:

- 1 Herr, du hast mich erforscht, und du kennst mich.
- 2 Ob ich sitze oder stehe, du weißt von mir.
Von fern erkennst du meine Gedanken.
- 3 Ob ich gehe oder ruhe, es ist dir bekannt;
du bist vertraut mit all meinen Wegen.
- 4 Noch liegt mir das Wort nicht auf der Zunge –
du, Herr, kennst es bereits.
- 5 Du umschließt mich von allen Seiten und legst deine Hand auf mich.
- 6 Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, zu hoch,
ich kann es nicht begreifen.
- 7 Wohin könnte ich fliehen vor deinem Geist,
wohin mich vor deinem Angesicht flüchten?
- 8 Steige ich hinauf in den Himmel, so bist du dort;
bette ich mich in der Unterwelt, bist du zugegen.
- 9 Nehme ich die Flügel des Morgenrots
und lasse mich nieder am äußersten Meer,
- 10 auch dort wird deine Hand mich ergreifen
und deine Rechte mich fassen.
- 11 Würde ich sagen: »Finsternis soll mich bedecken,
statt Licht soll Nacht mich umgeben«,
- 12 auch die Finsternis wäre für dich nicht finster,
die Nacht würde leuchten wie der Tag,
die Finsternis wäre wie Licht.
- 13 Denn du hast mein Inneres geschaffen,
mich gewoben im Schoß meiner Mutter.
- 14 Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast.
Ich weiß: Staunenswert sind deine Werke.
- 15 Als ich geformt wurde im Dunkeln,
kunstvoll gewirkt in den Tiefen der Erde,
waren meine Glieder dir nicht verborgen.
- 16 Deine Augen sahen, wie ich entstand,
in deinem Buch war schon alles verzeichnet;
meine Tage waren schon gebildet, als noch keiner von ihnen da war.
- 17 Wie schwierig sind für mich, o Gott, deine Gedanken,
wie gewaltig ist ihre Zahl!
- 18 Wollte ich sie zählen, es wären mehr als der Sand.
Käme ich bis zum Ende, wäre ich noch immer bei dir.
- 19 Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz,
prüfe mich, und erkenne mein Denken!
- 20 Sieh her, ob ich auf dem Weg bin, der dich kränkt,
und leite mich auf dem altbewährten Weg!

Gebet eines Tukans

*Herr, man sagt, ich soll meinen langen gelben Schnabel nicht in alles stecken.
Du weißt, was ich alles sehe: Menschen, so bitterarm, wie dein Sohn geboren wurde,
neben den Häusern der Reichen, Kinder, die auf der Straße betteln müssen,
wo die teuren Karossen gefahren werden, Kranke, die einsam liegen und in der
Nacht klagen, als wären sie unsere verirrtten Vogelkinder.
Schicke du zu allen diesen Menschen deine Boten, Gott, die fast alle fliegen,
so wie wir, und doch menschliche Gestalt haben:
Engel deiner Verheißung, die trösten, befreien, beten, heilen, helfen.
Darum bitte ich durch Jesus Christus, deinen Sohn,
geboren unter dem Stern gewordenen Glockenton,
unter dem Flügelschlag des Vogels, der die Freiheit erfahren hat.*

Aus Brasilien



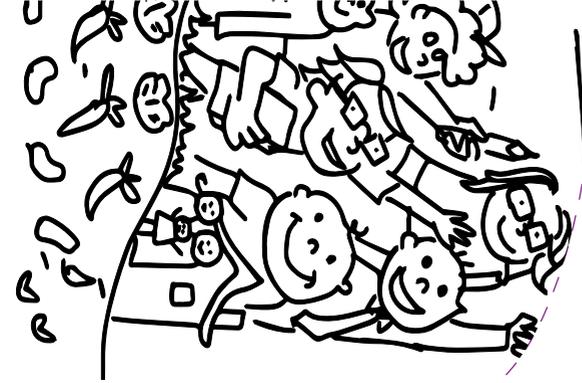
Mitten im Leben der Jugend – die Krippe ...

Der Blick fällt zunächst auf die Sonne: Voller warmherziger Strahlkraft steht sie über der Krippe, in der Maria und Josef mit ihrem neugeborenen Kind sitzen. Sie sehen zufrieden aus. Voller Stolz halten die Eltern ihren Sohn in den Armen. Die Engel bringen sogar die große Sehnsucht der Menschen mit diesem Kind in Verbindung: „Friede den Menschen auf Erden.“

Das Lateinamerika-Hilfswerk Adveniat stellt die Jugendlichen Lateinamerikas und der Karibik ins Zentrum der Weihnachtsaktion 2024. Auf der linken Seite der Krippe sehen wir, dass viele täglich unter Armut, Gewalt und Arbeitslosigkeit leiden. Sie sehen für sich keine Zukunft. Das Düstere und Traurige ihrer Gesichtszüge zeigt, dass die Jugendlichen keine Hoffnung haben.

Fortsetzung auf der nächsten Seite ...





Auf der rechten Seite der Krippe sehen wir Bewegung und fröhliche, zufriedene Gesichter. Die Jugendlichen können zur Schule gehen, haben ein Zuhause und sind voller Tatendrang. Sie träumen von einer besseren Welt und setzen sich dafür ein.

Weihnachten geschieht in genau dieser Spannung. Im dunklen und armen Stall wird Gott Mensch. Er bringt Licht und Hoffnung – gerade für die Jugend und ihre Zukunft. Auch wir können etwas tun, damit durch unsere solidarische Spende an Weihnachten mehr Jugendliche auf der Sonnenseite unserer Welt stehen! – Gott wird Mensch, weil Gott wirkliches Leben für alle möchte.

Basteln Sie sich Ihre kleine Krippe! Einfach entlang der Linie schneiden, zweimal knicken und fertig ...

Das Lateinamerika-Hilfswerk Adventnat stellt die Jugendlichen Lateinamerikas und der Karibik ins Zentrum der Weihnachtssaktion 2024. Der Krippenaufsteller zeigt ihre Lebensrealität: Auf der einen Seite leiden viele täglich unter Armut, Gewalt und Arbeitslosigkeit. Auf der anderen Seite gehen Jugendliche voran, folgen ihren Träumen und setzen sich für eine bessere Zukunft ein. Weihnachten passiert genau hier, im dunklen Stall, wo Gefahr lauert und Perspektivlosigkeit herrscht. Hier wird Gott Mensch und bringt Licht und Hoffnung – gerade für die Jugend und ihre Zukunft!



Gebet eines kranken Menschen

Vater, es fällt mir schwer, zu sagen: „Dein Wille geschehe.“
 Ich bin niedergeschlagen und habe keinen Mut mehr.
 Die Schmerzen sind unerträglich.
 Alles, was mein Leben ausgemacht hat, scheint mir weit weg:
 die Menschen, die zu mir gehören, meine Arbeit,
 meine Freuden, mein ganz alltägliches Tun.
 Auch wenn ich mutlos bin, Herr, ich will versuchen Ja zu sagen zu dem,
 was ist: zu meinen Schmerzen, zu meiner Schwäche,
 zu meiner Hilflosigkeit.
 Ich will alles ertragen, so gut es geht. Lass mein Leiden nicht umsonst sein.
 Vielleicht nützt es denen, die für dich arbeiten und kämpfen.
 Dein Wille geschehe. Dein Sohn hat am Kreuz gezeigt,
 dass Leiden nicht umsonst ist.
 Ich danke dir, dass ich das weiß. Segne mich, Vater.
 Segne alle Menschen, die mir Gutes tun und mir helfen.
 Segne alle, die wie ich leiden müssen.
 Und wenn du willst, lass mich und die anderen gesund werden.

Aus dem Gotteslob von 1975, 10, 1



Spendenkonto
 bei der Bank im Bistum Essen eG
 IBAN: DE03 3606 0295 0000 0173 45

Weihnatskollekte 2024:
 Spenden Sie jetzt für die Menschen
 in Lateinamerika und der Karibik.
 Vielen Dank!



El Salvador – Gesundheitsversorgung von Frauen und Kindern in armen Landgemeinden

Das Bistum San Vicente im Norden von El Salvador ist ländlich geprägt und hat eine Bevölkerung von ca. 500.000 Personen. Die Region ist durch den Klimawandel stark betroffen, Dürren, sowie Starkregenereignisse sind häufig. Die Menschen sind überwiegend arm, und ihre Armut hat durch Preissteigerungen und Ernteverluste weiter zugenommen.

Ein Großteil der Bevölkerungen, vor allem in den vielen entlegenen Dörfern, die teils nur zu Fuß erreichbar sind, überlebt von der Subsistenzlandwirtschaft. Der Analphabetismus ist hoch und der geringe Bildungsstand verwehrt wichtiges Wissen über Ernährung und Basis-Gesundheit, da auch Einrichtungen für die Gesundheitsversorgung der Bevölkerung fehlen oder nur schwer zugänglich sind. Dementsprechend ist die Unterernährung bei Kleinkindern hoch und die Müttersterblichkeit erheblich.

Dieses Projekt verbessert die Ernährungs- und Gesundheitslage dieser vernachlässigten Menschen deutlich.

Dieses anspruchsvolle Projekt möchte Gesundheitsposten auf dem Land einrichten, ehrenamtliche Gesundheitshelferinnen ausbilden bzw. begleiten, Weiterbildungskampagnen durchführen, Organisation von Gemeindegärten für Gemüseanbau und Hühnerzucht zum Anbau gesunder Nahrungsmittel ermöglichen, den Ärmsten der Armen Medikamente sowie Vitamine zur Verfügung stellen. Da viele Menschen sich selbst überlassen sind von einem Staat, der die ländliche und landwirtschaftliche Entwicklung nicht fördert und schon gar nicht die Grundversorgung der historisch armen und durch den langen Bürgerkrieg gezeichneten Bevölkerung sicherstellt, ist dieses Projekt eine große Chance echter Entwicklung und wird Leben retten.

Kontakt für weitere Informationen zu Adveniat und zu aktuellen Projekten:

Bischöfliche Aktion Adveniat e.V. · Gildehofstraße 2 · 45127 Essen

Carmen Martínez · Telefon 0201 1756-209 · carmen.martinez@adveniat.de

Kolumbien – Verbesserung der Lebensumstände ärmster Familien

Die Mehrheit der betroffenen Bevölkerung von Pasacaballos ist afrikanischer Abstammung. 90 % der Bevölkerung lebt direkt vom Fischfang. Ihr Einkommen ist sehr gering, so dass die meisten in Armut leben. Drogenabhängigkeit, Alkoholkonsum und Gewalt sind weit verbreitet. Das Niveau der Schulbildung ist niedrig. Die Zahl von ungewollten Schwangerschaften ist hoch. 90 % der Familien wohnen in einfachen Häusern meist aus Holz, Lehm Böden und Zinkdächern. Mehr als 50 % der Häuser sind baufällig und/oder bestehen aus Pappe oder Plastik. Das Abwassersystem funktioniert nicht; die Abwässer werden auf der Straße entsorgt, Fäkalien gehen in Klärgruben. Die Versorgung mit Gas ist nicht gedeckt. Die Menschen kochen überwiegend auf offenem Feuer. Die Perspektivlosigkeit ist sprichwörtlich.

Mit diesem Projekt verbessern die Familien ihre Wohnungen und die Hygiene- bzw. Sauberkeitspraxis zu Hause durch den Einbau von Zementböden. Da die Familien in prekären Wohnverhältnissen leben, sorgen sich die Gemeinden um Gemeinschaftsflächen als Integration- und Erholungsräume, die aktiv genutzt werden. Nachbarschaft organisiert sich, um sich auch gemeinschaftlich stärker für ihre Belange einzusetzen. Die Beziehungen zu den Nachbarn beruhen immer mehr auf Zusammenarbeit und Dialog. Die Maßnahmen tragen am Ende zu mehr Umweltschutz und Gesundheit aller bei, insbesondere zur Vorbeugung von Atemwegs-, Verdauungs- und Hautkrankheiten, die im Allgemeinen mit der Feuchtigkeit in den Häusern und der Anwesenheit von Krankheitserregern in Verbindung gebracht werden, wenn die Häuser schmutzige Böden und eine schlechte Abfallentsorgung haben.

Wenn Sie die wichtige Arbeit von Adveniat mit einer Spende unterstützen möchten, nutzen Sie bitte folgende Kontoverbindung:

Bank im Bistum Essen eG

IBAN: DE03 3606 0295 0000 0173 45

Adveniat-Weihnachtsaktion 2024 – „Glaubt an uns – bis *wir* es tun!“

Wir reisen in Gedanken in den äußeren Südwesten Kolumbiens, ganz in die Nähe der Grenze zu Ecuador und an den Pazifik. Inmitten der Hafencity Tumaco gehen wir in das Armenenviertel „Nuevo Milenio“. Hier treffen wir auf die beiden Jugendlichen, die auf dem Plakat der diesjährigen Adveniat-Weihnachtsaktion zu sehen sind. Sie haben in dem von Adveniat geförderten Jugendzentrum „Centro Afro“ ein zweites Zuhause gefunden.

Die beiden kommen auf mich zu – sie strahlen. Der Glanz in ihren Augen ist nicht aufgesetzt oder gekünstelt. Sie sind zufrieden und gut aufgestellt. Inmitten der Armut ist Aufbruch möglich. Im „Centro Afro“ werden sie ernst genommen und gefördert: „Wir können und wir dürfen!“ Genau das macht auch die Adveniat-Weihnachtskollekte möglich.

In Tumaco leben 95 Prozent afrokolombianische Familien. Die Arbeitslosigkeit liegt bei über 70 Prozent. Im „Nuevo Milenio“ leben etwa 1.500 Großfamilien in dicht gedrängten Stelzenhäusern aus Holz direkt über dem Meer. Ihr Alltag ist von Ebbe und Flut, Müll und Krankheiten, fehlen-

dem Süßwasser und der ständigen Präsenz verschiedener bewaffneter Akteure geprägt. Fast 50 Prozent der Bevölkerung sind Kinder und Jugendliche unter 20 Jahren. Das „Centro Afro“ ist für die Jugendlichen der einzige Schutzraum, in dem sie ihre Sorgen für einen kurzen Moment vergessen können und wo ihnen Alternativen zur Gewalt aufgezeigt werden. Sie lernen dort aber auch, Verantwortung für die Umwelt und für andere zu übernehmen, und werden in ihren Zukunftsplänen unterstützt.

Hier werden ehrenamtliche Jugendleiter u. a. im Bereich Umweltschutz ausgebildet, um zukünftig nachhaltiger zu leben. In Workshops und Austauschgruppen wird die Müllproblematik thematisiert und es werden gemeinsam Lösungen erarbeitet, wie Müll vermieden oder – trotz der nicht funktionierenden kommunalen Entsorgung – ordnungsgemäß entsorgt werden kann. Auch die beiden Jugendlichen auf dem Bild nehmen sich dieser Aufgabe an. Gemeinsam säubern sie ihr Stadtviertel und sammeln mit einer großen Mülltonne Müll – auch, um ein Vorbild für andere zu sein.

Weihnachtsaktion 2024.
Wir stärken Jugend.

„Glaubt an uns –
bis *wir* es tun!“

GOTT SIEHT

Auf den Sandhügeln – kein Trinkwasser
In den Schulen – keine Bücher
An den Ecken – Drogen und Waffen
Auf den Straßen – Jugendliche ohne Arbeit und mit Angst
Und dann Ermordete – keine Zukunft
„Ich kann nicht reden, ich bin zu jung“ (Jeremia 1,6)

GOTT HÖRT

Ich möchte essen und trinken
Ich brauche eine Ausbildung und eine Arbeit
Ich will Zukunft – jetzt
Ich liebe das Leben
„Ich kann nicht reden, ich bin zu jung“ (Jeremia 1,6)

GOTT WIRD MENSCH

Mitten in der Dunkelheit und im Verlassensein
Inmitten von Armut und Gewalt
Ein Kind ist uns geboren
Der Retter und Befreier
Fürchte dich nicht – ich bin bei dir!

