Augenblicke unterwegs



Adventsbegleiter 2026

Zunächst an Steffi ein herzliches „Danke“. Es war nur ein Augenblick nach der Bergmesse, in dem ich gefragt wurde: „Du, Weihnachten kommt wieder ganz schnell, könntest du dir vorstellen,…“. Was soll ich da sagen? Scheinbar haben viele Augenblicke im Lauf der Zeit Euer Vertrauen genährt, dass die Impulse in den Kalendern Euch sinnvoll begleiten können… „Augenblick noch…“, sagen wir, wenn wir noch etwas Zeit brauchen. Immer mehr Dinge werden erfunden, um uns zu helfen, Zeit zu sparen, damit wir noch mehr Augenblicke zur Verfügung haben. Und doch scheint es, als ob es immer weniger Zeit wäre, die wir füreinander haben. Ein Augenblick der Unachtsamkeit kann der Anfang eines Unglücks sein. Ebenso kann ein Augenblick der Aufmerksamkeit viel Leid lindern. Augenblicke sind schnell vorbei, können uns aber doch manchmal für eine ganze Zeit, ja für ein ganzes Leben prägen. Was nehmen meine Augen in den Blick? Was sehe ich, wenn ich unterwegs bin und was bin ich gewohnt in meinem Leben zu sehen? Oft sind es die Kleinigkeiten, die zum Nachdenken anregen können und den Weg nach innen vorbereiten. Die Geburt Jesu, ist nur ein Augenblick im Lauf der Zeit, und doch der Beginn einer neuen Zeitrechnung – für die Welt und vielleicht auch ganz persönlich in meinem eigenen Leben. Wir wollen auf dem Weg auf Weihnachten zu ganz bewusst auf unsere „Augenblicke“ achten. In diesem Sinn Gut Pfad ☘durch einen gesegneten Advent!

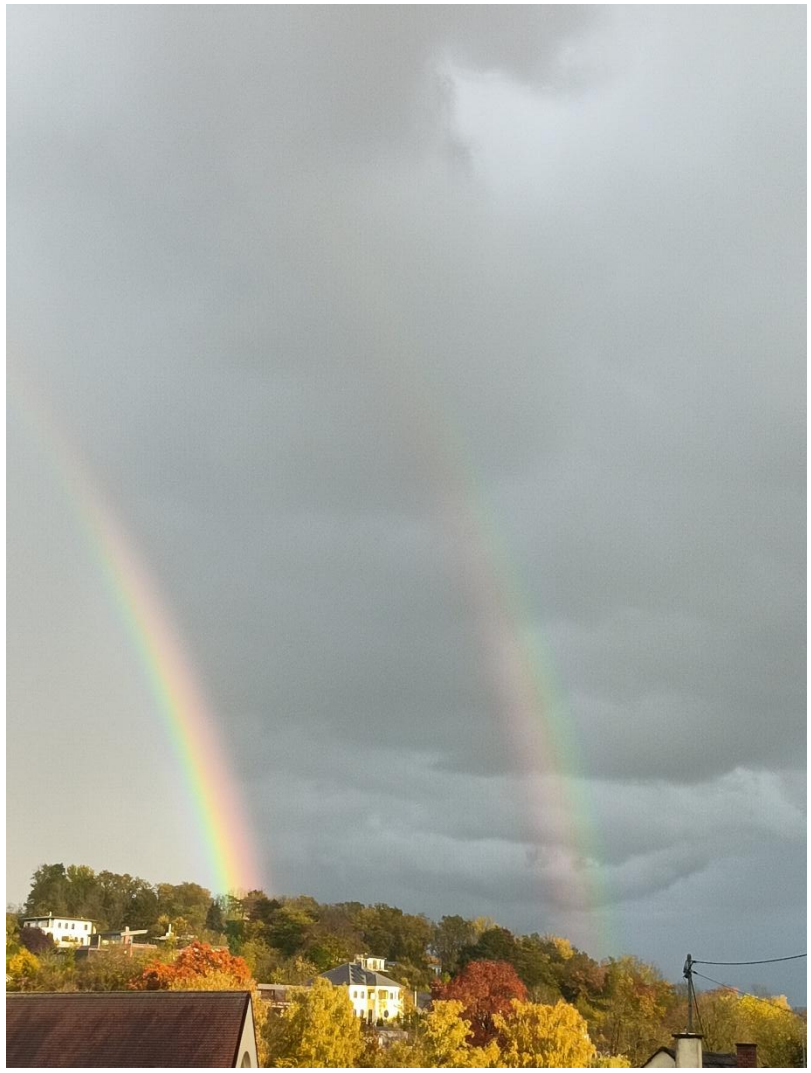
1. Adventssonntag, 29.11.



Wartezeit

Sich setzen
ausruhen
und warten
bis einer kommt
bis Er kommt
einen Augenblick
Geduld haben
hoffen
Wächterzeit
Wächteramt
ausharren
am Wegposten
fragen
nach Sinn
nach Wahrheit
Gott wird kommen
uns entgegen

Montag, 30.11.



Brückenschlag

Brückenschlag
zwischen Himmel
und Erde
zwischen Gott
und Mensch
Bogen des Bundes
Gott schafft
Leben
Heil
ein Augenblick nur
verwandelt
erleuchtet
erhellt
ermöglicht
den Weg

Dienstag, 01.12.



gemeinsam unterwegs

gemeinsam
unterwegs
andere
in den Blick nehmen
Augenblicke
teilen
achtsam sein
mit allen Sinnen
das Ziel
nicht verlieren
weitergehen
gemeinsam

Mittwoch, 02.12.



Entschleunigung

Tempo
verlangsamen
sich rausnehmen
entschleunigen
Zeit lassen
unterwegs
bewusst wahrnehmen
meinen Weg
mein Umfeld
einen Augenblick lang
zur Ruhe kommen
Weggefährten
neu wahrnehmen

Donnerstag, 03.12.



Zeichen sehen

Staunend
sehen
die Zeichen
am Wegrand
am Himmel
staunend
wahrnehmen
die Veränderung
die Zeichen
der Zeit
staunend
erwarten
Gott kommt
im rechten
Augenblick

Freitag, 04.12.



Pause

Gemeinsam
unterwegs
eine Pause machen
sich gönnen
durchatmen
erholen
zweckfreie Zeit
spielen
sich austauschen
ein paar Augenblicke
Kraft sammeln
und erneut
aufbrechen

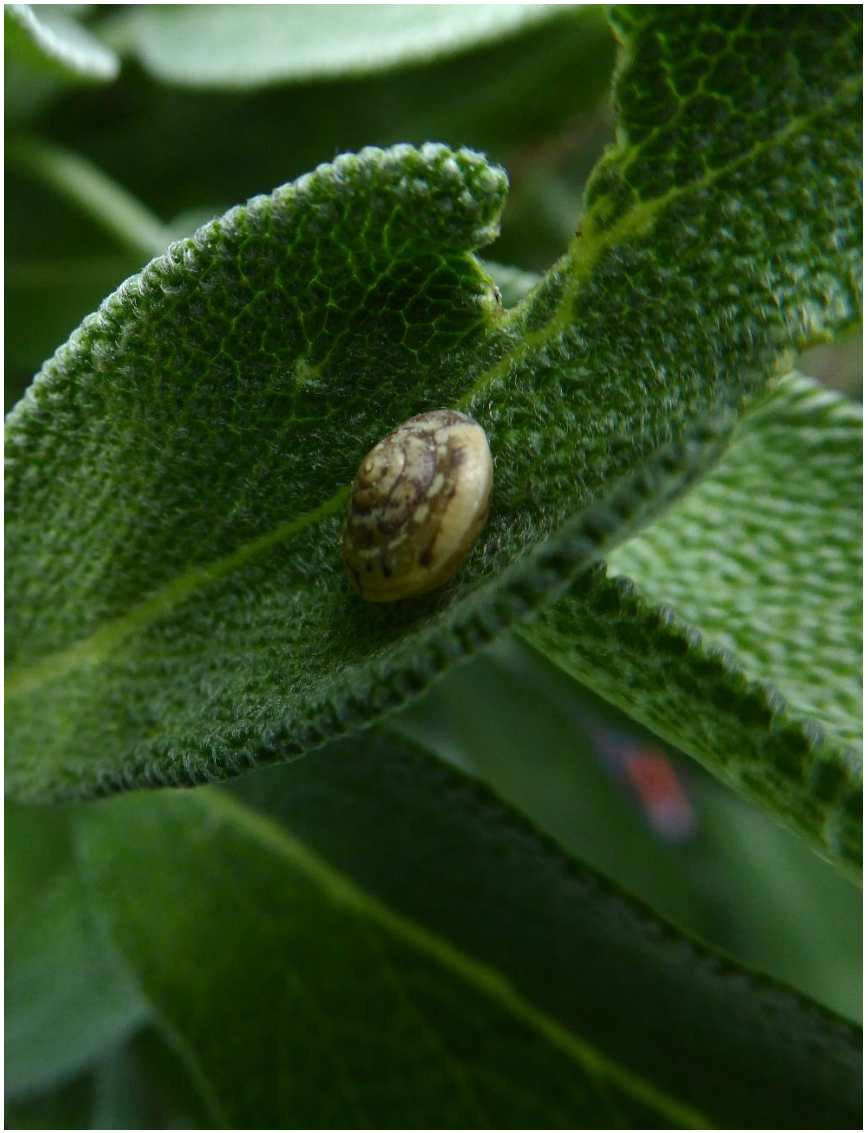
Samstag, 05.12.



Achtsamkeit

Achtsamkeit
jeden Augenblick
und doch
Freiheit
eigene Schritte
in Grenzen
zulassen
eigene Erfahrungen
wachsen lassen
verbunden
achtsam
liebevoll
jeden Augenblick
Selbstvertrauen
ermöglichen

2. Adventssonntag, 06.12.



Kleines wahrnehmen

Kleines
wahrnehmen
Kleine
nicht übersehen
einen Augenblick
wirken lassen
die Schwachheit
die Verletzlichkeit
die Schönheit
im Kleinen
Gott
kommt zu uns
ganz klein

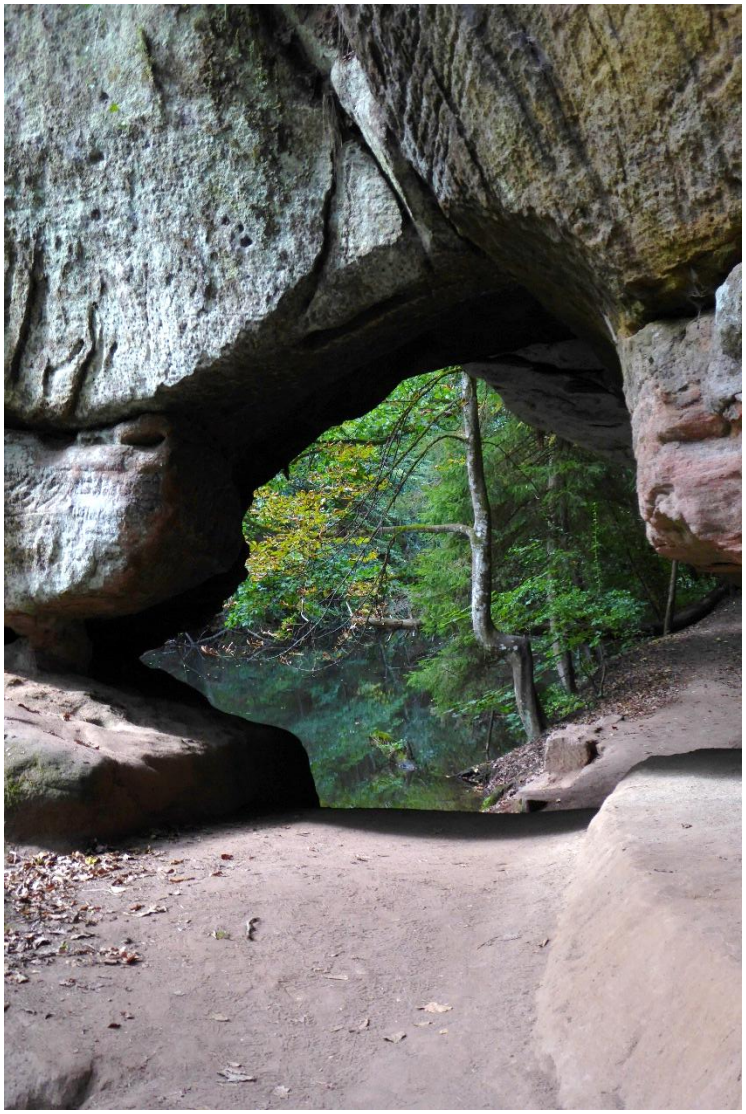
Montag, 07.12.



Gemeinschaft

Gemeinschaft
unter allen
dem Frieden
den Weg
bereiten
untereinander
unter den Geschöpfen
Achtung
bewahren
gemeinsam
jeden Augenblick
Gott
möchte Gemeinschaft
mit uns

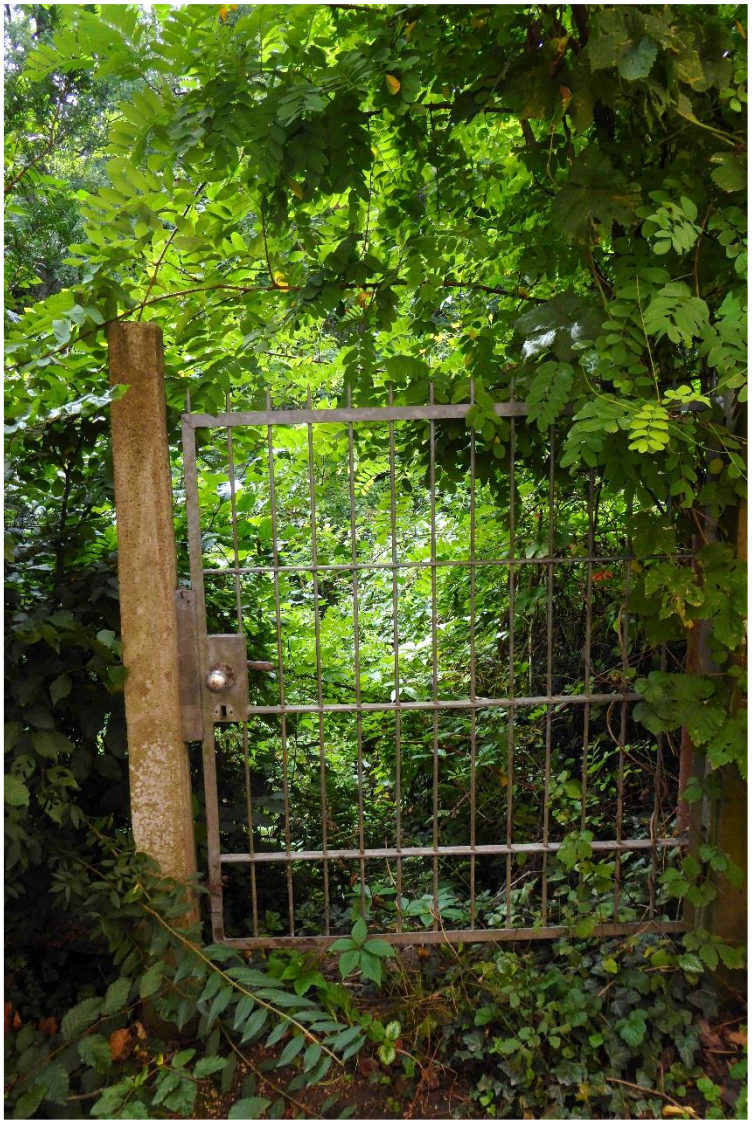
Dienstag, 08.12.



Durchbrüche

Durchbrüche
wagen
in neues
unbekanntes
Gelände
gemeinsam
Angst
überwinden
Augenblicke
der Aufmerksamkeit
Gott
bricht durch
kommt
in unsere Welt

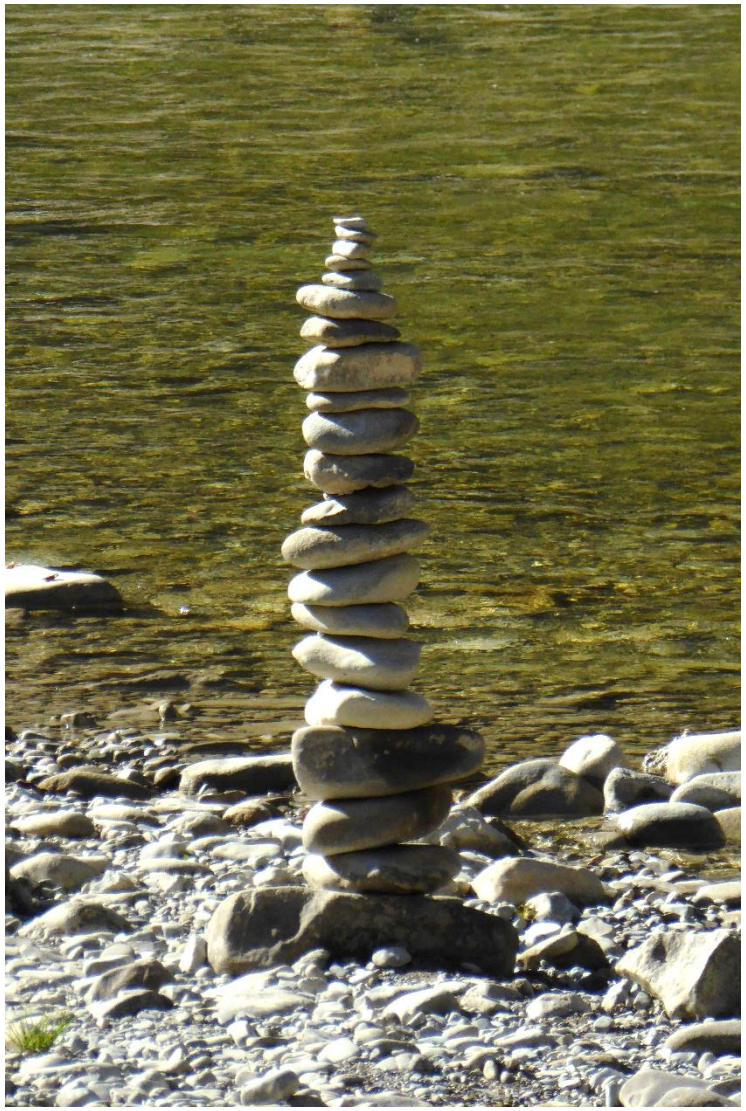
Mittwoch, 09.12.



Türen begegnen

Geheimnisvoll
das Tor
ohne Weg
innehalten
einen Augenblick
nachdenken
Grenzen achten
Offenheit
bei anderen abwarten
Gott fragt
Maria sagt ja
geheimnisvoll
Gottes Tür
zum Menschen

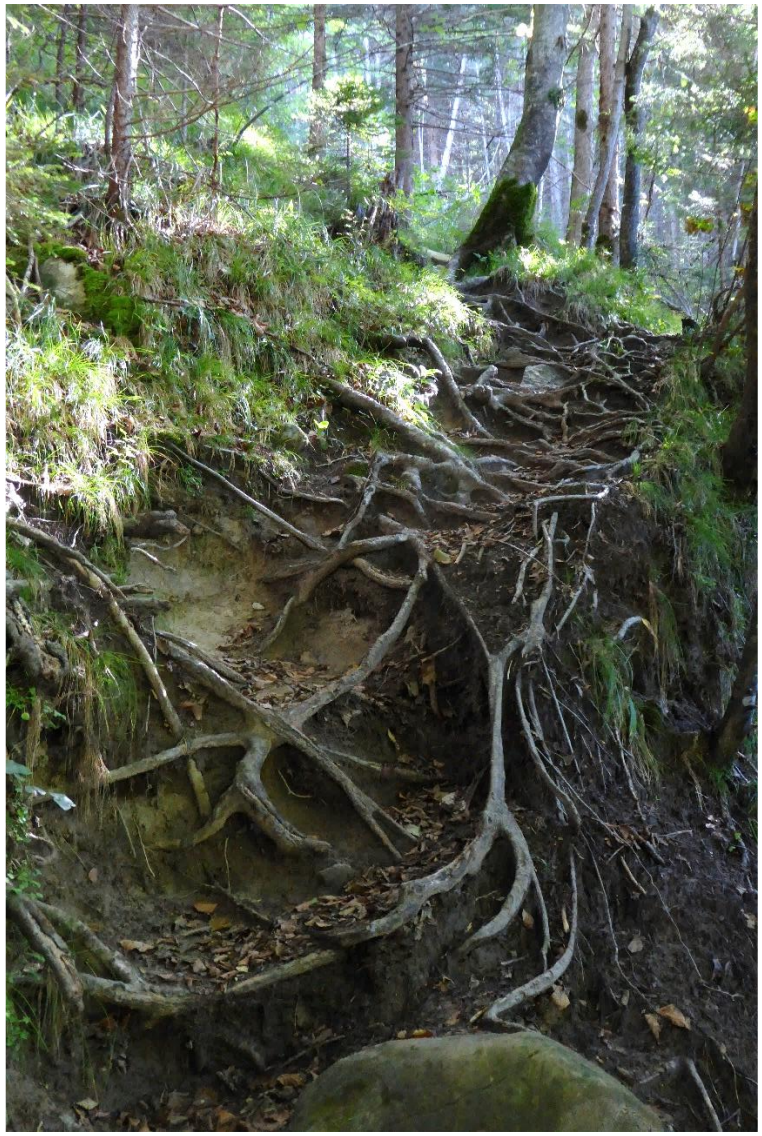
Donnerstag, 10.12.



Halt geben

Halt geben
den anderen
Halt bekommen
durch andere
angewiesen
auf alle
jeden Augenblick
tragen
und getragen werden
Gott
wird getragen
von Maria
Gott
gibt Halt
allen die kommen

Freitag, 11.12.



verbunden sein

Verbunden
mit anderen
im Netz
des Internets
im Netz
der Freundschaft
verbunden
jeden Augenblick
eingebunden
im Netz
des Lebens
verbunden sein
will Gott
mit uns Menschen

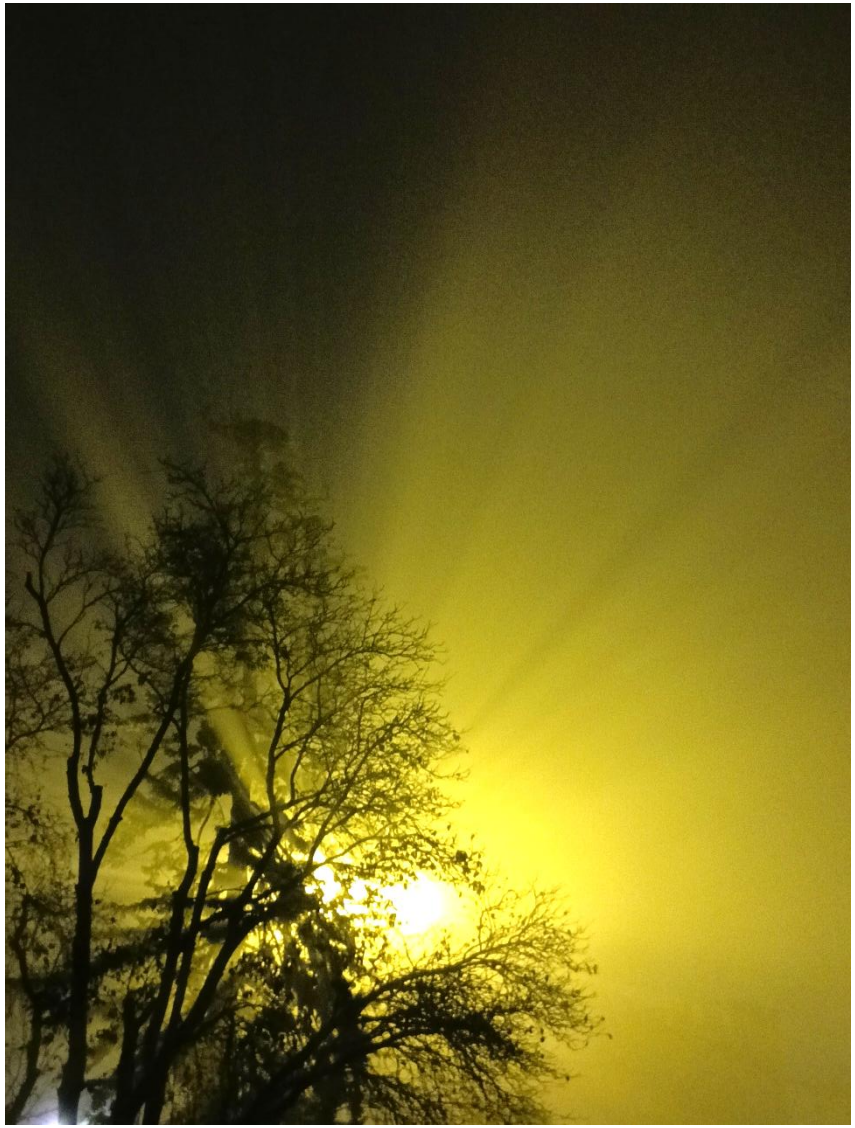
Samstag, 12.12.



Übergang

Übergänge
schaffen
Augenblicke
der Begegnung
ermöglichen
Gräben
überwinden
Gegensätze
verbinden
Übergang wagen
vom ich zum du
vom Nebeneinander
zur Gemeinschaft
dabei
niemanden übergehen

3. Adventssonntag, 13.12.



Licht im Dunkel

Dunkel
manchmal
der Weg
Licht
durchbricht
die Nacht
erhellt
den Weg
das Herz
augenblicklich
neue Orientierung
Er kommt
das Licht
der Welt

Montag, 14.12.



Spuren

Spuren
weisen den Weg
zeigen
die Richtung
erzählen
von der Vergangenheit
weisen
in die Zukunft
jeden Augenblick
Spuren
lesen
legen
auf dem Weg
zu dem
der kommt

Dienstag 15.12.



neu gestalten

Neu gestalten
den Raum
das Umfeld
das Miteinander
den Augenblick
die kurze Zeit
das Leben
neu gestalten
anfangen
behutsam
achtsam
gemeinsam
unterwegs

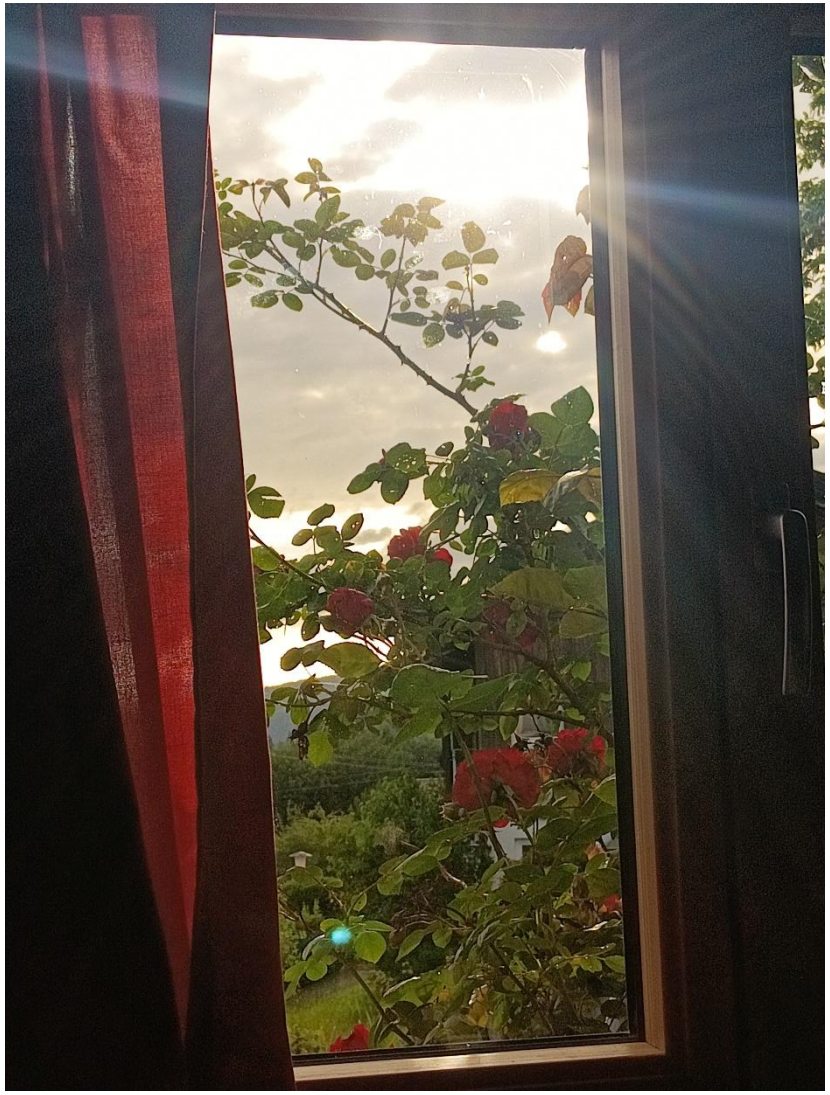
Mittwoch,16.12.



handeln

Worte
am Rand
Werbung
einen Augenblick
nachdenken
über diese Worte
über meine Worte
und dann handeln
tun
was ich kann
und wissen
Gott
kommt
um alles zu tun
für uns

Donnerstag, 17.12.



Zeit nehmen

sich Zeit nehmen
einen Augenblick
am Morgen
für den Sonnenaufgang
mittags
für Wolken
für Sonne
nachmittags
für den Schmetterling
abends
für die Freundin*
sich Zeit nehmen
immer wieder
Gott
nimmt sich Zeit
wird Mensch
in der Zeit

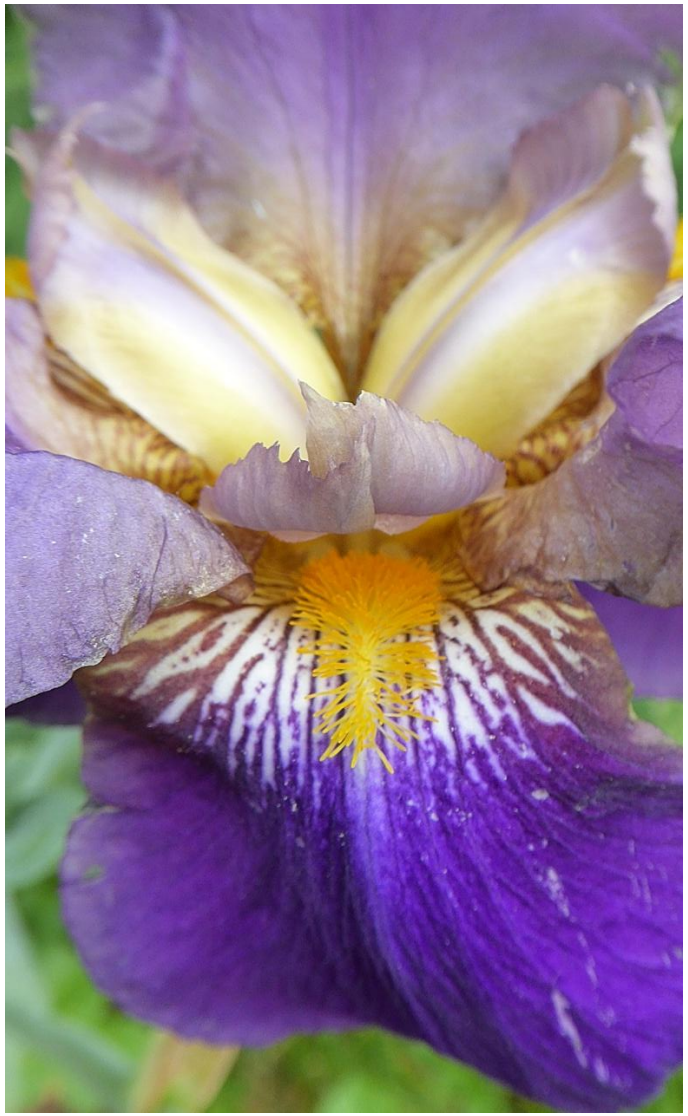
Freitag 18.12.



einladen

einladen
offen sein
für alle
Raum schaffen
für einen Augenblick
Rast
Ruhe
Aus-Zeit
Erholung
für müde Füße
für die Seele
Gott
einladen
Er kommt
sicher

Samstag, 19.12.



Einfachheit

Einfachheit
wirken lassen
einen Augenblick
Schönheit
erkennen
schätzen
wahrnehmen
sich freuen
an anderen
an ihren Fähigkeiten
mit anderen
Freude teilen
Gott kommt
ganz einfach
als Mensch

4. Adventssonntag, 20.12.



Boten

ein Augenblick nur
der Falter
in der Hand
Bote
der Leichtigkeit
der Freude
angekommen
auf meiner Hand
in meinem Herzen
immer wieder
im rechten Augenblick
Bote sein
für die frohe Botschaft
Gott kommt
auch heute
in mein Leben

Montag, 21.12.



Rand-Botschaften

Botschaften
am Rand
für andere
Augenblick
der Aufmerksamkeit
am Weg
leicht
zu übersehen
Botschaften
von Gott
wahrnehmen
Ihm
Aufmerksamkeit
schenken
Er kommt
jeden Augenblick

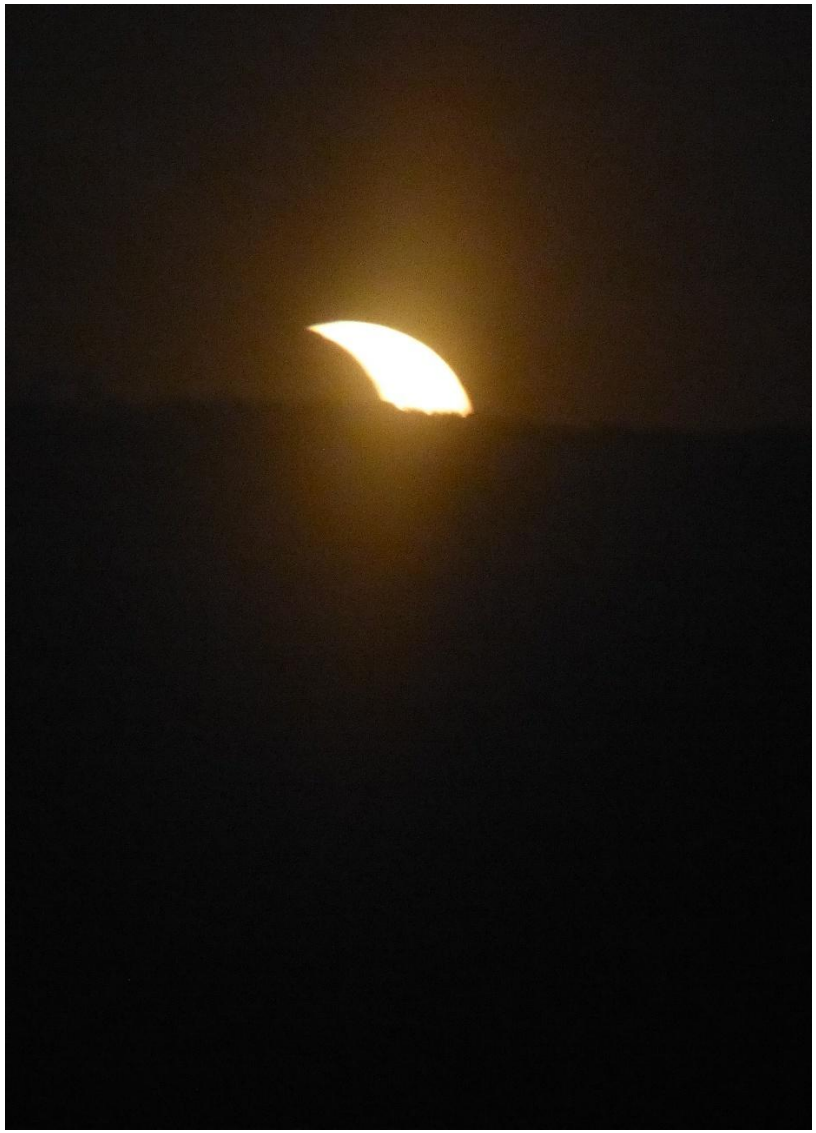
Dienstag, 22.12.



ablegen

ablegen
die Schuhe
den Alltag
ersehnter Augenblick
ankommen
bei Freunden*
zu Hause
aufgenommen werden
willkommen sein
und miteinander teilen
das Brot
die Zeit
die Gedanken
Gott
legt ab
seine Macht
wird Kind

Mittwoch, 23.12.



eintauchen

Gott
will eintauchen
in unser
Erdenleben
will Anteil nehmen
am Erdendasein
will
Mensch werden
für uns
Augenblick
der Geschichte
Ihn
aufnehmen
unsere Aufgabe
auch heute
Beginn
der neuen Zeit

Donnerstag, 24.12.



Sternstunden

dieser Augenblick
lang erwartet
lang vorbereitet
ersehnt
erhofft
endlich erreicht
der Stern
geht auf
weist den Weg
zeigt das Ziel
der Erlöser
ist geboren
„Frieden auf Erden“
Sternstunde
Mensch-werdung