

# INHALT

Ein Wort zuvor – das Kirchenjahr und dieses Buch .....	9
Advent – Zeit der Sehnsucht .....	13
<i>Hinführende Gedanken</i> .....	13
<i>Texte zum Nachdenken</i> .....	15
Warten – Wir sagen euch an den lieben Advent – Mache dich auf ... – Gute Wünsche für die Tage des Advent – Abwarten – Anregungen für die Adventszeit – Den Kopf nicht hängen lassen – Nicht vorschnell aufgeben – Kerzen der Erinnerung – Mein Stern: die Brücke zu dir – Wach werden – Adventskranz und vier Kerzen – Schenken – „... Tür und Tor öffnen“ – O komm, o komm Emmanuel – Wandelt euch durch ein neues Denken – Adventslitanei – Advent-Zeit zum AUF-RÄUMEN – Adventsgedanken im Alter	
Weihnachten – „.... nur ein Lächeln“.....	39
<i>Hinführende Gedanken</i> .....	39
<i>Texte zum Nachdenken</i> .....	41
Gott kommt im Kind – Die Mitte: das Kind – Weihnachtsgeschenke, die nichts kosten – Gott im Gewand des Menschen – Weihnachten kommt EINER – Mensch sein – So fern und doch so nah – Unvertrautes umarmen – MENSCH-Werdung – W-Fragen zu Weihnachten – „Wir schaffen das!“ – Weihnachten ist anders – „... weil in der Herberge kein Platz für sie war“ – Gottes wirkliche Gestalt – Stern von Bethlehem – Was von Weihnachten bleibt – Auf Augenhöhe mit Gott – ... und du wirst finden – Der alte Mensch und Weihnachten	

<b>Jahreswechsel – „.... und siehe, wir leben!“ .....</b>	<b>63</b>
<i>Hinführende Gedanken.....</i>	63
<i>Texte zum Nachdenken .....</i>	65
Zwischen den Jahren – Zum Jahreswechsel – Loslassen: frei werden für das Neue – An der Schwelle zum neuen Jahr – Gebet zum neuen Jahr – Wünsche zum neuen Jahr – Als Hinterbliebene ins neue Jahr – Glückwünsche zum neuen Jahr – Leitsätze für das neue Jahr – Mit weitem Horizont ins neue Jahr – Gleich - gern - ganz – Mit meinem Gott bin ich stark – Unter deinem Schutz und Schirm – Optimist sein – Ein Jahr des Friedens	
<b>Fastenzeit – „Genießer essen mit dem kleinen Löffel“ .....</b>	<b>89</b>
<i>Hinführende Gedanken.....</i>	89
<i>Texte zum Nachdenken .....</i>	92
Asche: ein Reinigungsmittel – Reformieren, um sich treu zu bleiben – „Kehrt um ...“ – Heute fange ich an – Der erste Schritt – Inseln der Barmherzigkeit – Loslassen, um anzufangen – Befreiendes Loslassen – Bekrehe uns – Neu anfangen – Zerreißt eure Herzen ... – Achtsamkeit – Den Schwachen nicht beschämen – Almosen geben – Verzichten können dient dem Frieden – Baustelle Fastenzeit	
<b>Die Karwoche – die Woche des Immanuel .....</b>	<b>115</b>
<i>Hinführende Gedanken.....</i>	115
<i>Texte zum Nachdenken .....</i>	118
Verhüllte Kreuze – Palmsonntag – Litanei zur Karwoche: Palmsonntag – Gründonnerstag „Brot“ – Gründonnerstag „Wegzehrung“ – Litanei zur Karwoche: Abendmahl – Litanei zur Karwoche: Ölbergstunde – Karfreitag: So weit geht die Liebe – Litanei zur Karwoche: Karfreitag – Wie Jesus gestorben ist – Warum, mein Gott? – Warum? – Karsamstag: Grabesruhe – Litanei zur Karwoche: Karsamstag – Litanei zur Karwoche: Ostermorgen – Karfreitag und Ostern	

<b>Ostern – Zukunftslust.....</b>	<b>133</b>
<i>Hinführende Gedanken.....</i>	133
<i>Texte zum Nachdenken .....</i>	135
Der Stein erzählt – Ostern am 1. April – Wege zum Osterglauben – Ostern beginnt am Grab – Ostergebet – Das Grab ist leer – In der Trauer Ostern feiern – Gott ist immer für eine Überraschung gut – Begegnung mit Maria Magdalena – Was haben wir nur aus dem Tod gemacht? – Österlich leben – AlleluJA – Ostern 2022 – Fest der Würde des Menschen – Der Alte Mensch und Ostern – Brückentage	
<b>Pfingsten – Begeisterung und nüchterne Geistesgegenwart .....</b>	<b>155</b>
<i>Hinführende Gedanken.....</i>	155
<i>Texte zum Nachdenken .....</i>	158
Pfingsten: Was ist das für ein Fest? – Wer da an Pfingsten kommt – Es geht auch anders – Fest der Bewegung – Allgegenwärtig und hochgradig ansteckend: der Heilige Geist – „.... aber ich spüre ihn“ – Leben ins Leben bringen – Auf einmal ... – „Luftkurort“ Abendmahlssaal – Fest der Be-Atmung – „.... entzünde in ihnen das Feuer deiner Liebe“ – Der Heilige Geist: ein Brandstifter – Wo das Feuer brennt – Heiliger Geist, mach mich empfänglich und bereit – Früchte des Heiligen Geistes – Der Heilige Geist: mein Navi	
<b>Und dann: „die lange Weile“ .....</b>	<b>181</b>
<i>Hinführende Gedanken.....</i>	181
<i>Feste und Anlässe in der langen Weile.....</i>	184
<i>Fronleichnam .....</i>	184
„Deinem Heiland ...“ – Gott auf Hausbesuch	
<b>Maria im Kirchenjahr .....</b>	<b>187</b>
Ein Brief an Maria – Ohne Erbsünde empfangen – Fest der Gottesmutter – Verkündigung des Herrn: Mir geschehe – Eine Frage der Sehnsucht (Verkündigung) – Im Land der Beschenkten (Aufnahme Marias) – Mariä Geburt	

<i>Erntedank</i> .....	198
Das Schönste ist Geschenk – Erntedanksonntag – Mutter Erde: Schöpfungstag – Erntedank-Lebensdank	
<i>Allerheiligen/Allerseelen/Totensonntag/Trauer</i> .....	203
Meine Heiligen – Aller heiligen Seelen – Ich sehe überall Leben – Gebet an einem Grab – Für Gott sind alle lebend – Grabsteine reden – Die dunkle Jahreszeit	
<i>Martin von Tour</i> .....	215
Teilen – Bloßgestellt – Hinschauen statt wegschauen	
<i>Christkönig</i> .....	220
Einen Verspotteten ernst nehmen	
<i>Wallfahrt</i> .....	222
Im Tal der Tränen die Augen erheben – Pilgerin – Unterwegs – Schritt für Schritt	
<i>Karneval</i> .....	228
Lachen und Weinen – Des Lebens „fünfte Jahreszeit“ – Home-Karneval im Lockdown – „Geht's nicht auch mit Lachen?“ – Senioren im Karneval	
<i>Urlaub</i> .....	237
Mit Gott im Urlaub – Abwesenheits-Meldung – Alles hat seine Zeit – Auf Abstand gehen – Urlaubslitanei der Sinne	
<i>Quellen</i> .....	246