

2. Weihnachtstag / Stephanustag – Hl. Stephanus, erster Märtyrer

In „grün“ oder „orange“ oder „rot“ bzw. in gold sind die Änderungen erkennbar!

Vorbereitung / Allg. Einführung:

*Suche Dir einen ruhigen Raum ohne viele Störquellen. Zünde eine Kerze an, die Beobachtung der Flamme kann helfen ruhig zu werden! Oder Du kannst einfach die Augen schließen, um stiller zu werden. Und wisse Dich verbunden mit denen, die auch die „RausZeit – für mich – für uns –“ genießen! Diese 20 Minuten sollen getragen sein von Stille, geprägt von Ruhe, erfüllt mit Frieden im Herzen. Darum darfst Du nur sein und die ganze Zeit genießen. Auch wenn du das **Vater unser** gebetet wird, bitte ich Dich, es langsam zu lesen, statt es auswendig zu sagen, und einfach mal diese Worte mehr zu beachten und wirken zu lassen. Am Ende steht der Segen. Wer möchte kann auch den Rauszeit-Dialog, der hier aufgeführt ist, auch zu anderen Zeiten immer mal wieder zur Hand nehmen und so sich und Gott Zeit gönnen, oder die ganze RausZeit wiederholen. Jede/r kann sich auch nur Teile der RausZeit aussuchen, es muss nicht immer alles meditiert werden, auch kann man aus vergangenen Rauszeiten Elemente übernehmen oder selbstständig andere Psalmen/Texte aussuchen. Über eine Rückmeldung zu diesem Angebot würde ich mich sehr freuen!*

Einstimmung hören: Meditationsmusik, die Du magst oder z. B:

credo unplugged: Nun freut euch, ihr Christen – Gotteslob 241

<https://www.youtube.com/watch?v=Si89ucAoc40>

RausZeit-DiaLog (Stephan Massolle, 2008/09) Zum Nachdenken kann Musik helfen, z.B.

Meditationsmusik (ca. 5 min lang), die Du magst oder z.B.: „O’Neill-Brothers: **Fire in Love**“

https://www.youtube.com/watch?v=rAzLvfhV_Rc

Während der Meditation beschäftige Dich mit diesen Fragen und Aussagen, lass Dir Zeit. Vor allem die drei Sätze am Beginn, die dreimal wiederholt werden, sollen dir helfen ruhig zu werden!

Gott, ich komme zu Dir,
hilf mir Dich zu finden und auf meinen Tag mit Liebe und Geduld zurückzublicken. Ich bin mit allen meinen Gedanken hier, ich will sie mit Dir ordnen und anschauen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Guter Gott hilf mir,

mich und meinen Tag heute mit offenen Augen und Ohren wahrnehmen zu können. Ich bringe Dir, was mich jetzt bewegt und berührt von dem, was ich heute erlebt habe.

Dein liebevoller Blick auf mich erinnert mich daran,

selbst mit Liebe zurückzublicken:

- wie ich anderen Menschen begegnet bin.
- welche Stellung Du, Gott, für mich hattest.
- wie ich mit mir selbst umgegangen bin.

Ich blicke hin:

- wo ich Ermutigung bemerkt habe.
- wo ich Trost entdeckt habe.
- wo ich Hoffnung er- und gelebt habe.

Ich erinnere mich,

- wo ich Misstrauen gefunden u. gestreut habe.
- wo ich Angst gespürt habe.
- wo ich Entmutigung empfunden habe.

Wie im Gespräch mit einem guten Freund:

- Bringe ich Dir meine Bitten.
- Sage ich Dir meinen Dank.
- Trage ich zu Dir meine Klage.
- Preise ich Dich durch mein Lob.

Erste Lesung des Stephanustages: Apg 6,8–10; 7,54–60 „Ich sehe den Himmel offen“

Lesung aus der Apostelgeschichte.

In jenen Tagen

^{6,8} tat Stéphanus aber, voll Gnade und Kraft,

Wunder und große Zeichen unter dem Volk.

⁹ Doch einige von der sogenannten Synagoge der Libertíner

und Kyrenäer und Alexandríner

und Leute aus Kilíkien und der Provinz Asien

erhoben sich, um mit Stéphanus zu streiten;

¹⁰ aber sie konnten der Weisheit und dem Geist, mit dem er sprach, nicht widerstehen.

^{7,54} Als sie seine Rede hörten, waren sie in ihren Herzen aufs Äußerste über ihn empört und knirschten mit den Zähnen gegen ihn.

⁵⁵ Er aber, erfüllt vom Heiligen Geist, blickte zum Himmel empor,

sah die Herrlichkeit Gottes und Jesus zur Rechten Gottes stehen ⁵⁶ und rief:

Siehe, ich sehe den Himmel offen

und den Menschensohn zur Rechten Gottes stehen.

⁵⁷ Da erhoben sie ein lautes Geschrei, hielten sich die Ohren zu,

stürmten einmütig auf ihn los, ⁵⁸ trieben ihn zur Stadt hinaus und steinigten ihn.

Die Zeugen legten ihre Kleider zu Füßen eines jungen Mannes nieder, der Saulus hieß.

⁵⁹ So steinigten sie Stéphanus;

er aber betete und rief: Herr Jesus, nimm meinen Geist auf!

⁶⁰ Dann sank er in die Knie und schrie laut:

Herr, rechne ihnen diese Sünde nicht an!

Nach diesen Worten starb er.

Wort des lebendigen Gottes.

Meditation-Musik zum Innehalten, die Du magst oder z.B:

Neu ab Heilig Abend:

Wiener Sängerknaben / Vienna Boys Choir (official)

Stille Nacht [Vienna Boys Choir - Stille Nacht (Silent Night)]

<https://www.youtube.com/watch?v=vKvKMgR8H7k>

Lesen wir das Vater unser:

**Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.**

Segen (nach dem Messbuch: Von allen Heiligen)

Der gütige Gott, der die heiligen zur Vollendung geführt hat, segne euch und bewahre euch vor allem Unheil. (Amen.) Das Vorbild des **Heiligen Stephanus** lehre euch und seine Fürsprache helfe euch, Gott und den Menschen zu dienen. (Amen)

**Gott segne dich und schenke dir seinen Frieden. So komme der Segen auf uns herab,
der Segen des freudegebenden, friedenschenkenden und lebensstiftenden Gottes:
Der Segens des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.**

Zum Ausklang: Musik hören: Meditationsmusik, die Du magst oder z.B.:

Regensburger Domspatzen "In dulci jubilo" Weihnachten in Bethlehem (ZDF 24.12.2015)
<https://www.youtube.com/watch?v=9BsYeWBDCZE>

26. Dezember: Stephanustag: Gebetstag für verfolgte und bedrängte Christen:

Gebet für verfolgte und bedrängte Christen

Überall auf der Welt bekennen sich Menschen zu Gott, der in Jesus Christus selbst Mensch geworden ist. Doch in vielen Ländern werden Christen in ihrem Glauben behindert, um Jesu willen benachteiligt oder verfolgt. Daher bitten wir: Wir bitten für die Brüder und Schwestern, die wegen ihres Glaubens benachteiligt und verfolgt werden: Gib ihnen Kraft, damit sie in ihrer Bedrängnis die Hoffnung nicht verlieren. Wir bitten auch für die Verfolger: Öffne ihr Herz für das Leid, das sie anderen antun. Lass sie dich in den Opfern ihres Handelns erkennen. Wir bitten für alle, die aus religiösen, politischen oder rassistischen Gründen verfolgt werden: Sieh auf das Unrecht, das ihnen widerfährt, und schenke ihnen deine Nähe. Wir bitten auch für uns und unsere Gemeinden: Stärke unseren Glauben durch das Zeugnis unserer bedrängten Brüder und Schwestern. Mach uns empfindsam für die Not aller Unterdrückten und entschieden im Einsatz gegen jedes Unrecht. Wir bitten für alle, die mit dem Opfer ihres Lebens Zeugnis für dich abgelegt haben: Lass sie deine Herrlichkeit schauen. Gott, unser Vater, im Gebet tragen wir das Leiden der Verfolgten vor dich und die Klage derer, denen die Sprache genommen wurde. Wir vertrauen auf dein Erbarmen und preisen deine Güte durch Christus unseren Herrn und Gott. Amen.