

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



vom 2. Dezember 2023 für die 49. Woche

Das Quiz • Andere Zeiten erleben • Eine Frage, Frau Diez • Der andere Ort • Leserinnenbild • Andere Zeiten fördert • Adventsbrauch

Liebe Leserin, lieber Leser,

nun ist Advent. Ungeduldig erwartet und lang herbeigesehnt. Bei mir jedenfalls, denn das Dunkel der stillen Zeit im November war in diesem Jahr besonders schwer auszuhalten. Jetzt blinkt und leuchtet es überall (mancherorts wegen der Energiekrise ein bisschen dezenter als noch vor einigen Jahren).

Adventslichter haben viele Farben und Stimmungen und lösen ambivalente Gefühle in mir aus: Bunte Lichterketten, die im Sekundentakt blinken, bringen mich zum Lachen, aber oft empfinde ich sie auch als hektisch und aufdringlich. Die grell-weiß beleuchteten Figuren im Fenster meiner Nachbarin tauchen die Straße selbst nachts in nahezu taghelles Licht, aber sie blenden mich auch. Das Kerzenlicht in meinem Wohnzimmer tut meiner Seele gut, aber an manchen Abenden erzeugt es Wehmut und Traurigkeit. Rote Lichter wirken geheimnisvoll und alarmieren mich zugleich: »Halt! Stopp! Verboten!« Blaues Licht belebt mich – ebenso kann es mich aber auch unruhig machen, denn Blaulicht signalisiert mir, dass etwas Unangenehmes passiert ist.

Adventslichter begleiten uns alle auf dem Weg zur Krippe – hektische

und aufdringliche genauso wie wohltuende und verheißungsvolle. Sie sind Vorboten des *einen* Lichts, auf das wir zugehen und das Weihnachten leuchten wird. Aber oft genug lenken sie mich genau davon ab und ich finde mich gar nicht mehr zurecht vor lauter Lichtchaos! Ist das wirklich mein Weg zur Krippe oder bin ich bei all dem grellen Blinken irgendwo falsch abgebogen?

Vielleicht soll Advent genau so sein: kein gerader, gut beleuchteter Weg, dessen Ziel ich schon genau (er)kenne, sondern eine Zeit des Wartens, in der ich mitten im Lichtchaos das eine, das Weihnachtslicht, geduldig auf mich zukommen lassen muss.

Es tut gut zu wissen, dass ich diesen Weg nicht allein gehe. In diesen Minuten feiern wir mit vielen hundert Menschen unseren Gottesdienst zum Auftakt des Advents – auch mit Ihnen! Denn wenn Sie nicht nach Hamburg kommen wollten oder konnten, können Sie den Gottesdienst auf unserem [Youtube-Kanal](#) mitfeiern!

Übrigens: Wir freuen uns sehr, dass wir in diesem Jahr erstmals auch Heiligabend gemeinsam mit Ihnen Gottesdienst feiern dürfen – im Radio! Und das gleich mehrmals: morgens um 10 Uhr auf NDR Info, WDR 5 und MDR Kultur und am Nachmittag um 17 Uhr im Deutschlandfunk.

Wir möchten in diesen Radiogottesdiensten über die Sehnsucht sprechen und haben dazu eine Frage an Sie: Wonach sehnen Sie sich am Weihnachtsfest? Bitte schreiben Sie uns Ihre Antwort per Mail an newsletter@anderezeiten.de. Einige Ihrer Zuschriften werden wir unter Nennung Ihres Vornamens im Radiogottesdienst vorlesen.

Ich wünsche Ihnen einen gesegneten ersten Advent in einem Licht, das Sie erfüllt und Ihnen guttut!

Herzlich

Ihre Ulrike Berg
Chefredakteurin



Andere Zeiten e.V.



LESERINNENBILD DER WOCHE

»Erleuchtung«

**DANK AN JETTE KELTSCH FÜR DIESES FOTO VOM SONNENAUFGANG IN
UTERSUM AUF FÖHR**

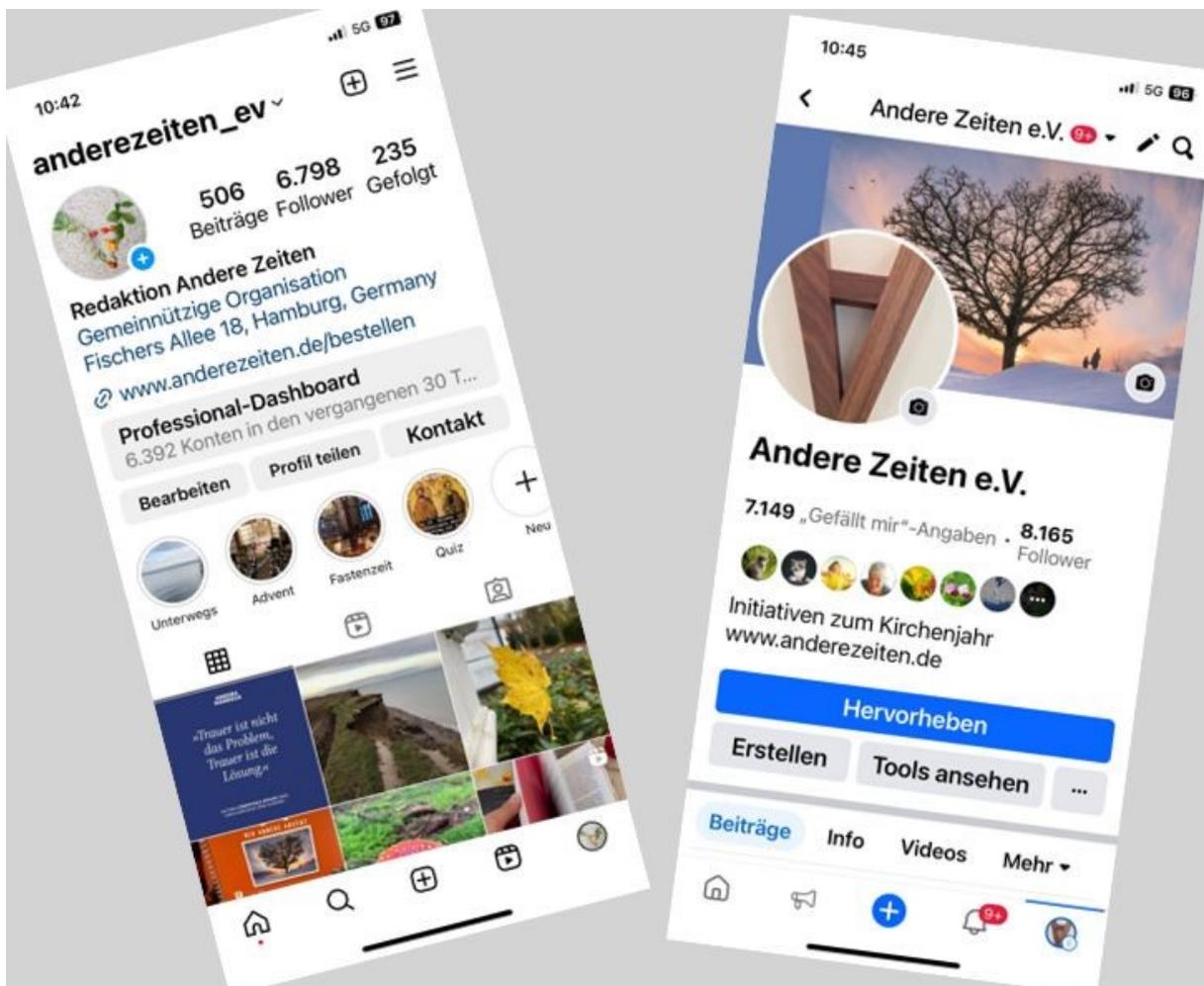
DAS QUIZ

***Jeder Adventssonntag hat eine eigene Bedeutung. Welchem
Thema widmet sich der erste Adventssonntag?***

- A. Dem Warten auf den Heiligen Geist
- B. Dem Einzug Jesu in Jerusalem
- C. Der Schwangerschaft von Maria
- D. Dem Aufbruch der drei Weisen aus dem Morgenland

(Für die Auflösung ganz nach unten scrollen)

ANDERE ZEITEN ERLEBEN



Gemeinsam einen anderen Advent erleben – darum geht es in den nächsten Wochen auch auf unseren [Insta-](#) und [Facebook-](#)Kanälen. Täglich posten wir dort einen kleinen Adventsimpuls, der mit unserem Kalender *Der Andere Advent* zusammenhängt, aber nicht zu viel verrät!

Zudem öffnet in diesen Minuten wieder das [Adventsforum auf unserer Homepage](#), in dem Sie auch in dieser Advents- und Weihnachtszeit wieder Gedanken, Wünsche und Sorgen mit anderen Forumsteilnehmenden teilen und sich über die Impulse in unserem [Kalender](#) austauschen können.

IM GESPRÄCH

Eine Frage, Frau Diez ...

Kann man Mitgefühl lernen? »Ja!«, sagt Lioba Diez. Sie ist Berliner Pfarrerin und eine der Gründerinnen von [Spirit and Soul](#), einem gemeinnützigen Verein, der Menschen auf ihrer spirituellen Spurensuche begleitet und der zu den Gewinnern des [Andere Zeiten-Preises 2023](#) gehört. Ab kommenden Mittwoch bietet Lioba Diez einen digitalen »Entdeckungsweg Mitgefühl« an.

Frau Diez, was gibt es denn auf dem Weg in Sachen Mitgefühl zu entdecken?

Es ist ein Angebot zur inneren Entwicklung. Wer teilnimmt, bekommt über einen Zeitraum von vier Wochen regelmäßig E-Mails mit Impulsen zum Thema Mitgefühl. Einmal die Woche treffen wir uns online und tauschen uns untereinander aus: Wie geht es mir mit dem Thema? Als Pfarrerin predige ich oft: »Liebe deinen Nächsten!« Und da ist doch die Frage: Wie geht das, wie gehe ich selber mit mir gut um, wie kultiviere ich die Nächstenliebe? Und ganz wichtig: Wo endet das Mitgefühl? Wir machen praktische Übungen und Meditationen. Und wer möchte, kann das alles auch später online noch einmal nachhören.

Wie macht man denn praktische Übungen zum Thema Mitgefühl in einem Online-Format?

Am ersten Austauschabend gibt es zum Beispiel eine Einheit »aktives Zuhören« und »spiegeln«, weil es auch darum geht, sich in den anderen hineinzusetzen und zu verstehen: Was treibt mein Gegenüber eigentlich um? In anderen Wochen werden wir auch Übungen machen, wo es darum geht, Raum und eine Offenheit durch das eigene Zuhören zu schaffen, aber sich auch selber durch eine Frage fordern zu lassen.

Warum ist das Thema Mitgefühl gerade jetzt besonders wichtig?

Weil es auch gerade eine große Frage ist, wie wir mit unserem Mitgefühl mit den Menschen in den Nachrichten umgehen, in Gaza oder in Israel. Es gibt eine wissenschaftlich untersuchte Technik des Mitgefühls, bei der die Praktizierenden auch in Anbetracht von großem Leid innerlich friedlich und ruhig sind. Wenn ich das Leid sehe und denke: Ich bin nicht allein damit, sondern ich bin Teil dieser Welt, ich bin von Gott ins Leben geschickt worden – dann kann ich dieses Gute, das ich mit Gott verbinde, nutzen und der anderen Person in den Nachrichten zusprechen, ohne dass es mich auslaugt: »Ich wünsche dir Frieden, ich wünsche dir Wohlergehen.« Das ist dann wie ein Fürbittengebet, das ich für diese Person spreche, weil ich sehe, dass sie leidet.

Der »Entdeckungsweg Mitgefühl« beginnt am 6. Dezember. Bis zum 3. Januar sind die wöchentlichen Online-Treffen jeweils mittwochs von 20 Uhr bis 21.15 Uhr. Die Teilnahme ist kostenfrei, der Verein bittet aber um finanzielle Unterstützung. Anmeldung und weitere Informationen [hier](#).



DER ANDERE ORT

RHEINUFER BEI RHEINHAUSEN



VON EBERHARD

Der Rhein breitet sich aus und verschafft uns eine Verschnaufpause, eine Zeit zum Innehalten, zum Nachdenken über die Gewalt der Natur.

Weitere Glücksorte, Kraftquellen und Trostplätze finden Sie in unserer App Andere Orte, die Sie kostenfrei in den entsprechenden Stores herunterladen können.



ANDERE ZEITEN FÖRDERT

GUT. KATHOLISCH. QUEER

Auftreten statt Austreten – das wollen Mitmacher:innen der Initiative *#OutInChurch*. Sie alle sind Menschen, die queer und katholisch sind und sich in ihrer Kirche zwar nicht bedingungslos willkommen fühlen, aber bleiben möchten. Der Fotograf Martin Niekämper hat sie in ihrem kirchlichen Umfeld porträtiert. Zum Beispiel die Theologie-Professorin Anne Koch (Foto oben). Unter dem Titel »GUT.KATHOLISCH.QUEER – Für eine Kirche ohne Angst« wurden die Fotografien im Sommer während der Hamburger »Pride Week« im Kleinen Michel ausgestellt. Außerdem luden die Veranstalter:innen der Aktion, die *Andere Zeiten* finanziell gefördert hat, zu einem Begleitprogramm ein: zu einer Vernissage mit dem Fotografen, einem Rundgang mit einem Initiator von *#OutInChurch* und zu Gottesdiensten mit anschließender Segnung. Besucherinnen und Besucher konnten ihre Eindrücke in einem Gästebuch festhalten: »Danke an alle Beteiligten! Der Stein ist ins Rollen gekommen. Es liegt an uns, ihn nicht ins Stocken zu bringen!« oder »Ich bin berührt, von der Tiefe, dem Ausdruck, den Worten, den Bildern, und der durchtragenden Hoffnung!«. Eine Aktion,

die Mut macht und ein Anfang sein kann. Und es geht weiter, denn die Ausstellung wandert: Alle aktuellen Termine finden Sie [hier](#).

Foto: Martin Niekämper

Haben Sie auch Projektideen, die in der Schublade schlummern, weil sie an der finanziellen Umsetzung scheitern? Stellen Sie einen Antrag auf Förderung bei *Andere Zeiten*! Mehr Informationen dazu finden Sie [hier](#).

ADVENTSBRAUCH

Bei uns zuhause lebt ein Brauch aus der Kindheit meiner Mutter in Kriegsjahren weiter, von dem sie stets mit Tränen in den Augen berichtet: Im Advent stellte ihre Mutter zwei große Tannenzapfen auf und legte Schokoplättchen mit bunten Perlen zwischen die Blätter, die meine Mutter und ihre Geschwister »pflücken« durften. War der Zapfen leer, wurde Morgen für Morgen mit Spannung erwartet, ob vielleicht neue Plättchen darin lagen – zum Glück hatte meine Oma immer noch ein paar zum Nachlegen in petto.



Illustration: Smilla Berg

Die korrekte Antwort in unserem Quiz lautet »B«. Der Gottesdienst am ersten Adventssonntag hat Jesu Einzug in Jerusalem zum Thema. Der zweite Advent steht für die Wiederkunft Christi, der dritte Advent

ist Johannes dem Täufer gewidmet und der vierte Advent wird zu Ehren der Maria, der Mutter Jesu, gefeiert.

Wir hoffen, unser Newsletter **die andere zeit** hat Ihnen gefallen. Falls Sie Ideen, Fotos oder Beiträge für einen der nächsten Newsletter beisteuern möchten, freuen wir uns darüber unter newsletter@anderezeiten.de.

Herzlich

Ihr

Andere Zeiten-Team

© Andere Zeiten e.V. 2023
Fischers Allee 18, 22763 Hamburg
Telefon: 040 / 47 11 27 27

newsletter@anderezeiten.de

Kennen Sie schon unseren monatlich erscheinenden *anders handeln*-Newsletter? Sie können ihn [hier](#) abonnieren.

www.anderezeiten.de

www.andereorte.de

www.andershandeln.de

Verantwortlich: Iris Macke
Telefonisch erreichen Sie uns:
montags bis donnerstags von 8.30 bis 17 Uhr (außer mittwochs
zwischen 11.45 und 13.15 Uhr),
freitags von 8.30 bis 16 Uhr.

Diesen Newsletter weiterempfehlen

Diesen Newsletter abonnieren

[Newsletter abbestellen](#)

Datenschutzerklärung

Wenn Sie diese E-Mail (an: seifert@anderezeiten.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.