

# WZ.F.

WEIHNACHTEN

ZUHAUSE

FEIERN

KHG | KATHOLISCHE  
HOCHSCHULGEMEINDE



**DIE IDEE**  
**SOFA-GOTTESDIENST**  
**VORBEREITUNG**  
**ABLAUF**  
**EINSTIMMUNG**  
**EVANGELIUM**  
**SEGEN**  
**INSPIRATION**  
**GEBET**  
**VATER UNSER**  
**SEGEN**  
**PLAN**  
**LIEDER**  
**MEDITATION**  
**GÖNNUNG**

# DIE IDEE

## Die Idee:

**Auch dieses Jahr finden wir Wege, Weihnachten zu feiern:  
Nur eben in der #stayathome-Edition.**

Mit „WZF. – Weihnachten Zuhause feiern“ versorgen wir Dich mit feinstem Seelenfutter für die Festtage und geben Dir Ideen an die Hand, wie Du Weihnachten spirituell und genussvoll erleben kannst:

**WEIHNACHTEN**

**FEIERN**

**SOFA-GOTTESDIENST**

Wer dieses Jahr die Couch statt die Kirchenbank drücken will, ist mit unserem Sofa-Gottesdienst bestens bedient: Egal ob Du alleine, mit Deiner Familie, nur mit Deinem Liebblingsmenschen, im Wohnzimmer, am Lagerfeuer oder in einer Videokonferenz feierst: Das wird ein Weihnachtsgottesdienst der besonderen Art!

Vielleicht hat Weihnachten 2020 weniger Lametta. Die Story dahinter wird dabei eher noch klarer, ermutigender. Ganz moderne Kunst nimmt Dich mit zur Betrachtung: Was ist eigentlich der Mensch?

**ÜBER**

**WEIHNACHTEN**

**NACHDENKEN**

**MEDITATION**

**WEIHNACHTEN**

**GENIESSEN**

**GÖNNUNG**

Gönn Dir neben Plätzchen, Festessen, Weihnachtsfilmen & Co. Momente voller Leichtigkeit: Wir steuern ein paar Ideen bei!

**WEIHNACHTEN**

**FEIERN**

**SOFA-GOTTESDIENST**

# VORBEREITUNG

**Vorbereitung: Tipp: Mache Dir schon ein paar Tage vor Heiligabend (oder eben kurz bevor es losgehen soll) Gedanken zu folgenden Themen:**

## ZEITPUNKT

Wann willst Du zuhause Weihnachtsgottesdienst feiern?  
Wann passt es gut in Deinen Heiligabend-Ablauf bzw. den Deiner Familie?

## ATMOSPHERE

Suche einen passenden Ort in Deinem Zimmer, Deiner Wohnung oder Eurem Haus und gestalte ihn so, dass man sich dort wohlfühlen und gut Gottesdienst feiern kann (z.B. Sitzmöglichkeiten für alle, Kerze in der Mitte bereitstellen, ...)

## ABLAUF

Zu jedem Element des Gottesdienstes findest Du mehrere Möglichkeiten zur Auswahl. Schau Dir unseren „WZF-Baukasten“ an: Stelle zusammen, was Dir gefällt und den Menschen, mit denen Du zusammen feierst. Für besseren Überblick findest Du unter „Zubehör“ einen Ablaufplan, in den Du Deine Auswahl eintragen kannst. So hast Du alles auf einen Blick parat, wenn`s losgehen soll.

## MUSIK

Wie bist Du musikalisch aufgestellt: Begeisterte Selbst-Sänger\*in oder Typ „Ich bin gut darin, Songs über eine Box laufen zu lassen“? Magst Du es klassisch oder modern oder im Mix?

## MATERIAL

Lege bereit, was Du für den Sofa-Gottesdienst brauchst – in ausreichender Anzahl für alle, die mit Dir feiern.

## UND DANN...

Freu Dich drauf! Das wird ein ganz besonderer Weihnachtsgottesdienst - Dein Weihnachtsgottesdienst!

# ABLAUF

**Ablauf:** Folgenden Ablauf schlagen wir Dir vor:

MUSIK

EINSTIMMUNG

MUSIK

WEIHNACHTSEVANGELIUM

INSPIRATION

MUSIK

GEBET

VATER UNSER

SEGEN

MUSIK

## BAUKASTEN

Zu jedem Element des Gottesdienstes findest Du hier mehrere Wahlmöglichkeiten. Viel Spaß beim Ausschuchen!

## MUSIK

Musik gehört zu Weihnachten wie Plätzchen, Christbaum und Geschenke. Treffe für Dein WZF eine Musikauswahl, die zu Dir passt und zu denjenigen, mit denen Du feierst.

### Ideen:

- **Zusammen Weihnachtslieder singen, wie z.B.:**
  - » **Macht hoch die Tür » Stille Nacht**
  - » **Nun freut euch, ihr Christen**
  - » **O du fröhliche**

*(Noten und Texte zu diesen Klassikern haben wir ins „Zubehör“ gepackt. Einfach in ausreichender Anzahl ausdrucken.)*

- **Weihnachts-Klassiker zum Zuhören:**



SCAN ME

The King's Singers  
- Christmas  
(z.B. auf [YouTube](#))



SCAN ME

Wer's rockiger mag:  
Weezer - Hark the Herald  
Angels Sing  
(z.B. auf [YouTube](#))

» oder Instrumentalmusik nach  
Deinem Geschmack

# EIN STIMMUNG

**Einstimmung:** Je nachdem, wann Dein Sofa-Gottesdienst beginnt: Erstmal von der Heiligabend-Stress-Welle runterkommen oder aus der Fressnarkose hochkommen... Daher ist ein Element sinnvoll, das Dich/Euch einstimmt, das Atmosphäre schafft.

## DU KANNST ZUM BEISPIEL

Eine Kerze entzünden  
(oder auch die Kerzen am Adventskranz).

Falls Du eine Krippe hast:  
Hole sie in Eure Mitte, an den Ort, an dem  
Ihr feiert. Oder einfach die Figuren aufstellen.

Mach schöne Musik an.

## Dazu kannst Du in etwa so einleiten:

Es ist soweit: Alle Türchen des Adventskalenders sind offen.  
Alle Plätzchen sind gebacken. Alle Einkäufe gemacht.  
Alle Vorbereitungen erledigt.

Wir feiern Weihnachten. Wir feiern das Fest der Geburt Jesu Christi.  
Wir feiern, dass Gott Mensch geworden ist. Wir feiern, dass sich der  
Allergrößte ganz klein gemacht hat.

Als kleine Gruppe/Familie feiern wir zusammen und bilden gleichzeitig  
eine große Gemeinschaft

- mit den Menschen in unserer Stadt/in unserem Ort, die ebenso zuhause oder in einer Kirche feiern
- mit allen Studierenden der KHG Mannheim, die heute feiern wie wir
- und Christ\*innen weltweit, die Weihnachten feiern.

~ MUSIK?

## Weihnachtsevangelium:

**Du weißt schon, was jetzt kommt: Ein Kind wird geboren.**

**Spot on: It's a boy! Gar nicht mal sooo spektakulär.**

**Und am Ende doch weltbewegend...**

### DU HAST DIE WAHL.

Wähle eine der drei folgenden Möglichkeiten.

Frage vorher eine andere Person, ob sie das Vorlesen des Weihnachtsevangeliums übernehmen kann oder sich um das Abspielen des Clips kümmert.

### #1 DAS ORIGINAL:

### WEIHNACHTSERZÄHLUNG NACH LUKAS (LK 2,1-14)

Zu jener Zeit ordnete der römische Kaiser Augustus an, dass alle Bewohner des Römischen Reiches behördlich erfasst werden sollten. Diese Erhebung geschah zum ersten Mal, und zwar, als Quirinius Statthalter von Syrien war. Alle Menschen reisten also in ihre Heimatstadt, um sich für diese Volkszählung eintragen zu lassen.

Weil Josef ein Nachkomme Davids war, musste er nach Bethlehem in Judäa reisen, in die Stadt Davids. Von Nazareth in Galiläa aus machte er sich auf den Weg und nahm seine Verlobte Maria mit, die schwanger war.

Als sie in Bethlehem waren, kam die Zeit der Geburt. Maria brachte ihr erstes Kind zur Welt, einen Sohn. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Futterkrippe, weil es in Bethlehem kein freies Zimmer mehr für sie gab.

In jener Nacht hatten ein paar Hirten auf den Feldern vor dem Dorf ihr Lager aufgeschlagen, um ihre Schafe zu hüten. Plötzlich erschien ein Engel Gottes in ihrer Mitte. Der Glanz des Herrn umstrahlte sie. Die Hirten erschrecken, aber der Engel beruhigte sie. »Habt keine Angst! Fürchtet euch nicht!«, sagte er. »Ich bringe eine frohe Botschaft für alle Menschen! Jesus Christus, der Retter, wurde heute Nacht in Bethlehem geboren! Und daran könnt ihr ihn erkennen: Ihr werdet ein Kind finden, das in Windeln gewickelt in einer Futterkrippe liegt!«

Auf einmal war der Engel von einer großen Schar Engel umgeben, und sie alle priesen Gott mit den Worten: »Ehre sei Gott im Himmel und Frieden auf Erden für alle Menschen, denn er wendet sich ihnen in Liebe zu.«

# EVAN GELIUM

#2 EINE MODERNE INTERPRETATION  
THE BOY ON VIMEO



SCAN ME

...oder klick aufs Bild!

#3 ZUM SCHMUNZELN: WEIHNACHTS-  
GESCHICHTE ÜBERRASCHEND  
ERZÄHLT - AUF YOUTUBE.



SCAN ME

...oder klick aufs Bild!

# INSPIRATION

**Inspiration: Gott - Mensch - Weihnachten:**  
Es lohnt sich definitiv, darüber nachzudenken,  
was wir Christ\*innen da feiern.

LASS DICH DAZU INSPIRIEREN, INDEM DU Z.B.

- den **WZF-Impuls** von Marius und Kathrin anschaut:  
Katholische Hochschulgemeinde Mannheim auf  
YouTube (online ab 23.12.)



SCAN ME

...oder klick aufs Bild!

- mit Deiner „Sofa-Gemeinde“ über folgende  
Themen **ins Gespräch** kommst:

DER KERN VON WEIHNACHTEN IST FÜR MICH...

WEIHNACHTEN MÜSSTE EIGENTLICH HEISSEN, DASS...

GOTT WIRD HEUTE MENSCH, WENN...

...

~ MUSIK?

# GEBET

**Gebet:** Im Gebet vertrauen wir Gott an, was uns bewegt, bedrückt, beschäftigt und begeistert: Bitten, Hoffnungen, Sehnsüchte, Jubel- und Traurigkeitsmomente.

## DU KANNST ZUM BEISPIEL

- alle einladen, die **Namen von Personen zu nennen**, für die sie beten möchten und dazu für jede Person ein Teelicht zu entzünden, das zur Kerze in der Mitte gestellt wird
- eine „**Weihnachtswunschrunde**“ starten, indem jede\*r den Satz vervollständigt: Mein größter Weihnachtswunsch wäre, wenn...
- mit den anderen sammeln, **für welche Personengruppen und Anliegen ihr gerade besonders beten wollt**: Vielleicht für Personen, die an Heiligabend arbeiten (bei der Feuerwehr, in Kliniken, bei der Polizei, ...) oder Menschen, die die Feiertage im Krankenhaus verbringen müssen oder Einsame oder die Kinder, die in diesem Jahr geboren wurden oder...

# VATER UNSER

**Das Vaterunser ist ein Gebet von Jesus selbst. Nicht jede\*r kann es auswendig, deshalb packen wir es auch ins „Material“.**

### Zur Einleitung kannst Du sagen:

„Manche Bitten, Wünsche und Sehnsüchte haben wir ausgesprochen. Manche tragen wir nur mit uns selbst herum. All unsere Bitten und Wünsche – die ausgesprochenen und die unausgesprochenen – legen wir in das Gebet, das Jesus uns gelehrt hat, ins Vaterunser. Wir beten gemeinsam:

*Vater unser im Himmel...*

# SEGEN

**Segen:** Segnen bedeutet „Zusagen des Guten“. Das ist mehr als ein guter Wunsch wie „alles Gute“ oder „mach es gut“, sondern durch die Segenszusage wird für jede\*n der Segen bekräftigt, den Gott längst auf uns gelegt hat: Erinnerung und Ermutigung, Gesegnete zu sein und Segen für andere und für unsere Welt zu werden.

## DU KANNST ZUM BEISPIEL

- das **Segensgebet (s.u.) sprechen** (Vielleicht wäre dieser Part was für die älteste Person in der Runde?):
- den **Segen wie Funken überspringen** lassen:

Verteile Wunderkerzen an alle. Eine Person entzündet ihre Wunderkerze an der Kerze in der Mitte und gibt den Funken an ihre\*n Nebensitzer\*in weiter. Diese wiederum an ihre\*n Nebensitzer\*in usw.

Dazu kann jeder sagen:

**Sei gesegnet mit Gottes Funken und gib ihn weiter / lass ihn überspringen!**

### Segensgebet:

Gott segne uns in dieser Heiligen Nacht.  
Er wärme unser Herz,  
vertreibe unsere Angst,  
und erhelle unsere Dunkelheit.

Gott segne uns und begleite uns auf allen Wegen.  
Er befreie uns von Egoismus,  
er tröste unsere Traurigkeit  
und er erfülle uns mit Dankbarkeit,  
Lebensfreude und Glück.

Gott segne uns mit seinem Licht,  
das uns in Jesus geschenkt ist  
und er mache uns  
fähig zum Teilen, zum Schenken,  
zum Lächeln und zum Lieben.

So segne uns Gott,  
der Mensch wurde um uns Licht zu sein:  
Der Vater und der Sohn  
und der Heilige Geist. Amen.

~ MUSIK?

# PLAN

Dein Plan.

Das habe ich ausgesucht:

Das brauche ich:

MUSIK

- Noten
- Handy & Box

EINSTIMMUNG

- Kerze
- Adventskranz
- Krippe & Figuren

MUSIK

WEIHNACHTSEVANGELIUM

- Text
- Tablet / Laptop & Box

INSPIRATION

- Tablet / Laptop & Box

MUSIK

GEBET

- Teelichter

VATER UNSER

SEGEN

- Wunderkerzen

# MATERIAL

Material: 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.*

# MATERIAL

## Lieder: Die Klassiker



1. Macht hoch die Tür, die Tor\_macht weit, es



kommt der Herr der Herr - lich-keit, ein



Kö - nig al - ler Kö - nig-reich, ein



Hei - land al - ler Welt\_ zu-gleich, der



Heil und Le - ben mit\_ sich bringt; der-



hal - ben jauchzt, mit Freu - den singt. Ge-



lo - bet sei mein Gott, \_\_\_\_\_ mein



Schöp - fer reich\_ an Rat.

2. Er ist gerecht ein Helfer wert, / Sanftmütigkeit ist sein  
Gefährt, / sein Königskron ist Heiligkeit, / sein Zepter ist  
Barmherzigkeit; / all unsre Not zum End er bringt; / der-  
halben jauchzt, mit Freuden singt. / Gelobet sei mein Gott,  
/ mein Heiland groß von Tat.

3. O wohl dem Land, o wohl der  
Stadt, / so diesen König bei sich  
hat. /

Wohl allen Herzen insgemein, / da  
dieser König ziehet ein. /

Er ist die rechte Freudensonn, /  
bringt mit sich lauter Freud und  
Wonn. /

Gelobet sei mein Gott, / mein  
Tröster früh und spat.

4) Macht hoch die Tür, die Tor  
macht weit, / eu'r Herz zum  
Tempel zubereit'. /

Die Zweiglein der Gottseligkeit /  
steckt auf mit Andacht, Lust und  
Freud; /

so kommt der König auch zu euch,  
/ ja, Heil und Leben mit zugleich. /

Gelobet sei mein Gott, / voll Rat,  
voll Tat, voll Gnad.

5) Komm, o mein Heiland Jesu  
Christ, / meins Herzens Tür dir  
offen ist. /

Ach zieh mit deiner Gnade ein;  
/ dein Freundlichkeit auch uns  
erschein. /

Dein Heilger Geist uns führ und leit  
/ den Weg zur ewgen Seligkeit. /

Dem Namen dein, o Herr, / sei ewig  
Preis und Ehr.

# MATERIAL

## Lieder: Die Klassiker

Stil - le Nacht, hei - li - ge Nacht!

Al - les schläft, ein - sam wacht nur das

trau - te hoch - hei - li - ge Paar. Hol - der

Knab\_ im loc - ki - gen Haar: Schlaf in

himm - li - scher Ruh\_\_\_\_\_ Schlaf in

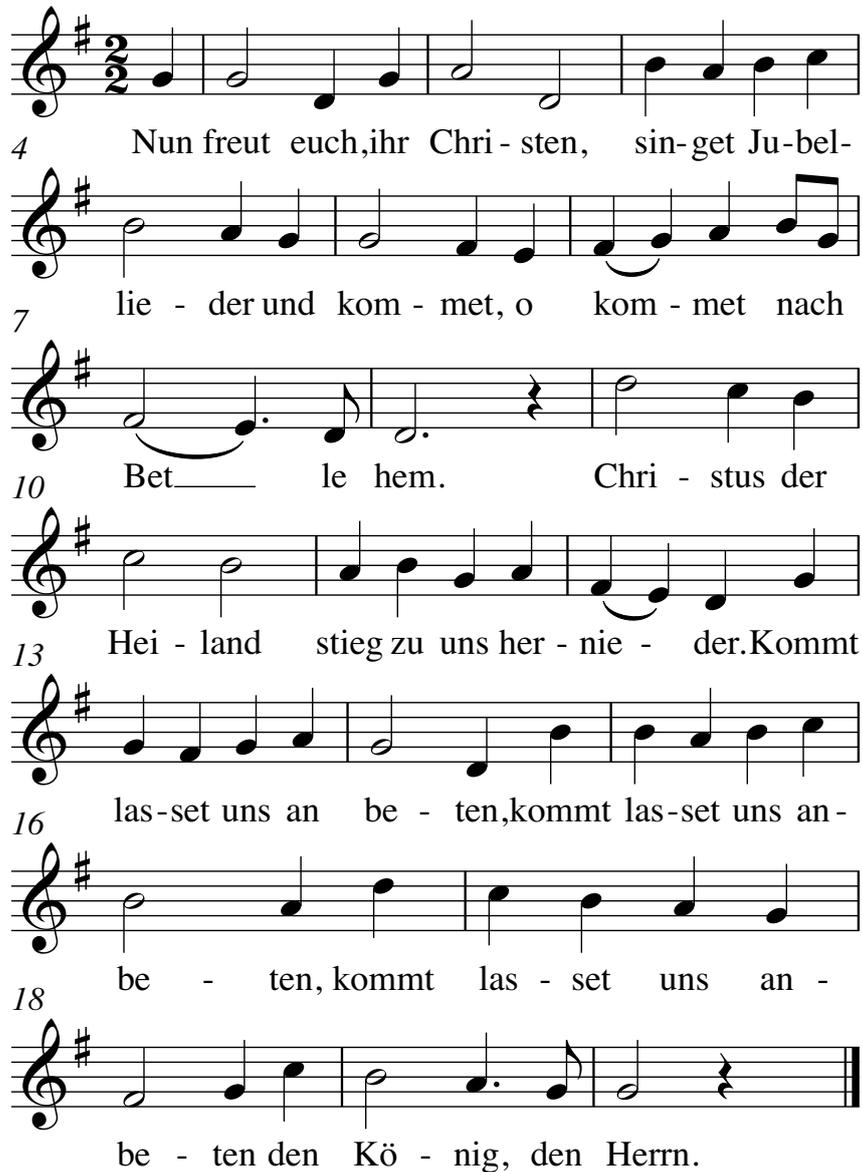
himm - li - scher Ruh!

2. Stille Nacht, heilige Nacht! Gottes Sohn, o wie lacht Lieb aus deinem göttlichem Mund, da uns schlägt die rettende Stund: Christ in deiner Geburt! Christ in deiner Geburt!

3. Stille Nacht, heilige Nacht! Hirten erst kundgemacht; durch der Engel Halleluja tönt es laut von ferne und nah: Christ der Retter ist da! Christ der Retter ist da!

# MATERIAL

## Lieder: Die Klassiker



4 Nun freut euch, ihr Chri - sten, sin - get Ju - bel -  
7 lie - der und kom - met, o kom - met nach  
10 Bet - le - hem. Chri - stus der  
13 Hei - land stieg zu uns her - nie - der. Kommt  
16 las - set uns an - be - ten, kommt las - set uns an -  
18 be - ten, kommt las - set uns an -  
be - ten den Kö - nig, den Herrn.

2. O sehet, die Hirten eilen von den Herden und suchen das Kind nach des Engels Wort; gehn wir mit ihnen, Friede soll uns werden. Kommt lasset...

3. Der Abglanz des Vaters, Herr der Herren alle, ist heute erschienen in unserm Fleisch: Gott ist geboren als ein Kind im Stalle. Kommt lasset...

4. Kommt, singet dem Herren, singt, ihr Engelchöre. Frohlocket, frohlocket, ihr Seligen. Himmel und Erde bringen Gott die Ehre. Kommt lasset...

# MATERIAL

## Lieder: Die Klassiker

1. O du fröhliche, o du  
se - li - ge — gna - den - brin - gend - de  
Weih - nachts - zeit. Welt — ging ver -  
lo - ren, Christ ist ge - bo - ren.  
Freu - e, — freu - e dich o  
Chris - ten - heit!

2. O du fröhliche, / o du selige, / gnadenbringende Weih-  
nachtszeit. / Christ ist erschienen, / uns zu versöhnen. /  
Freue, freue dich, o Christenheit.

3. O du fröhliche, / o du selige, / gnadenbringende Weih-  
nachtszeit. / Himmlische Heere / jauchzen dir Ehre. / Freue  
freue dich, o Christenheit.

**ÜBER  
WEIHNACHTEN  
NACHDENKEN  
MEDITATION**

**Meditation:** Vielleicht hat Weihnachten 2020 weniger Lametta.  
Die Story dahinter wird dabei eher noch klarer, ermutigender.  
Ganz moderne Kunst nimmt Dich mit zur Betrachtung:  
Was ist eigentlich der Mensch?

(Weihnachtliche?) Betrachtung über den Menschen.  
– Sebastian Schrader, Oblomow 1, 2012



# MEDI TATION

## **(Weihnachtliche?) Betrachtung über den Menschen. - Sebastian Schrader, Oblomow 1, 2012.**

Huch!? Ist das eine Straßenszene, sitzt da ein Obdachloser? Aber was macht die Krone da? Auf den zweiten Blick wird deutlich, wir sind in einem Künstler-Atelier, es ist doch keine Armut-Szene, jedenfalls sitzt der Typ nicht auf der Straße. Der Blick nach innen gekehrt; könnte sein, er ist erschöpft – oder mitten in einem künstlerischen Prozess? Die Krone, improvisiert, wohl schnell aus nem Karton geschnitten, macht in dem Licht eine ganz gute Figur; genauso der rote Stoff, der barocke Falten wirft und den majestätischen Eindruck verstärkt. Der Kontrast ist groß zwischen der kargen Ausstattung, leicht schäbig, und der königlichen Pose. Die leise Ironie, beide Sphären vermittelnd, mildert die Schwere des Bildes, verleiht etwas Spielerisches.

Begrenzte Ausstattung - unendliche Würde, schlichtes Material – leuchtender Schöpfergeist. Gute Beschreibung des Menschen, seiner Register, seiner Dramen? Ähnlich wie Weihnachten: Gottmensch in der Krippe? -> heißt Menschsein, bei unendlicher Sehnsucht die Grenzen liebevoll anzunehmen?

Falls Bücher und Kleider second hand sind, haben die Farben am meisten gekostet, sie sind der versteckte Luxus, der wahre Schatz des Künstlers, dabei unverzichtbares Handwerkszeug.

»» Was macht Dein Leben bunt & wertvoll, wo spürst Du Deine vitale Kraft?

Eine Menge Bücher für ein Atelier! Offensichtlich bearbeitet (steckt da nicht ein Zettel?). Sie dominieren nicht, haben aber einen bedeutenden Platz. Sie passen gut zu einem Gemälde, das auf viele kunsthistorische Motive anspielt. -> Welche Geschichten, Einsichten, Begegnungen inspirieren Dich, prägen Dein Leben?

**HIER IST DER PLATZ BEGRENZT.**

Mehr findest Du hier:  
Weihnachtliche Meditation

- [mfletschinger.com](http://mfletschinger.com)



SCAN ME

**WEIHNACHTEN**

**GENIESSSEN**

**GÖNNUNG**

# GÖNNUNG

**Gönnung:** Gönn Dir neben Plätzchen, Festessen, Weihnachtsfilmen & Co. Momente voller Leichtigkeit:  
Wir steuern ein paar Ideen bei!

## WRITTEN IN THE STARS

**Hier entsteht Baumschmuck mit #Tiefgang:**

1. Schneide aus festerem Papier Sterne aus
2. Befestige eine Schnur an jedem Stern
3. Notiere auf jedem Stern eines Deiner Jahreshighlights 2020
4. Wenn Du mit anderen zusammen bastelst: Legt eine Sternstunde ein und erzählt Euch gegenseitig von Euren Sternstunden 2020
5. Hängt Eure Sterne an den Christbaum

## SINGEN IST DIE BESTE MEDIZIN



**Schau mal hier rein:**

Der Postillon: Die schönsten Corona-Weihnachtslieder ([der-postillon.com](https://www.der-postillon.com))

## ZEICHENSPRACHE

**Pantomime in der Weihnachts-Edition** mit Begriffen aus den Themenfeldern Advent, Weihnachten, Jahreswechsel usw.

Hier ein paar Ideen:

Krippe, Jesus, Inkarnation, Engel, Adventskranz, Nikolaus, beten, singen, Plätzchen, Christbaum, Glühwein, Silvester, Böller, ...



**YouTube**

**KHG-MANNHEIM.DE**

**Katholische  
Hochschulgemeinde  
Mannheim**

**D6 15 | 68159 Mannheim  
Tel.: 0621 / 370 071- 0**

**info@khg-mannheim.de**

Weihnachten 2020

**Inhalt:** Marius Fletschinger, Kathrin Grein  
Katholische Hochschulgemeinde Mannheim

**Gestaltung:** Andreas Fuhrmann | pistaziengruen.de



**KATHOLISCHE  
HOCHSCHULGEMEINDE  
KHG-MANNHEIM.DE**