

In den nächsten Minuten möchte ich dich dazu einladen dich mit einer Tasse Tee oder heißer Schokolade an einen gemütlichen Ort zu setzen und dich ein zu lassen auf dieses kleine Stück Ruhe vom Alltag.

Auch wenn die Welt momentan Kopf steht, gibt es einen der unveränderlich und unerschütterlich ist. Die Hoffnung, auf die wir uns in der Adventszeit vorbereiten ist auch heute noch Grund zur Freude. Wenn wir in uns gehen dann finden wir oftmals viele kleine Dinge, die Grund zur Freude bieten. Wenn alles um einen herum chaotischer und lauter wird, dann hilft es oft den Blick nach Innen zu richten, auf das was trotz allem positiv ist und woran man sich freuen kann.

Mein Fahrlehrer hat immer gesagt: „Da wo man beim Autofahren hinschaut da lenkt man das Auto auch hin.“ Deshalb ist es so wichtig beim Autofahren den Blick auf die Straße zu richten. Auf unser Leben übertragen, heißt das, wenn ich mich auf die Dinge konzentriere, die mich einschränken oder mir Angst machen, dann fahre ich gefühlsmäßig auch in diese Richtung. Schau ich stattdessen auf die Dinge die mich immer noch zum Lächeln bringen, die mir eine kleine Freude bereiten, dann fallen mir mehr und mehr Dinge ein, die mein Leben mit Freude füllen.

Nimm dir nachher einige Minuten Zeit und frage dich einmal wofür du heute dankbar bist. Vielleicht gab es heute Weihnachtsplätzchen oder du konntest ausschlafen, vielleicht hast du auch mit einem Menschen telefoniert der dir sehr am Herzen liegt. Ich bin heute dankbar für ... . Zünde eine Kerze an, für diese Dinge und zünde damit auch symbolisch, ein Licht in deinem Herzen an.

Anschließend möchte ich dich dazu ermutigen auch anderen einen Grund zu schenken dankbar zu sein. Womit kannst du einem Menschen in deinem Umfeld auch unter den gegebenen Umständen eine Freude bereiten? Lass uns gemeinsam Herzen zum Leuchten bringen und die dunkle Jahreszeit erhellen. Nächstenliebe und Menschlichkeit sind nicht abgesagt, sondern wir sind herausgefordert neue Wege zu finden sie anderen zu Teil werden zu lassen.

Ich wünsche die einen besinnlichen vierten Advent.

