

## LICHT und DUNKEL

Für die einen ist Weihnachten das schönste Fest des Jahres, weil es für sie mit LIEBE in Zusammenhang gebracht wird. Zeit füreinander zu haben; als Zeichen der Aufmerksamkeit kleine Geschenke zu produzieren; sich mit dem anderen, seinen Bedürfnissen ehrlich auseinanderzusetzen.

Für andere ist es ein Kirchenfest. Christen feiern die Geburt ihres Erlösers, Jesus Christus.

Für manche ist es schlichtweg Brauchtum: Tannenbaum, Geschenkeaustausch, Weihnachtslieder, Weihnachtskarpfen, Vanillekipferl...

Manche feiern die Wintersonnenwende. Die längste Nacht des Jahres, die Finsternis, weicht dem Licht. Langsam, ganz langsam, werden die Tage wieder länger und heller.

Noch hat der Winter die Natur fest im Griff.

Vielen wird zu Weihnachten bewusst, dass sie alleine sind und fühlen sich einsam, traurig, ausgegrenzt.

Manche widersagen dem Konsumzwang, der BeWerbung des Weihnachtsfestes BEWUSST.

Andere wenden sich dem Nächsten zu.

Im Idealfall stellen wir uns die Frage: gibt es IN MIR Licht und Dunkelheit? Wie spürt sich das an? Wie wirken sich trübsinnige Gedanken auf mich aus? Wie reagiere ich auf Kränkungen? Auf Besserwisserei? Was zieht mich hinunter?

Und was hilft mir, mich wieder dem Hellen, Lichtvollen in mir zuzuwenden? Es zu spüren...