Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 12.12.2017 05:55 Uhr | Klaus Nelißen

Advents-Mantra

Wenn Sie einen Adventskalender haben, wird es heute philosophisch oder psychologisch – wie sie wollen: Die Frage: Ist der Adventskalender nun halb leer oder halb voll? Die Hälfte des Dezembers ist jedenfalls vorbei und es sind nur noch 12 Türchen bis Heiligabend.

Und vielleicht entspricht die Frage ja genau dem vorweihnachtlichen Gemütszustand in diesen Tagen. Es gibt ja die, die sich in der Vorfreude immer noch steigern können und die dem "Fest der Feste“ entgegen fiebern. Tendenz optimistisch: halbvoll. Und dann gibt es die, für die Weihnachtsvorbereitungen vor allem Stress bedeuten: Glühwein, Geschenke, Glückseligkeit on Top zu einem Leben, das sowieso schon auf Kante gestrickt ist. Tendenz pessimistisch: halbleer.

Für alle, die eher zur Halb-Leer-Fraktion gehören, die sich ihre Adventsstimmung noch nicht einmal anfuttern können mit der Schokolade aus dem Kalender, für alle die – aber auch für alle anderen – habe ich heute einen Tipp zur Adventskalender-Halbzeit: Probieren sie doch mal ein Mantra, Ja. Ich weiß: andere Religion – kommt nicht aus dem Christentum. Gibt es da aber auch – heißt hier nur nicht so schön wie: Mantra. Mir jedenfalls helfen im Advent gerade solche Gebetsmühlensätze: Nichts, was ich originell herbeizaubern müsste, sondern etwas, das ich mir immer wieder vorsagen kann in meinem Alltag. Und so sickert es langsam in meine Gestimmtheit hinein. Also: einen Satz immer wieder sich selbst vorsagen – am besten Still, sonst wundert sich das Umfeld. Und schauen, was dieser Satz mit mir macht in den konkreten Situationen.

Ich habe in diesem Jahr einen wunderbaren Satz parat, ein Advents-Mantra, obwohl der Satz das Motto ist vom nächsten Katholikentag, 2018 in Münster: "Suche Frieden“ heißt der Satz. Der passt aber auch wunderbar zu Weihnachten – denn das ist ja das große Friedensfest. Das verkünden die Engel auf den Feldern in der Nacht von Bethlehem und das ist doch die große Sehnsucht jedes Menschen, ob halb voll oder halb leer: "Suche Frieden“.

Für die einen wird das mit innerem Frieden zu tun haben, für andere mit Frieden in der

Umwelt, in den Beziehungen, im Weltgeschehen. Wer sich den Satz über den Tag verteilt zusagt, der wird immer neue Zusammenhänge finden.

Suche Frieden: Beim Sonnenaufgang, in der Bahnhofshalle, im Stau, auf der Arbeit, an der Supermarktkasse: Suche Frieden:. In einem Blick, in einer Umarmung, in einem gutem Wort oder in einer Geste: Suche Frieden. Wenn der Staub sich legt nach einem Streit, wenn nachts aufwühlende Gedanken kommen, wenn mich der Nächste nervt: Suche Frieden. In einem Menschen, in einem Lied, in einem Wort.: Suche Frieden. Heute und bis Weihnachten. Vielleicht sickert damit etwas Frieden durch. Suche Frieden – das wäre dann nicht nur ein frommer Wunsch, jetzt zur Halbzeit im Adventskalender.