

1. DEZEMBER



Atempausen

Atempausen im Advent – braucht es die? Wir müssen immer atmen, das ist doch eine Selbstverständlichkeit, oder? Ja, eigentlich schon. Wenn ich mich aber daran erinnere, wie die Adventszeit in den letzten Jahren für mich aussah, dann ist da tatsächlich das Bild eines Rennens in mehreren Etappen („Schon 2. Advent und noch keine Plätzchen gebacken, heute muss es sein!“, „Bald 4. Advent und immer noch nicht alle Geschenke, oh je!“), und richtig aufatmen konnte ich tatsächlich erst nach dem glücklichen Erreichen des Zieles: „Weihnachten – und alle sind zufrieden“. Das Atmen dazwischen diente nur dem Weiterhetzen ... wie schade! Denn im Laufen fliegt die Adventszeit an mir selbst nur so vorbei, ohne dass ich sie wahrnehmen kann. So will ich das in diesem Jahr nicht haben. Ich möchte mir immer wieder eine kleine Pause nehmen um durchzuatmen, um mir bewusst zu machen: Jetzt ist Advent, eine schöne, eine besondere Zeit, auch für mich!

10. DEZEMBER

Mein Wunschzettel: Andere Menschen sehen

Ja, ich möchte gerne einen Wunschzettel schreiben, auch wenn ich kein Kind mehr bin. Denn ich weiß: Das, was ich einmal aufgeschrieben habe, nehme ich eher ernst als bloße Gedanken, die kommen und gehen. Und so wünsche ich mir als nächstes einen neuen Blick auf andere Menschen, auch auf die um mich herum. Mein Sohn wäre dann kein Faulpelz mehr, der sich von jeder Kleinigkeit von den Hausaufgaben ablenken lässt, sondern ein wunderbar vielseitig interessiertes Kind. Bei der allzu mitteilbaren Freundin könnte ich erkennen, wie viel Vertrauen sie zu mir hat, statt zu beklagen, dass sie mich zu lange am Telefon aufhält ... Und wenn ich in den Medien die vielen Bilder von Geflüchteten sehe, dann möchte ich nicht einen Haufen bedrohlicher Fremder, sondern lauter menschliche Gesichter sehen – und erkennen, wie sehr und wie unverdient ich mit dem Frieden und dem Wohlstand beschenkt bin, den ich schon mein Leben lang genieße.



13. DEZEMBER



Christrose

Heute Morgen habe ich vorm Haus die ersten Knospen der Christrose zwischen den dunklen Blättern schimmern sehen. Jetzt, wo der ganze Garten kahl und dunkel daliegt, leuchtet mir in ihnen eine lebendige Hoffnung auf zarte Blüten entgegen. Alles ist abgestorben, erfroren und vergangen, was an den letzten Sommer erinnert. Der nächste Frühling ist noch weit, aber die Christrose wird mitten im Winter blühen, wird mich in Dunkelheit und Frost an Wärme und Leichtigkeit erinnern! Und plötzlich muss ich daran denken, dass ich auch Menschen kenne, die so sind: Wenn alle gegangen sind, wenn die lustigen Tage vorbei sind, sind sie da und trotzen dem Dunkel, gehen gemeinsam mit mir durch die schwierige Zeit. Eine Freundin fällt mir ein, die für mich schon eine solche „Christrose“ war – wie gut, dass es sie gibt! Noch bevor ich anderes anpacke, hole ich auf dem Markt eine knospende Christrose und stelle sie vor ihre Tür.



Last-Minute-Christbaum

Und plötzlich sagt der Kalender, dass wir den 23. Dezember haben – aber noch immer keinen Weihnachtsbaum. Mit schlechtem Gewissen denke ich daran, dass bei allen Nachbarn längst ein zusammengeschnürtes Bäumchen auf dem Balkon steht. Andererseits: kein Problem. Auf dem Schwimmbad-Parkplatz zwei Straßen weiter ist noch bis morgen ein Christbaum-Verkauf. Da geh ich jetzt mit den Kindern hin und hole einen Baum. Doch dann stehen wir auf dem Parkplatz, und weit und breit ist vom Christbaum-Verkauf nichts mehr zu sehen. Anscheinend hat der Verkäufer gute Geschäfte gemacht und deshalb schon die Zelte abgebrochen. Wir sind empört. „So ein Mist!“, schimpft mein älterer Sohn. „Ist doch wurscht!“, ruft der Jüngere. „Da fahren wir einfach mit Papa zum Baumarkt, da gibt es sogar noch ein Weckle mit warmem Fleischkäse dazu.“ Und ich freue mich, wie nah Problem und Lösung manchmal zusammenliegen können – wenn der Horizont ein bisschen weiter reicht als bis zum nächsten Parkplatz.



DIE AUTORIN Sandra Salm studierte Literaturwissenschaft und Geschichte und arbeitet seit vielen Jahren im Marketing verschiedener Verlage. Sie ist Mutter zweier Kinder und lebt mit ihrer Familie in Böblingen.

BILDNACHWEIS **1** mauritius images / Johnér | **2** mauritius images / isifa Image Service s.r.o. / Alamy | **3** mauritius images / Westen61 / Fotomaschinist | **4** Es75 / shutterstock.com | **5** Eduardo Ripoll | **6** mauritius images /Orédia / Martin Desjardins | **7** mauritius images / Westen61 / Achim Sass | **8** mauritius images / Eye Ubiquitous / Alamy | **9** mauritius images / Wolfgang Filser | **10** mauritius images / age / Dinodia | **11** Skumer / shutterstock.com | **12** mauritius images / Folio Images RF / Lina Östling | **13** mauritius images / Garden World Images / CoraNiele | **14** mauritius images / Westen61 / Javier Pardina | **15** Mona Makela / shutterstock.com | **16** mauritius images / Folio Images RF | **17** mauritius images / Westend61 / Susan Brooks-Dammann | **18** mauritius images / Westend61 / Gianna Schade | **19** mauritius images / Caia Image / Lee Edwards | **20** Soloviova Liudmyla / shutterstock.com | **21** mauritius images / Johnér | **22** A. und I.Kruk / shutterstock.com | **23** mauritius images / Micheko Productions RF / Claudia Göpperl | **24** mauritius images / imageBROKER / Frederik

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Schwabenverlag AG ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2016 Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.patmos.de

Gestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart/Saskia Bannasch
Umschlagabbildung: fotolia.com/S.H. exklusiv
Druck: Neue Süddeutsche Verlagsdruckerei, Ulm
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-8436-0813-8