





Max Feigenwinter

Nimm den Stern,
er liegt in dir

24 Inspirationen
zum Advent



EINLADUNG

Der Wunsch, sich ein Leben lang frei entfalten zu können und selbstbestimmt seinen Weg zu gehen, wird wohl jedem Menschen in die Wiege gelegt. Zu allen Zeiten erfüllte Frauen und Männer diese Sehnsucht, auch vor 2000 Jahren in Bethlehem zur Zeit des Kaisers Augustus. Während aber damals Unfreiheit und Unterdrückung an der Tagesordnung waren, leben wir heute in Mitteleuropa weitgehend in politischer Freiheit und Unabhängigkeit. Doch vielleicht nur vorübergründig? Denn sehnen wir uns nicht auch heutzutage nach Erlösung und Befreiung?

Und dann kommt da einer auf die Bühne des Weltgeschehens, nach Bethlehem, diesem gottverlassenen Nest, der später dann alles auf den Kopf stellt: Jesus. Er hat mit seinen Gleichnissen und vor allem mit der Art, wie er gelebt hat, ganz neue Möglichkeiten gezeigt. Er hat jeden einzelnen Menschen angenommen; ist auf jene zugegangen, die am Rande der Gesellschaft gelebt und jede Hoffnung verloren haben. Mit seinem bedingungslosen Ja zu jedem hat er erreicht, dass Verstummete wieder wagten, das zu sagen, was sie fühlten und dachten, dass jene, die keine Möglichkeiten und keinen Sinn mehr sahen, wieder neue Hoffnung schöpften. Immer wieder bin ich beeindruckt, wie er Menschen ermöglicht und ermutigt, neue Wege zu gehen, aufmerksamer und achtsamer zu werden, intensiver zu leben und zu sein, was sie

wirklich sind. Ich möchte Sie einladen, in diesen Advents- und Weihnachtstagen Sehnsuchtswege zu gehen.

Ich bin mir sicher, dass unser Zusammenleben schöner und wertvoller wird, wenn wir unseren Sehnsüchten nach tieferem Leben folgen, anerkennen, was gelingt und dankbar sind für das, was wir bekommen. Greifen Sie nach dem Stern, er liegt in Ihnen.

Max Feigenwinter







ZUR RUHE KOMMEN, EINFACH SEIN

Wie viel ruhiger ist unser Leben,
wenn wir uns
nicht hetzen und drängen lassen;
nicht meinen,
alles hängt von uns ab;

wie viel entspannter ist unser Leben,
wenn wir darauf verzichten,
uns mit andern zu vergleichen;
uns nicht Ziele setzen,
die außerhalb unserer Möglichkeiten liegen;

wie viel wesentlicher ist unser Leben,
wenn wir darauf vertrauen,
dass wir sein dürfen wie wir sind
und wachsen lassen,
was in uns angelegt ist.

Wie viel schöner ist unser Leben,
wenn wir in uns und unseren Mitmenschen
das ganz Besondere und Einmalige sehen
und einander ermutigen,
einfach zu sein.

Zum Autor:

Max Feigenwinter, geboren 1943, war Didaktiklehrer, Erwachsenenbildner und lange Zeit tätig als Leiter des Lehrerseminars Sargans (Schweiz). Er ist Autor mehrerer Nachdenk-Bücher sowie pädagogischer und unterrichtspraktischer Fachbücher. Weitere Informationen zum Autor finden Sie unter www.maxfeigenwinter.com

Zur Künstlerin:

Barbara Trapp (1950–2023) war eine Künstlerin aus dem Freiburger Raum. Nach einem Studium an der Hochschule für Kunst und Design „Burg Giebichenstein“ in Halle/Saale war sie wissenschaftliche Mitarbeiterin im Modeinstitut der DDR in Berlin (Bereich Modeforschung). Später arbeitete sie zunächst als Lehrberauftragte, anschließend als wissenschaftlich-künstlerische Mitarbeiterin an der Hochschule der Künste Berlin (Fachbereich Design), bevor sie sich 1987 selbstständig machte. Weitere Informationen unter www.bt-kunst.de

Alle Rechte vorbehalten

© 2024 Verlag am Eschbach

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

Im Alten Rathaus/Hauptstraße 37

D-79427 Eschbach/Markgräflerland

www.verlag-am-eschbach.de

Gestaltung und Satz: Angelika Kraut, Verlag am Eschbach

Kalligrafie: Ulli Wunsch, Wehr

Herstellung: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-98700-104-8



Gedruckt auf FSC®-zertifizierten Materialien

Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos

auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben



Manufakt

Dieser Baum steht für Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen, umweltschonende Ressourcenverwendung und nachhaltige Herstellung.

Individuell und mit Liebe gemacht.

