

Meine Seele ist stille
zu Gott, der mir hilft.
Psalm 62:2



Kurz nachgedacht:

(Der Impuls enthält u.U. Links zum weitergehenden Verständnis)

Wie habt ihr die Weihnachtstage verbracht? Bei uns waren sie wieder ziemlich angefüllt mit Terminen im Kreis der Familie. Unsere Familie ist nicht groß und wir haben uns alle ziemlich gern, aber wenn die drei Tage vorbei sind, schnauft man doch durch und hat das Gefühl, einen Langstreckenlauf hinter sich zu haben.

Manche verziehen sich über Weihnachten in den Urlaub, um dem Trubel zu entgehen. Doch es ist auch schön, Zeit mit anderen zu verbringen. Oft



müssen wir uns dann aber vorher kurzfristig recht schnell in Weihnachtsstimmung bringen, weil Arbeit, Organisation und Termine uns ablenken.

Weihnachtsfeiern und Weihnachtsmarkt bringen manche in Stimmung, andere dagegen eher nicht. **Doch was ist**

überhaupt die richtige Stimmung für Weihnachten?

Von Karl Valentin stammt das Zitat: „**Wenn die stille Zeit vorbei ist, dann wird es auch wieder ruhiger.**“

Das brachte es früher mal auf den Punkt. Aber unsere Welt ist hektischer geworden als noch zu Valentins Zeiten. Viele haben zwar frei in dieser Zeit. Aber nach all dem Trubel vor Weihnachten sind die Tage danach kaum entspannter.

Viele müssen arbeiten. Bei mir z.B. geht der Trouble weiter. Beruflich fahren wir den Jahresabschluss für ca. 760 Banken, und ich trage seit vielen Jahren die Verantwortung für den produktiven Ablauf. Ein Umstand übrigens, der mich früher zwischen dem 2. Weihnachtsfeiertag und dem Jahresultimo kaum auch nur in einen wenigstens unruhigen Schlaf fallen ließ.



Andere aber legen sich ab dem „Dritten Weihnachtstag 😊“ in einen kurzen, gemütlichen Winterschlaf bis „Drei Könige“ und raffen sich dazwischen nur zu Silvester kurz auf. Spätestens danach aber müssen auch sie wieder ins Hamsterrad.

Ein Sprichwort sagt: „**In der Ruhe liegt die Kraft.**“ **Aber wo finden wir diese Ruhe? Vor Weihnachten, während Weihnachten oder danach?** Denn Immerhin ist nach Weihnachten ja auch schon wieder vor Weihnachten.

Augustinus hat es in seinen „Bekenntnissen“ auf den Punkt gebracht:

„**Geschaffen hast du uns auf dich hin, o Herr, und unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in dir.**“



Diese Worte erinnern uns, wo wir echte Ruhe finden. Bei Gott ist der einzige Platz, wo zumindest ich in unserer chaotischen Welt wirklich zur Ruhe kommen kann.

Ich bete: „**Herr, Deine Ruhe suche ich fern vom Getöse dieser Welt. Hilf mir, Ruhe zu finden in Dir!**“

Das bedeutet für mich dreierlei:

1.) Ich bin mehr als meine Leistung

Ich definiere mich nicht durch das, was ich produziere. Alle paar Tage höre ich bewusst auf mit dem Arbeiten und bin einfach ich selbst. **Daraus schöpfe ich Kraft.**

2.) Ich bin bewusst abhängig

Wenn ich ruhe, empfangen ich. Ich bin mehr als das, was ich aus mir selbst mache. Gebet, Stille und das Hören auf Gott definieren meine innere Qualität und nicht mein äußerlicher Aktionismus. **Die innere Qualität gibt mir Kraft, der äußere Aktionismus nimmt sie mir.**

3.) Ich zentriere mich neu

Ein Rad, dessen Achse nicht gut sitzt, läuft nicht rund und eiert.

Niemand will gestresst und mit Unwucht durchs Leben eiern.

Wenn ich Ruhe finde in Gott, zentriere ich mich neu.

Die eigentliche Mitte unseres Lebens – das Zentrum, um das sich alles dreht – soll Gott sein. Er ist die Achse, die unser



Leben neu zentriert, kalibriert und stabilisiert. **Aus einem durch Gott stabilisierten Leben fließt gleichmäßige Kraft.**

Wenn Dein Leben unrund läuft und Du viel Energie verschleißt und Stress produzierst – wann bist du das letzte Mal wirklich in Gott und mit Gott zur Ruhe gekommen?

Amen

Lied: [Auge im Sturm](#) – Feiert Jesus 8 – Tina Pantli