

## Das Weihnachtslicht

### Eine achtsame Weihnachtsgeschichte

Ich gehe durch den Wald. Die Blätter rascheln unter meinen schweren Winterstiefeln, ein paar kleine Vögel flattern im Gebüsch, das Licht ist sanft, wie es so durch die Bäume scheint.

Aber all das bemerke ich nicht. Mein Kopf ist voll mit Gedanken. Es ist noch so viel zu erledigen, Geschenke einpacken, ein Weihnachtsmenü überlegen und die Weihnachtsferien planen sind da noch die kleinsten To Dos. Im Hintergrund laufen bei mir auch die großen Fragen: Wie wird es nächstes Jahr weitergehen? Kann ich meinen Job noch so weitermachen? Wo werde ich leben? Und wie wird es mit dem Weltgeschehen weitergehen? Muss ich mich auf etwas vorbereiten? Welche Richtung soll ich einschlagen?

Wie ich so denke und weiterstapfe finde ich mich plötzlich auf einer kleinen Lichtung wieder. Es dunkelt schon langsam ein, aber hier sind nur wenige Bäume. In der Mitte der Lichtung fällt mein Blick auf einen abgeschnittenen Baumstumpf.

Dort ist ein Licht. Eine kleine Kerze brennt in einem Marmeladenglas, gut geschützt vor dem Wind. Dieser kleine Lichtpunkt sieht so hübsch aus vor den großen dunklen Bäumen und dem braunen Waldboden. Ich bin für einen Moment ganz in den Bann gezogen und gehe auf das Licht zu. Als ich beim Baumstumpf ankomme, sehe ich, dass unter dem Marmeladenglas ein Zettel klemmt, auf dem etwas geschrieben steht. Ich ziehe ihn vorsichtig heraus und lese:

„Dieses Licht soll dich an die wahre Bedeutung von Weihnachten erinnern. Wir feiern die Rückkehr des Lichts nach der dunkelsten Zeit des Jahres. Auch wenn es noch so dunkel ist, das Licht kehrt immer wieder zurück, wird mehr und mehr, bis es seinen Höhepunkt erreicht und nimmt wieder ab, zieht sich zurück und kommt dann wieder.

Vertraue darauf, dass auch dein inneres Licht immer wieder zurück kommt, auch wenn es gerade ganz klein sein sollte – es kommt wieder. Frohe Weihnachten.“

Ich halte kurz inne und lass die Worte auf mich wirken. „Vertraue darauf, dass auch dein inneres Licht immer wieder zurück kommt.“ So ein schöner Satz. Was mir daran besonders hängenbleibt ist das Vertrauen. Ich merke, wie meine ganzen Gedanken, die ich vor kurzer Zeit noch im Kopf hatte, weg sind. Ich darf vertrauen – darauf vertrauen, dass alles so kommt, wie es soll und dass es nach jeder Dunkelheit wieder Licht gibt. Ich muss mich nicht stressen, planen, festhalten, kontrollieren. Ich darf loslassen, geschehen lassen und einfach nur sein.

Ich stecke den Zettel behutsam wieder unter das Marmeladenglas und setze mich daneben auf den Baumstumpf. Ganz präsent nehme ich die Welt um mich herum wahr. Das Tageslicht ist mittlerweile schon fast verschwunden und die blaue Stunde beginnt. Über mir leuchtet ein heller Stern am Nachthimmel. Ich höre ein paar Vögel in der Ferne rufen und sehe die Bäume um mich herum, groß, stark und beschützend.

Die Flamme der kleinen Kerze tanzt neben mir im Marmeladenglas und ich bin voller Dankbarkeit, dass sie mich an mein inneres Licht und an die wahre Bedeutung von Weihnachten erinnert hat.