



Wie geht es Ihnen ... mit dem Licht in der Welt?

Seit der Sommersonnenwende im Juni werden die Tage stetig kürzer. Nebeltage machen Sonnenstunden zusätzlich rar. Wie geht es Ihnen mit dem weniger an natürlichem Licht? Gehören Sie zu den Menschen, die die Wintermonate mit Schnee, kuscheligen Leseabenden und Kerzenschein geniessen? Oder fühlen Sie sich in dieser Jahreszeit antriebslos und traurig?

Spaziergänge bei Tageslicht, ausgewogene Ernährung, regelmässiges Joggen und vieles mehr können uns unterstützen, nicht in einen Winterblues zu verfallen.

Immer mehr Menschen leiden jedoch nicht am Winter, sondern an der Welt. Die Tagesschau berichtet täglich aus Kriegsgebieten, Zeitungen schreiben über Verbrechen, News-Ticker informieren uns über Umweltkatastrophen. Dies kann wütend und ohnmächtig machen, Angst und Verzweiflung auslösen. Wie gehen Sie mit diesen Schreckensnachrichten um? Was hilft Ihnen bei deren Verarbeitung?

„Ihr seid das Licht der Welt“, steht im Matthäus Evangelium. Dies kann Aufforderung wie Fähigkeit bedeuten, das Licht und die Liebe Gottes in die Welt zu tragen. Jeder von uns hat die Möglichkeit und auch die Verantwortung dazu. Wo bewirke ich durch meine Taten und Worte Gutes? Wo schüre ich Missgunst und Intrigen?

Ergänzend zum Matthäus Evangelium findet sich bei Johannes nachstehende Aussage von Jesus: „Ich bin das Licht der Welt“. Dies kann entlasten und trösten. Wir sollen Licht bringen, müssen jedoch nicht alles erleuchten. Wir sollen Gutes tun, müssen jedoch nicht „die ganze Welt retten“.

Unser Leid(en), das Leid der Welt getrost vor Gott bringen und Entlastung erfahren - das wünsche ich uns allen.

Und wenn dies nicht gelingt? Wenn ich mit der Welt, mit Gott hadere und mich bedrückt fühle?

- ✿ Was brauche ich, um auch das Schöne, das Wunderbare zu sehen?
- ✿ Wie kann ich Vorbild für andere sein und Hoffnung und Zuversicht verbreiten?
- ✿ Wer oder was kann mich unterstützen, Licht und Frieden in die Welt zu bringen?
- ✿ In welchen Momenten fühle ich mich geborgen in Gottes Liebe?

Gerne suche ich zusammen mit Ihnen Antworten auf diese und weitere Fragen – damit Sie Frieden im Herzen spüren und diesen in die Welt hinaustragen mögen.