



Die Adventsmails 2023

der Klinikseelsorge
am Universitätsklinikum Erlangen



6. Dezember 2023

Mein Adventsritual

Im Advent wird es schon früh dunkel. Ich gehe morgens aus dem Haus, es ist dämmerig; ich gehe abends aus der Klinik, es ist stockdunkel.

Um der Dunkelheit etwas Positives abzugewinnen habe ich im Advent für mich ein Ritual gefunden. Ich stelle einige Kerzen im Wohnraum und an den Fenstern auf. Dazu kommen der Adventskranz und natürlich die Weihnachtsbeleuchtung in warmweißem Licht im Garten. Bei den Kerzen darf es gerne nach Vanille oder anderen angenehmen Düften riechen. Wenn dann alle Kerzen brennen und sich der angenehme Duft im Raum verbreitet, kommt bei mir ein wohliges Gefühl auf.

Die Dunkelheit weicht einem schönen Schein der verschiedenen Kerzen und es wird mir auch im Herzen warm. Dazu backe ich, wenn es die Zeit erlaubt, leckere Plätzchen und ich gönne mir eine Tasse Gewürztee. Der Stress der Vorweihnachtszeit kann zumindest kurz in den Hintergrund treten und ich atme langsam tief ein und aus, genieße die Ruhe und den Kerzenschein.

Auch wenn dies natürlich im Advent nicht jeden Abend klappt, freue ich mich doch auf mein Adventsritual.

In dieser Winternacht möge der Frieden dein erster Gast sein und das Licht der Weihnachtskerze weise dem Glück den Weg zu deinem Haus.

Irischer Weihnachtssegen

Ich wünsche Ihnen heute einen schönen Nikolausabend mit viel Kerzenschein!

Ihre
Karin Daum
Sekretärin Evangelische Klinikseelsorge