

# Von Licht zu Licht



Der erste Adventskranz ist mehr 180 Jahre alt und wurde vom evangelischen Pfarrer Johann Hinrich Wichern erfunden. Wichern war auch Lehrer in einem Kinderheim in Hamburg.

Der Adventskranz war ursprünglich eine Art Weihnachtskalender für arme Kinder und Jugendliche im Kinderheim und hatte 24 Kerzen. Vier große Kerzen für die Sonntage und zwanzig kleine für die Wochentage im Dezember. Jeden Tag wurde eine Kerze entzündet und sollte das Warten erleichtern. Gleichzeitig wurde es jeden Tag kleines bisschen heller.

Ein schönes Bild für unser Leben. Wie sehr sehnen wir uns nach Licht in uns. Wir wünschen, dass es in uns hell ist, gerade in der dunklen Jahreszeit. Licht in uns spüren, Hoffnung, Zuversicht, Mut, Halt. Das dürfen wir immer wieder neu üben.

Die Menschen in den nordischen Ländern, die noch viel mehr mit der Dunkelheit im Draußen konfrontiert sind als wir und wo es im tiefsten Winter überhaupt nicht mehr hell wird, wissen, wie lebensnotwendig Licht ist. Manche Menschen werden in dieser Zeit depressiv, weil das Licht fehlt.

Ich habe es selbst einmal bei einem Besuch direkt nach Weihnachten in Finnland erlebt. Es war so dunkel und es hat nur gedämmt. In kürzester Zeit wurde ich müde, habe mich mehr in mich zurückgezogen und die Kinder meiner Freunde standen bei mir am Bett und haben darauf gewartet, dass ich endlich aufwache. Sie (und ich selbst auch) kannten nicht, dass ich so lange schlafe.

Christine Seufert  
Pastoralreferentin

im Advent. Von Licht zu Licht gehen, das können wir üben. Von Licht zu Licht gehen zu können, das ist in manchen Lebensphasen so kostbar. Wie wäre es, wenn Sie sich im Advent bewusst Zeit nehmen, Kerze(n) anzünden, dieses Licht wahrnehmen und sich dabei fragen: Was macht mein Leben hell? Wer wird mir zu einem Lichtschein? Wer wärmt mich mit seinem oder ihrem Licht in meinem Inneren? Sammeln Sie solche Lichtmomente für dunkle Tage, denn dann kommen wir leichter durch inneres Dunkel, das es in jedem Leben gibt. Und lassen Sie sich erinnern und erinnern Sie sich selbst an „lichte Momente“.

