

## ***Alles hat seine Zeit – Advent ist im Dezember***



Einige geistliche Gedanken zum Advent.

Und gleichzeitig entschuldige ich mich dafür, dass ich so spät dran bin! Seit Wochen gibt es Lebkuchen und Schoko-Nikoläuse, in manchen Orten brennt schon die Weihnachtsbeleuchtung, auf Plakaten strahlt mir „Happy Xmas“ entgegen – nur wir Christen sind wieder zu spät dran! Advent hat längst begonnen, nur wir haben’s wieder verpennt.

„Sei nicht so provokant und so kritisch!“, werden manche denken und sagen. „Advent ist doch eine schöne Zeit! Was soll es da schaden, sie einige Wochen zu verlängern?“ Meine Sorge ist aber: wir erleben es ja, dass durch eine uferlose Ausdehnung das Erlebnis, die Gestaltung nicht gesteigert wird. Der Sinn geht darüber verloren.

„Alles hat seine Zeit – auch der Advent!“ Das ist nicht nur eine Weisheit der Bibel. Das haben Menschen zu allen Zeiten so erfahren: wir brauchen abgegrenzte Zeiten, geprägte Zeiten. Es tut uns gut, es ist heilsam für uns, mit einem Rhythmus unser Leben zu gliedern, in einem Rhythmus zu leben. Wir Menschen brauchen einen Lebensrhythmus. Dieser Lebensrhythmus schenkt uns neben der Arbeit eine Zeit des Aufatmens, einen Raum zum Innehalten, zum Entspannen. Und so gibt es aus alter Weisheit einen Rhythmus des Lebens, einen Rhythmus des Jahres, einen Rhythmus des Tages. Und das hat nichts mit Wellness zu tun. Das ist ein zutiefst geistliches Lebenswissen.

**Im November** denken wir darüber nach, dass unser Leben auf dieser Erde begrenzt ist, denken an liebe Verstorbene und auch an den eigenen Tod, die mönchische Tradition kennt auch das Gebet um eine gute Sterbestunde – das Werden und das Vergehen – das sind im Rhythmus des Jahres die geistlichen Gedanken des November.

**Und dieser Zeit folgt der Advent:** eine Zeit der Einkehr und der Stille, eine Zeit der Vorfreude und der Erwartung. Aber: können wir noch warten – auf diese Zeit der Vorfreude? Können wir eine Zeit der

nachdenklichen Dunkelheit noch aushalten? Können wir noch warten, dass die nachdenkliche Dunkelheit des November abgelöst wird von der Kerze des Advent? Worauf soll ich mich noch freuen, wenn der Lebkuchen seit September auf dem Tisch steht, immer alles gleich verfügbar ist – und damit gleich beliebig wird?

Die Adventszeit braucht einen festen Rahmen, wenn sie ihren Sinn nicht verlieren soll. „Alles hat seine Zeit – und auch der Advent!“

Bereiten wir uns auf diese Adventszeit ganz bewusst vor. Warten wir nicht darauf, bis wir in die Gänge gekommen sind und der Advent dann schon wieder vorbei ist. Die Zeit des Advent kann vielfältigen Sinn haben. Es kommt darauf an, wozu ich sie für mich bewusst nutze!

Ich habe mir für diese Adventszeit vorgenommen, meinem Leben wieder mehr Rhythmus zu geben. Wieder mehr Lebensrhythmus zu finden, der mir im Alltagstrott so schnell verloren geht. Dazu gehört der Tagesrhythmus: ausreichend zu schlafen! Das ist kein Wellness-Programm, sondern ein geistliches Thema: einzuüben, mich loszulassen, mich Gott zu überlassen, meiner Seele einen Raum zu geben, sich zu erholen und zu reinigen, in Träumen etwas über mich und über Gott in meinem Leben zu erfahren – ungefiltert, ungesteuert .... neue Prioritäten zu setzen: den Tag mit einem Gebet zu beginnen, bevor Zeitung gelesen wird, organisiert wird....

Arbeitszeit, Gebetszeit, mir Zeit zum Essen zu nehmen, Freizeit, Schlafzeit - alles hat seine Zeit, seinen Sinn. Dazu kommt der Wochenrhythmus: Werk-Tage und die bewusste Gestaltung des Sonntags, das soll meine Adventszeit werden. Und das braucht auch seine Vorbereitung: mein Leben „unterbrechen“, um einen heilsamen Lebensrhythmus einzuüben. Das ist heuer mein Adventsthema: „Alles hat seine Zeit! Auch der Advent!“

***Eine gesegnete, heilvolle Adventszeit wünscht Ihnen:  
Stefan Geißler***