Zeitschrift: Gehörlosen-Zeitung
Herausgeber: Schweizerischer Verband für das Gehörlosenwesen
Band: 91 (1997)
Heft: 12

Rubrik: Advents-Stress

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Advents-Stress

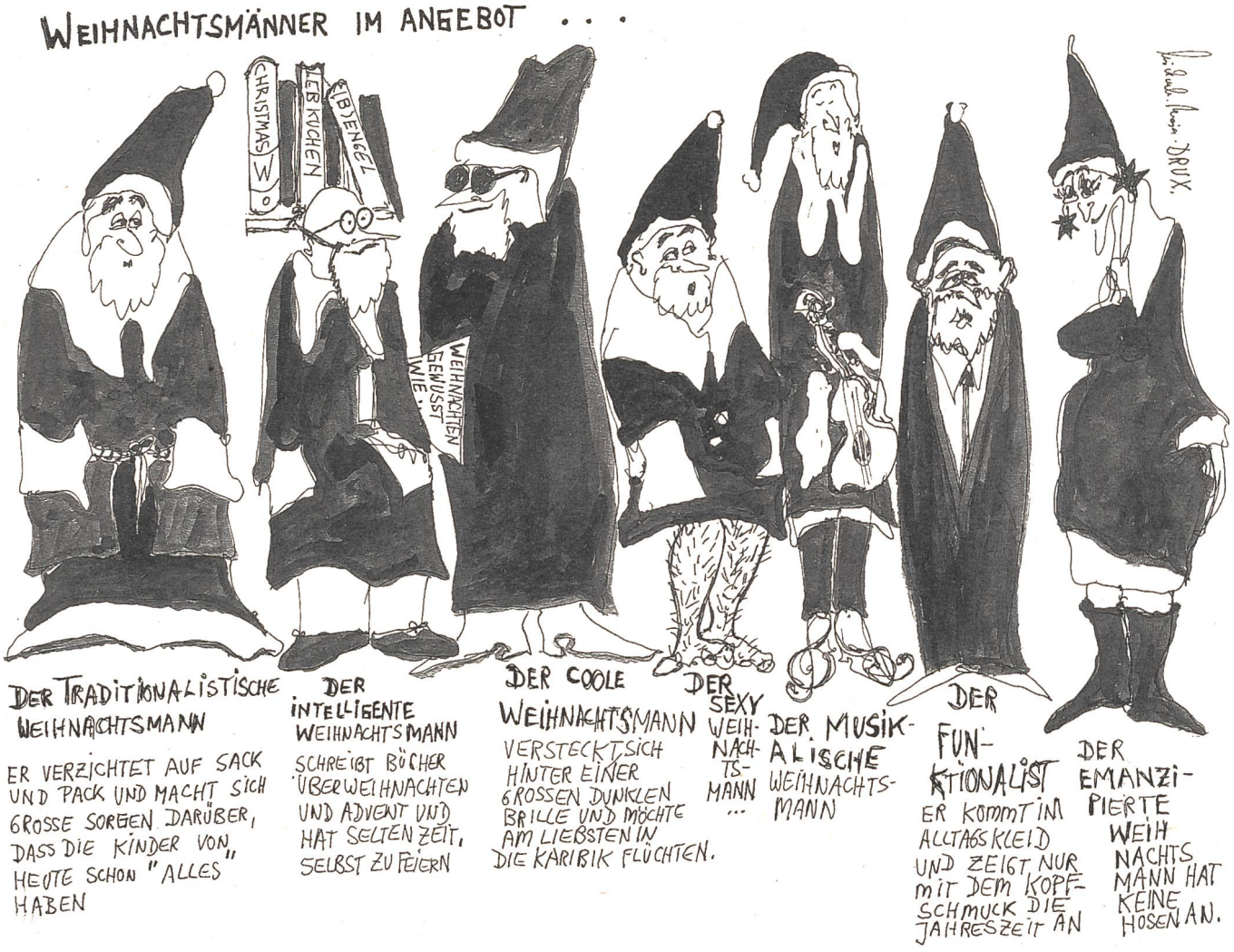
Beat Huwiler

Advents-Stress

Der Advent hat begonnen. Das ist eine Zeit, vor der ich immer Angst habe. Es gibt so viel zu tun! Meine Agenda ist überfüllt: Da sind viele Anlässe eingetragen; man muss an den Jahresabschluss denken; und die Geschenke dürfen nicht vergessen werden. Wo bleibt da die Zeit für die adventliche Stimmung? Wo bleibt die Kraft, an das Fest zu denken, auf welches wir uns im Advent vorbereiten (sollten)? Dieses Jahr habe ich eine Entscheidung getroffen: Ich will mehr Zeit haben. Für die Stille. Und für meine Mitmenschen.

Zeit für die Stille

Immer rennen und an das Nächste zu denken, das ich machen muss - das ist nicht gut. Deshalb habe ich in meiner Agenda Zeit reserviert für mich. Um still werden zu können. An einen schönen Ort hinsitzen. Vielleicht etwas lesen oder anschauen. Oder einfach still werden, meinen Gedanken nachhängen. Damit mein Herz ruhig wird. Und in meinem Inneren wieder Platz ist für anderes. Und für meine Mitmenschen.

Zeit für die Mitmenschen

Zeit haben für ein Gespräch. Ohne dass der andere merken muss: der möchte schon beim nächsten Termin sein. Zeit haben also für den Menschen, der mir jetzt gerade begegnet. Und ein freies Herz. Damit er sein Herz ausschütten kann, mir erzählen, was ihn beschäftigt. Dann wird sein Herz vielleicht leichter. Und weil ich in der Stille vorher die innere Ruhe gefunden habe, wird mein Herz nicht belastet. So werden mein Mitmensch und ich frei für das Fest, auf das wir uns vorbereiten.