



Zum Jahresende

Wie fasst man in Worte, was gegenwärtig alles bewegt? Worauf möchten wir in diesem reichhaltigen Jahr nochmals zurückschauen? Wo stehen wir? Wohin gehen wir?

Fragen über Fragen. Und für jeden stellen sich die Fragen anders und die Antworten dazu erst recht.

Ja, es war ein reichhaltiges Jahr. Diese Aussage mag nicht für jeden stimmen. Aber ich empfinde dies so. So viele äussere Ereignisse haben so viel in unserem Inneren bewegt. Die meisten von uns wurden in unseren Tätigkeiten ausgebremst. Hatten dafür mehr Zeit, uns mit unserem Inneren auseinanderzusetzen. Vieles, was für uns selbstverständlich war, geht (vielleicht momentan) nicht mehr. Wir sind mit unseren tiefsten Ängsten konfrontiert. Persönliche Ängste, die bei jedem anders und doch auch oft ähnlich sind. Angst vor Krankheit, vor Tod, vor Schuldgefühlen, vor Existenzverlust, vor Machtlosigkeit, vor Freiheitsverlust, vor Einsamkeit etc.

Es ist nicht einfach, all dies zu spüren. Wir sind uns oft nicht gewohnt, zu spüren. Wir machen lieber. Tun hat in unserer Gesellschaft einen höheren Stellenwert als nichts tun. Und doch kennen wir alle auch die Momente, in denen das scheinbare Nichtstun uns den grössten Gewinn beschert hat. Plötzlich hatten wir wieder den Überblick oder den inneren Frieden oder die innere Ruhe, Klarheit, Gelassenheit, das Spüren, was uns im Leben wirklich wichtig ist, oder worum auch immer es in diesem Moment gerade ging. Wir haben dazu ja auch ein schönes Sprichwort: In der Ruhe liegt die Kraft.

In der Zeit der Ruhe haben wir so viele Möglichkeiten: wir können unser inneres Kino anschauen, unserer eigenen inneren Musik lauschen, hineinspüren, welche Wege, die wir gehen, uns gut tun und welche wir eher nicht gehen möchten. Wir können unseren gesamten Organismus auf Trab bringen, indem wir uns ihm zuwenden. Auch wenn unser Kopf und Verstand andere Vorstellungen haben, was wann sein soll, so finden wir doch den Frieden in uns, wenn wir annehmen, was ist. Und dann aus dieser Ruhe heraus spüren, was JETZT gerade getan sein möchte.

Wir, das aurelia Team, wünschen Ihnen allen Kraft, Ruhe und Freude in dieser so speziellen Zeit. Und dass wir alle möglichst viele der Geschenke, die diese Zeit uns schenkt, auch annehmen können. Auch wenn die Verpackung manchmal anders daherkommt, als wir es uns vorgestellt haben.

Wir wünschen Ihnen eine gesegnete Weihnachtszeit, beste Gesundheit und alles Liebe.

Ihr aurelia Team

