

Liebe Leserin, lieber Leser!

Mein heuriger Adventkalender war ein



persönliches
Geschenk an
mich selbst – Zeit
für Gespräche
mit Menschen,
die mir am
Herzen liegen.
Mein Advent-
Gespräche-
Kalender.

Die Idee dazu war
ebenfalls ein

Geschenk, eingesammelt in einer Gruppe von
Seminarteilnehmenden, die sich einmal im Jahr
ein Zeitgeschenk machen und sich zum
Austausch treffen.

Die Adventkalender-Vorbereitungsarbeiten
haben mir bereits den November versüßt:
24 kleine Kuverts sind entstanden.
24 persönliche handschriftliche Nachrichten.
Die Schneckenpost hat ihren Beitrag geleistet.
Überraschte und freudige Reaktion trudeln bei
mir ein und die Begegnungen seit Adventbeginn
sind herzerwärmend.
Mit ‚Gedanken über das Schenken und
beschenkt werden‘ möchte ich Sie in die
Adventszeit begleiten und wünsche von Herzen
friedvolle und feine Weihnachten und alles Gute
für ein gelingendes 2024.

Ihre



Susanne Hölzl | www.zuendhoelzl.at

Eine kleine Weihnachtsgeschichte

... über das Schenken mit besten Absichten ...

Wir schreiben das Jahr 1900. Ein junges
Pärchen, Della und Jim, leben in London. Es ist
Weihnachten. Beide besitzen kaum Geld, um
Geschenke kaufen zu können.

Aus dem Bedürfnis heraus, einander eine
Freude zu machen, trennen sie sich jeweils vom
Liebsten, das sie besitzen:

Della von ihrer wallenden Haarpracht und Jim
von der goldenen Uhr, einem Familienerbstück.

An Heiligabend treffen sie einander zu Hause.
Erst erschrocken, dann lachend, halten sie sich

im Arm und beschließen, dass die Päckchen bis
auf Weiteres unangepackt bleiben.

Della's Haare müssen erst wieder wachsen, um
mit den Schildpattkämmen hochgesteckt
werden zu können, die Jim für sie erstanden hat.
Und Jim muss auf eine neue Uhr sparen, um die
Uhrenkette anlegen zu können, die Della für ihn
gekauft hat.

Schlussendlich beschließen sie für diesen Abend,
dass es einfach Zeit ist, die Koteletts in die
Pfanne zu geben und das Weihnachtsessen
gemeinsam zu genießen.

(Das Geschenk der Weisen | O. Henry)

Gedanken über das Schenken und Beschenkt werden

Weihnachten steht vor der Tür und somit – alle Jahre wieder – das Thema schenken.

Wem will ich eine Freude machen und womit?

Plane ich Geschenke lange im Voraus oder warte ich auf die letzten Einkaufsmöglichkeiten?



Schenke ich oder lasse es bleiben, weil ich selbst nicht gerne beschenkt werde?

Erfülle ich die im Laufe des Jahres gesammelten kleinen Wünsche und Andeutungen meiner Lieben oder lasse ich mich von den Dingen, die ich sehe, zu Geschenken inspirieren?

Frage ich direkt nach den Wünschen? Und was passiert, wenn ich ein ‚Ich wünsche mir gar nichts‘ oder ‚Das ist doch nicht nötig!‘ als Antwort bekomme?

Verschenke ich Dinge, die ich gerne mag?

Muss ich schenken oder ist es mir ein Herzensanliegen?

„Die Kunst des Schenkens ist eine von vielen Künsten, die das Leben schöner und reicher machen“, sagt der Philosoph Wilhelm Schmid. „Schenken macht die Seele weit, und Geiz macht sie eng. Deswegen schenken Menschen gern.“

Über das Wünschen

Das ganze Jahr über flattern Wünsche wie aufgeregte Schmetterlinge durch mich durch. Ich höre von einem guten Buch, sehe einen flauschigen Schal, finde wunderbare Fotos von einer Stadt, in die ich gerne reisen möchte und vieles mehr. So schnell wie die Wünsche gekommen sind, so schnell vergesse ich sie wieder. Und zum Geburtstag oder zu Weihnachten, wenn ich dann gefragt werde, fällt mir keiner mehr ein. Nur kurz waren die Strohfeuer.

„Was soll ich mir denn wünsche, ich habe ja alles, was ich brauche!“ Ein vielgesagter Satz.

Es ist ungeheuer schwierig, Wünsche zu äußern, sich festzulegen, laut zu sagen, was man gerne hätte und darauf zu vertrauen, dass das Gegenüber den Wunsch wahr und ernst nimmt.

Über das Freude bereiten

Wieviel einfacher scheint es hingegen für jemanden ein Geschenk auszuwählen. Über das Beschenken nachdenken bedeutet, über die Menschen nachzudenken, die wichtig sind und am Herzen liegen, über ihre Wünsche, Interessen und Sehnsüchte – sofern wir sie kennen.

Ich kann und darf etwas verschenken und damit dem anderen eine Freude machen. Einfach so, ohne ein Gegengeschenk zu erwarten. Und dennoch erfreut es als Schenkerin gute Resonanz zu bekommen, eine Umarmung, ein Danke, strahlende Augen. Bekomme ich dann auch noch selbst ein Geschenk überreicht, erfüllt sich die Sehnsucht, sich gegenseitig Gutes zu tun, zu überraschen und überraschen zu lassen.

Über den Irrtum

Schenken ist eine Kunst. Je nach Auge des Betrachters schön oder eben nicht. Ein scheinbar perfekt passendes und wunderschönes Geschenk kann voll daneben gehen, wenn ich es nach meinen Maßstäben ausgewählt und mein Gegenüber dabei aus den Augen verloren habe. Die Verantwortung beim Schenken liegt bei dem der Beschenkt.

Über das einander Ernst nehmen

Es gibt Menschen, die wollen keine Geschenke und sagen das auch. Und es gibt Menschen, die diesen Wunsch hören aber nicht ernst nehmen und dennoch Geschenke mitbringen. Denen kann es passieren, dass sie die Geschenke wieder zurückbekommen mit der Bitte, sie jemandem zu geben, der die Sache wirklich möchte und brauchen kann. Und es gibt Menschen, die zutiefst enttäuscht sind, wenn sie wirklich keine Geschenke bekommen. Das alles kann ziemlich irritieren.

Über Geschenke, die (Vor-)Freude bereiten

- Zeit miteinander verbringen
- Kino, Konzert-, Zirkusbesuche
- Miteinander Kochen & Schmausen
- einfach Da sein, zuhören, eine Geschichte erzählen, miteinander spazieren gehen, ...
- Das (ungeduldig & sehnsuchtsvolle) Warten auf ein geplantes Ereignis oder die Erfüllung eines Wunsches, ein Päckchen, das erst kommen wird.

Schenken

Joachim Ringelnatz | 1973 | Hensel Verlag | S 21

Schenke groß oder klein,
Aber immer gediegen.
Wenn die Bedachten
Die Gaben wiegen,
Sei dein Gewissen rein.

Schenke herzlich und frei.
Schenke dabei
Was in dir wohnt

An Meinung, Geschmack und Humor,
So dass die eigene Freude zuvor
Dich reichlich belohnt.

Schenke mit Geist ohne List.
Sei eingedenk,
Dass dein Geschenk
Du selber bist

Sternspritzer (Wunderkerzen) aus meiner eigenen Geschichte

Über die Vorfreude



Lange vor Weihnachten mussten wir, meine drei Geschwister und ich, Briefe an das Christkind verfassen. Gemeinsam am Wohnzimmertisch mühten wir uns in unserer schönsten Schrift die kleinen und großen Wünsche zu Papier zu bringen. Bunte Bilder zierten diese besondere Post.

Die Kuverts kamen auf das mit Tannenreisig verzierte Fensterbrett, wo uns am nächsten Tag anstelle der Briefe Engelshaar zum Staunen brachte. Nun begann die Zeit des Wartens und der Vorfreude!

Diesen Brauch habe ich mit meinen erwachsenen Kindern beibehalten. Noch heute wünsche ich mir von ihnen – und sie sich mittlerweile auch von mir – einen Weihnachtsbrief. Wünsche nach Zeit und kleinen gemeinsamen

Unternehmungen finden sich meist darin. Das Besondere an diesen Briefe, wir nehmen uns Zeit für unsere Gedanken und setzen ein Zeichen für unser feines Miteinander.

Über Hoffnung und Enttäuschung

Als Kind musste ich oft lange auf ein Buch oder ein sehnsüchtig herbeigesehntes paar Schier warten. Da war es nicht selbstverständlich, meist auch gar nicht möglich, dass einem geäußerten Wunsch schnell nachgekommen wurde. Mitunter lagen nützliche Dinge unter dem Weihnachtsbaum: selbstgestrickte Handschuhe oder eine neue Strumpfhose. Die Schier mussten warten. Dafür war kein Geld da.




Was meine Augen alle Jahre zum Leuchten brachte war, eine verspielte ganz persönliche Kleinigkeit, die sich immer unter dem Weihnachtsbaum fand.

Singen, Vorlesen, Spielen, Schmausen, Lachen

Woran ich mich am meisten erinnere, ist die gemeinsam verbrachte Zeit: das miteinander Musizieren, die gemütlichen Abende bei Tee und Keksen, das Vorlesen und Erzählen von Gedichten und Geschichten, die entzündeten Kerzen erst am Adventkranz und später dann am Christbaum. Das Ausprobieren neuer Spiele. Das miteinander Lachen.

Mit **Weihnachtswohlklingenden Worten** – gesammelt von Lenny Löwenstern in Schöne Wörter – möchte ich all Ihre Sinne zum (vor-)weihnachtlichen Erinnern und Geschichten erzählen einladen:
 BRATAPFEL – ENGELSHAAR – EISZAPFEN – FESTTAGSBRATEN – FROHLOCKEN – GABENTISCH – GAUMENFREUDEN – GESCHENKSPAPIER – GLÖCKCHEN – GOLDSCHIMMER – HIMMLISCH – JAUCHZEN – JUBELTON – KERZENSCHIMMER – KRIPPENSPIEL – LAMETA – LICHTERGLANZ – MISTELZWEIG – OFENWÄRME – PFEFFERKUCHEN – SCHNEEGESTÖBER – STROHSTERN – TANNENDUFT – VORFREUDE – WEIHNACHTSABEND – WEIHNACHTSFRIEDE – WEIHNACHTSGESCHENKE – WEIHPRAUCH – WINTERPRACHT – WUNSCHZETTEL – ...

Buchempfehlungen

	<p>Das Fundbuch intensiv-er-leben Anke Mühlig 2023 Eigenverlag www.anke-muehlig.de Eine neue Form der begleiteten Biografiearbeit. Ein Geschenk der besonderen Art an sich selbst– ein leeres Buch – Farben und Materialfülle – Impulse, Gedanken, Fragen, Projekte, Zeit, Gestaltungsvielfalt. Anregungen zum Leben erinnern, beobachten und planen.</p>
	<p>Das Geschenk der Weisen O. Henry (Pseudonym für William Sidney Porter). Weihnachten um 1900 in New York. Wie gern würden sich Della und Jim gegenseitig ein Geschenk machen! Aber sie haben keinen Penny. Und so trennt sich jeder heimlich von seinem liebsten Besitz.</p>
	<p>Vom Schenken und Beschenkt werden Wilhelm Schmid 2017 Insel Verlag GmbH Es ist gar nicht so einfach zu schenken – und ebenso – beschenkt zu werden. Ein Buch zum Schmunzeln und sich selbst entdecken, in der jeweiligen Art des Schenkens. Unterschiedliche Geschenktypen werden skizziert und hinterfragt. Passend zur Vorweihnachtszeit ein wohlwollender Blick auf das eigene Schenkverhalten. Wilhelm Schmid im Gespräch zum Thema: www.deutschlandfunkkultur.de</p>

LebensMutig Seminare | Ausführliche Informationen finden Sie auf www.lebensmutig.de!

<p>20.Februar 2024 19.00 – 21.00 Uhr</p>	<p>Methodenschnäppchen: Kreativschätzchen selbst gestalten Referentin: Sandra Deistler Veranstaltungsort: Online via Zoom Information & Anmeldung: www.eaew.de Weitere Methoden-Schnäppchen-Termine: 16.4.; 18.6.; 17.9.; 15.10.; 19.11.;17.12.2024</p>
<p>14.; 21.; 28.Februar; 5.März 2024 jew. 17:00 18:30 Uhr</p>	<p>Der Hoffnung entgegen schreiben – OnlineSchreibwerkstatt in der Fastenzeit Referentin: Gesine Hirtler-Rieger Information & Anmeldung: www.eaew.de</p>
<p>April 2024 bis April 2025</p>	<p>LebensMutig Fortbildung Biografiearbeit in 6 Modulen Trainerinnen: Petra Dahlemann, Susanne Hölzl, Sabine Sautter und Nadja Graeser Veranstaltungsort: Evangelische Akademie Bad Boll Information und Anmeldung: www.eaew.de</p>
<p>6.-7.April 2024</p>	<p>Ein Fundbuch entsteht Referentin: Anke Mühlig Veranstaltungsort: vhs Berlin Zehlendorf Information & Anmeldung: Susanne Hölzl susanne.hoelzl@zuendhoelzl.at</p>
<p>Zum Vormerken! 14.-20.September 2024</p>	<p>Biografisches Schreiben & Achtsamkeitsyoga auf Spiekeroog Veranstalterinnen: Dr. Mareile Seeber-Tegethoff und Bettina Keller M.A. Veranstaltungsort: Haus Klasing, Nordseeinsel Spiekeroog Information & Anmeldung: www.worte-und-leben.de/Veranstaltungen</p>
	<p>InfoBrief Biografiearbeit Dezember 2023 Auflage: 1600 Redaktion & Fotos Susanne Hölzl susanne.hoelzl@zuendhoelzl.at Herausgeber LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V. www.lebensmutig.de Sie können den InfoBrief bestellen bzw. abbestellen unter infobrief@lebensmutig.de</p>